عنوان البحث

تأثير تمارين خاصة باستخدام وسائل مساعده في تعلم مهارة الارسال المستقيم بالتنس للطلاب

م.م خالد علي حسون

أ.د اسامه عبد المنعم

الملخص

من خلال تواجد الباحث في مجال التدريس لألعاب المضرب بصورة عامه ولعبة التنس خصوصا لاحظ ضعف اغلب الطلاب بإداء مهارة الارسال بصورة عامه وبالأخص الارسال المستقيم لأنه من الارسالات التي تحتاج الى قوه كبيرة ودقه ولأنه من الارسالات التي تلعب بضرب الكرة ضرب مباشر ودائما ما تستخدم بالمحاولة الاولى ويهدف البحث الى اعداد تمارين مساعده لمعرفة مدى تأثيرها في تعلم هذا النوع من الارسال واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث .

اما مجتمع البحث وعينته فقد تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة شعبة ب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة واسط والبالغ عددهم 32 طالب للعام الدراسي 2018/ 2019 اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية اما اهم التوصيات فيوصي الباحث بضرورة استخدام التمرينات المساعده في العملية التعليمية كونها ذات فائدة كبيرة في تعلم المهارات الاساسية بالتنس الارضي.

**Effect of special exercises using devices in learning the skill of straight serve tennis
for students**

Prof.Dr. Osama Abdul-Munaem

Asst. Instr.Khaled Ali Hasoon

Abstract

Through the presence of the researcher in the field of teaching of tennis games in general and the tennis game in particular to urge the weakness of most students to perform the skill of transmission in general, especially the straight transmitter because of the messages that need great strength and accuracy because of the messages that hit the ball hit directly and always used the first attempt To the preparation of exercises assistant to know the extent of the impact in learning this type of transmission and used the researcher experimental .approach to suit the nature of the research

As for the research society and its eye, the research community was defined as the third stage students in the faculty of physical education and sports sciences, the University of Wasit, which is 32 students for the academic year 2016/2017. The sample of the research was chosen by random method. The most important recommendations are the researcher recommends the use of exercises in the process Educational programs being of great benefit in learning the basic skills of ground

الكلمات المفتاحية: تمارين خاصة ، وسائل مساعدة ، الإرسال المستقيم

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعتبر المنافسة الرياضية عاملاً هاماً وضرورياً لكل نشاط رياضي، ويرى البعض أن الرياضة لا تستمر بدون منافسة إذ أن عملية التدريب ترتبط ارتباطاً وثيقاً بأعداد اللاعب لكي يحقق أحسن ما يمكن من مستوى في المنافسة لذلك تكون المنافسة الرياضية ماهي الا اختبار لنتائج التدريب.

أن رياضة التنس تحولت منذ القرون الماضية من رياضة ترويحوية للهواة لقضاء وقت الفراغ الى رياضة تنافسية عالية للمحترفين تتطلب أقصى قدرات وإمكانيات للاعب ويمكن أن يطلق عليها لعبة القدرة 'power' لما تحتاجه من شجاعة وذكاء وبراعة جنباً الى جنب مع الأداء المهارى والخططي والتكيف البدني. (فرج، 2007، صفحة 44)

ولو نظرنا الى اي لعبة لوجدنا أن المدرب يقوم بتهيئة جسمية للاعبيه . وفي لعبة التنس تأخذ التهيئة الجسمية المكان الأول ابتداء من التمارين البدنية العامة التي تهيئ الجسم ككل بالإضافة الى التركيز على المجموعات العضلية التي ستقوم بالعبء الأكبر أثناء اللعب والتي في النهاية تؤدي الى ضبط التكتيك . وان اعتماد المدرب على الطرائق العلمية في الاختيار يوفر الوقت والجهد ويوصل الى المستويات العالية لنصل الى المكانة اللاتقة ببلد له حضارة سبعة آلاف سنة. (الجمال، 1988، صفحة 34)

2-1 مشكلة البحث :

