



The effect of skill exercises to developing field intelligence of young football players

Lec. Dr. Rashid Annan Jawad* 

Ministry of Education. Open College of Education. Diyala, Iraq.

*Corresponding author: nanrshyd@gmail.com

Received: 26-05-2025

Publication: 28-08-2025

Abstract

The research aims to prepare skill exercises prepared by the researcher and their impact on developing the field intelligence of players of Diyala first division youth football clubs for the 2024-2025 sports season, numbering (8) sports teams that were randomly selected from among the other teams. The players of Al-Khalis Sports Club, numbering (26), were taken and chosen intentionally. (8) players were retrieved from them because they did not participate in the tests, so the total number was only (18) players. The researcher used the experimental method to suit the nature of the problem. The sample was divided into two groups, the first experimental group with (9) players and the other control group with (9) players. The researcher used the statistical package to process the data and the results showed that the skill exercises are effective in developing the field intelligence of young players in terms of being in the right place and time, as the results showed a tangible improvement in the post-tests for the experimental group. As for the control group, there was a slight improvement compared to the experimental group in the field intelligence test. Through the conclusions reached by the researcher, he recommends using the skill exercises that the researcher has developed to develop field intelligence among football players, and suggesting exercises and tactical situations that require intelligence from football players that may be compatible with the nature of the game and its development, and working on introducing new variables.

Keywords: Skill Exercises, Field Intelligence, Football.



أثر تمارين مهارية لتطوير الذكاء الميداني للاعبين كرة القدم الشباب

م.د. رشيد عنان جواد

العراق. وزارة التربية. كلية التربية المفتوحة. ديالى

nanrshyd@gmail.com EMIL:

تاريخ استلام البحث 2025/5/26 تاريخ نشر البحث 2025/8/28

الملخص

يهدف البحث الى اعداد تمارين مهارية من اعداد الباحث وتأثيرها على تطوير الذكاء الميداني للاعبين اندية ديالى الدرجة الاولى بكرة القدم للشباب للموسم الرياضي 2024-2025 والبالغ عددهم (8) فرق رياضية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من بين مجموع الفرق الاخرى، وتم اخذ لاعبو نادي الخالص الرياضي والبالغ عددهم (26) لاعب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية تم استبعاد (8) لاعبين منهم كونهم لم يشاركوا في الاختبارات ليكون العدد الكلي (18) لاعب فقط ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المشكلة ، حيث قسمت العينة الى مجموعتين الاولى تجريبية عدد (9) لاعبين والاخرى ضابطة (9) لاعبين واستخدم الباحث الحقيبة الاحصائية لمعالجة البيانات وتوصلت النتائج الى ان التمارين المهارية فاعلية في تطوير الذكاء الميداني للاعبين الشباب من حيث التواجد في المكان والزمان المناسبين إذ أظهرت النتائج تحسناً ملموساً في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فقد حصل تطور بشكل طفيف نسبة الى المجموعة التجريبية في اختبار الذكاء الميداني ، ومن خلال الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث ، يوصي باستخدام التمارين المهارية والتي وضعها الباحث لتطوير الذكاء الميداني لدى لاعبي كرة القدم ، واقتراح تمارين ومواقف خطية تتطلب ذكاء من لاعبي كرة القدم ربما يتلائم وطبيعة اللعبة وتطويرها والعمل على إدخال متغيرات جديدة .

الكلمات المفتاحية: تمارين مهارية، الذكاء الميداني، كرة القدم

1-المقدمة:

لقد لاقت كرة القدم الاهتمام العالمي الكبير والمتزايد في كل أنحاء العالم، وهي من الألعاب الجماعية المحببة لدى غالبية الناس حيث لاقت تطوراً ملحوظاً في تقنية المهارات وإعداد اللاعبين والمدربين، وتميز هذا التطور بزيادة المستوى البدني والاداء المهاري والخططي والإعداد النفسي والذهني للرياضيين أو اللاعبين من خلال قدراتهم على امتلاك قدرات مهارية عالية، وتمتعهم بمستوى بدني ممتاز ، وكذلك تنمية وتطوير الفكري الذهني الجماعي لهم وقدرتهم على ترتيب وتنظيم البرامج الحركية والخططية لكافة اللاعبين، وذلك لصياغة وتكوين فكر موحد للفريق وعلى أساس ذلك يمكن اجراء التفكير الخططي السليم في جميع مواقف المباراة .

