



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016  
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني  
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

اثر برنامج تدريبي لتنمية الاتزان الانفعالي و مهارة المناولة لناشئي كرة القدم بأعمار من  
14 - 16 سنة

م.د. علي خليفة بريص أ.د. لقاء غالب ذياب

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى - كلية التربية البدنية  
وعلوم الرياضة

[Leqaa.ghalib@uodiyala.edu.iq](mailto:Leqaa.ghalib@uodiyala.edu.iq) [ali.khalefa@uodiyala.edu.iq](mailto:ali.khalefa@uodiyala.edu.iq)

هاتف 07732830266

هاتف 07716089489

أ.م.د. فؤاد عبداللطيف غيدان

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[Fouad.abbellatif@uodiyala.edu.iq](mailto:Fouad.abbellatif@uodiyala.edu.iq)

هاتف 07707884686

الكلمات المفتاحية: برنامج تدريبي، الاتزان الانفعالي، المناولة ، كرة قدم

مستخلص البحث

**هدف البحث** (استهدف البحث التعرف على المشكلات التي تواجه اللاعب الناشئ نتيجة ضعف الثقة بالنفس عند اللاعب يوتر تأثيرا واضحا على بناء شخصية اللاعب ويؤدي إلى عدم التوازن في أدائه ومهاراته)

**مجتمع البحث** (لاعبين الناشئين في منتدى شباب بعقوبة والخالص مديرية شباب ورياضة ديالى والبالغ عددهم (39) في وزارة الشباب والرياضة العراقية)

**عينة البحث وطريقة اختيارها** (عينة البحث فقد تكونت من اللاعبين الناشئين لمنتدى شباب كنعان مديرية شباب ورياضة ديالى (العراق) للعام 2021 والبالغ عددهم (24) لاعبا مع استبعاد حراس المرمى. وقد قسم الباحثان العينة- على مجموعتين تجريبية وضابطة ، كل مجموعة مكونة من (12) لاعبا)

**المنهج العلمي** (استخدم الباحثان المنهج التجريبي)

**أدوات القياس** (الاستمارات الخاصة بمقياس الاتزان الانفعالي، الاختبار الخاصة بمهارة المناولة بكرة القدم ، الملاحظة والتجريب)



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016  
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني  
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

**المعالجات الإحصائية** (الوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء، معامل ارتباط بيرسون ، اختبار ( T ) للعينات المستقلة ، اختبار (T) للعينات المرتبطة)

**نتائج البحث** (إن استخدام التمرينات المختارة ضمن البرنامج التدريبي تأثير إيجابي في تنمية الاتزان الانفعالي وأداء مهارة المناولة بكرة القدم للمجموعة التجريبية)

**توصيات البحث** (وفي ضوء النتائج التي توصل إليها يوصي الباحثان بضرورة استعمال البرنامج التدريبي المعد من قبل الباحث في تنمية الاتزان الانفعالي على فئات عمرية أخرى)

*The effect of a training program for developing emotional balance, the handling skill of football juniors aged 14-16 years*

*Researcher: Prof. Dr. Ali Khalifa Bris*

*Diyala University - College of Physical Education and Sports Sciences*

*ali.khalefa@uodiyala.edu.iq*

*Tel: 07716089489*

*Researcher: Prof. Dr. Liqaa Ghaleb Diab*

*Diyala University - College of Physical Education and Sports Sciences*

*Leqaa.ghalib@uodiyala.edu.iq*

*Tel: 07732830266*

*Researcher: Prof. Dr. Fouad Abdel Latif Ghaidan*

*Diyala University - College of Physical Education and Sports Sciences*

*Fouad.abbellatif@uodiyala.edu.iq*

*Phone 07707884686*

Keywords: training program, emotional balance, handling, football

### Summary of the research

The aim of the research (the research aimed to identify the problems facing the emerging player as a result of the player's lack of self-confidence, which has a clear impact on building the player's personality and leads to imbalance in his performance and skills) .

