



## السيرة الذاتية

الاسم الرباعي: عمر عبدالاله سلامة

تاريخ الولادة: ١٩٨٤/١١/١١

- الشهادة : الدكتوراه / تاريخ الحصول عليها : (٢٠١٩)

التخصص العام : التربية البدنية وعلوم الرياضة / التخصص الدقيق : البايوميكانيك

اللقب العلمي : مدرس دكتور / تاريخ الحصول عليه : (٢٠١٩)

عدد سنوات الخدمة في التعليم العالي : (١٤ سنة)

عدد سنوات الخدمة خارج التعليم العالي : لا يوجد

البريد الإلكتروني : omar.abdulelah@uodiyala.edu.iq

الجهة المانحة للشهادة البكالوريوس : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (٢٠٠٥-٢٠٠٦)

الجهة المانحة لشهادة الماجستير : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (٢٠١٣)

الجهة المانحة لشهادة الدكتوراه : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (٢٠١٩)

### عنوان رسالة الماجستير:

تأثير تدريبات خاصة على وفق متغيرات الكتلة والسرعة في تطوير بعض القدرات البدنية  
والمتغيرات البيوميكانيكية والانجاز برمي القرص للشباب

الباحث

عمر عبد الاله سلامة

المشرف :

أ.د صريح عبد الكريم

٢٠١٣ م

المشرف :

أ.د عبد الستار جاسم

٥١٣٣٤

اشتملت الرسالة على خمسة ابواب :

الباب الأول يتضمن المقدمة وأهمية البحث:

تعد فعالية رمي القرص من الفعاليات التي تتطلب دراسة القدرات البدنية وعلاقة تدريباتها بمتغيرات ميكانيكية جديدة كالكتلة والسرعة اللتين تدخلان في العديد من القوانين الميكانيكية التي يجب أن تسخر في خدمة الانجاز الرياضي لهذه الفعالية مما يتطلب ذلك دراسة دقيقة حول الأداء الحركي وما يترتب عليه من شروط وقوانين ميكانيكية من اجل الوصول إلى الوضع الفني المرتبط بالوضع الميكانيكي الصحيح . أما مشكلة البحث هي إن اغلب المدربين لم يأخذوا بنظر الاعتبار الكتلة والسرعة في التدريب إذ اعتمدت التدريبات الحالية على تطوير القدرات البدنية والشروط الميكانيكية المصاحبة لها وهي تدريبات مؤثرة لحدود معينة إلا انه يمكن أن يضيف التدريب باستخدام مؤشرات ميكانيكية بالاعتماد على كتلة كل جزء من أجزاء الجسم وسرعته وفق القوانين الميكانيكية المرتبطة بهذه المتغيرات التي لها تأثيرات واضحة في مستوى القدرات البدنية والمتغيرات البيوميكانيكية في هذه الفعالية فيما لو استخدمت هذه المتغيرات بأسلوب علمي مرتبط يوفق أسس التدريب الرياضي إذ يمكن إن يعطي التدريب بهذا الشكل دورا فاعلا ومؤثرا في تكامل وانجاز هذه الفعالية وبذلك يمكن إن تكون النتائج المستخلصة من هذه الدراسة تساهم في وضع بعض الحلول العلمية التي تكون فاعلة في تكامل المستوى العلمي والبدني والميكانيكي للاعبين القرص الشباب في العراق .

و تتجلى لنا اهداف البحث في:-

التعرف على بعض القدرات البدنية والمتغيرات البيوميكانيكية لعينة البحث وإعداد تدريبات على وفق كتلة وسرعة الجسم وأجزائه للاعبين رمي القرص الشباب والتعرف على تأثير هذه التدريبات في بعض القدرات البدنية والمتغيرات البيوميكانيكية والانجاز للاعبين رمي القرص الشباب.