وتعد خطط اللعب هي القوة والأساس الذي يدفعنا للتقدم والتطور والارتقاء باللعبه على مر المراحل والأزمنة، والارتقاء العالي في المهارة أو اللعبة حصيلة من التطور في الاداء الخططي للعب والتي تعني في كرة القدم فن التحركات والتتقل في سير المباراة سواء كانت هذه التحركات أو التتقلات ذات هدف دفاعي أو هجومي ، فمباراة كرة القدم بطبيعتها هي فريق يهاجم بخطة معينة وفريق يدافع بخطة أخرى مهما تكن صور الهجوم أو الدفاع مما يستدعي أو يتطلب من لاعبي الفريق استخدامهم لمواطن قوتهم بذكاء ونباهة ووعي سواء في تفكيرهم وتصرفهم أو تحركهم مع وضع مواطن قوة الفريق المنافس وضعفه موضع الاعتبار .

ولعبة كرة القدم فيها ومواقف قرارات فيجب على اللاعب أن يكون أكثر سرعة واتخاذ قرار وسرعة حركة وتتطلب سرعة التصرف مقدرة اللاعب على هضم المعلومات التي تصل إليه عن طريق ملاحظة ومشاهدة المواقف المختلفة أثناء المباراة ، وكلما كان اللاعب قادر على سرعة التصرف وملاحظة المعلومات التي تصل إليه متمكناً من التفكير السريع مستنتجاً ما يجب عمله منفذا التحرك المطلوب في الوقت المناسب تماماً ، كان لذلك كله أثره الفعال في ادائه السليم أثناء المباراة ، وللكفاء الميداني دور في رفع مستوى الاداء من خلال مباراة كرة القدم.

ومن هنا انبثقت الأهمية القصوى للبحث من خلال اعداد تمارينات مهارية متنوعة تساعد في تطوير قدرة اللاعبين أثناء اللعب ، ومن هذه التمارينات هو استخدام (تمارينات مهارية) تقوم على أساس تمارينات مقارنة لأداء اللاعب أثناء اللعب وتكون من خلال تمارينات يشترك بها عدد من اللاعبين وتحوي مواقف خططية ، ويتم تنفيذها أثناء الوحدة التدريبية ، وجاء استخدام هذه التمارينات المهارية في محاولة لتطوير الذكاء الميداني للوصول إلى أحسن المستويات.

ومن خلال الاطلاع على مهارات لاعبي كرة القدم ومستويات تفكيرهم الذهني والخططي تساعد المدربين كثيراً في تحديد مستوى التصرف الخططي للاعبينهم ، وكذلك تفاوتهم في درجة امتلاكهم وتقائهم لهذه القدرات ، وبما أن الذكاء يعتبر جزءاً من القدرات العقلية لذلك فإن اللاعبين يختلفون في درجة الذكاء ، لذا فإن التعرف على مستوى الذكاء الميداني جدير بالاهتمام والدراسة .

وفي ضوء المتابعة للعينة وجمع المعلومات ، ومن خلال متابعة الباحث للدراسات السابقة ، لاحظ قلة الدراسة والاهتمام في تناول تأثير تمارين مهارية لتطوير الذكاء الميداني للاعبين كرة القدم للشباب ، وكذلك لاحظ ان أندية الشباب بكرة القدم لم تحقق مستوى عالٍ في الاداء ، ويعزو الباحث ذلك إلى أسباب عدة أحدها هو قلة استخدام تمارين لتطوير الذكاء الميداني أثناء الوحدة التدريبية ، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه الباحث الباقية المشكلة من خلال إعداد تمارين مهارية وتطبيقها أثناء الوحدات التدريبية كي تسهم في تطوير الحركات الخطئية السليمة للاعبين الشباب بكرة القدم .

