



حكومه تی هه ریمی كوردستان  
وهزاره تی خویندنی بالاو تووژینه وهی زانستی  
زانكۆی سلیمانێ  
كوئلیجی پهروه ردهی جهسته یی و زانسته وه رزشییه كان

# تۆپی باله

كارامه یی - پلان - تاكیكردنه وه - یاساكان

## دانانی

پ.ی.د. توانا وه هبی غه فور      پ.د. نیهاد ئه یوب قادر      پ.د. نه وزاد حوسین ده رویش  
زانكۆی سلیمانێ      زانكۆی كوویه      زانكۆی كوویه

چاپی به كه م

۲۰۲۱

## ناسنامەى پەرتووك

ناوى پەرتووك: تۆپى بالە؛ كارامەى - پلان - تاقىكدنەو - ياساكان.

ناوى دانەران: پ.ى.د.توانا وەهەبى غەفور، پ.د.نېھاد ئەيوب قادر، پ.د.نەزاد حوسەين دەرويش.

تايپ: پ.ى.د.توانا وەهەبى غەفور.

دیزاينى وینەى تاقىكدنەو وەكان و پىكھاتەكانى پلان: پ.د.نېھاد ئەيوب قادر.

دیزاينى بەرگ: ھەرىم عوسمان

نۆبەى چاپ: يەكەم ۲۰۲۱

چاپخانە: چاپخانەى پىرەمىرد - سلیمانى

تیراژ: ۵۰۰ دانە

لە بەرپۆە بەرايەتى گشتى كتېبخانە گشتییهكان/ ھەرىمى كوردستان ژمارەى سپاردنى  
(۸۶۳) ى سالى (۲۰۲۱) ى پىدراوھ.

ژمارەى تۆمارى نۆودەولەتى:

ئەم پەرتووكە لەسەر ئەركى زانكۆى سلیمانى چاپكراوھ

## سوپاس و پېزانين

سهره تا سوپاس و ستايش بۇ خوداي گه وره و ميهره بان، كه دهر فته تيدايين پهرتوكيكي تر به زمانى كوردى دابنيين، دروود له سهر گيانى پيشه واي مرؤفايه تى حه زره تى (موحه مه د) سهلامى خوداي لئبيت، ليره دا به باشى ده زانين زور سوپاسى يه كه م مامؤستامان و كؤتا مامؤستامان بكهين، كه ريئيشاندهرمان بوون و ههردهم قهرزدار باريانين.

جيگه خويه تى سوپاس و پېزانينى خؤمان ئاراسته ي سهروكى زانكؤي سليمانى بهريز (پ.ي.د. رهزا حه سه ن حسيين) و راگرى كؤليجى پهروره دى جه سته يى و زانسته وهرزشيه كان بهريز (پ.د. ديار موحه مه د صديق) ياريددهرى راگر (پ.د. ناراز موحه مه د نورى) و ليژنه ي پاداشتى توؤيژينه وه و دانان و وهرگيرانى كتيب بكهين، كه هاوكارمان بوون بؤ ئه نجامدانى ئه م پهرتووكه، به تاييه ت بهريز (پ.د. عيزه دين بابان).

زور سوپاسى هه لسه نكيئنه رانى زانستى (پ.ي.د. به سيم عيسا يونس) و (پ.ي.د. موحه مه د ئه حمه د صابر) و هه لسه نكيئنه رى زمانه وانى (پ.ي.د. شيلان عومه ر حوسين) ده كهين، كه له ههردوو بوارى زانستى و زمانه وانيدا به وردى سه رنج و تيبينيه كانيان خستبووه روو.

زور سوپاسى بهريز (موحه مه د محيدين قادر) ده كهين، كه هاوكارىكى زورباشمان بوو له گه يشتى پهرتووكه كه به م شيوازه ي ئيستا. ههروه ها سوپاسى بهريزان (پ.ي.د. جهلال ئه نوه ر سه عيد) و (م.ي. زه هزاد محسن ره ئوف) ده كهين له زانكؤي كؤيه كه هاوكارمانبوون.

جيگه خويه تى سوپاسى بهريز (م. شوان عه لى حه مه جان) داوه رى نيوده وه لته تى توؤپى باله بكهين، كه هاوكارىكى باشمانبوو له پيدانى سه رنج و تيبينى سه باره ت به ياساكانى توؤپى باله.

زور سوپاسى هاوؤينى ههرسيكمان ده كهين، كه هاوكارىكى باشبوون بؤ به خشينى كاتى خويان سه باره ت به ته واوكردى ئه م پهرتووكه.

له كؤتاييدا سوپاسى ههركه سيك ده كهين گهر به وشه يه كيش هاوكارمان بووييت.

دانه ران

## پيشه كى

ئەگەرچى دەركەوتنى (فايرۇسى كۆرۈن) تەنگى بەمرۇقايەتى ھەلچنى و بۇ چەندىن مانگ جىھانى تووشى وەستاندن و سستبونى چالاكىيە كان كرد؛ بەتايبەتئىش چالاكىيە وەرزىشە كان، بەلام خۇشەختانە دەرفەتئىكى باشبوو، كە بەبارئىكى ئەرئىندا سوودى لئوھەربگرين بۇ نووسىنى ئەم پەرتووكە مان و گەيشتن بەم ئەنجامە، لە دەره نجامى ئەم بارودۇخەوہ بوو.

يارى تۇپى بالە؛ يەكئىكە لە وەرزىشە پىر جەماوہەرىيە كان لەسەرانسەرى جىھاندا، كە سالانە زياتر لە (۹۰۰ مىليۇن) كەس بەئامادەيىان لە يارىگاكاندا، يان لەرئىگەى تىقىھەكانەوہ بىنەرى يارى و پالەوانئىتىھەكانى ئەم جۆرە وەرزىشە دەبن.

