

سيرة ذاتية (C.V)

المعلومات الشخصية:

الاسم: إبراهيم محمد إبراهيم حرافشة
مكان وتاريخ الولادة: جرش ١٩٧٣/٥/١٥
الجنسية: أردنية
الحالة الاجتماعية: متزوج
عدد الأولاد: (٥)
مكان العمل: الجامعة الهاشمية
العنوان: الأردن - إربد - الحي الجنوبي - شارع الجامعة.
البريد الإلكتروني: ibrahimh@hu.edu.jo / iharafsheh@yahoo.com
رقم الخلو: ٠٧٩٩٩٥٥٣٤٧

الشهادات العلمية:

- شهادة الدكتوراه في فلسفة التربية الرياضية تخصص لياقة بدنية وفسولوجيا النشاط البدني بعنوان (دراسة مقارنة لأثر التمرينات المركزية واللامركزية على بعض المتغيرات الجسمية وفسولوجية)، الجامعة الأردنية، ٢٠١٠.
- شهادة الماجستير في فلسفة التربية الرياضية تخصص لياقة بدنية وتدريب رياضي بعنوان (أثر تمرينات المرونة على بعض أنواع القوة العضلية، جامعة اليرموك، السنة ٢٠٠٦).
- شهادة البكالوريوس في فلسفة التربية الرياضية، جامعة اليرموك، السنة ١٩٩٦.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

الاهتمامات البحثية:

- بناء الأجسام.
- (اللياقة المرتبطة بالصحة، التدريب الرياضي، فسيولوجيا النشاط البدني، تدريبات القوة العضلية).
- علم النفس وعلم الاجتماع.

الخبرات التدريسية:

تدريس العديد من المواد الدراسية الجامعية كما يلي:

- مادة التمرينات البدنية والألعاب الصغيرة لمدة (٨) سنوات.
- مادة التربية الحركية (تعلم حركي).
- مادة إعداد بدني.
- مادة الإصابات الرياضية.
- مادة التشنوهات القوامية.
- مادة التدريب بالأثقال.
- مادة كرة اليد.
- مادة جمباز.
- مادة رياضة وصحة.
- مادة كرة يد (٢).
- مادة ألعاب صغيرة.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

د. إبراهيم بني سلامة

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

- مادة تخصص كرة يد.
- مادة إدارة وتدريب كرة يد.
- مادة اللياقة المرتبطة بالصحة.
- مادة علم الحركة.

الخبرات العملية والمعرفية:

- إعطاء العديد من الدورات الخاصة في (اللياقة البدنية والبناء الجسمي) في مركز الدراسات والاستشارات وخدمة المجتمع في الجامعة الهاشمية.
- دورات تدريبية عملية للطلبة والعاملين في الجامعة الهاشمية.
- إعطاء العديد من الدورات في تدريبات الأثقال (جوانب نظرية وعملية) من خلال مركز الدراسات والاستشارات وخدمة المجتمع التابع للجامعة الهاشمية.
- إعطاء العديد من الدورات في تدريبات الأثقال (دورات إعداد مدربين) في صندوق الملك عبدالله في الجامعة الهاشمية.
- محاضر في العديد من الدورات الدولية والمحلية في مركز القيادات الشبابية التابع للمجلس الأعلى للرياضة والشباب (دورات بناء الأجسام، دورات رفع أثقال، دورات دفاع عن النفس، دورات في الألعاب الجماعية).
- إعطاء دورات في تمرينات الأطفال.

- إعطاء دورات للأطفال في الألعاب الصغيرة والدفاع عن النفس.
- مدرباً للياقة البدنية وتدريب القوة العضلية لجميع الفرق الرياضية (ذكور، إناث) في الجامعة الهاشمية.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

- تأسيس مركز تدريبي في اللياقة البدنية في الجامعة الهاشمية والإشراف عليه.
- مدرباً ومعد برامج تدريبية في مجال تدريبات الأثقال لطلبة كلية التربية البدنية في الجامعة الهاشمية.
- مدرباً لفريق الجامعة الهاشمية لكرة اليد.
- التنظيم والإشراف على العديد من المهرجانات الرياضية في الجامعة الهاشمية (مهرجان التمرينات البدنية الأول في الجامعة الهاشمية) مهرجان التلي ماتش الأول في الجامعة الهاشمية، مهرجان التلي ماتش الأول لطلبة الجامعة الهاشمية الأول، مهرجان التلي ماتش الثاني لطلبة الجامعة الهاشمية، مهرجان التلي ماتش الأول لذوي الاحتياجات الخاصة في الجامعة الهاشمية.
- مديراً ومدرباً في مركز أطلس للياقة البدنية وبناء الأجسام في محافظة إربد.
- مديراً ومدرباً في مركز الشباب للياقة البدنية وألعاب الدفاع عن النفس.
- مدرباً لبناء الأجسام في مركز اليرموك في محافظة إربد.
- مدرباً لتدريبات القوة العضلية في جامعة اليرموك أثناء الدراسة.
- مدرباً في مركز ويدر للياقة البدنية وبناء الأجسام في محافظة إربد.
- لاعب منتخب مدارس في كرة اليد محافظة إربد.
- لاعب كرة يد في النادي العربي في الأردن.
- لاعب المنتخب الوطني للشباب في الأردن.
- لاعب منتخب الجامعة الأردنية في كرة اليد.
- لاعب جامعة اليرموك في كرة اليد.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

