



Information Article

The Effect of Special Exercises on Some Basic Skills and Functional Variables in Football

Wamidh Shamil

University of Baghdad – College of Physical Education and Sports Sciences

ARTICLE INFO

Keywords:

special exercises –
basic skills – functional
variables

ABSTRACT

The research objectives are to identify the components of these specific exercises within the first-year football curriculum. Also it is important to determine the impact of these exercises on the technical, skill-based, and functional aspects of first-year students in the Department of Physical Education and Sports Science. The researcher used the experimental method as it suited the research objectives and hypotheses, the research problem, and the necessary solutions. The research community consisted of 12 first-year students in the Department of Physical Education and Sports Sciences during the 2023 academic year.

The results showed that the specific exercises adopted within the training program effectively developed the skills in shooting, passing, and dribbling with a football. In light of the researcher's conclusions, which demonstrated the effectiveness and impact of the specific exercises, the researcher recommends:

- The importance of using specific exercises within the football curriculum, based on scientific principles in planning and implementation.
- Evaluate the football curriculum and following up on the recommendations of scientific research published in this field.
- Conduct similar studies using other physical, skill, and functional tests to determine the impact of specific exercises on them.
- Conduct other similar studies for the course materials in the department's curriculum.

Corresponding Author

E-mail address:

DOI: <https://doi.org/10.26400/Dec/66/15>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



تأثير تمارين خاصة في تطوير بعض المتغيرات الوظيفية والمهارات الأساسية بكرة القدم

وميض شامل كامل

جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

معلومات المقال	الملخص
الكلمات المفتاحية: التمارين الخاصة - المهارات الأساسية - المتغيرات الوظيفية	<p>اهداف البحث هو التعرف على مغردات التمارين الخاصة ضمن المنهج المرحله الاولى بكرة القدم وكذلك التعرف على تأثير التمارين الخاصة في الناحية والمهارية والوظيفيه لطلاب المرحله الاولى في قسم التربية البدنيه وعلوم الرياضة.</p> <p>استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته اهداف وفرضيات البحث والمشكلة المطلوب دراستها وايجاد الحلول اللازمة لها واختير مجتمع البحث من طلاب المرحلة الاولى في قسم التربية البدنيه وعلوم الرياضة وبعدد 12 طالب للعام الدراسي 2023م.</p> <p>تم تقسيم المجتمع الى:</p> <p>مجموعة ضابطة وتجريبية بعدد 6 طلاب لكل مجموعة.</p> <p>وبعد استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة حصل الباحث على النتائج وبناءً على هذه النتائج استنتج الباحث عدة استنتاجات منها:</p> <p>- اظهرت النتائج ان التمارين الخاصة التي تم اعتمادها ضمن البرنامج التدريبي على تطوير الناحية المهارية في اختبار التهديف والمناولة والدرجه بكرة القدم.</p> <p>في ضوء الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث التي اثبتت فاعلية وتأثير التمارين الخاصة اوصى بما يأتي:</p> <p>- الاهتمام باستخدام التمارين الخاصة ضمن مفردات مادة كرة القدم على وفق اسس علميه في التخطيط والتنفيذ.</p> <p>- ضرورة تقييم مفردات مادة كرة القدم بشكل مستمر ومتابعة توصيات البحوث العلميه التي تنشر في هذا المجال.</p> <p>- اجراء دراسات مشابهة باستخدام اختبارات بدنية ومهارية ووظيفية اخرى ومعرفة مدى تأثير التمارين الخاصة عليها.</p> <p>- اجراء دراسات مشابهة اخرى للمواد الدراسية في المنهج الدراسي للقسم</p>

1- المقدمة:

تعد كرة القدم فعاليتها شعبية يزاولها الكبير والصغير الغني والفقير وذلك لسهولة الاداء وبساطة الامكانات اضافته الى امكانية ان تلعب في الملاعب والساحات والحدائق وبمجرد ان توجد مساحه للعب .



لذلك اهتمت حكومات الدول والمؤسسات العلمية من جامعات وكليات للتربية الرياضية وعلوم الرياضة اهتماما كبيرا في دعم ونشر هذه اللعبة بحيث أصبحت اللعبة الشعبية الاولى في العالم وبدون منازع .

