



Sciences Journal Of Physical Education

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

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



## The Effect of Dynamic Complexity Training on Some Complex Attacking Skills of Under-20 Football Players

**Ahmed Hadi Rahim, Prof. Dr. Hasim Abdul Jabbar Saleh, Prof. Dr. Khalil Hamid Mohammed Ali**

Iraq. University of Karbala. College of Physical Education and Sports Sciences

ahmed.hadi@s.uokerbala.edu.iq hasim.jabar@uokerbala.edu.iq

Khalil.hamid@uokerbala.edu.iq

Research Received: 20/1/2026

Research Published: 28/3/2026

### Abstract

This research aims to develop dynamic complexity training and identify its impact on certain complex attacking football skills for young players of Al-Ghadiriya Club. The research demonstrated a positive correlation between the pre-test and post-test results of the control and experimental groups in certain complex football skills, favoring the post-test results. Furthermore, the researchers found a greater correlation between the control and experimental groups in the post-test results, again favoring the experimental group. The researchers employed a two-group experimental design with equivalent pre-test and post-test scores. The research sample was selected purposively, consisting of 30 players, who were randomly divided into two groups. The researchers ensured the equivalence of the research sample across all variables. Under study, and after conducting pre-tests, the research sample was trained using dynamic complexity training (80-90). The training lasted eight weeks for both groups. After the training period, post-tests were administered, and the data were statistically analyzed using SPSS. Through discussion of the results, the researchers reached several conclusions, the most important of which was that dynamic complexity training has a positive role in some complex attacking skills in football among Al-Ghadiriyah Club players. The researchers recommended that football coaches, as well as coaches of other team sports, focus on using dynamic complexity training because it is engaging, similar to real-world play, and has a significant impact on developing the studied variables.

**Keywords:** Dynamic complexity training, complex attacking skills, football

أثر تدريبات التعقيد الديناميكي في بعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين كرة القدم  
تحت 20 سنة

احمد هادي رحيم ، أ.د. حاسم عبد الجبار صالح ، أ.د. خليل حميد محمد علي

العراق. جامعة كربلاء. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[ahmed.hadi@s.uokerbala.edu.iq](mailto:ahmed.hadi@s.uokerbala.edu.iq)

[hasim.jabar@uokerbala.edu.iq](mailto:hasim.jabar@uokerbala.edu.iq)

[Khalil.hamid@uokerbala.edu.iq](mailto:Khalil.hamid@uokerbala.edu.iq)

تاريخ نشر البحث 2026/3/28

تاريخ استلام البحث 2026/1/20

المخلص

يهدف البحث الى اعداد تدريبات التعقيد الديناميكي وكذلك التعرف على تأثير تدريبات التعقيد الديناميكي في بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبين شباب نادي الغاضرية وقد فرض البحث هناك تأثير ايجابي بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في بعض المهارات المركبة بكرة القدم ولصالح الاختبارات البعدي وهناك افضلية في التأثير بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدي ولصالح المجموعة التجريبية استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذات المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية اذ كان عدد افراد عينة البحث (30) لاعبا اذ تم تقسيمها الى مجموعتين بالطريقة العشوائية وقد راعا الباحثون التكافؤ لعينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة وبعد اجراء الاختبارات القبلية تم تطبيق التدريبات على عينة البحث باستخدام تدريبات التعقيد الديناميكي (80-90) واستغرقت التدريبات للمجموعتين 8 اسابيع وبعد انتهاء التدريبات للمجموعتين تم اجراء الاختبارات البعدي ثم معالجة البيانات احصائيا باستخدام نظام SPSS ومن خلال مناقشة ما تم عرضه من نتائج توصل الباحثون للعديد من الاستنتاجات كان من اهمها ان تدريبات التعقيد الديناميكي لها دور ايجابي في وبعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبين نادي الغاضرية وقد اوصى الباحثون ضرورة التركيز على استخدام تدريبات التعقيد الديناميكي من قبل مدربي كرة القدم وكذلك الألعاب الجماعية الأخرى لأنها تدريبات مشوقة ومشابه للعب ولها تأثير بالغ الأهمية في تطوير المتغيرات المبحوثة.

الكلمات المفتاحية: تدريبات التعقيد الديناميكي، المهارات الهجومية المركبة، كرة القدم

## 1-المقدمة:

يهدف البحث الى اعداد تدريبات التعقيد الديناميكي وكذلك التعرف على تأثير تدريبات التعقيد الديناميكي بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبين شباب نادي الغاضرية وقد فرض البحث هناك تأثير ايجابي بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وهناك افضلية في التأثير بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذات المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية اذ كان عدد افراد عينة البحث (30) لاعبا اذ و تم واستغرقت التدريبات للمجموعتين 8 اسابيع وبمعدل 3 وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد ، بعد انتهاء التدريبات للمجموعتين تم اجراء الاختبارات البعدية ثم معالجة البيانات احصائيا باستخدام نظام SPSS ومن خلال مناقشة ما تم عرضه من نتائج توصل الباحثون للعديد من الاستنتاجات كان من اهمها ان تدريبات التعقيد الديناميكي لها دور ايجابي في بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبين شباب نادي الغاضرية وقد اوصى الباحثون ضرورة التركيز على استخدام تدريبات التعقيد الديناميكي من قبل مدربي كرة القدم .

شهد المجال الرياضي تقدماً كبيراً في جميع علوم التربية الرياضية وما يرتبط بها من علوم اخرى والتي تنصهر وتتداخل بعضها ببعض بالوصول باللاعبين الى اعلى المستويات الرياضية من خلال التدريب المبني على الاسس والمبادئ العلمية والتي تعمل على تطوير الصفات البدنية والفنية واكساب الخبرات المتعددة في اطار خطة مدروسة مخططة تهدف الى وصول جميع اللاعبين الى اعلى المستويات من الاداء الرياضي بغرض تحقيق الهدف من التدريب وهو الفوز بالمباريات الامر الذي يتطلب تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقلنه تحتوي على تدريبات تتلاءم مع قدراتهم وامكاناتهم .

تعد كرة القدم من الرياضات الجماعية التي تحظى بشعبية واسعة على مستوى العالم، اذ تجمع بين البساطة والاثارة وتُمارس في جميع انحاء العالم من قبل الاف اللاعبين، تعتمد اللعبة على المنافسة بين فريقين، الهدف الرئيسي من التدريب هو تحقيق الفوز بالمباراة، وذلك من خلال الاستفادة من الاتجاهات الحديثة للعلوم المرتبطة بالتدريب، اذ تتكامل هذه العلوم بشكل متناغم داخل الوحدة التدريبية لتحقيق الاهداف المرجوة.

