



The effect of proposed Toro exercises to develop short handling and suppression skills for football players aged (15-17) years

Asst. Dr Aban Abdul Karim Mazhar *

Babylon Education Directorate, Iraq

Aban667@gmail.com

Research submission date: 6/11/2023

Publication date : 9/30/2023

Abstract

The goal of the research is to identify the effect of the proposed Toro exercises in developing some short tackles and putdowns in football. The researcher used the experimental method by designing two equal groups for the research sample of (24) players from the two Babylon Club teams for the season (20120-2021) with ages (15-17) years of age. The original research population was (30) players, and the sample was divided equally into two groups, one experimental and the other a control group. The researcher used auxiliary tools and appropriate devices to conduct tests for the research variables, in addition to implementing the suggested exercises. A mini exploratory experiment was conducted on a sample of second-stage students, numbering (6). Players, after conducting pre-tests and executing the exercise items related to the rate of play for a period of (4) weeks, with (3) educational units and a total number of (12) units, and then post-tests were conducted for motor compatibility and accuracy of scoring in football, and after extracting the data and processing it statistically, and then Presented, analyzed and discussed based on relevant scientific sources, the researcher reached several conclusions, the most important of which was the effectiveness of the proposed toro exercises in developing short handling and suppression for players. In light of these conclusions, the researcher recommended the need to emphasize the use of the proposed educational exercises in football educational units. For this category.

Keywords: Toro exercises. Handling, putting down, football

اثر تمرينات تورو مقترحة لتطوير مهارتي المناولة القصيرة و الاخمد للاعبى كرة القدم بعمر (15-17) سنة

م.د آبان عبدالكريم مزهر *

مديرية تربية بابل، العراق

Aban667@gmail.com

تاريخ النشر/2023/9/30

تاريخ تسليم البحث /2023/6/11

الملخص

الملخص

هدف البحث في التعرف على تأثير تمرينات التورو المقترحة في تطوير بعض المناولة القصيرة والاخمد بكرة القدم، واستعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لعينة البحث البالغ عددها (24) لاعب من فريقي نادي بابل للموسم (20120-2021) باعمار (15-17) سنة من مجتمع البحث الأصلي البالغ (30) لاعب وقسمت عينة بالتساوي على مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة، واستعمل الباحث ادوات مساعدة والأجهزة الملائمة لأجراء الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث، فضلاً عن تنفيذ تمرينات المقترحة وأجريت تجربة استطاعية مصغرة على عينة من طلاب المرحلة الثانية بلغ عددهم (6) لاعبين، وبعد إجراء الاختبارات القبلية وتنفيذ مفردات التمرينات الخاصة بمعدل اللعب لمدة (4) أسابيع وبواقع (3) وحدات تعليمية وبعدد كلي (12) وحدة، وبعدها أجريت الاختبارات البعدية للتوافق الحركي و دقة التهديف بكرة القدم تمثل ، وبعد استخراج البيانات ومعالجتها إحصائياً ومن ثم عرضها وتحليلها ومناقشتها اعتماداً على المصادر العلمية ذات العلاقة، توصل الباحث إلى استنتاجات عدة من أهمها تم التوصل إلى فاعلية التمرينات التورو المقترحة في تطور المناولة القصيرة و الاخمد للاعبين، وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصى الباحث بضرورة التأكيد على استعمال التمرينات التعليمية المقترحة في الوحدات التعليمية لكرة القدم لهذه الفئة.

الكلمات المفتاحية : تمرينات تورو . المناولة ، الاخمد ، كرة القدم

1-1 مقدمة البحث و اهميته:

الرياضة في الوقت الحاضر اصبحت مجمعة متطورة من العلوم من خلال تلك العلوم التي تطورت بشكل واسع و مفتوح للغوص فيه حيث و ساعد في ذلك حب و شغف الجمهور المتعطش لرؤية الافضل و اللامتع من قبل القائمين على تلك الرياضات حيث اصبحت دول كثيرة في العالم تعتمد على الرياضة كمدخول لميزانياتها من خلال التطور الكبير في وسائل النقل حول العالم.