من خلال ما تقدم لا نستغرب اهتمام جامعات وكليات التربية الرياضية في اعطاء مادة كرة القدم الاولوية في المنح الدراسي من اجل اعداد مدرسين ومدرسين للعمل على نشر وتطوير الفعاليه.

ان هدف المنهج هو التأثير المباشر والفاعل للمفردات على العناصر الاساسيه للفعاليه وتحديد الناحية البدنية وتشمل عناصر السرعة والقوة والمطاولة وغيرها اضافة الى الناحية المهارية وتشمل المهارات الاساسيه لكرة القدم وهي المناولة والدرجه والتهديف والسيطره وضرب الكرة بالراس كما للناحية الوظيفيه وقياساتها من اهمية كبيره ايضا. ومن خلال خبرة الباحث في هذا المجال اضافة الى كونه مدرس لهذه المادة ولسنوات عديده لاحظ ورغم الاهمية الكبيره لمادة كرة القدم في المنهج الدراسي لقسم التربية البدنيه وعلوم الرياضة في جامعة جيهان الا انه لازال يحتاج الى اضافات علميه ومفردات علميه تدعم المستوى النظري والعملية الذي يساهم في اعداد وتأهيل خريجو هذه المؤسسه العلميه الرصينه.

لذلك عمل الباحث على معالجة الخلل من خلال اعداد (تمارينات خاصه) لمعرفة مدى تاثير هذه التمارينات على المتغيرات الاساسيه للبحث وهي تحديد المهارات الأساسية والمتغيرات الوظيفية.

وكانت اهداف البحث هي التعرف على مغردات التمارينات الخاصه ضمن المنهج المرحله الاولى بكرة القدم وكذلك التعرف على تاثير التمارينات الخاصه في الناحية والمهارية والوظيفيه لطلاب المرحله الاولى في قسم التربية البدنيه وعلوم الرياضة.

المهارات الاساسيه بكرة القدم :

تعد المهارات الاساسيه القاعده الاساسيه في اي فعاليه او لعبه رياضييه. اذ تحتوي او تتكون كل فعاليه رياضييه على مجموعه من المهارات الاساسيه وتحتل مجموعه المهارات الاساسيه بكرة القدم جانبا مهما من في الوحدات التدريبية ويتم التدريب عليها لمدة طويله من الزمن من اجل اتقانها والوصول الى الاوتوماتيكيه في تنفيذها. ان درجة اتقان المهارات الاساسيه لنوع النشاط الممارس يعد من الجوانب المهمه التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط في ظروف اللعب المختلفه.(كمال جميل ، 2001 ، ص60).



المهارة اذ عرفها مفتي ابراهيم . بانها تلك الحركة الضرورية التي يستخدمها اللاعب خلال مباراة كرة القدم والتي يكون لها هدف مساند للهجوم او الدفاع شريطة ان تكون متماشية مع قانون اللعبة(مفتي ابراهيم ، 2012، ص15).

واشار فرات جبار على ان مايميز الاداء الجيد للمهارة هو:

1. السهولة في الاداء
2. الدقة والتحكم في الاداء
3. التوافق في اداء الحركة
4. الاقتصاد في الاداء لحركي.

وهناك عدد كبير من المهارات الاساسية اهمها:

1. الدحرجة
2. التمرير
3. السيطرة
4. التهديف
5. المراوغة والخداع
6. ضرب الكرة بالراس
7. مهارات حارس المرمى (فرات جبار، 2001 ، ص53).

