

## السيرة الذاتية



الاسم الرباعي: حسام محمد هيدان ماضي

تاريخ الولادة: ١٩٧١/٢/٩

- الشهادة : الدكتوراه / تاريخ الحصول عليها : (٢٠١٣/٨/٢٢)

التخصص العام: التربية البدنية وعلوم الرياضة التخصص الدقيق: علم التدريب الرياضي

اللقب العلمي : استاذ مساعد / تاريخ الحصول عليه : (٢٠١٦/٨/٢٢)

عدد سنوات الخدمة في التعليم العالي : (١١ سنوات)

عدد سنوات الخدمة خارج التعليم العالي : لا يوجد

البريد الإلكتروني : drhussamalkazrj@gmail.com

الجهة المانحة للشهادة البكالوريوس : جامعة بغداد

تاريخ الحصول عليها : (١٩٩٣-١٩٩٤)

الجهة المانحة لشهادة الماجستير : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (٢٠٠٨)

الجهة المانحة لشهادة الدكتوراه : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (٢٠١٣)

## ملخص رسالة الماجستير

# تأثير استخدام تمرينات البليومتر ك بأسلوب الدائري والمحطات في تطوير القوة الانفجارية لبعض أنواع التصويب بكرة اليد

المشرفان

أ.د. ناظم كاظم جواد أ.م. د. أياد حميد رشيد  
الباحث

حسام محمد هيدان

اشتملت الرسالة على خمسة أبواب هي :

**الباب الأول: التعريف بالبحث:**

**المقدمة وأهمية البحث:**

تطرق الباحث إلى التطور الحاصل في المجال الرياضي والتأكيد على استخدام الوسائل التدريبية الحديثة في مجال كرة اليد لتطوير قدرات اللاعبين البدنية للوصول للمستويات المتقدمة من خلال استخدام تمرينات البليومتر كأسلوبين تدريبيين ( أسلوب التدريب الدائري وأسلوب تدريب المحطات) في تطوير القوة الانفجارية وبعض أنواع التصويب بكرة اليد ، أما مشكلة البحث فتركزت بقلة اهتمام المدربين في إعطاء تمرينات البليومتر خلال الوحدات التدريبية على الرغم من كونها تنمي صفة القوة الانفجارية والتي لها أهمية كبيرة للاعب كرة اليد في أداء اغلب أنواع التصويب والذي يعتمد عليه في تحديد نتائج المباريات.

## هدفا البحث:

1. التعرف على تأثير استخدام تمرينات البليومترك في تطوير القوة الانفجارية وبعض أنواع التصويب بكرة اليد لدى أفراد عينة البحث.
2. التعرف على أي من الأسلوبين الدائري أم المحطات أفضل في تطوير القوة الانفجارية وبعض أنواع التصويب بكرة اليد لدى أفراد عينة البحث.

## فرضيتا البحث :

1. لا توجد فروق معنوية باستخدام تمرينات البليومترك بأسلوبي (الدائري والمحطات) في تطوير القوة الانفجارية وبعض أنواع التصويب بكرة اليد بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية .
2. لا توجد فروق معنوية بين أسلوبي (الدائري والمحطات) باستخدام تمرينات البليومترك في تطوير القوة الانفجارية وبعض أنواع التصويب بكرة اليد .

## مجالات البحث:

- **المجال البشري :** لاعبو شباب نادي ديالى الرياضي بكرة اليد بأعمار ١٨-١٩ سنة .
- **المجال الزمني:** الفترة من ٢٠٠٨/٢/٣ ولغاية ٢٠٠٨/٥/١٨.
- **المجال المكاني :** قاعة نادي ديالى الرياضي المغلقة.

## الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة

اشتمل هذا الباب على الجانب النظري والدراسات المشابهة ، إذ ضم الجانب النظري مفهوم وتدريب وتمرينات البليومترك ، والقوة الانفجارية ودورها في الأداء بكرة اليد ، وأسلوب التدريب الدائري وأسلوب تدريب المحطات ، وأنواع التصويب بكرة اليد والأخطاء الشائعة في أداء مهارة التصويب.

