



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



المجلد رقم: 16
العدد 02
سبتمبر 2025

الإبداع الرياضي SPORTS CREATIVITY

مجلة علمية متخصصة

يصدرها دوريا: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة مسيلة

العنوان: ص ب 166 حي اشيليا - جامعة مسيلة - الجزائر
الهاتف / الفاكس: +21335558065
البريد الإلكتروني: eristaps@gmail.com

الموقع الإلكتروني للمجلة

<http://virtuelcampus.univ-msila.dz/eristaps/>

رقم الإبداع الإلكتروني 2602-5094



مجلة الإبداع الرياضي مجلة علمية متخصصة يصدرها دوريا: معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة المسيلة المجلد رقم: 16 العدد 02 سبتمبر 2025



People's Democratic Republic of Algeria
Ministry of Higher Education and Scientific Research
University of M'sila
Institute of Sciences and Techniques of Physical
and Sports Activities



Volume N16 :02
September 2025

الإبداع الرياضي SPORTS CREATIVITY

Specialized Scientific Journal

Published periodically by the institute of sciences and techniques
of physical and sports activities

Address: P. Box 166, Ichbilila, Mohamed Boudiaf University, M'Sila, Algeria

Phone / Fax : +21335558065

Email: eristaps@gmail.com

The website of the Journal

<http://virtuelcampus.univ-msila.dz/eristaps/>

EISSN 2602-5094

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف-المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مجلة علمية متخصصة ومصنفة في رتبة (C)

يسدرها دوريا، معمد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة مسيلة

العنوان: ص ب 166 حي اشبيليا - جامعة مسيلة - الجزائر

الهاتف / الفاكس: +21335558065

البريد الإلكتروني: eristaps@univ-msila.dz

الرابض الإلكتروني للمجلة على الأرضية الوطنية للمجلات العلمية

<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/316>

معامل التأثير العربي لسنة 2019 : 1.3

المجلد رقم: 16

العدد 02 سبتمبر 2025

المدير الشرفي للمجلة الأستاذ الدكتور بودلاعة عمار

مدير المجلة	أ.د. عامر حملاوي
رئيس هيئة التحرير	أ.د. براهيم عيسى
سكرتير المجلة	أ.د. جلال صلاح الدين
سكرتير المجلة	د. بطاط نور الدين
سكرتير المجلة	د. حسيني عبد الرزاق
سكرتير المجلة	د. شريف حمزة
سكرتير المجلة	أ.د. قارة سعيد

أعضاء هيئة تحرير المجلة

احمد بن عبد الرحمان الحراملة	جامعة كفر الباطن - السعودية
احمد حمدان	جامعة الاقصى - فلسطين
عزيز فيروز	جامعة صفاقس - تونس
محمد حسين النظاري	الجامعة البيضاء - اليمن
نيفين محمود حسين خليل	جامعة الزقازيق - مصر
د. حكمت عبد الكريم المذخوري	الجامعة المستنصرية- العراق
بلبول موسى	جامعة المسيلة
بن محمد أحمد	جامعة سوق أهراس
حملاوي عامر	جامعة المسيلة
بن دغفل رشيد	جامعة المسيلة
سعيد قارة	جامعة المسيلة
عمار طيبي	جامعة الجزائر 3
بريكي الطاهر	جامعة المسيلة
بوته محمد	جامعة تبسة
فاتح يعقوبي	جامعة المسيلة

