



مجلة واسط للعلوم الرياضية

Wasit Journal of Sports Sciences



P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الابداع في المكتبة الوطنية 2439



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة واسط

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مجلة واسط للعلوم الرياضية
مجلة علمية دورية محكمة متخصصة
تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة واسط

رئيس التحرير

أ.م.د. مازن انهير لامي القرشي

مدير التحرير

أ.م.د. بشار بنوان حسن الزاملي

العدد الثالث - المجلد 16

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الايداع في المكتبة الوطنية

(2439)

1444 هـ - 2023م



هيئة التحرير

العنوان الالكتروني والاسم باللغة الانجليزية	التخصص الدقيق	الاسم الثلاثي	ت
Prof .Dr. Sadiq KH. Alhayek salhayk@ju.edu.jo	دكتوراه في المناهج والتدريس في التربية الرياضية	أ.د صادق خالد الحايك جامعة سينسناتي الامريكية	1
Prof.Dr.Wisam Alshaikhli drwisam@academiasrt.co.uk	دكتوراه طب رياضي	أ.د وسام عبدالغني الشبخلي الاكاديمية الدولية لعلوم الرياضة/لندن	2
Prof.Dr.Mahrousa Ali Hasan Prof.mahrousa@gmail.com	دكتوراه تدريس رياضي / منازلات	أ.د محروسه علي حسن جامعة الاسكندرية	3
Proof.Dr.Raafat Abdelmonsef Ali D.raafat_abdelmonsef@yahoo.com	دكتوراه علوم الحركة	أ.د رأفت عبد المنصف علي جامعة الاسكندرية	4
Prof.Dr. Maher Ahmed Al-Essawi maher_asi2000@yahoo.com	دكتوراه تدريس رياضي	أ.د ماهر احمد عاصي الجامعة المستنصرية	5
Prof.Dr. Mazin Hasan Jasim Dr-mazinh@yahoo.com	دكتوراه اختبارات وقياس	أ.د مازن حسن جاسم جامعة واسط	6
Prof.Dr. Ghaffar Saad Esa gaffar@uowasit.edu.iq	دكتوراه بايوميكانيك / ساحة وميدان	أ.د غفار سعد عيسى جامعة واسط	7
Prof. Dr.Baha Mohamed Taqi bahaahusain@uowasit.edu.iq	دكتوراه فسلجة تدريس/كرة يد	أ.د بهاء محمد تقى جامعة واسط	8
Prof.Dr Fathel Daham Mansour famansour@uowasit.edu.iq	دكتوراه تدريس رياضي/كرة قدم	أ.د فاضل دحام منصور جامعة واسط	9
Prof.Dr.Hussein Aziz Al-Hmashy hazeez@uowasit.edu.iq	دكتوراه اصول تربية	أ.د حسين رحيم عزيز الهماشي جامعة واسط	10
Prof. Dr. Mohammed Abd-Elnabi	دكتوراه تدريس رياضي/كرة سلة	أ.د محمد عبدالنبي محمد هويت	11
Assist prof.DR. Mohammed kathim mkarefree@gmail.com	دكتوراه علم النفس الرياضي/كرة قدم	أ.م.د محمد كاظم عرب جامعة واسط	12
Assist prof.DR. Bashar Abdelatef b736576@gmail.com	دكتوراه تعلم حركي/كرة سلة	أ.م.د بشار عبداللطيف هاتف جامعة واسط	13



Assist prof.DR. Ameen Ata Hassan ameenhassan@uowasit.edu.iq	دكتوراه طرائق تدريس	أ.م.د امين عطا حسن جامعة واسط	14
Assist prof.DR. Mudhafer Abd Roomi Amudhafer1970@gmail.com	دكتوراه لغة عربية / لغة	المقوم اللغوي (اللغة العربية) أ.م.د مظفر عبد رومي	15
Ali Muhsin Garab Alimuhsin59@uowasit.edu.iq	دكتوراه لغة انجليزي	المقوم اللغوي (اللغة الانجليزية) أ.م.د علي محسن غرب	16

قواعد النشر في مجلة واسط للعلوم الرياضية

مجلة واسط للعلوم الرياضية مجلة فصلية محكمة تصدر عن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة واسط تهتم بالبحوث العلمية غير المنشورة في حقل العلوم الرياضية.