يارى بالە؛ يەكئىكە لە يارىيە بەكۆمەلەكان، كە (دوو تىپ) لە يارىگادا كئىبركئى بىردنەوہ دەكەن و ھەر لايەكىيان بە (۶) يارىزانەوہ يارىدەكەن. ھەردوو تىپەكە بەسەرپەرىشتى داوہران و لەژئىرئىنمايى ياساكانى (يارى بالە)دا كئىبركئى بىردنەوہى (سى گئىم) لەكۆى (پىنج گئىمى) يارىدەكەن.

ئەم پەرتووكە (تۇپى بالە؛ كارامەيى - پلان - تاقىكردنەوہ - ياساكان)، ھەنگاوانا ئىكى ئەكادىمى و ئەزموونى گروپئىك مامۇستاي زانكۆ و يارىزانى دئىرىن و شارەزاي بوارى (يارى بالە) يە، كە بەشەونخوونى بەردەوام و لەرئىگەى ئەم كئىبەوہ دەمانەوئىت خەرمانى كئىبىخانەى كوردى، لەھەردوو رووى ياسايى و ئەكادىمىيەوہ، دەولەمەند بكەين و ئەو كەلئىنە پىرئىكەينەوہ، كە تا ئىستا لەبەر كەمى پەرتووك و سەرچاوەى زانستى تايبەت بە (يارى بالە) ھەبووہ.

پەرتووكەكە، باس لە وردەكارىيەكانى (يارى تۇپى بالە) دەكات، كە خۇيان لەم بوارانەدا دەبىننەوہ: ئامادەيى دەروونى و جەستەيى يارىزان لە يارىگادا، كارامەيى يارىزانان، گشت ياساوا حالەتەكانى تىرى تايبەت بەم وەرزىشە، لەگەل پلانى كارامەيىھەكانى تۇپى بالە لە يارىدا، لەرووى زانستىشەوہ، لەم پەرتووكەدا تاقىكردنەوہ و ھەلسەنگاندن بۇ گشت لئىھاتوويىھەكان (مھارات) كراوہ و دەره نجامى گرنگ پئىشكەش بەخوازىارانى يارى بالە دەكات.

لەم پەرتووكەدا، ئامازە بەگشت ياسا نوئىيەكانى يارى بالە دراوہ، كە لەلايەن (FIVB) وە، پەسەندكراون و لە پالەوانئىتىيە جىھانىيەكاندا پەيرەو دەكرئىن.

له گرنگترین به شه کانی دیکه ی ئەم پەرتووکه ئەوهیه، که ئاماژەمان بە زیاتر له (۲۳۰) حاله تی ده گمەن کردوو، که له ناو یاریگادا رووده دەن، به لام له یاساکانی یاری باله دا ئاماژەیان پێنه دراوه و وه ک حاله تی پێشبینینه کرا و هه ژماریان ده کهین. ده توانین بڵین، له م پەرتووکه دا ئاماژەمان به گشت یاساکان و حاله ته ده گمەنه کانی یاری باله کردوو و هه درئه نجامه که یمان روونکردوو ته وه.

پەرتووکه که مان، به زمانیکی رهوان نووسیوه و هه رزشدۆستان و یاریزانان و راهبینه ران و داوه ران ده توانن لێی سوودمه ندبین، هه روه ها فیڕخووانی زانکۆ و په یمانگا کان ده توانن بیکه نه پرۆگرامی خویندن و سه رچاوه ی نووسینی توێژینه وه و لیکۆلینه وه زانستی و ئە کادیمییه کانیان.

هیوادارین به م هه نگاوه مان و له ریگه ی ئەم پەرتووکه وه توانیبێتمان بواری و هه رزش، به تایبه تیش (یاری تۆپی باله) له کتیبخانه ی کوردیدا ده وه له مه ندر بکه یین و پەرتووکیکی دانسه مان پێشکه ش کردبیت، تا بتوانین ئەو که لینه زانستییه پر بکه یینه وه، که له م بواره دا هه بووه، هه روه ها تینویتی خوازیاران ی ئەم جوړه و هه رزشه بشکینین، که سالانیکه به تاسه وه چاوه ری پەرتووکیکی له م جوړه یان کردوو، به هیوای پێشکه وتنی زیاتری بواری زانستی و به ره و پێشجوونی زیاتری ئاستی یاری باله له هه ری می کوردستاندا.

دانه ران

## ناوهرۆكى پهرتووك

۱	به رگ
۲	ناستامه ی پهرتووك
۳	سو پاس و پیزانین
۵-۴	پیشه کی
۱۱-۶	ناوهرۆكى پهرتووك
۲۴-۱۲	به شی یه كه م
۱۵-۱۲	پاری یه كه م
۱۵-۱۲	میژووی یاری تۆپی باله.
۱۷-۱۶	پاری دووهم
۱۷-۱۶	تاییه تمه ندییه کانی یاری تۆپی باله.
۲۴-۱۸	پاری سینیهم
۱۹-۱۸	ره گه زه بنه ره تییه کانی یاری تۆپی باله.
۲۱-۲۰	چۆنیتی هه لېژاردنی یاریزانی تۆپی باله.
۲۴-۲۱	گرنگترین تاییه تمه ندییه کان بۆ هه لېژاردنی یاریزانی تۆپی باله.
۱۳۹-۲۵	به شی دووهم
۲۸-۲۵	کارامه ییه بنه ره تییه کانی یاری تۆپی باله.
۳۱-۲۹	وهستانی ئاماده باشی.
۲۹	ههنگاهه هونه رییه کانی وهستانی ئاماده باشی.
۳۱-۳۰	شیزوازه کانی وهستانی ئاماده باشی.
۳۱	ههله باوه کانی وهستانی ئاماده باشی.
۴۹-۳۲	کارامه یی ئاماده کردن (مهاره الاعداد).
۳۳	مه رجه کانی فیژیوونی کارامه یی ئاماده کردن.
۳۳	خه سلته ته کانی یاریزانی ئاماده کار (المعد).
۳۴	سه رکه وتنی ئاماده کردن.
۳۴	چۆن یاریزانی ئاماده کار (المعد) هه لده بژی ریت.
۳۴	گرنگی کارامه یی ئاماده کردن.
۳۴	ئهو هۆکارانه ی پیویسته له کاتی فیژیوونی کارامه یی ئاماده کردندا ره چاو بکړین.
۳۵	جۆره کانی کارامه یی ئاماده کردنی تۆپ.

