



فاعلية تمارين مركبة وفقا لاستراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطبة بالجري والتصويبية السلمية بكرة السلة للطلاب

The effectiveness of compound exercises according to (Keller's strategy) in learning the skills of patting by running and peaceful shooting in basketball for students

م.د. احمد عامر عبد الحسين

Dr. Ahmed Amer Abdulhussein

Ahmed.a@cope.uobaghdad.edu.iq

م.م ياسر عدنان

Yasser Adnan

Yasser.A@cope.uobaghdad.edu.iq

الملخص

تكمن اهمية البحث في اعداد تمارين مركبة وفقا لاستراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطبة بالجري والتصويبية السلمية لطلاب المرحلة المتوسطة (الثاني متوسط)، ما نلاحظه اليوم في اغلب المسابقات المدرسية التي تقيمها مديريات النشاط الرياضي لبعض الفعاليات الرياضية ومنها كرة السلة، نلاحظ ان اغلب الطلاب يعانون من ضعف في المهارات الاساسية لأغلب الفعاليات، وبالأخص المهارات الاساسية بكرة السلة، هذا ما لاحظته الباحثة من خلال التواجد في بعض المسابقات من خلال توجيه دعوات حضور لبعض هذه المسابقات، وجدا ان الكثير من الطلاب الذين يمثلون الفرق المدرسية والذين يعتبرون البذرة الاساس لأغلب الاندية الرياضية والمنتخبات الوطنية، ان المهارات الاساسية بكرة السلة لديهم ضعيفة، ومن هنا تبلورت مشكلة البحث لدى الباحثان بان الاسلوب التقليدي لا يشبع رغبات الطلاب المتعلمين وانه لا بد من البحث عن الاستراتيجيات والاساليب الحديثة في العملية التعليمية، فمن هذا المنطلق استخدم الباحثان اسلوب تعليمي حديث وهي استراتيجية كيلر ايماناً منهما انها تساعد في تسهيل واتقان عملية التعلم لدى الطلاب، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه، وتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة المتوسطة (الثاني متوسط) لطلاب متوسطة الدار البيضاء والبالغ عددهم (127) طالب مقسمين على ثلاث شعب (أ، ب، ج)، تم اختيار عينة البحث التجريبية بالطريقة العشوائية (القرعة) وقع الاختيار على شعبة (ج) والبالغ عددهم (40) طالب وتم عمل قرعه واختيار (25) طالب يمثلون

المجموعة التجريبية، تم استبعاد البعض منهم احصائيا (10) طلاب لانهم راسبين في صفهم، و(5) طلاب بسبب عدم الالتزام والغياب المتكرر، تمثلت العينة الضابطة بشعبة (ب) والبالغ عددهن (41) طالب تم اختيار منهم (25) طالب يمثلون المجموعة الضابطة، وتم اختيار العينة الاستطلاعية من مجتمع البحث خارج العينة وبلغ عددهم (10) طلاب للعام الدراسي (2023-2024) ومن ثم أجرى الباحثان الاختبارات القبلية، وقد استنتجا فاعلية التمرينات المركبة وفق استراتيجية كليز في تعلم مهارتي الطبطبة بالجري والتصويبة السلمية بكرة السلة للطلاب.

الكلمات المفتاحية: تمرينات مركبة، استراتيجية كليز، كرة السلة

ABSTRACT

The importance of the research lies in the preparation of complex exercises in accordance with Claire's strategy in learning the skills of Drilling by running and layup correction for middle school students (second intermediate), what we observe today in most of the school competitions held by the directorates of sports activity for some sports events, including basketball, we note that the students suffer from a weakness in the basic skills of most events, especially the basic skills of basketball, this is what the researchers noticed by being in some By sending invitations to attend some of these competitions, they found that many students who represent school teams and who are the seed of the basis for most sports clubs and national teams, their basic basketball skills are weak, hence the research problem crystallized among the researchers that the traditional method does not satisfy the desires of educated students and that it is necessary to search for modern strategies and methods in the educational process, from this point of view the researchers used a modern educational method, It is Claire's strategy, believing that it helps facilitate and perfect the learning process for students, and the researchers used the experimental approach in the manner of the experimental and control groups to suit the nature of the research and its objectives, and the research community consisted of middle school students (second intermediate) for middle school students in Casablanca, numbering (127) students divided into three divisions (a, b, c), the experimental research sample was selected randomly (lottery) The choice fell on the division (C) The number of (40) students was drawn and selected (25) students representing the experimental group, some of them were excluded statistically (10) students because they failed in their class, and (5) students due to lack of

commitment and repeated absence, the control sample was represented in Division (B), numbering (41) students, of whom (25) students were selected representing the control group, and the survey sample was selected from the research community outside the sample and their number reached (10) students for the academic year (2023-2024) The researchers then conducted the pre-tests, and the researchers concluded the effectiveness of the compound exercises according to Claire's strategy in learning the skills of Tabtaba by running and peaceful basketball shooting for students.

Keywords: Compound exercises, Keller strategy, basketball

المقدمة

"تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الفرعية المشوقة والمحبة للصغار والكبار لما تحمله من إثارة وسرعة وتشويق نتيجة لتطوير مستوى اللاعبين بدنيا ومهاريا وخططيا مما جعل المعنيين "يطلقون عليها لعبة المواهب المتعددة" (Abd & Shabba, 2021), ولكي ترتقي الدول في مجال لعبة كرة السلة "كان اهتمامها منصبا على اعداد قاعدة قوية من ممارسي اللعبة وبأعمار مبكرة مبتدئين من الرياضة المدرسية باعتبارها الرافد الرئيسي في تزويد الاندية والمنتخبات الوطنية وصولا بهم الى المستويات العليا معتمدين على تعليم وتطوير المهارات الاساسية باستخدام افضل الطرائق والاساليب التعليمية مبتعدين عن الطرائق والاساليب المتبعة" (Mohsen et al., 2024) ، وتعد التمرينات المركبة شكلا جديدا من التمرينات التي تستخدم في العملية التعليمية او التدريبية فتعرف بانها " تلك التمرينات المخصصة لترقية وتكامل الأداء المهاري والخصائص الحركية البارزة، إذ تعد القاعدة الأساسية لبناء الأداء المهاري الصحيح للألعاب أو الفعاليات الرياضية طبقاً لهدفها" (Mohsen et al., 2024)، برزت في العديد من البحوث والدراسات السابقة واهتمام الكثير من الباحثون والخبراء المختصين بمشكلة الطرائق والاساليب التدريسية وطريقة معالجتها لتحقيق الاهداف المرجوة، ومن هذه الطرائق والاساليب استراتيجية كليلر إن استراتيجية كليلر تعد نظاما تعليميا يعتمد تقسيم المادة التعليمية المقررة إلى سلسلة من الوحدات الصغيرة (الموديولات) يتم تناولها بشكل منفصل وتتضمن كل منها أهدافا تعليمية محددة جيدا لكل وحدة بحيث يعرفها المتعلمون ويعرفون ما هو متوقع منهم ويستطيعون التركيز على أهم نقاط المادة ويستبعد القلق من الموقف الاختباري عن طريق السماح لهم بإعادة دخول الاختبار إلا أن التمكن والإتقان من المادة أمر لا محيص عنه حيث انه يجب أن يحقق المتعلمون مستوى محدد من الكفاءة قبل استكمال الدراسة وعندما يجتاز المتعلم وحدة ما بنجاح ويصل إلى مستوى من الكفاءة والإتقان المحددين له فانه يحصل على تعزيز ذاتي حيث يشعر بالسعادة والرضا النفسي، (J.Fmck and N.g) ان مهارة الطبطة بالجري من المهارات المهمة في كرة السلة "تستخدم هذه المهارة في حالة الهجوم الخاطف والتقدم بسرعة على السلة ويتطلب هنا على اللاعب تطوير مهارة التخطيط في الذراعين اليسرى واليمنى مع مراعاة اتجاه التخطيط ان يكون بعيدا عن المنافس اماما وجانبا مع انثناء