الناحية الوظيفية:

يحدث نتيجة التدريب المستمر والجهد البدني المسلط على الرياضي العديد من المتغيرات الوظيفية المصاحبة للاداء والتي تحدث في جسم الرياضيم انظمة انتاج الطاقه وبعض مكونات الدموتجمع حامض اللاكتيك واحدا من اهم المؤشرات عن مستويات حاله التدريبه للاعب سواء كانت مستوى المتغيرات في حالة الاستجابة الانيه التي تحدث نتيجة رد الفعل اجهزة الجسم الوظيفيه للجهد البدني المؤذي في التدريب والمنافسه التي تعطي مفهوما عن كمية الطاقه المستهلكه خلال هذا الجهد البدني وان اتاثير على اجهزة نيه الجسم الوظيفيه الداخليه للفرد الرياضي واتي تعد حجر الاساس لتطوير اداء الفرد ومن اهم الاستجابات الت تستجيب بها اجهزة الجسم للتدريبات البدنيه او المهاريه خلال الوحدات التدريبيه هي تلك التغيرات الكيمائيه التي تحدث في العضله ومجرى الدم هو تغير حامض اللاكتيك والذي يتباين تركيزه تبعاً لعدة عوامل منها فترة العمل وكمية الاوكسجين المتوفره في الجسم اثناء الجهد. وفيما يخص شدة التدريبات نلاحظ ان



عمليات تقنين الاحمال التدريبية تأخذ بنظر الاعتبار مستوى تركيز حامض اللاكتيك بالدم اذ ان يعبر عن مدى كفاءة البدنيه للفرد فظلا عن امكانية الرياضي من عملية انتاج حامض اللاكتيك مقابل التخلص منه وبذلك ممكن الاستمرار بالعمل العضلي لاطول فتره ممكنه (ريسان خريبط ، 1991 ، ص318).

في بحثنا هذا يتطلب التعامل مع نظام طاقه اللاهوائيه ذات الشده العاليه والتي تستمر الى اقل من دقيقه ومثل هذا العمل العضلي يعتمد في طبيعه ادائه على انتاج الطاقه لاهوائيا حيث يسلط اكبر متطلبات طاقه على النظام اللاكتيكي وعلى مواجهة التعب الناتج عن تراكم حامض اللاكتيك في العضله.
الطريقة والأدوات:

استخدم المنهج التجريبي لملائمته اهداف وفرضيات البحث والمشكله المطلوب دراستها وايجاد الحلول اللازمه لها. واختير مجتمع البحث من طلاب المرحله الاولى في قسم التربيه البدنيه وعلوم الرياضه وبعدد 12 طالب للعام الدراسي 2022-2023 للفترة من 2022/12/2 ولغاية 2023/2/1 وتم تقسيم المجتمع الى:

عينه تجريبية بعدد 6

عينه ضابطه بعدد 6

وتم اعداد التمرينات الخاصه كمتغير مستقل ولمعرفه مدى تاثير هذا المتغير على المتغيرات التابعه وهي المتغيرات المهاريه والوظيفيه.
الاختبارات المستخدمه :

الاختبارات المهاريه: (موفق اسعد ، 2007 ، ص42).

- اختبار المناوله على الجدار لمدة 30 ثانيه
- اختبار الدرجه بين الشواخص
- اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات
- الاختبارات الوظيفيه: (حيدر عبد بدن ، 2020 ، ص53)،.
- اختبار الجهد اللاهوائي
- اختبار قياس مستوى حامض اللاكتيك في الدم



الاختبارات المهارية:

اختبار المناولة على الجدار لمدة 30 ثانية
الغرض من الاختبار: قياس دقة وسرعة المناولة
الادوات اللازمة: كرات قدم عدد 3، جدار يؤشر عليه منطقه 130م - 220م ويرسم
خط امام الجدار على بعد 3م، ساعة توقيت، استمارة تسجيل
وصف الاداء

يقوم المختبر بالمناولة السريعه والمرتده على الجدار المحدد ولمدة 30 ثانية
تعليمات الاختبار

لايتم ضرب الكرة المرتده الا بعد مرورها خط البدايه وداخل المستطيل
اذا خرجت الكرة خارج المجال المحدد تعطى للمختبر كره ثانيه
اختبار الدرجه بين الشواخص:

الغرض من الاختبار: قياس سرعة الجري بالكرة
الادوات اللازمة

كرات عدد 2، شواخص عدد 4، ساعة توقيت، صافره، استمارة تسجيل
وصف الاداء

يبدء المختبر بالجري من خلف خط لبدايه الذي يبعد 3 متر عن اول شاخص يستمر
بالدرجه بين الشواخص الذي تبعد الواحده عن الاخرى 1متر ذهابا وعوده الى خط
البدايه.