۴۰-۳۶	كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ پيشه‌وه.
۳۹-۳۶	هه‌نگاوه هونه‌رييه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ پيشه‌وه.
۴۰	هه‌له باوه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ پيشه‌وه.
۴۱-۴۰	كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ دواوه.
۴۱	هه‌نگاوه هونه‌رييه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ دواوه.
۴۱	هه‌له باوه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر بۆ دواوه.
۴۳-۴۲	كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر به‌كه‌وتنه‌وه (به‌به‌ريوونه‌وه‌وه).
۴۲	هه‌نگاوه هونه‌رييه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر به‌كه‌وتنه‌وه.
۴۳	هه‌له باوه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر به‌كه‌وتنه‌وه.
۴۴-۴۳	كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر به‌بازدانه‌وه.
۴۴	هه‌له باوه‌كانى كارامه‌يى ئاماده‌كردن له‌سەر سەر به‌بازدانه‌وه.
۴۴	جياوازى نيوان كارامه‌يى ئاماده‌كردن (الاعداد) له‌سەر سەر و هه‌لدان (المناوله‌ او التمرير) له‌سه‌ره‌وه.
۴۵	پلانى تاكه‌كەسى له‌ كارامه‌يى ئاماده‌كردندا.
۴۶	تايپه‌تمه‌ندييه‌كانى پلانى ئاماده‌كردن.
۴۸-۴۶	ناوه‌نده‌كانى وه‌ستانى ياريزانى ئاماده‌كار (المعد) له‌ ياريگاي تۆپى باله‌دا.
۴۸	بنه‌ماكانى سه‌ركه‌وتنى هيرشبردن.
۴۸	هۆكاره‌كانى جولانى ياريزانى به‌رزكه‌ره‌وه له‌ دواوه بۆ پيشه‌وه.
۴۹	هه‌له باوه‌كانى جولەى ياريزانى به‌رزكه‌ره‌وه (ئاماده‌كار).
۶۴-۵۰	كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف (مه‌ارة استقبال الارسال).
۵۰	گرنگى كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف.
۵۱	مه‌رجه‌كانى فيربوونى كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف.
۵۱	جوۆره‌كانى كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف.
۵۵-۵۱	كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف به‌وه‌ستانه‌وه.
۵۵-۵۱	هه‌نگاوه هونه‌رييه‌كانى كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف به‌وه‌ستانه‌وه.
۵۵	هه‌له باوه‌كانى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف به‌وه‌ستانه‌وه.
۵۶	كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف له‌لاكانه‌وه (له‌ته‌نيشته‌وه).
۵۶	هه‌له باوه‌كانى كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف له‌لاكانه‌وه (له‌ته‌نيشته‌وه).
۵۸-۵۷	كارامه‌يى پيشوازيكردن له‌ سي‌رف به‌كه‌وتنه‌وه (به‌به‌ريوونه‌وه‌وه).

۵۸	هەلە باوەکانی کارامەیی پيشوازیکردن لە سیرف بەکەوتنەوه (بەبەرپوونەوهوه).
۵۹-۵۸	کارامەیی پيشوازیکردن لە سیرف لە سەرەوه بەسەری پەنجەکان.
۵۹	هەلە باوەکانی کارامەیی پيشوازیکردن لە سیرف لە سەرەوه بەسەری پەنجەکان.
۶۰	پلانی تاکە کەسی لە کارامەیی پيشوازیکردن لە سیرف.
۶۳-۶۱	جۆرەکانی بیکهاتە پلانی پيشوازیکردن لە سیرف.
۶۵	جیاوازی نیوان کارامەیی پيشوازیکردن لە سیرف لە ژێرەوه و هەلدان (المناولة) لە ژێرەوهدا.
۸۸-۶۵	سیرف لیدان (الارسال)
۶۵	ئەو ئامانجانەى کە دەتوانییت لە کاتی جێبەجێکردنی سیرف لیداندا بەدەستبھێنریت.
۶۶	مەرجهکانی ئەنجامدانی کارامەیی سیرف لیدان.
۶۷-۶۶	جۆرەکانی کارامەیی سیرف لیدان.
۷۰-۶۷	سیرفی ئاراستە کراو لە خوارەوهو لە پيشهوه.
۷۰-۶۷	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی ئاراستە کراو لە خوارەوهو لە پيشهوه.
۷۰	هەلە باوەکانی سیرفی ئاراستە کراو لە خوارەوهو لە پيشهوه.
۷۲-۷۱	سیرفی تەنیشت لە خوارەوه.
۷۲-۷۱	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی تەنیشت لە خوارەوه.
۷۲	هەلە باوەکانی سیرفی تەنیشت لە خوارەوه.
۷۵-۷۲	سیرفی ئاراستە کراو لە سەرەوه (تینسی).
۷۵-۷۳	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی ئاراستە کراو لە سەرەوه (تینسی).
۷۵	هەلە باوەکانی سیرفی ئاراستە کراو لە سەرەوه (تینسی).
۷۷-۷۶	سیرفی شەپۆلی لە پيشهوه.
۷۶	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی شەپۆلی لە پيشهوه.
۷۷	هەلە باوەکانی سیرفی شەپۆلی لە پيشهوه.
۷۸-۷۷	سیرفی شەپۆلی تەنیشت.
۷۷	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی شەپۆلی تەنیشت.
۷۸	هەلە باوەکانی سیرفی شەپۆلی تەنیشت.
۷۹-۷۸	سیرفی تەنیشتی رڤینەر (هۆك).
۷۹-۷۸	هەنگاوه هونەرپیهکانی سیرفی تەنیشتی رڤینەر (هۆك).
۷۹	هەلە باوەکانی سیرفی تەنیشتی رڤینەر (هۆك).



