

المراجع

أولاً : المراجع العربية

ثانياً : المراجع الأجنبية

ثالثاً : مراجع من شبكة الإنترنت:

المراجع

أولاً : المراجع العربية

- 1- إبراهيم شعلان ، أبو العلا عبد الفتاح (1994م) : فسيولوجيا التدريب فى كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد (1993م) : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 3- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد (2003م) : فسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1، دار الفكر العربي .
- 4- أبو العلا عبد الفتاح (1997م) : التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة .
- 5- أبو العلا عبد الفتاح (2003م) : فسيولوجيا التدريب والرياضة، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة.
- 6- أحمد محمد الشبراوي (2005م): تأثير تنمية القدرة العضلية بإستخدام تدريبات الأثقال علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية لناشئ هوكي الميدان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنصورة.
- 7- أسامة كامل راتب (1999م) : النمو الحركي مدخل النمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة.
- 8- أسامة كامل راتب (2004) : الناشط البدني والاسترخاء ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 9- الدورة التدريبية الرابعة في مجال الفسيولوجيا الجزيئية والهندسة الوراثية(2006م) : التصنيفات الجينية في المجال الرياضي - ديسمبر .
- 10- أمر الله أحمد البساطي(1995م) : التدريب والإعداد البدني فى كرة القدم ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 11- أمر الله أحمد البساطي (1998م) : أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.

- 12- أمر الله أحمد البساطي (2001م) : الإعداد لبدني الوظيفي فى كرة القدم - تدريب-قياس، ط1 ، دار الجامعة الجديدة ، الإسكندرية.
- 13- إيناس أبو العلام محمد زكي (2007م) : استخدام جين الأداء ANG كمحدد بيولوجي لمتسابقات المسافات القصيرة وعلاقته بالمستوي الرقمي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.
- 14- بسطويسي أحمد (1999م) : أسس ونظريات التدريب الرياضية ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 15- بطرس رزق الله (1994م) : متطلبات لاعبي كرة القدم البدنية والمهارية ، دار المعارف ، القاهرة.
- 16- بهاء الدين سلامه (2000م) : فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم) ، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة .
- 17- بهاء الدين سلامه (2002م) : الصحة الرياضية والمحددات الفسيولوجية للنشاط الرياضي، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة.
- 18- جيهان عبد المنعم العيسوي (1999م) : تأثير استخدام الكرة لتنمية التوافق العضلي العصبي على النشاط الكهربى العضلي لبعض عضلات الطرف العلوي لناشئات الجمباز ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
- 19- حازم رضا الزكي (2007م) : " استخدام مؤشرات الدلالات الجينية لتوجيه التدريب وتأثيره علي مستوى الأداء البدني والوظيفي لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- 20- حسن السيد أبو عبده (2004م) : الاتجاهات الحديثة فى تخطيط وتدريب كرة القدم ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، ط4، الإسكندرية.
- 21- حسين أحمد حشمت ،محمد محمد صلاح (2001م): أثر الجري للمسافات الطويلة علي بعض المتغيرات الكيميائية الحيوية ، المؤتمر العلمي لكليات التربية الرياضية ، كولونيا ، ألمانيا.
- 22- حسين أحمد حشمت وأخرون (2006م) : تأثير التدريب الرياضي على عمليات التعبير الجيني لجين ACE وبعض المتغيرات الفسيولوجية على

