

تأثير تمرينات بوسائل تعليمية في تطوير مهارة الارسال بالتنس الارضي للمبتدئين (6-  
10) سنة

الباحث  
علي عبد السلام وهيب

[Aliabd87@yahoo.com](mailto:Aliabd87@yahoo.com)

الباحث  
أ.د منى عبد الستار هاشم

الكلمات الافتتاحية: وسائل تعليمية ، الارسال

يهدف البحث الى:

1. إعداد تمرينات بوسائل تعليمية لتطوير مهارة الارسال بلعبة التنس الارضي للاعبين مدارس رعاية الموهبة بأعمار (10-12) سنة .

2. التعرف على تأثير التمرينات بالوسائل التعليمية لتطوير مهارة الارسال بلعبة التنس الارضي للاعبين مدارس رعاية الموهبة بأعمار (10-12) سنة.

إن طبيعة المشكلة وأهداف البحث هما اللذان يحددان منهجية البحث الملاءم لذلك أختار الباحث المنهج التجريبي أنسجماً مع طبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث.

وتمثل مجتمع البحث بلاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للتنس الارضي التابع لوزارة الشباب والرياضة للعام (2016-2017) وتم اختيار لاعبي المركز للتنس الارضي لإجراء البحث عليهم بالطريق العمدية بسبب توافر متطلبات البحث جميعها من ملعب ومستلزمات ولاعبين ، وبلغ عددهم (12) لاعباً بعمر (10-12) سنة ، وتم تقسيمهم الى مجموعة تجريبية تكونت من (7) لاعبين ، وتم اختيار (3) لاعبين للتجربة إستطلاعية، وتم استبعاد للاعبين اثنين ممن لو تتوفر فيهم الشروط المناسبة من خط شروع التعلم لديهم ( ممن يمتلكون مهارات متقدمة) .

واستنتج الباحث :

1- إن للتمرينات المبتكرة بالوسائل التعليمية قد طورت من مستوى الاداء المهاري لمهارة الارسال .

2- إن الوسائل التعليمية قد اثرت بصورة ايجابية على تعلم المهارات ورفع مستوى اداء المهاري لمهارة الارسال لمبتدئي لعبة التنس الارضي بعمر (10-12) سنة .

وكانت التوصيات:

1- استخدام الوسائل التعليمية الحديثة في تعليم المبتدئين في لعبة التنس الارضي.

2- ابتكار وتنويع التمارين المستخدمة في الوحدات التعليمية لما لها من اهمية في تحسين وتطوير المهارات لدى اللاعبين المبتدئين .

3- الاهتمام بالاعمار الصغيرة لما لها من اهمية في المستقبل وتكوين نواة الفرق الوطنية للاجيال القادمة.

### Summary

## Effect aqua means in educational development skill mailing tennis ground for beginners (6)-10 years

Researcher

Prof. Mona Abdel Sattar Hashem

Allabd87@yahoo.com

researcher

Ali Abdul Salam Wahib

Opening words: teaching aids, transmissions

Aim of Research:

1-prepare aqua means educational development skill mailing tennis game ground for players schools care talent with ages (10)-12 years.

2-identify effect exercise by educational means to develop skill mailing tennis game ground for players schools care talent with ages (10)-12 years.

That nature of the problem and goals search two determine who methodology search appropriate so chose researcher curriculum demo in line with the nature of the problem concerning search. and represent society search players national centre for care talent sports tennis ground s ministry of youth and sports for year (2017-2016) were selected players centre tennis ground to make search them by road Baptized because availability requirements search all of playground and kits and players, reached number (12) player aged (10)-12 years, was divided group formed to experimental (7) players, chosen (3) players to experience reconnaissance, were excluded for two players who if available including conditions appropriate line started learning have (who own advanced skills).

And concluded researcher:

1-that to exercise innovative by means of educational has developed level performance press for skill transmitter.

2-that means educational has affected by a positive image on learning skills upgrading performance press for skill transmitter for Jerusalem tennis game ground aged (10)-12 years.

were recommendations:

- 1-use means educational modern education beginners in tennis game ground.
- 2-innovation and diversify exercises used in educational units for its importance improve and develop skills have players beginners.
- 3-interest in small ages for its importance in future composition kernel national teams for posterity.