۸۱.۸۰	سىرڧى شەپۇلى بەھەستانەوہ.
۸۱.۸۰	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى سىرڧى شەپۇلى بەھەستانەوہ.
۸۱	ھەلە باۋەكانى سىرڧى شەپۇلى بەھەستانەوہ.
۸۶.۸۲	سىرڧى توند بەھەستانەوہ.
۸۶.۸۲	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى سىرڧى توند بەھەستانەوہ.
۸۶	ھەلە باۋەكانى سىرڧى توند بەھەستانەوہ.
۸۸.۸۷	پىلانى تاكە كەسى لە كارامەيى سىرڧ لىدان.
۱۰۸.۸۹	لىدانى توند (الضرب الساحق).
۹۰	مەرجهكانى فېرېوونى كارامەيى لىدانى توند.
۹۲-۹۱	جۆرى كارامەيى لىدانى توند
۹۶.۹۲	لىدانى توندى ئاراستە كراۋ (بەرز).
۹۶.۹۲	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى كارامەيى لىدانى توندى ئاراستە كراۋ (بەرز).
۹۶	ھەلە باۋەكانى لىدانى توندى ئاراستە كراۋ (بەرز).
۹۸.۹۷	لىدانى توندى ئاراستە كراۋ بەسورانهوہ.
۹۷	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توندى ئاراستە كراۋ بەسورانهوہ.
۹۸	ھەلە باۋەكانى لىدانى توندى ئاراستە كراۋ بەسورانهوہ.
۱۰۰-۹۹	لىدانى توندى لاتەنىشت (رفىنەر).
۹۹	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توندى لاتەنىشت (رفىنەر).
۹۹	ھەلە باۋەكانى لىدانى توندى لاتەنىشت (رفىنەر).
۱۰۰-۹۹	لىدانى توند بەمەچەك.
۹۹	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توند بەمەچەك.
۱۰۰	ھەلە باۋەكانى لىدانى توند بەمەچەك.
۱۰۱.۱۰۰	لىدانى توند بەفېلەوہ.
۱۰۱.۱۰۰	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توند بەفېلەوہ.
۱۰۱	ھەلە باۋەكانى لىدانى توند بەفېلەوہ.
۱۰۳-۱۰۱	لىدانى توندى خىرا.
۱۰۲	ھەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توندى خىرا.
۱۰۳	ھەلە باۋەكانى لىدانى توندى خىرا.
۱۰۳	لىدانى توندى خىرا دە كرېت بە (۵) جۆرى سەرەككېوہ
۱۰۵-۱۰۳	لىدانى توند بەخزانەوہ (بەرزبوونەوہ لەسەر يەك پى).
۱۰۶.۱۰۵	لىدانى توند لە يارىگاي دواوہ.

۱۰۵	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى لىدانى توند لە يارىگاي دواۋە.
۱۰۶	هەلە باۋەكانى لىدانى توند لە يارىگاي دواۋە.
۱۰۶	پلانى تاكە كەسى لە كارامەيى لىدانى توند.
۱۰۸-۱۰۷	پلانى لىدانى توند لە يارى تۆپى بالەدا.
۱۲۱-۱۰۹	ديۋارى بەربەست (بلۆك) (حائط الصد).
۱۰۹	تايپە تمەندىيەكانى يارىزنى ديۋارى بەربەست.
۱۱۰-۱۰۹	جۆرەكانى ديۋارى بەربەست.
۱۱۷-۱۱۱	شىۋازەكانى ديۋارى بەربەست.
۱۱۴-۱۱۱	ديۋارى بەربەست بەيەك يارىزان (بە تاك).
۱۱۴-۱۱۱	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى ديۋارى بەربەست بەيەك يارىزان (بە تاك).
۱۱۴	هەلە باۋەكانى ديۋارى بەربەست بەيەك يارىزان.
۱۱۶-۱۱۴	ديۋارى بەربەست بە دوو يارىزان (بە جووت).
۱۱۵	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى ديۋارى بەربەست بە دوو يارىزان (بە جووت).
۱۱۶	هەلە باۋەكانى ديۋارى بەربەست بە دوو يارىزان (بە جووت).
۱۱۷-۱۱۶	ديۋارى بەربەست بەسى يارىزان (بە كۆمەل).
۱۱۷-۱۱۶	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى ديۋارى بەربەست بەسى يارىزان (بە كۆمەل).
۱۱۷	هەلە باۋەكانى ديۋارى بەربەست بەسى يارىزان (بە كۆمەل).
۱۱۹-۱۱۷	پلانى تاكە كەسى لە كارامەيى ديۋارى بەربەست.
۱۲۱-۱۱۹	جۆرەكانى بېكھاتەي پلانى ديۋارى بەربەست.
۱۳۹-۱۲۲	كارامەيى بەرگريکردن لە يارىگا (الدفاع عن الملعب).
۱۲۳	مەرجهكانى جىپە چىکردنى بەرگريکردن لە يارىگا.
۱۲۳	جۆرەكانى كارامەيى بەرگريکردن لە يارىگا.
۱۲۵-۱۲۳	بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست لە خوارەۋە بەۋەستانەۋە.
۱۲۵-۱۲۴	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى كارامەيى بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست لە خوارەۋە بەۋەستانەۋە.
۱۲۵	هەلە باۋەكانى كارامەيى بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست لە خوارەۋە بەۋەستانەۋە.
۱۲۷-۱۲۶	بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست بە بەرپوونەۋەۋە.
۱۲۶	هەنگاۋە ھونەرىيەكانى بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست بە بەرپوونەۋەۋە.
۱۲۷	هەلە باۋەكانى بەرگريکردن لە يارىگا بە دوو دەست بە بەرپوونەۋەۋە.

