

جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

# مجلة علوم الرياضة

مجلة علمية محكمة

تصدر عن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

الرقم الدولي ISSN :2074-6032

معامل التأثير

Journal Impact Factor ( JIF)- 1.157

Global Impact Factor(GIF)

2012Impact Factor 0.512 – 2013Impact Factor 0.602 – 2014Impact Factor 0.675

Scientific Indexing (ISI). The Journal has Impact Factor Value of 0.936 based  
Impact Factor Services For International Journals: 1.485  
General Impact Factor (GIF): 2.0261

المجلد الثامن – العدد 26

ايلول – 2016

المشرف العام - الاستاذ المساعد الدكتور ليث ابراهيم جاسم

هيئة التحرير

ت	الاعضاء	التخصص	الصفة	مكان العمل
1	أ.د عبد الرحمن ناصر راشد <a href="mailto:abdbasrah@yahoo.com">abdbasrah@yahoo.com</a>	اختبار وقياس	رئيس التحرير	جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.م.د سنان عباس علي <a href="mailto:sienan2004@yahoo.com">sienan2004@yahoo.com</a>	طرائق تدريس	مدير التحرير	جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د خالد محمد عبد الرحيم عطيات <a href="mailto:Atiyat63@hotmail.com">Atiyat63@hotmail.com</a>	علم الحركة	عضو	الجامعة الاردنية
4	أ.د ثائر داود سلمان <a href="mailto:Pro.thaar@yahoo.com">Pro.thaar@yahoo.com</a>	الاختبارات والقياس	عضو	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ.د طارق حسن رزوقي <a href="mailto:Tarikvollyiraq@yahoo.com">Tarikvollyiraq@yahoo.com</a>	التدريب الرياضي	عضو	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.د صريح عبد الكريم الفضلي <a href="mailto:sareihalfadly@yahoo.com">sareihalfadly@yahoo.com</a>	البايوميكانيك الرياضي	عضو	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ.د احمد ابوسكرة <a href="mailto:Ahamedab70@yahoo.com">Ahamedab70@yahoo.com</a>	مناهج التربية البدنية والرياضية	عضو	جامعة المسيلة الجزائر
8	أ.د ماهر عبد اللطيف عارف <a href="mailto:Maheraref@yahoo.com">Maheraref@yahoo.com</a>	علم الفسلجة	عضو	جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	أ.م.د مجاهد حميد رشيد <a href="mailto:Dr_mujahed14@yahoo.com">Dr_mujahed14@yahoo.com</a>	تعلم حركي	عضو	جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	أ.م.د محمد وليد شهاب <a href="mailto:Mohamed_w7077@yahoo.com">Mohamed_w7077@yahoo.com</a>	اختبار وقياس	سكرتير التحرير	جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## الهيئة الاستشارية

مكان العمل	الاختصاص	المستشار	اللقب العلمي	ت
الجامعة الاردنية	طرائق تدريس	صادق الحايك	أ.د.	1
جامعة سيناء	علم النفس	اسامة كامل راتب	أ.د.	2
جامعة كنكستون - لندن	علم الفسلجة	وسام عبد الغني الشخيلي	أ.د.	3
الجامعة الاردنية	التدريب الرياضي	وليد احمد بديوي الرحاحلة	أ.د.	4
جامعة القادسية	بايوميكانيك	حسين مردان عمر	أ.د.	5
الجامعة المستنصرية	فسلجة	ماهر احمد عاصي	أ.د.	6
جامعة بابل	علم النفس	عامر سعيد الخيكاني	أ.د.	7
الجامعة الاردنية	القياس والتقويم	عربي حموده المغربي	أ.د.	8
جامعة البصرة	علم النفس	عبد الستار جبار الضمد	أ.د.	9
الجامعة المستنصرية	التعلم الحركي	منى عبد الستار هاشم جواد	أ.د.	10
قطر	خبير فني	جبار رحيم حسن	أ.د.	11
جامعة الموصل	طرائق التدريس	وليد وعد الله علي	أ.د.	12
جامعة البصرة	التدريب الرياضي	ذوالفقار صالح	أ.د.	13
جامعة ديالى	الرواية الامريكية	لمى ابراهيم شاكر	أ.م.د.	14

المقوم اللغوي: أ.د. ابراهيم رحمن حميد الاركي

جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية

تسلم البحوث وتثبيت الملاحظات الكترونياً ویدوياً مع مدير التحرير وسكرتير التحرير

مدير التحرير - أ.م.د. سنان عباس علي

سكرتير التحرير - أ.م.د. محمد وليد شهاب

الموقع الالكتروني للمجلة [www.sportmag.uodiyala.edu.iq](http://www.sportmag.uodiyala.edu.iq)

البريد الالكتروني [sportmag@ sportmag. uodiyala.edu.iq](mailto:sportmag@ sportmag. uodiyala.edu.iq)