1. شروط النشر

- تنشر المجلة البحوث العلمية الأصيلة الملزمة بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها في مجال العلوم الرياضية والمكتوبة بإحدى اللغتين العربية أو الإنجليزية.
- تلتزم المجلة بالحفاظ على حقوق الملكية الفكرية للمؤلفين
- لا يكون البحث قد سبق نشره أو مقدماً للنشر في مجلة أخرى ويتعهد الباحث بذلك وبعدم تقديمه للنشر إلى جهة أخرى حتى يتم اتخاذ القرار المناسب في هذا الشأن.
- ألا يكون البحث جزءاً من كتاب منشور.
- لا يجوز نشر البحث أو أجزاء منه في مكان آخر بعد إقرار نشره في مجلتنا إلا بعد الحصول على إذن كتابي بذلك من رئيس التحرير.
- موافقة المؤلف على نقل حقوق النشر كافة إلى المجلة، وإذا رغبت المجلة في إعادة نشر البحث فإن عليها أن تحصل على موافقة مكتوبة من صاحبه.
- تعريف المؤلف بمصادر دعم بحثه.
- أصول البحث التي تصل إلى المجلة لا تردّ سواء نشرت أم لم تنشر.

2. التحكيم

ترسل جميع البحوث المقدمة للنشر إلى متخصصين لتحكيمها حسب الأصول العلمية. ويلقى البحث القبول النهائي بعد أن يجري المؤلف التعديلات التي يطلبها المحكمون. ورغم ذلك فإن الباحثين



مسؤولين عن محتويات أبحاثهم وتعتبر البحوث المنشورة عن وجهة نظر كاتبها وليس عن وجهة نظر المجلة، ولا تكون هيئة تحرير المجلة مسؤولة عنها. كما أن كافة البحوث المرسلة إلى المجلة تخضع إلى فحص أولي من قبل هيئة التحرير لتقرير أهليتها للتحكيم والتزامها بقواعد النشر، ويحق لها أن تعتذر عن قبول البحث دون إبداء الأسباب.

3. متطلبات النص المقدم للنشر

1. تنشر المجلة البحوث الآتية فقط:
2. يجب ألا يزيد عدد صفحات البحث عن (15) صفحة من القطع العادي (A4) ويستوفي مبلغ (2000) الف دينار عن كل صفحة اضافية.
3. أن يحتوي البحث على: عنوان البحث باللغتين العربية والانجليزية و ملخص البحث باللغتين العربية والإنجليزية في صفحة واحدة بحدود (200-250) كلمة لكل ملخص، وأن يتضمن البحث كلمات دالة على التخصص الدقيق للبحث باللغتين وسيرة ذاتية مختصرة للباحث او الباحثين.
4. يذكر اسم المؤلف وعنوانه الحالي بعد عنوان البحث مباشرة باللغتين العربية والانجليزية.
5. تقدم البحوث مطبوعة بخط (Simplified Arabic) حجم (14) للنصوص في المتن ، ويكتب البحث على وجه واحد، مع ترك مسافة 1.5 بين السطور.
6. إن سياسة المجلة تستوجب (بقدر الإمكان) أن يتكون البحث من الأجزاء التالية:

- مقدمة الدراسة: وتتضمن الإطار النظري للبحث وتكون الدراسات السابقة جزء منها ومندمجة في جسم المقدمة أي بدون عنوان مستقل .
- مشكلة الدراسة وأهدافها وأسئلتها/ أو فرضياتها.
- أهمية الدراسة.
- محددات الدراسة (إن وجدت).
- التعريفات بالمصطلحات.
- اجراءات الدراسة: وتتضمن:
 - المجتمع والعينة.
 - أداة الدراسة.
 - صدق وثبات الأداة.
 - تعليمات الدراسة.