ان الاهتمام بوصول الفرق لمستوى عالي من الأداء في المنافسات للعبة كرة القدم يتوجب اعداد اللاعبين اعداداً شاملاً في الجوانب البدنية، المهارية، التكتيكية، والنفسية والذهنية وهي من اهم عوامل تقدم المستوى. ولكي نحدد اهداف وواجبات التدريب، يجب تحليل ما تتميز به كرة القدم الحديثة من تطور مستمر في اساليب اللعب وطرق التدريب. هذا التطور يتطلب اعداداً مكثفاً

للاعبين يمكنهم في مواجهة المتغيرات المستمرة في اللعبة، عبر تحسين الاداء للتحمل الخاص فضلاً عن الجانب المهاري والبدني لرفع كفاءة اللاعبين كي يتمكن من تحقيق المستويات العليا. تعد تدريبات التعقيد الديناميكي أحد الاساليب التدريبية الحديثة والتي تتطلب مزيجاً متوازناً من المهارات البدنية والفنية والتكتيكية. في سياق التطور المستمر لهذه اللعبة، ظهرت تدريبات التعقيد الديناميكي كأحدى الوسائل الهادفة لتعزيز الاداء الرياضي، اذ تركز هذه التدريبات على تنمية والمهارات المركبة.

تتطلب هذه التدريبات تكاملاً بين الجوانب البدنية والفنية وغيرها من المتغيرات، والتي تسهم في تعزيز جاهزيتهم للتعامل مع المواقف المتغيرة والمعقدة في المباريات.

ان طبيعة لعبة كرة القدم تتميز بنعدد مواقفها المتغيرة والمتنوعة وتفترض على اللاعبين استخدام اشكال مركزة وكثيرة للمهارات (المهارات المركبة) اذ يعد امتلاك اللاعب للمهارات المنفردة واتقانه لها (تمرير، استلام، دحرجة، تهديف) ليست بأهمية توافر القدرة لديه على ادائها بصورة مركبة ودقيقة لتتناسب مع طبيعة المواقف خلال المباراة.

تتبع اهمية الدراسة من دورها في تقديم فهم عميق لتأثيرات تدريبات التعقيد الديناميكي على المهارات الهجومية المركبة للاعبين شباب نادي الغاضرية في كربلاء المقدسة. يأمل الباحثون من ذلك هو مساعدة المدربين في تحسين اداء اللاعبين كأفراد ورفع مستوى الفريق كمجموعة. كما يعزز هذا البحث من استراتيجيات التدريب التكتيكي، والذي ينعكس إيجابياً على النتائج الرياضية والمنافسة في المستويات العالية.

وان رياضة كرة القدم من الرياضات التي تتطلب مهام خاصة في الاداء وكذلك التطور المستمر فيها يحتاج الى كثير من المواقف الفعلية للأداء التنافسي، ومن خلال الملاحظة والمتابعة وكون الباحثون لاعباً واكاديمياً يرى ان تدريبات كرة القدم في نادي الغاضرية الرياضي تواجه تحديات كبيرة نتيجة عدم تكامل التدريب بين الجوانب البدنية والمهارية والخطوية. يتم تقليدياً تدريب كل جانب بشكل منفصل وقلة في التدريبات الخطوية، مما يؤدي الى نقص في الفاعلية الكلية للأداء الرياضي للاعبين. هذا النهج المنفصل لا يعكس التعقيد الديناميكي الفعلي الذي يواجه اللاعبون خلال المباراة، اذ تتداخل وتتفاعل جمع هذه الجوانب بشكل متكامل ومستمر. يجد الباحثون ان القصور في العملية التدريبية من خلال الربط بين الجوانب البدنية والمهارية والخطوية سيما وان كل متغير من هذه المتغيرات لا يمكن الفصل بينهما بحسب طبيعة وحقيقة العلاقات المتبادلة فيما بينهما مما يؤدي في الغالب الى عدم تحقيق النواتج المرجوة من التدريب اثناء المباريات إذا ما علمنا الى اهمية استخدام التدريبات التي تكون قريبة من شكل المنافسة وان يكون اكتفى منها مبكراً قدر الامكان حتى لا يفاجئ بخطأ بموقف في المنافسة لم يخضع له في التدريب.

يرى الباحثون ان كرة القدم الحديثة تعتمد على التمريرات القصيرة والسريعة والتحرك المنظم طيلة مدة المباراة عبر مراكز اللاعبين المختلفة مكن الباحثون الى اعداد تدريبات بأسلوب التعقيد الديناميكي، والتي تركز على تكامل الجوانب البدنية والمهارية والخططية في وحدة تدريبية واحدة على اداء لاعبي كرة القدم. بهدف تطوير المهارات المركبة مثل الاخمامد من الحركة ثم المناولة والاخمامد من الحركة ثم الدرحة ثم التهديق.

من خلال هذه الدراسة، نسعى الى فهم كيف يمكن لتدريبات التعقيد الديناميكي ان تعزز الاداء الشامل للاعبين وتساعد في تطوير استراتيجيات تدريبية أكثر فعالية وشمولية. فضلاً عن تحديد مدى قدرة هذه التدريبات على توفير تحسينات ملموسة في الاداء الرياضي للاعبي شباب نادي الغاضرية، لرفع مستوى الاداء الفردي والجماعي للفريق وبالتالي محاولة حل هذه المشكلة.

### **ويهدف البحث الى:**

- 1- اعداد تدريبات التعقيد الديناميكي للاعبي شباب نادي الغاضرية.
- 2- التعرف على تأثير تدريبات التعقيد الديناميكي في بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبي شباب نادي الغاضرية.
- 3- التعرف على افضلية التأثير بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في الاختبارات البعدية في بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم للاعبي شباب نادي الغاضرية.

### **2- إجراءات البحث:**

**2-1 منهج البحث:** استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدى لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

### **2-2 مجتمع وعينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتكونت من (22) لاعباً وتم استبعاد لاعبين باذ اصبحت العينة (20) لاعب وتم تقسيمها الى مجموعتين تجريبية وضابطة عن طريق القرعة 10 لكل مجموعة.