كرة القدم احدى تلك الرياضات التي اصبحت شغف للملايين من الجماهير حول العالم و تعتبر وسيلة من وسائل المتعة و الترفيه حيث بدأت تجلب ايرادات كبيرة وانتشرت حول العالم بسرعة هائلة. تعد تمارينات التورو من الاساليب الحديثة في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم حت ظروف مختلفة تساعد المتعلمين خلال هذه التمارينات استحداث طرق حل مبتكرة من خلال التفكير الناني بواسطة ظروف مشابهة لظروف المنافسة و تقليل الاخطاء امام المنافسين.

كرة القدم لعبة قائمة على مجموعة من المهارات التي تساعد في نقل اللعب من الناحية الدفاعية الى الهجومية و بالعكس، مهارة المناولة احدى تلك المهارات الاساسية المهمة في كرة القدم. الاخاماد مهارة دائما ماتكون محطة للمهارات القادمة ، و غالبا ماتكون تحضير للمهارة القادمة ، حيث تعتبر مرتكز هام من مهارات كرة القدم الحديثة.

من هذه النقطة الهامة اتت اهمية البحث في تصميم مجموعة من التمارينات الخاصة (بالتورو) لتطوير مهارة المناولة القصيرة و الاخاماد بكرة القدم من خلال الظروف المشابهة لمواقف اللعب وتجربة فاعلية هذه التمارين.

1-2 مشكلة البحث:

تبلورت مشكلة البحث كون الباحث لاعب سابق و مدرب حاليا و من خلال متابعته لهذه الفئة السنية المهمة وجد هناك ضعف في مهارتي المناولة القصيرة و الاخاماد بكرة القدم، وانها بعيدة عن المستوى المطلوب لها ، نتيجة لعدم استخدام المدربين تمارينات بظروف مشابهة لاجواء المنافسة ، لذا ارتأى الباحث استخدام تمارينات التورو و تجربته لحل هذه الضعف.

1-3 اهداف البحث:

1- اعداد تمارينات التورو من قبل الباحث لتطوير المناولة القصيرة و الاخاماد للاعبين كرة القدم بعمر (15-17) سنة.

2- التعرف على تأثير تمرينات التورو لتطوير مهارتي المناولة القصيرة و الاخمد للاعبى كرة القدم بعمر (15-17) سنة.

4-1 فروض البحث:

1- هنالك اثر ايجابى لاستعمال تمرينات التورو المقترحة لتطوير مهارتي المناولة القصير و الاخمد للاعبى كرة القدم بعمر (15-17) سنة.

5-1 مجالات البحث:

1-المجال البشرى: لاعبى نادى بابل بعمر (15-17) سنة.

2-المجال الزمانى: اجري البحث للفترة من 2023/2/1 لغاية 2023/3/15

3-المجال المكانى: ملعب نادى بابل الرياضى.

2 - منهجية البحث و اجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، "المنهج التجريبي هو عملية منظمة تجري تحت ظروف او شروط معينة و مسيطر عليها او اختبار وجهة نظر جديدة لاكتشاف شيء جديد (محمد الياسرى، 2017، ص258)

2-2 مجتمع البحث:

حدد الباحث مجتمع البحث بلاعبى نادى بابل و نادى الحله بعمر (14-16) سنة البالغ عددهم (24) لاعبا، (12) لاعب من نادى بابل و تمثل نسبة (92,5%) للموسم الرياضى 2020-2021.

2-3 الوسائل و الادوات المستخدمة:

1-المقابلات الشخصية.

2-المصادر و المراجع العربية و الاجنبية.

3-كرات قدم عدد (6) نوع metra.

4-اقماع ملونه عدد (20).

5- ساعة توقيت نوع كاسيو يابانى.

6-آلة تصوير نوع sony عدد (1).

7- اقراص (cd) للتصوير عدد (4).

8-حاسبة الكترونية نوع (hp).

9-صافرة نوع فوكس عدد (1).

