

تأثير استخدام منهاج الوحدات الصباحية بنماذج قتالية بشرية لتطوير بعض انواع حركات اللكم والركل لرجال النخبة في العمليات الخاصة
 بحث مقدم من قبل
 م.م. رياض عبد الحسين أبو جري

Riad.Abd1104b@Cope.ubaghdad.edu.iq

الكلمات المفتاحية : منهاج ، الوحدات الصباحية ، انواع حركات اللكم ، العمليات الخاصة
 هدفت الدراسة إلى :-

اعداد تمرينات بالوحدات الصباحية بنماذج بشرية قتالية لتطوير بعض انواع اللكم والركل لرجال النخبة في العمليات الخاصة ، والتعرف على تأثير تمرينات بالوحدات الصباحية بنماذج بشرية قتالية لتطوير بعض انواع اللكم والركل لرجال النخبة في العمليات الخاصة ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي في دراسته وتكونت عينة البحث من مقاتلي الدورة (٥٨) للقوات الخاصة العراقية والبالغ عددهم الكلي (٨٥٠) مقاتل وتم اختيار (٦٠) مقاتل قسموا إلى مجموعتين ضابطة وتدريبية وتم إجراء الإختبارات القبليّة في الساعة (٩) صباحاً وتمت التجربة في الميدان العسكري الخاص بالدورة وكذلك تم إجراء الوحدات التدريبية بواقع وحدة في اليوم صباحية ولمدة شهر وبواقع (٣٠) وحدة تدريبية وتم إجراء الإختبارات البعديّة وتم إستخراج الإحصائيات بواسطة الحقيبة الإحصائية (spss)، وفي الباب الرابع تم عرض وتحليل ومناقشة النتائج لعينة البحث، أما في الباب الخامس فقد توصل الباحث إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية لاختبارات اللكم والرفس القبليّة ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية وهذا يدل على ان العينة قد تطورت بشكل جيد ، وكانت التوصيات تعميم منهاج الوحدات الصباحية بالنماذج البشرية لتطوير القدرة القتالية بالسلاح الابيض لمقاتلي النخبة.

The effect of using the platform, morning units with human combat models to develop some types of punching and kicking movements for elite men in special operations

M. Riyadh Abdul-Hussein Abu-Jari

Riad.Abd1104b@Cope.ubaghdad.edu.iq

Key words: platform, morning units, types of punching movements, special operations

The study aimed to :-

Preparation of exercises in the morning units with combat human models to develop some types of punching and kicking for elite men in special operations, and learn about the impact of exercises in the morning units with combat human models to develop some types of punching and kicking for elite men in special operations, and the researcher used the curriculum The experimental in his study and the sample of the search of the fighters of the course (58) for the Iraqi special Forces, the total number (850) fighter and selected (60) fighters were divided into two groups of officers and experimental and conducted the tribal tests at 9 a.m. and the experiment in the military field of the course The training modules were also conducted on a daily morning, one month, 30 training modules, and the tests were carried out and the statistics were extracted by the statistical pouch (SPSS), and in section 4, the results were presented, analyzed and discussed In the fifth part, the researcher found that there were statistically significant differences in the tests of the tribal punching and kicking and

in favor of the dimensional Test in the experimental group, which indicates that the sample has evolved well.

The recommendations were to mainstream the morning modules with human models for the development of combat capability with white weapons for elite fighters.

١- التعريف بالبحث:-

١-١- المقدمة وأهمية البحث:-

ان الوقت الحالي الذي تحدث في تطورات سريعة ومفاجئة في كافة الاصعدة وما تحمله من اخطار خفية لكون الجماعات الارهابية والمجاميع المسلحة تحاول التخريب في عموم المناطق التي تصل يدها اليه ومحاوله تخريب البنى التحتية والانظمة في الدول واحداث اعمال الشغب والقتل العمد للمواطنين العزل واخذ الرهائن ولهذا تحاول الدول تطوير عناصر قواتها بشكل عام والنخبة بشكل خاص .