### **- تجانس مجموعتي البحث:**

لغرض تجنب العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة وذلك من خلال عمل التجانس للعينة، وحتى يقوم الباحثون بإرجاع الفروق الى المتغير التجريبي من خلال تحقيق التجانس بين افراد عينة البحث باستعمال (قيمة ليفين للوسط الحسابي) بين متوسط الطول والوزن والعمر والعمر التدريبي، وكما مبين في الجدول (1).

## جدول (1)

يبين تجانس افراد عينة البحث في المتغيرات (طول، وزن، عمر زمني، عمر تدريبي)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	س-	ع	درجة الحرية بين المجموعات	درجة الحرية داخل المجموعات	قيمة ليفين للوسط الحسابي	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
1	الطول	سم	ضابطة	163.3000	3.09300	1	18	0.090	0.768	غير معنوي
			تجريبية	164.3000	2.90784					
2	الوزن	كغم	ضابطة	63.7000	3.30151	1	18	0.126	0.727	غير معنوي
			تجريبية	63.7000	3.71782					
3	العمر الزمني	سنة	ضابطة	19.1750	0.81692	1	18	0.772	0.391	غير معنوي
			تجريبية	19.3500	0.67134					
4	العمر التدريبي	سنة	ضابطة	3.2000	3.2000	1	18	0.424	0.523	غير معنوي
			تجريبية	3.4000	3.4000					

يبين الجدول (1) ان قيمة مستوى المعنوية لكل المتغيرات جاءت أكبر من (0.05) مما يؤكد على عدم وجود فروقات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات (الطول، الوزن، العمر الزمني، العمر التدريبي) داخل عينة البحث مما يدل على تجانسها.

## - التكافؤ :

قسم الباحثون عينة البحث الى مجموعتين المجموعة تجريبية والمجموعة ضابطة بالطريقة العشوائية بعد الانتهاء من التجانس لضمان عدم التحيز الى عينة معينة، بعدها قام الباحثون بأجراء اختبار (t) للعينات المستقلة للكشف عن التكافؤ بين المجموعتين قبل البدء بالاختبارات القبلية وتطبيق البرنامج والاختبارات البعدية وذلك لضمان الشروع من خط واحد، والجدول (2) يبين ذلك.

جدول (2) يبين تكافؤ افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	س	ع	T قيمة المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
1	الاحماد من الحركة ثم المناولة	درجة	الضابطة	5.0000	0.40825	0.264	0.795	غير معنوي
			التجريبية	4.9500	0.43780			
2	الاحماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديف	درجة	الضابطة	4.9000	0.45947	0.548	0.591	غير معنوي
			التجريبية	4.8000	0.34960			

من خلال الجدول (2) يتبين لنا اختبار (T) ان قيمة مستوى معنوية الاختبار (Sig) هي أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05) ولجميع المتغيرات المبحوثة، وهذا يعني ان الفروق كانت عشوائية مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المبحوثة (قدرات التحمل الخاص، المهارات الهجومية المركبة، الحيازة) قبل التطبيق للوحدات التدريبية المقترحة.

## 2-3 الوسائل والأجهزة والادوات المستعملة في البحث:

### 2-3-1 الوسائل المستعملة في البحث:

- الملاحظة.
- المقابلة.
- الاستبانة.
- الاختبار والقياس.

### 2-3-2 الأجهزة المستعملة في البحث:

- ساعة توقيت عدد (3) نوع (cronometro PC3830A) صيني.
- جهاز حاسوب نوع (hp) صيني.
- ميزان طبي صيني الصنع.
- هاتف (iphone15 plus) صيني.

### 2-3-3 الأدوات المستعملة في البحث:

- كرات قدم عدد (20) نوع panther
- صافرة تحكيم نوع (fox) عدد(3)
- شواخص بلاستيكية (اقماع) عدد (25)
- اهداف صغيرة قياس (1\*1) عدد (4)
- قمصان تدريب عدد (20)

## 2-4 توصيف اختبارات المهارات المركبة بكرة القدم:

### إخماد بالصدر - دحرجه مستقيمه - تهديف

اسم الاختبار: الإخماد والدرجة والتهديف.

الهدف من الاختبار: قياس مهارة الإخماد ومهارة الدرجة ودقة التهديف.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم قانونية، لاعب قاذف كرات، صافرة، بورك، مرمى بقياسات قانونية، حبال تقسم المرمى لقياس دقة التهديف، كادر مساعد يتألف من مسجل عدد (3) ومؤقت (1).

إجراءات تنفيذ الاختبار: تحدد منطقة اختبار الإخماد بثلاثة دوائر متداخلة يكون قطر الدائرة الصغيرة (1) م وقطر الدائرة الوسطى (1.5) م وقطر ا دائرة الكبيرة (2) م وعلى بُعد (1) م تحدد منطقة اختبار الدرجة بمسافة (25) م بخطي بداية ونهاية، وعلى خط منطقة الجزاء تحدد منطقة اختبار دقة التهديف، اذ يتم وضع جدار مقسم إلى ثلاث مناطق على جهتي المرمى، تكون كل منطقة بقياس (122 سم عرضاً و81 سم طولاً). وكما موضّح في الشكل (1).

**وصف الأداء :** عند سماع الصافرة يقوم المختبر بالانطلاق نحو منطقة اختبار مهارة الإخماد ويتم إطلاق الكرة من جهاز قاذف الكرات باتجاه منطقة الإخماد (يكون مسار الكرة مقوس) اذ يقوم المختبر بإخماد الكرة بصدده ثم القيام بالدرجة المستقيمة لمسافة (25)م وعند الوصول إلى خط نهاية منطقة اختبار الدرجة يقوم بتسديد الكرة باتجاه المرمى من خارج منطقة الجزاء ونحو المنطقة المطلوبة.

#### شروط الأداء :

- 1- يجب أن يكون الإخماد بالصدر ومن لمسة واحدة فقط.
- 2- يجب على المختبر تطبيق الأداء الصحيح لمهارة الدرجة ومراعاة عدم خروج الكرة عن سيطرته لأكثر من مسافة (1) م وبأسرع وقت ممكن.
- 3- يجب على المختبر التهديف باتجاه المنطقة المحددة وبالتسلسل المطلوب.
- 4- يجب على المختبر أداء الاختبار ككل وبأسرع وقت ممكن.
- 5- من وجهة النظر بعد الشروط يوضع شكل الاختبار ثم بعدها طريقة التشكيل.

