



The effect of alternating style training on developing football scoring accuracy for youth players under 19 years of age

Saddam Fakhri Berto *, Asst. Prof. Dr. Hossam Kazem Jawad

General Directorate of Education in Al-Qadisiyah, Iraq

saddam158@gmail.com

Research submission date: 15/12/2023

Publication date: 3/25/2023

Abstract

The research aimed to investigate the effect explained by Al-Wahdat and the method of interpretation in developing knowledge of unlimited scoring in the game of football, and a variety of them have been prepared.

The research problem is determined through the experience of being competing players in the age groups of the Mahamawel Sports Club, which was represented by a general weakness in the ability to score in football when playing in a regular league, and this affects their results in the competition in which they specialize.

The search community includes the youth of the Al-Mahamawil Sports Club in the Babylon International District (2023-2024) at the ages of (16-18) years of technical specialization, searching for (12) players divided into two competitive groups and a realistic officer (6) players for each group. The researcher concluded that the interactive method exercises that the researcher used and participated in cooperation were effective in developing scoring excellence in football and saving effort and time for the coach and player in developing the research variations well and that it is suitable for this category of games.

Keywords: switching, purposeful discrimination. Football

أثر تدريبات الاسلوب التبادلي في تطوير دقة التهديف بكرة القدم للاعبين للشباب بأعمار تحت (19) سنة سنة

م . صدام فخري برتو*، أ.م.د. حسام كاظم جواد

saddam158@gmail.com

تاريخ النشر/2023/3/25

تاريخ تسليم البحث /2023/12/15

الملخص

هدف البحث الى معرفة الاثر الذي تتركه الوحدات التدريبية بالأسلوب التبادلي في تطوير دقة التهديف في لعبة كرة القدم للشباب وقد تم اعداد تمارين لها الغرض . حددت مشكلة البحث من خلال خبرة الباحثان كونهم لاعبين سابقين في الفئات العمرية لنادي المحاول الرياضي التي تمثلت بالضعف العام على إمكانية التهديف في كرة القدم عند اللعب في دوري المحافظة وهذا ما يؤثر فعلاً على نتائجهم في المباريات التي يخوضونها اشتمل مجتمع البحث على شباب نادي المحاول الرياضي في محافظة بابل للموسم الكروي (2023-2024) بأعمار (16-18) سنة وكانت عينة البحث بعدد (12) لاعب قسمت على مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (6) لاعبين لكل مجموعة . وقد توصل الباحثان انه كان لتمرينات الاسلوب التبادلي التي استخدمها الباحثان كوسيلة مساعدة اثر ودور فعال في تطوير دقة التهديف في كرة القدم وتوفير الجهد والوقت للمدرب والملاعب في تطوير متغيرات البحث بشكل جيد وهو مناسب لهذه الفئة من الأعمار .

الكلمات المفتاحية:

التدريب التبادلي، دقة التهديف. كرة القدم

1- التعريف بالبحث

أن مستوى اللعب المميز في أي لعبة رياضية لا بد ان يكون له قواعد أساسية تساعد على الارتقاء بالأداء الفني من خلال توظيف العلوم المختلفة وعبر التخطيط العلمي السليم لخدمة الأداء في هذه الألعاب وباستعمال الوسائل التعليمية الحديثة في التعلم والتخطيط المتواصل من خلال توظيف هذا التطور العلمي لخدمة التطور الرياضي .

وتعد كرة القدم من الألعاب المميزة التي أصبحت تتسم بالتطور السريع وعلى المستويات البدنية والمهارية و الخططية وال نفسية كافة لدى اللاعبين، لذلك يتوجب على المدربين والمختصين في مجال لعبة كرة القدم ابتكار طرائق تعليمية تعزز وتطور أداء اللاعبين وصقل المواهب للوصول الى المستويات العليا .