أن الاهتمام الواسع والكبير في بناء الجيوش وأعدادها بالشكل الذي يؤهلها الى أتمام عملها في حفظ الأمن. لقد سعى المختصون في الجانب العسكري الى إجراء المزيد من البحوث والدراسات للأرتقاء بمستوى الأداء للجندي والضابط على حد سواء فأ نصبت بحوثهم في الجوانب البدنية لرفع مستوى اللياقة البدنية والحركية وكذلك التغذية السليمة للمقاتلين وخصوصاً أولئك الذي ينفذون العمليات الخاصة والمعروفين بقوات (النخبة).

إن القدرات الخاصة بالمقاتلين التي تتخذ الجانب المهم في التدريب العالمي جنباً الى جنب مع القدرة القتالية بالاسلحة ونقص بها القدرة الخاصة هي عمليات الدفاع النفس بالاسلح الابيض او استخدامه للهجوم كون مقاتلي النخبة يتحملون مسؤوليات كثيرة ومنها الدخول خلف خطوط العدو وهذا قد يصعب عليهم استخدام السلاح خشية انكشاف موقعهم داخل مواقع العدو وهذا يجعل عملية الاهتمام بتدريب القوات الخاصة على القتال الاعزل بدون سلاح له ميزة كبيرة ومنفعة عظيمة في تحقيق الاهداف وحتى حماية والهجوم من خلال استخدام الحركات القتالية كاللكم والركل وغيرها .

ومن هنا تظهر اهمية البحث في استخدام تدريب القوات الخاصة على الحركات القتالية من خلال اللكم والركل لرجال النخبة في العمليات الخاصة ورفع مستواهم الى المستوى الذي يليق بالمهام الصعبة التي يكلفون بها في اي مكان.

١-٢- مشكلة البحث :-

ان المهام التي يكلف بها رجال العمليات الخاصة (Special Operation) تحتاج الى قدرات خاصة ومواصفات بدنية عالية ذات كفاءة قتالية متقدمة مصحوبة بأعلى المعنويات والعقيدة العسكرية الواضحة إضافة الى توفر العقيدة الصلبة.

ومن خلال خبرة الباحث كونه احد ضباط الجيش العراقي الباسل ومعاينة الميدانية ،لاحظ ان المقاتل ضمن هذه الوحدات الى حاجة التدريب الخاص بالحركات القتالية لفنون الدفاع عن النفس من اللكم والركل وهذا يرفع من قدرة المقاتل وثقته بنفسه.

١-٣ هدف البحث:-

١- اعداد منهاج بالوحدات الصباحية والنماذج البشرية لرجال النخبة في العمليات الخاصة.
٢- التعرف على تأثير منهاج بالوحدات الصباحية والنماذج البشرية في تطوير بعض انواع اللكم والركل لرجال النخبة في العمليات الخاصة.

١-٤ فرض البحث :-

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي في الاختبارات البدنية المبحوثة لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري : عينة تتكون من (٦٠) مقاتل من مقاتلي الصاعقة الرقم / الدورة (٥٨) من اكااديمية مكافحة الارهاب .

١-٥-٢ المجال الزمني : للمدة من ٣ / ١ / ٢٠١٥ لغاية ٣ / ٢ / ٢٠١٥

١-٥-٣ المجال المكاني : ميادين التدريب اكااديمية مكافحة الارهاب.

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :-

١-٢ منهج البحث :-

إن طبيعة الدراسة وحيث ثبات المشكلة المطروحة يحددان منهج البحث المناسب ولهذا أستخدم الباحث المنهج التجريبي وتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة. (٢:٤٠٧)

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:-

أشتمل مجتمع البحث على مقاتلي العمليات الخاصة (قوات النخبة) دورة الصاعقة (٥٨) والمقامة في أكاديمية مكافحة الإرهاب والبالغ عددهم (٨٥٠) مقاتلاً، تم اختيار عينة البحث بشكل عشوائي وبواقع (٦٠) مقاتل، تم تقسيم هذه العينة الى مجموعتين لكل مجموعة (٣٠) مقاتل، أتبع العينة الضابطة المنهج المطبق من قبل مدرسة العمليات الخاصة (الأكاديمية)، فيما كانت العينة التجريبية تطبق منهج الوحدات الصباحية بالنماذج البشرية المعدة من قبل الباحث، وتم اخذ نسبة (١٠) مقاتلين ليمثلوا المجموعة الاستطلاعية وبذلك تبلغ نسبة المئوية (٨,٢٣٥%).

