



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

م 2024

المجلد التاسع

العدد الثاني



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	أ. 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
أ.د يعرب خيون عبد الحسين	التعلم الحركي	علوم التربية الرياضية	استاذ مغترب/الولايات المتحدة الامريكية
أ.د محمود داود سلمان	مناهج وطرائق تدريس	علوم التربية الرياضية	جامعة المستقبل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د حسين مردان عمر	الاحصاء الرياضي	علوم التربية الرياضية	جامعة القادسية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د. جمال صبري فرج	التدريب الرياضي	علوم التربية الرياضية	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د. اسامة احمد حسين	فلسفة- تدريس	علوم التربية الرياضية	جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د عبد الستار عبد الجبار ضمد	علم النفس الرياضي	علوم التربية الرياضية	جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د حسن هادي الزبيدي	تعلم معاقين	علوم التربية الرياضية	جامعة المثنى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### المقوم اللغوي

أ.د. حيدر سلمان محسن (اللغة الانكليزية)

أ.د. ولاء فاضل ابراهيم (اللغة الانكليزية )

م. د ساهرة عليوي (اللغة العربية)

### الإخراج والتنضيد

السيدة بيداء جواد فرحان الحساوي

السيدة انوار عبد كريم

### محاسب المجلة

رضا عبد عون محمد

## 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) للعناوين 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	100000 مائة الف دينار
استاذ مساعد	90000 تسعون الف دينار
مدرس فما دون	80000 ثمانون 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.

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
10 - 9	15 دقيقة يوميا قد تكفي لنحصل على جسم رياضي؟	م.د. علي حسين سعيد	1.
12 - 11	الخصائص الفسيولوجية للتدريب الرياضي على الرياضيين	م. م. زيد مكي جاسم	2.
24 - 13	تأثير تمارينات (Plank) لتطوير التوازن الحامضي - القاعدي و سرعة أداء التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف للاعبين كرة اليد الشباب	م. م. زهراء راضي جبار	3.
38 - 25	دراسة مقارنة لاستخدام الوسائل التعليمية في دروس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسيها وفق متغيرات ( الجنس_ الخبرة _ المؤهل العلمي)	م. م. اسعد حميد عبد علي	4.
57 - 39	تأثير تمارينات خطوية بأسلوب الدمج وفق أنموذج بوسنر في تطوير التشكيلات الهجومية والدفاعية بالكرة الطائرة للطلاب	م. د. جلييلة جوهر عبدالله	5.
80 - 58	تنمية منهج تطويري على وفق المراقبة الذاتية في الرضا عن التعلم لبعض المهارات الأساسية وبعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي الكرة الطائرة	أ. م. د. بسيم عيسى يونس	6.
94 - 81	الذكاء المكاني البصري وعلاقته بدقة أداء الضربة الأمامية والخلفية بالتنس للطلاب	م. م. سارة رشيد احمد	7.
106 - 95	اثر تمارينات الأيروبيك وفقاً للمتغيرات البايوكينماتيكية في تعلم مهارة عارضة التوازن	مسار احمد حمزة أ. د. نادية شاكر جواد أ. م. د. عبير علي حسين	8.
117 - 107	تأثير تدريبات العضلات المستهدفة بأوزان مضافة في اشكال القوة الخاصة وانجاز عدو 400 م تحت 19 سنة	أ. م. د. د. زينب قحطان عبد المحسن	9.
133 - 118	الصمود الاكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل	م. د. علي عبدالاله يونس الحيايلى	10.
152 - 134	تأثير تدريبات التحمل الخاص وفق قانون القدرة في تكرار الهجوم السريع الفردي للاعبين كرة اليد تحت 19 سنة	هيثم عوده جاسم أ. د. حاسم عبد الجبار أ. د. نادية شاكر جواد	11.
171 - 153	تأثير أنموذج مكارثي في تعلم بعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب	م. م. اسعد خضير عبد الرحمن	12.
212 - 172	التوجيه والرقابة وعلاقتها بتحسين العمل الرياضي بمديرية الشباب والرياضة في محافظة بابل	م. م. زيد مكي جاسم	13.