وقد فرض الباحث ان هنالك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات القوة الانفجارية والسريعة للجذع والذراعين والرجلين والسرعة الخطية والزاوية

لهما لمجموعتي البحث، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في زوايا الانطلاق والهجوم والاتجاه وسرعة الانطلاق والانجاز لمجموعتي البحث وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية في المتغيرات قيد البحث بين المجموعتين، وقد تطرقت الدراسات النظرية الى شرح مفردات العنوان واهمها القوة العضلية والقدرات البدنية وكذلك شرح المهارة من الناحية البايوميكانيكية والاسس الميكانيكية التي تعتمد عليها وكذلك شرح التدريب باستخدام الاوزان المضافة ، وفي الدراسات المشابهة تطرق الباحث الى أوجه التشابه والاختلاف والإفادة منها من ناحية المنهجية وعدد العينة ونوعها والمتغيرات المحسوبة لكي يضع منهجا مختلفا عما سبق ومكملا له. اما في الباب الثالث واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة المشكلة إذ اشتملت العينة على ( ١٢ ) لاعبا من اندية بغداد وديالى ومن فئة الشباب والادوات المستخدمة المتمثلة بنوع الكاميرا وابعادها ومنصة القوة و برنامج التحليل الحركي وكذلك وصف التجربة الاستطلاعية التي استخدمت في تعديل الاختبار الخاص باللعبين الشباب، وتم تعريف المتغيرات التي بلغ عددها (١٠) متغيرات وكذلك الوسائل الاحصائية، ومن خلال هذه الوسائل تم وصف متغيرات البحث بـ (١٠) جداول شملتقيمالاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم الخطأ وقيمة تلمجموعتي البحث في الاختبارات القبالية والبعدية

ومن خلال هذه النتائج وضعت الاستنتاجات وكانت اهمها:

- ❖ ان التدريبات الخاصة باستخدام التثقال ( اوزان مضافة للرجلين ) بالإضافة إلى تدريبات القفز المختلفة قد أثرت في تطوير بعض القوة السريعة للرجلين تأثيراً واضحاً.
- ❖ ان التطوير للقدرات البدنية والمهارية جراء التدريبات المستخدمة بالتثقال قد اثرت في تطوير الانجاز بشكل كبير .  
ومنها جاءت التوصيات واهمها:
- ❖ استخدام تدريبات القوة الخاصة لمختلف الفئات العمرية لتطوير القدرات البدنية والمهاري لفعالية رمي القرص .
- ❖ التأكيد على المدربين على أن يكون التدريب البدني وتطوير النواحي الفنية الخاصة مبنياً على المتطلبات الميكانيكية المطلوبة واستخدام التدريبات والأدوات والأجهزة التي تحقق ذلك وبأقل جهد على الرياضي .

اجراء دراسات أخرى لفعاليات بألعاب القوى كالفقز أو الفعاليات السريعة

عنوان اطروحة الدكتوراه :

القيمة التنبؤية للإنجاز بدلالة اهم المحددات البيوميكانيكية لبعض مراحل الرمي لدى لاعبي  
رمي الرمح المتقدمين

بإشراف

الباحث

أ.د. فردوس مجيد امين

عمر عبد الاله سلامة

٢٠١٩ م

٥١٤٤٠

جاءت أهمية البحث من جانبين: الاول تحديد العلاقة الارتباطية بين المحددات البيوميكانيكية لبعض مراحل الاداء في فعالية رمي الرمح، والثاني هو اعداد صيغة ووضعها لموديل الرمي المثالي للرماة العراقيين بوساطة المحددات التي اختارها الباحث، لذا يعتقد الباحث ان هذه الدراسة قد تعطي حلولاً وايضاحات وتأكيد اهم المحددات البيوميكانيكية المميزة للرماة العراقيين في فعالية رمي الرمح من الناحية الميكانيكية واهمية كل متغير للتنبؤ بالإنجاز للاعبين رمي الرمح،

يهدف البحث إلى ما يلي:

التعرف على قيم المحددات الميكانيكية المميزة لبعض مراحل الاداء لفعالية رمي الرمح (الخطوات الخمس الايقاعية وخطوات التقاطع الاخيرة ومرحلة الرمي والرمي)  
التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين هذه المحددات وأنجاز رمي الرمح.  
التعرف على القيمة التنبؤية لأهم المحددات البيوميكانيكية.

واستعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته للظاهرة المطلوب دراستها.

قام الباحث باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بلاعبي اندية العراق لرمي الرمح فئة المتقدمين المشاركين في بطولة أندية العراق لألعاب القوى التي اقيمت على ساحة ملعب العاب القوى في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية التابعة لوزارة الشباب والرياضة اذ بلغ عدد مجتمع البحث ١٥ لاعباً وتم اختيار (٨) لاعبين الذين يمثلون المراكز الثمانية الاولى وتمثل العينة ما نسبته (٥٣,٣٣%) من مجتمع البحث.