خفيف في الجذع"، ومهارة التصويبة السلمية من اهم المهارات "ان هذه التصويبة تعني اداء التصويب بعد اخر خطوتين، وهي تصويبة قصيرة يؤديها اللاعب عندما يكون في حالة طبطة او عندما يكون في حالة ركض ويستلم الكرة من زميل اخر وهو قريب من سلة الخصم ففي لحظة مسك الكرة يؤدي الخطوتين ثم التصويب، (Dhahi et al., 2022) ان التصويبة السلمية هي احد انواع التصويب الصعبة والتي تحتاج الى تمرين مستمر وكذلك تعتبر احدى انواع التصويب المهمة، حيث انه في الكثير من الاحيان تعطي فرصة للمهدف من تسجيل ثلاث نقاط عن طريق هذا النوع من التصويب، ان هذه الحالة تتم عن طريق ارتكاب المدافع خطأ ضد المهدف في لحظة التصويب وخروج الكرة من يد المهدف وبعد تسجيله نقطتين فهنا يسمح له بتسجيل نقطة واحدة بواسطة الرمية الحرة" (Easa et al., 2022)، وتكمن اهمية البحث في اعداد تمرينات مركبة وفقا لاستراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطة بالجري والتصويبة السلمية لطلاب الصف الثاني المتوسط.

رغم الجهود المبذولة والى ما قدمه العلماء والمختصين في مجال طرائق التدريس والنتائج المثمرة التي حصلوا عليها، (Fahem & Wahid Easa, 2021) الا ان العملية التدريسية كانت وما زالت معتمدة على الاساليب التقليدية والمتبعة في تعليم المهارات الحركية وتطويرها، ومن خلال البحث والاستطلاع وجد الباحثان عدم التنوع في استخدام الاساليب التعليمية في المدارس، (Hadi, A., 2019) اعتبروا ان هذه مشكلة اساسية تتعلق في قلة استخدام الطرائق والاساليب الحديثة في شرح وتعليم المهارات الاساسية، (Kzar & Kadhim, 2020) توصل الباحثان الى ان العملية التعليمية بحاجة الى أساليب وطرائق واستراتيجيات جديدة يسهل تطبيقها عمليا للوصول بالعملية التعليمية الى مراحل متقدمة وتطوير المواهب بأعمار مبكرة ومن هنا جاء الاحساس بهذه المشكلة، قام الباحثان باستعمال استراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطة بالجري والتصويبة السلمية لطلاب الصف الثاني متوسط جهدا منهما لخدمة بلدنا العزيز. (Hmood & Al-Reda, 2022)

ان اعداد تمرينات مركبة وفقا لاستراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطة بالجري والتصويبة السلمية لطلاب الصف الثاني متوسط. كذلك التعرف على فاعلية التمرينات المركبة وفقا لاستراتيجية كيلر في تعلم مهارتي الطبطة بالجري والتصويبة السلمية لطلاب الصف الثاني متوسط. يفترض في البحث وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والاختبارات البعيدة ولصالح الاختبارات البعيدة. كذلك توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية. (Jawad Kadhim M, 2018)

الاجراءات

تم استخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث .

وتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة المتوسطة (الثاني متوسط) لطلاب متوسطة الدار البيضاء والبالغ عددهم (127) طالب مقسمين على ثلاث شعب (أ،ب،جـ)، للفترة من 2023/10/22 ولغاية 2023/12/20 تم اختيار عينة البحث التجريبية بالطريقة العشوائية (القرعة) وقع الاختيار على شعبة (جـ) والبالغ عددهم (40) طالب وتم عمل قرعه واختيار (25) طالب يمثلون المجموعة التجريبية، تم استبعاد البعض منهم احصائيا (10) طالب لانهم راسبين في صفهم، و(5) طالب بسبب عدم الالتزام والغياب المتكرر، تمثلت العينة الضابطة بشعبة (ب) والبالغ عددهم (41) طالب تم اختيار

منهم (25) طالب يمثلون المجموعة الضابطة، وتم اختيار العينة الاستطلاعية من مجتمع البحث خارج العينة وبلغ عددهم (10) طلاب للعام الدراسي (2023-2024).

الاختبارات

اولا: اختبار الطبطبة بالجري: (رميض : 2017)

#الغرض من الاختبار: قياس الاداء للطبطبة بالجري.

الادوات المستخدمة: كامرة عدد(1)، ستاند كامرة، كرة سلة عدد(1)، قرص(DVD).

وصف اداء الاختبار: يقف الطالب ماسكا الكرة على نقطة البداية، التي تبعد عن الشاخص مسافة (5م)، توضع كامرة على بعد (6م) للجانب اماما، عند اشارة البدء يقوم بأداء الطبطبة بالجري ذهابا بيد اليمين وايابا باليد اليسار لمسافة (5م)، كما موضح في الشكل(1).