أما الدراسات المشابهة فقد اشتملت على دراستين، دراسة سعد محسن إسماعيل ودراسة أياد حميد رشيد فضلا عن التعليق على هاتين الدراستين.

### الباب الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

تم استخدام المنهج التجريبي لملائته طبيعة البحث وقد اشتملت عينة البحث على (٢٠) لاعبا يمثلون نادي ديالى الرياضي ، إذ تم تقسيمهم على مجموعتين متكافئتين أحدهما تستخدم تمرينات البليومتر ك بأسلوب التدريب الدائري والمجموعة الثانية تستخدم تمرينات البليومتر ك بأسلوب تدريب المحطات ، كما تضمن الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث والاختبارات وكيفية اختيارها وإجراءات البحث الميدانية ، أما الوسائل الإحصائية، فقد استخدم الباحث اختباري (ولكوكسن ومان وتني) لمعالجة البيانات الإحصائية .

### الباب الرابع : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تم في هذا الباب عرض نتائج الاختبارات المحتسبة باستخدام اختبار ( ولكوكسن) بين الاختبارين القبلي والبعدي لكل مجموعة تجريبية على جانب ، و ثم عرض نتائج الاختبارات المحتسبة باستخدام اختبار ( مان وتني) بين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبتين فضلا عن مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها.

### الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث خرج بالاستنتاجات الآتية:

١. التنظيم الجيد للتمرينات البليومترية المستخدمة في البحث والتدرج بالصعوبة أسهم في تنفيذ مفردات المنهج من قبل اللاعبين، وان تمرينات البليومتر ك

المستخدمة في البحث لها اثر ايجابي في تطوير القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين.

٢. إن أسلوبى التدريب الدائري وتدريب المحطات لهما نتائج ايجابية في ما لو استخدمت تمرينات البليومترى بأحد هذين الأسلوبين.

٣. إن تطور القوة الانفجارية لعضلات الرجلين والذراعين اثر ايجابيا على التصويب بكرة اليد، وهذا يدل على العلاقة الطردية بين القوة الانفجارية ومهارة التصويب بكرة اليد.

٤. للصفات البدنية أثرا ايجابيا في أداء المهارات الأساسية في النشاط الممارس.

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث يوصى بما يأتي:

١. الاعتماد بشكل كبير على تمرينات البليومترى في المناهج التدريبية لفئة الشباب حتى يضمن تطور القوة الانفجارية في المستويات العليا.

٢. استخدام تمرينات البليومترى بأي أسلوب من الأسلوبين ( الدائري أو المحطات) لان لهما الأثر التدريبي نفسه على تطوير القوة الانفجارية.

٣. الاهتمام بتطوير القوة الانفجارية كونها نوعا مهما من أنواع القوة العضلية ولها تأثير مباشر في بعض المهارات الأساسية عموما ومهارة التصويب خصوصا.

٤. توفير المستلزمات الضرورية لأداء تمرينات البليومترى واستخدامها بالطرق العلمية.

٥. مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين عند استخدام تمرينات البليومترى بشدد عالية.

٦. تشجيع المدربين على الاهتمام بتمرينات وتدريبات البليومترى ، إذ يساهم في تطوير الصفات البدنية والمهارات الحركية التي لها دور كبير في أداء مهارة التصويب التي يعول عليها في كسب المباريات.