قائمة المراجعين بالمجلة

أ.د. دحجاني نعيمة	أ.د. محمد مسعود بورغدة	أ.د. احمد فاروق عبد القادر موسي
أ.د. دبليبي محمد	د. مريشيش خالد	د. حكمت عبد الكريم المذخوري
أ.د. الهادي عيسى	د. مسعودي خالد	أ.د. الحراملة أحمد عبدالرحمن
أ.د. قاسمي فيصل	د. الهادي بدرية	أ.د. بوسكرة احمد
د. قطاف محمد	د. عباسية نجيب	أ.د. عطاء الله احمد
د. مريم ابو علم	د. بومسجد عبد القادر	الحاج عيسى رفيق.
د. سمير الحوالة	أ.د. عطا الله احمد	د. بوصولح النذير
د. حمزة بركات	د. عزوز محمد	د. حداب سليم
د. حمود احمد	د. بلبول موسى	د. تمار محمد
د. قادري عبد الحفيظ	د. بخالد حاج	أ.د. حسام بشير
د. كرميش عبد المالك فريد	د. بوكراتم بلقاسم	د. حملوي عامر
د. خويلدي الهواري	د. بلونيس رشيد	د. خويولة قاسم محمد
د. كواش منيرة	د. بن محمد احمد	د. حماده عيد العنتبلي
د. خيربي جمال	د. بن عبد الله مونيا	أ.د. رشيد محميدات
د. بوخالفة عبد القادر	د. باقة عبد الله	أ.د. رشيد بن دغفل
د. صباح العايش	أ.د. براهيم عيسى	د. علوان رفيق
د. العيداني فؤاد	أ.د. رواق محمد	أ.د. رمضان بوخرص
د. كمال حزازي	أ.د. بلقاسم زموري	أ.د. زوهير عمريو
د. محفوظي محمود	أ.د. بن زيدان حسين	أ.د. سعد سديرة
د. مجادي مفتاح	أ.د. بوجليدة حسان	د. فاضلي بجاوي
د. مرابط المسعود	أ.د. بوحاج مزيان	د. عمار طيبي
د. مرنيز اسامة	د. بوحال فيصل	د. عمر دمانة
د. ميمون عيسى	د. على تباري	د. طيبي احمد
د. تروش حسن	د. ادريس بن رجم	د. سالم العياشي
د. موفق صالح	د. بريكي الطاهر	د. قيال مراد
د. بلال بن تومي	د. شحات مراد	د. زروال محمد
أ.د. نمرود البشير	د. عبد الكريم بوككر	د. يونس احمد عباد الدين احمد
د. شنوف خالد	د. برباخ راجح	د. لعياضي عبد الحكيم
د. ناخم نبيل	د. شريط عادل	د. محمد حسين النظاري

ا.د. اوشن بوزيد	ا.د. ساكر طارق	ا.د. مقران اسماعيل
ا.د. رويح كمال	ا.د. زحاف محمد	ا.د. زيوش احمد
د. سعدي مصطفى	ا.د. غضبان احمد حمزة	ا.د. بوساق اسماء
د. حمدان احمد	د. لزرقي احمد	ا.د. بن رجم احمد
ا.د. مرينز امانة	ا.د. فاضلي بجاوي	ا.د. بزيو سليم
د. بشيري بن عطية	ا.د. بعيط رضوان بن جدو	د. بلخير عبد القادر
د. بن دحو يوسف	د. بورزامة جمال	د. حبارة محمد
د. جمال محمد علي	ا.د. دحريزي عبد الهادي	د. محمد عزوز
د. دعاء همت	د. صغيري راجح	د. محميدات رشيد
ا.د. بن دغفل رشيد	ا.د. امان الله رشيد	أ.د. بورنان شريف مصطفى
ا.د. عمرو زهير	ا.د. بن سالم سالم	د. قارة سعيد
د. جلال صلاح الدين	د. ديشيشة عبد الرحمان	د. بوخاري عبد اللطيف
ا.د. سريوت عبد المالك	د. زواوي عبد الوهاب	د. فيروز عزيز
ا.د. رواب عمار	ا.د. سعد السعود فؤاد	ا.د. يعقوبي فاتح
د. بعيط عيسى	ا.د. بلغول فتحي	د. بوساق فتيحة
ا.د. مزارى فاتح	د. لونس عبد الله	ا.د. مقاق كمال
ا.د. قيني حفيظ	د. مجاهد مصطفى	ا.د. محمد سعد زغلول
د. لباد معمر	د. مجادي راجح	د. لوئيس نحوة
أ.د. محمد مسعود بورغدة	د. عادل بزيو	د. منصورى نبيل
أ.د. زاهوي ناصر	د. حمزة شريف	ا.د. كرفس نبيل
د. بن نجمة نور الدين	نيفين محمود حسين خليل	ا.د. عمارة نور الدين
د. منى نواصرية	د. بلقي فطوم	د خليل بورنان
د. عبد الكرم ملياني	د. عمار طيبي	أ.د. مصطفى ولد حمو
د. دغنوش عقبه	د. حوداشي بن حرز الله	د. بطاط نور الدين
د. احمد الشافعي	د. طياب احمد	د. سليم لعارة