Research community (junior players in Baquba Youth Forum and Al Khalis, Diyala Youth and Sports Directorate, whose number is (39) in the Iraqi Ministry of Youth and Sports).



The research sample and its selection method (the research sample consisted of the young players of the Canaan Youth Forum, the Directorate of Youth and Sports Diyala (Iraq) for the year 2021, which numbered (24) players with the exclusion of goalkeepers. The researchers divided the sample into two experimental and control groups, each group consisting of ( 12 players).

The scientific method (the researchers used the experimental method).

Measurement tools (forms for the emotional balance scale, test for soccer handling skill, observation and experimentation).

Statistical treatments (arithmetic mean, median, standard deviation, skew coefficient, Pearson correlation coefficient, T-test for independent samples, T-test for related samples).

Research results (the use of the selected exercises within the training program has a positive effect on the development of emotional balance and the performance of the soccer handling skill for the experimental group).

Research recommendations (in light of the findings, the researchers recommend the necessity of using the training program prepared by the researcher in developing emotional balance on other age groups).

#### 1 - المقدمة:

أن التقدم وتطور العلم اخذ ينعكس على شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجال الرياضي نتيجة لإتباع الأساليب الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق الابتعاد عن المألوف وإيجاد أفاق جديدة لا حدود لها في علوم الرياضة ومن هذه العلوم علم التدريب وعلم النفس الرياضي اللذان شهدا تطورا في أساليب التدريب في نواحي مختلفة منها بشكل خاص التطورات في أساليب لعب الفريق من ناحية تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية كي يفاجئ بها المنافس .

ومن اجل الارتقاء بمستوى الناشئين لابد من دراسة سلوكهم في اثناء سعيهم في تحقيق أهدافهم المستقبلية من حيث مكونات وسمات الشخصية ومستوى انفعالاتهم في أثناء التدريب والمنافسات سعيا لنقوية عناصر الاتزان الانفعالي باعتبارهم المصدر الحقيقي لبلوغ حالة التوازن الانفعالي ودعائم الشخصية القوية لان اللاعب الناشئ يكافح في بداية حياته الرياضية

من اجل بلوغ الكمال التي تحتاج إلى الصفات الإرادية في أثناء التدريب والمنافسات بما يزيد قوة التركيز في اداة وتحقيق أعلى المستويات .

لذا تكمن أهمية البحث في دراسة تأثير البرنامج التدريبي لتنمية الاتزان الانفعالي لدى ناشئي كرة القدم باعتبار ان الجانب النفسي من الجوانب الأساسية لشخصية الناشئ لذا يحاول علم النفس الرياضي إن يتفهم سلوك الشخص وخبرته وعملياته العقلية في المجال الرياضي ومن الأمور التي لفتت الانتباه بعد دخول هذا العلم في مجال التدريب والمنافسات أهمية الناحية النفسية في عمليات إعداد اللاعب والوصول به إلى المستوى العالي.

**مشكلة البحث :** ومن خلال ملاحظة الباحث ضعفا في أعداد اللاعبين الناشئين في بداية ممارسة لعبة كرة القدم كون الباحثان لاعبين ومدربان ومشرفان على لعبة كرة القدم في نادي بعقوبة ومنتدى شباب بعقوبة لاحظا أن أعداد اللاعب الناشئ في لعبة كرة القدم يعتبر من أهم الركائز المهمة لهذه الفئة حيث تحدد هذه الفترة بناء اللاعب بدنيا ومهريا ونفسيا.

لذا أن ضعف الاتزان الانفعالي عند اللاعب الناشئ يؤثر تأثيرا واضحا على بناء شخصية اللاعب ويؤدي إلى عدم التوازن في أدائه ومهاراته ولقلة الاهتمام بالجانب النفسي حدا بالباحثان الولوج في هذه المشكلة ،

ويرمي الباحثين الى استخدام منهج تدريبي لتنمية الاتزان الانفعالي لناشئي لاعبي كرة القدم و معرفة تأثير المنهج التدريبي في تطوير قوة الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئي كرة القدم.