## ملخص اطروحة الدكتوراه

(تأثير التدريب المتباين وفق محكات مرجعية في تطوير القوة الخاصة  
وبعض أنواع التصويب لفئة الشباب بكرة اليد)

المشرف

المشرف

أ.م. د أياد حميد رشيد

حسام محمد هيدان

٢٠١٣م

١٤٣٤هـ

اشتملت الأطروحة على خمسة أبواب هي :

الباب الأول: التعريف بالبحث:

المقدمة وأهمية البحث:

تعد كرة اليد من الألعاب الجماعية ذات الأثر الكبير في نفوس الجماهير الرياضية، لما تحتويه من عناصر سرعة وقوة وإثارة، مما يزيد من تفاعل الجمهور مع مجريات المباراة، لذا لا بد من توافر عناصر القوة الخاصة لدى اللاعبين لمجاراة طبيعة الأداء المهاري لهذه اللعبة، ومن هذه الأساليب الحديثة التي لها أثر كبير في تطور القوة العضلية هو أسلوب التدريب المتباين والذي يطلق عليه التدريب البلغاري انسجاما مع نشأة هذا الأسلوب التدريبي، والذي يعتمد على التباين في طبيعة التدريب من حيث الشدد المستخدمة في أداء التمرينات البدنية والمهارية، وحتى تستمر العملية التدريبية في تحقيق أهدافها الموضوعية للاعب أو للفريق كآلة لا بد من إخضاع اللاعبين إلى عملية تقويم مستمرة، وهذه العملية تصبح من دون جدوى إلا إذا توافرت لدى المدرب قيم حقيقية أو محكات خارجية للاعبين أنفسهم حتى يقارن



نتائج التقييم مع هذه الدرجات ليصبح على بيئة من المستوى الذي وصل إليه الفريق بدنيا أو مهاريا ليقف على الأخطاء التي قد تواجهه في أثناء الفترة التدريبية، ومحاولة التغيير في مفردات المنهج لتتنفق مع مستوى أفراد الفريق، ويحقق أهدافه المرسومة لهم، لذا فان أهمية البحث تتجلى باستخدام أسلوب التدريب المتباين داخل مجموعة التمرينات وفق محكات مرجعية في تطوير القوة الخاصة، وبعض أنواع التصويب للاعبين الشباب بكرة اليد.

### ١-٢ مشكلة البحث:

من خلال دراسة المشكلة ميدانيا واستخراج معايير مَحْكِيَّة المرجع والمتابعة والملاحظة لأغلب مباريات فرق الشباب بكرة اليد تتجلى مشكلة مستديمة ألا وهي الضعف في مستوى عناصر القوة الخاصة للاعبين مما ينعكس سلبيا على مستوى أدائهم في أثناء المباريات، والانخفاض الكبير في المستوى المهاري والبدني خلال الربع الأخير من المباراة، وبعد إجراء العديد من المقابلات والاطلاع على العملية التدريبية لأغلب فرق الشباب بكرة اليد في العراق وجد الباحث الرتابة في العملية التدريبية، وعدم مراعاة القياس والتقويم السليم خلال الفترات التدريبية مما لا يعطي مدلولات حقيقية على المستوى الذي وصل إليه اللاعب، إذ ان اغلب المناهج التدريبية الموضوعة من أغلب المدربين في البيئة العراقية لا تتم فيها مقارنة نتائج أفراد الفريق مع محكات خارجية حتى يتم تعرّف المستوى الذي وصل إليه اللاعب، وهل تحققت أهداف المنهج التدريبي مما يدفع بالعملية التدريبية إلى الأمام، وتلافي الأخطاء والضعف الذي يصيب اللاعب في أثناء فترة المنافسات.

### ١-٣ أهداف البحث:

١. بناء معايير محكية المرجع للقوة الخاصة وأنواع التصويب في لعبة كرة اليد لفئة الشباب قيد البحث.

٢. إعداد منهج تدريبي بأسلوب التدريب المتباين لتطوير القوة الخاصة وبعض أنواع التصويب بكرة اليد لفئة الشباب.

٣. تعرّف تأثير المنهج المعدّ بأسلوب التدريب المتباين في تطوير القوة الخاصة، وبعض أنواع التصويب بكرة اليد لدى عينة البحث.