وإن مستوى الأداء الجيد للاعب تعكسه مجموعة من المهارات التي يمتلكها اللاعب ولكن يجب ان تستعمل هذه المهارات داخل المنافسة وظروف المباراة وان تكون ضمن اطار خطة معينة يضعها المدرب للاعب لكي يتم استعمال المهارة مع الخطة في المواقف الهجومية المختلفة في ظروف المباراة والتي يتعرض لها ويتم تطويرها باستعمال تمارين متنوعة ومختلفة من خلال التكرار والممارسة وان كل هذه العملية هي تكون لغرض واحد فقط وهو احراز الهدف في مرمى الفريق المنافس من اجل تحقيق الفوز ومن خلال إيجاد عدة مواقف هجومية للنجاح في موقف او اكثر لذلك يجب ان يكون هدف هذه التدريبات هو تحسين دقة التهديد للاعبين من اجل تحقيق الهدف الأساسي.

ومن هنا تتجلى اهمية البحث في ان يكون تأثير التدريبات بالأسلوب التبادلي من اجل تحسين الدقة بالتهديد للاعبين الشباب بكرة القدم بأعمار تحت (19) سنة .

1 – 2 مشكلة البحث :

اما المشكلة فتحددت بالضعف العام في إمكانية التهديد في كرة القدم وهذا ما يؤثر فعلاً على نتائجهم في المباريات التي يخوضونها في دوري المحافظة .

ومن المعروف بديهياً أنه كلما تطورت لدى الرياضي قدراته من خلال نوعية التدريبات التي تعطى له وتنوع أهدافها وتعدد الوسائل والأدوات التدريبية بالتالي حقق غاياته بصورة مؤكدة لاسيما في كرة القدم وبمهارة التهديد على وجه الخصوص.

1 – 3 هدف البحث :

وقد هدف البحث الى اعداد تمارين بالأسلوب التبادلي لتطوير دقة التهديد في كرة القدم للاعبين الشباب تحت (19) سنة والتعرف عليها.

1 – 4 فرض البحث :

وقد افترض الباحثان ان تمرينات الاسلوب التبادلي تأثيراً ايجابياً في تطور دقة التهديف في كرة القدم .

1 – 5 مجالات البحث :

- **المجال البشري :** شباب نادي المحاويل الرياضي في بابل لكرة القدم للموسم 2023-2024 بأعمار 16-18 سنة.

- **المجال الزمني :** 2024/1/01 ولغاية 2024/3/17.

- **المجال المكاني :** ملعب نادي المحاويل الرياضي – محافظة بابل.

1 – 6 المصطلحات المستخدمة بالبحث :

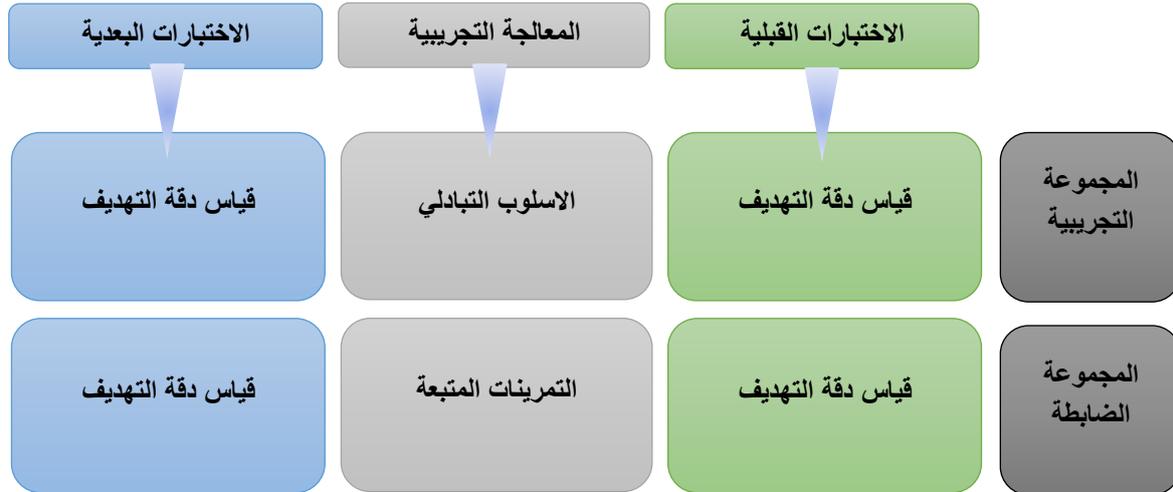
- **التدريب التبادلي :** عبارة عن تدريبات مماثلة لطبيعة الاداء الفعلي والبدني والمهاري في مواقف اللعب التنافسية خلال مباريات كرة القدم التي تتميز بتبادل فترات عمل قصيرة ، مع فترات راحة قصيرة ثم فترات راحة كبيرة ، ويتميز هذا الاسلوب بتسلسل جهد ذو شدة عالية وفترات راحة غير تامة وسلبية ومتساوية بين التكرارات بحيث يكون هناك تناوب بين الجهد والراحة.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي المتساوي لملائمة سؤال البحث وكما مبين بالجدول ادناه (1)