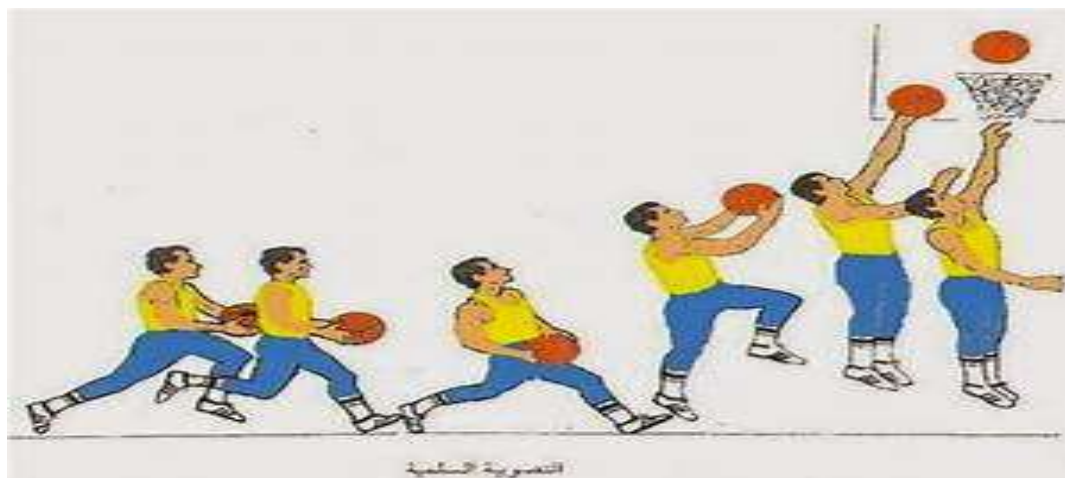
طريقة احتساب الدرجة: يتم احتساب الدرجة عن طريق تصوير الطالب وعرضه بقرص(DVD) على المحكمين، تثبت الدرجة من خلالهم على استمارة تقييم الاداء اذ تكون الدرجة من عشرة تقسم على ثلاثة اقسام (قسم ابتدائي(2) درجة، قسم رئيسي (5)درجة، قسم نهائي(3)درجة)، اذ كانت اعلى درجة (10) وادنى درجة (1).



الشكل 1 يوضح اداء مهارة الطبطبة بالجري

ثانيا: اختبار التصويب السلمي : - (جاسم:2014:281)

- ❖ الغرض من الاختبار : قياس دقة التصويب السلمي.
- ❖ الادوات اللازمة: ملعب كرة سلة، هدف كرة سلة، صافرة اعطاء اشارة البدء.
- ❖ عدد المحاولات: يمنح كل لاعب (10) محاولات .
- ❖ حساب الدرجات: تحسب للاعب نقطة واحدة عن كل حالة تهديف ناجح واعلى نقاط يمكن ان يجمعها اللاعب.



الشكل 2 يوضع التصوير السلمي

لقد اجريت التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ (2023/10/22) في يوم الاحد في تمام الساعة (8.45) صباحا على ساحة متوسطة الدار البيضاء للبنين، على عينة من مجتمع البحث من طلاب الصف الثاني متوسط، كان الغرض منها التعرف مدى ملائمة الاختبارات والتمارين المركبة التي اعدّها الباحثان، وامكانية فريق العمل المساعد.

تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث في يوم الاربعاء المصادف (2023/10/25) في تمام الساعة (9.30) صباحا على ساحة متوسطة الدار البيضاء حيث تم اجراء الاختبارات الخاصة بموضوع البحث وسعى الباحثان على تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات جميعها من حيث الزمان والمكان والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ من أجل السيطرة قدر الإمكان على خلق ظروف متشابهة عند اجراء الاختبارات البعيدة .

اجريت التجربة الرئيسة بتاريخ 2023 / 10 / 29 ولغاية 2023 / 12 / 20 ، تم تطبيق التمرينات المركبة (40دقيقة) لكل وحدة تعليمية بواقع (وحدتين) بالأسبوع ولمدة (8) أسابيع، اصبح عدد الوحدات (16) وحدة تعليمية، وتم فيه القسم التعليمي : و يتم فيه شرح المهارة من قبل المدرس ثم عرض المهارة من قبل الأنموذج لتوضيح طريقة الأداء للمهارة بصورة صحيحة ومدته (10) دقيقة، ثم القسم التطبيقي : و يتم فيه ممارسة اداء المهارة من قبل الطلاب و اجراء التصحيحات و لأخطاء الاداء من قبل المدرس و اعطاء التغذية الراجعة و مدته (25)، وتم ذلك من خلال تحديد الاتي:

✚ تقسيم المادة التعليمية لكل وحدة تعليمية إلى وحدات أو أجزاء صغيرة على شكل موديلات تعليمية مختلفة الحجم.

✚ يتم التسجيل الصوتي لهذه المادة التعليمية.

✚ بعد الانتهاء من قراءة نص المادة التعليمية يتم الانتقال إلى الصور التوضيحية التي تتوافق مع ما تم عرضه وقراءته من نص مكتوب.

✚ بعد الانتهاء من عرض الصور والرسوم التوضيحية يتم الانتقال إلى عرض لمقطع فيديو يوضع المعلومة المعروضة من خلال النص أو كيفية أداء المهارة، أي حسب ما تم عرضه من معلومات.

✚ في نهاية الوحدة التعليمية يتم عرض ثلاثة أسئلة اختبارية تقييمية لكل محور سؤال واحد بهدف التعرف إلى مدى الإتقان الذي توصل إليه الطلاب لهذه المعلومة من الناحية المعرفية .

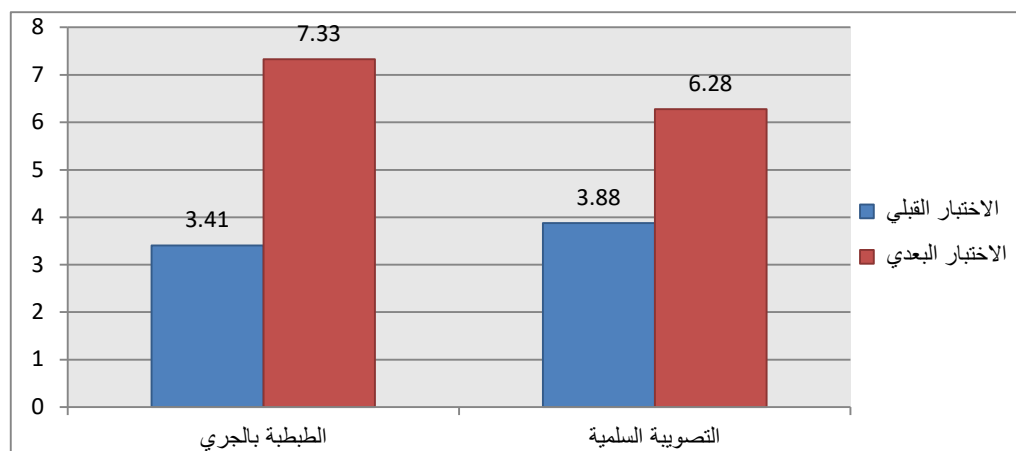
✚ يتم هذا الإجراء مع باقي الوحدات التعليمية، ثم الجزء الختامي فكان مدته (5) دقائق للتهنئة والانصراف.