٤. تعرّف فاعلية توظيف المعايير المحكية المرجع في التدريب المتباين في تطوير القوة الخاصة، وبعض أنواع التصويب بكرة اليد لدى أفراد عينة البحث.

#### ٤-١ فرضيات البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في اختبارات القوة الخاصة، واختبارات التصويب لدى أفراد عينة البحث.

٢. يوجد تأثير معنوي لتوظيف المعايير المحكية المرجع في التدريب المتباين في الاختبارات التكوينية للقوة الخاصة، وبعض أنواع التصويب لدى أفراد عينة البحث.

٣. توجد نسبة تطور في القوة الخاصة والتصويب بالقفز عالياً ومن الثبات بكرة اليد لدى أفراد المجموعة التجريبية.

#### ٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو أندية الكرخ واربيل والسليمانية والبشمركة والجيش وكرلاء وديالى لفئة الشباب بكرة اليد في العراق.

١-٥-١ المجال الزمني: المدة من ٢٠١١/١٢/١٥ ولغاية ٢٠١٣/٣/١

٣-٥-١ المجال المكاني: قاعات وساحات كرة اليد في أندية الكرخ واربيل والسليمانية والبشمركة والجيش وكرلاء وديالى.



## الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة

اشتمل هذا الباب على الجانب النظري والدراسات المشابهة، إذ ضم الجانب النظري الأدبيات والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث وتتعلق بمتغيراته، أما الدراسات المشابهة فقد اشتملت على دراسة عزة إبراهيم السيد محروس، ودراسة ليث إبراهيم جاسم الغريبي.

## الباب الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

اتبع الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لتحقيق الهدف الأول للبحث في استخراج المحكات المرجعية للقوة الخاصة والتصويب بالقفز عالياً ومن الثبات بكرة اليد للاعبين الشباب، إذ بلغ عدد أفراد عينة المحكات (٩٥) لاعبا من أندية الكرخ واربيل والسليمانية والبيشمركة والجيش وكربلاء وديالى لفئة الشباب، واتبع الباحث المنهج التجريبي ذا تصميم المجموعة الواحدة لتحقيق أهداف البحث الثاني والثالث وفرضيات البحث، واشتملت العينة التجريبية على (١٣) لاعبا من نادي ديالى الرياضي اختيروا من الفرق التي احتلت المراكز الأخيرة في الدوري للموسم ٢٠١٠، إذ احتل نادي ديالى الرياضي لفئة الشباب المركز ما قبل الأخير، وتم تطبيق منهج التمرينات بأسلوب التدريب المتباين داخل المجموعة الواحدة من التمرينات، واستمر تنفيذ المنهج مدة شهرين، بواقع (٢٤) وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً، وراعى الباحث إجراء اختبارات تكوينية (مرحلية) على أفراد العينة التجريبية للوقوف على المستوى الذي حققه ومدى تأثير الأسلوب التدريبي المتبع إذ تم إجراء اختبارين في منتصف التجربة فضلا عن القياسين القبلي والبعدي، ومن خلال نتائج هذه الاختبارات تم التحقق من مستوى اللاعبين الذين حققوا نتائج جيدة مقارنة مع المحكات المرجعية التي استخرجت سابقا من مجتمع البحث، فهؤلاء اللاعبون يستمرون في مفردات المنهج، أما اللاعبون الذي لم يصلوا إلى تحقيق درجة مقارنة

للمحك بما تساوي (٨٠%) فهم يتدربون بشكل إضافي باستخدام وحدات تدريبية ضاربة لكسر ثبات المستوى والارتقاء بهم أسوة بزملائهم، ومن ثم استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الملائمة لاستخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها.

