**السيره الذاتيه**

الصورة

**الاســــــــــــم : زينب قحطان عبد المحسن حبيب الهاشمي**

**تاريخ الميـلاد : 1982**

**الحالة الزوجية : متزوجه**

**عـــــدد الأولاد : 1**

**الديـــــــــــانة : مسلمه**

##### التـخـصــص : تربيه رياضيه

##### الوظيفــــــه : تدريسية

##### الدرجة العلمية : مدرس

**عنوان العمل : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضه للبنات**

**هاتف العمل :**

##### الهاتف النقال :

**البريد إلالكتروني :d.zzzainab@gmail.com**

* **أولاً : المؤهلات العلمية .**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| الدرجة العلمية | الجامعة | الكليـــة | التاريخ |
| **بكالوريوس** | بغداد | التربيه الرياضيه للبنات | 2003-2004 |
| **الماجستير** | بغداد | التربيه الرياضيه للبنات | 2008ا |
| **الدكتوراه** | بغداد | التربيه الرياضيه للبنات | 2015 |
| **أخرى** |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ت | الوظيفة | الجهة | الفترة من - الى |
| 1 | مدرب العاب | كلية التربية الرياضية -للبنات | 2005-2006 |
| 2 | مدرس مساعد | كلية التربية الرياضية -للبنات | 2008-2016 |
| 3 | مدرس | كلية التربية الرياضية -للبنات | 2016- لحد الان |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |

* **ثانياً : التدرج الوظيفي .**
* **ثالثاً : التدريس الجامعي .**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ت | الجهة (المعهد / الكلية) | الجامعة | الفترة من - الى |
| 1 | التربيه الرياضيه للبنات | بغداد | 2005- والى حد الان |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |

* **رابعاً : المقررات الدراسية التى قمت بتدريسها.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **القســـم** | **المـــــادة** | **السنـــــة** |
| 1 | الالعاب الفرديه | المبارزه | 2008 |
| 2 | الالعاب الفرديه | الساحه والميدان | 2008 |
| 3 | الالعاب الفرديه | الساحه والميدان | 2016 |
| 4 | الالعاب الفرديه | الساحه والميدان | 2017 |
| 5 | الالعاب الفرديه | الساحه والميدان | 2018 |
| 6 | الالعاب الفرديه | الساحه والميدان | 2019 |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |

* **خامساً: ( الاطاريح ، الرسائل ) التي أشرف عليها:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **اسم الأطروحة أو الرسالة** | **القســـم** | **السنــة** |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |

* **سادساً: المؤتمرات والندوات العلمية التي شارك فيها.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **العنوان** | **السنــة** | **مكان أنعقادها** | **نوع المشاركة  ( بحث / بوستر حضور)** |
| 1 | (التحليل الاستراتيجي) | 2016 | كلية التربية الرياضية للبنات    الرياضة للبنات | مشارك |
| 2 | محاضرة فديوية عن المجلات الزائفة | 2016 | التعليم المستمر/جامعة بغداد | مشارك |
| 3 | محاضرة عن الاجهزة المختبرية الحديثة المستخدمة | 2016 | كلية التربية الرياضية للبنات | مشارك |
| 4 | مؤتمر عن الاتحاد الثقافة البدنية | 2016 | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات  الرياضية للبنات | مشارك |
| 5 | ندوة عن سرطان الثدي وعنق الرحم | 2017 | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات | حضور |
| 6 | مؤتمر العلمي الدولي الرابع لعلوم الرياضة /جامعة بابل | 2017 | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات | مشارك |
| 7 | مؤتمر العلمي الدولي الاول لكليه التربيه الرياضيه للبنات | 2019 | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات | مشارك |

* **سابعا : الأنشطة العلمية الاخرى .**

|  |  |
| --- | --- |
| **داخل الكلية** | **خارج الكلية** |
| دورة عن القيم الانسانية من قبل الرابطة الدولية للقيم الانسانية بصفة مشارك | محاضرة فديوية عن المجلات الزائفة |
| الدورة التحكيمية الاساسية في كرة السلة | مارثون الامانة العامة لمجلس الوزراء /دائرة تمكين المراة العراقية ضمن حملة 16 يوم لمناهضة العنف ضد المرأة . |
| محاضرة عن ادارة الغضب والقلق | دورة عن المكتبة الافتراضية في وحدة التعليم المستمر /جامعة بغداد |
| محاضرة عن رجيم الزون | دوره عن كوكل كلاسروم |
| محاضرة عن اليوكا |  |
| دورة تدريبية في كرة اليد |  |
| دورة تدريبية تحكيمية في تنس الطاولة |  |
| دورة تدربييه في الاستتراتجيات الحديثه في التدريب | ورشه دوليه اولى تكنلوجيا التعليم والمناهج والطرائق التدريس |
| دورة تحكيميه لالعاب القوى |  |
| محاضره عن التكيف الرياضي |  |