۱۲۷-۱۲۸	بەرگريکردن له ياريگا به يهك دهست به بهر بوونه وه وه.
۱۲۷	ههنگاه هونه ريبه كاني بهرگريکردن له ياريگا به يهك دهست به بهر بوونه وه وه.
۱۲۸	ههله باوه كاني بهرگريکردن له ياريگا به يهك دهست به بهر بوونه وه وه.
۱۲۸-۱۲۹	بەرگريکردن له ياريگا به دوو دهست يان به يهك دهست له خواره وه به خوڤرېدان.
۱۲۸-۱۲۹	ههنگاه هونه ريبه كاني بهرگريکردن له ياريگا به دوو دهست يان به يهك دهست له خواره وه به خوڤرېدان.
۱۲۹	بەرگريکردن له ياريگا به چاچه كان.
۱۳۰	پلاني تاكه كه سي له كارامه يي بهرگريکردن له ياريگا.
۱۳۰-۱۳۶	جوړه كاني پيگهاته ي پلاني بهرگريکردن له ياريگا.
۱۳۷-۱۳۸	جوړه كاني پلاني ياري
۱۳۸	ئه و ريگايانه ي كه بو هيواشكردنه وه ي ياري به كارديت.
۱۳۹	جياوازي نيوان ئه نجامداني هونه ري كارامه يي پيشوازيکردن له سيرف و كارامه يي بهرگريکردن له ياريگا.
۱۴۰-۲۰۳	به شي ستيه م
۱۴۰-۲۰۳	تاقيكردنه وه كان (الاختبارات).
۲۰۴-۲۷۱	به شي چواره م
۲۰۴-۲۵۷	ياسا (القانون).
۲۵۸-۲۶۶	ئامازه فهرمييه كاني دهستي داوه ران.
۲۶۷-۲۶۸	ئامازه فهرمييه كاني ئالا بو چاوديري هيله كان.
۲۶۹-۲۷۱	پيناسه كان
۲۷۲-۳۶۷	به شي پينجه م
۲۷۲-۳۶۷	حاله ته كان
۳۶۸-۳۷۱	سه رچاوه كان
۳۷۲-۳۷۵	ناسنامه ي كه سي دانهران



## ناسنامەى كەسى

- ناو: توانا وهىبى غفور شريف.

- رېكەوت و شوپىنى لە داىكبوون: ۱۹۷۷، هەلەبجە.

- ئيمىل و ژمارى مۇبايل: twana.ghafoor@univsul.edu.iq ۰۷۷۰۱۴۳۶۷۹۹

- پروانامە: بەكالۆرىۆس لە سالى (۲۰۰۱) زانكۆى سە لاجەدين/ هەولير، ماستەر لە سالى (۲۰۰۸) زانكۆى كۆيه، دكتورا لە سالى (۲۰۱۳) زانكۆى كۆيه.

- نازناوى زانستى: پروفيسۆرى ياريدەدەر لە رېكەوتى (۲۰۱۷/۲/۲۱).

- پسيۆرى ورد: فيزبوونى جولە (التعلم الحركي)، تۆبى بالە (الكرة الطائرة).

- شوپىنى كار: كۆليجى پەروەردەى جەستەيى و زانستە وەرزشييه كان – زانكۆى سلېمانى.

- دانانى پەرتوك: دانانى پەرتوكى (بابوميكانيك لە پەروەردەى جەستەيى و زانستى وەرزشدا) لە سالى (۲۰۱۹) دا بە هاوبەشى.

- توؤيؤينه وهى زانستى: خاوهنى (۱۳) توؤيؤينه وهى زانستيه.

- يەكيك بووه لە دامەزؤينه رانى كۆليجى پەروەردەى بنەرەت/ زانكۆى سلېمانى، لە هەلەبجە لە سالى (۲۰۰۸)،

سەرەراى ئەوهى دامەزؤينه رى زانكۆى هەلەبجە بووه لە سالى (۲۰۱۰) دا.

- ئەو پۆستە ئەكاديميانهى كە وەرى گرتووه:

\* سەرۆكى بەشى پەروەردەى وەرزش، كۆليجى پەروەردەى بنەرەتى هەلەبجە/ زانكۆى سلېمانى لە ۲۰۰۹/۵/۱ تا ۲۰۰۹/۱۲/۳۱

\* سەرپەرشتياري بەشى پەروەردەى وەرزشى بنەرەت، فاكهلتى پەروەردەو زانستە مرؤفاه تيبه كان/ زانكۆى هەلەبجە لە ۲۰۱۲/۱/۲۸ تا ۲۰۱۳/۱۲/۹

\* سەرۆكى سكولى پەروەردەى وەرزش، فاكهلتى پەروەردەو زانستە مرؤفاه تيبه كان/ زانكۆى هەلەبجە لە ۲۰۱۳/۶/۳ تا ۲۰۱۴/۱/۲۲

\* راگرى كۆليجى پەروەردەى وەرزش/ زانكۆى هەلەبجە لە ۲۰۱۴/۲/۲ تا ۲۰۱۸/۷/۱۶

\* ياريدەدەرى سەرۆكى زانكۆى هەلەبجە بؤ كاروبارى خوئندكاران بەوه كالهت ۲۰۱۷/۸/۱ تا ۲۰۱۸/۵/۲، سەرەراى ئەوهى كە راگرى كۆليجى پەروەردەى وەرزش بووه.