## 1- التعريف بالبحث :

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

أستخدم الانسان منذ القدم الوسائل والادوات اللازمة في حياته لتسهيل امور حياته وهذا جعل الانسان يبتكر ويصنع العديد من الوسائل التي يحتاجها ليمد حاجته من المواد اللازمة للعمل في مهنة كافة وبمضي الزمن تطورت الحاجات البشرية وتتنوعت واصبحت الحياة ذات طابع مدني إذ اصبح الانسان يقطن المدن ويعمرها ويعود الفضل في ذلك ايضاً الى الوسائل التي ابتكرها على مر الزمان وهذا الطابع اصبح يضفي على الانسان إن الرفاهية في المعيشة وهذه الرفاهية جعلته يجد الوسائل الترفيهية ومن هذه الوسائل هي الالعاب المختلفة التي ظهرت منذ اول بزوغ للحضارات وتطورت هذه الالعاب التي كان تمارسها الطبقات النبيلة في المدينة إلى العاب ذات طابع تنافسي يمارسه الجميع وتقام من أجلها البطولات العالمية وتعطى الجوائز فيها للفائزين الاوائل ، ومن هذه الالعاب هي لعبة كرة التنس التي توصف بإنها لعبة الملوك وهي لعبة ذات شعبية كبيرة لما لها من متعة في اللعب ويمارسها الصغار والكبار على حد سواء ولهذه اللعبة خصائص خاصة بها لا بد من ان يتمتع بها ممارسوها وهي اتقان المهارات الخاصة بها وتعلمها على مستوى مرضٍ ، وهذه المهارات تحتاج إلى اساس صحيح لتعلمها فاللاعبين الصغار اذا ما توفرت لهم الامكانيات لتعليمهم المهارات بالصورة الصحيحة والفعالة اصبحوا لاعبين متفوقين في المستقبل وهذا يحتاج إلى تعليم ذو مستوى عالي من الكفاءة والألقان.

إن عملية التعليم هي عملية تتطلب السير على الاساس الصحيح فالبناء الصحيح يجعل من الصرح المشيد قوي ومتين كذلك البناء في تعليم المهارات وخصوصاً للمراحل الصغيرة منهم وهذا يجعل يتطلب مجيود كبير للعمل وتسخير الكثير من الوسائل لتلبية متطلبات البناء الصحيح للمهارات لديهم والوصول بهم الى المستوى المناسب ، وتكمن أهمية البحث في أن عملية التعليم تحتاج إلى وسائل عدة لغرض تسهيل تلك العملية ووجود هذه الوسائل يساهم بزيادة القدرة التعليمية ويساعد على نمو المتعلم بطريقة جيدة وبأسلوب حديث ، فإن استخدام الوسائل المساعدة يعزز من قدرة اللاعب على التعلم ويرفع من معدل نضوج المهارات لديه .

## 2-1 مشكلة البحث :

يرى الباحث إن العملية التعليمية هي حجر الأساس للفرد المتعلم فإن كانت صحيحة وثابته ثبت معها أداء المتعلم وتقدمه ومن خلال خبرة الباحث كونه لاعب ، ومشاهدته الي العديد من المباريات والوحدات التعليمية ، أرتأى الباحث اضافة شئ جديد من خلال استخدام وسائل تعليميه ويعتقد ان هذه الوسائل التعليمية من الممكن ان توفر حلاً للمشاكل التي تواجه العملية التعليمية للاعبين الصغار بعمر (10-12) سنة وذلك لانه يريد التقدم بالعمل التكريري والتعليمي للتنس والاسهام في ادخال الوسائل الحديثة في عملية التعليم في المدارس التي ترعى المواهب الرياضية وخصوصاً لصغار السن منهم وبلعبة التنس الارضي على وجه الخصوص .

## 1- 3 هدفا البحث :

3. إعداد ترمينات بوسائل تعليمية لتطوير مهارة الارسال بلعبة التنس الارضي للاعبين مدارس رعاية الموهبة بأعمار (10-12) سنة .

4. التعرف على تأثير الترمينات بالوسائل التعليمية لتطوير مهارة الارسال بلعبة التنس الارضي للاعبين مدارس رعاية الموهبة بأعمار (10-12) سنة.