* **ثامنا: المشروعات البحثية فى مجال التخصص لخدمة البيئة والمجتمع أو تطوير التعليم .**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **أسم البحث** | **محل النشر** | **السنة** |
| **1** | تأثير حمل تدريبي بالاتجاه المنفرد والاتجاه المركب في تطويردقة وسرعة الاداء المهاري بالمبارزة      دقةدقة وسرعة الاداء المهاري بالمبارزه | كلية التربية الرياضية للبنين –جامعة الزقازيق | 2009 |
| **2** | تأثير تمرينات السيطرة الذاتية على مستوى أداء التهديف السلمي بكرة السلة | كلية التربية الرياضية للبنات –المجلة المعاصره | 2009 |
| **3** | تأثير فترات راحه مختلفه على تطوير تحمل السرعه لدى لاعبات المبارزه | جامعة البصره | 2010 |
| **4** | تاثير تدريبات الهيبوكسيك باستخدام وسيلة مساعدة على تطوير بعض المؤشرات الوظيفيه للاعبات المبارزه | جامعة البصره | 2010 |
| **5** | تأثير تمارين الاحماء وفق مؤشر نبض )120 ض\د(لتطويرالسرعة الأنتقالية في لعبة المبارزة |  | 2011 |
| **6** | السيطرة الذاتية وعلاقتهابمستوى الردالمضاد في المبارزة |  | 2012 |
| **7** | تأثير التدريبات الهيبوكسيك باستخدام وسيلة مساعدة على تطوير بعض المتغيرات الوظيفية لعدائات 800 م. |  | 2014 |
| **9** | تأثير تمرينات البالستي على تطور القوة الخاصة لاجتياز الحاجز لدى طالبات المرحلة الثانية. | مجلة الانبار | 2015 |
| **10** | تأثير تمرينات خاصة لتطوير بعض القدرات الحركية وانجاز فعالية ركض 100م حواجز للنساء | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات –المجلة المعاصره | 2015 |
| **11** | المصاحبة الموسيقية واثرها في بعض المتغيرات الوظيفية والانجاز في فعالية ركض 1500م | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات –المجلة المعاصره | 2016 |
| **12** | تأثير تمرينات كارديو في تطوير بعض القدرات الخاصة والمؤشرات الفسيولوجية ومهارة الابعاد الامامية والضربة الساحقة في الريشة الطائرة | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة –مجلة كربلاء لعلوم الرياضة | 2017 |
| **13** | دراسة مقارنة لتأثير تمرينات القوة الارتدادية للرجلين في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة والحركية لفعالية الوثب الطويل وعلاقتها بالانجاز | كلية التربية الرياضية –جامعة حلوان | 2017 |
| **14** | تأثير استراتيجية التعلم التعاوني في تعلم فعالية رمي القرص بالعاب الساحة والميدان لطالبات المرحلة الثانية. | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة –مجلة الجامعة المستنصرية | 2017 |
| **15** | تأثير برنامج مقترح بالالعاب الاستكشافية في تنمية القدرة الحركية لى تلميذات الثالث الابتدائي. | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة –مجلة الجامعة بابل | 2018 |
| **16** | تاثير تمرينات باستخدام الاشرطة المطاطية في تطوير القوى الخاصة وكهربائية بعض عضلات الطرف العلوي واداء مهارة الارسال في لعبة التنس الارضي | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات –مجلة الجامعة بغداد | 2018 |
| **17** | تأثير تمرينات تكرار السرعه القصوى وكفاءه العمل اللاهوائي في فعاليتي ركض 100 و200م. | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات –مجلة الجامعة بغداد | 2018 |
| **18**  **19** | The effect ballistic training exercises according to the anaerobic energy production system in the development of certain strength formsfor the arms and the execution of disc throwing to players  دراسه مقارنه الانفعالات النفسيه لدى بعض الالعاب الرياضيه | المجله الامريكيه  كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات –مؤتمر الكليه بغداد | 2018  2019 |

