



Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

<https://joupress.uobabylon.edu.iq/>



Analysis of the effect of special exercises using assistive devices to improving the digital level of weight-pushing effectiveness for female students

Asst. Lec. Diana Ghanem Yahya^{*1} , Prof. Dr. Aseel Jalil Katea² 

^{1,2} *University of Baghdad. College of Physical Education and Sports Sciences for Women, Iraq.*

*Corresponding author:

Received: 28-03-2025

Publication: 28-06-2025

Abstract

The use of specialized educational exercises and learning aids is not just a luxury; it is an important and essential element for developing the educational process and achieving high levels of athletic excellence. By employing aids such as medicine balls, light weights, resistance bands, and balance devices. Athletes can improve propulsion, enhance balance, and increase flexibility. Furthermore, these tools help reduce technical errors and improve overall performance efficiency. This article aims to highlight the most important specific exercises that use assistive devices. Focusing on how they positively impact the digital level of weight-lifting effectiveness. A set of sources, research, and previous studies that supported the effectiveness of these exercises and proved their usefulness in achieving a noticeable improvement in athletic performance will also be reviewed, in addition to assistive tools and modern learning aids. Which leads to achieving the digital level in the weightlifting event, which is one of the most important events in track and field, and requires working on both the physical and skill capabilities of learners in order to improve the ability of players to apply the maximum amount of force in a short time, to achieve the best starting angle for the weight.

Keywords: Special Exercises, Aids, Digital Level, Weight Lifting.



تحليل أثر تمارينات خاصة باستعمال وسائل مساعدة في تحسين المستوى الرقمي لفعالية دفع الثقل للطلّابات

م.م. ديانا غانم يحيى ، أ.د. اسيل جليل كاطع

العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

<https://orcid.org/0009-0001-4571-0546>

<https://orcid.org/0000-0002-4380-2260>

تاريخ استلام البحث 2025/3/28 تاريخ نشر البحث 2025/6/28

الملخص

يعد استخدام التمارينات التعليمية الخاصة والوسائل المساعدة في التعلم ليس مجرد ترف، بل هو عنصر مهم وأساسي لتطوير العملية التعليمية ولتحقيق اجازات ومستوى عالي من التفوق الرياضي. فمن خلال توظيف وسائل مساعدة مثل الكرات الطبية، الأوزان الخفيفة، الحبال المقاومة، وأجهزة التوازن، يمكن للرياضيين تحسين قوة الدفع، تعزيز التوازن، وزيادة مرونة الحركة. علاوة على ذلك، تساهم هذه الأدوات في تقليل الأخطاء الفنية وتحسين الكفاءة العامة في الأداء. يهدف هذا المقال إلى تسليط الضوء على أهم التمارينات الخاصة التي تستخدم الوسائل المساعدة ، مع التركيز على كيفية تأثيرها الإيجابي على المستوى الرقمي لفعالية دفع الثقل. كما سيتم استعراض مجموعة من المصادر والبحوث والدراسات السابقة التي دعمت فعالية هذه التمارين وأثبتت جدواها في تحقيق تطور ملحوظ في الأداء الرياضي فضلا عن ادوات مساعدة ووسائل التعلم الحديثة المساعدة والتي تؤدي الى تحقيق المستوى الرقمي في فعالية دفع الثقل والتي تعد من الفعاليات المهمة في العاب القوى والتي تتطلب العمل على كلا من القدرات البدنية والمهارية لدى المتعلمين لكي تُحسن قدرة اللاعبين على تطبيق أقصى قدر من القوة في زمن قصير، لتحقيق أفضل زاوية انطلاق للثقل.

الكلمات المفتاحية: التمارينات الخاصة، الوسائل المساعدة، المستوى الرقمي، دفع الثقل.