- لاعبي المنتخب القومي للسلاح ، المؤتمر العلمي الحادي والعشرون للجمعية المصرية لعلوم السميات بالإشتراك مع كلية البنات للآداب والعلوم والتربية (قسم علم الحيوان) ، جامعة عين شمس .
- 23- **حسين أحمد حشمت (2004م)** : التوافق الفسيولوجي للظروف البيئية كلية الزراعة والعلوم البيئية، المؤتمر العلمي الثاني (بالعريش) جامعة قناة السويس .
- 24- **حسين أحمد حشمت، نادر شلبي (2003م)** : " الوراثة في الرياضة " ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 25- **حسين عبد الحي قاعود (2004م)** : الإنسان وخريطة الجينات ، دار المعارف ، ط1 ، القاهرة .
- 26- **سامي محمود طه (2007م)** : تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فعالية أداء ضرب الكرة لناشئ كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- 27- **سعد الدين محمد المكاوي (2000م)** : فسيولوجيا الغدد الصماء والهرمونات ، ط1 ، منشأة المعارف .
- 28- **سنيوت حليم دوس (1984م)** : الهرمونات بين الطب والقانون ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 29- **شريف محمد السنجري (2006م)** : "المحددات الجينية لحجم البطن الأيسر وعلاقتها بالإنجاز الرقمي للسباحين الناشئين " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببها ، جامعة ببها .
- 30- **صفا فتحي باشا (2005م)** : تأثير التدريب بأسلوب الأيزوكينتيك البليومتري لتنمية القوة المميزة بالسرعة علي مستوي الأداء المهاري للاعبي كرة القدم تحت 19 سنة "دراسة مقارنة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- 31- **صلاح سيد زايد (2000م)** : " تأثير برنامج تدريبي بالأثقال والبليومتر علي معدلات نمو القدرة العضلية لناشئ الكاراتيه في مرحلة ما قبل البلوغ " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان .

- 32- طه إسماعيل ، عمرو أبو المجد ، إبراهيم شعلان (1989م) : كرة القدم بين النظرية والتطبيق الإعداد البدني ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 33- عبد الباسط الجمل (2001م) : الجينوم والهندسة الوراثية ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة .
- 34- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر (2006م) : فسيولوجيا التدليك والاستشفاء الرياضي ، دار الكتاب للنشر ، ط1 ، القاهرة .
- 35- عبد العزيز النمر وناريمان الخطيب (2000م) : الإعداد البدني والتدريب بالأثقال للناشئين ، ط2 ، الأساتذة للكتاب الرياضي ، القاهرة.
- 36- عبد الكافي أحمد المبروك (2006م) : تنوع العامل الجيني ACE وارتباطه بمستوي الأداء البدني للاعبي كرة اليد بالجمهورية الليبية " رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- 37- عبد المنعم صادق حسن (2004م) : تكنولوجيا الجينات ، مكتبة أوزوريس ، القاهرة.
- 38- عجمي محمد عجمي (1988م) : برنامج تدريبي مقترح بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره علي قوة التصويب للناشئين في كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق.
- 39- عصام عبد الخالق (1999م) : التدريب الرياضي - نظريات - تطبيقات ، دار الكتاب للنشر ، ط9 ، القاهرة.
- 40- عصام عبد الخالق (2003م) : التدريب الرياضي - نظريات - تطبيقات ، دار الكتاب للنشر ، ط11 ، القاهرة.
- 41- علي فهمي البيك (2008م) : أسس إعداد لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية، دار منشأة المعارف ، ط1 ، القاهرة.
- 42- عمرو حسين تمام (2000م) : تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات البليومترية علي تنمية القدرة العضلية ومستوي أداء التصويب من القفز " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .

- 43- عمرو على فتحي شادي (2007م) : تأثير الأحمال التدريبية المختلفة على مستوى هرمون النمو وبعض المتغيرات البدنية لدى ناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- 44- عويس الجبالي (2001م) : التدريب الرياضي ، النظرية والتطبيق ، دار GMS ، ط2 ، القاهرة.
- 45- كريستوفر نوريس (2004م) : تمارين المرونة واللياقة ، ط1 ، ترجمة دار الفاروق للنشر والتوزيع ، ط1، القاهرة ، الناشر الأجنبي (آي أندسي بلاك).
- 46- كمال درويش، محمد صبحي حسانين (1999م) : الجديد في التدريب الدائري، الطرق والأساليب والنماذج لجميع الألعاب والمستويات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة .
- 47- لمياء عارف محمد عارف (2008م) : التعبير الجيني لدي بعض متسابقات المسافات القصيرة والطويلة بعد مجهود مقنن ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، جامعة حلوان.
- 48- محمد السيد خليل (1997م) : التربية الحركية "النظرية والتطبيق" ، مذكرات غير منشورة، جامعة المنصورة.
- 49- محمد السيد خليل (1998م) : الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية مذكرات غير منشورة ،جامعة المنصورة.
- 50- محمد حسن علاوي (1994م) : علم النفس الرياضي ، ط9، دار المعارف ، القاهرة.
- 51- محمد رضا الوقاد(2003) : التخطيط الحديث فى كرة القدم ، ط1، دار السعادة للطباعة.
- 52- محمد شوقي كشك ، أمر الله البساطي (2000م) : أسس الأعداد المهاري والخططي في كرة القدم ، المنصورة .
- 53- محمد شوقي كشك ، معتر بالله حسين (2002م) : تنمية الأداء المهاري الخاص بالاتجاه اللاهوائي وأثره على الجوانب البدنية والوظيفية للاعبى كرة

- القدم ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
جامعة الإسكندرية ، العدد 42.
- 54- محمد صبحي حسانين (2001م) : القياس التقويمي في التربية البدنية والرياضية،
الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، ط4، القاهرة.
- 55- محمد عباس عرابي (1998م) : فعالية برنامج مقترح فى العقائد فى تصويب
بعض الأفكار الخاطئة لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة
ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
- 56- محمد عبد الرحيم إسماعيل (1998م) : تدريب القوة العضلية وبرامج الأثقال
للصغار ، منشأة المعارف، ط1 ، الإسكندرية.
- 57- محمد علي أحمد (1987م): " تأثير تغير مستوى المجهود البدني علي مستويات
هرموني الكورتيزون والأنسولين في الدم لدي الممارسين وغير
الممارسين للنشاط الرياضي ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية
الرياضية للبنين ،جامعة الزقازيق .
- 58- محمد كمال عميش (2005م) : تأثير تمرينات المنافسة بالأثقال علي الأداء
المهاري لناشئ كرة اليد تحت 16 سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة،
كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس.
- 59- محمد محمد القاضي (1999م): " تأثير التدريب بالانقباض المركزي واللامركزي
علي بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية والمستوي الرقمي لمتسابقين
400م عدو" رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية
ببورسعيد ،جامعة قناة السويس .
- 60- محمد محمد علي محمد (2006م) : العلاقة بين النمط الجيني والاستجابات
البيولوجية لإنتقاء الناشئين فى رياضات التحمل ، رسالة دكتوراه غير
منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا.
- 61- محمود أحمد حمزه (2003م) : علوم الغذاء والتغذية ، الدار الجامعية ،
الإسكندرية .
- 62- مختار محمد سالم (1989م): تدريبات الأثقال لصناعة الأبطال، مؤسسة
المعارف للطباعة والنشر، ط1، بيروت.

- 63- مدحت حسين خليل (1997م) : علم الغدد الصماء ، مكتبة المدينة ، ط1، العين، الإمارات العربية المتحدة.
- 64- مدحت حسين خليل (2004م) : أسس الوراثة الفسيولوجية ،دار الكتاب الجامعي ،العين، الإمارات .
- 65- مسعد علي محمود ، محمد يس قنديل (2005م) : التربية البدنية والرياضة للتعليم الأساسي ، دار الكتاب القومي .
- 66- مصطفى إبراهيم فهمي (2001م) : ترجمة - تأليف (مات ريدلي) الجينوم - السيرة الذاتية للنوع البشري ، مطابع السياسة للنشر ،الكويت ، نوفمبر.
- 67- مفتي إبراهيم حماد (1996م) : التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلي المراهقة ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة.
- 68- مفتي إبراهيم حماد (1999م) : الهجوم فى كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة.
- 69- مفتي إبراهيم حماد (1999م) : بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة.
- 70- يحي السيد الحاوي (2004م) : الموهبة الرياضية والإبداع الحركي ، المركز العربي للنشر ، ط1، القاهرة .