إن مهارة الإرسال تعد من المهارات الأساسية التي ينبغي على اللاعب إجادتها بإتقان حيث تبدأ بوقف الاستعداد وتكون وقفة الاستعداد واحدة بجميع ضربات الإرسال وهي ذات أهمية لكونها تمثل جزءاً من أجزاء تنفيذ الضربة، فالإرسال من خلاله يستطيع اللاعب المرسل من الحصول على نقطة مباشرة إذا كان صعب على اللاعب المستقبل ان يرد الإرسال. (الحكيم، 2002، صفحة 21)

ومن خلال اطلاع الباحث وكونه تدريسي لمادة التنس الأرضي في كلية التربية الرياضية لاحظ قلة استخدام التمرينات المساعدة في العملية التعليمية لما لهذه التمرينات من أهمية في خدمة تعلم المهارات .

3-1 أهداف البحث :

معرفة تأثير التمارين المساعدة في تعلم الإرسال المستقيم في التنس الأرضي

1-4 فروض البحث :

أن للتمارين المساعدة تأثيراً إيجابياً في تعلم الأرسال المستقيم في التنس الأرضي .

1-5 مجالات البحث :**المجال البشري :**

طلاب المرحلة الثالثة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة واسط للعام الدراسي 2018/2019

المجال الزمني :

الفترة من 2019/3/2 لغاية 2019/5/20

المجال المكاني :

ملعب التنس الخاص بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة واسط .

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة**1-2 الدراسات النظرية****1-1-2 التعلم والتعلم الحركي :**

يمكن ان نفهم تحت مصطلح التعلم انه نشاط خاص لتملك وتكامل المعرفة (عملية التعلم) وبسبب كون المعلومات أساس التعلم وتؤدي إلى تعلم المهارات والمعرفة. اذ ان التعلم الحركي يعني اكتساب وتحسين المهارات الحركية وانها تكمن في مجمل التطور للشخصية الإنسانية وتكامل برابطها باكتساب المعلومات وبتطوير التوافق واللياقة البدنية واكتساب صفات التصرف

التعلم عملية مستمرة باستمرار حياة الانسان تهدف الى الارتقاء بنمو السلوك البشري وهو سلسلة من المتغيرات تحدث خلال خبرة او تجربة معينه لتعديل سلوك الانسان , اي هو سلوك يتغير بالخبرة والتجربة وهو كل ما يكتسب من علوم وميول وقدرات واتجاهات ومهارات حركية سواء متعمدة او غير متعمدة , كما يعرف التعلم بأنه مجموعة من عمليات مرتبطة بالممارسة والخبرة والتي تؤدي الى تغيرات ثابتة نسبيا في السلوك.

(الدليمي و الشمري، 2018، الصفحات 18-19)

والتعلم عملية معقدة وتفرق حياة الفرد بأكملها وتشمل أنواعا مختلفة من النشاط والخبرات متعددة بتعدد مواقف الحياة، لذلك كان من الصعب ان نضع لها تعريفا جامعاً شاملاً يتفق عليه علماء النفس جميعهم اتفاقاً تاماً. فهو كل ما يسعى اليه الفرد من تحصيل معلومات وما يكتسبه من اتجاهات وعادات مختلفة ومهارات بمختلف أنواعها. عقلية او حركية او وجدانية او خلقية سواء كان هذا الاكتساب شعوريا او لا شعوريا.

اما التعلم الحركي فهو سلسلة من المتغيرات تحدث خلال خبرة مكتسبة لتعديل سلوك الإنسان وهو عملية تكيف الاستجابات لتتناسب المواقف المختلفة التي تعبر عن خبراته وتلائمه مع المحيط. وهو عملية اكتساب وتطوير وتنشيط المهارات .