1-المقدمة:

ان التطور العلمي والتقني الذي يشهده العالم في الوقت الحاضر ساعد بشكل فعال في تطوير الادوات الرياضية المساعدة المختلفة والتي كان لها بالغ الاثر في تحقيق أفضل الانجازات الرياضية، كما إن أساس الفعاليات الرياضية هو تعلم وإتقان مهاراتها الحركية إذ إن أساس الإتقان والوصول في الأداء إلى المستوى الأفضل هو هدف درس التربية الرياضية وتُعد فعالية رمي الثقل من أبرز الفعاليات الرياضية في ألعاب القوى، حيث تجمع بين القوة، السرعة، والتقنية لتحقيق أداء رياضي متميز. تتطلب هذه الفعالية تطويراً شاملاً ومتكاملاً لمختلف عناصر الأداء، بدءاً القوة الانفجارية والسرعة، وصولاً إلى إتقان التقنية المثلى للرمي بتحقيق أفضل زاوية انطلاق. في هذا السياق، تبرز أهمية استخدام وسائل مساعدة في التعلم والتدريب لتحسين المستوى الرقمي للرياضيين. توفر هذه الوسائل أدوات متنوعة تساعد على تطوير المهارات الأساسية وتعزيز القدرات البدنية والفنية. كما تتيح الفرصة لتحليل الأداء وتصحيح الأخطاء بأساليب مبتكرة وفعالة، وعلى هذا الأساس وجدت الباحثتان مجالاً للبحث والتقصي عن فعالية دفع الثقل. يستند هذا المبحث على 20 مصدراً علمياً لدعم فعالية التمارين باستعمال ادوات مساعدة في تحسين المستوى الرقمي للطالبات. تهدف هذه التمارين إلى تحقيق أداء متكامل يجمع بين القوة، السرعة، والدقة، مما يعزز من فرص النجاح في المحاضرات باستعمال ادوات ووسائل تعليمية. ومن خلال عمل الباحثتان في مجال تدريس مادة ألعاب القوى للطالبات تم الاطلاع على عدد من الدراسات التي من الممكن ان تطور وتحسن الاداء ومن ثم تحقيق مستوى رقمي أفضل حيث اطلعتا على العديد من البحوث العلمية والتي تناولت مدى تأثير التمرينات التعليمية الخاصة باستعمال ادوات واجهزة مساعدة في تطوير التعلم والحصول على مستوى رقمي أفضل. ويحتوي هذا المبحث تقديمًا للدراسات السابقة وتم ترتيبها بالتسلسل من الاحداث الى الاقدم. وأشارت فائزة عبد الجبار احمد وانسام ستار خضير(2024) ان التمرينات المركبة الخاصة المستخدمة كان لها دور كبير في قدرتي الرشاقة والتوافق مما انعكس على الاداء الفعلي للوثب الطويل كما وأظهرت النتائج ان هناك تأثير ايجابي للتمرين المركبة الخاصة في تطوير الرشاقة والتوافق لدى لاعبي الوثب الطويل (الشباب). اما التوصيات فكانت توصي بتمرينات المركبة الخاصة لما لها اثر واضح في تطوير الرشاقة والتوافق والانجاز للاعبين الشباب في فعالية الوثب الطويل واهتمام المدربين في الربط ودمج القدرات الرشاقة والتوافق وذلك من خلال اعداد تمرينات مركبة خاصة والتي يمكن اعتمادها لتغيير حالة التدريب في الوثب الطويل

اما دراسة علي ناصر جاسم (2024) اكدت على ان التمرينات الخاصة والوسائل المساعدة في اهم المؤشرات الاداء البايوكينماتيكية لفعالية الوثبة الثلاثية كان لها الاثر الفاعل في تطوير تلك المشرات اضافة الى اوصى الباحث على اعتماد التمرينات الخاصة والوسائل المساعدة لتجاوز المشاكل ونقاط الضعف في الاداء الفني لدى الطلاب في فعالية الوثبة الثلاثية

واكدت فريال سامي وميسم عادل(2024) على فعالية التمارين التأهيلية باستخدام الوسائل المساعدة في تحسين القوة العضلية الخاصة لدى عدائي 110 م حواجز وبالتالي تحسن مستوى الانجاز في الفعالية.

كما اشار حيدر غازي وحردان عزيز (2024) الى مدى تأثير وفاعلية تمرينات وفق وسائل مساعدة وبشكل ايجابي لتطوير بعض القدرات البدنية الخاصة لحراس المرمى بكرة اليد واوصى الباحثان باستخدام وتطبيق التمرينات وفق وسائل مساعدة ضمن مفردات منها تدريب واعداد فرق الشباب بكرة اليد.

اما في دراسة جاسم، محمد، محمد (2024)، توصل الباحثون الى أن التمرينات الخاصة باستعمال الأثقال كان لها دور إيجابي في تطوير القدرة الانفجارية الخاصة للرجلين والذراعين وكذلك تحسين مستوى الأداء المهاري، وبناءً على ذلك يوصي الباحثون بضرورة استعمال التمرينات الخاصة باستعمال الأثقال في تطوير القدرات البدنية الخاصة (القدرة الانفجارية للرجلين والذراعين) وتحسين مستوى الأداء المهاري.