تم إجراء الاختبارات البعدية لأفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية في يوم الأحد المصادف (2023/12/24) في تمام الساعة (8.45) صباحاً في ساحة متوسطة الدار البيضاء للبنين وسعى الباحثان توفير على توفير نفس الظروف التي تم فيها كافة أجراء الاختبارات القبلية لغرض الحصول على نتائج ذات مصداقية عالية. تم استخدام الحقيبة الاحصائية (spss) وذلك لاستخراج النتائج.

النتائج

الجدول 1 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البدي	
			س-	±ع	س-	±ع
1	الطبطة بالجري	درجة	3.410	0.408	7.330	0.299
2	التصويبة السلمية	درجة	3.88	1.51	6.28	1.46



الشكل 3 يوضح نتائج المجموعة التجريبية

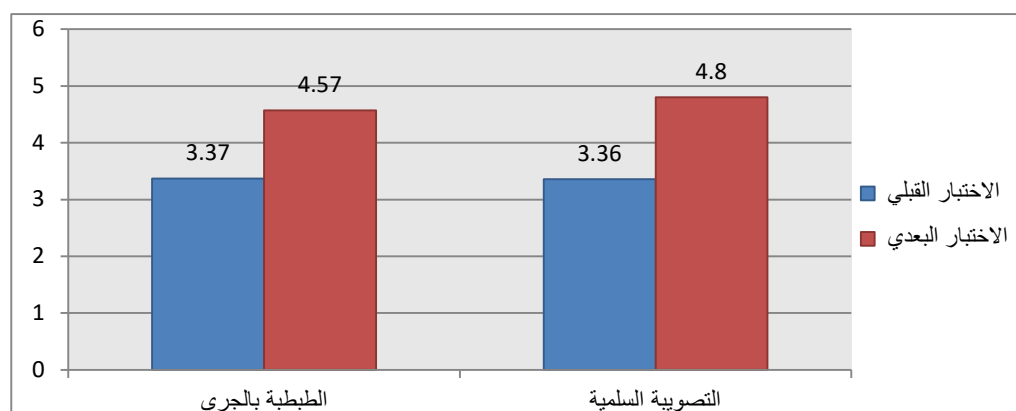
جدول 2 يبين قيم فروق الاوساط الحسابية وانحرافها وقيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	س-ف	ع ف	درجة الحرية	T المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
1	الطبطة بالجري	3.920-	0.544	48	32.199	0.000	معنوي
2	التصويبة السلمية	2.4	1.32		9.07	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

جدول 3 يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
			س-	ع±	س-	ع±
1	الطبطة بالجري	درجة	3.370	0.284	4.570	0.269
2	التصويبة السلمية	درجة	3.36	1.52	4.80	1.63



الشكل 4 يوضح نتائج المجموعة الضابطة

جدول 4 يبين قيم فروق الاوساط الحسابية وانحرافها وقيمة (T) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	س-ف	ع ف	درجة الحرية	T المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
1	الطبقة بالجري	1.200-	0.459	48	11.696	0.000	معنوي
2	التصويبة السلمية	1.44	1.23		5.87	0.000	معنوي

الجدول 5 يبين قيم الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية للاختبار البعدى وقيمة (T) المحسوبة لاختبارات البحث للمجموعتين التجريبية و الضابطة

المهارات	عدد العينة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع			
الطبقة بالجري	25	7.330	0.299	4.570	0.269	48	0.000	معنوي
التصويبة السلمية	25	6.28	1.46	4.80	1.63		0.001	معنوي

المناقشة

من خلال الجدول (1) تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدى، يعزو الباحثان الى فاعلية التمرينات المركبة باستخدام استراتيجية كيلر وحسن التطبيق لمكونات هذه الاستراتيجية، فضلا عن ذلك إعطاء الوقت الكافي للمتعلم في التعلم وصولا إلى مرحلة الإتقان وهذا ما اشار اليه "(Moayed, A., Moayed, G., & Jawad, 2019)" إن توفر المعارف والمعلومات لدى المتعلم عن الحركات والمهارات يساعد على سرعة التعلم، ويمكن أيضا القول بان الاستعداد هو رغبة المتعلم في اكتساب المعارف والمهارات الجديدة" ويذكر أيضا "إن تمتع المتعلم بالتجربة والمعرفة والاستعداد سوف تساعده ليكون أكثر فاعلية في اكتساب المعارف والمهارات الجديدة واستخدامها في المواقف الجديدة التي يتعرض لها".

"فضلا عن الية استخدام استراتيجية كيلر في تقسيم عمل التمرينات المركبة في الوحدة الواحدة وكيف الانتقال التدريجي الربط بين باقي المهارات للاستفادة القصوى من فترة التكرار و لفاعلية تحسس المستوى من الطالب و مقدار ما حققه

المتعلم من أهداف تعليمية في مادة دراسية معينة أو مقدار المعرفة و المهارة التي حصل عليها الفرد المتعلم" (Qasim & Ibrahim, 2023)

من خلال الجدول (3) ظهرت فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة قيد البحث ولصالح الاختبار البعدى وتعزوه الباحثة هذا التطور الحاصل للمجموعة الضابطة الى المنهج المتبع من قبل المدرس ادى الى ظهور تطور في المجموعة الضابطة .

من خلال النتائج التي ظهرت افضلية نتائج المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة ويرجع ذلك الى افضلية التمرينات المركبة ، وكذلك اختبار التمرينات المناسبة لدرجة صعوبة المهارة بالإضافة إلى ذلك ملاءمتها لعينة البحث و"كيفية توظيف هذه التمرينات وفق استراتيجيات كبلر، وتفاعل الطلاب مع محتوياتها وكيفية تنظيمها،" (Yassar Sabeeh Ali, Ahmed Amer Abdulhussein, 2023) إن الاستراتيجية التعليمية التي يحل فيها البرنامج التعليمي محل المعلم يقود إلى مجموعة من السلوكيات تجعل من المتابعة وزيادة الرغبة في التعلم أكثر احتمالا، أي أن البرنامج التعليمي يقدم للمتعلم ما عجز المعلم أن يقدمه له لوحده" (ZidaneHmood et al., 2024)، ان فكرة المنهج التعليمي باستخدام استراتيجية كبلر العلمية والمنطقية في التخطيط والتنفيذ الذي تبني عليه المناهج التعليمية تؤدي حتما الى أحداث التعلم، و اتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارات الحركية من خلال التدرج في اعطاء التمارين من السهل الى الصعب بعد شرحها وعرضها من المدرس فضلا عن التوضيح المستمر بالفديوهات وتزويد المتعلم بالتغذية الراجعة، كل هذه العوامل مجتمعة ساعدت على زيادة الدافعية لدى المتعلمين وبالتالي أدت الى حدوث آثار ايجابية في عملية التعلم، وهذا يتفق مع ما ذكره (ظافر هاشم : 2002) "ان من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو لابد ان يكون هناك تطوير في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء، كما ان تزويد المتعلم بالتغذية الراجعة تزيد من دافعية المتعلم وتحثه على الأداء الصحيح برغبة واندفاع" .