## 1- 4 فرضا البحث :

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة التنس الارضي ولصالح الاختبار البعدي .

## 1- 5 مجالات البحث

1- 5- 1 المجال البشري: لاعبي مدارس رعاية الموهبة الرياضية بعمر (10-12) سنة / وزارة الشباب والرياضة

1- 5- 2 المجال الزماني: المدة من 27 / 2 / 2017 لغاية 27 / 6 / 2017

1- 5- 3 المجال المكاني : ملاعب التنس الارضي لمدارس رعاية الموهبة الرياضية / وزارة الشباب والرياضة.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :-

2- 1 منهج البحث :-

إن طبيعة المشكلة وأهداف البحث هما اللذان يحددان منهجية البحث الملائم لأن "إجراء ضبط العوامل المؤثرة المحيطة بالتجربة ماعدا عامل واحد وهو المتغير المستقل لغرض قياس تأثيره في المتغير التابع"(2:ص137) كذلك يعد المنهج التجريبي أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية إذ يعني " أتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول الي اكتشاف الحقيقة"(3:ص106) لذلك أختار الباحث المنهج التجريبي أنسجماً مع طبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث.

2- 2 مجتمع البحث وعينته:

وتمثل مجتمع البحث بلاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للتنس الارضي التابع لوزارة الشباب والرياضة للعام (2016-2017) وتم اختيار لاعبي المركز للتنس الارضي لإجراء البحث عليهم بالطريق العمدية

بسبب توافر متطلبات البحث جميعها من ملعب ومستلزمات ولاعبين ، وبلغ عددهم (12) لاعباً بعمر (10-12) سنة ، وتم تقسيمهم الى مجموعة تجريبية تكونت من (7) لاعبين ، وتم اختيار (3) لاعبين للتجربة إستطلاعية، وتم استبعاد للاعبين اثنين ممن لو تتوفر فيهم الشروط المناسبة من خط شروع التعلم لديهم ( ممن يمتلكون مهارات متقدمة.

للتأكد من تجانس أفراد العينة وصحة التوزيع الطبيعي بين أفرادها استخدم الباحث الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لنتائج المسح الميداني في قياسات (العمر البايولوجي والوزن والطول)، وكما مبين في الجدول رقم (1).

الجدول (1)  
تجانس عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	133.14	132	2.911	0.030
الوزن	كغم	37.29	38	1.976	0.007
العمر	سنة	10.98	11	0.900	0.353
طول الذراع	سم	50.86	50	1.773	0.794

أنحصرت قيم معامل الالتواء كلها بين  $(3 \pm)$  مما يدل على تجانس عينة البحث

2-3 الأدوات والاجهزة ووسائل جمع المعلومات:-

2-3-1 الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:-

1. ساعة توقيت .

2. صافرة .

3. مضارب تنس للأطفال عدد ( 10 ) .

4. كرات تنس للأطفال عدد ( 40 ) .

5. سلة لحمل الكرات .

6. ملعب تنس ارضي (قانوني).

7. لاصق.

8. الوسائل المساعدة:

**عصى الارسال Server Wand:**

وهي عصي حديدية مجوفة يمر من داخلها حبل مرتبط بكرة تنس تستخدم لتعليم الاطفال عدة مهارات منها الارسال والضربة الامامية والضربة الخلفية ، كما موضح في الشكل (1) .



الشكل (11)

**Server Wand**

- أهداف تحديد الضربة داخل او خارج الملعب **Oncourt Offcourt**:

وهي اهداف ذات فتحة في اعلاها مصنوعة من خيوط النايلون ، تعلق على الشبكة الخاصة بملعب التنس الارضي ، ذات فائدة في عملية تعليم الارسال والضربة الامامية والخلفية اذ ان عملية التعليم فيها تنمي من الدقة والتركيز على هدف معين والضرب نحوه .



الشكل (12)

**Oncourt Offcourt**

## 2-3-2 أجهزة البحث :

1-كاميرا نوع (Nikon) عدد (2).

- ساعة إيقاف stopwatch عدد (3).

## 2-3-3 وسائل جمع المعلومات:

1- المصادر العربية والأجنبية .