تعطى محاولتين وتسجل الافضل.

اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات:

الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف

الادوات المستخدمه

5 كرة، هدف كرة قدم، صافره، استمارة تسجيل الدرجات
وصف الاداء

توضع 5 كرات على خط منطقة الجزاء الذي يبعد 18 يارد عن الهدف والمسافه بين كره
واخرى 1 يارده. يقوم المختبر بالتهديف على المناطق المؤشره في المرمى وحسب
اهميتها الكره بعد الاخرى ومن وضع الركض.



طريقة التسجيل

بحسب عدد الاهداف المسجله وحسب المناطق:

5 درجات داخل المنطقه رقم 5

4 درجات داخل المنطقه رقم 4

3 درجات داخل المنطقه رقم 3

2 درجات داخل المنطقه رقم 2

1 درجة واحده داخل المنطقه 1

صفر خارج المرمى

الاختبارات الوظيفيه:

اولا: اختبار الجهد اللاهوائي

يعد هذا الاختبار مقياس للقدرة اللاهوائية فضلا للتعرف على مؤشر التعب.

الادوات المستخدمه:

400 م مسار للركض مع تحديد 35 م للاختبار

شواخص

ساعة توقيت

مساعدين

حاسبه يدويه

خطوات اجراء الاختبار:

ياخذ وزن الرياضي

احماء لمدة 10 - 15 دقيقه

راحه لمدة 5 دقائق

ركض 6 مرات متتاليه 35 م باقصى سرعه تعطى راحه 6 ثانيه بين التكرارات

المساعد يقوم بتسجيل الوقت الذي ركض 35 م

اخراج البيانات بالحاسبه:

العمليات الحسابيه:

يتم حساب القدره لكل تكرار باستخدام المعادلات التاليه:

السرعه = المسافه + الزمن

التعجيل = السرعه + الوقت



القوة = الوزن × السرعة

القدرة = الوزن × القطر² + الوقت

لتحديد مايلي:

اعلى قدره - اعلى قيمه

متوسط الطلقه - مجموع كل القيم + 6

مؤشر التعب - (الطاقة القصوى - الطاقة الأدنى) + مجموع الاوقات للاركاض 6

ثانيا: اختبار قياس مستوى حامض اللاكتيك في الدم:

LactatePRO يتم قياس مستوى حامض اللاكتيك في الدم بواسطة جهاز

(Electronical measurement method) الذي يعمل وفق مبدى

يستخدم اشطره فيها لاصق كيميائي يرسل اشاره كهربائيه نتيجة تفاعل عينة الدم معه.

ان هذه الاشارة تختلف باختلاف تركيز حامض اللكتات في عينة الدم المفحوصه.

خطوات اجراء القياس:

- يهيا جهاز Lactate PRO بأدخال شريط قياس جديد في الفتحة اعلى جهاز القياس

وتثبت بدفعها باتجاه الجهاز.

- ينصف الاصبع الذي ستأخذ عينه الدم منه بالماء المقطر بواسنדהا ستظهر قطرة الدم

طه باخ الماء ثم يجفف الاصبع من الماء بمنديل ورقي نظيف.

- للحصول على قطرة الدم يمكن استخدام اي جهاز وخز متوفر وذلك بأدخال ابرة جديدة

في مقدمة جهاز وخز ثم ينزع الغطاء عن راس الابره ينصب جهاز الوخز بسحب قصبته

الى الاعلى وتركها يوضع على طرفي الاصبع المراد وخزه ويعكس زر الجهاز ستخترق

ارة الجهاز نسيج الجلد للاصبع وعندها ستظهر قطرة الدم نقوم بمسحها والقطره الثانيه

هي التي ستأخذ عند ظهور قطره كافيه للقياسندخل نهاية شريط القياسالمثبت في الجهاز

في قطرة الدم الى ان يمتلى الحيز المخصص لعينة الدم مع تجنب ملاسة نهاية الشريط

للجلد (يستغرق ذلك 3 ثوان) وبواسطة الخاصيه الشعريه سوف يمتلى شريط القياس

بكميه محدوده من الدم يبدأ الجهاز بمعالجة عينة الدم تظهر على شاشة الجهاز بعد مده

قصيره (بعد 15 ثانيه) نتيجة القياس يسجل الباحث القراءه في استمارة التسجيل ، القراءه

بوحدة المليمولكل لتر دم.