افتتاحية المجلة

مجلة الإبداع الرياضي

مجلة دورية علمية محكمة مجانية النشر ومتاحة الوصول (القراءة والتحميل) ومفهرسة في قواعد بيانات دولية ، سداسية (جوان - ديسمبر) ، يصدرها معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة الجزائر كل ستة أشهر.

تتيح لجميع الاسهامات العلمية في الجزائر وخارجها المتسمة بالجودة والأصالة والمحرة بأحدى اللغات الثلاث العربية أو الفرنسية أو الانجليزية والتي لم يسبق نشرها.

وتهدف المجلة الى نشر البحوث العلمية الاصلية من طرف الباحثين والاساتذة وطلبة الدكتوراه قصد تعميم ونشر المعرفة والاطلاع على الابحاث الجديدة وربط الاتصال والتواصل بين الباحثين والمساهمة في جودة البحوث العلمية ، كما تهدف الى اتاحة الاطلاع على البحوث والدراسات لأكبر عدد ممكن من الباحثين عبر اصداراتها المطبوعة والالكترونية.

حيث تنشر الأبحاث التي لها علاقة بميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ومنها:

- العلوم الطبية والبيولوجية في الانشطة البدنية - البيوميكانيك الحركة عند الرياضة - فسيولوجيا الممارسة الرياضية - علم النفس الرياضي - علم الاجتماع الرياضي - تدريس الانشطة البدنية والرياضية - الرياضة والصحة - الترويج الرياضي - الادارة والتسيير الرياضي - الاعلام الرياضي - النشاط البدني الرياضي التربوي - التدريب الرياضي - النشاط البدني المكيف وتضم المجلة لجنة قراءة دولية مكونة من خبراء مختصين والمشهود لهم بالكفاءة والخبرة من مختلف الجامعات الوطنية والدولية.

Editorial of the journal:

sports creativity journal is periodical scientific and Free publishing and open access And indexed in international databases journal Issued by the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities in Mohammed Boudiaf University in Msila Algeria every six months. It Allows for all scientific contributions in Algeria And abroad, which is characterized by quality, originality and editing in one of the three Arabic, French or English languages, which has never been published. The journal aims to disseminate original scientific researches by researchers, professors and doctoral students in order to disseminate knowledge and learn about new research and to link communication between researchers and contributing to the quality of scientific researches It also aims at providing access to researches and studies for as many researchers as possible through its printed and electronic publications. Where it publishes researches that are related to the field of science and technology of physical and sports activities, including: • Medical and biological sciences applied to physical activities • The biomechanics of sports movement • Physiology of sports practice • Educational Sports • Sports training • Sports psychology • Sports sociology • Teaching physical and sports activities • Sports media • Sports and Health • Sports and leisures • Physical and sporting activities adapted • Management and sport administration The magazine includes an international reading committee composed of specialized experts Who are recognized for their competence and experience and from various national and international universities .