جدول (1) : يبين التصميم التجريبي للبحث



2-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على شباب نادي المحاويل الرياضي في محافظة بابل للموسم 2023-2024 بأعمار 16-18 سنة وكانت عينة البحث مجموعة من الشباب بعدد (12) اثنا عشر لاعباً ، عمل الباحثان على تقسيمهم بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين حيث تكونت الضابطة من (6) ستة لاعبين ، وكانت التجريبية من (6) ستة لاعبين أيضاً .

1-2-3 التجانس

سبق الشروع بتطبيق اسلوب التدريب التبادلي لتطوير دقة التهديد بكرة القدم قام الباحثان بإجراء عملية التجانس في المتغيرات التي من الممكن ان تؤثر في تطور متغيرات الدراسة لدى اللاعبين ، وكما في جدول (2).

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لغرض تجانس العينة في (متغيرات
الطول ، الوزن ، العمر)

معامل الالتواء	المنوال	+ ع	-س	المعالم الإحصائية المتغيرات
0.12	14.01	1.12	13	العمر
0.22	1.56	0.42	1.55	الطول
0.24	65.01	4.21	66.34	الوزن

3-2 الادوات والوسائل والمعدات المستخدمة لجمع البيانات .

1-3-2 ادوات جمع البيانات

- الاستبانة.
- الكتب العلمية.
- الملاحظة.
- الاختبار والقياس.

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة

- ملعب كرة قدم (1).
- كرات قدم عدد (14).
- شريط قياس عدد (2).
- سلاسل رشاقة بعدد 3.
- ملازم مكتبية.
- اقماع تدريب ملونة بعدد 14.
- جهاز حاسوب نوع (hp) عدد (1).
- ميزان طبي صيني المنشأ.
- كاميرا رقمية (Nikon) يابانية الصنع.
- شريط لاصق ذا لون ازرق عرض 2.5 سم.

4-2 اجراءات البحث الميدانية

1-4-2 تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث

عمل الباحثين على تحديد الاختبارات المستعملة في الدراسة من خلال الاطلاع على بعض المصادر وعرضها على عدد من المختصين في مجال التدريب الرياضي والتعلم الحركي في كرة القدم.

2-1-4-2 اختبار دقة التهديف في كرة القدم

- اسم الاختبار : تسجيل على الهدف المقسم إلى مربعات .
- غرض الاختبار : معرفة الدقة عند التهديف بكرة القدم.
- الأدوات المستعملة : ملعب قدم قانوني، كرات قدم قانونية عدد (5)، شريط لتعيين منطقة التهديف، قائمة للتقييم.
- مواصفات الأداء : وضع (5) كرات على خط الجزاء بمسافة (18) يارد من خط المرمى وتكون المسافة بين كرة واخرى يارد واحدة ، يتم تسديد كل كرة بالتناوب على المناطق المحددة بالترتيب حسب الاهمية والصعوبة ويتم اجراء الاختبار من وضعية الجري.
- طريقة التسجيل : يتم احتساب عدد الكرات الداخلة في الأهداف المحددة من كلا الجانبين وتسجيلها على النحو التالي لكل خمس كرات :
 - تمنح (5) نقاط عندما تدخل الكرة المنطقة (5).
 - تعطى (4) نقاط عندما تدخل الكرة منطقة رقم (4).
 - تمنح ثلاث نقاط عندما تدخل الكرة منطقة رقم (3).
 - تمنح نقطتان عندما تدخل الكرة المنطقة (2).
 - تعطى نقطة واحدة عندما تدخل الكرة منطقة (1) منطقة حارس المرمى.
 - تعطى (صفر) درجات في حال خارج حدود المناطق الخمس المرقمة.
 - في حال مس الكرة للشريط تحسب للمنطقة الأعلى بحسب المناطق المرقمة.
 - الدرجة الكلية للاختبار (25) درجة.