ويهدف البحث الى:

- 1-إعداد تمارين مهارية لتطوير الذكاء الميداني للاعبين كرة القدم للشباب .
- 2-التعرف على أثر التمارين المهارية في تطوير الذكاء الميداني للاعبين نادي الخالص الرياضي في محافظة ديالى .

2-إجراءات البحث:

- 2- منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بصميم المجموعات المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-3مجتمع البحث وعينه:

تكون مجتمع البحث من أندية محافظة ديالى للشباب المشاركة في دوري الدرجة الأولى بكرة القدم للموسم (2024- 2025) والبالغ عددها (٨) فرق تكونت من (٢٠٤) لاعباً إذ تشكل نسبة عينة البحث (١٢,٥%) من مجتمع البحث الأصلي بحيث تم اختيار العينة بصورة عمدية وهم لاعبو نادي (الخالص) للشباب والبالغ عددهم (٢٦) لاعباً، وتم استبعاد (٨) لاعبين (٧) لاعبين وحارس مرمى كونهم لم يشاركوا في الاختبارات، ليكون العدد (١٨) لاعباً، وتم تقسيم العينة الى مجموعتين الاولى تجريبية والآخرى ضابطة وكانت كل مجموعة مكونة من (9) لاعبين، وايضا تم تجانس العينة وتكافؤ للمجموعات كما مبين في الجداول ادناه (1 و2).

- تجانس العينة:

من اجل التوصل الى مستوى واحد لعينة البحث ولتجنب المتغيرات التي تؤثر على نتائج البحث من حيث الفروق الفردية قام الباحث بإجراء التجانس لمتغيرات (العمر والوزن والطول)

جدول (١) يبين عينة البحث في بعض القياسات الانثروبومترية والعمر التدريبي

المتغيرات	وحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	18	١٧٣,١٢	172	٩,٨٨٩	١,٠١٢
الوزن	كغم	18	٦٧,٠٨	٦7	٨,٤٠١	0,801
العمر الزمني	سنة	18	٢٢,٢١	21	٣,٥٤٠	٠,٧٩٩
العمر التدريبي	سنة	18	٣,٧١	3	2,201	١,٣٠١

نلاحظ ان قيم معامل الالتواء كانت ما بين (± 3) جميعها، وهذا يدل على تجانس عينة البحث في المتغيرات المشار إليها في الجدول التي هي ضمن المنحنى الاعتدالي.

- تكافؤ المجموعات:

جدول (٢) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحسوبة ومستوى الدلالة لمجموعتي البحث للاختبارات القبلية والضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت المحسوبة	درجة (sig)	الدلالة
		س	$\pm$ ع	س	$\pm$ ع			
مقياس الذكاء الميداني	الدرجة	٩٤,٧٥	١٠,٧٨٢	٩٤,١١	8,02٥	٠,١٠٥	٠,٨٩١	غير دال

درجة الحرية ن - ٢ - ١٦ ومستوى الدلالة $(0,05)$

من خلال جدول (٢) نلاحظ قيمة (ت) المحسوبة جميعها بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة كانت غير دالة احصائياً عند مقارنتها بقيم درجة (sig) التي كانت أكبر من $(0,05)$ ، هي مما يدل على تكافؤها في الاختبارات القبلية وإنهما على خط شروع واحد .

2-3 الوسائل والأدوات المستخدمة لجمع البيانات:

2-3-1 الوسائل المساعدة

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية والمكتبة الافتراضية.
- المقابلات الشخصية.
- استمارة تفريغ البيانات.
- استمارة استبانة.

2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة:

- كومبيوتر (حاسبة الكترونية).
- ميزان طبي.
- شريط متري لقياس الطول.
- ساعة توقيت الكترونية.
- كاميرة فيديو ديجتال.
- ملعب كرة قدم قانوني.
- كرات قدم قانونية عدد (٨).
- صافرة.