* **تاسعا: عضوية الهيئات العلمية المحلية والدولية .**

* **عاشراً: كتب الشكر ، الجوائز و شهادات التقدير.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **كتاب الشكر أو الجائزة أو شهادة التقدير** | | **الجهة المانحة** | **السنة** |
| 1, | كتاب شكر وتقدير لتنظيم وترتيب المكتبه وشعبة الانترنيت | | كلية التربيه الرياضيه للبنات | 2006 |
| 2 | كتاب شكر وتقدير لتنظيم وترتيب المكتبه | | كلية التربيه الرياضيه للبنات | 2006 |
| 3 | كتاب شكر وتقدير لتنظيم وترتيب المكتبه وترتيب الكتب والاطاريح | | كلية التربيه الرياضيه للبنات | 2008 |
| 4 | كتاب شكر وتقدير تثمين للجهود المبذوله في خدمة المسيره العلمية2007- 2008 | | كلية التربيه الرياضيه للبنات | 2008 |
| 5 | كتاب شكر وتقدير للاداء المتميز والجهد الكبير المبذول للحصول على أفضل النتائج بالبطوله المفتوحه للنساء | | كلية التربيه الرياضيه للبنات | 2009 |
| 6 | كتاب شكر وتقدير لأعمال وفقرات المهرجان السنوي الذي أقامتة الكلية للاحتفال بيوم الجامعه | كلية التربيه الرياضيه للبنات | | 2009 |
| 8 | كتاب شكر وتقديرلانجاح ندوه عن اللجان الامتحانيه | كلية التربيه الرياضيه للبنات | |  |
| 9 | كتاب شكر وتقدير | كلية التربيه الرياضيه للبنات | |  |
| 10 | كتاب شكر وتقدير لانجاز اختبارات طلبه الصف الاول | كلية التربيه الرياضيه للبنات | | 2013 |
| 11 | كتاب شكر وتقدير بمناسبة عيد المعلم | كلية التربيه الرياضيه للبنات | | 2016 |
| 12 | كتاب شكر وتقدير | الرابطة الدولية للقيم الانسانية | | 2016 |
| 13 | كتاب شكر وتقدير لانجاز اختبارات طلبه الصف الاول | كلية التربيه البدنية وعلوم الرياضه للبنات | | 2016 |
| 14 | كتاب شكر وتقدير لانجاز تدقيق تقيم الاداء | كلية التربيه البدنية وعلوم الرياضه للبنات | | 2016 |
| 15 | كتاب شكر وتقدير لانجاز متطلبات درس الساحة والميدان | كلية التربيه البدنية وعلوم الرياضه للبنات | | 2017 |
| 16 | كتاب شكر وتقدير /لأهداء اطروحة دكتوراة | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة المثنى | | 2017 |
| 17 | كتاب شكر وتقدير /لأهداء اطروحة دكتوراة | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة البصرة | | 2017 |
| 18 | كتاب شكر وتقدير للجهود المبذولة في وحدة التعليم المستمر | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2017 |
| 19 | كتاب شكر وتقدير لجنة المناسبات/ لاتمام احتفالية المولد النبوي | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2017 |
| 20 | كتاب شكر وتقدير في يوم عيد المراأة | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2017 |
| 21 | كتاب شكر وتقدير عن لجان الاختبارات والقبول | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2017 |
| 22 | كتاب شكر وتقدير عن المولد النبوي الشريف | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2017 |
| 23 | كتاب شكر وتقدير عن برنامج ادارة الطالب الالكتروني | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2018 |
| 24 | كتاب شكر وتقدير عن المؤتمر الدولي الاول لكليه التربيه البدنيه وعلوم الرياضه للبنات | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | | 2019  2019 |
| 25 | كتاب شكر وتقدير عن يوم المراه ويوم المعلم | عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد | |
|  |  |  | |  |

* **حادى عشر :الكتب المؤلفة أو المترجمة.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ت** | **أسم الكتاب** | **سنة النشر** |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |

* **ثاني عشر :اللغــات .**

ثالث عشر: اللجان

1-عضو في اللجنة الامتحانية.

2-عضو في لجنة التعليم المستمر

3-عضو في لجنة المناسبات

4-عضو في لجنة الاختبارات والقبول

5- عضو في مجلس الفرع الخاص بالألعاب الفردية

6- عضو في لجنه الدفاع المدني

7- لجان فرعيه بتكليف

ملحوظة : يتم تسليم نسخة على CD