2-4-2 التجربة الاستطلاعية

- قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الجمعة الموافق 2024/1/5 على عينة من مجتمع البحث من لاعبي نادي المحاوليل بكرة القدم والبالغ عددهم (4) لاعبين من اجل التعرف على ما يلي :-
- تأكد من أن الاختبار مناسب لطبيعة عينة البحث.
 - تحديد المدة التي يستغرقها الاختبار.
 - تلافي الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر في التجربة الأساسية.
 - معرفة كفاءة فريق العمل المساعد وتدريبه على كيفية إجراء الاختبارات وتقويمها.
 - التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.

3-4-2 الاسس العلمية لمتغيرات البحث

1-3-4-2 صدق الاختبار

الصدق هو "الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من اجله" ، ويعتبر الصدق من الامور المهمة التي يجب ان يتصف بها الاختبار الجيد ويشير مفهومه إلى "جودة الاختبار كأداة لقياس ما وضع اصلا لقياسه" ، لا يمكن للاختبارات الغير موثوقة ان تؤدي وظيفتها ويتم استخراج موثوقية الاختبارات المرشحة لقياس دقة التهديد في كرة القدم قام الباحثان بعرض محتويات الاختبارات على مجموعة من الخبراء وبذلك حصل الباحثان على صدق المحتوى والذي غالباً ما يتم " ويتعلق الامر بإصدار حكم منطقي حول وجود الخاصية او الصفة او القدرة المعنية والتحقق مما اذا كان مقياس القياس المقترح يقسمها بالفعل " . ويعد " صلاحية المضمون احد اكثر انواع الصلاحية المتاحة ، خاصة عند قياس الكفاءة الفردية " .

2-3-4-2 ثبات الاختبار

من اجل استخراج معامل الثبات لاختبار دقة الاهداف في كرة القدم كان من الضروري تطبيق مبدأ الاختبار الثابت الذي ينص على ان النتائج تكون "متشابهة او مماثلة عند اجرائها عدة مرات في ظروف متشابهة لذلك تم تحديد الفترة الفاصلة بين الاختبار الاول والثاني بـ (6) ايام واستخدمت طريقة (الاختبار واعادة الاختبار) ليتم حساب معامل الثبات ، اذ كان الاختبار يوم الجمعة الموافق 2024/1/12 وتم اعادته بعد ستة ايام وقد عمل الباحثان على استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبارين واستخراج معنوية الارتباط عن طريق الوسيلة الاحصائية بيرسون ، وكان معامل الثبات لاختبار دقة التهديد في كرة القدم (0.84).

4-4-2 الاختبارات القبلية

قبل البدء بأجراء الاختبارات القبلية ، قام الباحثان بترتيب العينة وتوزيعها على توقيتات الوحدة التدريبية والعمل على تدوين أسمائهم وفق المجاميع وتم إجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث يوم الجمعة الموافق 2024/1/26 ، قام الباحثان بمساعدة مدرب الفريق بشرح وتوضيح المهارة وعرضها بشكل عملي امام اللاعبين من قبل احد الباحثان ومدرب الفريق مع شرح بشكل مفصل إجراءات الاختبار وأداء لاعبي نادي المحاول الرياضي لكرة القدم بمحافظة بابل لها، تم إجراء الاختبارات القبلية الخاصة بمهارة التهديد في كرة القدم ولكلا المجموعتين.

5-4-2 التكافؤ في متغيرات البحث

من أجل التحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبيية و الضابطة في متغير دقة التهديف قيد البحث ينظر الجدول (3).

الجدول (3) : يبين متوسطا درجات المجموعة التجريبيية والضابطة وانحرافهما المعياري وقيمة (t) في الاختبار القبلي في متغيرات البحث

المتغير	التجريبية		الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	الدالة
	±ع	س-	±ع	س-		
دقة التهديف في كرة القدم	1.11	7.6	1.22	7.8	1.92	غير معنوي
* قيمة (t) الجدولية (2.197) عند درجة حرية (10) ومستوى دلالة (0.05).						

من خلال الجدول (3) نلاحظ قيمة (t) المحسوبة والبالغة 1,92 وبمقارنتها بقيمتها الجدولية 2,197 يتبين انها اصغر منها ، اذ نستدل منها على تكافؤ مجموعتي البحث.