وهناك عدة تعريف لموضوع التعلم ربما تكون مختلفة في التعبير لكنها متشابهة جميعا في المعنى . فقد عرف التعلم بأنه (مجموعه من العمليات التي تتم من خلال انتقال المعلومات من المعلم الى المتعلم) . (لزام، 1997، صفحة 64)

ويمر التعلم بمراحل عدة هي :

- 1-المرحلة البدائية (مرحلة التفكير) الاعداد لما يمكن عمله .
- 2-المرحلة الوسطى (مرحلة التعلم) تجربة عدة طرق للأداء .
- 3-المرحلة المتقدمة (مرحلة اكتساب المهارة) أداء المهارة . (تومسون، 1996، صفحة 316)

2-1-2 التنس الأرضي

تعد رياضة التنس أحد الأنشطة الرياضية التي تلقي أهمية كبيرة في العديد من دول العالم نظرا لمناسبتها لكل الأعمار وملاءمتها لكل الأجناس، بالإضافة الى التغطية الهائلة التي تقوم بها وسائل الأعلام في كثير من الدول وخاصة بالبلد المباشر من خلال الشاشة المرئية وعن طريق الأقمار الصناعية الأمر الذي زاد من شعبيتها بشكل كبير كما ساعدت التقنية الحديثة على تطوير أرضيات الملاعب، لذا فهي رياضة محببة لدى الجميع وأصبحت من الألعاب الجماهيرية لما تتمتع به من مزايا جعلت الجميع يحبونها ويميلون إليها من مختلف الأعمار من قبل الصغار والكبار والرجال والنساء على حد سواء .

وقد دخلت رياضة التنس في الآونة الأخيرة ضمن فعاليات الدورات الأولمبية والتي تقام كل أربعة أعوام وهي من البطولات العالمية الدولية ذات المستوى العالي من الأداء والتي تضم مستويات مختلفة من جميع أنحاء العالم حيث اهتمت كثير من الدول بهذه الرياضة اهتماما كبير وتطورت بسرعة فائقة وتخطت العديد من الألعاب الرياضية وذلك لكونها لعبة فردية يستطيع اللاعب من خلالها أن يرفع اسم دولته عاليا بالفوز الذي يحققه على اللاعب المنافس من دولة أخرى، ومن هنا أخذت الأندية في الاهتمام بهذه الرياضة كما أخذت الاتحادات المعنية بشؤون هذه الرياضة تهتم باللاعب وإعداد الملاعب الخاصة الجيدة والمتنوعة حيث أن الملاعب قد تطورت مما كان له أثر كبير في تطوير رياضة التنس. (امين، 1987، صفحة 43)

2-1-2 مهارة الأرسال المستقيم :

يعتبر الإرسال المستقيم من الإرسالات القوية وهو يسير في خط مستقيم دون انحناء أو دوران للكرة ويتم استخدامه في أداء ضربة الإرسال الأولى لأنه يتميز بالقوة والسرعة، كما أن المضرب يسير فيه بشكل مسطح حتى النهاية ويستخدم مع اللاعب الذي يقوم بأدائه بقوة عالية وخاصة في بداية المباراة عندما تكون لياقة اللاعب عالية ويستمر في أدائه إلى أن يضعف قوته فيتم استبداله بنوع آخر من الإرسال ويتميز هذا الإرسال بقوته العالية مما يجعل اللاعب المنافس لا يستطيع رد هذا الإرسال وإن استطاع أن يرده فسوف تكون الكرة ضعيفة جدا مما يجعل اللاعب المرسل في إنهاء الكرة مباشرة في إحدى أركان الملعب. (فرج، 2007، صفحة 45)

3- منهج البحث وإجراءاته**3-1 منهج البحث :**

استخدم الباحث المنهج التجريبي في معالجة مشكلة البحث كونه أكثر ملائمة لطبيعة البحث.

3-2 عينة البحث :

تكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الثالثة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة واسط وواقع (15) طالبا تم اختيارهم بصورة عشوائية من مجتمع البحث البالغ (32) طالبا وعن طريق القرعة ,تكون النسبة المئوية لطلبة البحث هي (46,86)% وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلا صادقا وحقيقيا .

3-3 وسائل وأدوات وأجهزة البحث المستخدمة**3-3-1 الوسائل البحثية**

استعان الباحث بوسائل بحثية عدة ومنها :

- المصادر والمراجع العلمية العربية والاجنبية .
- استمارة تقويم الأداء الفني .
- استمارة تفرغ البيانات .
- المقابلات الشخصية .