#### الباب الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

إن النتائج التي توصل إليها الباحث تشير إلى وجود فروق معنوية لصالح الاختبارات البعدية في جميع المتغيرات البدنية والمهارية، كما أثبتت النتائج التأثير الإيجابي للتدريب المتباين وفق المحكات المرجعية في تطوير هذه المتغيرات، وفاعلية هذه الطريقة في تحقيق أهداف البحث وفرضياته، وكانت هناك نسب تطور جيدة في متغيرات البحث جميعها لدى أفراد عينة البحث، وهذه النتائج تدل على فاعلية استخدام أسلوب التدريب المتباين، وكذلك فاعلية التدريب وفق محكات محكية التي تعطي مفهوماً واضحاً لسير العملية التدريبية، وما يحققه اللاعبون من تقدم في المستوى خلال فترات التدريب.

#### الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث خرج بالاستنتاجات الآتية:

١. إن جميع نتائج المحكات المرجعية المستخرجة من مجتمع كرة اليد العراقية لفئة الشباب تشير إلى وجود ضعف في مستوى القوة الخاصة والتصويب بالقفز عالياً ومن الثبات بكرة اليد.
٢. إن استخدام المحكات المرجعية في تقييم مستوى اللاعب يعطي تفسيراً واضحاً للمدرب لسير العملية التدريبية، ونقاط الضعف والقوة للاعبين، والمنهج التدريبي المستخدم.

٣. إن إجراء الاختبارات المرحلية طيلة فترات التدريب للوقوف على نتائج هذه الاختبارات ومقارنتها مع محكات مرجعية للمجتمع نفسه، ومن البيئة المحلية نفسها يعطي نتائج مدروسة وحقيقية لمستوى اللاعبين خلال التدريب.

٤. أثبت أسلوب التدريب المتباين فاعليته في تطوير القوة الخاصة لأفراد عينة البحث، لتأثيره الايجابي في خلق جو تدريبي يتفاعل معه اللاعبون بعيدا عن الرتابة في استخدام الشدة الواحدة داخل مجموعة التمرينات.

٥. إن استخدام تمرينات مهارية تخدم الجانب البدني والمهاري في الوقت نفسه يزيد من تطوير اللاعبين، ويساعد في إيجاد مساحة واسعة لأداء الجهد البدني الايجابي في عملية اللعب.

و يوصي بما يأتي:

١. اعتماد المدربين على المحكات المرجعية المستخلصة من المجتمع، ومقارنة نتائج اللاعبين معها، لتصحيح الأخطاء وتقويم العملية التدريبية.

٢. استخدام أسلوب التدريب المتباين داخل مجموعة التمرينات في تمرينات القوة الخاصة لفاعليته في تحفيز اللاعبين والارتقاء بالمستوى.

٣. التنوع في استعمال أساليب التدريب الحديثة كي يعمل على كسر الجمود في المستوى (تكوّن الهضاب)، وتطوير اللاعبين بنديا ومهاريا.

٤. إجراء دراسات لإيجاد المحكات المرجعية للصفات البدنية الأخرى، حتى تتكامل لدى المدربين مجموعة محكات تضم الصفات البدنية كافة الخاصة بلعبة كرة اليد، والتي على ضوءها تجري العملية التدريبية بصورة علمية ودقيقة.

٥. إجراء دراسات لأسلوب التدريب المتباين في أنواعه الأخرى لفاعلية هذا الأسلوب التدريبي وتأثيره في تطوير الصفات البدنية، والتي تنعكس إيجابا على الأداء المهاري

### ❖ الوظائف التي شغلها:

ت	الوظيفة	مكان العمل	الفترة من – الى
١	مقرر مجلة علوم الرياضة	جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠٠٩ الى ٢٠١٠
٢	الدراسات والتخطيط والمتابعة	جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠١٣-٢٠١٤
٣	التسجيل	جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠١٤-٢٠١٥
٤	رئيس فرع الالعاب الفرعية	جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠١٥-٢٠١٨