استنتج البحث ان ظهور تحسن واضح لمتغيرات البحث في المهارات الأساسية بكرة السلة (الطبطة بالجري ، التصويبة السلمية) وللمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلي والبعدية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبار البعدى. كذلك تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدى في متغيرات البحث (الطبطة بالجري والتصويبة السلمية). ان استراتيجيات كبلر تأثير واضح على متغيرات البحث في مهارتي (الطبطة بالجري، التصويبة السلمية) بدلالة معنوية الفروق ذات الدلالة الإحصائية في نتائج الاختبارات البعدية التي أجريت للمجموعة التجريبية. وجد البحث ان اعتماد التعلم الذاتي بجميع أشكاله في مجال العملية التعليمية كونه يعمل على مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين من جهة، ويوفر للمتعلمين الوقت اللازم للتعلم من جهة أخرى. وان إعطاء الحرية الكاملة للمتعلمين في عملية الأداء للمهارات الحركية والألعاب الرياضية بحسب قدراتهم وإمكانياتهم الذاتية ،على أن ينتقل من مرحلة بسيطة في التعلم إلى مرحلة أكثر تعقيدا وهكذا.

المصادر

Maslach c,2, Tackon,8(1981):the measyuent of axperience burnot,Journal of occupational (behaviour,2,99-113.

Muhammad Hassan Halil,& Ahmed HaithamFadel. (2018). The Effect Of Special Exercises On Learning Hurdle Clearing And The Rhythmic Triple Step Of 100m Hurdles

Aged 14–15 Years Old. *Journal of Physical Education*, 30(1).

Salman, T. D., & Hameed, G. N. A. (2022). Study of some visual functions and functional variables of the respiratory and nervous systems and their relationship to the level of achievement of air rifle shooting. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(3).

AbdulsalamWaheeb, A., Tawfeeq, M. I., Raheem, B. A., & Dakheel, H. O. (2024). COMPARISON OF THE PERFORMANCE OF THE FOREHANDKICK (STRAIGHT AND ACCOMPANIED BY FORWARD ROTATION) IN TERMS OF ACCURACY AND SPEED AMONG THE PLAYERS OF THE NATIONAL TEAM (ADVANCED CATEGORY) IN TENNIS. *International Development Planning Review*, 23(1), 138-148.

Al, S. A. Z. H. M., Bahadli, P., & Al-Tamimi, A. F. A. (2022). The effect of a rehabilitation program for rhomboid muscles (shoulder) and fibrous strain on young and advanced wrestlers (Free and Roman).

Sabhan, H., & Abd AL-Hussein, D. (2015). Visual Vision, and their relationship in the performance of high-Spike Diagonal and rectum skill accuracy Volleyball. *Journal of Physical Education*, 27(4).

Naif, A. S., & Atia, M. A. H. (2020). The Effect of Constructive Learning Model on Cognitive Achievement and Learning dribbling Skill in Soccer for Secondary School Students. *Journal of Physical Education*, 32(2).

Abd, Z. A. H., & Shabba, F. S. Y. (2021). The Contribution of Ball Launching and Ring Entrance Angle Variables in 3 points Jump Shot in Basketball. *Journal of Physical Education*, 33(3).

Abd, Z. A. H. (2022). Individual analysis of kinetic response variables according to the measurement of the H7 system for the best jumping players in the national basketball team 2021. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(3).

Sarhan, Q. A. (2019). The Effect of the Exercises of Retrieving the ball from the Net on the Development of the skill of Defending the stadium in the Volleyball. *University of Anbar Sport and Physical Education Sciences*, 4(19).<https://doi.org/10.37655/uaspesj.2019.172349>

Ghafoor, Q. H. A., Salman, A. D., & Ali, S. A. S. (2022). Effect of Proposed Exercises Using the Sponge Mat in the Performance of the Skill of Court Defence in Sitting Volleyball. *Specialusis Ugdyimas*, 1(43), 2135-2144.

Mohammed, S., & Husham, Q. (2018). The Effect of Proposed Exercises Using Sponge Mat

On the Level of Performing Offensive Skills in Sitting Volleyball. *Journal of Physical Education*, 30(1), 64–80. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(1\)2018.320](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(1)2018.320)

Lian, D., & Atiyah, H. (2024). Physical Activity, Sleep and Health-related quality of life (HRQOL) for college students in Iraq. *Journal of Physical Education*, 36(1), 213–198. [https://doi.org/10.37359/jope.v36\(1\)2024.2064](https://doi.org/10.37359/jope.v36(1)2024.2064)

Abdulsalam Waheeb, A., Tawfeeq, M. I., Raheem, B. A., & Dakheel, H. O. (2024).

COMPARISON OF THE PERFORMANCE OF THE FOREHAND KICK
(STRAIGHT AND ACCOMPANIED BY FORWARD ROTATION) IN TERMS OF
ACCURACY AND SPEED AMONG THE PLAYERS OF THE NATIONAL TEAM
(ADVANCED CATEGORY) IN TENNIS. *International Development Planning
Review*, 23(1), 138-148.

Obaid, M. N., Mohammed, A. F., & Fahmi, R. A. S. (2024). A Comparative Study of Some
Types of Muscular Strength Among Middle-Distance Runner Athletes. *Fitness,
Performance and Health Journal*, 3(1), 1-5.

Farhan, A. F., Kadhim, M. J., & Shihap, G. M. (2016). 972 The effectiveness of injury
prevention program on reducing the incidence of lower limb injuries in adolescent male
soccer players.

Mousa, A. M., & Kadhim, M. J. (2023). NMUSING AN INNOVATIVE DEVICE TO
IMPROVE THE EFFICIENCY OF THE ANTERIOR QUADRICEPS MUSCLE OF
THE INJURED KNEE JOINT AFTER SURGICAL INTERVENTION OF THE
ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT IN ADVANCED SOCCER
PLAYERS. *Semiconductor Optoelectronics*, 42(1), 1504-1511.