2-3-3 أداة البحث:

مقياس الذكاء الميداني:

من خلال الاطلاع على الادبيات والمراجع المتعلقة بموضوع البحث تم اخذ مقياس (الذكاء الميداني للرياضيين) والذي قام بتصميمه (سلمان عكاب سرحان ، ٢٠٠١) المطبق على البيئة العراقية .

2-4 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين المصادف 2024/11/4 على لاعبي من خارج عينة البحث وهم لاعبو نادي (ههب) والمكون من (١٥) لاعباً وذلك للتعرف على مدى ملائمة مقياس الذكاء الميداني لمستوى العينة .

2-5 الأسس العلمية (للمقياس)

صدق وثبات المقياس:

من اجل التحقق من صدق المقياس قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين والمختصين في مجال علم النفس التربوي والقياس والتقويم بهدف تحكيم المقياس وفي ضوء النتائج تمت الموافقة عليها في صورتها النهائية وتمت الموافقة على استخدامه، وايضا تم حساب معامل ارتباط بيرسون لكل من مجالات المقياس حيث بلغت (0.87) وهي داله احصائيا، ومعامل الثبات بلغ (0.89)، وهو معامل ثبات جيد ومقبول لثبات المقياس.

جدول (٣) يبين الأسس العلمية للمقياس

المقياس والاختبار	الصدق الظاهري باتفاق الخبراء	الثبات		الموضوعية		الدلالة
		ع	Sig	ع	Sig	
مقياس الذكاء الميداني	١٠٠%	٠,٨٩٤	٠,٠٠١	-	-	مقبول

درجة الحرية (ن - ٢)

6-2 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث من خلال استبيان لقياس الذكاء الميداني، وذلك للتعرف على نتائج كل اختبار وثبوتها في استمارة تفريغ البيانات والتي جرت في يوم الاحد المصادف 2024/11/10 وذلك على ملعب الخالص.

2-7 التجربة الرئيسية:

تم تطبيق التمرينات المهارية في الوحدات التدريبية في فترة الاعداد الخاص للفريق بحث تم اجراء التمرينات الخاصة أثناء الوحدة التدريبية والتي تحتوي على (١) تمرين من خلال الدخول على القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية للمجموعة التجريبية ، وقد استغرق اداء هذه التمرينات من (٢٠-٢٥) دقيقة ، وكان ذلك في يوم الثلاثاء المصادف 2024/11/12 والانتها في يوم الاربعاء المصادف 2024/12/20 ولمدة (٦) أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد في الايام (السبت ، الاثنين ، الاربعاء) وبواقع (١٨) وحدة تدريبية.

2-8 الاختبارات البعدية:

إن الهدف من إجراء الاختبارات البعدية هو التعرف على مقدار الفروق التي تكونت نتيجة التمرينات وقياسها عن طريق استخدام نفس المقياس الذي استخدم في الاختبارات القبلية ونفس الظروف اجريت الاختبارات في يوم السبت المصادف 2024/12/28 وذلك على ملعب نادي الخالص وثبتت النتائج في استمارة مخصصة من أجل إجراء مقارنة بالنتائج عن طريق الوسائل الاحصائية

2-9 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-3 عرض نتائج مقياس الذكاء الميداني لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها:

1-1-3 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث في مقياس الذكاء الميداني وتحليلها:

جدول (٤) يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات القبلية والبعدية لمقياس الذكاء الميداني

الذكاء		المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
المقياس	وحدة القياس		س	± ع	س	± ع
الذكاء	درجة	التجريبية	93.78	10.883	122.40	2.81
الميداني		الضابطة	95.33	8.155	43.96	11.121