- (التمرينات الخاصة):

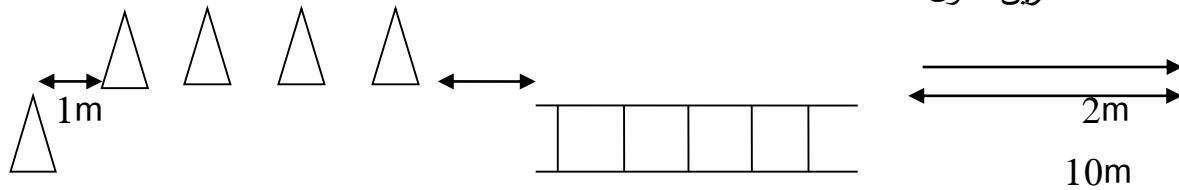
هي مجموعة من التمرينات التي تعطى للطلبة من ضمن مفردات المنهج والتي تعمل على تطوير القدرات البدنية والمهارية والفسولوجية وعددها (6) تمارين. يتوقع الباحثين اهمية هذه التمرينات المضافه على التأثير الايجابي فيما اذا ادخلت ضمن مفردات المنهج الخاص بكرة القدم للمرحلة الاولى في قسم التريبيه البدنيه وعلوم الرياضه - جامعة جيهان.

التمرينات اعتمدت كمتغير مستقل في البحث ومحاولة الباحث في التعرف على تاءثير هذا المتغير على المتغيرات التابعة وهي المهاريه والوظيفيه.

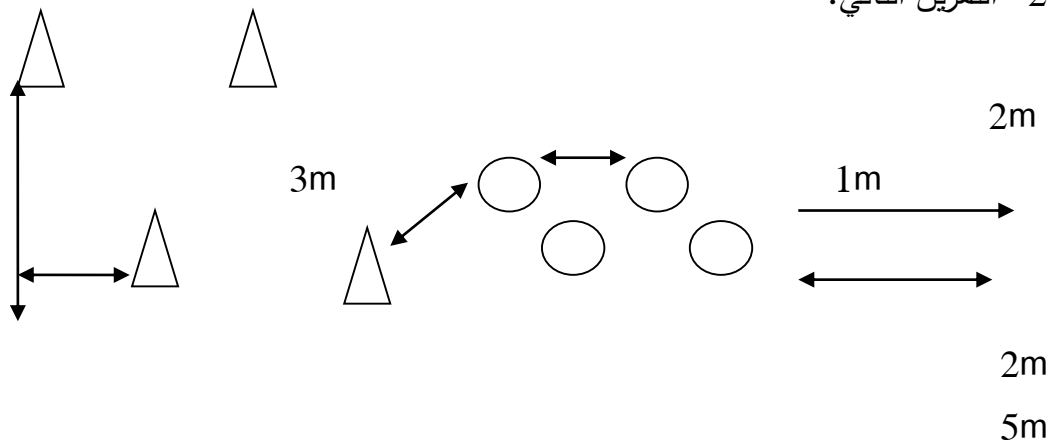
التمرينات وحسب تسلسل تطبيقها:

التمرينات الخاصة التي طبقت على عينه التجريبيه

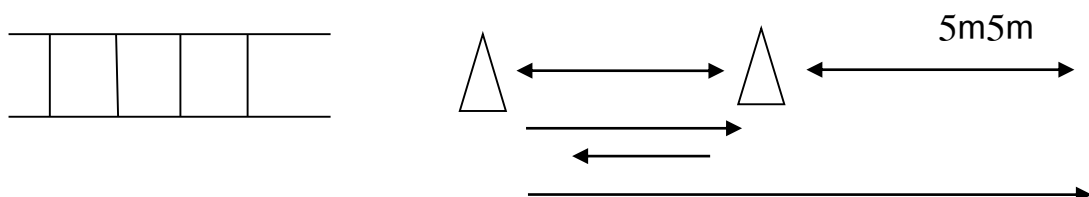
1- التمرين الأول:



