



## السيرة الذاتية

الاسم الرباعي: ضحى عبد الجبار محمد فدم

تاريخ الولادة: 1990/11/17

- الشهادة : الماجستير / تاريخ الحصول عليها : (2016/2/9)

التخصص العام : التربية البدنية وعلوم الرياضة / التخصص الدقيق: تدريب\_كرة يد

اللقب العلمي : مدرس مساعد / تاريخ الحصول عليه : (2016/2/9)

عدد سنوات الخدمة في التعليم العالي : (3سنوات)

عدد سنوات الخدمة خارج التعليم العالي : لا يوجد

البريد الإلكتروني: dhuha.jabar.mohamed@uodiyala.edu.iq

الجهة المانحة للشهادة البكالوريوس : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (2012-2013)

الجهة المانحة لشهادة الماجستير : جامعة ديالى

تاريخ الحصول عليها : (2016)

1998

College of Physical Education and Sport Science University of Diyala

عنوان رسالة الماجستير تأثير تمارين كرة اليد المصغرة في تطوير الطاقة الحركية و بعض القدرات البدنية والمهارية لطلاب المرحلة المتوسطة بعمر ( 12-13 سنة

ياشرف

ليث ابراهيم الغريزي

2015م

1437هـ

## 1- التعريف بالبحث.

تضمنت مقدمة البحث كرة اليد الحديثة وكرة اليد المصغرة وتمارينها واثرها في تطوير الطاقو الحركية واثر الرياضة المدرسية في تفعيل النشا الرياضي توير القدرات البدنية والمهارية لما لها اثر كبير في الحفاظ على الصحة , وان التمارين التي تكون بشكل العاب صغيرة تعمل على جذب المرحلة العمرية على الاداء بتشويق عالي ودون ملل وفاعلية كبيرة مما يشجع الطلاب على الاداء بشكل افضل . وان للمراحل العمرية خصائص معينة يجب الاخذ بالاعتبار قدراتهم البدنية وامكانياتهم المهارية ومدى القابلية الاداء بشكل سليم وسلس وبطريقة الترغيب باللعبة واستمالتهم الى الاداء بشكل مباشر لغرض التطوير والمتابعة وصولا الى مراحل عليا ومتقدمة في الاداء . وتم تحديد الاهداف لتطوير الطاقة الحركية والقدرات البدنية المهارية للمرحلة المتوسطة بعمر (12-13) سنة وذلك لانه المرحلة العمرية لديها منهج متبع مسبق لتعلم المهارات كرة اليد وجاء المنهج الحالي لتطوير القدرات البدنية المهارية . وان اهمية الدراسة تكمن في اعداد تمارين كرة اليد المصغرة وتبنيات تأثيرها في تطوير الطاقة الحركية وبعض القدرات البدنية والمهارية للاب المرحلة المتوسة بعمر (12-13) سنة .

اما مشكلة البحث فبرزت من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة ودروس التربية الرياضية في المدارس لانتناسب مع المجال التنافسي المحتدم لبناء قدرات اللاب البدنية والرياضية في الدروس المنهجية . التي ادركت الشعوب المتقدمة اهميتها في زيادة العمر التدريبي لرياضيها من عناصر التفوق الرياضي وهو مالم تحققة دروس التربية في بلدنا العزيز وذلك ماعدته الباحثة مشكلة بحثية حاولت تسليط الضوء عليها من خلال استخدام تمارين كرة اليد المصغرة التي ترى الباحثة انها فعالة من حيث الارتقاء بالاقة الحركية للاب

فضلا عن رفع قابلياتهم البدنية لما تحتويه كرة اليد المصغرة في تمارينها من عناصر تتميز بالتشويق والمتعة بما يحفزها لتحاكي الاستخدام الامثل للدروس المنهجية في تطوير الطاقة الحركية والقدرات البدنية والمهارية لطلاب المرحلة المتوسطة بعمر (12-13) .