#### طريقة التسجيل:

- يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات.
- يتم احتساب (3) درجات في حال إخماد اللاعب للكرة ضمن الدائرة الصغيرة.
- يتم احتساب (2) درجتان في حال إخماد اللاعب للكرة ضمن الدائرة الوسطى.
- يتم احتساب (1) درجة واحدة في حال إخماد اللاعب للكرة ضمن الدائرة الكبيرة.
- يتم احتساب درجة (صفر) في حال إخماد اللاعب للكرة خارج الدوائر الثلاثة.
- يتم احتساب درجة الدرجة من ناحية الزمن من خلال تطبيق (المعادلة) أو الجدول التالي:

الدرجة	الزمن بالثانية	
3	6.6	أقل من 0
2.5	7.1	أقل من 6.6
2	7.6	أقل من 7.1
1.5	8.1	أقل من 7.6
1	8.6	أقل من 8.1
0.5	9.1	أقل من 8.6
0	فأكثر 9.1	

- يتم احتساب درجة الدرجة من ناحية اللمسات من خلال تطبيق (المعادلة) أو الجدول التالي:

15	14	13	12	11	10	عدد اللمسات
3	5.2	2	5.1	1	5.0	الدرجة

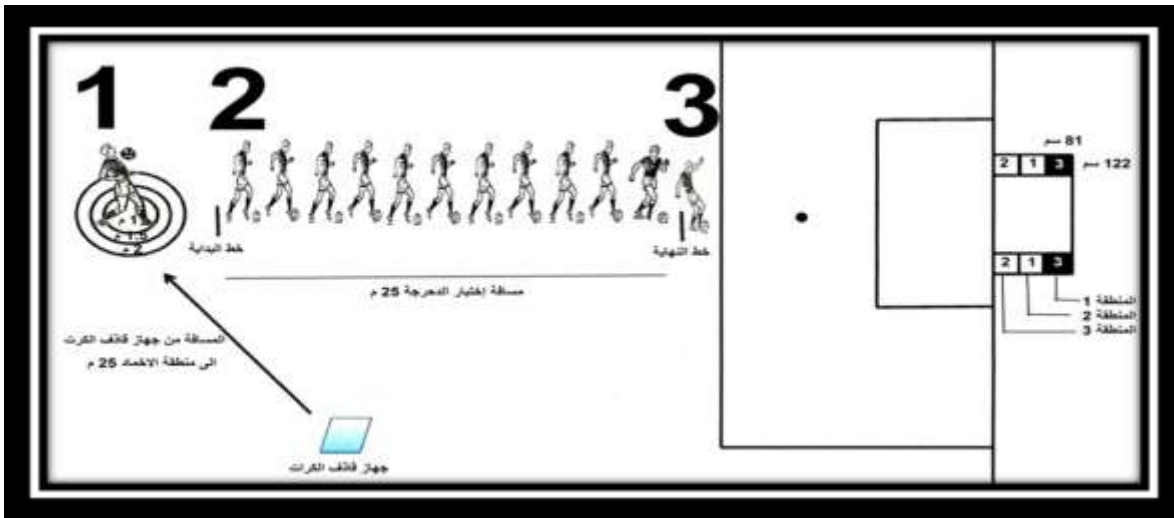
- يتم استخراج الدرجة النهائية للدرجة من خلال جمع درجات المحاولات وتقسيمها على ثلاثة.  
- يتم احتساب (3) درجات في حال التهديف بالمنطقة المطلوبة رقم (1) في الزاوية العليا للمرمى.

- يتم احتساب (1) درجة في حال التهديف بالمنطقة رقم (2) في منتصف المنطقة المجاورة للقائم.

- يتم احتساب (2) درجتان في حال التهديف بالمنطقة المطلوبة رقم (3) في الزاوية السفلى للمرمى

- يتم احتساب درجة (صفر) في حال تسديد اللاعب للكرة خارج المنطقة المطلوبة.

- تستخرج الدرجة الكلية للمختبر من خلال جمع درجات المهارات الثلاثة



شكل (1) يوضح اختبار الإخماد بالصدر والدرجة المستقيمة والتهديف

### إخماد بالقدم - درجة بين الشواخص - مناولة قصيرة

اسم الاختبار: الإخماد والدرجة والمناولة.

الهدف من الاختبار: قياس مهارة الإخماد ومهارة الدرجة ودقة المناولة.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم قانونية، لاعب قاذف كرات، شواخص، صافرة، بورك، جدار صغير خاص لقياس دقة المناولة عدد (3)، كادر مساعد يتألف من مسجل عدد (3) ومؤقت عدد (1).

إجراءات تنفيذ الاختبار: تحدد منطقة اختبار الإخماد بثلاثة دوائر متداخلة يكون قطر الدائرة الصغيرة (1)م وقطر الدائرة الوسطى (1.5) م وقطر الدائرة الكبيرة (2) م وعلى بُعد (1) م تحدد

منطقة اختبار الدرجة بمسافة (20) م بخطي بداية ونهاية ، ويرسم خطين جانبيين على طول المسافة وتكون المسافة بينهما (2) م ، وتوضع الشواخص على طول المنطقة اذ تكون المسافة بين شاخص وآخر (1) م ، وعلى بُعد (5) م يوضع الجدار رقم (1) وعلى بُعد (7) م يوضع الجدار رقم (2) وعلى بُعد (9) م يوضع الجدار رقم (3) لقياس دقة المناولة ، يكون الجدار الخاص لقياس دقة المناولة بقياسات (50 سم طولاً و 40 سم عرضاً) ، وكما موضّح في الشكل (3) .

**وصف الأداء:** عند سماع الصافرة يقوم المختبر بالانطلاق نحو منطقة اختبار مهارة الإخماد ويتم إطلاق الكرة من جهاز قاذف الكرات باتجاه منطقة الإخماد (يكون مسار الكرة مقوّس) اذ يقوم المختبر بإخماد الكرة بالقدم ثم القيام بالدرجة بين الشواخص لمسافة (20) م وعند الوصول إلى خط نهاية منطقة اختبار الدرجة يقوم بمناولة الكرة باتجاه الجدار المطلوب.

#### شروط الأداء:

- 1- يجب أن يكون الإخماد بالقدم ومن لمسة واحدة فقط.
- 2- يجب على المختبر القيام بالدرجة ما بين جميع الشواخص الموضوعة على طول منطقة اختبار الدرجة.
- 3- يجب على المختبر عدم الخروج بالكرة عن الخطين الجانبيين الموضوعين على طول منطقة اختبار الدرجة.
- 4- يجب على المختبر القيام بمناولة الكرة باتجاه المنطقة المحددة وبالتسلسل المطلوب.
- 5- يجب على المختبر أداء الاختبار ككل وبأسرع وقت ممكن.