ويفترض هناك فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئي كرة القدم ولصالح الاختبارات البعدية وهناك فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية في الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئي كرة القدم بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

## 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

**2-1 منهج البحث :-** تعد المنهجية ذات أهمية في البحوث العلمية، ذلك إن قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث. فالمنهج هو "الخطوات الفكرية التي

يسلكها الباحث لحل مشكلة معينة (عبيدات وآخرون ، 2004 ، ص51)، وعليه استخدمت الباحثه المنهج التجريبي .

**2-2 عينة البحث** :: تم اختيار عينة البحث من اللاعبين الناشئين لمنطدى شباب بعقوبة مديرية شباب ورياضة ديالى للعام 2021 والبالغ عددهم (24) لاعباً مع استبعاد حراس المرمى .وقد قسم الباحث العينة. على مجموعتين تجريبية وضابطة ، كل مجموعة مكونة من (12) لاعباً .

**2-3 تكافؤ العينة** :: تم إجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المهاري لمهارة المناولة على ضوء الاختبار القبلي كما مبين بالجدول

### الجدول (1)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم في الاختبارات القبلية

المتغيرات	وحدة القياس	تجريبية		ضابطة		قيمة ت الجدولية	الدلالة
		س	ع	س	ع		
الاتزان الانفعالي	درجة	114.583	6.999	116.333	6.095	.653	غير دال
مناولة	درجة	1.116	.577	1.333	.492	.761	غير دال

(ت) الجدولية (2.074) ، مستوى الدلالة (0.05) ، درجة الحرية = 22 من خلال الجدول (2) نلاحظ أن قيمة (ت) المحسوبة وهي على التوالي. (0.653 ، 0.761) وعند مستوى دلالة (0.05) اصغر من (ت) الجدولية والبالغة (2.074) مما يدل على تكافؤ العينة .

**2-4 وسائل جمع المعلومات** :- (المصادر العربية والأجنبية، الاستمارات الخاصة بمقياس الثقة بالنفس ،الاختبارات المهارية الخاصة بكرة القدم ، الملاحظة والتجريب، شريط قياس ، ساعة توقيت الكترونية ، كرات قدم عدد (10) ، أهداف صغيرة طول (1)م وارتفاع ( 50 ) سم ، شواخص عدد(12) )

**2-5 تحديد مجالات المقياس**: لغرض تحديد مجالات المقياس قام الباحث بالاطلاع على المصادر العلمية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع (الاتزان الانفعالي) فضلاً عن المصادر العلمية والدراسات السابقة التي درست متغير الاتزان الانفعالي مثل: .دراسة عبد

الغفار ردام (2019) م . وبعد التدقيق اختار الباحثان مقياس الاتزان الانفعالي عبد الغفار ردام (2019) وقد اختار الباحثان المقياس لأنه دقيق وأكد على المجالات أعلاها أي يتكون من ثلاث أبعاد ولوضوح فقراته وحدائته حيث يتكون من ( 42 ) فقرة تقيس جوانب الاتزان الانفعالي للفرد ، فضلاً عن التحقيق من مقياس التقدير الرباعي والذي أعطيت بدائل الإجابة الأربعة عالية (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي ابدأ) الدرجات (4، 3، 2، 1) للعبارات الايجابية (1، 2، 3، 4) للعبارات السلبية أي أن أعلى درجة للمقياس هي (168) واقل درجة للمقياس هي (42) .