### ❖ الجامعات او المعاهد التي قام بالتدريس فيها

ت	الجهة ( الجامعة / الكلية / المعهد )	الفترة من – الى	الملاحظات
١	جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠٠٨-٢٠٢١	

### ❖ المقررات الدراسية التي قام بتدريسها

ت	الجامعة	الكلية	القسم	المادة	السنة الدراسية
١	ديالى	التربية الرياضية	العلوم النظرية	البحث العلمي	٢٠٠٨-٢٠٠٩
٢	ديالى	التربية الرياضية	العلوم النظرية	علم التدريب الرياضي/المرحلة الثاني	٢٠١٤-٢٠١٥
٣	ديالى	التربية الرياضية	العلوم النظرية	علم التدريب الرياضي	٢٠١٦- ولحد الان

	/المرحلة الرابعة				
٢٠١٠/٢٠٠٩	كرة اليد/المرحلة الثانية	الالعاب الفرقيه	التربية الرياضية	ديالى	٤
٢٠١٤-٢٠١٠	كرة اليد/المرحلة الرابعة	الالعاب الفرقيه	التربية الرياضية	ديالى	٥
٢٠١٤- ولحد الان	كرة اليد/المرحلة الثالثة	الالعاب الفرقيه	التربية الرياضية	ديالى	٦
٢٠٢١	كتابة الرسالة	الدراسات العليا	التربية الرياضية	ديالى	٧

❖ المقررات الدراسية التي قام بتطويرها او ساهم في تطويرها

ت	الجامعة	الكلية	القسم	المادة	السنة الدراسية
١	ديالى	التربية الرياضية	الالعاب الفرقيه	كرة اليد	٢٠١٨

❖ الإشراف على الرسائل والاطارح

ت	الجامعة	الكلية	القسم	السنة الدراسية
١	ديالى	التربية البدنية وعلوم الرياضة		٢٠١٧-٢٠١٨
عنوان الرسالة أو الاطروح		تأثير استخدام جهاز تدريبي مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة وإنجاز فعالية (١٠٠م) شباب		
ت	الجامعة	الكلية	القسم	السنة الدراسية
٢	ديالى	التربية البدنية		٢٠٢٠-٢٠٢١

		وعلوم الرياضة	
تأثير تمرينات مهارية بأسلوب التدريب المركب النوعي في اهم القدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة اليد بأعمار (١٦-١٨) سنة		عنوان الرسالة او الأطروحة	

### ❖ المؤتمرات والندوات العلمية والورش التي شارك فيها

المؤتمر الدولي الاول كرميان / كلية التربية الرياضية				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة ( بحث - حضور )	السنة الدراسية
١	جامعة كرميان	التربية الرياضية	■ - □	٢٠١٤
المؤتمر الدولي الاول جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة ( بحث - حضور )	السنة الدراسية
٢	ديالى	التربية البدنية وعلوم الرياضة	■ - □	٢٠١٨
المؤتمر الدولي الاول جامعة السليمانية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة ( بحث - حضور )	السنة الدراسية
٣	السليمانية		■ - □	٢٠١٨
المؤتمر العلمي الثاني/ جامعة دهوك/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة ( بحث - حضور )	السنة الدراسية
٤	دهوك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	■ - □	٢٠٢٠



الدورات التي شارك بها والتي اقامها

ت	عنوان الدورة	دورة تحكيمية في كرة السلة
١		
مكان الانعقاد	العراق - ديالى	٢٠١٧
ت	عنوان الدورة	دورة تحكيمية في كرة اليد
٢		
مكان الانعقاد	العراق - ديالى	٢٠١٨