١-٢-٢ تجانس وتكافؤ عينة البحث:-

من أجل البدء من خط شروع واحد ولغرض أثبات تجانس عينة البحث قام الباحث بأجراء عملية التجانس ووفقاً للجدول (١) و(٢).

الجدول (١)

يبين المعالم الاحصائية لايجاد التجانس لعينة البحث.

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧٦,٢٠	٦,١٩٧	١٧٦	٠,٠٩٧
الكتلة	كغم	٦٥,٢٠	٥,٥١٤	٦٦,٥٠	-٠,٧٠
العمر الزمني	سنة	٢٣,١٠	٢,٣٣١	٢٢,٥٠	٠,٧٧٢

*تكون العينة متجانسة إذ لم تتجاوز قيمة معامل الالتواء بين (٣ ±)

الجدول (٢)

تكافؤ عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	sig	الدالة
		س	ع ±	س	ع ±			
اللحم	درجة	٣,٧٢٥	٠,٣٨٢	٣,٧٢١	٠,٣٨٥	٠,٠٢٠	٠,٩٨٥	عشوائي
الرفس	درجة	٣,٦٣٨	٠,٤٤٣	٣,٦٣١	٠,٤٤٨	٠,٠٣٤	٠,٩٧٤	عشوائي

درجة حرية تحت مستوى دلالة (٥%) (ن-٢) = (٥٨).

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية.
- المقابلة.
- ساعة توقيت عدد ٤ نوع swan اجنبية الصنع.
- ميزان طبي لقياس الطول والوزن.

- شريط قياس ٥٠ متر.
- ميدان التدريب.
- نماذج لدمى بشرية .
- صافرة.
- شواخص عدد ١٠ .
- حاسبة يدوية نوع (Casio) .

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية: مهارة اللكم والرفس : (١٢:٣)

الغرض من الاختبار: تقييم مهارة اللكم والرفس .

الأدوات المستخدمة: بساط ، كاميرا تصوير فيديو نوع Sony يابانية الصنع، صافرة، استمارة تقييم خاصة.

مواصفات الأداء: يقف اللاعب وقفة استعداد عند سماع الصافرة يقوم باللكم والثبات لفترة معينة وبعدها يقوم بالرفس فقط ومن خلال تصوير أداء المهارتين لكل لاعب بأقسامها الثلاث (التحضيرى، الرئيسى، الختامى) يتم تقييم الأداء للاعب.

التسجيل: تتم طريقة التسجيل من خلال عرض أقراص CD على خمسة محكمين وتوضع الدرجة لكل قسم من أقسام الحركة على أن يكون تقييم الأداء بالشكل التالي:

* القسم التحضيرى (٣) درجة .

* القسم الرئيسى (٤) درجة .

* القسم النهائى (٣) درجة

٢-٤-٢ التجربة الاستطلاعية:-

تعد التجربة الاستطلاعية دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل ان تدخل الى الاجراءات التي تعقب هذه التجربة.

لذا تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٠١٥/١٢/٣٠ على ساحة العروض العمليات الخاصة وعلى العينة والبالغ عددهم (١٠) مقاتلين (٧:٧٤) ، من غير عينة البحث حيث وكذلك للثابت من الاغراض الاتية:-

وكان هدف التجربة الاستطلاعية معرفة ما يأتي:

- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث
- كفاءة فريق العمل.
- المعوقات والصعوبات التي تواجه الباحث وفريق العمل المساعد.
- صلاحية الاختبارات الميدانية وملائمتها عينة البحث.
- الوقت المطلوب لإنجاز اجراءات البحث.
- تلافي الاخطاء التي تواجه الباحث وفريق العمل.