شروط النشر بالمجلة:

تستقبل المجلة البحوث والدراسات العلمية المتخصصة في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وتخضع هذه البحوث لمعايير وشروط التحكيم في البحث العلمي الاكاديمي ، ومن طرف اساتذة وخبراء باحثين ومتخصصين من دول عربية واجنبية ، وتطبق فيها شروط المجلات العلمية المحكمة وعليه فان اعتماد الاصول العلمية في المواد المرسله اليها من توثيق ومراجع وهوامش هو من الامور الاساسية في التقييم حيث يتطلب الشروط التالية:

- 1- أن يمثل البحث إضافة علمية من الناحية النظرية أو التطبيقية في العلوم المرتبطة بالنشاطات البدنية والرياضية ، والا يكون قد نشر من قبل.
- 2- تنشر المجلة البحوث والمقالات باللغة العربية كما يمكن نشر البحوث باللغتين الإنجليزية أو الفرنسية.
- 3- أن يكون البحث مكتوبا بلغة سليمة ومدققا لغويا، ويعتمد الأصول العلمية المتعارف عليها في إعداد ونشر البحوث والدراسات العلمية، بما في ذلك : (مقدمة البحث ، الكلمات المفتاحية ، إشكالية البحث ، أهداف البحث ، أهمية البحث ، الدراسات السابقة والمرتبطة بالبحث ، الدراسة الإستطلاعية ، المنهج المستخدم في البحث ، عينة البحث ، الأدوات المستخدمة في الدراسة الميدانية ، الشروط العلمية للأدوات ، ربط نتائج البحث بالنظريات والدراسات السابقة)
- 4- يكتب عنوان المقال والكلمات الدالة للدراسة بثلاث لغات (عربية /فرنسية/انجليزية) ، ويحتوي المقال على ملخص بلغة المقال وملخص باللغة الفرنسية في حدود(150-250 كلمة) ، إضافة الى ملخص مطول في صفتين في حدود (400-450 كلمة) يكون في نهاية المقال.
- 5- تحتوي الورقة الاولى للمقال على معلومات الباحث او الباحثين (الاسم واللقب ، الرتبة ، مخبر الانتماء ، الجامعة المستخدمة ، الهاتف ، البريد الالكتروني) ، ويمكن تحميل نموذج ورقة المقال من دليل المؤلفين للمجلة عبر المنصة.
- 6 – تكتب البحوث وفقا لنظام WORD ، بالنسبة للغة العربية بخط Sakkal

Majalla

- 13) عادي للبحث ، 14 داكن للعناوين الرئيسية) وبالنسبة للغة الإنجليزية والفرنسية فتكتب بنفس الخط (13 Sakkal Majalla عادي للبحث ، 14 داكن للعناوين الرئيسية) ويتم تحديد الهوامش على الورقة 23/16 " " كالتالي (أعلى: 2. سم أسفل: 2 سم أيمن : 3 سم) (أيسر 2 سم)، (التباعد بين الأسطر 1 سم)
- 7- يتم ادراج المراجع على متن البحث (اسم المؤلف ، السنة ، الصفحة).
- 8- أن لا تتجاوز صفحات البحث المقدم للنشر عن 15 صفحة
- 9- تنشر المجلة البحوث الفردية والبحوث المنجزة من طرف فرق البحث المعتمدة) مع ضرورة ارفاق قرار الاعتماد وارساله عبر بريد المجلة في المنصة او عبر بريد رئيس التحرير (، كما تنشر المجلة الدراسات التي هي جزء من اطروحة الدكتوراه و التي تحمل اسم الطالب والمشرف (ارفاق اشهاد بالنشر المشترك ممض ي من الطرفين ومكتوب بخط اليد والموجود بدليل المؤلفين ، وهذا بارساله على بريد المجلة بالمنصة او عن طريق البريد الالكتروني لرئيس التحرير).
- 11 -تضع البحوث المقدمة للتحكيم من قبل خبراء مختصين في مجال البحث.
- 11- تحتفظ المجلة بجميع حقوق النشر.
- 12- المجلة غير مسؤولة عن اي تبعات تتعلق بحقوق الملكية الفكرية ، ويتحمل صاحب البحث كل ما يترتب عن ذلك.
- 13- ترسل البحوث عبر الأرضية الوطنية للمجلات العلمية على الرابط التالي:

