



# الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدقة التصويب من الارتكاز لدى

## لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي

م.م مخلد نعمة هارون الجبوري

[mokaledh@gmail.com](mailto:mokaledh@gmail.com)

### الملخص:

كرة اليد من الرياضات التي تمارس على نطاق واسع وتحتل مكانة جيدة لأنها لعبة ممتعة وتحتوي على مهارات دفاعية وهجومية يجب على اللاعبين تعلمها وإتقانها بشكل كبير في المباريات , الاستثارة الانفعالية من الموضوعات المهمة التي تؤثر سلبًا أو إيجابيًا على مستوى تطوير اللعبة وتحقق أفضل الإنجازات والنتائج، حيث أن الاستثارة الانفعالية من العوامل الرئيسية المؤثرة المستوى المباشر لأداء اللاعبين، فهو لا يتبع وتيرة واحدة، لكننا نجد أنها عالية وأحيانًا منخفضة لأسباب عديدة، وجد ان لاعبي نادي الكوفة الرياضي للشباب يواجهون ضغوط نفسية وقلة في مواجهتها من خلال ضعف الاستثارة الانفعالية وهذا ما جعل الباحث الخوض في المشكلة لإيجاد سبل الطرق لمعالجتها من خلال إيجاد العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي. استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة المشكلة وطبقة البحث على لاعبي نادي الكوفة الرياضي وبعد عرض استماره الاستثارة الانفعالية على الخبراء في مجال علم النفس وتحليل البيانات واستخراج النتائج توصل الباحث الى بعض الاستنتاجات منها , ان قيمة الاستثارة الانفعالية كانت متوسطة لدى لاعبي نادي الكوفة لكرة اليد وهناك علاقة معنوية بين الاستثارة الانفعالية والتصويب من الارتكاز بكرة اليد لنادي الكوفة الرياضي.

**الكلمات المفتاحية :** الاستثارة الانفعالية ,دقة التصويب ,لكرة اليد.



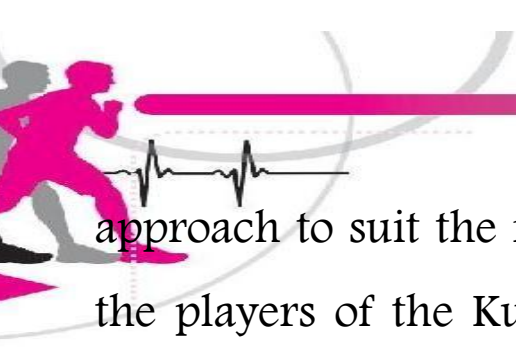
# *Emotional arousal and its relationship to the accuracy of shooting from the fulcrum among the young handball players of the Kufa Sports Club.*

*M. Makhlid Neama Haroun Al-Jubouri*

*mokaledh@gmail.com*

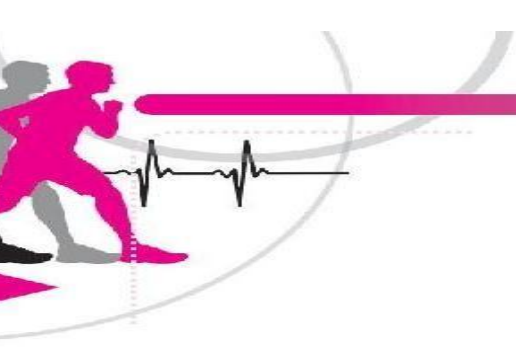
## **Abstract:**

Handball is a widely practiced sport and occupies a good position because it is a fun game and contains defensive and offensive skills that players must learn and master greatly in matches. Emotional arousal is one of the important topics that negatively or positively affect the level of game development and achieve the best achievements and results, as Emotional arousal is one of the main factors affecting the direct level of the players' performance, as it does not follow a single pace, but we sometimes find it high and sometimes low for many reasons. In the problem to find ways of ways to address it by finding the relationship between emotional arousal and the accuracy of shooting from the focus among the young handball players of the Kufa Sports Club. The researcher used the descriptive



approach to suit the nature of the problem and the research layer on the players of the Kufa Sports Club. Significance between emotional arousal and shooting from the handball focal point of Kufa Sports Club.