- المنهج المتبع في الدراسة.

- عرض النتائج.
- مناقشة النتائج.
- الاستنتاجات والتوصيات.

1. تدرج الرسوم البيانية والأشكال التوضيحية في النص وترقم ترقيماً متسلسلاً، وتكتب أسماؤها والملاحظات التوضيحية أسفلها.
2. تدرج الجداول في النص وترقم ترقيماً متسلسلاً وتكتب أسماؤها أعلاها. أما الملاحظات التوضيحية فتكتب أسفل الجدول.
3. تكون الحواشي 1.5 سم على جميع جوانب الصفحة.
4. تذكر الهوامش (عند الضرورة) أسفل كل صفحة .
5. يراعى في أسلوب توثيق المراجع داخل النص نظام (APA)
6. تذكر قائمة المصادر والمراجع مرتبة ترتيباً هجائياً حسب اسم الشهرة ووفق نظام (APA) في آخر البحث. (كما يذكر الرقم في متن البحث عند استخدام المصدر) مثال:
 - 1- كتاب: الخوجلي، احمد. (2004). مبادئ فيزياء الجوامد، ط2. الخرطوم، عزة للنشر والتوزيع. بحث منشور في دورية علمية:
 - 2- سعدالله، خالد والسلمان، محمد. (2004). مستقبل التعليم العالي في الوطن العربي. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، 5(1)، 33-56. فصل من كتاب:
 - 3- السلامة، محمود. (2004). تأثير برامج التلفاز العدوانية على سلوك الأطفال. في كتاب سالم محمود (محرر)، التلفاز والأطفال، (123-146). عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع. بحث في أعمال مؤتمر:
 - 4- عواد، محمد. (2005). دراسة تحليلية لتأثير سوق الأوراق النقدية على الاقتصاد الوطني. ورقة عمل مقدمة إلى مؤتمر الاقتصاد الوطني في القرن الحادي والعشرين، جامعة الشارقة، 14 - 15 تشرين أول 2005. رسالة ماجستير أو دكتوراه:



5- بشارة ، موفق (2003). أثر برنامج تدريبي لمهارات التفكير عالي الرتبة في تنمية التفكير الناقد والإبداعي لدى طلاب الصف العاشر الأساسي. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

تذكر أرقام الصفحات داخل النص في حالة الاقتباس فقط ويمكن استخدام الهوامش أسفل الصفحة عند الضرورة فقط ويشار لها برقم أو نجمة.

7. الأشياء المطلوب تسليمها

تقدم البحوث مطبوعة بثلاث نسخ وفق متطلبات النص المقدم للنشر.

1. يقدم المؤلف نسخة إلكترونية من البحث مكتوبة على برنامج Microsoft Word For Windows. ويمكن الاكتفاء بالنسخة الإلكترونية أو يرسل على قرص CD .
2. أن يرفق الباحث سيرته الذاتية متضمنة اسمه باللغتين العربية والإنجليزية، وعنوان عمله الحالي، ورتبته العلمية وأهم أبحاثه.
3. رسالة تسليم البحث.
4. تعهد النشر.

a. يتطلب دفع اجور الإشتراك البالغة 100000 دينار عراقي للباحثين من داخل العراق و 100 دولار امريكي للباحثين من خارج العراق وحسب الطرق التالية (1- الدفع المباشر في مبنى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة واسط 2- حوالة عبر شركة الطيف للتحويل المالي معنونه الى مخول المجلة () / 3- حوالة عبر (Western Union) واسط .. معنونه الى مخول المجلة () . على ان لا تتحمل المجلة عمولة التحويل (ولمزيد من الاستفسار يمكنكم مراسلتنا على البريد الالكتروني للمجلة او على الايميل التالي basharhasan679@gmail.com