❖ المشروعات البحثية في مجال التخصص لخدمة البيئة والمجتمع أو تطوير

التعليم

ت	عنوان البحث	محل النشر	السنة
١	تأثير تمرينات مشابهة لحركات اللعب المختلفة في تطوير بعض المهارات الهجومية الفردية بكرة اليد	مجلة علوم الرياضة	٢٠١٠
٢	اثر استخدام التعلم الاتقاني في تعلم مهارة المناولة ونقل أثرها إلى مهارة التصويب بكرة اليد	مجلة علوم التربية الرياضية	٢٠١٠
٣	تحديد مستويات معيارية للقوة الانفجارية والمميزة بالسرعة كمؤشر لقبول الطالبات في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى	مجلة علوم الرياضة	٢٠١٢
٤	اثر التدريب بالشدتين القصوى وفوق القصوى في تطوير القوة الخاصة للاعبين الشباب بكرة اليد	المجلة الرياضية المعاصرة	٢٠١٣
٥	بناء معايير محكية المرجع ومستويات للقوة الخاصة وبعض أنواع التصويب لفئة الشباب بكرة اليد في العراق	مجلة علوم الرياضة	٢٠١٣

٢٠١٤	مجلة الرياضة المعاصرة- كلية التربية الرياضية للبنات-جامعة بغداد	تأثير تمرينات مشابهة للأداء باستخدام الاشرطة المطاطية في تطوير قوة التصويب ودقته للاعبين الشباب بكرة اليد	٦
٢٠١٦	مجلة علوم الرياضة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ديالى	تأثير التدريب الهرمي بالحمل الفترتي المرتفع والمخفض الشدة في تطوير تحمل القوة المميزة بالسرعة للاعبي كرة اليد الشباب	٧
٢٠١٧	مجلة دراسات-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة البصرة	تأثير تمرينات الاطالة العضلية المصاحبة للمقاومات في تطوير القوة الانفجارية ومرونة الاكتاف والجزع وعلاقتها بقوة التصويب للاعبي كرة اليد	٨
٢٠١٨	مجلة علوم الرياضة	تأثير تمرينات باستخدام وسائل تدريبية مساعدة تطوير مهارة المناولة الطويلة والقصيرة للاعب الناشئين بكرة اليد	٩
٢٠١٩	مجلة علوم الرياضة	تأثير تمرينات باستخدام جهاز تدريبي معدل في تطوير القوة والسرعة الخاصة للاعبي كرة اليد الشباب	١٠

❖ **المجلات العالمية ومجلة ( impact factors ) التي قام بالنشر فيها**

International Journal of psychosocial Rehabilitation	اسم المجلة	ت
THE EFFECT OF TRAINING IN TWO METHODS TO DEVELOP DISTINCTVE SPEED POWER AND SOME BASIC SKILLS تأثير طريقتين تدريبيتين في تطوير القوة السريعة وبعض المهارات الاساسية بكرة اليد	عنوان البحث	
٢٠٢٠		الدولة /
JOURNAL OF CRITICAL REVIEWS	اسم المجلة	ت
THE FLEXIBLE RESISTANCES TO DEVELOP THE MUSCULAR	عنوان البحث	

ABILITY OF THE ARMS AND LEGS AND ITS EFFECT ON THE POWER AND ACCURACY OF THE AIMING USE OF FOR YOUNG HANDBALL PLAYERS استخدام اسلوب المقاومات المرنة في تطوير القدرة العضلية للذراعين والرجلين وتأثيره في قوة ودقة التصويب للاعبين كرة اليد الشباب		
٢٠٢٠		الدولة /

JOURNAL OF CRITICAL REVIEWS		ت	اسم المجلة
TRAINING THE MAXIMUM FORCE AND SPEED AND ITS EFFECT ON DEVELOPING EXPLOSIVE POWER AND DISTINCTIVE SPEED, FOR YOUNG PLAYERS WITH HANDBALL تدريب القوة القصوى والسرعة وتأثيرها في تطوير القوة الانفجارية والمميزة بالسرعة للاعبين الشباب بكرة اليد		عنوان البحث	
٢٠٢٠		الدولة /	