**Keywords:** Emotional arousal, shooting accuracy, handball



## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعتبر كرة اليد من الألعاب ذات المتطلبات البدنية العالية التي تحتاج إلى إعداد متكامل بحيث يمكن للاعب أن يتحمل الأعباء الجسدية والنفسية التي يواجهها أثناء المباراة. كرة اليد من الرياضات التي تمارس على نطاق واسع وتحتل مكانة جيدة لأنها لعبة ممتعة وتحتوي على مهارات دفاعية وهجومية يجب على اللاعبين تعلمها وإتقانها بشكل كبير في المباريات، وأن تدريب الشباب في هذا العمر لا يختلف عن أي لعبة أخرى من خلال إعداد مناهج التدريب واتباع الأساليب العلمية الحديثة في تطوير ما يجب تطويره لتحقيق أفضل النتائج لهم. الاستثارة الانفعالية من الموضوعات المهمة التي تؤثر سلبًا أو إيجابيًا على مستوى تطوير اللعبة وتحقق أفضل الإنجازات والنتائج، حيث أن الاستثارة الانفعالية من العوامل الرئيسية المؤثرة المستوى المباشر لأداء اللاعبين، فهو لا يتبع وتيرة واحدة، لكننا نجد أحيانًا عالية وأحيانًا منخفضة لأسباب عديدة.

يتعرض لاعبو كرة اليد للانفعالات والخوف والتوتر من خلال العمليات العقلية والعاطفية الناتجة عن الانفعالات والقلق والخوف والتوتر مما يؤدي إلى تشتت الطاقة قبل الدخول في المنافسة ويقلل من تركيز الانتباه والآثار السلبية الأخرى. ويمكننا القول إن دراسة الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد من الأمور المهمة التي يجب على المدرب الإلمام بها، ومن ثم إمكانية التنبؤ بمستواها الرياضي. يمكن تفسير معرفة الحالة النفسية للاعب من خلال انعكاس على الأداء الرياضي.

ومن هنا جاءت أهمية البحث في التعرف على العلاقة الاستثارة الانفعالية بدقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي.

### 2-1 مشكلة البحث :

ان الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى لاعبي كرة اليد تعد من المتغيرات النفسية المهمة التي تؤثر بشكل أو بآخر على تفاعل الأفراد وكل حسب تخصصهم والعلاقة العملية التي



ترتبط بأداء كل منهما مع الآخر، وبسبب الضغط النفسي للمنافسة الرياضية على لاعبي كرة اليد يؤدي إلى توترهم وانفعالاتهم ويهدد استقرارهم من لحظة لأخرى وبحسب ظروف وأهمية المنافسة وتعكس المستويات الأعلى دائماً.

ومن خلال خبرة الباحث كونه لاعب سابق في كرة اليد وحكم اتحادي وجد ان لاعبي نادي الكوفة الرياضي للشباب يواجهون ضغوط نفسية وقلّة في مواجهتها من خلال ضعف الاستثارة الانفعالية وهذا ما جعل الباحث الخوض في المشكلة لإيجاد سبل الطرق لمعالجتها من خلال إيجاد العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي.

### **3-1 اهداف البحث :**

1. التعرف على العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي

### **4-1 فروض البحث:**

وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاستثارة الانفعالية ودقة التصويب من الارتكاز لدى لاعبي كرة اليد الشباب لنادي الكوفة الرياضي.

### **5-1 مجالات البحث :**

1-5-1 **المجال البشري:** لاعبو نادي الكوفة الرياضي للموسم (2021-2022).

2-5-1 **المجال الزمني:** (2022\1\10) الى (2022\6\5).

3-5-1 **المجال المكاني :** قاعة نادي الكوفة الرياضي المغلقة.

### **3-إجراءات البحث الميداني :**

### **1-3 منهج البحث :**

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة المشكلة وتحقيق الأهداف البحث ((الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشاكل العلمية وبصورة عملية ونظرية)) , وأيضا هو



"التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والرغبات والتطور بحيث يعطي البحث صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية".