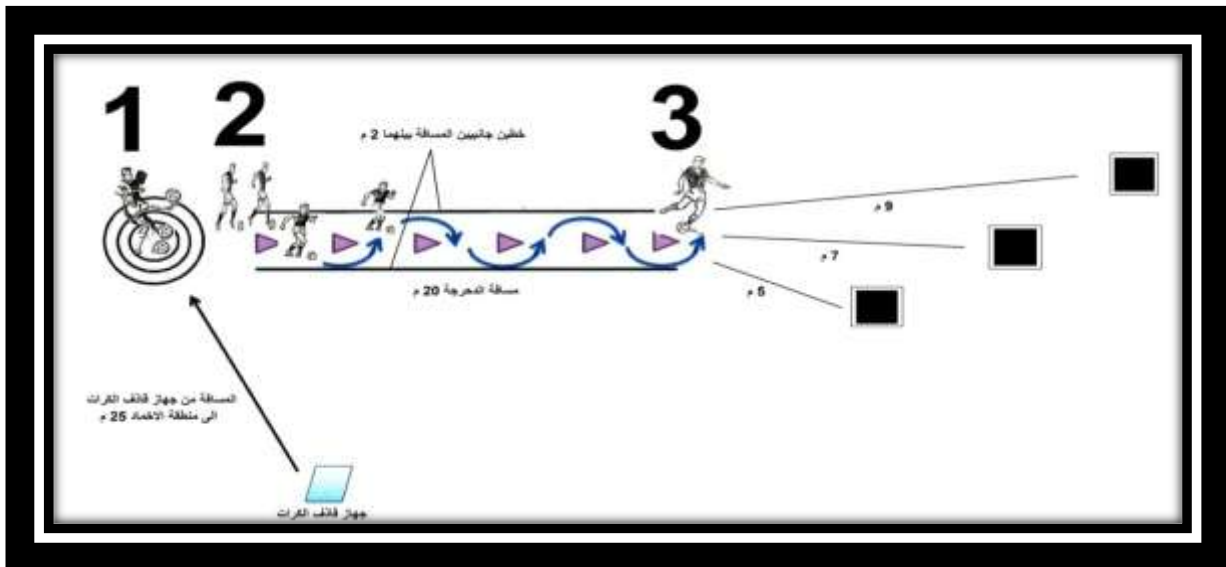
#### طريقة التسجيل:

- يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات.
- تم احتساب (3) درجات في حال إخماد اللاعب للكرة في الدائرة الصغيرة.
- يتم احتساب (2) درجتان في حال إخماد اللاعب للكرة في الدائرة الوسطى.
- يتم احتساب (1) درجة واحدة في حال إخماد اللاعب للكرة في الدائرة الكبيرة.
- يتم احتساب درجة (صفر) في حال إخماد اللاعب للكرة خارج الدوائر الثلاثة.
- يتم استخراج درجة مهارة الدرجة من خلال تطبيق الجدول التالي:

الدرجة	الزمن بالثانية		
5	8.1	أقل من	0
4.5	8.6	أقل من	8.1
4	9.1	أقل من	8.6
3.5	9.6	أقل من	9.1
3	10.1	أقل من	9.6
2.5	10.6	أقل من	10.1
2	11.1	أقل من	10.6
1.5	11.6	أقل من	11.1
1	12.1	أقل من	11.6
0.5	12.6	أقل من	12.1
0	فأكثر		12.6

- يتم خصم نصف درجة في كل مرة يجتاز فيها المختبر أحد الخطين الجانبيين.  
 - يتم استخراج الدرجة النهائية لمهارة الدحرجة بين الشواخص من خلال جمع درجات المحاولات وتقسيمها على ثلاثة.

- يتم احتساب (1) درجة واحدة في حال مناولة الكرة وإصابتها للجدار رقم (1).
- يتم احتساب (2) درجتان في حال مناولة الكرة وإصابتها للجدار رقم (2).
- يتم احتساب (3) درجات في حال مناولة الكرة وإصابتها للجدار رقم (3).
- يتم احتساب درجة (صفر) في حال مناولة اللاعب للكرة خارج المنطقة المطلوبة.
- تستخرج الدرجة الكلية للمختبر من خلال جمع درجات المهارات الثلاثة.



شكل (2) يوضح اختبار الإخماد بالقدم والدحرجة بين الشواخص والمناولة القصيرة

## 2-5 اختبار نسبة الحيازة:

قام الباحثون بقياس نسبة الحيازة من خلال إجراء بطولة مصغرة مكونة من أربع فرق (المجموعة الضابطة، المجموعة التجريبية) أي كل فريق يلعب (3 مباريات)، موزعة على ثلاث أيام، بمعدل مباراة في كل يوم، وتم تصوير المباريات ونسخها على قرص ليزري، وقام الباحثون بحساب نسبة الحيازة على الكرة لمعرفة زمن الحيازة على الكرة ويقوم الباحثون بقياس متغير الحيازة على الكرة عن طريق المباراة التي خاضتها عينة البحث عن طريق توقيت عملية الاستحواذ على الكرة.

## 2-6 التجربة الاستطلاعية الاولى:

أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم الخميس الموافق (2025/5/1) وعلى عينة من اللاعبين المستبعدين من عينة البحث والبالغ عددهم (10) لاعبين وعلى ملعب الأنصار، لاختبارات (والمهارات المركبة) والهدف منها التعرف على المعوقات التي سوف ترافق اجراءات البحث لكي يتم تجاوزها او تفاديها ولضمان الحصول على نتائج دقيقة وصادقة والتي تغني الباحثون ببعض الملاحظات منها.

## 2-7 الاختبارات القبلية:

أجرى الباحثون الاختبارات القبلية لعينة البحث الرئيسية للمهارات المركبة (اخمد بالصدر ودرجة مستقيمة والتهديف، اخمد بالقدم والدرجة بين الشواخص ومناولة قصيرة يوم الاربعاء الموافق (2025/5/7).

## 2-8 التجربة الرئيسية:

قام الباحثون بأعداد تدريبات خاصة بموضوع البحث (التعقيد الديناميكي) وذلك لتحقيق الأهداف المحددة سلفاً والتي تهدف الى تطوير المتغير المبحوث المهارات المركبة. وبعد الانتهاء من الاختبارات القبلية قام الباحثون بإدخال هذه التدريبات ضمن التجربة الرئيسية وبعد الانتهاء من التنفيذ للوحدات المحددة قام بأجراء الاختبارات البعدية.