وذكرت ديانا حيدر (2022) ان استعمال التمرينات التعليمية والاجهزة والادوات المساعدة دور في تطوير المجموعة التجريبية واوصت بتوفيرها في المدارس التخصصية والاندية.

توصل كل من ياسر صبيح وياسر محمد (2022) ان التمرينات باستعمال الوسائل المساعدة عملت على تحقيق تطور لعينة البحث في متغيرات الدراسة واوصى الباحثان بضرورة استخدام التمرينات الخاصة في الوحدات التعليمية والتدريبية.

واشارت تماضر واخرون (2020) الى ان الادوات والوسائل المساعدة مفيدة في تعلم المهارات ومنها مهارة الكب على جهاز العقلة واوصت بوضع هذه الادوات في متناول التدريسيين للاستفادة منها.

كما وجدت الباحثة اسراء لفته سالم (2020) أن التطور والتحسين الحاصل في مستوى أداء مهارات كرة السلة جاء نتيجة لتوفير الوسائل والأدوات والتمرينات اللازمة لنجاح عملية التعلم من خلال الاستثمار الأمثل لأدوات والبيئة التعليمية اللازمة التي ساعدت في زيادة استقلالية الطالبة كقائده واكتشافها مع أفراد مجموعتها لأخطائهن عبر الاعتماد على النفس وحرية التعلم واوصت

بالتأكيد على الجهات ذات الاختصاص والعلاقة بضرورة توفير الأدوات والأجهزة المساعدة التي تعمل على تطوير وتحسين الأداء الفني للعبة كرة السلة لما لها من فائدة كبيرة ، و ضرورة إجراء بحوث في مجال تصنيع الوسائل والأجهزة المساعدة من المواد المتوافرة في كلفة بسيطة لدعم العملية التعليمية و السعي إلى جعل التمرينات التعليمية تتماشى مع حاجات وقدراته المتعلم كما وان بعض الوسائل المساعدة يمكن أن تسهل عملية التعلم الحركي بشكل كبير .

وفي دراسة رغدة اسماعيل خليل (2018) استنتجت الباحثة ان استعمال الحبل والشبكة كأدوات مساعدة ساعد في تحقيق اهداف التمارين التعليمية وتوصي الباحثة الى استعمال الوسائل المساعدة المدروسة في التعلم لتطوير الاداء الفني لفعالية رمي الرمح وان تكون الوسائل المساعدة سهلة التصنيع وفي متناول يد المتعلمين والمدرسين .

كما ذكر وسام (2017) ان الوسائل المساعدة المستخدمة فعالة بتوفير الوقت والجهد وفي تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية واوصى بالابتعاد عن التمرينات التقليدية.

وترى رغد غازي شهاب (2017) أن التطور الذي حصلت عليه المجموعة التجريبية إلى التمارين التي وضعت من استخدام الكرات الجديدة لغرض تطوير القوة والسرعة للذراعين والساقين والسرعة الانتقالية العضلية وبيان مدى أهميتها كما وضح بعض الخبراء في مؤلفاتهم، واستنتجت في البحث فاعلية استخدام الوسائل المساعدة من الكرات الحديدية المختلفة الاوزان ضمن مفردات البرامج التدريبية وفق تطوير بعض القدرات في رمي الرمح، واوصت بأهمية دراسة تحسين الأداء باستخدام الوسائل المساعدة الاخرى.

واشار علي جعفر علي واحلام صادق حسين (2017) الى ان هدف البحث اعداد تدريبات بوسائل مساعدة تتلائم مع قدرات عينة البحث. والتعرف على تأثير التدريبات بوسائل مساعدة في القدرات البدنية والمسار الحركي ومن ضمن استنتاجاتها ان تدريبات الوسائل المساعدة ادت الى تطور السرعة للاعبين وذلك يشير الى تحسن الاشارات العصبية المرسله لمجموعة العضلات العاملة وان تمرينات الادوات المساعدة التي تم استخدامها في البحث ادت الى تحسن المسارات الحركية للاعبين.