6-2 الاختبار

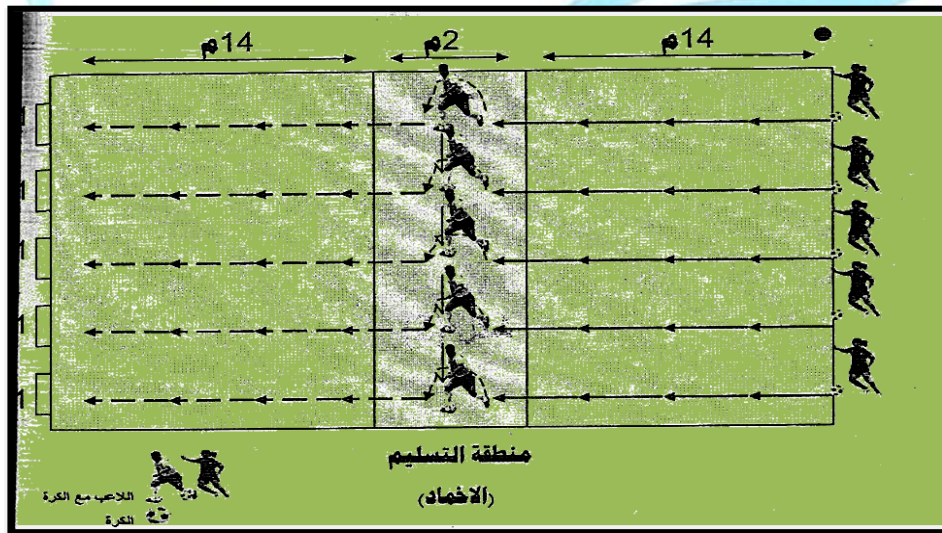
اختبار دقة المناولة

هدف الاختبار : قياس دقة التسليم والمناولة (محمود : 2009، ص210)

الأدوات المستخدمة: 1- شواخص عدد 5 2- كرات قدم عدد 5

3-أهداف صغيرة بعرض 1م وارتفاع 50 سم

4- شريط لقياس المسافة 5- بورك 6- صافرة



رسم توضيحي لاختبار المناولة

## 2-7 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 19/9/2021 والتجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 24/9/2021م على العينة الاستطلاعية وعددهم 15 لاعب من فئة الناشئين أنفسهم ومن خارج العينة ومن ناشئي منتدى شباب الخالص

## 2-8 الأسس العلمية للاختبارات

صدق الاختبار:- يقصد بصدق الاختبار " قياس الاختبار فعلا" أو حقيقة ما وضع لقياسه (الصمدي ، 2012 ، ص 102 )

معامل ثبات الاختبار :- ثبات الاختبار يعني "أذا اجري اختبار ما على عينة ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف عينها فإن النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية

موضوعية الاختبار:- الموضوعية هي "عدم تدخل ذاتية الباحث وآرائه ومعتقداته في نتائج الاختبار (الكندي و احمد، 1999، ص 154) أن الاختبارات التي تم استخدامها في البحث بعيدة عن التقويم الذاتي والتحيز ..

البرنامج التدريبي :- طبق برنامج تدريبي معدا يتضمن تدريباً بدنياً وحركياً وذهنياً بأنواعه في وقت الجزء الرئيس على عينة من لاعبي كرة القدم للناشئين بأعمار (14-16) سنة ويمثلون ناشئي منتدى شباب بعقوبة ولم يتم التدخل في المنهج المستخدم من قبل المدرب بالنسبة للمجموعة الضابطة وتم إعطاء هذه التمرينات ولمدة (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع في وقت الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية للفريق.

## 2-9 تطبيق تجربة البحث

2-9-1 الاختبارات القبليّة :- تم إجراء الاختبارات القبليّة للبحث في يوم 6/12/2021 لكل من

- اختبارات مقياس الاتزان الانفعالي لعينة البحث.
- الاختبار الخاص بمهارة المناولة بكرة القدم لعينة البحث.

تنفيذ تجربة البحث :- نفذت المنهج التدريبي في يوم 17/12/2021 ولغاية 28/2/2022 على أفراد المجموعة التجريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد (السبت ، الاثنين ، الخميس) وبلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة واستغرق زمن الوحدة التدريبية (1 إلى 6)

وحدة تدريبية (90 دقيقة) ومن (7 إلى 12) وحدة تدريبية (100 دقيقة) ومن (13 إلى 18) وحدة تدريبية (110 دقيقة) ومن (19 إلى 24) وحدة تدريبية (120 دقيقة).