- مدرباً لذوي الاحتياجات الخاصة للياقة البدنية في الجامعة الهاشمية.
- مشرفاً اجتماعياً ونفسياً لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية.

- مدرب مساج علاجي.

دورات في المجال المعرفي:

- دورات متقدمة في اللغة الإنجليزية.
- دورات في استخدام الإنترنت.
- دورة متقدمة في المساج العلاجي مركز تبجن الألماني.
- دورات في مجال استخدام الحاسوب.
- دورة التأهيل الوظيفي في الجامعة الهاشمية.
- دورة الطريقة التي تدرس بها - مركز اللغات - الجامعة الهاشمية.

الأبحاث المنشورة:

- Effect of Suggested Training Program by Using Weight Exercises on Decreasing the Level of Triglycerides, 2015, International Journal of Humanities and Social Science, Vol. 5 No. 10(1).
- The Most Common Athletic Injuries among Swimmers: The Case for University Students in Jordan. Advances in Physical Education, 2016.
- Organized Physical Activities and its Role to Reduce the Violent on Point of View Physical Education Students in Hashemite University, Advances in Physical Education, 2016.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة

الجامعة الهاشمية

د. إبراهيم بني سلامة

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي

الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

الأعمال العلمية الأخرى:

- الإشراف على تأليف العديد من الكتيبات الخاصة بالأطفال ومنها:
 - البداية الصحيحة: مدخل إلى تمارين الأطفال.
 - تمارين خاصة بالأطفال.
 - تمارين وألعاب صغيرة للأطفال.
 - التمارين البدنية للأطفال.
 - كتاب التمارين والألعاب الصغيرة.
 - إلعب معنا.
 - تمارين المحاكاة للأطفال.
 - تمارين للأطفال.

- العديد من المقالات في الصحف المحلية ومجلة الجامعة الهاشمية، ومنها:
 - تعاطي المنشطات طريق إلى الموت البطيء.
 - إياك والمنشطات.
 - المدرب الحرافشة يلقي الضوء بين المشاكل التي تواجه طلبة كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية.

اللجان التي تم الإشراف عليها:

- رئيساً للجنة الاجتماعية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠١٥/٢٠١٦.
- رئيساً للجنة فحص التفوق الرياضي في لعبة كرة اليد في الجامعة الهاشمية ٢٠١٥/٢٠١٦.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

- رئيساً لصندوق انتخابات مجلس الطلبة الخاص بطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- التنظيم والإشراف على كم من الفعاليات أثناء الخدمة كمساعد لعميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠١٤-٢٠١٦.
- تشكيل العديد من اللجان في الكلية والتي تضم مجموعات كبيرة من طلبة الكلية، ووضع قائد ونائبة بالانتخابات وهي على النحو التالي (اللجنة الاجتماعية، اللجنة العلمية والثقافية، اللجنة الإعلامية، لجنة المرأة، لجنة ضد العنف، لجنة الأنشطة).
- تأسيس موقعين على الفيس بوك (Facebook) الأول (الرياضة حياتنا ومستقبلنا) والثاني (طلبة التأهيل الرياضي).
- التنظيم والإشراف على بطولة السلام لاختراق الضاحية (٢٠١٥) والتي أقيمت في الجامعة الهاشمية.
- تنظيم بطولتي المحبة (١) والمحبة (٢) في كرة اليد بين طلبة الكلية ٢٠١٤-٢٠١٦.
- تنظيم بطولتي المحبة (١) والمحبة (٢) في الكرة الطائرة بين طلبة الكلية ٢٠١٤-٢٠١٦.
- التنظيم والإشراف على بطولة الكرامة (١) للريشة الطائرة ٢٠١٦.
- التنظيم والإشراف على اليوم الرياضي المفتوح (كلنا فداء للقائد) والذي اشتمل على (٧) فعاليات وهي:
 - سكتش بعنوان رايتنا تجمعنا.
 - عرض الأثقال.