10- ميزان طبي.

11- شريط قياس.

12-كرات تنس عدد(8)

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

(1): حدد الباحث متغيرات البحث (المناولة القصيرة و الاخمد بكرة القدم).

2-4-1 اختبار المناولة بكرة القدم(ابان عبدالكريم،0202، 86):

الهدف من الاختبار: قياس دقة التمرير .

الادوات المستعملة : شواخص ، هدف (1×1) م ،كرات قدم، شريط قياس.

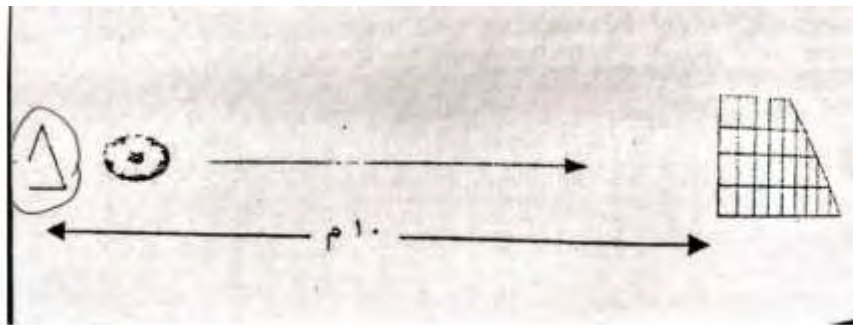
طريقة الاداء : يقف المختبر و معه الكرة على بعد (10)م من الهدف و عند سماع

الاشارة يقوم المختبر بمناولة الكرة و هي ثابتة باتجاه الهدف .انظر شكل (1).

طريقة التسجيل : يعطى لكل مختبر (5) كرات لأداء خمس محاولات و كما يلي

◀ درجة للمحاولة الناجحة .

◀ صفرا للمحاولة الفاشلة .



شكل (1)

يوضح اختبار المناولة بكرة القدم

2-4-2 اختبار الاخاماد (زهير الخشاب و اخرون، 1999، 67):

الغرض من الاختبار: قدرة المتعلم على التحكم بالكرة عن طريق الكتم. انظر شكل (2).

الدوات: جص لرسم الدوائر، كرات قدم عدد (6)، ، استمارة تسجيل.

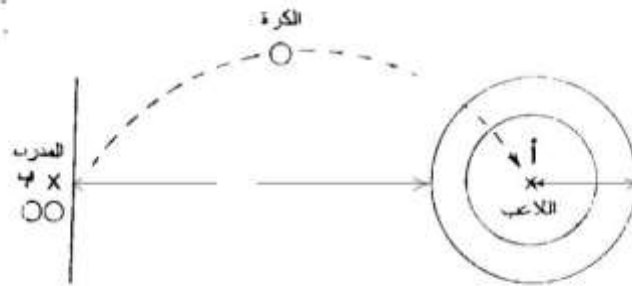
وصف الاختبار: دائرتان احدهما بقطر (1)م و الاخرى بقطر (2)م و يرسم خط طوله (2) م على بعد (10)م وهو خط رمي الكرة .

مواصفات الاداء: يقف المتعلم في منتصف الدائرة الصغرى عند اعطاء الاشارة يقوم المدرب برمي الكرة على شكل قوس داخل الدائرة و يحاول المتعلم السيطرة عليها باي جزء من جسمه و يعطى ثلاث محاولات لكل متعلم.

التسجيل: - تحتسب درجة (3) اذا جح في السيطرة عليها في الدائرة الصغيرة.

- تحتسب درجة (2) عند الدائرة الكبيرة .

- تحتسب درجة (0) اذا خرجت خارج الدوائر.



شكل (2)

يوضح اختبار الاخاماد

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام بالباحث بالتجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (6) من لاعبي نادي بابل من خارج العينة الرئيسية لتطبيق الاختبارات الموضوعية وذلك في يوم الجمعة المصادف 2023/2/1 في الساعة العاشرة صباحا في ملعب نادي بابل الرياضي و كان الهدف التأكد من الاجهزة والدوات و تحديد اهم المعوقات و ايجاد الاسس العلمية للاختبار.

