



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## مجلة كربلاء

## لعلوم التربية الرياضية

مجلة علمية دورية متخصصة تصدر عن كلية التربية البدنية  
وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

ترسل المراسلات على العنوان التالي:-

[ks.magazine@uokerbala.edu.iq](mailto:ks.magazine@uokerbala.edu.iq)

العراق - كربلاء - جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

B.O. Box (1014 )

ص. ب (1014)

Mob: 07813234502

موبايل : 07813234502

السنة 2020 م

المجلد الخامس

العدد الرابع



فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً  
وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ

صَدَقَ اللَّهُ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

## أعضاء هيئة التحرير

| المنصب       | مكان العمل   | التخصص الدقيق         | الاسم واللقب العلمي          |
|--------------|--|-----------------------|------------------------------|
| رئيس التحرير | جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      | البايوميكانيك         | ا.د.نادية شاكر جواد          |
| مدير التحرير | جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      | طرائق تدريس           | ا.م.د حيدر سلمان محسن        |
| عضوا         | جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة        | البايوميكانيك/جمناستك | ا.د. علي عبد الحسن حسين      |
| عضوا         | وزارة الشباب والرياضة                                | الفسلجة الرياضية      | ا.د حسن علي كريم             |
| عضوا         | مصر / جامعة الاسكندرية /كلية التربية الرياضية للبنات | علم النفس الرياضي     | ا.د ماجدة صلاح الدين الشاذلي |
| عضوا         | اللجنة الاولمبية القطرية                             | تدريب-فسلجة           | ا.م.د جبار رحيمة حسن         |
| عضوا         | جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      | التعلم الحركي         | ا.د طالب حسين حمزة           |
| عضوا         | جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      | التدريب الرياضي       | ا.م.د.حاسم عبد الجبار صالح   |

## أعضاء الهيئة الاستشارية

| الاسم و اللقب العلمي              | التخصص الدقيق         | التخصص العام             | مكان العمل   |
|-----------------------------------|-----------------------|--------------------------|--|
| ا.د يعرب خيون عبد الحسين          | التعلم الحركي         | علوم التربية<br>الرياضية | استاذ مغترب/الولايات المتحدة الامريكية               |
| ا.د محمود داود سلمان              | مناهج وطرائق<br>تدريس | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة المستقبل/كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة |
| ا.د حسين مردان عمر                | الاحصاء الرياضي       | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة القادسية/كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة |
| ا.د. جمال صبري فرج                | التدريب الرياضي       | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة بابل/كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة     |
| ا.د. اسامة احمد حسين              | فلسفة- تدريس          | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة   |
| ا.د عبد الستار عبد الجبار<br>ضمّد | علم النفس الرياضي     | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة البصرة / كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة |
| ا.د حسن هادي الزبيدي              | تعلم معاقين           | علوم التربية<br>الرياضية | جامعة المثنى/ كلية التربية البدنية<br>وعلوم الرياضة  |

### المقوم اللغوي

ا.م.د حيدر سلمان (اللغة الانكليزية)

م.د ساهرة عليوي (اللغة العربية)