٢-٤-٤ الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ ٢٠١٥/١/١ والمصادف يوم الخميس الساعة (٩) صباحاً.

٢-٤-٥ التجربة الرئيسة (المنهاج التدريبي):-

أعد الباحث تمرينات خاصة بالوسائل المستخدمة تتناسب مع عينة البحث وهدف الدراسة لرفع المستوى المهاري للكم والرفس.

مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة - المجلد / 2 - العدد / 2 نيسان 2020

بدء تنفيذ المنهج التجريبي بتاريخ ١/٣ / ٢٠١٥ يوم السبت ويتكون المنهاج من (٢٦) وحدة تدريبية في الشهر أي (٣٩) وحدة خلال مدة التنفيذ الشهر ونصف تؤدي بواقع (٦) وحدة في الاسبوع (يومية) اذ تؤدي الوحدة التدريبية في الساعة (٦) صباحاً وتتراوح مدة الوحدة الواحدة من (٦٠ - ٩٠ دقيقة) متضمنة تمارين متنوعة ومنها تمارين القتال الاعزل على النماذج البشرية وتنوع الارتفاعات والحركات وتحريك الدمى يدوياً وغير ذلك واستخدام مبدأ رفع الشدة مع خفض الحجم والغرض هو وأشرف على تطبيق المنهاج من قبل الكادر المساعد ومعلمي الصاعقة والتدريب البدني ويتم استخدام قناع الهيبوكسي في بعض التمارين لغرض تطوير اللكم والرفس.

٢-٤-٦ الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية بعد انتهاء فترة التدريب في يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٠١٥/٣/٣ وبنفس الوقت الساعة (٩) صباحاً، وتم مراعاة الظروف المكانية والزمانية التي تمت بها الاختبارات القبليّة للعينة .

٢-٥ الوسائل الاحصائية:

أعتمد الباحث الحقيبة الاحصائية spss لاستخراج المعاملات الاحصائية. الوسط الحسابي .

الانحراف المعياري .

معامل الالتواء .

فرق الاوساط .

فرق الانحرافات .

اختبار (T) للعينات غير المستقلة.

اختبار (T) للعينات المستقلة.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

٣-١-١ عرض ومناقشة نتائج البحث للمجموعة التجريبية:-

ومن أجل الوقوف على درجة التغيرات الحاصلة بقياسات القدرات البدنية الرقمية المتصلة لدى كلٍ من العينتين (الضابطة والتجريبية).

الجدول (٣)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الاوساط والانحرافات وقيمة (T) للمجموعة التجريبية

المتغيرات	درجة القياس	قبلي		بعدي		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±					
اللكم	درجة	٣,٧٢٥	٠,٣٨٢	٧,٩١٥	٠,١٧٢	٤.١٩٠	٠.٤٩٤	٢٣.٩٦٢	٠.٠٠٠	معنوي
الرفس	درجة	٣,٦٣٨	٠,٤٤٣	٧,٥٩٢	٠,٤٦١	٣.٩٥٣	٠.٦٤٢	١٧.٤٠٧	٠.٠٠٠	معنوي

• عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (ن=29) .

٣-١-٢ مناقشة نتائج البحث للمجموعة التجريبية :

من خلال الاطلاع على الجدول (٣) نلاحظ وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وذلك يدل على ان عينة البحث قد تطورت لديها القدرات القتالية بالسلاح الابيض التي يمكن ان يكتسبها المقاتل ويعزو الباحث ذلك الى المنهج المعد من خلال نماذج الدمى البشرية التي تم اعداد جملة من الحركات والتحركات والنماذج التي تم تطبيق المهارتين عليها فمن خلال هذه النماذج اخذ المقاتلين بالتدريب المستمر وكذلك تم شرح آلية الدفاع والهجوم وكيفية الرد على الهجوم بهجوم مباغت او استغلال الهجوم لمصلحة المقاتل وتم التاكيد على الاوضاع الصحيحة للمهارتين التي تعد من الاساسيات المهمة لتعلم المهارات القتالية إذ يذكر (عدنان اديب) "يجب أن يكون اتجاه الجذع والورك للخارج بزاوية 45 درجة وذلك لسهولة الدفاع عن اللكمات الهجومية أو الرفس إذ ان في هذه