**وكانت اهداف البحث كما يلي :-**

- 1- اعداد تمارين لكرة اليد المصغرة لطلاب المرحلة المتوسطة بعمر (12-13) سنة
  - 2- تعرف على تمارين كرة اليد المصغرة في تطوير الطاقة الحركية لطلاب المرحلة المتوسطة بعمر (12-13) سنة لطلاب الاول متوسط
  - 3- تعرف على تأثير تمارين كرة اليد المصغرة على تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية لطلاب المرحلة المتوسطة بعمر (12-13) سنة لطلاب الاول متوسط
- وكانت فروض البحث كمايلي :

- 1- ان لتمرين كرة اليد المصغرة تأثيرا في تطوير الطاقة الحركية والقدرات البدنية والمهارية للطلاب المرحلة المتوسطة بعمر (12-13)
- 2- توجد فروق معنوية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات (القبلية - البعدية) للمرحلة المتوسطة بعمر (12-13)
- 3- توجد فروق معنوية في الاختبارات (البعدية-البعدية) بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

اما مجالات البحث فكانت:-

- 1- المجال البشري/طلاب المرحلة المتوسطة الصف الاول متوسط
  - 2- المجال المكاني/ملعب/خارجي وساحة متوسطة ارق بن زياد
  - 3- المجال الزمني/9/9/2014 الى 20/1/2015
- 2- الباب الثاني:- تضمن هذا الباب

احتوى على الدراسات النظرية والمشابهة اذ تضمن مفردات مختارة لتعزيز عنوان البحث, وتم التطرق الى التمرين وكرة اليد المصغرة من حيث اهميتها واهدافها والطاقة الحركية كما تطرق الى القدرات البدنية والمهارات الاساسية وخصائص المرحلة العمرية.

#### منهج البحث واجراءاته الميدانية:-

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئتين لملائمته لطبيعة المشكلة وقد تم اختيار العينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الصف الاول متوسط بواقع 24 طالب لكل مجموعة وتضمن الباب تكافؤ العينة البحث والاختبارات المستخدمة وتم توضيح التجربة الاستطلاعية والهدف من اجراءها والتطرق الى تمارين كرة اليد المصغرة وعدد الوحدات المستخدمة .

الباب الرابع : في هذا الباب تم عرض نتائج البحث والتي تم الحصول عليها من خلال استخدام الوسائل الاحصائية برنامج SPSS وقد وضعت النتائج بجداول وتم مناقشتها بأسلوب علمي دقيق.

#### الباب الخامس:-

1- ان لتمرين كرة اليد المصغرة اثرا فعالا في تطوير الطاقة الحركية اذ ان لها الاثر الايجابي في تطوير الطاقة الحركية وكما عبرت عنها جميع النتائج المعنوية للاختبارات البعدية لعينة البحث.

2- ان المنهج الذي اعتمد على تمارين كرة اليد المصغرة عمل على تطوير القدرات البدنية والمهارية للبحث

3- ان التطور الحاصل للمجموعة الضابطة في القوة الانفجارية للذراعين والقوة المميزة بالسرعة للساقين هي نتيجة اتباع العينة الضابطة

4- ان لكرة اليد المصغرة اهمية كبيرة في جذب الطلبة الى الاداء البدني المهاري وبشكل فعال في اخراج الطاقة الكامنة

وفي ضوء ماتم الوصول اليه من استنتاجات:

1- جعل المنهج المدرسي يحتوي على فعالية كرة اليد المصغرة لتطوير الاداء البدني والمهاري للاعبين

2- اعتماد التمارين المتبعة في تطوير القدرات البدنية وبشكل مباشر لمراحل عمرية اصغر

3- جعل الدروس البدنية بمستوى ثلاث دروس في الاسبوع لغرض تحسين الحالة الحركية والبدنية والصحية لطلاب المراحل المتوسطة.

