



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة الأنبار  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
P-ISSN: 2074-9465  
E-ISSN: 2706-7718

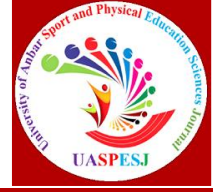
# مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية

مجلة علمية تخصصية نصف سنوية  
تصدر عن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الأنبار  
رقم الايداع في دار الكتب والوثائق ببغداد (1387) لسنة 2010م

المجلد الخامس / العدد الخامس والعشرون / (2022/12/30)



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>  
**مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ**  
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>  
**Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718**  
المجلد (الخامس) العدد (الخامس والعشرون) (2022 / 12 / 30)

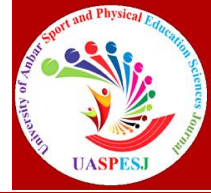


## معلومات الاتصال

<a href="https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/">https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/</a>	الموقع الالكتروني للمجلة
<a href="mailto:uaspesj@uoanbar.edu.iq">uaspesj@uoanbar.edu.iq</a>	البريد الالكتروني للمجلة
009647724461887	WhatsApp / Viber / Telegram



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>  
**مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ**  
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>  
**Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718**  
المجلد (الخامس) العدد (الخامس والعشرون) (2022 / 12 / 30)

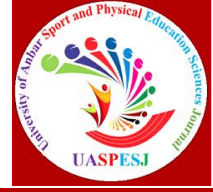


## هيئة تحرير المجلة

الاسم	الصفة
أ.د جمعة محمد عوض الحبلاني <a href="mailto:pe.dr.gmaa.mh@uoanbar.edu.iq">pe.dr.gmaa.mh@uoanbar.edu.iq</a>	رئيس التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د وليد خالد حمادى العزاوى <a href="mailto:pe.waleed_khaled@uoanbar.edu.iq">pe.waleed_khaled@uoanbar.edu.iq</a>	مدير التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د خليل ابراهيم سليمان الحديثي <a href="mailto:pe.dr_ka_alhadethe@uoanbar.edu.iq">pe.dr_ka_alhadethe@uoanbar.edu.iq</a>	عضو هيئة التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د رافع صالح فتحى الكبيسى <a href="mailto:alheadary@yahoo.com">alheadary@yahoo.com</a>	عضو هيئة التحرير جامعة بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.د وسام عبدالغنى الشبخلى <a href="mailto:drwisam@uovl.uk">drwisam@uovl.uk</a>	عضو هيئة التحرير UNIVERSITY OF VICTORIA – LONDON
Prof Franseco Cocsia <a href="mailto:dr.cocsia@vc-edu.uk">dr.cocsia@vc-edu.uk</a>	عضو هيئة التحرير UNIVERSITY OF VICTORIA – LONDON
Prof Paola Virginia Gigliotti <a href="mailto:dr.paola@vc-edu.uk">dr.paola@vc-edu.uk</a>	عضو هيئة التحرير UNIVERSITY OF VICTORIA – LONDON
Prof CARL FOSTER <a href="mailto:caril@vc-edu.uk">caril@vc-edu.uk</a>	عضو هيئة التحرير UNIVERSITY OF VICTORIA – LONDON
أ.د صادق خالد الحايك <a href="mailto:salhayek@ju.edu.jo">salhayek@ju.edu.jo</a>	عضو هيئة التحرير كلية التربية الرياضية - الجامعة الأردنية
أ.د عارف عبد الجبار حسين الدليمى <a href="mailto:aarif.a.hussin@uoanbar.edu.iq">aarif.a.hussin@uoanbar.edu.iq</a>	عضو هيئة التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.م.د نصر خالد عبد الرزاق الكيلاني <a href="mailto:pe.na_sport@uoanbar.edu.iq">pe.na_sport@uoanbar.edu.iq</a>	عضو هيئة التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.م.د ياسين على خلف الفهداوى <a href="mailto:pe.yaseen_sport79@uoanbar.edu.iq">pe.yaseen_sport79@uoanbar.edu.iq</a>	عضو هيئة التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.م.د مناف ماجد حسن الطائى <a href="mailto:munaf.m.hasan@uoanbar.edu.iq">munaf.m.hasan@uoanbar.edu.iq</a>	عضو هيئة التحرير جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>  
مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ  
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>  
Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718  
المجلد (الخامس) العدد (الخامس والعشرون) (30 / 12 / 2022)