6-4-2 التجربة الرئيسة :

عمل الباحثان على اعداد تدريبات بالأسلوب التبادلي حيث يتم اعدادها ضمن الدائرة التدريبيية المتوسطة تبدأ من يوم الاحد الموافق(2024/1/28) وتنتهي يوم الجمعة الموافق(2024/3/15) وعلى النحو التالي :

- تم تطبيق التدريبات لمدة (6) اسابيع .
- تم تطبيق التدريبات بالأسلوب التبادلي مراعاة فيها الحمل والراحة ؟
- استخدم الباحثين الجزء الرئيسي فقط من الوحدة التدريبيية للمجموعة الضابطة .
- عدد الوحدات التدريبيية (3) وحدات في الاسبوع كل (السبت ، الثلاثاء . الجمعة)
- مجموع الوحدات التدريبيية بلغت (18) وحدة تدريبيية .
- تراوحت الشدة من (85% - 90%) وفق الحمل والراحة .

7-4-2 الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية لدقة التهديف في كرة القدم يوم الاحد الموافق 2024/3/17 ولكلا المجموعتين.

5-2 الوسائل الإحصائية

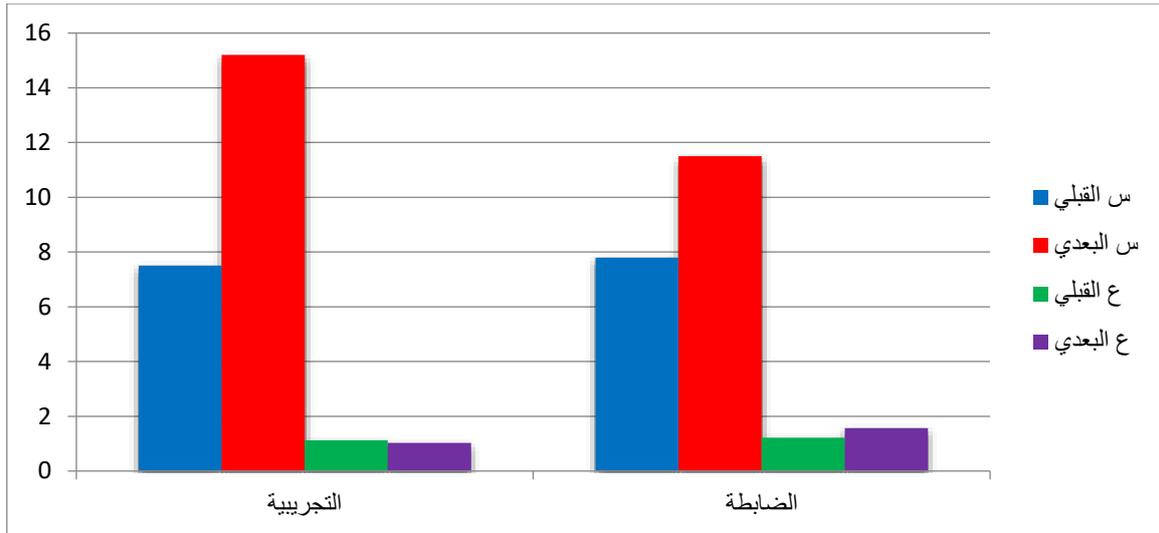
استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS الاصدار الخامس والعشرون لاستخراج الوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (ك²).
- (t.test) للعينات المتناظرة.

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج**1-3 عرض نتائج دقة التهديف بكرة القدم لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها****الجدول (4)**

يبين متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة وانحرافهما المعياري وقيمة (t) في الاختبار القبلي والبعدية

الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		المجموعة	
		±ع	س-	±ع	س-		
معنوي	3,11	1,04	15,2	1,13	7,6	التجريبية	دقة التهديف في كرة القدم
معنوي	2,32	1,57	11,6	1,22	7,9	الضابطة	
*قيمة (t) (1.196) تحت درجات الحرية (5) ، مستوى دلالة (0.05)							