### 2-3 مجتمع البحث وعينة البحث:

"من الأمور العلمية التي يجب على الباحث مراعاتها وهي الحصول على عينة تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا وصادقا" , فاختيرت عينة البحث من مجتمع البحث المتمثل بلاعبي نادي الكوفة الرياضي للشباب للموسم 2020 \ 2021 ، حيث تم اختيارهم "بالطريقة العمدية إذ أنها تتكون من مفردات معينة تمثل المجتمع تمثيلاً سليماً" , كون النادي موضوع البحث ، حيث بلغ عدد اللاعبين(15) لاعب.

### 4-3 الأدوات والأجهزة والوسائل المساعدة:

#### 1-4-3 الأدوات الأجهزة :

1. جهاز حاسوب (P4) .
2. كرات يد قانونية (10).
3. شواخص عدد (10) .
4. هدف كرة يد قانوني + ملعب كرة يد .
5. أهداف قياس 40X 40 سم معلقة عدد (2) .
6. ساعة توقيت الكترونية عدد (2) .
7. كاميرا فيديو نوع (SONY) .

#### 2-4-3 وسائل جمع المعلومات :

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
2. المقابلات الشخصية والخبراء الذين تم عرض عليهم الاستبيان .
3. الاختبارات والمقاييس.
4. استمارات الاستبانة.
5. شبكة الانترنت.



6. الملاحظة والتجريب.

7. استمارات تسجيل نتائج الاختبارات الخاصة باللاعبين

8. الوسائل الإحصائية.

### 4-3 الاجراءات الميدانية:

#### 1-4-3 تحديد متغيرات البحث:

بعده مشاوره الباحث العلمي مع المختصين والمدربين في كرة اليد وبعد مراجعة المصادر العلمية والبحوث تم اختيار التصويب من الارتكاز لأجراء الدراسة .

#### 2-4-3 الاختبار المستخدم في البحث:

عمده الباحث إلى تحديد متغيرات الدراسة التي سيتم دراستها بما يتلاءم وحل مشكلة البحث وقد شملت تلك المتغيرات على الاتي:-

#### 1-2-4-3 الاستثارة الانفعالية:

بعد اطلاع الباحث على العديد من المصادر العلمية والدراسات السابقة واجراء المقابلات الشخصية مع الخبراء والمختصين حيث قام الباحث بوضعها في صورة استبيان استعمله الباحث مقياس الاستثارة الانفعالية المعد من قبل (عصام محمد عبد الرضا) والمقنن من قبل (علياء حميد عبد العباس) وقد احتوى المقياس على (31) فقرة ، تكون الاجابة على الفقرات على وفق ثلاثة بدائل وهي (غالباً، أحياناً، نادراً) وتعطى أوزان الدرجات (3، 2، 1) تبعاً للفقرات الايجابية، والعكس بالنسبة للفقرات السلبية، إذ كانت الفقرات (1-2-3-6-10-12-13-17-18-20-25-26-28-31) ايجابية ، وكانت الفقرات (4, 5, 7, 8, 9, 11, 14, 15, 16, 19, 21, 22, 23, 24, 27, 29, 30) سلبية، ومنها تحددت درجة الاستثارة الانفعالية لكل لاعب من أفراد عينة البحث وذلك بحساب المجموع الكلي للدرجات التي يحصل عليها كل لاعب عن طريق اجابته على كل فقرة من فقرات المقياس ، بحيث تكون أعلى قيمة ممكن على اللاعب الحصول عليها هي (63) درجة وأقل قيمة هي (31) درجة على المقياس، وعلى الرغم من المقياس مقنن على عينة البحث نفسها إلا إن الباحث قامت بعرضه على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي





والاختبار والقياس لإبداء آرائهم ومقترحاتهم في صلاحية فقرات المقياس وملاءمتها لمستوى عينة البحث ولأجله تم استعمال اختبار مربع كاي (كا2) لمعرفة.