2- التمرين الثاني:

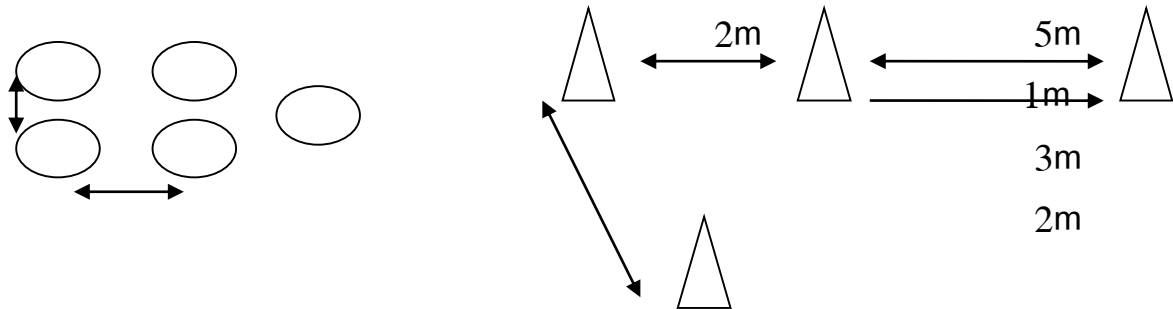


3- التمرين الثالث:

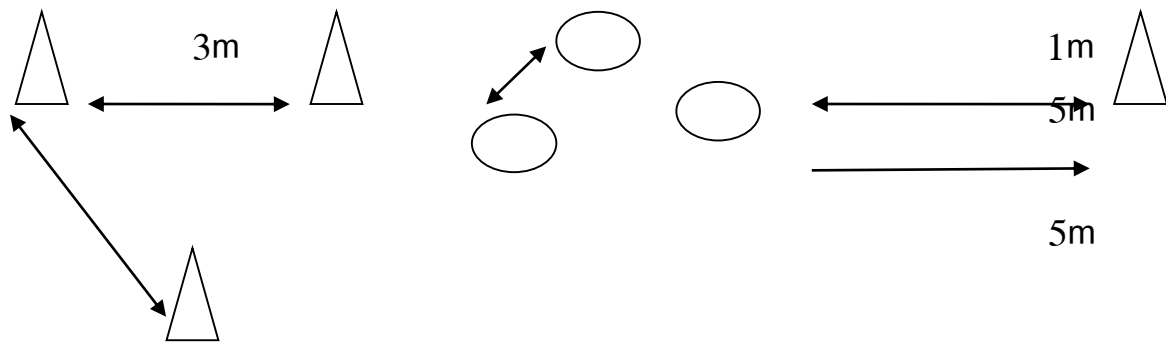




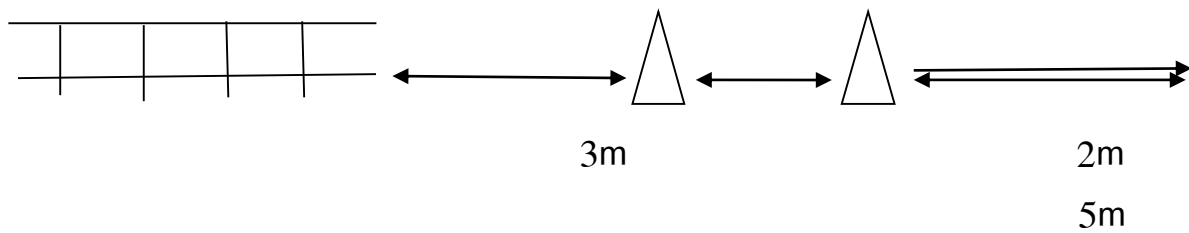
4- التمرين الرابع:



5- التمرين الخامس:



6- التمرين السادس:



3-5 الوسائل الاحصائية:

- قام الباحث باستخدام البرنامج الاحصائي SPSS لمعالجة البيانات التالية :

الوسط الحسابي 1-

الانحراف المعياري 2-

اختبارات لايجاد معنوية الفروق للعينات المترابطة. 3-

اختبارات لايجاد معنوية الفروق للعينات المستقلة.