من الجدول (4) حققت المجموعة التجريبية في دقة التهديف في كرة القدم وسط حسابي (7,6) وبانحراف معياري (1,13) في الاختبار القبلي وحققت متوسطاً حسابياً (15,2) وانحرافاً معيارياً (1,04) في الاختبار البعدي ولتحديد الفرق بين المتوسطات الحسابية في الاختبار القبلي والبعدي لهذه المجموعة، اعتمد الباحثان اختبار (t) للتحقق من دلالة الفروق وقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,11) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1.196) عند درجة حرية (5) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

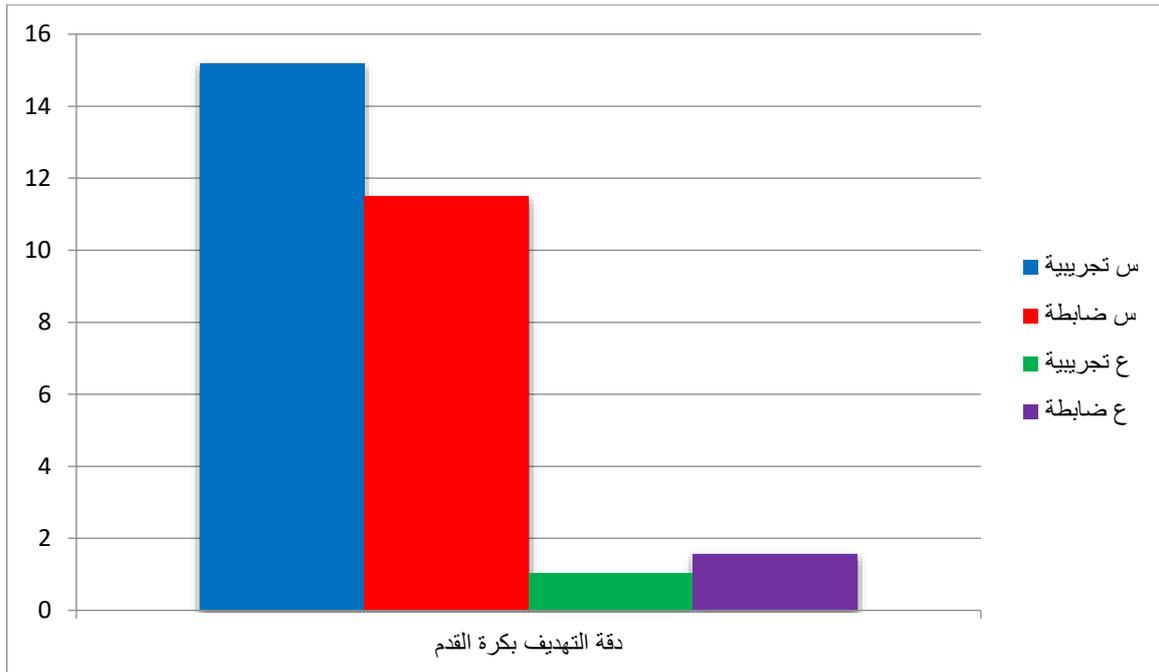
كان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (7,9) بانحراف معياري (1,22) ، بينما كان الوسط الحسابي للمجموعة البعدي (11,6) بانحراف معياري (1,56) ، ولمعرفة الفرق بين الوسط الحسابي القبلي والوسط الحسابي البعدي لهذه المجموعة ، استخدم الباحثين اختبار (t) لتأكيد دلالية الفروق ، وقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (2,32) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (1,196) عند درجة حرية (5) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

بما ان الباحثان لاحظوا ان هناك فرقاً معنوياً في دقة التهديف في كرة القدم حتى في المجموعة الضابطة لذا ذهبوا باتجاه معرفة فيما اذا كان للتمرينات بالأسلوب التبادلي التي استخدمها الباحثين والمطبقة على لاعبي المجموعة التجريبية أثر يختلف عن المجموعة الضابطة فكانت النتائج كما في الجدول (5).

الجدول (5)

يبين متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة وانحرافهما المعياري وقيمة (t) في الاختبار البعدي في متغيرات البحث

الدالة	قيمة (t) المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المتغير
		ع±	س ⁻	ع±	س ⁻	
معنوي	4,11	1,57	11,6	1,04	15,3	دقة التهديف بكرة القدم
* قيمة (t) الجدولية (2.179) عند درجة حرية (10) ومستوى دلالة (0.05).						