### جدول (1) بين صلاحية فقرات مقياس الاستثارة الانفعالية.

الدالة	قيمة كأ2	عدد الخبراء		الفقرات	ت
		لا تصلح	تصلح		
مقبولة	10	0	10	اشعر بالسيطرة والهدوء عندما استخدم تمارين الاسترخاء.	1
مقبولة	10	0	10	عندما اكون هادئا أسيطر على انتباهي وتركيزي اثناء المباراة.	2
مقبولة	10	0	10	يزداد حماسي للفوز عندما تكون المباراة مهمة.	3
مقبولة	10	0	10	يزداد قلقي عندما لعب مع فريق قوي.	4
مقبولة	10	0	10	تثيرني قرارات الحكم الخاطئة.	5
مقبولة	10	0	10	أدعو ربي قبل المباراة من اجل الفوز.	6
مقبولة	10	0	10	تثيرني نصائح الزملاء في اللعب.	7
مقبولة	10	0	10	يزداد قلقي وتوترتي عندما تكون المباراة مهمة.	8
مقبولة	10	0	10	نقد المدرب لي اثناء المنافسة يشنت انتباهي ويضعف من عزيمتي.	9
مقبولة	10	0	10	نادرا ما الجأ إلى دخول الحمام قبل المنافسة.	10
مقبولة	10	0	10	تثيرني كلمات اللاعبين البذيئة.	11
مقبولة	10	0	10	تزداد ثقتي بنفسي عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة معنا.	12
مقبولة	10	0	10	أدائي أفضل عند تشجيع المدرب لي.	13
مقبولة	10	0	10	يزداد انفعالي واستثارتي عندما يكون الإداري غير رياضي.	14
مقبولة	10	0	10	يثيرني تحيز المدرب لبعض اللاعبين.	15
مقبولة	10	0	10	سريريا ما اليوم نفسي واتوتر عندما ارتكب خطأ ما.	16
مقبولة	10	0	10	اهتمام المدرب بخطة اللعب يزيد من حماسي للمباراة .	17
مقبولة	10	0	10	صيححتي مع زملائي تزيل التوتر والانفعال.	18
مقبولة	10	0	10	يقلقتي اللعب مع فريق لا يفهم قانون اللعب.	19
مقبولة	10	0	10	أحقق أفضل أداء عندما يشاهدني والدي وإخوتي وأحبتني.	20
مقبولة	10	0	10	تثيرني كثرة توجيهات المدرب.	21
مقبولة	10	0	10	يقلقتي التحكيم الضعيف.	22
مقبولة	10	0	10	يريكني اهتمام المسؤولين بي قبل المنافسة.	23
مقبولة	10	0	10	يضايقتني تحيز الإداريين لبعض اللاعبين.	24
مقبولة	10	0	10	لا اهتم بالمنافسة التي تكون متكافئة المستوى.	25



26	الجماهير المناصرة فريقنا تزيد من عزيمتي للفوز.	10	0	10	مقبولة
27	يخفق قلبي بسرعة عندما ادخل الملعب.	10	0	10	مقبولة
28	تزداد عزيمتي للفوز عندما تكون المباراة مهمة.	10	0	10	مقبولة
29	يزداد توترتي في المنافسة أكثر من التدريب	10	0	10	مقبولة
30	أكثر من لوم نفسي عندما اكرر نفس الأخطاء.	10	0	10	مقبولة
31	اهتم وأركز على كيفية أدائي أثناء اللعب.	10	0	10	مقبولة

دلالة الفروق بين آراء الخبراء عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1)

وقد تبين ان جميع الفقرات قد حصلت على قيمة محسوبة اكبر من القيمة الجدولية

البالغة (3.84), وهذا يوضح صلاحية الفقرات جميعها , والجدول (1) يبين ذلك.

### 1-2-4-3 التصويب من الثبات (10) كرات من خط أ(9) متر:

➤ الغرض من الاختبار: دقة التصويب من الثبات

➤ الأدوات : (10) كرات يد + ستارة لغلق المرمى بها أربعة مربعات تمثل الزوايا الأربعة للمرمى

بقياس (40X 40) سم.

➤ طريقة الأداء: يختار اللاعب مربعين للتصويب عليهما احدهما علوي والآخر سفلي وعلى قطر

واحد ، يقف اللاعب خلف خط أ(9) أمتار ممسكا بالكرة ، وعند إعطاء الإشارة (صافرة)

يقوم اللاعب بالتصويب على احد المربعين ' ثم يمسك كرة أخرى ويصوب على المربع الآخر

بعد سماع الإشارة ويستمر هكذا حتى ينتهي من الكرات العشر (خمس كرات على كل مربع) .