ويرى لقمان وابتسام (2015) ان استعمال الادوات المساعدة كان لها تأثير واضح في تطوير الدقة للصفات البدنية وتحسم مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل واصى الباحثان باستخدام الادوات المساعدة في الوحدات التعليمية.

وفي دراسة احلام شغاتي الحسني (2015) وجدت أن تطور وتحسين مستوى الطالبات في فعالية رمي الرمح يكون بالاستخدام الأدوات المساعدة في المنهج التدريبي مما ساهم بشكل فعال وجيد في دعم عملية التطور وجعلها ايجابية في تصحيح اوضاع الجسم مما له أثر في تطور المستوى

وتم الاستنتاج بأن المنهج التدريبي باستخدام ادوات مساعدة قد ساعد في تطوير المستوى لبعض القدرات البدنية الخاصة بفعالية رمي الرمح مما ساعد بتطور مستوى اداء الطالبات في الوحدات التعليمية.

ويرى معاذ عبد الكريم فاضل (2014) ان التمرينات الخاصة هي تمرينات بدنية أو مهارية أو مركبة يضعها المدرب تحت أسس علمية وتخضع لمكونات الحمل التدريبي لتحقيق هدف أو أهداف عدة خاصة داخل الوحدة التدريبية، وتحتوي على جزء من مسار حركة اللعبة وتعمل فيها عضلة أو مجموعة عضلية أو تحتوي على حركات مشابهة أو مقارنة إلى حركة اللعبة وتخدم في تحقيق الأهداف المرجو الوصول إليها، واستنتج الباحث أن التمرينات الخاصة بالأدوات المساعدة المستخدمة في سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة انعكست ايجابياً في دقة أداء بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد بأعمار (13-14) سنة كما اوصى بتطبيق التمرينات الخاصة بالأدوات المساعدة على فئات عمرية أخرى لما لها من دور ايجابي في تطوير الصفات والقدرات البدنية والحركية.

اشارت لمى واخرون (2014) الى استنتاج ان التمرينات باستخدام الادوات المساعدة أكثر تأثير من عدم استخدامها في تطوير الدقة في اداء المهارات واوصى الباحثون بضرورة اعتماد الوسائل المساعدة في الوحدات التعليمية

ويشير ساجت مجيد جعفر (2007) الى التأثير الفاعل للوسائل المساعدة في تعليم مراحل القفز بالزانة وينصح باستعمال هذه الوسائل المساعدة في التحسين من الاداء الحركي وان استعمال الوسائل التعليمية المساعدة قد أثر بشكل مباشر على مراحل التعلم القفز بالزانة واوصت ضرورة استعمال الوسيلة المساعدة لزيادة التفاعل بين المدرس والطالب والتي تؤدي الى تغيرات ايجابية في سلوك المتعلم وتحسين أدائه، وضرورة إجراء دراسات تتناول وسائل تعليمية لما لها من دور في تعليم المبتدئين بقفز الزانة.

كما اشارت ثائرة عبد الجبار (2006) الى ان من الممكن استخدام الوسائل التعليمية التدريبية وفقاً لحركة كل جزء من أجزاء الجسم ضمن إطار الحركة العامة للاعب حيث ترى الباحثة أن هنالك أجزاء من الجسم تلعب دوراً أساسياً في تطبيق مجمل الحركات الفنية للوثب العالي.

وكما اكدت اسيل جليل كاطع (2002) ضرورة تصنيع ادوات مساعدة تخدم الهدف التعليمي واستنتجت الباحثة ضرورة ادخال الادوات المساعدة ضمن درس الساحة والميدان لأنها عامل مساعد في اضافة التشويق والرغبة في الدرس كما اوصت الباحثة بضرورة استخدام الادوات المساعدة كعامل رئيس في تعلم فعاليات الساحة والميدان واستخدام الادوات المساعدة في المهارات الصعبة.