228 - 213	منهج تعليمي باستخدام الاستراتيجية البنائية وتأثيره في مهارتي الاعداد والاستقبال بالكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	م . د . صباح حسن فرحان	14.
249 - 229	تأثير التدريبات التوقيتية الشمولية في السعة الهوائية وانجاز عدائي الـ 800 متر تحت 20 سنة	طيف علي حسين أ. د. علاء فليح جواد	15.
260 - 250	تأثير برنامج ارشادي في تحسين مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي التنس الارضي في المنطقتين الوسطى والجنوبية	منار جاسم محمد	16.
271 - 261	تأثير تمرينات بدنية خاصة تأهيلية وقائية لمفصل المرفق لدى لاعبات كرة اليد للطلاب	م. م. مخلد نعمه هارون الجبوري	17.
283 - 272	تأثير تمرينات بدنية خاصة تأهيلية وقائية لمفصل المرفق لدى لاعبات رمي الرمح باعمار (18-20) سنة	م. م. شيماء حبيب علي	18.
295 - 284	سياسة وإجراءات مدرء المدارس الثانوية في دعم النشاط الرياضي من وجهة نظر التربوية الرياضية	م. د. منال محسن حمود عكلة	19.
306 - 296	أدارة نظم المعلومات في حل المشكلات لمديري اقسام النشاط الرياضي والمدى وجهة نظر المشرفين الفنيين	م. د. اشواق جاسم محمد مجيد	20.
324 - 307	أثر استخدام تقنيه الأفلام التدريبية في تطوير بعض المتغيرات الكينماتيكية وانجاز فعالية القفز بالزانة	أ. م. د. محمد مجيد صلال	21.
337 - 325	أثر استخدام إستراتيجية (فكر - زواج - شارك) في تعلم مهارتي الرمية الحرة والمناولة الصدرية بكرة السلة للطلبات	م. م. نورس عجيل ياور	22.
358 - 338	تأثير منهج تدريبي مقترح للتمرينات المشروطة في تحسين مستوى بعض المهارات الأساسية لحراس المرمى الناشئين بكرة القدم	م. د. صفاء كاظم راضي	23.
378 - 359	دور المقرر الدراسي لتاريخ التربية البدنية في مهارات التفكير التاريخي من وجهة نظر طالبات المرحلة الأولى	أ. م. د. زينب علي عبد الأمير	24.
392 - 379	تأثير منهج تعليمي في أداء مهارتي التمرير والتهديف بكرة القدم لدى لاعبي المركز التخصصي لكرة القدم في محافظة ذي قار	م. كمال عبد نجم م. د. محمد شبرم علوان	25.
411 - 393	تاريخ الرياضة عند العرب ومراحل تطورها من وجهة نظر الفيلسوف (ابن سينا)	م. م. حسام محمد نعيم م. م. وسن محمد نعيم مؤيد نجاح جواد	26.

438 - 412	منهج تدريبي مقترح باستخدام الاسلوب التدريبي التبادلي وأثره على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم الصالات	م. د. محمد علي ابراهيم	27.
457 - 439	اثر تمارين باسلوب تعقيد القوة في بعض القدرات البدنية والانجاز 100 متر حواجز نساء	م. م. علي عبد الامير حسين	28.
468 - 458	تأثير تدريبات Crossfit في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي الشباب بالملاكمة	م. عمار موسى جعفر	29.
482 - 469	تأثير نظام الرصد والمتابعة على وفق الخصائص المميزة للحركة في تعلم حركات الميزان على عارضة التوازن للطلقات	م. يسرى صفاء حسن	30.
496 - 483	دراسة مقارنة لدقة أداء بعض اشكال مهارة الأعداد بين ناشئي وناشئات الكرة الطائرة	أ. م. د. احمد حسن صابر الكعبي	31.
508 - 497	تأثير تمارين مهارة بأسلوب اللعب السريع في تطوير بعض القدرات الحركية ودقة المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات	م. د. تركي هلال كاظم سلمان	32.
527 - 509	المخاوف الرياضية وأثرها على دافعية التعلم لدى الطلبة المقبولين حديثاً بكليات التربية البدنية وعلوم الرياضية	م. م. عبدالعزيز محمود يونس العكدي	33.
543 - 528	تأثير اساليب تدريسية متزامنة في تعلم مهارتي الإرسال المتموج واستقبال الإرسال بكرة الطائرة للطلاب	م. د. رياض اموري شعلان	34.
558 - 544	بناء إنموذج حركي للمهارة الهجومية المركبة (الاستلام والطبقة والتصويب السلمي) بدلالة الرشاقة والثقة بالنفس بكرة السلة للطلاب	م. د. سيف الدين دحام عواد م. د. أنس عبد الستارعيد	35.
578 - 559	توظيف تقنيات الذكاء الاصطناعي في العملية التعليمية لدرس التربية الرياضية من وجهة نظر المدرسين	م. م. صفا علي غريب	36.
605 - 579	تأثير تدريبات تقييد تدفق الدم الوريدي في بعض المتغيرات البدنية ودقة التصويب من منطقة الزاوية لدى لاعبي كرة اليد	أ. م. د. بزار علي جوكل	37.