2-6 الأساس العلمية للاختبارات:

2-6-1 صدق الاختبار: استعمل الباحث طريقة الصدق الظاهري و ذلك بالاعتماد على مجموعة من الخبراء، اذ تم عرض الاستبانة الخاصة بتحديد الاختبارات لعينة البحث على السادة الخبراء، وبعد فرز الاختبارات ظهرت بنسبة موافقة (100%) و للاختبارين.

2-6-2 ثبات الاختبار: استعمل الباحث طريقة الاختبار و اعادة الاختبار على عينة مقدارها (6) لاعبين اذ تم الاختبار للمرة الاولى يوم الاربعاء المصادف 2023/2/1 في ملعب نادي بابل في الساعة العاشرة صباحا ، و تم اعادة الاختبار السبت المصادف 2023/2/4 في المكان و الزمان نفسه ، كما هو مبين في الجدول (2).

2-6-3 موضوعية الاختبار: قام الباحث بحساب موضوعية الاختبار عن طريق ايجاد علاقة الارتباط بين اثنين من المحكمين بواسطة معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، كما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين قيم معامل الثبات و الموضوعية للاختبارات

| ت | الاختبار | الثبات | الموضوعية |
|---|------------------|--------|-----------|
| 1 | المناولة القصيرة | 0,90 | === |
| 2 | الاخمد | 0,93 | 0,85 |

2-7 اجراءات البحث الرئيسية:

2-7-1 الاختبار القبلي: اجريت الاختبارات القبلية لعينة البحث يوم الاربعاء المصادف 2023/2/8 في تمام الساعة العاشرة لعينة نادي بابل و الخاصة باختبارات (المناولة القصير ، الاخمد)

2-7-2 مفردات المنهاج المعد (التمرينات): استغرقت الوحدات التعليمية لمدة (4) اسابيع و بمعدل 3 وحدات اسبوعيا ، و كان زمن الوحدة التعليمية (90)د ، اعتمدت المجموعة التجريبية على التمرينات المقترحة ، اما المجموعة الضابطة اعتمدت على منهج المدرب الخاص.

2-7-3 الاختبارات البعدية: بعد انتهاء مدة تنفيذ التمرينات المقترحة اجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث (التجريبية) يوم الجمعة المصادف 2023/3/8، مشابهه لنفس الظروف للاختبار القبلي.

جدول (3)

يوضح الواصلات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة (t) في الاختبارات القبلية للاختبار المناولة القصيرة و الالماد

| نوع الدالة | قيمة (t) المحسوبة | التجريبية | | الضابطة | | وحدة القياس | الاختبار | ت |
|------------|-------------------|-----------|------|---------|------|-------------|----------|---|
| | | ع | س- | ع | س- | | | |
| غير معنوي | 1,42 | 0,73 | 2,53 | 0,61 | 2,8 | درجة | المناولة | 1 |
| غير معنوي | 1,85 | 0,73 | 5,35 | 0,78 | 5,74 | درجة | الالماد | 2 |

يبين الجدول (3) التكافؤ بين المجموعتين الضابطة و التجريبية حيث كانت قيمة (t) الجدولية البالغة (2,07) عند مستوى دلالة 0,05 و درجة حرية (22).

2-8 الوسائل الاحصائية: استعان الباحث بالوسائل الاحصائية الاتية (مروان عبدالمجيد، 2000، 243):

- 1- النسبة المئوية .
- 2- الوسط الحسابي .
- 3- الانحراف المعياري .
- 4- معامل الاختلاف.
- 5- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
- 6- اختبار (t) للعينات المستقلة .
- 7- اختبار (t) للعينات المتناظرة.