أما إجراءات البحث الميدانية فشملت إجراء التجارب الاستطلاعية والاختبارات والتجربة الرئيسية، إذ تضمنت المتغيرات البيوميكانيكية (الزوايا و المسافات و الازمنة والسرع ومتغيرات الانطلاق) الخاصة ببعض مراحل رمي الرمح ، وإجراء التجربة الرئيسية يوم بعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية الأجهزة والادوات. وجرت هذه التجربة على ساحة ملعب ألعاب الساحة والميدان الكائن في المركز التخصصي لرعاية الموهبة الرياضية / بغداد في تمام الساعة التاسعة صباحاً، وثبتت سرعة الكاميرا على (٢١٠ ص /ث) باعتبار هذه السرعة تتوافق و سرعة اداء اللاعب وسرعة الرمح عند الانطلاق ، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية لمتغيرات البحث استنتج الباحث نتائج عدة كان منها:

ان متغير زوايا ميل الجسم والجذع لم ترتق الى المثالية في الاداء بما يفيد الاداء لأفراد عينة البحث عن طريق ما ظهرت من نتائج .

زوايا اجزاء الجسم الاخرى التي تمثل الوضع الذي يفترض ان يحتفظ به الرامي بسرعته من دون كبح مبالغ فيه للحركة، اذ كانت العلاقات الارتباطية ضعيفة لهذه الزوايا مما يدل على هنالك ضعف في المستوى البدني او في العضلات العاملة على هذه الزوايا.

لم تنسجم زوايا المرفق لأفراد عينة البحث وما يتحقق من انجاز عن طريق ما تم الحصول عليه من نتائج سواء هن طريق الوضع التحضيري او في وضع اقصى ثني او في وضع الرمي النهائي .

الزاوية بين الرجلين هي الزاوية المعبرة عن وضع الرمي النهائي اذ كانت بمستوى لا يخدم الاداء والانجاز لعدم ظهور علاقة ارتباط دالة .

ان نسبة الأسهم لمتغيرات الزوايا لم تدل على فاعلية هذه المتغيرات بالإنجاز.

أما توصيات البحث فكانت منها:

استعمال التحليل الحركي الدوري وتفسير نتائج التحليل بما ينسجم و تطوير الاداء المثالي .

استعمال برامج التحليل الحركي في اثناء الوحدات التدريبية لإعطاء تغذية راجعة انية وتصحيح الاخطاء للوصول الى الوضع الميكانيكي الصحيح.

الإفادة من نتائج التحليل في المراجعة الدورية اللحظية للاعب ليتمكن كشف نقاط الضعف والقوة والوضع الميكانيكي الصحيح.

إجراء بحوث مشابهة لفعاليات الرمي الاخرى، لكون المستوى الرقمي لهذه الفعاليات لا يرتقي الى المستوى الرقمي العالمي.

### الانجازات الرياضية التي حصل عليها في الجامعة .

- احد لاعبي منتخب الجامعة خلال الدراسة الاولى لأربع سنوات.
- شارك في مهرجان الجامعة السنوي عام ٢٠٠٨، ٢٠٠٩، ٢٠١٠ .
- شارك كمدرّب العّاب لتمثيل الجامعة في بطولة الجامعات التي اقيمت في محافظة المثنى وحصلت على نتائج جيدة خلال المشاركة.

### الانجازات الرياضية التي حصل عليها كلاعب خارج القطر :

- في عام ٢٠٠٥ مثل المنتخب العراقي التدريبي الذي اقيم في العاصمة السورية دمشق .
- في عام ٢٠٠٦ شارك في الدورة العربية الثانية عشر لألعاب القوى وحصل على المركز الثاني والميدالية الفضية التي اقيمت في القاهرة .