2- استمارة استبيان .

3- الخبراء والمختصون .

4- فريق العمل المساعد

## 2-4 إجراء

اختبارات البحث الميدانية:-

## 2-4-1 الاختبار المستخدم في البحث :-

1- اختبار تقييم الارسال (4:p12):

أسم الاختبار : تقييم الارسال .

الغرض من الاختبار : قياس دقة الارسال .

## وصف الاداء :

1- علي اللاعب ان يضرب الكرة ( 12 ) ارسالاَ ثلاثة ارسالات الي المنطقة ( القريبة لخط الارسال الجانبي ) وثلاثة ارسالات الي المنطقة ( القريبة لخط الارسال الوسطي ) ايضاً للارسال الاول ، وثلاث ارسالات الي المنطقة القريبة لخط الارسال الوسطي ( وثلاث ارسالات الي المنطقة ( القريبة لخط الارسال الجانبي ) للارسال الثاني .

2- يكون احتساب النقاط على ضوء سقوط الكرة الاول والارتداد الثاني .

3- اذا سقطت الكرة في اي مكان ضمن منطقة الارسال الصحيحة لا يعطى للاعب محاولة ثانية للارسال لان الارسال الاول صحيح ، واذا لمست الكرة الشبكة ( LET ) فيعاد الارسال .

## التسجيل:

## احتساب دقة الارسال :

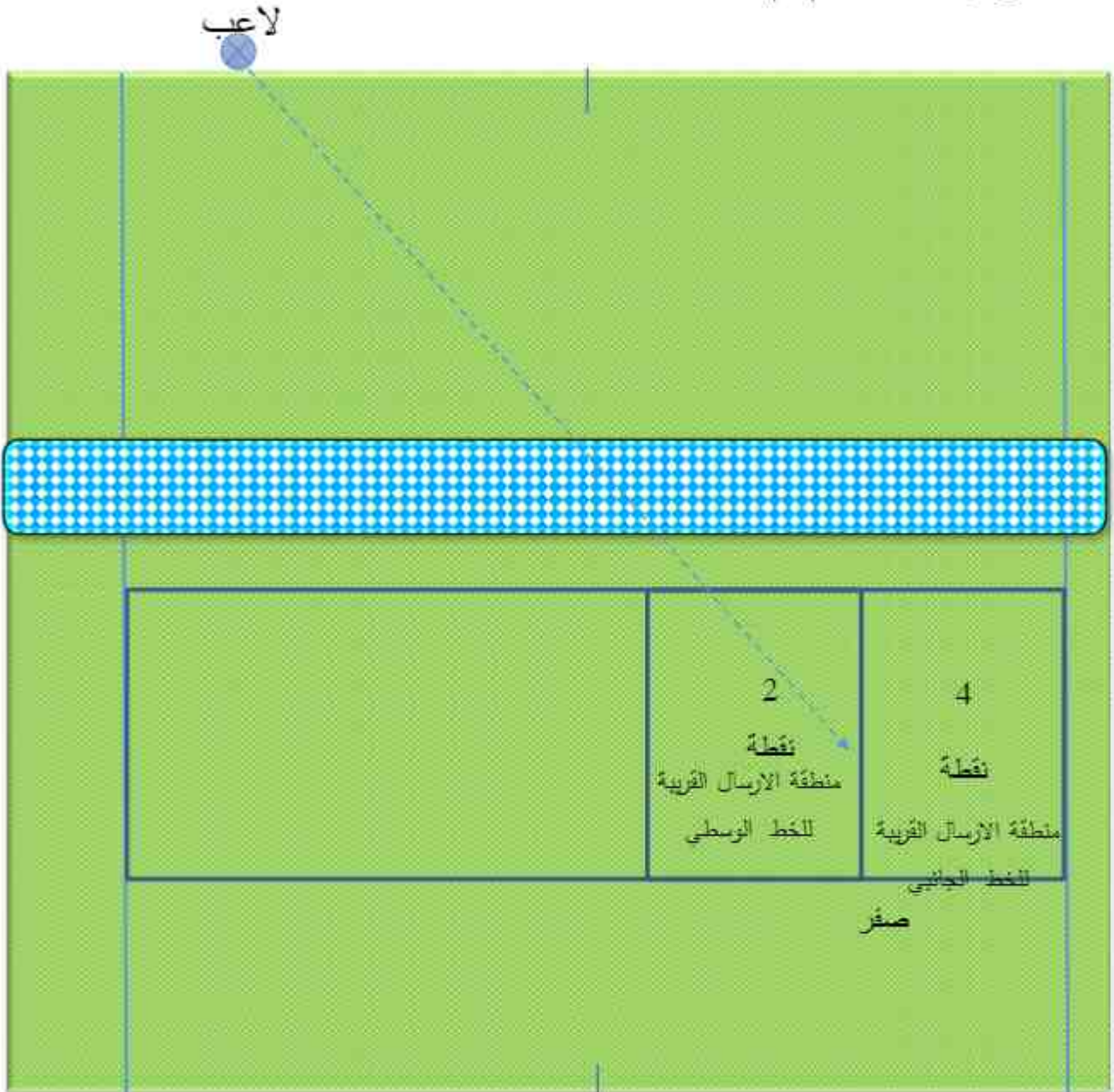
## الارسال الاول :