3-تحليل الدراسات السابقة والمثابفة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة تبين ان الدراسات السابقة جميعها شملت واكدت على استخدام التمرينات والتمرينات الخاصة البدنية والمهارية والتمرينات التأهيلية والمركبة اي استخدام التمرينات على اختلاف انواعها واشكالها كان لها الاثر الفاعل والافضلية في تحسين وتطوير مستوى الانجاز في مختلف الفعاليات الرياضية ، كما واكدت الدراسات السابقة على الوسائل والادوات التعليمية المساعدة واهميتها في تحسين ايضا المستوى الرقمي والانجاز اضافة الى ذلك توسعت دراسة فائزة عبد الجبار احمد وانسام ستار خضير 2024 الى تأثير التمارين والادوات المساعدة في تطوير الرشاقة والتوافق اي مستوى القدرات الحركية وانفقت مع دراسة وسام 2017 ورعدة غازي شهاب 2017 ايضا في تطوير كل من القدرات الحركية والقدرات البدنية ومع دراسة علي جعفر علي واحلام صادق حسين 2017 ايضا في تحسين القدرات البدنية والمسار الحركي للاعب وتلائم مع لقمان وابتسام 2015 على تطوير القدرات البدنية الخاصة بفعالية رمي الرمح .

كامل اتفق كل من معاذ عبد الكريم فاضل 2014 مع لمى سمير وارون 2014 وساجت عبيد جعفر 2007 بسرعة الاستجابة من قبل المجاميع العضلية وايضا القدرات الحركية كالرشاقة والتي انعكست ايجابيا على دقة الاداء الحركي وبالتالي الانجاز للمهارات اضافه الى تطوير مراحل التعلم والاداء الحركي للفعاليات وتشابهت ايضا مع دراسة ثائرة عبد الجبار 2006 حيث ادى استخدام التمرينات بالوسائل المساعدة في تحسين مجمل الاداء للحركات الفنية في الوثب الطويل .كما وان دراسة اسيل جليل كاطع 2002 كانت دراسة شملت الدراسات السابقة حيث اكدت على ضرورة تطوير وتصنيع الادوات والوسائل المساعدة وادخالها في دروس الساحة والميدان فهي تضيف الاثارة والتشويق والرغبة لدى الطالبات والطلاب لتعلم المهارات وتعتبر الادوات والوسائل المساعدة عامل اساسي في التعلم .

وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمثابفة تم التأكيد وترسيخ فكرة في اذهان الباحثان بأن مجمل الفعاليات الرياضية الطلابية في المراحل التعليمية المختلفة تحتاج الى الربط بين التمرينات المختلفة مع الادوات المساعدة والوسائل التعليمية وهذا الارتباط يؤدي الى تحسين التعلم والتدريب وبالتالي تطوير المستوى الرقمي والانجاز الرياضي.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1-ان التمرينات ساهمت في تحسين ومعرفة نتائج المستوى المهاري والبدني اضافته الى دقة الاداء للأنشطة والفعاليات الرياضية المختلفة
- 2-الحاجة الى الربط بين استخدام التمرينات واستخدام الوسائل المساعدة مع بعض وذلك لمساهمتها في رفع مستوى الاداء الفني للفعاليات الرياضية وبالتالي المستوى الرقمي والانجاز الرياضي.
- 3-ان المعرفة بالتمرينات والادوات والوسائل التعليمية المختلفة يؤدي الى تحسين وتطوير الاداء الفني والمستوى الرقمي للإنجاز الرياضي.

4-2 التوصيات:

- 1-ضرورة الاهتمام بالتمرينات المصاحبة للأدوات المساعدة لزيادة وتحقيق الهدف بالإنجاز.
- 2-ضرورة مواكبة التطور والتطوير بالتمرينات المعطاة في الدرس وعرفة الوسائل المستخدمة الحديثة لتطوير العملية التعليمية وتحقيق الانجاز العالي.
- 3-التأكيد على استخدام ادوات ووسائل مساعدة بسيطة ومتوفرة وتوضع تحت يد التدريسيين والمتعلمين لغرض الاستفادة منها.