➤ القواعد: ضرورة ثبات إحدى القدمين، ويصوب اللاعب خلال (3) ثوان بعد الصافرة.

➤ التسجيل: يعطى اللاعب درجة على كل تصويبه صحيحة داخل المربع المحدد.

### 3-4-3 التجربة الرئيسية :

تم إجراء الاختبار لعينة البحث يوم (الخميس) الموافق 2022/4/28 وقد اتبع الباحث

شروط وإجراءات الاختبارات القبلية نفسها من حيث المكان والزمان والاختبارات والأدوات

المستخدمة وفريق العمل المساعد.



تم توزيع استمارات قياس الاستثارة الانفعالية على افراد عينة التطبيق الرئيسي وبالغلة (15) لاعباً يمثلون نادي الكوفة الرياضي للشباب، في القاعة الرياضية المغلقة لنادي الكوفة الرياضي، وتم اجراء اختبار التصويب من الارتكاز.

### 6-3 الوسائل الإحصائية:

تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS):

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	معامل sig	الدلالة
1	درجة الاستثارة الانفعالية	درجة	49.22	6.18	0.89	0.000	معنويه
2	التصويب من الارتكاز	درجة	7.36	4.46			معنوية

1. الوسط الحسابي.

2. الانحراف المعياري.

3. الارتباط البسيط (بيرسون).

4. معادلة الانحدار.

5. النسبة المئوية.

6. معامل التعيين .

7. الاهمية النسبية .

### 4- عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (2) يبين الوصف الاحصائي لنتائج افراد عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

### 1-4 عرض نتائج متغيرات البحث ومناقشتها:

قام الباحث بتحليل النتائج التي تم الحصول عليها ، وتفسيرها بعد عرضها حسب المستويات التي تم الحصول عليها ، ومن أجل عرض النتائج ، قام بعرضها في شكل جداول لسهولة التحليل والمناقشة. من أجل استكمال عمليات التحليل الإحصائي اللاحقة التي تهدف إلى



تحقيق أهداف البحث ، تم تقديم التقدير الإحصائي لنتائج أفراد عينة البحث في المتغيرات التي تم التحقيق فيها.

#### 4-1-1 مناقشة نتائج المتغيرات:

بعد عرض البيانات واستخراج النتائج لمتغير (درجة الاستثارة الانفعالية والتصويب من الارتكاز) وجد ان هناك استثارة متوافقة مع طبيعة إدارة المهارة لدى اللاعبين. ان متوسط الإثارة الانفعالية إلى زيادة الوعي بالإحساس الحركي والنطاق المعرفي للاعب ، ويقلل من الاستجابة للتوتر وينظم البيئة الداخلية للجسم. أما الارتفاع فيؤدي إلى نتائج معاكسة. "الدرجة العالية من الاستثارة تؤثر سلباً على النطاق المعرفي للاعب ، في حين أن الانخفاض النسبي في درجة الإثارة يسمح بنطاق إدراكي أوسع. يمكن للاعب فهم الواجبات المختلفة المحيطة بالموقف".

ويرى الباحث بانه كلما كانت الاستثارة الانفعالية المتوسطة للاعب من ناحية تشجيعه على الاداء الافضل لاجل الحصول على نتائج اعلى . وهنا يعزو الباحث السبب إلى الاهتمام الزائد بالفوز في المباريات وتحديدًا من قبل الإداريين والمدربين والمشرفين على اللعبة في النادي، الأمر الذي قد يؤدي إلى زيادة العبء النفسي على قابلية وامكانية اللاعبين في الأداء وحصر تفكيرهم في النتيجة (كسب المباراة) ، إذ ينتج عن هذا التركيز والاهتمام مردود سلبي على أداء اللاعبين عكس ما هو معروف لديهم من إمكانيات بدنية ومهارية بغية الوصول للأداء الأمثل، وهنا يشير (راتب، 1997) إلى ان "الاهتمام الزائد بالمكسب اكثر من الاهتمام بالرياضي يعبر عن التركيز الزائد على ضرورة المكسب (الفوز) فيعد من العوامل التي تزيد الضغوط النفسية على الرياضي وتزداد هذه المشكلة حدةً عندما نتعامل مع الرياضي كوسيلة لتحقيق الفوز ولا نهتم بحاجاته فمن منظور الأعداد النفسي والصحة النفسية للرياضي يجب ان يعطى الاهتمام أولاً بالرياضي ثم يأتي الفوز في المرحلة التالية"

وبذلك يرى الباحث انه من الضروري استثارة لاعبي كرة اليد في اللعبات والدوريات والفرق المشاركة من اجل التنافس الافضل للحصول على نتائج اعلى .