<http://www.asjp.cerist.dz/en/submission/316>

Conditions for publishing in the journal :

The journal receives the scientific researches and studies specialized in sciences and techniques of sports and physical activities. These researches are the subject of arbitration of the academic scientific research standards and conditions by teachers, expert researchers and specialists from Arab and Foreign countries. The strict conditions of the scientific journal must be respected on the research.

Thus, respecting the scientific research rules in the sent articles such as

documentation, bibliography and footnotes, is essential for its evaluation.

It is necessary to respect of the following conditions:

1- The research should represent new scientific information, theoretically or practically, concerning the sciences related to the sports and physical activities.

It must not be published before.

2- The researches and articles are published in Arabic as well as in English and French.

3- The research must be correctly written and its spelling must be checked. It must be done according to the conventional scientific research rules of preparing and publishing scientific researches and studies including (introduction, key words, problematics, goals, the importance of this research, previous studies that are related to this research, pilot study, the used approach in the study, the study sample, the used tools in the field study, the scientific conditions of the tools, the relation between the research results with the theories and previous studies).

4- The research must be written in WORD, with (Sakkal Majalla) (normal 13 for the research, 14 in bold for principal titles). The margins of page are established "16/23" as follows: (top: 02 cm), (bottom: 02 cm), (right: 02 cm), (left: 02 cm), (space between lines: 01 cm).

5- The number of pages of the work, which is represented for publishing, must not exceed 15 pages.

6- The journal publishes the individual researches and the ones done by the authorized teams of research.

7- The first page of the research shall contain: Name of the researcher, abstract of this research written in the language used in the research and one of the left languages. Nevertheless, when the researches are written in foreign

languages, here; the researcher should write an abstract in Arabic.

8- The research must be the subject to arbitration by experts in the domain.

9- The journal reserves all the publishing rights.

10- The journal is not responsible of the consequences concerning the intellectual property rights. The researcher shall bear all the consequences.

The researches shall be sent through the Algerian Scientific Journal Platform via the following link:

<http://www.asjp.cerist.dz/en/submission/316>

- EBRAHIM AHMED HEFDHALDIN AL-SHARAFI.

Effect of lengthening exercises in relieving lower back pain in men aged 40-50 years.p 15-34

- Ala'a Abdullah Al Rawdhi , Abdul Ghani Mujahid Mutahhar.

The effect of a proposed sports rehabilitation program on improving the functional efficiency of the spine in women with non-specific low back pain. p 35-62

- Benharrat Bilal

A Comparative Study Measuring Algerian Track and Field Athletes' Attitudes Toward Sports Psychology Using the SPA-R Scale Based on Certain Variables .p 63-90

- Khaladi mourad

A comparative study of the physical and technical characteristics of U15 football players based on their playing positions p 91-107

- Mohammed zeroual, boudouh abderaouf

A Study of Some Physical Variables Among High School Students.p108-125

- Guemriche Nasredine, Kaddour bey Belkheyr

A Study of Structural Challenges and Strategic Prospects for the Development of Women's Wrestling in Algeria: A Comparative Perspective with Egypt and Tunisia.p126-134

- Bouchentouf Abdelhafid, Yahiaoui Ahmed

Advancing Performance and Tactical Analysis in Sports through Artificial Intelligence: An analytical.p135-154

- KAMEL CHETEHOUNA

Assessment and Communication Competencies and Their Relationship with Achievement Motivation among Physical Education .p155-176

- Haceini Ayoub

Basic Principles of Fitness Programs for Weight Loss.p177-186

- Zaouak Adel

Effectiveness of Guided Games to Develop Harmonic Abilities Among Preparatory Children.p187-205