3-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

أستخدم الباحث الأدوات والأجهزة الآتية :

- ملعب تنس قانوني .
- مضارب تنس قانونية عدد (15).
- كرات تنس قانونية عدد (30).
- شريط قياس معدني لقياس الطول .
- طباشير ملون .
- ميزان طبي لقياس الوزن.

3-4 تحديد الاختبارات

3-4-1 تحديد اختبار الأداء الفني لمهارة الأرسال المستقيم للتنس الأرضي :

أعتمد الباحث في اختبار تقويم الأداء الفني (التكنيك) لمهارة الأرسال المستقيم في التنس الأرضي على الشكل الظاهري للمهارة من خلال أقسامها الثلاث (التحضيرى ,الرئيسى ,الختامى) إذ تم إعطاء ثلاث محاولات متتالية لكل طالب لأداء هذه المهارة وتم تقويم هذه المحاولات من قبل مقومين اختصاص وكانت الدرجة التقويمية للأداء الفني هي (10درجة) وتم احتساب أفضل محاولة من المحاولات الثلاث لكل مقوم .

3-4-2 تحديد اختبار الدقة لمهارة الأرسال المستقيم

أعتمد الباحث في تقويم مستوى دقة الأرسال المستقيم في التنس الأرضي على اختبار هويت الذي يقيس دقة الأرسال في التنس الأرضي كمل يلي :

اختبار هويت

الغرض من الاختبار قياس دقة الأرسال :

وصف الأداء : يقف الطالب المختبر خلف قاعدة الأرسال ثم يقوم بأرسال عشرة كرات متتالية على الأهداف المحددة في نصف الملعب المقابل بشرط أن تمر جميع الكرات بين الشبكة والحبل بحيث يحاول اللاعب الحصول على أعلى درجة .
التسجيل :

- الكرات التي تلمس الشبكة أو الحبل لا تحتسب محاولة وتعاد مرة ثانية .
- الكرات التي تمر أعلى الحبل تحتسب محاولة وتمنح الدرجة صفر حتى لو سقطت في أي هدف من الأهداف .
- كل كرة صحيحة لها قيمة الدرجة في المنطقة التي تسقط فيها. درجة اللاعب هي مجموع النقاط التي يحصل عليها من المحاولات العشر .
- أعلى درجة للاختبار هي (60)

3-4-2 التجربة الأستطلاعية

هي عبارة عن دراسة تجريبية اولية مصغرة تدريبية للباحث وتعد من الوسائل المهمة والضرورية جدا في تنفيذ البحوث ومنها يمكن للباحث التعرف على الايجابيات والسلبيات وانسيابية العمل ومعرفة الصعوبات والمعوقات والتعرف على الفترة الزمنية لتنفيذ التجربة والتأكد من كفاءة فريق العمل واختبار صلاحية الأدوات والأجهزة وملائمة العينة واستجابتها للتجربة وللاختبارات المشاركة في تحقيق الشروط العلمية للاختبارات (الصدق , الثبات , الموضوعية , والصلة الوثيقة بموضوع الهدف)

وعلى هذا الأساس اجرى الباحث استطلاعية مصغرة يوم 2019/3/4 على عينة قوامها (10) طلاب من غير عينة البحث الأساسية وكان هدف التجربة الأستطلاعية :

- التعرف على المعوقات والصعوبات التي قد تواجه الباحث .
- معرفة فريق العمل المساعد * لمجريات الأمور والاختبارات الخاصة بالبحث .
- معرفة زمن تطبيق الاختبارات ومدى ملائمتها لعينة البحث .

الأسس العلمية للاختبارات المعنية بالبحث

صدق الاختبار :

من اجل التأكد من صدق الاختبار قام الباحث باستخدام الصدق الظاهري عبر استبيان وزعه على مجموعة من الخبراء و المختصين * في ميدان التربية الرياضية لاستطلاع آرائهم والجدول (1) يبين ذلك

جدول (1)

يبين الأهمية النسبية لاختبارات كرة التنس الارضي التي تم عرضها على الخبراء

ت	الاختبارات المرشحة	الدرجة المتحققة	النسبة المئوية	الاختبار
1-	اختبار الاداء الفني لمهارة الارسال المستقيم	21	84 %	نعم
2-	اختبار دقة الارسال في التنس	15	60 %	

تم اعتماد الاختبار الذي حصل على اعلى نسبة من بين الاختبارات علما ان الدرجة العليا هي (25), وعدد الخبراء (5).