## 2-9 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية المهارات الهجومية المركبة في يوم الاربعاء (2025/7/9)، وذلك من اجل الابتعاد عن المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج الاختبارات.

2-10 الوسائل الإحصائية: قام الباحثون باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) الإصدار (24) لمعالجة البيانات احصائيا وهي كالآتي:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار LEVEN TEST
- معامل الارتباط بيرسون.
- اختبار T TEST للعينات المستقلة.
- اختبار T TEST للعينات المتناظرة.
- اختبار كا<sup>2</sup>.

## 3-1 عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

تم وضع النتائج التي توصل اليها الباحثون على شكل جداول لما تمثله من سهولة واستخلاص النتائج العلمية بعد معالجتها احصائيا لغرض الوصول الى اهداف البحث والتحقق من الفروض التي توصل اليها الباحثون من خلال اجراء الاختبارات القبليّة وتطبيق تدريبات التعقيد الديناميكي المعدة من قبل الباحثون واجراء الاختبارات البعدية للعينة.

جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار	س-	ع	ف-	ع ف	T قيمة المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
4	الاحماد من الحركة ثم المناولة	درجة	قبلي	9.4950	1.24784	0.34800	0.10432	3.336	0.009	معنوي
			بعدي	9.1470	1.00904					
5	الاحماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديد	درجة	قبلي	10.2120	0.79608	0.42500	0.14999	2.767	0.022	معنوي
			بعدي	9.7970	0.46669					

يبين الجدول (3) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغير المهارات الهجومية المركبة التي خضع لها افراد المجموعة الضابطة اذ اظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي والذي ظهر واضح عند استخدام اختبار t ، من خلال مقارنتها مع مستوى الدلالة اذا كانت النتائج اعلى من 0.05 فان قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمتغير الاحماد من الحركة ثم الدرجة بين الشواخص والمناولة والاحماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديد اعلى من القبليّة وهذا شيء طبيعي كون هذه الاختبارات نتائجها تعتمد على الزيادة في العدات او الدرجات

## 3-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وقيمة t المحسوبة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار	س-	ع	ف-	ع ف	T قيمة المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
1	الاخماد من الحركة ثم الدرجة بين الشواخص ثم المناولة	درجة	قبلي	4.9500	0.43780	- 2.10000	0.24495	-8.573	0.000	معنوي
			بعدي	7.0500	0.55025					
2	الاخماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديد	درجة	قبلي	4.8000	0.34960	-0.85000	0.10672	-7.965	0.000	معنوي
			بعدي	5.6500	0.24152					

ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

يبين الجدول (4) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغير (المهارات الهجومية المركبة) التي خضع لها افراد المجموعة التجريبية اذ اظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي والذي ظهر واضح عند استخدام اختبار t، اذ ان قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمتغير الاخماد من الحركة ثم الدرجة بين الشواخص والمناولة والاخماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديد اعلى من القبليّة وهذا شيء طبيعي كون هذه الاختبارات نتائجها تعتمد على الزيادة في العادات او الدرجات.

### 3-3 مناقشة نتائج القبلية البعدية لمجموعتي البحث:

من خلال عرض وتحليل النتائج في جدول (3) لمتغير للمهارات الهجومية المركبة اذ حصل اختلاف في النتائج بين الاختبارين يعزو الباحثون ذلك والمستمر لتلك التمارين تطور اللاعبين مما كيف اللاعب لهذا الغرض وتقديم الفرصة لصقل الى الاستمرار في التطبيق للبرنامج التدريبي المستخدم من قبل المدرب اذ يشير الى ذلك (يعرب خيون 2010) (ان التنفيذ الصحيح مواهبهم وكلما كان هناك تكرارات كثيرة على مهارة معينة فان ذلك سيزيد من فرص اتخاذ القرارات الصحيحة).

من خلال عرض وتحليل الجدول (4) هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية من خلال قيمة (t) وهذا يدل على ان جميع المتغيرات من (المهارات الهجومية المركبة) قد حدث فيها تطور لصالح الاختبار البعدي ، يعزو الباحثون وجود هذه الفروق المعنوية في الاختبار البعدي لأفراد المجموعة التجريبية الى ما تم استخدامه من تدريبات حديثة مكنت افراد المجموعة التجريبية بالارتقاء بمستوى تلك المتغيرات ، اذ استخدم الباحثون تدريبات التعقيد الديناميكي التي تعتمد على دمج التدريبات البدنية والمهارية والخطئية خلال الوحدة التدريبية الواحدة بطريقة علمية ومقننة اذ اعطت مردودا إيجابيا من حيث الاداء بقوة وثقة عالية والعمل تحت ظروف الضغط المختلفة وان يكونوا على معرفة تامة بما يدور حولهم اي ان هذه التدريبات كانت قريبة من جو المنافسة ، فضلا عن ذلك ان الاستمرار التخطيط الجيد وحداثة التمرينات المستخدمة في البرنامج التدريبي وهذا ما اكد عليه (احمد عطية فتحي 2017) (ان التخطيط الجيد للتدريب بكرة القدم وتطبيق القواعد الصحيحة والمعلومات الحديثة في نظريات التدريب ، وتحديد كم وحجم ووسائل وطرق التدريب وكيفية تشكيل وتقنين الاحمال التدريبية وذلك للوصول باللاعبين للمستويات الرياضية العالية من خلال اعدادهم اعدادا شاملا من جميع الجوانب البدنية والمهارية والخطئية).