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

- عرض الزومبا.
- مباراة كرة الطائرة ما بين طلبة الكلية وأعضاء الهيئة التدريسية.
- مباراة كرة القدم ما بين مجلس الطلبة الرابع عشر وطلبة الكلية ٢٠١٥.
- تكريم الطلبة الأول والطلبة المميزون رياضياً والطلبة الذين يقومون بأعمال تطوعية.
- تكريم بعض أعضاء الهيئة التدريسية.
- التنظيم والتنسيق والإشراف على اليوم الصحي والثقافي ومبادرة استبدال سيجارتك بحبة فاكهة، وقد اشتمل هذا اليوم على (٦٠٠) لوحة رياضية، وعروض على (Data Show) مع الشرح لمجموعة مواضيع رياضية ٢٠١٥/٢٠١٦.
- التنظيم والإشراف على يوم العشوائيات الثقافية في مبنى صالة عثمان بدير، وقد اشتمل على (٤٠٠) لوحة ثقافية في مجالات علمية مختلفة، بالإضافة إلى استعراض بعض مواهب الطلبة، بالإضافة لعرض الزومبا، وعرض في رفع الأثقال (٢٠١٥).
- تأسيس مصلى أبو بكر الصديق رضي الله عنه في مبنى عثمان بدير بجميع مستلزماته بالإضافة إلى مكتبة تحتوي (٥٠) كتاب شرعي و(٧٠) مصحف شريف (٢٠١٥).
- تنظيم اللقاءات ما بين إدارة الكلية والطلبة المستجدين للسنتين الدراسيتين (٢٠١٥)، (٢٠١٦).
- تنظيم اللقاء الودي ما بين أعضاء الهيئة التدريسية ونادي القوقازي في لعبة كرة اليد (٢٠١٥).
- التنظيم والإشراف على بطولة المجد (١) لطالبات الكلية في لعبة الكرة الطائرة (٢٠١٦).

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتامله

د. إبراهيم بني سلامة

- الإشراف على ورشة العمل بعنوان (نخلق الجنين) في عمادة شؤون الطلبة مدرج الكرامة (٢٠١٥).
- التنظيم والإشراف على اليوم الصحي والذي أقيم في بهو كلية الاقتصاد (٢٠١٤).

- إعطاء دورة تدريبية عن طريق صندوق الملك عبدالله في الجامعة بعنوان التعليم من خلال اللعب لطلبة الجامعة (٢٠١٥).
- متابعة المهرجان المائي الأول ما بين طالبات الكلية (٢٠١٥).
- التنظيم والإشراف على المبادرات الخاصة بتكريم أعضاء الهيئة التدريسية من قبل لجان الطلبة في الكلية وفي القاعات الصفية (٢٠١٤ - ٢٠١٥).
- التنظيم والإشراف على مجموعة الإفطارات الجماعية ما بين طلبة الكلية وأعضاء الهيئة التدريسية وعددها (٧) كأشطة اجتماعية (٢٠١٥/٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على مبادرة تكريم عمال النظافة والموظفين المتميزين (٢٠١٥/٢٠١٦).
- الإشراف والمتابعة لطلبة الكلية في مبادرة رايتنا عزتنا والتي نظمتها عمادة شؤون الطلبة في الجامعة الهاشمية والتي عُيّنت بالتبرع بالدم (٢٠١٥).
- التنظيم والإشراف على مبادرتي (إحسبها صح) و(الطالب المثالي) بالتعاون مع كلية العلوم التربوية في الجامعة الهاشمية (٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على مبادرة الطالب القائد بالتعاون مع كلية العلوم التربوية في الجامعة الهاشمية (٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على اليوم الرياضي الأول لطالبات الجامعات الهاشمية في صالة عثمان بدير (٢٠١٥).

**عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية**

د. إبراهيم بني سلامة

**رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية**

د. محمود حتامله

- الإشراف على انتخابات مجلس الطلبة الخاص بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (٢٠١٥/٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على بطولة الشهيد راشد الزيود في شد الحبل (٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على بطولة الشجعان في (بلادي ستيشن) ما بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والجامعة الهاشمية (٢٠١٦).
- الإشراف على العديد من المبادرات الاجتماعية في كلية التربية البدنية ما بين الطلبة كحالات الوفاة بما يخص الأقارب للطلبة (٢٠١٥/٢٠١٦).
- التنظيم والإشراف على مبادرة (الدفاع عن النفس) الخاصة بالطالبات والتي أقامتها الكلية في صالة عثمان بدير (٢٠١٦).

المناصب الإدارية:

- مساعد عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠١٤ - ٢٠١٦.

المعرفون:

- الأستاذ الدكتور إبراهيم بني سلامة / عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- الأستاذ الدكتور نبيل شمروخ.
- الدكتور محمود حتاملة / رئيس قسم التأهيل الرياضي – الجامعة الهاشمية.
- الدكتور محمود الحليق / رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي – الجامعة الهاشمية.

عميد كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة
الجامعة الهاشمية

رئيس قسم الإدارة والتدريب الرياضي
الجامعة الهاشمية

د. محمود حتاملة

د. إبراهيم بني سلامة