1- نقطتان عندما تسقط الكرة في منطقة الارسال الصحيحة ( القريبة لخط الارسال الوسطي ) وكما موضح في الشكل ( 16 )

2- ( 4 ) نقاط عندما تسقط الكرة في المنطقة القريبة التي يهدف اليها الارسال الاول ( القريبة لخط الارسال الجانبي ) وكما موضح في الشكل ( 16 )

الارسال الثاني :

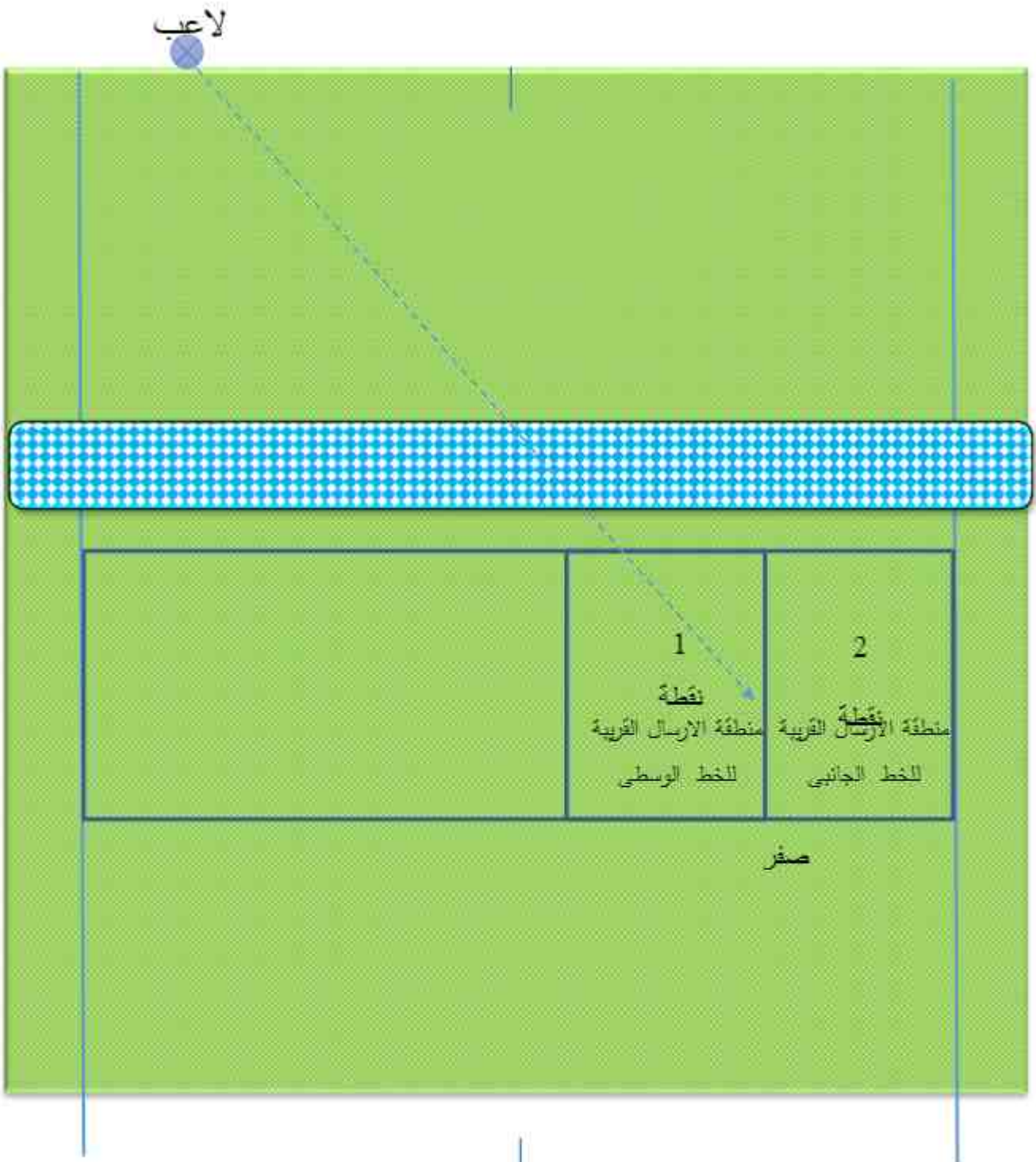
- 1- نقطة واحدة عندما تسقط الكرة في منطقة الارسال الصحيحة ( القريبة لخط الارسال الوسطي ) وكما موضح في الشكل ( 17 )
  - 2- نقطتان عندما تسقط في منطقة الهدف للارسال ( القريبة لخط الارسال الجانبي ) وكما موضح في الشكل ( 17 )
- اعلى نتيجة محتملة = ( 27 ) نقطة .