#### ❖ الوظائف التي شغلها:

ت	الوظيفة	مكان العمل	الفترة من – الى
1	تدريسية	جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	2018- مستمرة

#### الجامعات او المعاهد التي قام بالتدريس فيه

ت	الجهة ( الجامعة / الكلية / المعهد )	الفترة من – الى	الملاحظات
1	ديالى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	2018-مستمرة	اللياقة البدنية للطلبات

#### ❖ المقررات الدراسية التي قام بتدريسها

ت	الجامعة	الكلية	القسم	المادة	السنة الدراسية
---	---------	--------	-------	--------	----------------

1	ديالى	التربية الرياضية	الألعاب الفردية	اللياقة البدنية للطلّابات	2018- لحد الان
---	-------	------------------	-----------------	---------------------------	----------------

❖ المقررات الدراسية التي قام بتطويرها او ساهم في تطويرها

ت	الجامعة	الكلية	القسم	المادة	السنة الدراسية
1					

❖ الإشراف على الرسائل والاطاريح

ت	الجامعة	الكلية	القسم	السنة الدراسية
---	---------	--------	-------	----------------

❖ المؤتمرات والندوات العلمية والورش التي شارك فيها

المؤتمر العلمي الدولي الاول لعلوم التربية الرياضية				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة (بحث - حضور)	السنة الدراسية
1	جامعة ديالى	التربية الرياضية	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2019
المؤتمر الدولي للدراسات بعنوان نحو مستقبل افضل لرياضة الدارتنس في الوطن العربي				العنوان
ت	مكان الانعقاد	القسم	نوع المشاركة (بحث - حضور)	السنة الدراسية
2	الالكتروني	الاتحاد المصري للدارتنس	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020

الدورات التي شارك بها والتي اقامها

ت	عنوان الدورة
	الدورة الدولية في التدريب الرياضي (الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي)
2019	ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ت	عنوان الدورة
1	دورة تحكيمية أولية لتنس كرة القدم
2019	بلاد الرافدين
	دورة اتدريبية

		عنوان الدورة	2
2019	بلاد الرافدين	مكان الانعقاد	
	دورة تدريبية	عنوان الدورة نظرية الاشتراط الكلاسيكي في علم النفس	ت 3
2020	الامرات العربية المتحدة	الالكتروني منصة ادلال	
	إضافات حاسوبية متميزة لتسهيل عملية التعليم الالكتروني	عنوان الدورة	ت 4
2020	الموصل – كلية الهندسة	الالكتروني	

الورشات و الندوات التي شارك بها او أقامها

العنوان	ورشات التعديلات الجديدة بقانون كرة القدم	نوع المشاركة	السنة الدراسية
ت	مكان الانعقاد	(القاء - حضور)	
1	جامعة كربلاء	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020-2019
العنوان	اساسيات الغذاء والتغذية للرياضيين	نوع المشاركة	السنة
ت	مكان الانعقاد	المشاركة	
2	بدن اكايمي	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020
العنوان	ورشات إدارة فريق كرة اليد من جهة نظر المدربين	نوع المشاركة	السنة الدراسية
ت	مكان الانعقاد	(القاء - حضور)	
3	جامعة ديالى	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020
العنوان	التاهيل النفسي للاصابات الرياضية	نوع المشاركة	السنة الدراسية
ت	مكان الانعقاد	(القاء - حضور)	
4	الالكتروني	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020
العنوان	اورشة علم النفس الرياضي	نوع المشاركة	السنة الدراسية
ت	مكان الانعقاد	(القاء - حضور)	
		<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2020

ت	مكان الانعقاد	القسم	السنة الدراسية
5	جامعة القادسية	التعليم المستمر	2020
العنوان ورشة الطاقة المصروفة خلال الراحة والجهد			
ت	مكان الانعقاد	القسم	السنة الدراسية
6	القادسية	التعليم المستمر	2020
العنوان المكملات الغذائية واهميتها في المجال الرياضي			
ت	مكان الانعقاد	القسم	السنة الدراسية
7	دهوك	الجمعية العراقية الرياضية	2020
العنوان طرق تقييم الأداء الحركي العضلي			
ت	مكان الانعقاد	القسم	السنة الدراسية
8	القادسية	التعليم المستمر	2020
العنوان المنظور العلمي والتدريبي لفسيولوجيا التحمل الهوائي			
ت	مكان الانعقاد	القسم	السنة الدراسية
9	جامعة بغداد	التربية الرياضية	2020
العنوان المؤتمر العلمي الدولي الثاني لعلوم التربية الرياضية			