3- نتائج البحث:

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية المناولة القصيرة والاختبار بكرة القدم للمجموعة التجريبية

| ت | المعالم الإحصائية الاختبارات | وحدة القياس | القبلية | | البعدية | | قيمة (t) المحسوبة | نوع الدلالة |
|---|------------------------------|-------------|---------|------|---------|------|-------------------|-------------|
| | | | ع | س- | ع | س- | | |
| 1 | المناولة القصيرة | درجة | 0,73 | 2,53 | 0,65 | 3,41 | 4,6 | معنوي |
| 2 | الاختبار | درجة | 0,73 | 5,35 | 0,69 | 6,12 | 3,85 | معنوي |

يبين الجدول (4) نتائج المجموعة التجريبية، إذ أظهرت وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2,201) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11).

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية المناولة القصيرة والاختبار بكرة القدم للمجموعة الضابطة

| ت | المعالم الإحصائية الاختبارات | وحدة القياس | القبلية | | البعدية | | قيمة (t) المحسوبة | نوع الدلالة |
|---|------------------------------|-------------|---------|------|---------|------|-------------------|-------------|
| | | | ع | س- | ع | س- | | |
| 1 | المناولة | درجة | 0,61 | 2,8 | 0,51 | 3,23 | 2,8 | معنوي |
| 2 | الاختبار | درجة | 0,61 | 5,74 | 0,78 | 6,58 | 4,42 | معنوي |

يبين الجدول (5) نتائج المجموعة الضابطة، إذ أظهرت وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2,201) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11).

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة في الاختبارات البعدية المناولة و
الاحماد بكرة القدم بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

| ت | المعالم الإحصائية الاختبارات | وحدة القياس | الضابطة | | التجريبية | | قيمة (t) المحسوبة | نوع الدلالة |
|---|---------------------------------|----------------|---------|------|-----------|------|----------------------|----------------|
| | | | ع | س- | ع | س- | | |
| 1 | المناولة | درجة | 3,23 | 0,65 | 3,41 | 0,51 | 1,25 | غير معنوي |
| 2 | الاحماد | درجة | 6,12 | 0,61 | 6,58 | 0,69 | 2,55 | معنوي |

يبين الجدول (6) نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ أظهرت وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح التجريبية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2,07) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22).

2-3 مناقشة النتائج:

من خلال ما تمّ عرضه من نتائج في الجدولين (4 و5) اللذان أظهرتا وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، وللمجموعتين الضابطة والتجريبية، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق بالنسبة للمجموعة الضابطة، إلى التزام أفراد هذه المجموعة بوحدة المنهج التعليمي المتبع والخاص بالمدرّب ، هذا الأسلوب التعليمي الذي شمل التكرارات المناسبة التي تم تنفيذها بشكل مستمر، وهذا يتفق مع ما تم الإشارة إليه في أنّ الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم والاكساب، فضلاً عن أنّ التدريب عامل أساس في عملية تفاعل المتعلم مع المهارة والتحكم على بحركاته وتحقيق التناسق بين الأجزاء المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وإتقانها". (نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي، 2000).

أما فيما يخص أفراد المجموعة التجريبية فيعزو الباحث سبب معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح البعدية ولقدرة المناولة القصيرة إلى ادخال التمرينات المقترحة وتطبيق متعلمو المجموعة التجريبية هذه التمرينات في أثناء الوحدات التعليمية واستجاباتهم لكافة متطلبات الأداء الحركي المطلوب منهم، إذ دلت هذه التمرينات على فاعليتها ودورها في تطور الخبرة التي اكتسبها المتعلمون من الوحدات التعليمية الخاصة بمهارة المناولة القصيرة، إذ تضمنت هذه الوحدات تمرينات ومواقف تعليمية لهذه القدرة التي تعني "قدرة الفرد