- سەرۆكايەتى كردنى شاندى زانكۆى هەلەبجە بؤ زانكۆى كوردستان/ سنە لە ولاتى ئيران لە سالى (۲۰۱۶) و واؤكردنى ياداشتىكى ليكتينگە بشتن.

- سەرپەرشتيكردى ماستەر و دكتورا لە بوارى پەروەردەى وەرزشدا.

- وتنه وهى وانى (التعلم الحركي) بە خوئندكارانى خوئندنى بالآ ماستەر و دكتورا لە سالى (۲۰۱۷ - ۲۰۲۱) لە زانكۆى هەلەبجە و زانكۆى سلېمانى.

- بەشدارى لە كۆنگرەو خولە نيودەولە تيبه كاندا:

\* سالى (۲۰۱۱) بەشدارى كۆنگرەى نيودەولەتى (الابداع الرياضي) كردووه لە ولاتى ئوردن، كۆليجى پەروەردەى وەرزش/ زانكۆى ئوردن، سەرەراى بەشداريكردى لە چەندىن كۆنگرەى ناوخۆيى.

\* سالى (۲۰۱۳) بەشدارى خولى راھينانى كردووه لە زانكۆى كاسل لە ولاتى ئەلمانيا بەمەبەستى گەشە پيكردى و راھينانى وانەيؤان لە زانكۆى هەريمى كوردستان لە (۲۰۱۳/۸/۱۳) تا (۲۰۱۳/۸/۲۹).

- ماوهى (۲) سال (۲۰۱۰ - ۲۰۱۱) و (۲۰۱۱ - ۲۰۱۲) مامۆستاي ميوان (زائير) بووه لە زانكۆى گەرميان - بەشى پەروەردەى وەرزشى بنەرەت.

- له چەندىن لىژنەدا بەشدارىكىردووه له وانه:  
 \* لىژنەى رېكخەرى پىرۇگراممەكانى خويندن.  
 \* سەرۇك و ئەندام له لىژنەى تاقىكىردنەوهكانى كۆتايى سالى.  
 \* سەرۇكى لىژنەى رېكخستن و دروستكىردنى پەيكەرى رېكخستننى زانكۆى هەلەبجە.  
 \* سەرۇكى لىژنەى زانستى كۆلچ و بەش.  
 \* بىرپاردەرى لىژنەى بەرزكىردنەوهى پەلى زانستى كۆلچى پەروەردەى وەرزىش/ زانكۆى هەلەبجە.  
 \* سەرۇكى لىژنەى هەلسەنگاندىنى گۇفاره نىودەولەتى و ناوخۆيەكان له ئاستى سەرۇكايەتى زانكۆى هەلەبجە  
 سالى (۲۰۱۸ - ۲۰۱۹).  
 \* سەرۇكى لىژنەى ئاھەنگى دەرىجىووانى زانكۆى هەلەبجە بۇ سالى خويندىنى (۲۰۱۶ - ۲۰۱۷) كه يەكەمىن جار بوو  
 ئاھەنگ سازىكرت له زانكۆى هەلەبجە.  
 \* ئەندامى لىژنەى گفوتگۆى نامەكانى ماستەر و دكتورا بووه.  
 \* ئەنجامدانى چەندىن سىمپوزىوم و ۇركشۆيى ناوخۆيى و دەرهكى له كۆلچى پەروەردەى وەرزىش/ زانكۆى  
 هەلەبجە له سالى (۲۰۱۷) و (۲۰۱۸) ئەوكاتەى كه راگرى كۆلچى پەروەردەى وەرزىش بووه، چەندىن چالاكى و  
 فېستىقالى وەرزىشى.  
 \* زياتر له (۲) دوو سالى بىرپاردەرى ئەنجومەنى زانكۆى هەلەبجە بووه (۲۰۱۵ - ۲۰۱۷).  
 \* دەورىكى كارىگەرى هەبوو له سەر سەرلەنوئى بوونىاتنانهوهى پەيكەرى كارگىرى زانكۆى هەلەبجە له سالى (۲۰۱۷).  
 \* ئامادەكارى پىرۇپۆرتلى كىردنەوهى كۆلچى پەروەردەى وەرزىش بووه له زانكۆى هەلەبجە له سالى (۲۰۱۳). هتد....  
 سىرەى وەرزىشى:  
 - سالى (۱۹۹۸ - ۲۰۰۱) لهگەل يانەى وەرزىشى هەوليرپالەوانى خولى يانە پەلە نايابەكانى كوردستان بووه.  
 - سالى (۲۰۰۱) يەكەمى خولى بالەى يانە پەلە يەكەكانى عىراق بووه لهگەل يانەى هەوليردا.  
 - سالى (۲۰۰۱) دەستنىشان كراوه بۇ هەلېزاردەى عىراق له تۆپى بالە.  
 - سالى (۲۰۰۱ - ۲۰۰۴) يەكەمى خولى بالەى يانە پەلە نايابەكانى كوردستان بووه لهگەل يانەى سىروانى نوئى دا.  
 - سالى (۲۰۰۴) بۇ يەكەمىن هەلېزاردەى تۆپى بالەى كوردستان يارى كىردووه.  
 - سالى (۲۰۰۵) وەك يارىزانى هەلېزاردەى تۆپى بالەى سلېمانى بەشدارى پالەوانىتى پارىزگاكانى عىراقى كىردووه، كه  
 وەك هەلېزاردەى سلېمانى توانىويانە پەلە سىيەم له سەرئاستى پارىزگاكانى عىراق بەدەستبھيئن.  
 - بۇ چەندىن يانەى بەناوبانگى كوردستان يارى كىردووه له يارى تۆپى بالە له وانه: پەيام، هەولير، بروسك،  
 درىندىخان، سىروانى نوئى، ئازادى، سەرچنار، هەلەبجە، و بەشدارى كىردووه له (۲۵۰) يارى زياتر له خولى يانەكانى  
 عىراق و كوردستان.  
 - رايھنەرى تىپى لاوانى بالەى يانەى وەرزىشى هەلەبجە بووه سالى (۲۰۰۷) و توانىويانە پەلە يەكەمى خولى بالەى  
 يانەكانى پارىزگاى سلېمانى و دەوروبەرى بەدەستبھيئن.  
 - سالى (۲۰۰۸ - ۲۰۱۲) يارىزان و رايھنەرى تىپى بالەى يانەى وەرزىشى هەلەبجە بووه.  
 - ئەندامى دەستەى كارگىرى و سكرتېرى يانەى وەرزىشى هەلەبجە بووه له سالى (۲۰۰۸ - ۲۰۱۱).  
 - سالى (۲۰۰۹) بەشدارى خولى رايھنەنى نىودەولەتى كىردووه كه لهلايەن يەكېتى تۆپى بالەى بەحرەينىهوه  
 رېكخرابوو بۇ سەرجهم رايھنەرهكانى خولى عىراق.  
 - سالى (۲۰۱۰) يەكەمىن خەلاتى (ئەحمەد موختار جاف)ى پېبەخشاوه وەك باشترىن وەرزىشەوانى شارى هەلەبجە  
 كه له و سالدەدا توانىويەتى خزمەتتىكى باش بەرەوتى وەرزىشى شارى هەلەبجە بكات.  
 - سالى (۲۰۱۳) دەستنىشان كراوه بەباشترىن رايھنەرى تۆپى بالەى (۵) يېنج سالى رابردووى هەلەبجە لهلايەن  
 لىژنەى رۇژنامەنوسانى وەرزىشى كوردستانهوه.  
 - يەكەمىن سەرۇكى يانەى ئاسمانى هەلەبجە بووه بۇ فرۆكەوانى له سالى (۲۰۱۶ - ۲۰۱۷).