الاخراج الفني والتنضيد: أ.م.د. سنان عباس علي

## نحن واولمبياد (ريو2016)

يتابع العالم بشغف شديد منافسات دورة الالعاب الاولمبية الصيفية والمعروفه باسم دورة الالعاب الاولمبية الحادية والثلاثين او (ريو2016) من 5 ولغاية 21/8؛ اذ بلغ عدد الدول المشاركة (205) دولة وبعده (11339) رياضياً يتنافسون في (306) مسابقة في (28) فعالية وكان عدد الرياضيين العرب المشاركين في هذا الاولمبياد (495) رياضياً كانت حصيلتهم لحد يوم 8/18 (10) ميداليات توزعت على النحو الآتي (1) ذهب و(3) فضة و(6) برونز من مجموع (918) ميدالية متنوعه، وهذه النتائج تعطينا تصوراً واضحاً بان هدف مشاركتنا في هذا الاولمبياد هو السعي للحصول على شرف المشاركة ولم يكن الحصول على النتائج المشرفه لذا علينا أن نحصد ما زرعناه، وأن نتمتع وندرس إنجازاتنا بل علينا أيضاً أن نتمتع بحال الرياضة العربية، وإنجازاتها الخجولة طوال السنين الماضية، ان المشكلة أيها السادة ان القائمين على الرياضة في بلداننا لم يفهموا ويعوا أن الرياضة أصبحت صناعة، لها قواعد وشروط، وان صناعة البطل ترتكز على مدى التزامنا بقواعد وشروط هذه الصناعة، ان البطل الحقيقي يولد من البيت، ويكتشف في المدرسة، وتنبى موهبته في النادي، ومن ثم، يلقي الدعم من الدولة، فهذه هي مراحل صناعة البطل عند الآخرين الذين تسيدوا الالعاب الاولمبية.

إن معظم مدارسنا الغت دروس التربية الرياضية وفضلت التاريخ والجغرافية والعربي والفيزياء وغيرها على الرياضة والفنون واندبتنا لم تعد تهتم باكتشاف المواهب الرياضية وغاب عن القائمين على الرياضة في بلداننا التخطيط العلمي الصحيح الذي يؤدي الى ظهور ابطال رياضيين يحققون لنا الانجازات الرياضية والبطولات التي نفتخر بها وتعلي من شأن اوطاننا.. ان الرياضة أيها السادة الرياضة جزء مهم من الحضارة والتطور الذي تسعى اليه معظم دول العالم او عند العالم المتقدم وهذه الدول رسمت آليات تنسيق غاية في الابداع بين الأسرة والمدرسة والنادي ومؤسسات الدولة واستطاعت من خلال هذه الآلية المبدعه ان تصل الى ماوصلت اليه من تطورات في المجال الرياضي وبالذات في صناعة البطل الرياضي، لذا اذا كنا نريد ان نساير دول العالم في المجال الرياضي وحتى نستطيع ان نصنع البطل الرياضي ونواكب الركب لا بد من:

- اعادة النظر بخططنا الرياضية وبمشاريع واستراتيجيات انديتنا واتحاداتنا الرياضية كافة.

- تدخل الحكومات بقوة والقيام بدورها في ايجاد الحلول لكل المشاكل التي تعاني منها عملية صناعة البطل الرياضي.

- وضع الخطط المستقبلية الفاعلة والمثمرة التي تركز على الجوانب العلمية وتأخذ الجوانب الفنية والمادية كافة في صناعة البطل الرياضي.

- الدراسة الموضوعية والواعية والحقيقية لتجارب الدول المتقدمة في كيفية صناعة البطل الرياضي وتطبيق نتائج هذه الدراسة في مدارسنا وانديتنا.

- اشراك المواطنين في عملية صنع البطل الرياضي من خلال خلق مناخ وبيئه جماهيرية واعلامية سانده وداعمة لكل الخطوات العلمية الموضوعية التي من خلالها نصنع البطل الرياضي.

- المراجعة الدائمة للخطط التي يتم وضعها اعتماداً على النتائج الفعلية (المرحلية) التي يحققها الرياضيون ضمن برامج صناعة البطل الرياضي بحيث ان هذه المراجعة تساعدنا في تعديل الكثير من المسارات وتغييرها وبالتالي الاطمئنان على سلامة برامجنا وصدقها وفعاليتها.

ايها السادة قد تكون لكم ملاحظات او مؤشرات أخرى غير التي ذكرناها في هذا المقال ولكن على العموم يمكن ان نسير بذات الطريق التي سارت به دول العالم في صناعة البطل الرياضي مادنا نمتلك الارادة والادارة اللذين هما شرطا النجاح والابتعاد عن الاجتهادات الشخصية والفردية.