5. تدفع أجور الاستلال البالغة (15000) خمسة عشر الف دينار عراقي في حال كون البحث غير مستل على برنامج الاستلال (Turnitin) ، وان كان مستلا فتترفق نسخة من درجة الاستلال لأغراض التقييم. يرجى إرسال الابحاث عبر الموقع الالكتروني الرسمي للمجلة [/https://wjoss.uowasit.edu.iq](https://wjoss.uowasit.edu.iq)



المحتويات

الصفحة	عنوان البحث	الاسم الثلاثي	ت
34-10	تمريبات تأهيلية و جهاز مصمم (Laser Balance) وتأثيرهما في (القوة العضلية، المدى الحركي، التوازن الحركي) للاعبين كرة القدم بعد جراحة الرباط الصليبي الامامي	أ.م.د. بشار بنوان حسن ايهاب طارق هلال	1
46-35	تأثير تمرينات مركبة بأدوات مطاطية على التوافق الحركي والرشاقة وبعض المهارات الهجومية لمبارزي سلاح الشيش فئة الناشئين	م.د صلاح هادي حماد م.م حسن جيجان صبار م.م حنين محمد سعد	2
59-47	القدرة اللاواكسجينية وعلاقتها بالقوة الانفجارية للرجلين ودقة مهارة الضرب الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة المتقدمين	أ.م.د. سيروان حامد رفيق م.م. توانا لطيف حسين	3
73-60	تمريبات خاصة بأسلوب النشاط المتدرج واثرها في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال بالكرة الطائرة للطلاب	م. يعقوب يوسف ابراهيم	4
88-74	علاقة مستوى الذكاء الاجتماعي بالسمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم	م.م مروة عبد الرحمن محمد	5
105-89	أثر استخدام استراتيجيات معالجة المعلومات في تعليم بعض اشكال التصويب في كرة اليد للناشئين	م.د حسين فايق عزيز م.د اسراء فاضل حسن م.د حيدر عبد الكاظم خضير	6
132-106	تأثير طريقة التدريب الفترتي على وفق اسلوب اللعب في تطوير بعض المتغيرات البدنية لدى لاعبي كرة القدم فئة الشباب	م. ضياء عادل عباس أ.د. ههفال خورشيد رفيق	7
146-133	تأثير برنامج (تعليمي - عقلي) لتحسين الصلابة الذهنية في لعبة المبارزة لطلاب المرحلة الثالثة	الباحث أمير حسين سفيح ا.م.د حسن هادي الزيايدي	8
159-147	تأثير تمرينات خاصة في تطوير الرشاقة لدى الملاكمين الناشئين بأعمار 14-16 سنة	م.د غزوان انهير لامي م.م مبین فاضل سهم	9
178-160	تأثير تمرينات خاصة وجهاز (تأهيل وقياس) مبتكر في تحسين القوة العضلية لمفصل الكاحل المصاب بتمزق الاربطة الجزئي لدى لاعبي كرة اليد	عقيل خزعل هادي أ. د بهاء محمد تقي الموسوي	10
204-179	أثر الأسلوب التباعدي القائم على أنموذج كولب لأنماط التعلم في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الاولى	م.م. عمار جوهر حسين أ.د. فداء أكرم سليم	11
223-205	التفكير الجانبي كدالة للتنبؤ بدقة التهديد بكرة القدم من الركلات الحرة المباشرة المواجهة للمرمى	م.م رفل رحيم موسى م.م حيدر عايد جبار	12
243-224	تأثير كل من حالتَي الصيام والافطار بعد مشي (3) كلم في استجابة بعض المتغيرات الهرمونية وصورة الدم	أ.م.د. محمد حازم يونس م.م امجد حاتم احمد م.د هديل طارق	13
259-244	تقييم بعض المؤشرات البيوميكانيكية لأداء الارسال الساحق للاعبين المحليين واللاعبين المحترفين بالكرة الطائرة في الدوري الممتاز	م حسن عبدالله حنيح أ.د اياد عبد رحمن	14
277-260	الأداء الأفضل لسلسلة بساط الحركات الأرضية بدلالة الاطوال الانثروبومترية والمتغيرات الرئوية للاعبين الناشئين في الجمناستك الفني	اياد امر الله عبد العزيز أ. د عقيل مسلم عبد الحسين	15
296-278	الكفاءة الذاتية وعلاقتها بمهارة الإقناع لمدربي بعض الالعاب الفرقيّة في المنتديات الشبابية	م.م زيد خليل اسماعيل أ. د شيماء عبد مطر التميمي	16