الشكل ( 16 )

لاختبار قياس دقة ضربة الارسال الاول





الشكل ( 17 )

اختبار قياس دقة ضربة ارسال الثاني

## 3-4-2 التجربة الإستطلاعية:-

أولاً: التجربة الإستطلاعية الأولى باستخدام الأدوات المساعدة والتمرينات:-

تعد التجربة الإستطلاعية واحدة من أهم الإجراءات الضرورية التي يقوم بها الباحث قبل القيام بالتجربة الأساسية وهي على مرحلتين :

**المرحلة الأولى :**

بتأريخ 2017/1/27 الموافق يوم الجمعة الساعة الحادية عشر صباحاً على ملاعب مدارس رعاية الموهبة الرياضية للتنس الارضي وزارة الشباب والرياضية / بغداد على عينة مكونة من (3) لاعبين ولكن من خارج المجموعة التجريبية

1- سلامة الوسائل المساعدة المستخدمة في الوحدات وكفائتها.

2- إمكانية أداء التمرينات وتطبيقها بالوسائل المساعدة.

**المرحلة الثانية :**

أجرى الباحث التجربة الإستطلاعية على العينة نفسها التي أجريت عليها التجربة الإستطلاعية السابقة وذلك بتاريخ 2017/1/28 الموافق يوم (السبت) الساعة الحادية عشر صباحاً ، الغرض من ذلك ما يأتي:-

1- احتساب الوقت المخصص للاختبار.

2- طريقة تسجيل الاختبارات .

## 3-4-3 الاختبارات القبليّة :

تم إجراء الاختبارات القبليّة بإشراف الباحث ومساعدة فريق العمل المساعد، وتم شرح الإجراءات الخاصة بكل اختبار وعدد المحاولات فيه وكيفية احتساب وتسجيل النقاط وشروط الاختبار الأخرى في يومي الجمعة والسبت المصادفين (4-3/2/2017) لأجزاء الاختبارات مهارية.

## 3-4-4 ( التجربة الرئيسية) تطبيق التمرينات التعليمية :-

أعد الباحث تمرينات تضمنتها (18) وحدة تعليمية تحوي على تمرينات خلال (القسم الرئيس) من الوحدة التعليمية الخاصة بلعبة التنس الارضي وذلك من خلال اعتماده على المصادر العلمية والخبراء في لعبة التنس الارضي وما يتلاءم مع الوسائل المساعدة التي اعتمدها الباحث لتعليم عينة البحث، مع ملاحظة النقاط الآتية في عملية وضع التمارين :

1- أن تكون التمارين المستخدمة ملائمة لمستوى العينة .