المصادر

- احلام شغاتي الحسني (2015)، استخدام تمرينات وادوات مساعدة في تطوير بعض القدرات الخاصة وانجاز رمي الرمح لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلة التربية الرياضية، مجلد 27، العدد 2.
- لمى سمير واخرون (2014) تأثير تمرينات باستخدام وسائل وادوات تعليمية في تطوير دقة اداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد 14، العدد 2.
- ديانا حيدر غضبان (2022) تأثير تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة في تطوير بعض القدرات البدنية والحركة والمهارية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم للصالات، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.
- تماضر واخرون (2020) تأثير تمرينات خاصة باستخدام ادوات مساعدة في تعليم مهارة الطلوع على جهاز القوى في الجمناستيك الفني للرجال، المجلة الدولية للتأهيل النفسي الاجتماعي، المجلد 4، العدد 5.
- لقمان صالح؛ ابتسام حيدر (2015) فعالية استخدام الادوات المساعدة في تطوير بعض الطرق البدنية الخاصة ومستوى الانجاز في الوثب العالي بطريقة الفوسبوري. مجلة الرياضة الحديثة، المجلد 14، العدد 2
- معاذ عبد الكريم فاضل (2014)، تأثير تمرينات خاصة باستخدام بعض الادوات المساعدة في سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة ودقة اداء بعض المهارات الهجومية بكرة اليد بأعمار 13-14 سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعه بغداد.
- ياسر صبيح؛ ياسر محمد (2022)، تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة في تطوير التحمل وانجاز 100م حرة للرجال معاقين فئة S9، مجلة التربية الرياضية، مجلد 34، العدد 3.
- حيدر غازي؛ حردان عزيز (2024)، تأثير تمرينات وفق وسائل مساعدة لتطوير بعض القدرات البدنية الخاصة لحراس المرمى بكرة اليد، مجلة الثقافة الرياضية، وقائع مؤتمر علمي دولي ثاني، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعه تكريت.
- فريال سامي خليل؛ ميسم عادل حضاري (2024) تأثير تمرينات تأهيلية باستخدام وسائل مساعدة في تحسين القوة الخاصة الانفجارية والمميزة بالسرعة وتحمل القوة في التمزق المتوسط لمفصلي الركبة والكاحل لعدائي 110 متر حواجز، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 24، العدد 3.
- رعد غازي شهاب (2019)، تأثير استخدام كرات حديدية مختلفة الازان لتطوير بعض القدرات البدنية وانجاز رمي الرمح للموهوبين، شهادة البكالوريوس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعه بغداد.

- جاسم نايف؛ محمد مرعي؛ محمد فلاح (2024)، أثر تمرينات خاصة باستخدام الانتقال في تطوير القدرة الانفجارية للأطراف وتحسين مستوى الاداء المهاري على جهاز طاوله القفز بالجمناستك الفني للرجال، مجلة الدراسات وبحوث التربية الرياضية، المجلد 34، العدد 2.
- فائزة عبد الجبار احمد؛ انسام ستار خضير (2024)، تأثير تمرينات مركبة خاصة لتطوير التوافق والرشاقة والمستوى الرفمي لفعالية الوثب الطويل للاعبي الاندية الشباب، مجله الجامعة المستنصرية لعلوم الرياضة، المجلد 5، العدد 4.
- علي جعفر علي، (2017)، تأثير التدريب بوسائل مساعدة في تحسين بعض القدرات البدنية والمسار الحركي والمؤشرات البايوميكانيكية للوثبة الثلاثية للشباب، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية.
- علي ناصر جاسم (2024)، تأثير تمرينات خاصة ووسائل مساعدة في اهم مؤشرات الاداء البايوكينماتيكية لفعالية الوثبة الثلاثية للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعه كربلاء.
- اسراء لفته سالم (2020)، أثر التمرينات التعليمية باستخدام وسائل مساعدة في دقة اداء بعض المهارات الهجومية للكرة السلة للطالبات، رسالة ماجستير، جامعه الكوفة.
- ساجت مجيد جعفر (2007)، استخدام بعض الوسائل التعليمية التدريبية وتأثيرها في التعلم والاحتفاظ وإنجاز الوثب العالي، رسالة ماجستير، جامعة القادسية.
- ثائرة عبد الجبار العاني (2006)، استخدام بعض الوسائل التعليمية التدريبية وتأثيرها في التعلم والاحتفاظ وإنجاز الوثب العالي.
- رغدة اسماعيل خليل (2018)، تأثير استعمال وسائل تعليمية (تصحيحية - وقائية) وفق التحليل الميكانيكي في بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء رمي الرمح وإنجازه للطالبات، رسالة ماجستير، جامعة الكوفة
- اسيل جليل كاطع (2002)، تأثير استخدام بعض الادوات المساعدة في تعليم وتطوير مستوى الاداء وبعض الصفات البدنية الخاصة ونتيجة ركض 100 متر، اطروحة دكتوراه، جامعه بغداد
- وسام ذياب فيصل (2017)، تأثير تمرينات خاصة باستعمال وسائل مساعدة في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الهجومية لدى لاعبي الاجنحة للناشئين بكرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعه ذي قار.