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

ت	عنوان البحث	محل النشر	السنة
1			
2			
3			

			4
--	--	--	---

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

علوم الرياضة	اسم المجلة	ت
اثر تمارين كرة اليد المصغرة في تطوير بعض القدرات البدنية لطلاب الأول متوسط بعمر 12-13 سنة	عنوان البحث	
2016	العراق- ديالى	الدولة / العراق
مجلة الدراسات وبحوث التربية الرياضية	اسم المجلة	ت
دراسة بعض المتغيرات الفسلجية للرباعين المصابين بفيروس covid-19 في قضاء الخالص / محافظة ديالى	عنوان البحث	
2020-10-24	العراق-جامعة البصرة	الدولة /

مجلة الدراسات وبحوث التربية الرياضية	اسم المجلة	ت
تأثير استخدام الرباطات المرنة في زيادة القوة رفعة الدبني الخلفي والبانج بريس على بعض طلبة المرحلة الأولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	عنوان البحث	
2020-12-3	العراق- البصرة	الدولة /
European Journal of Molecular & Clinical Medicine	اسم المجلة	ت
The elements of fitness and skill in the civilization of ancient Egypt and its association	عنوان البحث	

with the elements of fitness in modern		
7-3-2020	Europ	الدولة /

### عضوية الهيئات العلمية والمحلية والدولية

			اسم الهيئة	ت
السنة	ما زال عضواً / انتهاء العضوية	تاريخ الانتساب	دولية	محلي
	<input type="checkbox"/>	2013	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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

كتب شكر)

النهوض بالمسيرة العلمية		نوع الإبداع أو النشاط	ت
		1998	1
السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر )	
2020	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي	<input type="checkbox"/>	
إتمام العام الدراسي		نوع الإبداع أو النشاط	ت
		عنوان النشاط او الإبداع	2

السنة	الجهة المانحة	ما حصل عليه (جائزة / شهادة تقديرية / كتاب شكر)	
2020	جامعة ديالى	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
	إتمام العام الدراسي	نوع الإبداع أو النشاط	ت
			3

### التأليف والترجمة

	عنوان الكتاب	ت
	اسم دار النشر	
<input type="checkbox"/> منهجي - <input type="checkbox"/> غير منهجي	عدد الطباعات /	سنة النشر /

	عنوان الكتاب	ت
	اسم دار النشر	
<input type="checkbox"/> منهجي - <input type="checkbox"/> غير منهجي	عدد الطباعات /	سنة النشر /

	عنوان الكتاب	ت
	اسم دار النشر	
<input type="checkbox"/> منهجي - <input type="checkbox"/> غير منهجي	عدد الطباعات /	سنة النشر /

	عنوان الكتاب	ت
	اسم دار النشر	
<input type="checkbox"/> منهجي - <input type="checkbox"/> غير منهجي	عدد الطباعات /	سنة النشر /

ت	عنوان الكتاب	اسم دار النشر	سنة النشر/	عدد الطبعات /	منهجي <input type="checkbox"/> - غير منهجي <input type="checkbox"/>

ت	عنوان الكتاب	اسم دار النشر	سنة النشر/	عدد الطبعات /	منهجي <input type="checkbox"/> - غير منهجي <input type="checkbox"/>

اللغات التي يجيدها

1 . العربية

2 .

3 .

1998 مساهمات في خدمة المجتمع

نشاطات أخرى

abeb السيرة الذاتية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى  
السيرة الذاتية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى – 2020-2016