على التحكم في عضلات جسمه مجتمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط". (وجيه محبوب، 1989)، فضلاً عن ذلك أدت التمرينات المقترحة إلى تطوير أداء المهارات المبحوثة لدى أفراد المجموعة التجريبية، وحسب ما أظهرته النتائج في وجود بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحث سبب معنوية هذه الفروق إلى تمرينات المقترحة التي تميزت بانسجامها مع قدرات المتعلمين وقابلياتهم المهارية، ووضوح آلية تطبيقها حسب متطلبات اللعب المطلوب منهم وبالتالي قيامهم بالأداء المهاري بدافعية ورغبة بعيداً عن الملل والضجر الذي قد يشعرون به في أثناء أدائهم للمهارات بشكل تقليدي، الأمر الذي أدى إلى زيادة أو تطوير دقة أداء هذه المهارة لديهم، وهذا يتفق مع ما تم الإشارة إليه في أن "وضح الأهداف للمتعم يؤدي إلى زيادة دافعية ومحاولة بذل الجهد للتغلب على ما يعترضه من صعاب وعقبات ويمنحه المزيد من الحماس والمثابرة ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل". (فرات جبار سعد الله، 2001).

وأشارت نتائج الجدول (6) ان مهارة المناولة لم تظهر فروق معنوية لتقارب الأداء نتيجة للتمرينات التي قام بوضعها المدرب وعدم وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لاختبارات الالاماد بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، اما مهارة الالاماد فقد ظهرت فروق معنوية لصالح بين المجموعة الضابطة و التجريبية و لصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق إلى فاعلية تمرينات المقترحة التي ساعدت أفراد المجموعة التجريبية في تطور مهارتي المناولة القصيرة و الالاماد لديهم ، لذا فإن أفراد مجموعة البحث التجريبية قد أدوا هذه المهارة بشكل جيد لكونهم اكتسبوا التوافق العصبي العضلي من خلال ممارستهم المتكررة لها من خلال التمرينات المقترحة. وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن طبيعة الأداء المهاري في الكرة القدم يتميز بأنه مجموعة من الحركات المترابطة والمندمجة والتي يؤديها اللاعب (المتعلم) بحسب متطلبات الموقف الذي يمر به من خلال المنافسة أو المباراة لتحقيق هدف معتمداً على قدراته الحركية والبدنية والمهارية، لذا يجب أن يتسم الأداء بالسرعة في التحرك بدرجة عالية من الفاعلية والدقة. (ياسر دبور ، 1997) .،

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

1-فاعلية التمرينات التعليمية المقترحة في تطور مهارة الالاماد للمتعلمين.

2-ضعف التمرينات الموضوعية لمهارة المناولة القصيرة بكرة القدم لهذه الفئة في الاختبارات البعدية.

4-2التوصيات:

1-ضرورة التأكيد على استعمال التمرينات التعليمية المقترحة لمهارة الالاماد في الوحدات التعليمية لهذه الالامار.

- 2- أعداد تدريبات تعليمية مكملّة او جديدة التعليمية الخاصة للاعبين هذه الفئة لتطوير المناولة بكرة القدم.
- 3- إجراء دراسات أخرى لتطوير قدرات متنوعة أخرى ومهارات أساسية بكرة القدم.

المصادر

- أبان عبدالكريم مزهر. اثر ميدان تعليمي في تطور بعض المدركات الحس حركية و المهارات الأساسية بكرة القدم للاشبال، اطروحة دكتوراة، جامعة بابل، كلية التربية البدنية و علوم الرياضة، 2020، ص68.
- زهير الخشاب واخرون. كرة القدم، ط2، جامعة الموصل، دار الكتب للنشر و الطباعة، 1999، ص67.
- فرات جبار سعد الله. تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية المهارية والخطية بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001، ص51.
- محمد جاسم الياسري. البحث التربوي و مناهجه و تصاميمه، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة، 2017، ص258.
- مروان عبد المجيد إبراهيم. الإحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية الرياضية، ط1، عمان، دار الفكر العربي، 2000، ص243.
- نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي. التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص120-129.
- وجيه محجوب. التعلم الحركي، الموصل، دار الفكر للطباعة والنشر، 1989، ص27.
- ياسر دبور. كرة اليد الحديثة، جامعة الإسكندرية، مطبعة الانتصار لطباعة الانسيت، 1997، ص19.