### الإخراج والتنضيد

م.م محمد بجاي عطية

السيدة أنوار عبد كريم

### محاسب المجلة

السيد منتظر زهير حسن

## شروط النشر في مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية

- 1-تنشر المجلة البحوث والمقالات والدراسات التي تهتم بالتربية الرياضية والعلوم المرتبطة بها كافة.
- 2-أن يكون البحث المقدم للنشر جديدا ولم يسبق نشره أو قبوله للنشر في مجلة أخرى أو مؤتمر علمي.
- 3-لا تزيد عدد صفحات البحث عن(25) صفحة بضمنها الجداول والرسوم والصور.
- 4-يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق A4 ويتضمن البحث ملخص باللغة العربية وآخر باللغة الانكليزية فيما لا يزيد كل منهما عن صفحة واحدة وتكون الكتابة بحجم خط(14) للغاوين و (12) للمتن ونوع الخط ( Simplified Arabic ) في النصوص العربية و(Times New Roman) في النصوص الانكليزية مع حدود للصفحة بمقدار (2) سم من كل جهة(اليمنى، اليسرى، العليا ،الدنيا ) وبمسافة (1) سم بين سطر واخر. مع ذكر الكلمات المفتاحية للبحث.
- 5- للباحث حرية الاختيار في كتابة الباب الثاني(الدراسات النظرية والدراسات المشابهة) او عدم كتابته في البحث المقدم للنشر.
- 6-تخضع البحوث المقدمة للنشر للتقويم العلمي من قبل اثنين من الخبراء في تخصص البحث.
- 7-تخضع التعديلات المقترحة على البحث إلى لجنة للنظر في مخاطبة الباحث لإجراء التعديلات.
- 8-تقوم هيئة التحرير بتبليغ صاحب البحث بقبول بحثه للنشر بكتاب رسمي.
- 9-تعهد خطي من قبل الباحث بعدم نشر البحث سابقا أو مقتبس من أطروحة دكتوراه أو ماجستير أو منشور كفكرة في شبكة الانترنت.
- 10-على الباحث كتابة عنوان البريد الالكتروني ليتسنى لنا سهولة الاتصال به .
- 11-دفع اجور النشر للباحثين على النحو الاتي :

|              |                            |
|--------------|----------------------------|
| الاستاذ      | 100000مائة الف دينار       |
| استاذ مساعد  | 75000خمسة وسبعون الف دينار |
| مدرس فما دون | 50000خمسون الف دينار       |

\* مع دفع مبلغ 20000 عشرون الف دينار للمجلة وذلك عن ترجمة الملخص من اللغة العربية الى اللغة الانكليزية ،وارسال نسخة من المجلة الى الباحث.

## محتويات العدد

| رقم الصفحة | عنوان البحث   | اسم الباحث   | ت  |
|------------|---|--|----|
| 9          | الرياضة والصحة النفسية  | أ.م.د. عامر حسين علي   | 1  |
| 10         | البطاقة الخضراء بالكرة الطائرة  | م.م. غيث محمد عريعر  | 2  |
| 26-11      | أثر تمرينات خاصة في تعلم بعض المهارات الاساسية<br>بكرة قدم الصالات للطالبات   | م.م. أنيس حسين السعدي  | 3  |
| 40-27      | بناء مقياس التخطيط الاستراتيجي لادارة الانجاز العالي<br>للاتحادات الرياضية في العراق  | أ.د. نصير قاسم خلف<br>حيدر حسن الاسدي                                    | 4  |
| 58-41      | بناء مقياس الكفايات الادارية لرؤساء اندية الدرجة الاولى<br>بكرة القدم   | أ. د. حيدر سلمان محسن<br>أ. م. د. خليل حميد محمد<br>م.م. محمد جابر كاظم  | 5  |
| 69-59      | تدريب المقاومة والكرة الذكية وتأثيره في تطوير القوة والقدرة<br>ودقة التهديد للركلة الحرة المباشرة للاعبين كرة القدم<br>الشباب | أ.م.د. فاضل دحام منصور<br>حميد مجيد حميد                                 | 6  |
| 82-70      | تأثير تمرينات تعليمية خاصة وفق أنماط نظرية كولب في<br>دقة أداء مهارة الارسال في التنس الأرضي للطلاب                           | أ. د. حسناء ستار جبر<br>حسين كريم محمد                                   | 7  |
| 95-83      | تأثير تمرينات مهارية خاصة لتطوير دقة الاداء المهاري<br>والتفكير الخططي لمهارة الارسال المتموج للاعبين الكرة<br>الطائرة للشباب | أ.د. عبد الهادي حميد مهدي<br>أ.د. حسين سبهان صخي<br>دينا عبد الحسين بدن  | 8  |
| 105-96     | تأثير تمرينات خاصة مع تناول المكمل الغذائي ( 90 )<br>لتطوير كثافة العضلات والانجاز للرباعين الشباب                            | أ.م.د. بهاء محمد تقي<br>محمد جبران عبد الصاحب                            | 9  |
| 115-106    | اثر تمرينات لاهوائية ومستخلص الجينسنج في بعض<br>مؤشرات الاجهاد التأكسدي وتحمل الاداء للاعبين كرة اليد                         | أ.د. ولاء ابراهيم فاضل<br>أ.م.د. حاسم عبد الجبار صالح<br>أحمد سلمان جاسم | 10 |
| 132-116    | تأثير تدريبات بتداخل مقاومتين في تطوير القدرة الانفجارية  | أ.م.د. علاء فليح جواد  | 11 |