2-9-2 الاختبارات البعدية: بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي على عينة البحث أجريت القياسات البعدية لمجاميع البحث ( المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ) مراعيًا في ذلك كل الظروف وطريقة التنفيذ والأدوات المستخدمة إذ تمت الاختبارات البعدية بتاريخ 2022 /3/2 لكل من مقياس الاتزان الانفعالي ومهارة المناولة بكرة القدم.

2-10 المعالجات الإحصائية : - استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي ( spss ) لمعالجة البيانات

3- عرض النتائج وتحليل الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:  
الجدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

بُعدي		قبلي		وحدة القياس	
ع	س	ع	س	المتغيرات	
9.705	119.750	6.095	116.333	درجة	الاتزان الانفعالي
0.389	2.833	0.577	1.166	درجة	المناولة

الجدول (3)

يبين الفرق في الوسط الحسابية والفرق في الانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التطور بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

وحدة القياس	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدلالة
المتغيرات	ف	ف	ت	الجدولية	التطور	الإحصائية
الاتزان الانفعالي	3.417	5.130	2.321		64%	دال
المناولة	1.667	0.651	6.540		87%	دال

(ت) الجدولية (1.796) ، مستوى الدلالة (0.05)



#### الجدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

بعدي		قبلي		وحدة القياس	المتغيرات
ع	س	ع	س		
5.119	109.250	6.999	114.583	درجة	الاتزان الانفعالي
0.651	1.333	0.492	1.333	درجة	المناولة

#### الجدول (5)

يبين الفرق في الوسط الحسابية والفرق في الانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة

التطور بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدلالة الاحصائية
الاتزان الانفعالي	درجة	5.333	7.889	2.342	60%	غيردال	
المناولة	درجة	0.000	0.738	0.000	0%	غيردال	

(ت) الجدولية (1.796) ، مستوى الدلالة (0.05) ، درجة الحرية = 11

ومن خلال اطلعنا على الجدول (4) و(5) يتبين ويتضح بان هنالك فروق دالة احصائياً بين الاختبارات القبلية والبعديّة بالاتزان الانفعالي و أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار أبعدي 2 مناقشة النتائج

من خلال الجداول (2)، و(3) و(4) و(5) أظهرت النتائج إلى تطور المجموعتين التجريبية والضابطة في قابلية الرياضي على الاتزان الانفعالي ويعزو الباحثين سبب ذلك إلى أن الاهتمام بتطبيق اختبار الاتزان الانفعالي في عملية التدريب والمنافسات لها أهمية واسعة في تعزيز دوافع اللاعب وزيادة ثقته بنفسه والاستعداد لتحقيق الانجاز فالاتزان الانفعالي له تأثير حاسم على الدوافع . إذ يؤثر على تحفيز الاستعداد للانجاز بصورة غير مباشرة كما أن الثقة بالنفس الذي يؤثر على مدى طويل يمكن أن يؤدي إلى تغيرات في الشروط النفسية الموروثة (الويس ، 2004، ص131). وفيما يخص أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم قيد البحث

بالنسبة إلى المجموعة الضابطة ويعزو الباحثان ذلك إلى انه التدريب والتكرار المستمر للمهارات أدى إلى تطورها ، لذلك فإن هذه المهارة " تتطور من خلال عملية التدريب المستمر (سعدالله ، الزهاوي ، 2011، ص12). أما تطور المجموعة التجريبية فيعزو الباحثان ذلك إلى أن البرنامج التدريبي الذي وضعه الباحثان كان له الأثر في تطويرها لدى عينة البحث. كما أن المهارة قيد البحث تعد من المهارات المهمة الواجب أن يتقنها لاعب كرة القدم وخاصة في مرحلة الناشئين لكونها من المراحل الأولى في التعلم .