الزاوية يكون الهدف ضيق وغير مكشوف كذلك بالنسبة للقبضتان تكون معلقتين أحدهما إلى الأمام والأخرى إلى الخلف وهما متوجهتان إلى الخصم". (٤:١٦)

وبهذا نرى ان هدف البحث قد تحقق من خلال العملية التدريبية التي طبقها الباحث إذ ان هذه العملية قد غيرت من قدرات المقاتلين إذ يذكر (قاسم حسن حسين) أنّ عملية التدريب هي " تلك العملية المنظمة المستمرة التي تكسب الفرد معرفة أو مهارة أو قدرة أو أفكاراً و آراء لازمة لأداء عمل معين أو بلوغ هدف محدد فضلاً عن أنه منهج لتحقيق أهداف تنظيمية والتكيف مع العمل وما يقدم للفرد من معلومات معينة أو مهارات أو اتجاهات ذهنية لازمة في وجهة النظر التنظيمية لتحقيق أهداف المؤسسة". (٥:١٧٨)

إذن فالمقاتلين يجب ان يتمتع كل فرد منهم بقدرة قتالية عالية سواء على صعيد الاسلحة او على صعيد القدرات القتالية بالاسلحة الابيض ولذلك كان تطوير المهارات القتالية امراً مهماً ينسجم انسجاماً تاماً مع متطلبات الجندي في القوات الخاصة التي يجب ان يتمتع مقاتلوها بكفاءة قتالية عالية.

٢-٣ عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة:-

الجدول (٤)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الاوساط والانحرافات وقيمة (T) للمجموعة الضابطة

المتغيرات	درجة القياس	قبلي		بعدي		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±					
اللكم	درجة	٣,٧٢١	٠,٣٨٥	٤,٨٧٣	٠,٤٠٨	1.152	0.415	٧,٨٣٩	0.000	معنوي
الرفس	درجة	٣,٦٣١	٠,٤٤٨	٥,١٧٢	٠,٥٩١	1.541	0.647	٦,٧٣٥	0.000	معنوي

• درجة حرية تحت مستوى دلالة (٥%) (ن - ١) = (٢٩) .

١-٢-٣ مناقشة نتائج المجموعة الضابطة :

من خلال الاطلاع على الجدول (٤) نلاحظ عدم وجود فرق معنوي بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة ذلك إلى ان التمارين التي أعطيت للمقاتلين لم تكن تركز على القدرات القتالية لديهم إذ ان أغلب الدروس تحاول ان تركز على امور الحركات العامة للدفاع عن النفس وبذلك تتشعب نقاط التركيز على مجمل من الامور وبذلك تنخفض الكفاءة ويصبح التمرين كمية لا نوعية على عكس ما قام به الباحث بالتركيز على النوعية للمهارات القتالية وتطويرها بشكل خاص.

٣-٣ عرض ومناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة :

الجدول (٥)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الاوساط والانحرافات وقيمة (T) للمجموعة التجريبية والضابطة

المتغيرات	درجة القياس	تجريبية		ضابطة		قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±			
اللكم	درجة	٧,٩١	٠,١٧٢	٤,٨٧٣	٠,٤٠٨	١٩,٣٩٧	٠,٠٠٠	معنوي
الرفس	درجة	٧,٥٩	٠,٤٦١	٥,١٧٢	٠,٥٩١	٩,١٢٥	٠,٠٠٠	معنوي

درجة حرية تحت مستوى دلالة (٥%) (ن - ٢) = (٥٨) .