|         |  |   |    |
|---------|--|---|----|
|         | للرجلين والخطوات الإيقاعية بين الحواجز وانجاز ركض<br>110م حواجز دون 20 سنة   | أ.د نادية شاكر جواد<br>مثنى عبد الأمير عبد الحسين                             |    |
| 144-133 | اثر تمارينات مهارية في خفض التلوث النفسي وبعض<br>القدرات العقلية والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة للمعاقين<br>حركيا | م.د. ميادة تحسين عبد الكريم   | 12 |
| 160-145 | بناء مقياس الثقافة التنظيمية لرؤساء اندية الدرجة الاولى<br>بكرة القدم  | أ. د حيدر سلمان محسن<br>أ. م. د خليل حميد محمد<br>م. م. محمد جابر كاظم        | 13 |
| 173-161 | تقييم التهديد من مسافات ومناطق مختلفة للاعبين<br>خماسي كرة القدم وعلاقتها بترتيب فرق الجامعات العراقية               | م.م محمد بجاي عطية<br>م.م ميثم محمد علي                                       | 14 |
| 186-174 | التنبؤ بالتفكير الخططي بدلالة الذكاء الجسمي-الحركي<br>والمواجهة الإيجابية للاعبين كرة القدم الشباب                   | أ.د حسين عبد الزهرة<br>أ.م صاحب عبد الحسين<br>احمد يحيى حسن                   | 15 |
| 201-187 | تدريبات خاصة بجهاز قوة المجال المغناطيسي وتأثيرها في<br>تطوير بعض القابليات البدنية لوثبي العالي المتقدمين           | أ.م.د حسن علي حسين<br>أ.م.د زهير صالح مجهول<br>مهيمن فليح عبد                 | 16 |
| 219-202 | القدرة القيادية لرؤساء الفروع وعلاقتها بالولاء التنظيمي<br>لتدريسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد    | م.د. ثامر حماد رجه  | 17 |
| 226-220 | أثر تمارينات تأهيلية بمصاحبة التحفيز الكهربائي في<br>تحسين متلازمة النفق الرسغي للاعبين الكرة الطائرة<br>المتقدمين   | أ.م. د حسين مكي المعمار<br>أ. م. د رافد سعد المحنا<br>أروى نجم عبد عون السعدي | 18 |
| 243-227 | تأثير تمارينات بالأسلوب الدائري المعدل في تطوير تحمل<br>السرعة وتحمل القوة وانجاز 1500م متقدمين                      | أ.م. د امجد مسلم مهدي<br>أ.م. د علاء فليح جواد<br>حسين علاوي عبد              | 19 |
| 252-244 | تأثير تمارينات علاجية على التحذب الظهري للنساء<br>المصابات بهشاشة العظام بسن (50-55)                                 | أ.م.د شيماء رضا الاعرجي<br>شيماء حبيب علي                                     | 20 |
| 261-253 | اثر تدريبات بشدة المنافسة لتطوير القوة السريعة وسرعة<br>الطعن للاعبين سلاح الشيش ناشئين                              | م.م. منى احسان محمد باقر  | 21 |

|         |  |   |    |
|---------|--|---|----|
| 275-262 | تأثير إستراتيجية التعليم المتمايز وفقا للأنشطة المتدرجة في التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم            | م. د ربيع حازم سلمان<br>أ.م.د سلوان خالد محمود<br>أ.د اسماعيل زيد عاشور | 22 |
| 288-276 | تأثير تمارينات مركبة مختلفة الشدة في تطوير تحمل الاداء وانزيم LDH والتصرف الخططي للاعبي كرة القدم الشباب                     | م.م محمد بجاي عطية<br>م.م مثنى محمد عبد الامير                          | 23 |
| 313-289 | اثر استخدام تمارينات الكارديو في تطوير القدرات البدنية والفسيوولوجية ودقة اداء مهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد للشباب | م.م سامرمهدي محمد صالح<br>م.م غيث محمد كريم<br>م.م رياض اموري شعلان     | 24 |