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 71- **Ahtiainen, Juha Petri (2006)** : Neuromuscular, hormonal and molecular responses to heavy resistance training in strength trained men's jyvaskylan yliopisto, Finland.
- 72- **Arthur,M. Lesk (2007)** : introduction to genomics, the pennsylvania state university oxford university press.
- 73- **Bamman,T (2001)** : The effect of resistance training on the expression of IGF-1mRNA am J physiology .280:383-390.
- 74- **Beechele,T.R (1994)** : Essentials of strength training and conditioning champaign, IL , Human kinetics.
- 75- **Bob Davis et al (1995)**: physical education and the study of sport , second edition , times mimor publishers .
- 76- **Bouchard .C (1996)** : " genetic determines for exercise. human kinetic , London .
- 77- **Brian J Sharkey (2002)** : fitness and health , fifth edition ,human kinetics publisher ,USA .
- 78- **Colakogle .M et,al(2005)**: " ACE genotype may have an effect on single versus multiple set preferences in strength training" euro , appl physiology .
- 79- **Cornel Mulhardt (2007)** : Molecular biology and genomics, academic press the experiemter series,
- 80- **Douglas S.Brooks,MS(2004)**: The complete book of personal training ,human, kinetics.
- 81- **Edward Fox Richard (1993)** : The physiological basis for exercise and sport.wme, brown communications inc,USA.
- 82- **Ericsson , K , A, Krampe , RT . and Tesch – Rsmer , (1993)** : the role of deliberate practice in the acquistin of expert performance, physiology review (100) 363. 406.
- 83- **Everett Abeng, Dallas,Texas (2006)**: Resistance training instruction,second edition,human,kinetics.
- 84- **Frederick C. Hatfield (2007)** : Fitness The Complete Guide Issa,USA.

- 85- **G.Terzis et al (2002)** : Human skeletal muscles IGF-1 mRNA changes after heavy-resistance concentric exercise, ergo physiology laboratory, Dep of physical education and sport science;aristothe university of thessaloniki, Greece.
- 86- **Ganong,W (1994) Review of medical physiology** . Long Medical Book, USA.
- 87- **Gary t. Moran ,George h, Mcglyn(1997):** cross for training sports, human kinetics, USA.
- 88- **Gorostiaga E.M. Izquierdo , M , , Lturralde P. Ruestam and Ibanez ,J (1999):** European , journal of applied,. physiology, occupational physiology , Berlin.
- 89- **Griffin, J,E., Ojeda,S.R., (1988)** : Textbook of endocrine, physiology, New Yourk.
- 90- **Howe MJA, Davidson , JW Slobooda , JA (1998)** : " innate talents reality or myth " journal of behaviour and brain science (21) 399-442 .
- 91- **Jorgen,J.I et al (1994)** : Three years of growth hormone treatment in growth hormone deficient adults near normalization of body composition and physical performance, European journal of endocrinology, 130 : 224-228.
- 92- **Kellis S, Killis E Manou V , Gerodimos V , (2000):** prediction of knee extensor and flexor isokientis strength in young male soccer players " department of physical education and sport science , aristole university of thessalonik , Greece , j orthop sports phys ther, 30(11): 693-701.
- 93- **Kraemer, R., Kilagone,J.L., Kraemer, G.R., Castracane,D (1992)** : Growth Hormone IGF-1 and Testosterone responses to resistive exercise, medicine and science in sport and exercise, 29 : 1396-1352.
- 94- **Louis, Emily (2008)** : Influence of gender and muscle origin on skeletal muscle gene expression at rest and following maximal resistance exercise PHD dissertation, ball starte uni.,Indian,USA.