ويعزو الباحثون سبب التطور في متغير المهارات الهجومية المركبة يعود الى تدريبات التعقيد الديناميكي المستخدمة في الوحدة التدريبية على المجموعة التجريبية والتي استخدم فيها الدمج بين المهارات الأساسية بكرة القدم على شكل مهارات مركبة تؤدي بشكل سريع ومشابه لظروف اللعب ومنها الاخمداد من الحركة والمناولة والاختمداد والتهديف والدرجة بالكرة اذ يرى (مفتي إبراهيم حماد 2012) (بأن يقوم مدربو الفرق بإدخال التدريب على المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم بالبرنامج التدريبي الخاص بهم ، لأن التدريب على المهارات الهجومية المركبة يسمح بتكوين برامج ذهنية حركية بالجهاز العصبي للاعب بما يحقق مقدرته على استدعاء واحدا منها او اكثر اثناء تعرضه لموقف معين في المباريات يتطلب تنفيذ سلسله من المهارات تنفذ بشكل متسلسل ، وبالتالي تنفيذه

بدرجة اتقان اعلى ، وكذلك التدريب على المهارات الهجومية المركبة يؤدي الى مقدرة اللاعب على الابداع). واكدها (حسن السيد أبو عبده 2013) (ان التدريبات بدمج الجانب البدني والخططي والمهاري على مواقف اللعب المختلفة لتطوير المهارات الهجومية المركبة لكونها تستخدم لتثبيت دقة الأداء المهاري للاعب، ولاستعمالها بشكل صحيح إذا ما تعرض لموقف اثناء المباراة أيضا). كون لعبة كرة القدم تمتاز بكثرة تغير مواقف اللعب وكون التدريب مناسب للفئة ومشابه للمباريات لذا حدث تطور في المهارات الهجومية المركبة بشكل معنوي وهذا ما نعمل عليه في التدريبات. تم استخدام تمارين المهارات الهجومية المركبة بشكل يحاكي مواقف اللعب الحقيقية، حيث طبقت بصورة متكاملة مع الجانب البدني والمهاري والخططي، الى جانب تنمية التحمل الخاص المتمثل بتحمل القوة وتحمل السرعة وتحمل الابداء. وقد اسهم هذا التكامل في تطور مستوى الابداء الكلي، نتيجة التفاعل المنظم بين مختلف مكونات الاعداد، مما ادى الى تحسين كفاءة اللاعب وقدرته على الابداء الفعال تحت ظروف مشابهة للمنافسة وهذا ما اكده (امر الله البساطي ومحمد كشك 2000) (ان المهارات الهجومية المركبة تمثل اكثر من 70% من الابداء المهاري للاعب كرة القدم خلال المباراة ويجب التدرب عليها بشكل يحاكي ظروف المباراة لكي يتم ادائها بنجاح اثناء اللعب تحت اي ظرف من الظروف) ايضا يذكر (شادي هشام 2015) "هي عدد من المهارات والاداءات الحركية والتي يتم دمجها بتوافق تام واقتصاد في الجهد بحيث تجعل ادائها داخل اطار جملة حركية مركبة تتسم بسرعة ودقة والتحمل في اداء هذه المهارات بكرة القدم" ويرى (فادي فريد ابو سلطان 2016) "عبارة عن مهارات مندمجة كمنظومة حركية وكأنها سلسلة واحده من الحركات في زمن معين وتتسم بالألية والدقة والسرعة في الابداء بغرض تحقيق نتيجة ما في لعبة كرة القدم".

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار	س-	ع	T قيمة المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
4	الاخماد من الحركة ثم المناوله	درجة	ضابطة	5.8100	0.60083	4.813 -	0.000	معنوي
			تجريبية	7.0500	0.55025			
5	الاخماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديف	درجة	ضابطة	5.2000	0.25820	4.025-	0.001	معنوي
			تجريبية	5.6500	0.24152			

ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

يبين الجدول (5) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات البعدية لمتغير المهارات الهجومية المركبة التي خضع لها افراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية اذ اظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية بين الاختبار البعدي والذي ظهر واضح عند استخدام اختبار t للعينات المستقلة ، اذ ان قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة لمتغير الاخماد من الحركة ثم الدرجة بين الشواخص والمناوله والاخماد من الحركة ثم الدرجة ثم التهديف اقل من الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية وهذا شيء طبيعي كون هذه الاختبارات نتائجها تعتمد على الزيادة في العادات او الدرجات.

### 3-4 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية:

من خلال عرض وتحليل الجدول (5) هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية من خلال قيمة T وهذا يدل على ان جميع المتغيرات من (المهارات الهجومية المركبة) قد حدث فيها تطور لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي اعلى بالقياس من المجموعة يعزو الباحثون ذلك الى التدريبات التي اعدتها الباحثون والتي تركز على دمج الجوانب البدنية والمهارية والخططية بوحدة تدريبية واحدة من خلال استخدام تدريبات التعقيد الديناميكي والتي طبقت على المجموعة التجريبية مما أدى الى رفع المستوى البدني والمهاري والخططي وكذلك رفع نسبة الحيازة على الكرة من خلال استخدام التدريب المتكامل والشامل والمناسب لمستوى اللاعبين وكذلك ادخال عامل المتعة والسرور في الوحدات التدريبية وكذلك استخدام الالعاب الصغيرة التي تبث روح المنافسة بين اللاعبين والتي تكون مشابه للمباراة وأشار الى هذا(امين صبحي هلال 2017) يجب ان يراعى عند التخطيط للبرامج الاعداد المتكامل للشباب لكل من الجوانب البدنية والمهارية والخططية ، وان يتناسب مع الإمكانيات والأدوات وكذلك يجب ان تتصف وحدة التدريب بالشمولية وان تضي عليها طابع البهجة والسرور والمتعة ويجب ان يزيد حجم الألعاب الصغيرة في محتوى البرنامج).

اما بخصوص المهارات الهجومية المركبة يتبين من الجدول (5) وجود فروق معنوية وبدلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم، ويعزو الباحثون سبب ذلك الى أهمية تدريبات التعقيد الديناميكي المعدة من اجل تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم ، اذ تم الربط بين تدريبات المهارات الهجومية المركبة وتدريب القدرات البدنية والخططية خلال الوحدة التدريبية وكانت جميع التدريبات بالكرة فان اكساب اللاعب القدرات البدنية الخاصة تساعد اللاعب على الربط بين المهارات الأساسية بشكل مهارات مركبة وظهور هذه المهارات بشكل قوي والسريع والمتوازن والانسيابي والدقيق للأداء وهذا ما أشار اليه (جميل قاسم واحمد خميس 2011) (بان تطوير القدرات البدنية يجب ان تتناسب التمارين الخاصة مع متطلبات المباراة من حيث تركيبها ومسارها ومقدار القوة ولحظات استخدامها وكذلك يفضل استخدام التمارين التي لا تتطلب التغلب على مقاومات كبيرة وانما مقاومة الجسم الرياضي لنفسه او بعض المقاومات الخفيفة) وأضاف مفتي إبراهيم حماد (2012) (ان أهمية دمج الاعداد في التدريب مع المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم الذي بدوره يؤدي الى وصول اللاعب الى مستوى عالٍ من تنفيذ المهارات الهجومية المركبة واستخدامها في المواقف التي يتواجد بها اللاعب اثناء المباراة، والى زيادة مقدرة اللاعب على الابداع لينتج أداء يتناسب مع الموقف الذي يتعرض له اللاعب اثناء

اللعب أيضا، وبالتالي يصبح الأداء اكثر فاعلية وبالنتيجة الفوز بالمباراة) واكد هذا(حسين علي العلي وعامر فاخر شغاتي 2010) (ان لاعب كرة القدم بحاجة الى مستوى عالي من الاعداد البدني والمهارات العالية او الفائقة او المتميزة حتى يتمكن من تلبية متطلبات المباراة وتسمح له باستعمال المهارات الفنية طوال المباراة بدون أخطاء واعطائه دافعية للأداء).