European journal of molecular and clinical medicine		ت	اسم المجلة
THE USE OF BALLISTIC TRAINING METHOD IN THE DEVELOPMENT OF SPICICA, FORCE ANT ITS EFFECT ON THE SPEED OF THE KINETIC RESPONSE TO THE DEFENSIVE MOVMENT OF YOUNG PLAYERS HANDBALL استخدام اسلوب التدريب الباليستي اليومي في تطوير القوة الخاصة واثره في سرعة الاستجابة الحركية للتحركات الدفاعية للاعبين الشباب بكرة اليد		عنوان البحث	
٢٠٢٠		الدولة /	

### عضوية الهيئات العلمية والمحلية والدولية

اسم الهيئة		ت
هيئة تحرير مجلة علوم الرياضة		
السنة	ما زال عضواً / انتهاء العضوية	تاريخ الانتساب
	<input type="checkbox"/>	٢٠١٣

❖ إبداعات أو نشاطات حصل فيها على ( جوائز / شهادات تقديرية /  
كتب شكر)

نوع الإبداع أو النشاط		ت
مشروع التدريب العسكري للطلبة ومنتسبي الجامعة		١
عنوان النشاط أو الإبداع	محاضرات	ت
ما حصل عليه	الجهة المانحة	السنة
(جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	وزير التعليم العالي والبحث	٢٠١٥

العلمي			
انجاز اعمال لجنة امتحانيه		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			٢
عضو لجنة امتحانيه		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر)	
٢٠١٠	رئيس جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
اتمام مدة تكليف رئاسة فرع الالعاب الفرقيه		نوع الإبداع أو النشاط	ت
رئاسة فرع الالعاب الفرقيه		عنوان النشاط او الإبداع	٣
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٨	رئيس جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
اعمال لجنة امتحانية		نوع الإبداع أو النشاط	ت
عضو لجنة امتحانية		عنوان النشاط او الإبداع	٤
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٤	رئيس جامعة ديالى	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
عضو لجنة امتحانية		نوع الإبداع أو النشاط	ت
الجهة المانحة			٥

رئيس جامعة ديالى		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	عضو لجنة امتحانية	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٥	الجهة المانحة	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
مناقشة اطروحة دكتوراه		نوع الإبداع أو النشاط	ت
مناقش		عنوان النشاط أو الإبداع	٦
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٨	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
مناقشة اطروحة دكتوراه		نوع الإبداع أو النشاط	ت
مناقش		عنوان النشاط أو الإبداع	٧
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠٢٠	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
لجنة علمية		نوع الإبداع أو النشاط	ت
عضو		عنوان النشاط او الإبداع	٨



السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٨	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
نشر ابحاث في مستوعات سكوباس		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			٩
نشر ابحاث		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠٢٠	رئيس جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
تعزيز المسيرة العلمية		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			١٠
		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٦	محافظ ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

### التأليف والترجمة

ت	عنوان الكتاب	اتجاهات مستقبلية في التدريب الرياضي
١	اسم دار النشر	المطبعة المركزية – جامعة ديالى

سنة النشر/ ٢٠١١	عدد الطبعات / ١	منهجي - غير منهجي <input type="checkbox"/>
-----------------	-----------------	--

ت	عنوان الكتاب	المبسوط في استيعاب منهج البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	اسم دار النشر	المطبعة المركزية – جامعة ديالى
سنة النشر/ ٢٠١٥	عدد الطبعات / ١	منهجي <input type="checkbox"/> - غير منهجي <input type="checkbox"/>

ت	عنوان الكتاب	تطبيقات حديثة في التدريب الرياضي اساليب- تخطيط قيادة
٣	اسم دار النشر	المطبعة المركزية – جامعة ديالى
سنة النشر/ ٢٠٢١	عدد الطبعات /	منهجي <input type="checkbox"/> - غير منهجي <input type="checkbox"/>

### اللغات التي يجيدها

١ . العربية

٢ . الانكليزية

مساهمات في خدمة المجتمع

نشاطات أخرى