من خلال الاطلاع على الجدول (٥) نلاحظ وجود فرق معنوي بين الاختبار البعدي بعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وذلك يدل على ان عينة البحث قد تطورت اكثر من المجموعة الضابطة التي حافظت تقريباً على مستواها التدريبي من ناحية المهارات القتالية للمقاتل ويعزو الباحث ذلك الى الوسائل التدريبية التي لها الأثر الكبير على هذا التطور وخصوصاً من خلال استخدام الوحدات الصباحية بالنماذج البشرية إذ ان عملية التكرار والتدريب على اللكم والرفس اعطت قوة وانسيابية في حركة المقاتل الذي يجب ان تتوفر فيه صفة المقاتل الشرس والمتيقن من قدرته وامكانياته القتالية بالسلاح الابيض ولذلك اعتنى الباحث بالتمارين التي طبقت على عينة البحث التجريبية حيث أن ((العناية بأختيار التمرينات التي تحقق الهدف ، تسهم بوصول الافراد إلى مستوى الأداء المطلوب من خلال مدة زمنية المحددة للتدريب)) (١٧:١).

كذلك فإن الفرق الذي ظهر كان نتيجة خضوع المقاتلين الى تدريبات نوعية تستهدف اهداف ونقاط محددة وهذا ما ساعد على تطوير المهارات القتالية لدى مقاتلي النخبة ويذكر (محمد علي القط ١٩٩٩) " يتفق العاملون في مجال التدريب الرياضي على إن ما يتحقق من تكيفات بدنية وفسولوجية هو نتيجة خضوع الفرد الرياضي لتمرينات منتظمة ومقننة التي تبني بشكل علمي دقيق يمكن أن ترفع من مستوى الحالة التدريبية للفرد الرياضي وتساعد في الوصول الى إنجازات جيدة " (٤٨:٦).

٤- الإستنتاجات والتوصيات:-

٤-١ الإستنتاجات:-

توصل الباحث إلى الإستنتاجات الآتية :-

- ١- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية لاختبارات اللكم والرفس القبليّة ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية وهذا يدل على ان العينة قد تطورت بشكل جيد .
- ٢- تطور القدرة القتالية بالسلاح الابيض لارتفاع مستوى قدراتهم القتالية.
- ٣- ان للمنهج التدريبي بالوحدات الصباحية ونماذج الدمى البشرية قد ساهم في تعزيز الثقة بالنفس والقدر القتالية.

٤-٢ التوصيات:

يوصي الباحث بما يأتي :-

- ١- تعميم منهج الوحدات الصباحية بالنماذج البشرية لتطوير القدرة القتالية بالسلاح الابيض لمقاتلي النخبة.
- ٢- استخدام طرق وأساليب متنوعة في تطوير القدرات القتالية لمقاتلي النخبة.
- ٣- ضرورة فتح دورات تدريبية تخصصية للمعلمين وبصورة مستمرة لايجاد معلمين متخصصين.
- ٤- اجراء بحوث ميدانية مشابهة في هذا المجال للاستفادة قدر الامكان منهؤلاء المقاتلين وايصالهم الى مستوى عالي من الكفاه القتالية.

المصادر

١. حنفي محمود المختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٧).
٢. ديو يو فان دالين: مناهج البحث في التربية الرياضية و علم النفس، ترجمة محمد نبيل (واخرون)، (القاهرة: دار كوبرنت للطباعة، ١٩٨٤).
٣. سلمان الجنابي وحيدر الشاوي: (١٠٠٠ اختبار في التربية الرياضية) ، (بابل، مكتبة الشروق، ٢٠٠٩)
٤. عدنان اديب مزهر ؛ الكاراتيه وخطتها الهجومية والدفاعية ج ١ : (دار الحرية للطباعة ، بغداد 1988).
٥. قاسم حسن حسين؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة: (عمان، دار الفكر للطباعة، ١٩٩٨).
٦. محمد علي احمد القط : وظائف أعضاء التدريب الرياضي مدخل تطبيقي، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
٧. معجم اللغة العربية ، معجم علم النفس و التربية ، القاهرة ، ط1 ، ج 1 ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ، 1984.