### التقويم اللغوي

م.د. طالب حميد خلف العيساوي

[talid.h.khalaf@uoanbar.edu.iq](mailto:talid.h.khalaf@uoanbar.edu.iq)

م. جاسم عبد الستار عبد الرحمن جاسم الجبوري

[pe.g\\_sm1973@uoanbar.edu.iq](mailto:pe.g_sm1973@uoanbar.edu.iq)

جامعة الانبار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

اشراف ومتابعة بحوث المجلة على موقع المجلة الالكتروني:

[/https://uaspesj.uoanbar.edu.iq](https://uaspesj.uoanbar.edu.iq)

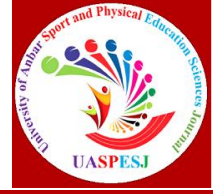
أ.م.د مناف ماجد حسن الطائي

متابعة بحوث المجلة على موقع المجلات الاكاديمية العلمية العراقية:

<https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>

السيد صبار جمال عبد ناصر

[sabarjamal77@gmail.com](mailto:sabarjamal77@gmail.com)



## تعليمات النشر في مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية

يكون البحث في وسط الصفحة على وفق التسلسل الآتي:  
أولاً : عنوان البحث باللغة العربية وسط الصفحة واسم الباحث أو الباحثين فيكتب أسفل العنوان مع ذكر الألقاب العلمية ومكان العمل والايمل لكل باحث.  
ثانياً : يقدم الباحث مستخلص البحث باللغتين العربية والانكليزية على أن لايزيد عن (250) كلمة لكل لغة مع كلمات مفتاحية لاتقل عن ثلاث كلمات وتكتب على صفحة واحدة .  
ثالثاً : متن البحث يكون بحسب قالب المجلة المعتمد، وفق التسلسل الآتي :

1. التعريف بالبحث ويتضمن :  
مقدمة البحث واهميته - مشكلة البحث - أهداف البحث - فروض البحث - مجالات البحث - المصطلحات إن وجدت .
2. إجراءات البحث وتشمل:  
منهجية البحث وإجراءاته الميدانية - عينة البحث - المعالجات الإحصائية.
3. عرض النتائج ومناقشتها.
4. الاستنتاجات والتوصيات.

رابعاً : لايزيد البحث المقدم للنشر عن (15) صفحة، نوع (A4) وعلى وفق القياسات المتبعة وهي (24) سطر في الصفحة الواحدة وبمعدل (12-13) كلمة في السطر وتكون الاحجام في الطبع وبدون أطار وفق الآتي :

1. حجم العنوان الرئيسي (16) حجم العناوين الأخرى (14) المتن (14) الهوامش (12).
2. نوع الخط للفتين العربية والانكليزية (Times New Roman).
3. ترفع نسخة من البحث المراد نشره مطبوعاً بإستخدام برنامج (word) الى الموقع الالكتروني للمجلة [/https://uaspesj.uoanbar.edu.iq](https://uaspesj.uoanbar.edu.iq) .