2- أن يكون هناك تدرج في مستوى صعوبة التمارين المستخدمة في الوحدات .

3- أن تحقق التمارين المستخدمة الغرض منها .

إذ بدأ تطبيق تمرينات بالوسائل المساعدة يوم (10/2017-2) الموافق يوم الجمعة ، وقام الباحث بالإشراف على تطبيق التمارين التجريبية فقط وتطبيقها على عينة البحث من الملاك المساعد من ذوي الخبرة في مجال

تعليم وتدريب التنس الارضي ، إذ تضمنت التمرينات جزءاً من الوحدة التعليمية وهو القسم الرئيس أي ما يعادل (90) دقيقة بمعدل وحدتين في الأسبوع، تضمنت الوحدة التعليمية (5) تمرينات خلال الوحدة الواحدة و(25) تمريناً من مجموع التمارين المستخدمة خلال مدة التجربة وزعت على الوحدات التعليمية ، وراعى الباحث التدرج في تطبيق التمرينات من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب مع الزيادة المتدرجة في صعوبة الأداء.

3-4-6 الاختبارات البعدية:-

بعد الإنتهاء من التطبيق على عينة البحث، أجرى الباحث الاختبارات البعدية على عينة البحث في الساعة (الحادية عشر صباحاً) من يومي (الجمعة والسبت ) المصادفين 2017/4/28-29، إذ أتبع في ذلك الطريقة نفسها التي كانت متبعة في الاختبارات القبليّة مراعيّاً في ذلك الظروف المكانيّة والزمنيّة ووسائل الاختبار والأدوات نفسها وفريق العمل المساعد الذي أجرى في الاختبارات القبليّة نفسها.

3-5 الوسائل الإحصائية.

قام الباحث باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لإتمام مجريات البحث.

3-عرض وتحليل نتائج البحث ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج اختبار (الارسال) وتحليلها ومناقشتها :

3-1-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى للاختبارات المبحوثة وتحليلها: -

الجدول (3)

الاوراسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم فرق الاوساط والانحرافات وقيمة ( ت ) المحسوبة

ت	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	س ف	ع هـ	قيمة ت المحسوبة	SIG	دلالة الفروق
1	قبلي	4.57	1.397	18.143	1.574	30.504	0.000	معنوي
	بعدي	22.71	1.976					
معنوي عند مستوى دلالة $(0,05) >$ عند درجة حرية (ن-1) = 6								

يتبين من خلال الاطلاع على الجدول (3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم فرق الاوساط والانحرافات وقيمة (ت) المحسوبة و(SIG) لمهارة (الارسال) ، إذ بلغ الوسط الحسابي للاختبارات القبليّة (4.57) ( وبنحرف معياري قدره (1.397) ، وبلغ الوسط الحسابي البعدي (39.29) ، بنحرف معياري قدره (4.112) ، وبلغت قيمة ( ت ) المحسوبة للاختبار (43.329) ، وهذا يدل على معنوية الفروق ولصالح الاختبار البعدي لمهارة الارسال المبحوثة مقارنة بدرجة (SIG).