كما ان استعمال اللاعب لأكثر من مهارة على شكل متتالي يساعد بالتغلب على المنافس بطريقة اسهل، ان ما يميز تدريبات التعقيد الديناميكي هو عملية الربط ولأكثر من مهارة مع بعض القدرات البدنية وخطط اللعب المختلفة وذلك لجعل التدريبات مشابهه للاداء في المباراة واكد هذا (علي جاسم شلاكة 2015)(ان استخدام التمرينات المعدة ادى الى تطور مستوى اللاعب البدني والمهاري والخططي وبالنتيجة تطوير المهارات المركبة لدى لاعبي كرة القدم) وكذلك يرى (اسماعيل قاسم 2013) (ان استخدام تمارين بدنية مرتبطة بالاداء المهاري ادى الى تطوير المهارات المركبة لدى لاعبي كرة القدم).

وينكر(عادل تركي وسلام جبار 2012)(ان المكونين (المهاري والخططي) يشكلان ركنان اساسيان في اداء لعبة كرة القدم اضافة الى ركن القدرات البدنية ولغرض تدريب على اداء المهارات الهجومية المركبة والاعداد الخططي ولتنوع هذه المهارات والخطط وكثرتها وامكانية الابداع فيها مع تغير مواقف اللعب يتطلب ان يكون التدريب عليها منذ الصغر وبشكل علمي سليم لان البناء الاولي يساعد على رسم المسار الحركي للمهارات المركبة ومع استمرارية التدريب تصل الى مرحلة الثبات وعندما يكون هذا المسار صحيحا فان عملية تطويره تكون اسهل لدى المتدرب)

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1الاستنتاجات:

- 1-ان تدريبات التعقيد الديناميكي لها دور ايجابي في بعض المهارات الهجومية المركب بكرة القدم للاعبي نادي الغاضرية.
- 2-حققت مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) تطوراً في متغيرات (بعض المهارات الهجومية المركبة) ولكن بنسب متفاوتة.
- 3-تفوقت المجموعة التجريبية والتي تدربت وفق تدريبات التعقيد الديناميكي على المجموعة الضابطة.

##### 4-2التوصيات:

- 1-ضرورة التركيز على استخدام تدريبات التعقيد الديناميكي من قبل مدربي كرة القدم وكذلك الألعاب الجماعية الأخرى لأنها تدريبات مشوقة ومشابه وظروف المباريات ولها تأثير بالغ الأهمية في تطوير المتغيرات المبحوثة.
- 2-التأكيد على استخدام هذه التدريبات خلال فترات الاعداد المختلفة (الاعداد الخاص، شبة منافسات، منافسات).
- 3-استخدام هذه التدريبات على فئات عمرية مختلفة في دراسة لاحقة.

## المصادر

- احمد عطية فتحي: اساسيات تدريب كرة القدم، مصر، القاهرة، 2017.
- احمد عطية فتحي: احداث التدريبات التطبيقية على المهارات الأساسية في كرة القدم، مصر، الزمالك، 2014.
- اسماعيل قاسم جميل: تأثير تمرينات خاصة باستخدام اجهزة وادوات لتطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة والتهديف للاعبين كرة القدم للصالات، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كمية التربية الرياضية، 2013.
- امر الله البساطي ومحمد كشك: أسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم (ناشئين - كبار)، دار المعارف، الإسكندرية، 2000.
- أمر الله البساطي: التدريب والاعداد البدني والوظيفي في كرة القدم، الاسكندرية منشأة المعارف للنشر، 2016.
- جميل قاسم البديري واحمد خميس السوداني: الموسوعة العالمية، لبنان، بيروت، مؤسسة الصفاء للمطبوعات، 2011.
- حسن السيد ابو عبدة: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، الاسكندرية، ماهي للطباعة والنشر 2013.
- حسين علي العلي وعامر فاخر شغاتي: استراتيجيات طرائق وأساليب التدريب الرياضي، العراق، بغداد، مكتب النور، 2010.
- خالد تميم الحاج: اساليب التدريب الرياضي، ط1، عمان، الاردن، الجنادرية للنشر والطباعة، 2017.
- شادي هشام: تأثير التدريب بأسلوب المقتربات الخططية الهجومية على إنجاز بعض الاداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية، 2015.
- صالح عبد العزيز الربيع: تطوير الفئات السنية في كرة القدم - بين التعلم الضمني والتعقيد، ط1، الرياض، 2020.
- صلاح صالح معمار: التدريب الاسس والمبادئ، ط1، عمان، الاردن، دبيونو للطباعة والنشر، 2010.
- عادل تركي حسن وسلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، العراق، دار النخلة للنشر والتوزيع، 2012.

- 
- عامر فاخر شغاتي: علم التدريب الرياضي نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2014.
- علي جاسم شلاكة: تأثير تمارين خاصة باستخدام وسائل تدريبية في تطوير سرعة الاستجابة والسرعة الحركية لبعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب. بكرة القدم، رسالة ماجستير، من جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2015.
- فادي فريد ابو سلطان: التدريب الرياضي، مصر، دار القاهرة للنشر والطباعة، 2016.
- مصطفى نايف عودة: تأثير تمارين بجهاز (vertimax) في تطوير عدد من القابليات البيوحركية والمهارات المركبة للناشئين بكرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة المثنى، 2022.
- مفتي ابراهيم حمادة: جمل المهارات الفردية في كرة القدم (تدريب وتطوير)، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2012.
- موفق أسعد محمود الهيتي: اساليب التدريب الرياضي، العراق، الانبار، دار دجلة للطباعة والنشر، 2011.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدء والتطبيق، ط2، العراق، بغداد، الكلمة الطيبة، 2010
- Anita L. DeFrantz: FOUNDATION SOCCER COACHING: Los Angeles, CA, P USA ,2008.