ن=9 للمجموعتين

نلاحظ من الجدول اعلاه ان الوسط الحسابي للتجريبية (93.78) وانحراف معياري (10.883) وفي الاختبار البعدي أصبح الوسط الحسابي (122.40) وانحراف معياري (8.155) وفي المجموعة الضابطة كان الوسط الحسابي (95.33) وانحراف معياري (8.155) وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي (43.96) والانحراف المعياري (11.121) و جدول (5) يبين الاختبارات القبلية والبعدية في نتائج مقياس الذكاء الميداني ، استخدم الباحث اختبار (T-test) للعينات المترابطة لكل مجموعة من مجموعتي البحث وكما مبين بالجدول (5) جدول (5) يبين متوسطات الفروق والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) والدلالة المعنوية للاختبارات القبلية والبعدية لمقياس الذكاء الميداني لمجموعات البحث

المقياس	المجموعة	ف	ف هـ	ت المحسوبة	درجة sig	الدلالة
الذكاء	التجريبية	25,818	9.381	0.810	0,000	دال
الميداني	الضابطة	2.701	13.511	0.601	0.540	غير دال

درجة الحرية = 8 ومستوى الدلالة (0.00)

نلاحظ من الجدول اعلاه ان متوسط الفرق بين الاوساط بين الاختبارين (قبلي - بعدي) للمجموعة التجريبية بلغت (25.818) وانحراف معياري (9.381) وقيمة (ت) المحسوبة (0.810) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8) وهي اصغر من (0.05) مما يدل على وجود فرق ذات دلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

ويتبين ان الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (2.701) وانحراف معياري الفروق (13.511)

وبلغت القيمة المحسوبة لاختبار (T-test) للعينات المترابطة (0.601) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8)، وبلغت قيمة (sig) (0.540) وهي أكبر من (٠,٠٥) مما يعني عدم دلالة الفروق فيما بين الاختبارين القبلي والبعدي.

2-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مقياس الذكاء الميداني وتحليلها:

جدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) ومستوى الدلالة بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في مقياس الذكاء الميداني

الدلالة	درجة sig	ت المحسوبة	ع	س	المجموعة	الذكاء	
						وحدة القياس	المقياس
دال	0,000	٦ ,108	٢,٩١٢	١٢٢,٥٧	التجريبية	الدرجة	الذكاء
			١١,٨١٥	٩٦,٤٥	الضابطة		الميداني

ن = ١٨ درجة الحرية ن - ٢ = ١٦ مستوى الدلالة (٠,٠٥)

ونلاحظ من الجدول ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية البعدي كان (١٢٢,٥٧) والانحراف المعياري (٢,٩١٢) ، أما المجموعة الضابطة فقد كان وسطها الحسابي (٩٦,٤٥) والانحراف المعياري (١١,٨١٥)، وبلغت قيمة (T-test) المحسوبة للعينات المترابطة (٦,١٠٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٦)، وبلغت قيمة (sig) (0,000) وهي أصغر من (٠,٠٥) وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا فيما بين مجموعتي البحث والصالح المجموعة التجريبية .

3-1-3 مناقشة يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) فيما بينهما في لمقياس الذكاء الميداني:

من مراجعة جدولي الدلالة الاحصائية (٥ و ٦) لمقياس الذكاء الميداني فيما بين الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث والاختبارات البعدية فيما بينهما ، يتبين تحسن وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.

وهذا يدل على وجود تطوير في ذكاء اللاعب ، ويعزو الباحث إلى التمرينات المقترحة التي تم تطبيقها على المجموعة التجريبية والتي أدت إلى تطوير قدرات لاعبي كرة القدم في تحديد المكان وتقدير المسافات مما انعكست على تطور القدرات العقلية نتيجة التكرارات والشدد المناسبة التي كانت ملائمة لمستواهم التدريبي، والمواقف المختلفة التي تم وضع اللاعب بها لتنمية الاستجابات المطلوبة وفق الواجب الحركي الموضوع له وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار إليه (محجوب ، ٢٠٠١) وان طبيعة لعبة كرة القدم هي لعبة قرارات وتتطلب من اللاعب مستوى من التفكير والذكاء الخططي لتمكنه من اتخاذ القرارات للتصرف في مواقف اللعب

المتغيرة، فاللاعب الذي يتمتع بقدرات عقلية جيدة يستطيع التصرف ويقوم بالاداء الخططي المناسب والسليم للمواقف التي تواجهه في الملعب. (يوسف لازم ، ١٩٨٨ ، ص ٣)
(إن خطط اللعب بكرة القدم تتطلب العديد من الأساليب والوسائل التي تلزم اللاعب أن يستخدم ذكاه وتفكيره في خطط الدفاع والهجوم وكل تصرفاته داخل الملعب).