رئيس التحرير

## تعليمات النشر في مجلة علوم الرياضة

إلى السادة الباحثين الذين يرومون نشر بحوثهم في مجلة علوم الرياضة مراعاة التعليمات الآتية:

ليتسنى لنا نشر بحوثهم بالسرعة الممكنة وضمان عدم تأخير نشر بحوثهم في مجلتنا:

- تسليم ثلاث نسخ من البحث مطبوعة على ورق حجم (A 4).
- وصل بمبلغ (100) مائة الف دينار
- تعهد خطي من الباحث (الباحثين) بعدم نشر البحث في أي مجلة أخرى أو تم استلاله من رسالته ماجستير أو أطروحة دكتوراه أو الانترنت.
- كتابة عنوان البحث في بداية الصفحة الأولى للبحث ثم اسم الباحث (الباحثين) ومكان العمل والاميل، والكلمات المفتاحية للبحث ثم الملخص باللغة العربية.
- كتابة ملخص البحث باللغة الانكليزية ويتضمن عنوان البحث واسم الباحث والكلمات المفتاحية.
- لا يتجاوز عدد الصفحات (15) صفحة. وإذا زاد عن ذلك يتم دفع مبلغ قدره (2500) الفان وخمس مائة دينار عن كل صفحة.
- استخدام برنامج الطباعة (أوفس، 2007-2010) فقط.
- حجم خط العناوين (16) (Simplified Arabic).
- حجم الخط المستخدم (14) (Simplified Arabic).
- تكون كتابة المصادر في متن البحث أي ترقيم نظام الساعة (اسم المؤلف الأخير: السنة: رقم الصفحة).
- تكتب المصادر في نهاية البحث بتقديم اللقب أو الاسم الأخير للمؤلف ثم الاسم.
- بعد تقويم البحث يتم جلب نسخة معدلة (إن وجدت تعديلات من قبل المقوم العلمي) من البحث بأسرع وقت ممكن.
- تأخذ البحوث المسجلة والمقومة تسلسلها بالنشر.
- تعتذر المجلة عن استلام البحوث غير المطابقة للتعليمات في أعلاه.

## مع الشكر والامتنان

ملاحظة: المجلة غير مسؤولة عن إجراء التصحيحات وغير مسؤولة عن تأخير التصحيحات

## الفهرست

الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث	ت
14-1	د. زياد عيسى زايد	تأثير تناول الماء على بعض الاستجابات الفسيولوجية وتركيز اللاكتيك أسيد في النشاط البدني اللاأكسجيني	1
30 - 15	أ.د. سوزان سليم داود أ.م.د. أياد صالح سلمان	تأثير استخدام الخرائط الذهنية وفق التغذية الراجعة (اللفظية والمكتوبة) في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء	2
40 - 31	د. ميم مختار د. زرف محمد برفسور بن قوة على	علاقة ارتباط إنزيم (H.LDH) بمستوى الانجاز ومدى مساهمته في انتقاء عداء 800 متر	3
50-41	أ.م.د. كامل عبود حسين طالبة الماجستير - لهيب أحمد شاكر	دراسة التكيف النفسي وعلاقته الارتباطية بالمستوى الرقمي لفعاليات ركض 3000 م	4
69 - 51	مدرس مساعد عبد الغفور ردام كيطان	تأثير تمرينات مقترحة في تطوير صد ركلتي الجزء والحرارة المباشرة لدى حراس مرمى كرة القدم	5
80-70	أ.د. ماجدة حميد كمبش أ.م.د. رافد مهدي قدوري طالبة الماجستير - دنيا محمد فاضل	تأثير استخدام جهاز ساند الاكتاف بأسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارة قفزة اليد بين الامامية بالجمناستك الفني	6
109-81	مدرس مساعد - رافد حبيب قدوري	التحليل البايوميكانيكي لحسم نقطة الارسال والضربات المتبادلة وفقاً لمسافة سقوط الكرة لنهائي بطول استراليا المفتوحة بالتنس الأرضي بين لاعبتين (Serena Williams - Maria Sharapova)	7
120-110	أ.د. عبد الرحمن ناصر طالبة الماجستير - غدير ستار عباس	الذكاء الجسمي - الحركي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية بكرة السلة	8
133 - 121	أ.م.د. فخري الدين قاسم صالح طالب الماجستير - عمر حامد خميس	تأثير تدريبات باستخدام جهاز المقاومات المتعدد (Vertimax) في تطوير القدرة الانفجارية وانجاز رمي المطرقة للشباب اعمار (18-20) سنة	9
154-134	أ.م.د. نصير قاسم خلف	المقدرات الجوهريّة وعلاقتها بالتفوق التنظيمي لدى كليّة التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق	10
170 - 155	م.د. نبيل عبد الكاظم عذاب	تأثير برنامج تأهيلي في تحسين فاعلية مفصل المرفق لدى لاعبي رمي الرمح المصابين	11
197 - 171	أ.م.د. بسمت نعيم محسن طالبة الماجستير: جليلة جوهر عبد الله	تأثير تمرينات خاصة على وفق المثبرات البصرية في تطوير قوة التركيز البصري ودقة مهارة الإعداد للاعبات الكرة الطائرة	12