أن طبيعة الأداء الحركي والمهاري لتصويب من الارتكاز يولد نوعا من الملل والضجر لدى المتعلم نتيجة إعادة المهارة باستمرار مما يولد التعب وعندها يفقد اللاعب معرفته بتفاصيل وضع الجسم من زاوية الذراع وقوة الدفع واللمسات الأخيرة للكرة عند أطراف الأصابع وحركة رسغ اليد في توجيه الكرة نحو الهدف ومن ثم يؤدي الى إشراك مجاميع عضلية زائدة على المجموعات العضلية المعنية بالعمل.

وهنا تجدر الإشارة إلى إن أي من هذه العلاقات البسيطة والتي نعني بها علاقة الاستثارة الانفعالية والمؤشرات الوظيفية ذات المعنوية بدالة إحصائية ... يمكن أن نجد لها معادلات تنبؤية بسيطة أي بمعنى التنبؤ بقيمة الاستثارة عن طريق معرفة درجة أو قياس أي من هذه المتغيرات ومن هذا تتاح لنا الفرصة في معرفة المعادلات التنبؤية .

وبغية استكمال الغاية المتوخاة من هذا البحث , وإيفاء بمتطلبات الهدف الخاص بالعلاقة ما بين درجات الاستثارة الانفعالية مع التصويب من الارتكاز, تم استخدام معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ) بين درجات اللاعبين, وقد أسفرت النتائج عن تحقيق قيمة لمعامل الارتباط مقدارها ( 0.89 ) وهي قيمة ذات دلالة معنوية عالية وبخاصة عند معرفة معامل (sig) (0.000) والتي هي اصغر من (0.05).

وبهذا نخلص إلى وجود علاقة ارتباط قوية وطردية بين درجة للاستثارة الانفعالية والتصويب من الارتكاز في كرة اليد لنادي الكوفة للشباب.

## 5- الاستنتاجات والتوصيات :

### 1-5 الاستنتاجات:

1. درجة متوسطة من الاستثارة الانفعالية نتيجة تأثير العامل النفسي.
2. قيمة الاستثارة الانفعالية كانت متوسطة لدى لاعبي نادي الكوفة لكرة اليد .
3. هناك علاقة معنوية بين الاستثارة الانفعالية والتصويب من الارتكاز بكرة اليد لنادي الكوفة الرياضي .

## 2-5 التوصيات :

1. اعتماد نتائج البحث والاستفادة منها من قبل مدربي كرة اليد لمعرفة الآثار النفسية للاعبين كرة اليد
2. يجب الاعتماد على العامل النفسي بالإضافة الى العامل البدني والمهاري والخططي.
3. إجراء دراسة مماثلة على الفئات العمرية للعبة نفسها ، وكذلك استخدام مقاييس نفسية أخرى على نفس العينة وعلى ألعاب أخرى.

## المصادر:

- اسامة كامل راتب: الأعداد النفسي للناشئين ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة. (2001).
- اسامة كامل راتب: ، قلق المنافسة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، (1997)
- عصام محمد عبد الرضا الناهي، الأمن النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- علياء حميد عبد العباس، التنبؤ بمستوى الاستثارة الانفعالية بدلالة بعض المؤشرات الوظيفية ومستوى بعض الهرمونات لدى لاعبي كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للبنات ، قسم التربية الرياضية ، جامعة الكوفة ، 2013.
- عماد الدين عباس أبو زيد و مدحت محمود عبد العال الشافعي؛ تطبيقات الهجوم في كرة اليد تعليم- تدريب ، ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2007).
- فان دالين ديوبولد . مناهج البحث في التربية وعلم النفس (ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون) ، القاهرة ، مكتبة الانجلو مصرية ، 1984 .
- محمد حسن علاوي وإسامة كامل راتب . البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 .
- وجيه محجوب . طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990 .