Mahmood, H. A., & Kadhim, M. J. (2023). Special exercises for some physical, kinetic and
electrical abilities accompanied by symmetrical electrical stimulation in the
rehabilitation of the muscles of the legs for patients with simple hemiplegic cerebral
palsy. *Pakistan Heart Journal*, 56(1), 580-595.

Abdul Kareem, M., & qasim, S. (2023). The impact of a training curriculum to develop
speed endurance in passing the readiness test during the competition period for the
arena referees of the. *Journal of Physical Education*, 35(3), 770–757.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(3\)2023.1489](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(3)2023.1489)

Abdul Zahraa, S. ., & Farhan, A. (2022). The Effect of Musculus Rhomboideus
fibromyalgia Rehabilitation Program in Youth and Advance Freestyle and Greco –
Roman Wrestlers. *Journal of Physical Education*, 34(2), 155–171.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(2\)2022.1264](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(2)2022.1264)

Abdulhassan, G. A., Hadi, A. A., & Hussein, H. K. (2020). The effect of special exercises pursuant to strength reserves on maximum strength and top of electric activity of muscles *Emg* Of weightlifters. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(8), 13697–13705. <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85088532635&doi=10.37200%2FIJPR%2FV24I8%2FPR281357&partnerID=40&md5=f784b3a35b7cd348514e94fbe16fdac7>

abdulkareem, H., & Ali, A. (2022). Standardizing Scouting Self – Esteem Scale and Its Relationship with Some Fundamental Skills of Wooden Badge Scout Leaders in Iraq. *Journal of Physical Education*, 34(4), 480–492. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(4\)2022.1317](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(4)2022.1317)

Abid, H., & Ali, A. (2020). The Effect of Complex Training on Some Anaerobic Abilities' Indicators in Soccer Players Aged (18) Years Old. *Journal of Physical Education*, 32(2), 34–39. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V32\(2\)2020.991](https://doi.org/10.37359/JOPE.V32(2)2020.991)

Ahmed Amer Abdul Hussein, M. D. A. S. S. (2020). The use of the electronic system with special exercises and its impact in the development of shooting on the basketball for young people. *Journal Mustansiriyah of Sports Science*, 2(4), 24–29.

Ahmed Fadhil Farhan Mohammed Jawad Kadhim, G. M. S. (2016). THE EFFECTIVENESS OF INJURY PREVENTION PROGRAM ON REDUCING THE INCIDENCE OF LOWER LIMB INJURIES IN ADOLESCENT MALE SOCCER PLAYERS. *Injury Prevention*, 22(Suppl 2), 346. <https://www.proquest.com/openview/fd995719bc359d2e05fa6fe346bed0f6/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2031963>

Al-frejawi, A., & Adnan, B. (2023). The Effect of Special Exercises Using with Assisting Aids According to Differentiated Learning (Visual Learners) in Learning Crescent Kick in Fighters of Specialized Taekwondo schools. *Journal of Physical Education*, 35(1), 135–149. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(1\)2023.1448](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(1)2023.1448)

Alfadly, Y. S., & Thamer, A. (2023). Influence Technique Training Data sensor (Triton Wear) To improve biomechanical variables for some stages Performance and achievement 50m freestyle youth. *Journal of Physical Education*, 35(2), 585–592. [https://doi.org/10.37359/jope.v35\(2\)2023.1492](https://doi.org/10.37359/jope.v35(2)2023.1492)

Ali, A., Suleiman, H., & Jabbar, S. (2019). The Effect Of Counsiling Program On The Psychological Climate Of Youth Handball Players Aged (17-18) Years Old. *Journal of*

- Physical Education*, 31(2), 100–110. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(2\)2019.916](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(2)2019.916)
- Ali, H., & Qasim, S. (2023). The Effect of Game – Like Exercises on the Development of Some Physical Abilities and Fundamental skills In Futsal. *Journal of Physical Education*, 35(2), 563–575. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1479](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1479)
- ALTOOHAFI, sajjad, & Abdullah Falah, A. (2023). Building and legalizing a test to evaluate the time for the motor response time for skills advance and retreat foil fencer in fencing game. *Journal of Physical Education*, 35(1), 104–114. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(1\)2023.1439](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(1)2023.1439)
- Awwad, K., & Saleh, R. (2023). Detection of genetic diversity amied to developing short term anaerobic capacity characterized by speed and acetyicholinesterase activity in female 200m runners under the age of 18 years g short term anae. *Journal of Physical Education*, 35(3), 679–670. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(3\)2023.1496](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(3)2023.1496)
- Easa, F. A. W., Shihab, G. M., & Kadhim, M. J. (2022). the Effect of Training Network Training in Two Ways, High Interval Training and Repetition To Develop Speed Endurance Adapt Heart Rate and Achieve 5000 Meters Youth. *Revista Iberoamericana de Psicologia Del Ejercicio y El Deporte*, 17(4), 239–241.
- Essam, F., & Shaboot, A. (2023). The effect of preventive exercises on the range of spine motion for squash players under 20 years old. *Journal of Physical Education*, 35(2), 528–540. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1469](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1469)
- Fadel, G. A., & Kadem, M. J. (2021). Youth and Sports Forums’ Administration and Their Relationship with Baghdad’s Youth and Sport Directorates Forum Organizational Culture from Workers’ Point of View. *Journal of Physical Education*, 33(3), 1–15. [https://doi.org/10.37359/jope.v33\(3\)2021.1182](https://doi.org/10.37359/jope.v33(3)2021.1182)
- Hamza, J. S., Zahraa, S. A., & Wahed, A. A. (2020). The history of rhythmic gymnastics for women. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(03), 6605–6612.
- Hussein, yasir, & Abdulazeen, T. . (2022). Classroom interaction Patterns and Its Relation to Handball Dribbling and Passing for Sophomore Student. *Journal of Physical Education*, 34(2), 227–238. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(2\)2022.1241](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(2)2022.1241)
- Hussein, M. (2019). The Effect of Breathing Exercises on Relation and Self–Talk on Developing Ambition Level According to VTS–Sport and Achievement in Long Distance Runners. *Journal of Physical Education*, 31(3), 29–38. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(3\)2019.856](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(3)2019.856)
- Ibrahim, A. M., Aswad, K., & Ahmed, S. H. (2023). Specifying Training Need through