## ناسنامەى كەسى

- ناو: نهاد ايوب قادر.
- پښتو و شوپښى له داىك بوون: ۱۹۷۸، كەركوك.
- ئىمىل و ژمارى مۇبايل: nihad.ayub@koyauniversity.org ۰۷۷۰۱۹۹۲۴۹۸
- پروانامه: به كالىوريوس له سالى (۲۰۰۱) زانكوى سەلاخەدين/ هەولير، ماستەر له سالى (۲۰۰۶) زانكوى كۆيه، دكتورا له سالى (۲۰۱۲) زانكوى كۆيه.
- نازناوى زانستى: پروفيسور سالى (۲۰۲۰).
- پسيپورى ورد: بايوميكانيك (البايوميكانيك)، تويى باله (الكرة الطائرة).
- شوپښى كار: سكولى پەروەردەى وەرزىش - زانكوى كۆيه.
- دانان و وەرگيرانى پەرتوك: وەرگيرانى پەرتوكى (رئيهى تويژەر بۇ نوسينهوهى تويژينهوه له پەروەردەى وەرزىش) به هاوبهشى له سالى (۲۰۰۸) دا، دانانى پەرتوكى (بايوميكانيك له پەروەردەى جەستەيى و زانستى وەرزىشدا) به هاوبهشى له سالى (۲۰۱۹) دا. كەيه كيكن له و پەرتوكانهى له كۆليژه كانى پەروەردى وەرزىش دەخۆيندرين.
- تويژينهوهى زانستى: خاوهنى (۲۱) تويژينهوهى زانستيه له بوارى پەروەردەى وەرزىش له گۆقارە ناوخۆيه كان و نيودهوله تيه كان.
- سەرۆك و ئەندامى ليژنهى زانستى و خويندنى بالا بووه.
- سەرۆك و ئەندامى ليژنهى وەرگرتنى خويندكاران له سكولى پەروەردەى وەرزىش.
- ئەندامى دەستەى نوسەرانى گۆقارى زانكوى كۆيه بۇ زانسته مرؤفايه تى و كۆمه لايه تيه كان.
- به شدارى كۆنگرهى نيودهوله تى كردوه له ولاتى ئيمارات و چيك له زانكوى (براغ)، سەرەراى چەندين كۆنگرهى ناوخۆيى.
- ئەندامى كۆمهلهى عەرەبى بۇ ميكانيكى زيندو و كينسؤلوجى.
- هەلسەنگاندى بۇ دەيان تۆژينهوه كردوه بۇ گۆقارە جيا جياكانى ناوهوهى وولات و دەرەوه.
- ئەندامى ليژنهى گفگووى نامه كانى ماستەر و دكتورا بووه.
- سەرپەرشتيكردى ماستەر و دكتورا له بوارى پەروەردەى وەرزىش.
- وتنهوهى وانەى (البايوميكانيك، الاحصاء الرياضى، والحلقات الدراسيه) به خويندكارانى خويندنى بالا/ دبلۆمى بالا و ماستەر و دكتورا له سالى (۲۰۱۴ - ۲۰۲۱) له زانكوى كۆيه و زانكوى كەركوك.



## ناسنامەى كەسى

- ناو: نەوزاد حەسەن دەروەش

- رېئەكتو و شوپىنى لە داىك بوون: ۱۹۷۵، كەركوك.