من خلال الجدول (5) نلاحظ ان قيمة (t) المحسوبة في كلا المتغيرين هي اكبر من الجدولية وهذا ما يدل على ان هناك فرقاً معنوياً للتجريبية.

2-3 مناقشة النتائج

توضح النتائج في الجدولين (4 ، 5) يتبين بأن مقدار الفرق كان واضحاً وجيداً للمجموعتين في اختبار دقة التهديف بكرة القدم ، ويوضح لنا بأن هناك تحسناً في مقدار نتائج دقة التهديف في الاختبار

البعدي مقارنة بالاختبار القبلي ولكن بمقدار متباين بين المجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح التجريبية ، ويعزو الباحثين ذلك الفرق في المجموعة التجريبية لاستخدام التمرينات بالأسلوب التبادلي والتي كانت جديد بالنسبة لعينة البحث اذ كان له الاثر في تطوير نتائج متغيرات البحث لما لها من الأهمية في ذلك كما في دراسة (حسام غالب عبد الحسين) حيث تطورت نتائج المجموعتين التجريبيتين لديه ويعزو سبب ذلك الى استخدام الوسائط المتعددة في منهجه التعليمي.

ويؤكد الباحثان ان هذه الفئة العمرية تميل الى التدريب متنوع البيئات وإدخال العديد من الأساليب التدريبية والأدوات التي تزيد من الاثارة والتشويق واثارة رغبات اللاعب وهذا ما أكده (حسام كاظم ورشاد عباس) عند اجراء بحثهما على عينة في كرة القدم.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي تم الوصول اليها من خلال التجربة الميدانية والاساليب الإحصائية المناسبة لخص الباحثان ما يأتي :

1. كان للأسلوب التبادلي التي استخدمه الباحثان دور فعال في تطوير دقة التهديف في كرة القدم.
2. استخدام تدريبات الاسلوب التبادلي وفر الجهد والوقت للمدرب واللاعب في تطوير متغيرات البحث بشكل جيد وهو مناسب لهذه الفئة من الأعمار .
3. حقق لاعبو المجموعة الضابطة فروقاً ملحوظة في الاختبارات البعدية لدقة التهديف لكن بمقادير اقل من لاعبي المجموعة التجريبية .
4. استخدام تدريبات الاسلوب التبادلي اثر ايجابي في تفاعل اللاعبين أثناء التمرين وحضورهم.

4-2 التوصيات

- في ضوء ما توصل إليه الباحثان من استنتاجات يوصون بما يأتي:
1. ضرورة استخدام تدريبات الاسلوب التبادلي لتطوير دقة التهديف في كرة القدم.
 2. ضرورة استخدام تدريبات الاسلوب التبادلي خلال العملية التدريبية لضمان تنوع الخبرات لدى اللاعبين.
 3. يجب أن تكون طرائق وأساليب التدريب تتماشى مع حاجات اللاعب وقدراته.
 4. ضرورة اجراء اختبارات وبشكل دوري على جميع اللاعبين لما لها من دور مهم وأساسي في عملية التعلم والتدريب لغرض تصنيفهم.
 5. اجراء دراسات وبحوث أخرى على فئات عمرية مختلفة ومهارات مختلفة ولكلا الجنسين في لعبة كرة القدم وعلى الالعاب الأخرى.

المصادر:

1. مفتي ابراهيم حماد : الجديد في الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
2. يوسف لازم كماش. اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم . عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002.
3. زكريا الظاهر (وآخرون) مبادئ القياس والتقويم في التربية . عمان: مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، 1998.
4. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان. القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي، 2000.
5. نزار الطالب ومحمود السامرائي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
6. حارث عبود ومزهر العاني : تكنولوجيا التعليم المستقبلي ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع، ط1، 2009.
7. حسام غالب عبد الحسين: تأثير أسلوب التنافس المقارن والجماعي بأستخدام الوسائط المتعددة في تطوير أداء بعض المهارات الأساسية للأشبال بكرة اليد، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية، 2011.
8. HusamKadhim Jawad, Rashad Abbas Fadhil : Impact of compound exercises in developing some basic skills for football players, International Journal of Advanced Sport Sciences Research Vol.7, No.4, 2019.