- Occupational Competency Analysis Required for Coaches for Physically Challenged Athletes in Water According to International Standards ISO 10015. *Journal of Physical Education*, 35(2), 517–527.
<https://jcope.uobaghdad.edu.iq/index.php/jcope/article/view/1404>
- Jaafer, M. T., Luay, P., & Refat, S. (2023). Some Manifestations of Attention According to the HRP System and its Relationship to the Accuracy of the Shooting Performance from the Free Throw in Basketball for Junior Players. *Pakistan Heart Journal*, 56(02), 165–172.
- Jamal, A., & Muayed, G. (2023). The effect of using an auxiliary device in teaching the spindle skill on the pommel horse in the artistic gymnastics for juniors. *Journal of Physical Education*, 35(2), 413–421. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1456](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1456)
- Jawad, M., & Jabbar Shinen, I. (2016). Prediction by the maximum oxygen consumption in terms of the concentration of lactic acid after the maximum physical effort for football players (18-25 years). *Journal of Physical Education*, 28(3), 99–115.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V28\(3\)2016.1063](https://doi.org/10.37359/JOPE.V28(3)2016.1063)
- Jawad, A. F., & Athaab, A. A. (2021). Analytical study of Spiking and Its relation With Tactical Performance Of Blockers in Iraqi Volleyball Primer League (2020 – 2021). *Journal of Physical Education*, 33(4), 208–218.
[https://doi.org/10.37359/jope.v33\(4\)2021.1226](https://doi.org/10.37359/jope.v33(4)2021.1226)
- jawad kadhim, M., & Mahmood, H. (2023). The effect of special exercises for some physical, motor and electrical abilities accompanied by symmetrical electrical stimulation in the rehabilitation of the muscles of the arms of patients with simple hemiplegic cerebral palsy. *Journal of Physical Education*, 35(3), 618–593.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(3\)2023.1515](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(3)2023.1515)
- Kadhim, M. J., Shihab, G. M., & Zaqair, A. L. A. A. (2021). The Effect of Using Fast And Direct Cooling after Physical Effort on Some Physiological Variables of Advanced Football Players. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 25(6), 10014–10020. <https://annalsofrscb.ro/index.php/journal/article/view/7336>
- Kadhim, M. J. (2012). The effects of drinking water, magnetized through training on some biochemical variables in blood. *Journal of Physical Education*, 24(1), 453–480.
- Khadair, Y., & hamdan, A. G. (2023). The Role of Academic Supervisor in Students of Physical Education and Sport Sciences Field Performance Training in Schools. *Journal of Physical Education*, 35(2), 363–376.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1505](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1505)

Kzar, F. H., & Kadhim, M. J. (2020). The Effect of Increasing Rehabilitation Program Using Electric Stimulation On Rehabilitating Knee Joint Working Muscles Due to ACL Tear In Athletes. *Journal of Physical Education*, 32(3), 14–18.

[https://doi.org/10.37359/jope.v32\(3\)2020.1012](https://doi.org/10.37359/jope.v32(3)2020.1012)

Mahmood, H. A., Mohammed, P., & Kadhim, J. (2023). Special exercises for some physical , kinetic and electrical abilities accompanied by symmetrical electrical stimulation in the rehabilitation of the muscles of the legs for patients with simple hemiplegic cerebral palsy. *Pakistan Heart Journal*, 56(01), 580–595.

<http://pkheartjournal.com/index.php/journal/article/view/1291>

Medlol, U., & Abdulla, A. (2020). Administrative Empowerment in Iraqi International Soccer Fields. *Journal of Physical Education*, 32(2), 26–33.

[https://doi.org/10.37359/jope.v32\(2\)2020.990](https://doi.org/10.37359/jope.v32(2)2020.990)

Moayed, A., Moayed, G., & Jawad, M. (2019). The Effect of Group Investigation Model on Learning overhead and underarm Pass in Volleyball. *Journal of Physical Education*, 31(2), 176–181. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(2\)2019.926](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(2)2019.926)

Mohameed, L., & Mohameed, O. (2011). The Impact of Skill Exercises Similar to the Circumstances of the Race on the Performance of Some Offensive Skills Composite Basketball Ages (18 years) and less. *Journal of Physical Education*, 23(2), 233–251.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V23\(2\)2011.537](https://doi.org/10.37359/JOPE.V23(2)2011.537)

Mohameed, O., & Mohameed, L. (2017). Proposed Exercises Using Flexible Resisters And Their Effect On Developing Strength Endurance And The Performance of Some Offensive Skills In Youth Basketball. *Journal of Physical Education*, 29(4), 302–319.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V29\(4\)2017.1108](https://doi.org/10.37359/JOPE.V29(4)2017.1108)

Mohammed, D., & Jalal, K. (2020). The Effect of Exercises Using Rubber Ropes for Developing Boxing Skill Performance of Torso Rotation and Explosive Power in Youth Boxers. *Journal of Physical Education*, 32(2), 56–62.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V32\(2\)2020.994](https://doi.org/10.37359/JOPE.V32(2)2020.994)

Mohammed, S., & Husham, Q. (2018). The Effect of Proposed Exercises Using Sponge Mat On the Level of Performing Offensive Skills in Sitting Volleyball. *Journal of Physical Education*, 30(1), 64–80. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(1\)2018.320](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(1)2018.320)

mohammed , Y., & Sabeeh, Y. (2022). The Effect of Special Exercises Using Variable Aid on the Development of Endurance (Speed, Strength) and 100m Freestyle Swimming

- Achievement in Handicapped Men Class 9S. *Journal of Physical Education*, 34(3), 317–324. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(3\)2022.1308](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(3)2022.1308)
- Mohsen, M., & Sabieh, Y. (2021). A Historical Study of Iraqi Paralympic Participations in IPC World Championships Athletics from 1990 till 2017. *Journal of Physical Education*, 33(2), 62–70. [https://doi.org/10.37359/jope.v33\(2\)2021.1142](https://doi.org/10.37359/jope.v33(2)2021.1142)
- Mondher, H. A., & Khalaf, S. Q. (2023). The Effect of Compound Exercises with the Intense Method and the Training Mask on the Development of Some Physical Abilities and the Level of Skillful Performance of Futsal Players. *Pakistan Heart Journal*, 56(01), 310–323.
- Mondil, M., & Shukr, L. (2023). The effect of using aids in learning some badminton skills for female students. *Journal of Physical Education*, 35(4), 962–947. [https://doi.org/10.37359/jope.v35\(4\)2023.1480](https://doi.org/10.37359/jope.v35(4)2023.1480)
- Mousa, A. M., & Kadhim, M. J. (2023). NMUSING AN INNOVATIVE DEVICE TO IMPROVE THE EFFICIENCY OF THE ANTERIOR QUADRICEPS MUSCLE OF THE INJURED KNEE JOINT AFTER SURGICAL INTERVENTION OF THE ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT IN ADVANCED SOCCER PLAYERS. *Semiconductor Optoelectronics*, 42(1), 1504–1511.
- Nazar, T., & Aladdin, M. (2018). The Effect Of Small Games On Learning Floor Exercises In Artistic Gymnastics for Children With Learning Disabilities Aged 7 Years Old. *Journal of Physical Education*, 30(2), 350–365. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(2\)2018.369](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(2)2018.369)
- nbraz, younis, & Lazim, A. (2023). The effect of using aids manufactured to perform the maximum speed of the hands in learning the skill of hitting baseball for ages (under 12 years). *Journal of Physical Education*, 35(3), 628–619. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(3\)2023.1526](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(3)2023.1526)
- Qasim Hilal, M., & Adnan Amin, B. (2021). The effect of the flipped classroom on cognitive achievement Some basic football skills for students. *Bi-Annual Scientific Journal Specializing in Sport & Physical Education Sciences*, 5(22), 281–296. <https://doi.org/10.37655/UASPESJ.2021.171743>
- Raed, H., & Laith, K. (2022). The Effect of a tool for helping the learning of forehand and backhand stroke in tennis for ages (10-15). *Journal of Physical Education*, 34(4), 431–442. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(4\)2022.1328](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(4)2022.1328)
- rashed, mohamed, & Ghazi, A. W. (2023). The impact of an educational curriculum using