## 3-1-2 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمهارة الارسال :

من خلال الاطلاع على الجدول ( 3 ) نلاحظ معنوية الفروق وقيمة ( ت ) المحسوبة ولصالح الاختبار البعدي للمهارات المبحوثة وهذا يدل على تطور المهارات لدى المتعلمين ، إذ يعزو الباحث هذا التطور الى التمارين المستخدمة بالوسائل التعليمية إذ ان الوسائل المساعدة قد اسهمت وبشكل فعال على تطوير مهارة لدى مبتدئي التنس بعمر اذ ان استخدام الوسائل التعليمية وتنوعها يسهل من عملية التعلم إذ يذكر "إن أهمية استخدام الوسائل التعليمية وتنوعها والتجديد بها بان يكون لها مغزى ومعنى في التعلم لغرض الحصول على شمولية كافية لتدريب مؤثرة لتعلم المهارة نفسها ، وكونها تشرك أكبر عدد من الحواس ويمكن التعلم بها بشكل مباشر وفعال ( التعلم والممارسة ) " (5:p124) كذلك فإن الوسائل التعليمية تساعد على خزن المعلومات في الذاكرة الحركية لدى المبتدئين إذ ان الوسائل تحصر عمل اللاعب وفقاً لمسارات محددة للاداء فمن خلال استخدام وسيلة (Oncourt Offcourt) يمكن توجيه الاداء نحو هدف معين وبذلك يمكن تحديد المسارات الحركية لكل مهارة ، وهذا جعل من اللاعبين يعرفون مدى القوة والوضعية المناسبة للاداء إذ ان اغلب اللاعبين المبتدئين لا يتمكن من اخذ والوضع المناسب امام الكرة او فهم كيف يكون الوضع المناسب للاداء في مهارة الارسال فعند رمي الكرة للاعب المبتدئ على وجه الخصوص لا يفهم من المرات الاولى كيف يتخذ الوضعية المناسبة للاداء الحركي فبعضهم يتوتر ويقبض على المقبض بصورة غير صحيحة وينتهي المرفق اكثر او اقل مما ينبغي ولكن عندما تم استخدام الوسائل التعليمية اسهمت في تقليل تلك الاخطاء " إذ لا يتوقف وصول اللاعب إلى التكامل الفني والدقة في الاتقان في الاداء للمهارات الاساسية على عدد مرات تكرار التمرين فقط ولكن أيضاً على فهم اللاعب لطريقة أداء المهارة من الناحية الفنية " ( 1:ص 101) وبهذا لا ينتهي اكثر من الحد المطلوب وبذلك يمكن بناء الاحساس الداخلي لدى اللاعبين وتثبيت الاداء على نحو جيد وحتى الوصول الى مراحل متقدمة للمبتدئين وتطور التعلم لديهم وبلوغ الالية في تعلم المهارة والوصول الى الاستقرار لدى اللاعبين التي تعد مؤشراً ايجابياً في هذه الحالة إذ ان تطور المتعلم المبتدئ يحتاج الى مدة زمنية لبلوغ الهضبة وهذه الايجابية نلاحظها من خلال الفروق في نتائج الاختبارات كافة .

## 5-الاستنتاجات والتوصيات :

على ضوء نتائج البحث خلص الباحث بعدة استنتاجات وهي كالآتي :

## 5-1 الاستنتاجات :

1. إن للتمرينات المبتكرة بالوسائل التعليمية قد طورت من مستوى الاداء المهاري لمهارة الارسال .
2. إن الوسائل التعليمية قد اثرت بصورة ايجابية على تعلم المهارات ورفع مستوى اداء المهاري لمهارة الارسال لمبتدئي لعبة التنس الارضي بعمر (10-12) سنة .

## 2-5 التوصيات :

على ضوء استنتاجات البحث يوصي الباحث بعدة توصيات :

1. استخدام الوسائل التعليمية الحديثة في تعليم المبتدئين في لعبة التنس الارضي.
2. ابتكار وتنويع التمارين المستخدمة في الوحدات التعليمية لما لها من اهمية في تحسين وتطوير المهارات لدى اللاعبين المبتدئين .
3. الاهتمام بالاعمار الصغيرة لما لها من اهمية في المستقبل وتكوين نواة الفرق الوطنية للاجيال القادمة.
4. الاهتمام بتطوير الملاكات القائمة على تدريب وتعليم الفئات العمرية الصغيرة لما له من اثر كبير على في نفوسهم وقابلياتهم .
5. اجراء بحوث مشابهة على عينات وفئات مختلفة للعبة التنس الارضي .

## المصادر

1. حنفي محمود المختار ، المدير الفني لكرة القدم ، ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 )، ص101.
2. ظافر هاشم الكاظمي: التطبيقات العملية لكتابة الرسائل و الاطاريح التربوية والنفسية - التخطيط والتصميم ، بغداد دار الكتب والوثائق، 2012 ، ص 137.
3. عبد الله عبد الرحمن ومحمود عبد الدايم؛ مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، ط2(الكويت، مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع، 1999)، ص107.
4. Serve Assessment, Intentional Tennis Federation,(2004),p12.
5. United States Professional Tennis Association , Tennis Professional Guide Kodansha International , 1984 , P 124 .