- ئىمىل و ژمارى مۇبايل: nawzad.hussein@koyauiversity.org ۰۷۷۰۱۳۴۳۵۷۵

- بىروانامە: بەكالورىيۇس لە سالى (۲۰۰۰) زانكۆى سەلاخەدىن/ ھەولير بەپەلى دووم لە سەرئاستى كۆلچىج، ماستەر لە

سالى (۲۰۰۶) زانكۆى كۆپە بەپەلى ناياب، دكتورا لە سالى (۲۰۱۲) زانكۆى كۆپە بەپەلى ناياب.

- نازناوى زانستى: پروفېسسور سالى (۲۰۱۹/۹/۱).

- پىسپۆرى ورد: پىوانە و ھەلسەنگاندىن (القياس والتقويم)، تۆپى بالە (الكرة الطائرة).

- شوپىنى كار: سكوئى پەروەردەى وەرزش - زانكۆى كۆپە.

- دانان و وەرگىرانى پەرتوك: وەرگىرانى پەرتوكى (رېبەرى تويزەر بۆ نووسىنەوى تويزىنەوى لە پەروەردەى

وەرزش) بەھاوبەشى لە سالى (۲۰۰۸) دا، دانانى پەرتوكى (پىوانە و ھەلسەنگاندىن لە زانستى پەروەردەى) لە سالى

(۲۰۱۸) دا. كەپەكېكن لە پەرتوكانى لە كۆلېژەكانى پەروەردەى وەرزش دەخۆيندىرئ.

- تويزىنەوى زانستى: خاوەنى (۲۰) تويزىنەوى زانستىيە لە بوارى پەروەردەى وەرزش لە گۆقارە ناوخۆيەكان و

ئىودەولەتەكان.

- سالى (۲۰۰۹) بىروانامە ئىودەولەتى كۆمارى بەدەستەيناو ھەلە پەرىپىدانى تواناكان.

- ئەندامى ئەنجومەنى ئىودەولەتى بۆ ناوچەى رۇژھەلاتى ناوەرئاست بۆ تەكنەلۇجىيا و تەندروستى و پەروەردەى

جەستەى و تەروىح و وەرزش و دەرىپىنى جولەى.

- سەرۆك و ئەندامى لىژنەى زانستى و خویندىنى بالآ بوو.

- ئەندامى دەستەى نوسەرانى گۆقارى زانكۆى كۆپە بۆ زانستە مرۇقاىەتى و كۆمەلەتەكان بوو.

- سەرۆك و ئەندامى لىژنەى وەرگرتنى خویندىكاران لە سكوئى پەروەردەى وەرزش.

- ئەندامى لىژنەى ناوەندى بەرزكردنەوى پەلى زانستى لە زانكۆى كۆپە.

- سەرۆكى لىژنەى پەرىپىدانى پىروگرامەكانى خویندىن لە سكوئى پەروەردەى وەرزش لە زانكۆى كۆپە.

- سەرۆك و ئەندام لە لىژنەى تاقىكردنەو ھەكانى كۆتايى سأل.

- بەشدارى كۆنگرەى ئىودەولەتى كردو ھە و لاتى ئىمارات و چىك لە زانكۆى (براغ)، سەرەراى چەندىن كۆنگرەى

ناوخۆى.

- ھەلسەنگاندىنى بۆ دەيان تۆيزىنەوى كردو ھە بۆ گۆقارە جىا جىاكان.

- ئەندامى لىژنەى گفوتوگۆى نامەكانى ماستەر و دكتورا بوو.

- سەرپەرشتىكردنى ماستەر و دكتورا لە بوارى پەروەردەى وەرزش.

- وتنەوى وانەى (القياس والتقويم، البحث العلمي، الحلقات الدراسية) بە خویندىكارانى خویندىنى بالآ/ دىبلۆمى بالآ و

ماستەر و دكتورا لە سالى (۲۰۱۴ - ۲۰۲۱) لە زانكۆى كۆپە و زانكۆى سلېمانى، زانكۆى سۆران.

- مامۇستاي مېوان (زائىر) بوو لە زانكۆى جىهان/ ھەولير و زانكۆى كەركوك.

سىرەى وەرزشى:

- ماوھى (۱) سأل راھىنەى تىپى تۆپى بالەى كچان و تىنسى سەرزەوى يانەى وەرزشى ھىرش بوو.

- خاوەنى چەندىن بىروانامەى ناوبۇيانە لە بوارى تۆپى بالە و تۆپى پى و تۆپى پەر.

- بەشدارى دەيان (كۆنفېرانس و ورك شۇپ)ى كردو ھە لە بوارى وەرزشىدا.

- سالى (۲۰۰۸) بوو تە سەرۆكى يەكيتى ناوەندى تۆپى پەر لە كوردستان و تائىستاش بەردەوامە.

- راھىنەى ھەلبۇاردەى تۆپى پەرى زانكۆى كۆپە بوو لە سالى (۲۰۰۹ - ۲۰۱۲).

- سالى (۲۰۱۰) بەشدارى پىنچەمىن پالە وانىتى تۆپى پەرى وولاتانى عەرەبى كردو ھە.

- راھىنەى ھەلبۇاردەى شەترەنجى زانكۆى كۆپە بوو لە سالى (۲۰۱۰).

**Kurdistan Regional Government  
Ministry of Higher Education & Scientific Research  
University of Sulaimani  
College of Physical Education & Sport Sciences**



# **Volleyball**

## **Skill - Plan - Experiment - Rules**

### **Author**

Assistant Profesor Dr.  
Twana W. Ghafoor  
University of Sulaimani

Profesor Dr.  
Nihad A. Qadir  
University of Koya

Profesor Dr.  
Nawzad H. Derwesh  
University of Koya

**First Edition  
2021**

ئەم پەرتووکیە لەسەر ئەرکی زانکۆی سلیمانێ چاپکراوە