ثبات الاختبار:

لقد تم استخدام طريقة (الاختبار واعادة الاختبار) للتحقق من ثبات المجموعة الاختبارية المرشحة ، حيث طبقت الاختبارات على عينة مكونة من (8) لاعبين في يوم الخميس الموافق 2019/3/7 وعند مرور (4 أيام) تم اعادة الاختبار على العينة نفسها و تحت نفس الظروف و المتغيرات و من خلال معالجة البيانات تم استخراج معامل الارتباط بطريقة(بيرسون) بين نتائج الاختبار القبلي و الاختبار البعدي لمعرفة ثبات الاختبار وقد اظهرت النتائج ان الارتباط عال بين درجات الاختبارين

موضوعية الاختبار

بغية الحصول على موضوعية الاختبارات المرشحة للتطبيق ، استعان الباحث (بمحكمين اثنين) * خلال تجربته الاستطلاعية وعند الاختبار الثاني (اعادة الاختبار في قياس الثبات لها) بالذات، وبعد ان جمع نتائجها عاملها إحصائياً حيث أظهرت العلاقة بين درجات المحكم الاول و المحكم الثاني بشكل عال

(أي أن معامل الارتباط بينهما عالي)

المنهاج التعليمي لتطوير مهارة دقة الارسال بالتنس الارضي :

أعد الباحث مفردات وتمارين , مقترحة خاصة لتعليم مهارة الارسال المستقيم من تاريخ 2019 /3/11(الاثنين) ولغاية 2019/5/8(الاربعاء) والتي مدتها 8 أسابيع مراعيًا في ذلك المستوى التعليمي والمستوى البدني للاعبين (عينة البحث)

معتمداً على المصادر و المراجع الخاصة بلعبة كرة التنس الأرضي لذوي الاحتياجات الخاصة من اجل وضع المنهج بشكله النهائي .

اشتملت مفردات التدريب (التي طبقت على افراد المجموعة التجريبية) الخاصة بتطوير دقة الارسال, وبمعدل وحدتين , في الاسبوع الواحد (والاثنتين و الاربعة من كل اسبوع) وبلغ زمن اقسام الوحدات التدريبية, على وفق التقسيم الاتي (امين، 1987، صفحة 80)

الاختبار البعدي (النهائي) على عينة البحث:

تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاربعة الموافق 2019/5/22 للمجموعتين التجريبية والضابطة وفي ملعب التنس الارضي، حيث تم مراعاة شروط و تعليمات تنفيذ هذه الاختبارات وتحت نفس الظروف و الامكانيات المتاحة و المستخدمة في الاختبارات الاولية ، بغية الحصول على نتائج موضوعية ذات ثبات عال يعتمد عليها في اتخاذ القرار .

3-6 الوسائل الإحصائية

أستعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار (t) للعينات المتناظرة .

4- نتائج البحث

4-1 عرض وتحليل نتائج البحث ومناقشتها

4-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار الأداء الفني لمهارة الارسال المستقيم بالتنس الأرضي

جدول (2)

نوع الدلالة	قيمة t المحتسبة	البعدي		القبلي		المعالم الاحصائية الاختبار
		- ع +	- س	- ع +	- س	
معنوي	3.76	1.02	7.21	0.91	3.44	اختبار الاداء الفني لمهارة الارسال المستقيم
الدرجة الجدولية = (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية 14						

يشير جدول (2) أن عينه البحث حققت وسطا حسابيا في الأختبار القبلي مقداره (3.44) بانحراف معياري مقداره (0.91) في حين حققت المجموعة نفسها وسطا حسابيا مقداره (7.12) في الاختبار البعدي بانحراف معياري مقداره (1.02) أما قيمة (t) المحتسبة فكانت قيمتها (3.76) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05)