2-3 عرض النتائج وتحليل قيمة (ت) في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

#### الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدلالة الاحصائية
الاتزان الانفعالي	درجة	3.174	2.074	73%	دال
المناولة	درجة	6.578		86%	دال

#### الجدول (7)

يبين قيمة (ت) المحسوبة ونسبة التطور بين المجموعتين في الاختبارات البعدية

المتغيرات	وحدة القياس	تجريبية		ضابطة	
		س	ع	س	ع
الاتزان الانفعالي	درجة	119.750	9.705	109.250	5.119
المناولة	درجة	2.833	0.389	1.333	.651

(ت) الجدولية (2.074) ، مستوى الدلالة (0.05) ، درجة الحرية = 22

ومن اجل توضيح وتجسيد هذه النتائج بشكل بياني عرض هذا الشكل الذي يوضح الأوساط الحسابية البعدية الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم وللمجموعتين التجريبية والضابطة ومن خلال اطلعنا على الجدول (6) و(7) يتبين ويتضح بان هناك فروقاً دالة

احصائياً بين الاختبارات القبلية والبعديه بالاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحثين سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات إلى أن المنهج الذي أعده الباحثان كان له الأثر الفعال في تطوير الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم لديهم وإن اختيار التمرينات المناسبة والتدريب المتواصل عليها يعطي نتائج ايجابية مؤكداً إلى للبرنامج والتدريبي الذي طبق على هذه المجموعة والذي كان مبرمج ومقتن بشكل علمي مدروس من خلال عرضه على بعض من ذوي الاختصاص وأكدوا على علميته ( David ، 2012 ، p42 ) وهذا ما حدث بالفعل مع المجموعة التجريبية. وان التمارين المهارية المتنوعة والمشوقة التي تضمنها البرنامج ساعدت المجموعة التجريبية في تطوير المهارات قيد البحث وهذا ما أشار إليه (محمود ، حسن ، 2013، ص 25) "إن استخدام التمارين المتنوعة والهادفة لها تأثير ايجابي في تطوير المهارة.

#### 4- الخاتمة:

في ضوء أهداف الدراسة وعرض نتائجها ومناقشتها يستنتج الباحثان ما يلي:- المنهج المتبع من قبل المدرب له تأثير ايجابي على أداء مهارة المناولة قيد الدراسة ، ولكن ليس بفاعلية البرنامج المقترح باستخدام تطبيق مقياس الاتزان الانفعالي وجود فروق في مقياس الاتزان الانفعالي للعينة قيد الدراسة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي كما إن استخدام التمرينات المختارة ضمن البرنامج التدريبي تأثير ايجابي في تطوير الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم للمجموعة التجريبية.

وفي ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان يضع التوصيات الآتية :-

ضرورة استعمال البرنامج التدريبي المعد من قبل الباحثين في تطوير الاتزان الانفعالي على فئات عمرية أخرى والتأكيد على إشراك اللاعبين منافسات محلية الغرض منها معرفة تأثير الاتزان الانفعالي في أداء مهارة المناولة لناشئ كرة القدم لديهم وتدعيم الثقة والإرادة لدى اللاعبين أنفسهم من اجل تحقيق أهدافهم .



### المصادر

- ثامر محسن إسماعيل (وآخرون) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم (الموصل ،مطبعة جامعة الموصل،1991).
  - ذوقان عبيدات( وآخرون) ؛ البحث العلمي مفهومه وأدائه وأساليبه: (عمان ، دار الفكر ، ط1 ، 2004)
  - عبدا لله الكندي ومحمد احمد ؛ مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية والعلوم الاسلامية ، ط2: (الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع،1999)
  - غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن؛(كرة القدم التدريب المهاري، ط1، عمان الأردن،مكتبة المجتمع العربي،2013م)
  - فرات جبار سعدة الله وها فال خورشيد الزهاوي ؛ التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم ،ط1: (عمان ،شارع الملك حسين ، مجمع الفحيص التجاري،2011)
  - لؤي غانم الصميدعي ( وآخرون ) ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي : ط1( اربيل ، 2012 ).
  - مرتضى محسني ؛محاضرات الدورة التدريبية الدولية بكرة القدم ، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ، 1997.
  - موفق اسعد محمود ، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ،ط2 ( عمان دار دجلة ،2009 ) ص 124 .
- \* David, Footwork Coordination and Skills in Score, New Yoek , 2012.