4-الاستنتاجات والتوصيات:

1-4الاستنتاجات:

- 1-للتدريبات المهارية لها فاعلية في تطوير الذكاء الميداني للاعبين والتواجد في المكان والزمان المناسبين إذ أظهرت النتائج تحسنا ملموسا في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية.
- 2-لم يحصل تطور للمجموعة الضابطة بشكل مماثل لما حصل للمجموعة التجريبية سواء في اختبار الذكاء الميداني أو مهارة دقة التهديف.

2-4التوصيات:

- 1-استخدام التدرينات المهارية والتي وضعها الباحث لتطوير الذكاء الميداني لدى لاعبي كرة القدم.
- 2-اقتراح تدريبات ومواقف خطية تتطلب ذكاء من لاعب كرة القدم وبما يتلائم وطبيعة لعبة كرة القدم والعمل على تطويرها وإدخال متغيرات جديدة والعمل على التنوع والتغيير المستمر.
- 3-ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشابهة في هذا المجال والعمل على إدخال تدريبات جديدة مع فئات عمرية أصغر وذلك لأهمية هذه التدرينات.

المصادر

- ثائر غباري وخالد أبو شعير، القدرات العقلية بين الذكاء والابداع، ط 1، عمان، ٢٠١٠.
- ذوقان العبيدات وآخرون؛ البحث العلمي ومفهومه، ما أدواته وأساليبه، عمان، شركة المطابع النموذجية، ١٩٨٢.
- رشيد عبد العزيز وخالد ناصر؛ أساليب التعليم في التربية البدنية، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠١٤.
- رمزية الغريب؛ التقويم والقياس النفسي والتربوي، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٧١.
- ريسان خريبط مجيد؛ مناهج البحث في التربية البدنية، الموصل، مطبعة دار الكتب، ١٩٩٨.
- سلمان عكاب سرحان؛ بناء وتقنين مقيس الذكاء الميداني لانتقاء اللاعبين المتقدمين بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، ٢٠٠١.
- عبد الرحمن العيسوي؛ القياس النفسي والتجريبي في علم النفس والتربية، بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٧٤.
- عبد الله محمود أحمد؛ التطبيق الميداني للتمرينات، القاهرة، دار الوفاء للطباعة والنشر، ٢٠١٤.
- علي سلوم جواد الحكيم؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، ٢٠٠٤.
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين؛ اللياقة البدنية ومكوناتها (الأسس النظرية - الإعداد البدني - طرق القياس)، ط ٣، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، ١٩٨٧.
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين؛ اللياقة البدنية ومكوناتها، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٧.
- محمد ابراهيم شحاتة؛ دليل اللياقة البدنية، الاسكندرية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠١٣.
- مصطفى باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الصدق والثبات والموضوعية، ط ١، ٢٠٠٤.
- المليجي حلمي؛ علم النفس المعاصر، ط ٨، لبنان، دار النهضة العربية، بيروت، ٢٠٠٥.
- وجيه محجوب؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي، عمان، دار الأوائل للنشر، ٢٠٠١.
- يوسف لازم كماش؛ برنامج مقترح لتطوير المعرفة الخططية عند لاعبي كرة القدم بأعمار (١٧-١٩) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البصرة، ١٩٨٨.
- Scientific 17- Journal of king Abdulaziz University: KAU Publishing center . المكتبة الافتراضية D01: vol 17 . 2006 .
- Schmidt. Richard and Timothy. D. lee. Motor control and learning. 3rd. ed: (human kinetics. 1999) .