### الانجازات الرياضية التي حصل عليها داخل القطر :

- في عام ٢٠٠٢ حصل على المركز الاول في فعالية رمي القرص في بطوله اندية العراق لألعاب القوى ولتي اقيمت في العاصمة بغداد .
- في عام ٢٠٠٥ شارك في بطول الاندية والمؤسسات العراقية والتي اقيمت في محافظة كربلاء المقدسة .
- في عام ٢٠٠٨ شارك في بطوله اندية العراق لألعاب القوى للمتقدمين وحصل على المركز الثاني وتعافت كلاعب مع نادي الشرطة الرياضي .
- في عام ٢٠٠٩ شارك في بطوله اندية ومؤسسات العراق لألعاب القوى وحصل على المركز الاول وعل المركز الثاني للمتقدمين .
- في عام ٢٠١٠ شارك في بطوله اندية ومؤسسات العراق لألعاب القوى والتي اقيمت في محافظة المثنى وحصل على المركز الثاني

السيرة الذاتية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى – 2020-2021

❖ المشروعات البحثية في مجال التخصص لخدمة البيئة والمجتمع أو تطوير التعليم

ت	عنوان البحث	محل النشر	السنة
١			
٢			
٣			
٤			

1998  
College of Physical Education and Sport Science University of Diyala

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

ت	اسم المجلة	المجلة السويدية العالمية
عنوان البحث	دراسة تحليلية لبعض الزوايا المتحققة لمرحلة الرمي النهائي وعلاقتها بالإنتاج في فعالية رمي الرمح المتقدمين	
الدولة /	السويد	٢٠١٩
ت	اسم المجلة	المجلة الدولية لأبحاث علوم الرياضة المتقدم
عنوان البحث	دراسة تحليلية لمنحنى القوة- الزمن وعلاقتها بمستوى انجاز فعالية دفع الجلة للمتقدمين	
الدولة /	ماليزيا	٢٠٢٠

ت	اسم المجلة	Inernational journal of psychosocial Rehabilitation
عنوان البحث	Analytical study of some of the achieved angles of the final throwing stage and their relationship to achievement in the effectiveness of the advanced javelin throw	
الدولة /		Vol.24,Issue02,2020
ت	اسم المجلة	Inernational journal of psychosocial Rehabilitation
عنوان البحث	Analytical study of the curve(force-time)and the relationship of the level of completion of the effectiveness of the timed applicants.	
الدولة /		Vol.24,Issue04,2020



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

كتب شكر)

تصميم جهاز لقياس مرونة الجذع		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			١
براءة اختراع		عنوان النشاط أو الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٩	وزارة التخطيط/جهاز الاشراف والسيطرة النوعية	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	
تصميم جهاز الكتروني لقياس دقة التصويب بكرة الطائرة		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			٢
براءة اختراع		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠٢٠	وزارة التخطيط/جهاز الاشراف والسيطرة النوعية	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
انجاز اعمال		نوع الإبداع أو النشاط	ت
			٣
		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠٠٩	كلية التربية البدنية وعلوم	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

	الرياضة / ديالى		
ت	لجان امتحانية	نوع الإبداع أو النشاط	٤
		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر)	
٢٠١١	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ت	اعمال تطوعية	نوع الإبداع أو النشاط	٥
		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر)	
٢٠١٣	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ديالى	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ت	لجان امتحانية	نوع الإبداع أو النشاط	٦
	عضو لجنة	عنوان النشاط أو الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر)	
٢٠١٤	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

ت		نوع الإبداع أو النشاط	ت
تكليف مهام			
عنوان النشاط او الإبداع			
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٤	وزارة التعليم العلي والبحث العلمي	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ت		نوع الإبداع أو النشاط	٨
لجنة تنزيل الدرجات			
عنوان النشاط او الإبداع			
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٤	رئاسة جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ت		نوع الإبداع أو النشاط	٩
الحصول على المركز الثالث في بطولة الجامعات لألعاب القوى			
عنوان النشاط او الإبداع			
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٥	مساعد رئيس جامعة ديالى للشؤون الادارية	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ت		لجان امتحانية	

		نوع الإبداع أو النشاط	١٠
		عنوان النشاط او الإبداع	
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
٢٠١٨	رئاسة جامعة ديالى	  	

- حاصل على ٢٧ كتاب شكر خلال مسيرته العلمية في جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومنها:
- ٤ كتب شكر من قبل السيد وزير التعليم العالي والبحث العلمي.
  - ٨ كتب شكر من قبل السيد رئيس جامعة ديالى.
  - ١٥ كتاب شكر من قبل السيد عميد الكلية.

### اللغات التي يجيدها

- ١ . العربية
- ٢ . الانكليزية

### مساهمات في خدمة المجتمع

- ١- مدرب معتمد لرياضة العاب القوى في اللجنة البارلمبية / فرع ديالى
- ٢- عضو رابطة الاكاديميين العرب لعلوم الرياضة.