- Zemam Abderrahman, Ghellab Hakim ,Marouf said

Effectiveness of Training Using Small-Sided Games (SSG) in Enhancing Selected Fundamental Football Skills Among Under-13 Youth .p206-225

- Djamel Chanfaoui

Emotional Intelligence and Its Relationship with Mental Health among Third-Year Secondary School Students.p226-254

- Hassini abderrazak

Matrix of Cognitive and Transversal Resources, Physical and Sports Activities, and Their Relationship to Achieving Competencies in the Primary Stage.p255-272

- Rafa Ahmed, Mansouri Nabil

Psychological Hardiness and Its Relationship to Self-Esteem Among University Students
A field study conducted at the Institute of Sciences and Technologies of Physical and Sports Activities in Bouira.p273-289

-Bouaita Toufik

Strategies for Modifying Athletes' Somatometabolic Profiles in Individual and Team Sports (Sports Nutrition, Training Load).p290-314

- Abdelkader boukhalfa, bilal ratab

The Effect of a Proposed Mini-Games Program on the Development of Certain Basic Skills (Overhead and Underhand Passing) in Volleyball.p315-329

- GUERDOUH ZINEDDINE,BOUHAK LAKHDAR WALID, MERABET MESSAOUD

The Effect of a Recreational Sports Program Based on Semi-Sport Games on Improving Social Interaction and Reducing Stereotypical Behavior among Children with Autism Spectrum Disorder.p330-349

- Zakarya Messaoudi.Abderrahmane Chelroum

The Effect of a Sensorimotor Program on the Development of Sensorimotor Aspects in Primary School Pupils Aged 10–11 Years – A Field Study in the Municipality of Barhoum." .p350-382

- Mohamed seghir dahbazi

The effect of playing area on the intensity of effort expended during soccer training .p383-398

- Zemali mohamed, benyoucef dahou, derbal fethi

The effect of the imperative method on the learning process of the passing skill in handball among students in the first year of secondary school.p399-412

- Mouni Abdesslem, Kadri ameur, Matrah Houssameddine

The effectiveness of rondo-style playing exercises during a training program in developing scanning and long passing accuracy among football players under 19 years old. p413-431

- Henni maamar

The extent to which technology contributes to the development of physical education and sports institutes. p432-450

- Cherifi Walid

the impact of a pragmatic curriculum theory grounded educational program on high school students' physical competencies (explosive power, and maximum speed). p451-471

- Bouzenag kelthoum, Zemmouri balkesem

The impact of a proposed educational program with motor games on the development of motor intelligence for kindergarten children 3-5 years old (field study kindergarten of Theniet El Abed-Batna). p472-492

- Tamsaouete DJILALI

The Level of Ambition among Students of the Higher School for Teachers, Specializing in Physical and Sports Education for Primary Education: A Field Study at the Higher School for Teachers in Bou Saâda, University of M'sila. p493-508

- Dechaicha elamine

The level of physical and sports education teachers' possession of teaching competencies in primary education from their perspective. p509-533

- Hamdi Boulanouar, Serbout Mohamed Redha

The motives of university students towards training in bodybuilding halls.- Field study in bodybuilding halls in Setif-. p534-560

- Louglaib lakhdar, Sabkha Mohammed Lamin, Hamouda Mohammed Lamin

The relationship between the Explosive Power of the lower limbs and the speed of reaction and achievement 100m race. p561-580

- Naima berrabah

The Role of Physical Activity in Reducing Psychological Stress Among University Students
-A Field Study on First-Year Students Enrolled in the Common Core of Social Sciences at
Mohamed Boudiaf University of M'sila-. p581-601

- Safaa DJOUADI

The Role of Sports Media in Reducing Regionalism in Algerian Stadiums. Pp602-627

- Mansouri mohammed, Ben amirouche slimane

The Social-Emotional Competencies of the Novice Physical and Sports Education Teacher
and Their Relationship with Classroom Management. p628-658