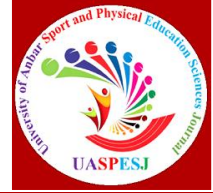
خامساً : رسوم النشر

1. يتم تقديم رسوم النشر مع البحث من اجل البدء باجراءات فحص الاستلال الالكتروني ومن ثم توجيه البحوث نحو المقومين.
- 2- مثل الناشرين الآخرين للوصول المفتوح ، تفرض مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية رسوماً على معالجة المقالات. وتغطي هذه الرسوم تكاليف الاستلال والتقويم وتحويل المخطوطة إلى مقال كامل.
- 3- تبلغ رسوم معالجة المادة في مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية على النحو الآتي:

أ- لمنتسبي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الأنبار من الاساتذة والطلبة مبلغ وقدرة (100.000) مائة الف دينار عراقى.



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>  
**مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ**  
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>  
**Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718**  
المجلد (الخامس) العدد (الخامس والعشرون) (2022 / 12 / 30)



ب- للأساتذة والباحثين من داخل جمهورية العراق مبلغ وقدره (125.000) مائة وخمسة وعشرون ألف دينار عراقي .

ج- للأساتذة والباحثين من خارج جمهورية العراق مبلغ وقدره (\$ 100) مائة دولار امريكي .

مع ملاحظة ان في حالة تم اجراء الاستلال ومن ثم التقويم ولم يستوفي شروط النشر يتم خصم (50%) من المبلغ الذي دفع لإجراءات الاستلال والتقويم .

**سادسا:**

1. يتم إعلام الباحث بنتيجة الاستلال الالكتروني بالرفض أو القبول، مع ملاحظة ان البحث يعد مقبول بالشكل الاولي عند ظهور نسبة الاستلال بما لا يزيد عن 20%.

2. في حالة القبول يتم ارسال البحث إلى مقومين علميين .

3. على الباحث الالتزام بملاحظات المقومين وتصحيحها وإعادتها بالصيغة النهائية بعد التعديل وبخلاف ذلك فإن المجلة غير ملزمة بنشر البحث.

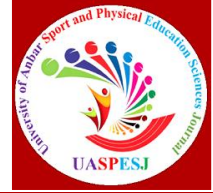
سابعاً : لا تُعاد البحوث إلى أصحابها سواء قبلت للنشر أم لا.

**ثامنا :** يجب أن يكون البحث غير منشور في أية مجلة علمية داخل وخارج القطر، وعلى الباحث أن يقدم تعهداً خطياً بعدم نشر بحثه في مجلة أخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقاً.

**تاسعا :** يتم إدخال البحوث ضمن برنامج (Turnitin) لمعرفة نسبة الإستلال من البحوث الأخرى على أن لا تزيد النسبة عن (20%).

عاشراً : يدفع الباحث مبلغ قدره (25000) خمسة وعشرون ألف دينار عراقي في حال رغبته بإقتناء نسخة واحدة من المجلة كاملة.

حادي عشر : في حال عدم التزام الباحث أو الباحثون بالتعليمات أعلاه وعدم التواصل مع هيئة تحرير المجلة لأكثر من عام فإن المجلة غير ملزمة بنشر البحث ولا تسترجع المبالغ المستلمة لأي سبب من الأسباب.

