

شارك الأستاذ الدكتور  
عمار حمزه اختصاص مادة الطب الرياضي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة كمحاضر  
في الدورة الأساسية level3 والتي يقيمها الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم وبالتعاون  
مع الاتحاد الفرعي في بابل بمشاركة 24 مدري يمثلون الفرات الاوسط حيث كانت محاضرة  
الدكتور عمار حمزه هيه عن اللياقة البدنية والنسبة; والتغذية والنسبة; العلمية; لللاعب حيث بين ان  
المدرّب عليه استخدام منهج  
علمي صحيح لأعداد اللاعب بدنيا من خلال مراعاة عمر اللاعب وفترة الاعداد ومدة  
المسابقات والنسبة; وهذا كله يكون مرتبط  
بأسلوب والنسبة; تغذيه علميه صحيح اي يجب على المدرّب; ان يحدد الغذاء المناسب للاعب اي  
يعتمد اللعب  
على استخدام والنسبة; مواد غذائية والنسبة; تعتمد والنسبة; على القيمة الغذائية والنسبة; للطعام والنسبة;  
وليس على كمية والنسبة; الطعام اضافاه على التأكيد والنسبة; على  
تناول المواد والنسبة; الغذائية والنسبة; التي تحتوي على بروتينات والنسبة;  
ومكملات والنسبة; غذائية والنسبة; والابتعاد والنسبة; عن والنسبة; الافراط والنسبة; في تناول  
السكريات والنسبة; والدهون . هذا وقد اشاد المحاضر الاسيوي  
الكابتن حميد مخيف المحاضر والنسبة; والمعلومات والنسبة; القيمة والنسبة; التي تناولتها والنسبة; واكد ان  
هذه المحاضرة هيه اضافة والنسبة; جيده ومفيدة لهكذا دوراه من أجل الوصول بهدف الدورة الى  
المدرّبين والنسبة; المشاركين والنسبة; بصورة والنسبة; مفيدة وسلسلة .  
النسبة;