318-297	فاعلية إستراتيجية (SHOR) بتنمية الصمود النفسي وتعلم مهاراتى الضرب الساحق السريع والمتوسط بالكرة الطائرة للصف الخامس تطبيقي	أ.م.د موسى عدنان موسى العاني	17
336-319	منهج تدريبي للقدرات التوافقية بأوزان مضافة وأثرها في التوازن العصبي العضلي لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	م.د منتظر محمد مغماس	18
352 -337	تحديد معايير ومستويات لاهم القدرات البدنية كمؤشر لانتقاء لاعبي الخط الخلفي بكرة اليد	م.د عمر رشيد حسين	19
367-353	اثر استخدام منهج تعليمي بأسلوب التعلم التعاوني لمهارتي المناولة المتوسطة والطبقة بكرة اليد	م.م عصام اكرام عباس م.م علي اسماعيل محمد م.م شاكر محمود أحمد	20
382-368	فاعلية التدريب البالستي في تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين وأداء التصويب السلمي بكرة السلة	م.م حسن عبدالكريم رستم خان	21
398-383	تأثير تمارينات تركيز وتحويل الانتباه لتطوير دقة بعض المهارات الأساسية للاعب التنس الأرضي	م.م سيزار سهير إبراهيم م.م احمد جمعة محمد م.م صالح علي دنهاش	22
422-399	برنامج تأهيلي لإصابة الأنسجة الرخوة للوح الكتف وأثرها في تركيز هرمون النمو GH وتحمل القوة للرياضيين	غفران صالح نجم أ. م. د رياض حسن صالح	23
441-423	تأثير استخدام الأسلوب التبادلي في تعلم مهارة الارسال والضرب الساحق لدى طلاب الاعدادية بالكرة الطائرة	م. رمي عماد عبدالستار	24
460-442	أثر تمارينات TRX على بعض القدرات البدنية والمؤشرات الوظيفية لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة واسط	م. اركان حسن جبار م.د احمد شاكر كاظم	25
483-461	تأثير برنامج إرشادي وفق البرمجة اللغوية العصبية لتنمية كفاية اهداف درس التربية الرياضية لمطبقي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	م.د هاني فاهم جعيول	26
509-484	تمارين مركبة بمصاحبة جهاز مصمم في بعض القابليات البيوحركية وتأثيرها لتطوير مهارة ابعاد الكرة لحراس مرمى كرة الصالات الشباب	حسنين علي خضير أ.م.د حيدر محمود علاوي	27
533-510	تأثير برنامج ارشادي بالهندسة النفسية في تطوير مهارة التصويب لدى ناديي (الرافدين والديوانية) بكرة اليد للناشئين	م.د رجاء حسن إسماعيل	28
553-534	تأثير تدريبات خطية بجهاز مصمم على بعض المتغيرات البايوميكانيكية والمهارية في كرة القدم للصالات بأعمار دون (19سنة)	زين العابدين عبدالرحمن حنظل أ.م. د علي نعيم عجبل	29
574-554	تأثير تمارينات بجهاز مصنع في تطوير بعض القدرات الحركية للاعبين كرة السلة دون 18سنة	حسين هادي امين علي أ. د محمد عبد النبي محمد	30
589-575	فاعلية برنامج تأهيلي باستخدام التحفيز الكهربائي المتناظر في تأهيل العضلات العاملة على مفصل الركبة لبعض اللاعبين المصابين بكرة القدم	م. د عثمان محجوب خلف م. احمد عريبي سبع	31