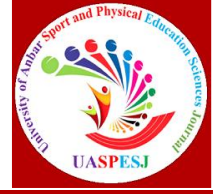


## ثبت المحتويات

الصفحة	عنوان البحث	اسم المؤلف	ت
12-1	تأثير تمارين مركبة خاصة لتطوير الإحساس بالمسافة والارتفاع لمسار الكرة لمهارة استقبال الارسال في الكرة الطائرة للناشئين	ابراهيم حمد الله عبد أ.د عدنان فدعوس عمر	1.
26-13	اثر استراتيجية التعلم الإثقائي في تعلم مهارتي الاعداد من الاعلى والاستقبال من الاسفل في الكرة الطائرة للطالبات	م.د ملاذ حيدر احمد	2.
34-27	تأثير تمارين خاصة بطريقة ويلت في حدود المجال الاول لراكصي منتخب جامعة الانبار للمسافات القصيرة 100متر	أ.د وليد خالد حمادي أ.م.د نصر خالد عبد الرزاق أ.د عدنان فدعوس عمر	3.
50-35	فاعلية منهج تعليمي باستخدام المسجل المرني في التوافق الحركي وتعلم مهارة الاخمد بكرة القدم للمبتدئين	ادريس مشعان محمد أ.د سندس محمد سعيد	4.
74-51	تأثير وحدات تعليمية باستخدام خرائط التفكير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب	دهام اسماعيل رشيد أ.م.د نصر خالد عبد الرزاق	5.
94-75	أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعليم مهارتي المناولة الطويلة والطبقة الواطنة بكرة السلة للطلاب	عدي مخلف فرحان أ.م.د حميد حماد خلف	6.
106-95	تأثير تمارين الروندو بأشكال ومساحات مختلفة لتطوير مستوى أداء بعض مهارات لاعبي كرة القدم	عبدالسلام إبراهيم عودة أ.د عدنان فدعوس عمر	7.
116-107	اثر التدريب العقلي في تحسين مستوى أداء حركة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي في الجمناستيك الفني للرجال	م.د اوراس قاسم محمد م.م حسن جيجان صبار	8.
138-117	دراسة النشاط الكهربائي لعضلات الرجلين أثناء أداء اختبار السرعة الحركية وعلاقتها ببعض المقاييس الانثروبومترية للاعبين كرة السلة	د. محمد عبد العزيز أحمد أ.د محمد صالح خليل أ.م.د عبدالرحمن إبراهيم عبدالكريم د. موسى محمد هشلول هاني زين الهاجوج هاني محمد ال محمد	9.
148-139	تأثير التدريب بالحبال المطاطية مع الكرات في تحسين الرشاقة والضرب الساحق للاعبين الكرة الطائرة	م.د علي خالد مخلف م.د محمد عبدالقادر عبدالرحمن م.م احمد جمعه محمد عوض	10.



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>  
مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ  
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>  
Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718  
المجلد (الخامس) العدد (الخامس والعشرون) (2022 / 12 / 30)



## ثبت المحتويات

الصفحة	عنوان البحث	اسم المؤلف	ت
170-149	اثر برنامج إرشادي مقترح في التعامل مع الحواجز النفسية لدى لاعبي كرة القدم	م.د محمد خالد محمد داوود	.11
190-171	اثر استراتيجية لعب الادوار باستخدام الهاتف المحمول في تعلم مهارتي التهديف والاحماد بكرة القدم	مصطفى عصام عبدالواحد أ.م.د مناف ماجد حسن	.12
206-191	المرونة النفسية وعلاقتها بالتردد الرياضي للطلاب بأعمار 16-18 سنة بفعالية الوثب الطويل في درس التربية الرياضية	م.د دريد مجيد حميد الحمداني	.13
216-207	استخدام تمارينات مقترحة بكرات مختلفة الاحجام لتحسين مهارة الطبطبة بكرة السلة	م. عمر احمد مصلح	.14
234-217	فاعلية استخدام الهيبر ميديا في تعلم مهارتي الارسال من الاعلى المواجه وحائط الصد بالكرة الطائرة لطلاب الصف الخامس الاعدادي	م.م كمال بريسيم شعير	.15
246-235	اثر الاستراتيجية التكاملية في تعلم مهارتي الارسال والضرب الساحق في الكرة الطائرة لطلاب الثاني المتوسط	ا.م.د اياد علي حسين ا.م.د ثائر كرم جعونة	.16
256-247	تأثير تمارينات ادراكية بتقنية تعليميه في تطوير القدرة على تحويل الانتباه واداء مهارات الهجوم المضاد في المباراة	م.د صلاح هادي حماد	.17
268-257	بناء وتقنين اختبار الارسال القصير للعب الفردي بالريشة الطائرة فئة (15-17) سنة	م.د مروان عبد الحميد يوسف أ.د وسام صلاح عبد الحسين	.18