- 95- **Mahoney, Douglasj (2005)** : Analysis of global gene expression in skeletal muscle during recovery from endurance and damaging resistance exercise macmaster university, Canada.
- 96- **Murray, R.K (1990)** : Harber (Biochemistry), 22 edition, Appleton and Long.
- 97- **Martine , Tomis (2002)** : " genotype – training intera – ction in muscle strength " 2002 ,7 an con . eur. Cd. Sport sc,.
- 98- **Matt Roberts (2001)**: 90-days fitness plan . dorling Kindersley limited, London.
- 99- **Michael E.Houston (2001)** : Biochemistry primer for exercise science, 2nd ED., human kinetics, Auckland.
- 100- **Parvan /Kumar , Michael clark(2002)**: clinical medicine ,fifth edition, mcgraw – hill companies, saunders for publishing
- 101- **Prd . Phdr (1997)**: faculty of physical education and sport comenius university Bratislava . slovakia.
- 102- **Rau, Ulrika (2007)** : Skeletal Muscle gene expression with age ,PHD Dissertation , Ballstate university , Inan, UAS.
- 103- **Robin M . Daly , Shona Bass , Dennis Caine , Warren Howe (2002)**: Does training affect growth , vol 30-no 10 – October.
- 104- **Rod R.selly,Trent D. Stephens and Philip (1999)**: Essential of anatomy and physiology,3rd ED., McGraw Hill,London.
- 105- **Rodney harris (1994)**: genetics medicine group, , volume 22:1mede international, middle eastern edition
- 106- **Sonksen,P(2001)** : Growth hormone insuline , 6th annual congress of the European college of sport science, 15th congress the german society of sport and cologne 24-28, july.
- 107- **Spirduso,W.W (1995)** : Physical dimentions of aging, human kinetics, Canada.
- 108- **Stephen J .Virgilio(1997)** : fitness education for children , human kinetics publisher ,New Yourk ,USA .

- 109- **Steven J Fleck , William J Kraemer (2004)** :designing resistance training programs , 3rd edition , human kinetics.
- 110- **T.A Brown (2006)** : Gene cloning, DNA Analysis, 5th edition Blackwell publishers university of Manchester,UK.
- 111- **Terzis, G. et al (2002)** : Human skeletal Muscle IGF-1 mRNA Changes after heavy resistance concentric exercise, 7th edition, Athens 24-28 july.
- 112- **W.Larry Kenney(1992)** : American college of sport medicine, fitness book , leisure press publisher .
- 113- **Wilborn , Colin D. (2006)** : Effects of low and high intensity resistance exercise on skeletal muscle specific transcription factor activity and myosin heavy chain gene expression in males., Baylor university, Texas, United States.
- 114- **Will G . Hopkins (2001)** :genes and training for athletic performance " sport science 5 (1) sports . org / jur / olo / wghgene . htm.
- 115- **Wilson GI , Murphy AJ , Giorgi A , (1996):** weight and plyometric training : effects on eccentric and concentric force production " center for exercise science et sport management ,southern cross university , lismore nsw , Australia , canj appl physiol .21(4)301-15.
- 116- **Wolfforth, B (2001)** : Genetic Polymorphism and performance Related Phynotypes an Overview, 6th annual . conference, Eur. Collegy of sports.
- 117- **woyne I .westcott , thomass R . baechle (1998):** strength training , human kinetics publishers ,USA .

ثالثاً : مراجع من شبكة الإنترنت:

- 118- **www . university of waikato . htm.**
- 119- **www . weitgth training . htm.**
- 120- **www .paddlar @ paddlar . ca**
- 121- **www. Sportsci –org / index . html.**
- 122- **www. functional genomics laboratory**, university of marlyand. department of kinesiology,2003.
- 123- **www.genecrc.org/site/ic/ic2.htm.**