وتحت درجة حرية (14) وهذا يعني أن الفرق معنوياً بين الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الأداء الفني لمهارة الارسال المستقيم بالتنس الأرضي . ويعزو الباحث هذا الفرق الى استخدام التمارين المساعدة التي من شأنها تحسين الأداء الفني لان التمارين المساعدة تعد وسيلة تعليمية مهمة وذات تأثير فعال في اكتساب عملية تعلم المهارات الأساس ومنها مهارة الارسال المستقيم في التنس الأرضي اذ يعد الارسال مفتاح اللعب الهجومي وله الفرصة الأكيد والكبيرة في كسب المباراة . (هاشم و وآخرون، 2000، صفحة 21)

4-1-2 عرض وتحليل نتائج اختبار الدقة لمهارة الارسال المستقيم بالتنس الأرضي

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي t المحسوبة والجدولية بين الأختبار القبلي والبعدي لاختبار الدقة لمهارة الارسال المستقيم بالتنس الأرضي

جدول (3)

نوع الدلالة	قيمة t المحتسبة	البعدي		القبلي		المعالم الاحصائية الاختبار
		- ع +	- س	- ع +	- س	
معنوي	8.46	1.28	48.57	1.03	21.73	اختبار دقة الاداء المهاري لمهارة الارسال المستقيم
الدرجة الجدولية = (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية 14						

يشير جدول (3) الى وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في اختبار مهارة الارسال المستقيم في التنس الارضي اذ تشير النتائج الى ان مجموعة البحث قد حققت وسطاً حسابياً مقداره (21.73) بانحراف معياري (1.03) في الاختبار القبلي أما في الأختبار البعدي فقد حققت المجموعة نفسها وسطاً حسابياً مقداره (48.57) بانحراف معياري مقداره (1.28) وبهذا كانت قيمة (t) المحتسبة هي (8.46) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (14) ويعزو الباحث سبب هذا الفرق الى استخدام عينة البحث التمارين المساعدة التي هي من التمرينات التي تساعد الفرد المتعلم في تشكيل قاعدة او خلفية يستند عليها المتعلم لتطوير عملية التعلم وبالتالي تطوير أدائه الحركي . (عبد الفتاح، 1996، صفحة 43)

5-1 الاستنتاجات والتوصيات

- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى الاداء الفني المهاري للارسال المستقيم في التنس الارضي ولصالح الاختبار البعدي .
- كان مستوى أداء عينة البحث في دقة الاداء المهاري للارسال المستقيم متطوراً بصورة أكبر من الاختبار القبلي لنفس الاختبار .

5-2 التوصيات

- من خلال الاستنتاجات التي اظهرتها نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي :
- ضرورة استخدام الوسائل المساعدة في تعليم مهارة الارسال لما لها من اهمية في عملية التعليم .
 - ضرورة حث المدربين والمدرسين على ادخال الوسائل المساعدة في عملية التعليم .

المراجع

- ابو العلا عبد الفتاح. (1996). *حمل التدريب وصحة الرياضي الايجابيات والمخاطر* . القاهرة: دار الفكر العربي.
- الين وديع فرج. (2007). *الجديد في التنس الطريق الى البطولة*. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- بيتر تومسون. (1996). *المدخل الى نظريات التدريب*. القاهرة: مركز التنمية الاقليمي.
- طارق حمودي امين. (1987). *العاب الكرة والمضرب* . القاهرة: دار الكتب.
- ظافر هاشم، و آخرون. (2000). *الاعداد الفني والخططي في التنس* . بغداد: الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة.
- عبدالنبي الجمال. (1988). *الموسوعة العربية للتنس*. كلية التربية الرياضية.
- علي سلوم الحكيم. (2002). *العاب الكرة والمضرب التنس الارضي* . واسط: مطبعة الطيف.
- قاسم لزام. (1997). *أثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة*. اطروحة دكتوراه غير منشورة.
- ناهدة عبد زيد الدليمي، و مازن عبدالهادي الشمري. (2018). *التعلم الحركي*. بابل: دار الصفاء للنشر والتوزيع.