- delayed feedback according to different times in learning and retaining the skill of shooting at several goals distributed on the field during (30) for cross-ball players ages (13-15 years). *Journal of Physical Education*, 35(3), 703–694.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(3\)2023.1527](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(3)2023.1527)
- Rija, T. H. (2023). THE ROLE OF ORGANIZATIONAL DEVELOPMENT IN IMPROVING THE REALITY OF THE WORK OF THE. *Ibero-American Journal of Exercise and Sports Psychology*, 18, 298–304.
- Saadi, A., & Nezar, T. (2020). The Effect of Using Immediate Feedback on Learning Double Tuck Backflip on Floor Exercises in Artistic Gymnastics For Men Aged 14 – 16 Years Old. *Journal of Physical Education*, 32(3), 93–98.
[https://doi.org/10.37359/jope.v32\(3\)2020.1024](https://doi.org/10.37359/jope.v32(3)2020.1024)
- Sabhan, H., & Thamer, A. (2018). Special Endurance And its Relationship With 10 Km Walking Achievement for Youth. *Journal of Physical Education*, 30(1), 55–63.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(1\)2018.319](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(1)2018.319)
- Saeed , W., Abdulaa, A., & Sakran, J. (2023). The Effect of Skill Performance – Like Exercises on the Improvement of Horizontal bar Shtalder and Endo Skill in Artistic Gymnastics for Men. *Journal of Physical Education*, 35(2), 483–493.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1400](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1400)
- Sami, F., & Mohameed, S. (2016). The Relation Between Agility and Fundamental Offensive Skills Ending With Jump Shot And Lay Up In Youth Basketball. *Journal of Physical Education*, 28(3), 83–98. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V28\(3\)2016.1062](https://doi.org/10.37359/JOPE.V28(3)2016.1062)
- Sami Rafat L, S. A. (n.d.). Effect of rehabilitation exercises in low back flexibility and muscle strength working for men by age (40-45) years. *Journal of Physical Education*, 31(1), 105–120.
- Shukr, A. H., & Obaid, A. J. (2020). The effect of using the interactive video accompanying the static training in learning some basic skills of a model school in squash. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(04), 10474–10488.
- Tawfeeq, A., & Jalal, K. (2019). The Effect of Preventive Exercises on the Development of some Abilities Affecting Prevention from Injuries in Young Boxers. *Journal of Physical Education*, 31(2), 159–166. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(2\)2019.924](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(2)2019.924)
- Tawfeq, A., & Jalal, K. (2023). Mental Speed Exercises and Their Effect on Some Special Abilities and Punches Speed in Young Boxers. *Journal of Physical Education*, 35(1), 247–256. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(1\)2023.1427](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(1)2023.1427)

- Yaseen, N. K., & Alrawi, A. A. (2021). Constructing and Standardizing Cognitive Test in Artist Competition Rule for Epee Referees. *Journal of Physical Education*, 33(4), 160–172. [https://doi.org/10.37359/jope.v33\(4\)2021.1227](https://doi.org/10.37359/jope.v33(4)2021.1227)
- Yousif, T. A., Almogami, A. H. B., & Khadim, W. I. (2023). the Effect of Special Exercises Using the (Rebound Net) Device in Developing the Accuracy of Spike Diagonal Skill in Volleyball. *Revista Iberoamericana de Psicologia Del Ejercicio y El Deporte*, 18(2), 194–195.
- Zaidam, M., & Hamid, H. (2019). Analytical Study Of Goalkeeper Positioning Using MH System For Free Kick In Soccer. *Journal of Physical Education*, 31(2), 223–229. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(2\)2019.936](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(2)2019.936)
- MANDOOBMAKKIATI, A., & ABED, Y. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE. *International Development Planning Review*, 23(1), 226-236.
- Suhail, M. T., Hussein, S. A., Abdulhussein, M. N., Abdaullateef, W. Q., & khairallah Aid, M. (2024). Knee Injuries And Rehabilitation: A Comprehensive Review Of The Psychological Landscape. *Migration Letters*, 21(S6), 733-745
- . دراسة تحليلية للاتزان الانفعالي لبعض المهارات الاساسية لدى اندية العراق لكرة القدم الصالات (2021). *Journal of Physical Education*, 33(3), 59-72. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V33\(3\)2021.1188](https://doi.org/10.37359/JOPE.V33(3)2021.1188)
- Atiyah, Halah, Mandoob MakkiAti, Qayssar Faris Abdul Alhamayd, Sabah QasimKhalaf, Ahmed AmerAbdulhussein, Mohammed JawadKadhim, Denise Choon Lian Koh, Ahmed HashimHamood, Yahya Faris Mohsen, and Ghadah MuayadShihab. 2024. “EXTRAPOLATION OF THE MACHINE AND ITS EFFICIENCY IN DEVELOPING THE SKILL PERFORMANCE AND ACCURACY OF DRIBBLING IN YOUTH FOOTBALL.” *International Development Planning Review* 23(1 SE-Articles):1037–47.
- Koh, Denise Choon Lian, and Halah Atiyah. 2024. “Physical Activity, Sleep and Health-Related Quality of Life (HRQOL) for College Students in Iraq.” *Journal of Physical Education* 36(1 SE-Article):198–213. doi: 10.37359/JOPE.V36(1)2024.2064.