4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

بعد ذلك قام الباحث باستخراج النتائج وتحليلها وفق جداول لمعرفة الفروقات ومقارنة نتائج العمليات الاحصائية للوصول الى النتائج النهائية ومناقشة هذه النتائج.

الجدول (1) يبين الاختبارات المهارية والوسط الحسابي القبلي والبعدي والانحراف المعياري القبلي والبعدي ت المحتسبه ومعنوية الفروق للعينه التجريبيه

الاختبار	الوسط الحسابي القبلي	الوسط الحسابي البعدي	الانحراف المعياري القبلي	الانحراف المعياري البعدي	ت المحتسبه
التهديف	7	10	1.414	1.414	* 5.196
المناول	15	18	1.472	1.472	* 7.000
الدحرجه	11.61	10.23	1.122	0.775	* 3.303

في جدول 1 يبين ايضا الفرق المعنوي في الاختبارات المهارية (التهديف- المناوله- الدحرجه) للعينه التجريبيه اذ ان قيمة ت المحتسبه 5,196 و 7,000 و 3,303 على التوالي اكبر من القيمه الجدوليه تحت مستوى دلالة 05 ، ودرجة حرية ن - 1 وتساوي 2,57 هذا يعني ان التمرينات المختاره قد اثرت ايجابيا على تقدم مستوى الطلاب في المهارات المختاره.

الجدول (2) يبين الاختبارات المهارية والوسط الحسابي القبلي والبعدي والانحراف المعياري القبلي والبعدي وقيمة ت المحتسبه ومعنوية الفروق للعينه الضابطه

الاختبارات المهارية	الوسط الحسابي القبلي	الوسط الحسابي البعدي	الانحراف المعياري القبلي	الانحراف المعياري البعدي	ت المحتسبه	المعنويه
التهديف	6	7	1.409	1.169	3.162	معنوي
المناول	15	16	1.095	1.517	2.236	غير معنوي
الدحرجه	12.64	12.25	0.704	0.739	2.319	غير معنوي

الدرجه الجدوليه تحت مستوى 05، تساوي 2,57

من خلال ماتقدم ان اختبار التهديف جاء بالمعنويه ويعزى ذلك الى مفردات مادة كرة التدم من ناحيه ومن ناحيه اخرى الى رغبة الطلاب في التدريب خلال الدرس على ممارسة مهارة التهديف اكثر من غيرها من المهارات ، من ناحية اخرى لم تظهر الاختبارات الدحرجه والمناول على المعنويه ويعزى الى ضعف مفردات مادة كرة القدم للمرحله الاولى وهذا ما يتطابق مع فرضيات البحث.



الجدول (3) يبين الاختبارات المهارية والوسط الحسابي والانحراف المعياري للعينتين التجريبيه والضابطه و ت المحتسبه والجدوليه ومستوى الدلاله ومعنوية الفروق القبلي

الاختبار	الوسط الحسابي		الانحراف المعياري		ت المحتسبة	الدلالة
	تجريبي	ضابط	تجريبي	ضابط		
تهدف	7	6	1,414	1,049	0,889	غير معنوي
مناوله	18	16	1,472	1,033	1,841	غير معنوي
دحرجه	11,61	12,64	1,122	0,704	1,895	غير معنوي

الدرجة الجدوليه: $1\text{ن} + 2\text{ن} - 6 + 6 = 2 - 10 = 2,23$ تحت دلالة 05

من هذا نستنتج ان الفرق بين العينه التجريبيه والضابطه في جميع الاختبارات المهاريه لا يتعدى الفرق العشوائي وهذا يتطابق مع فرضية البحث من عدم وجود فروق معنويه بين العينه التجريبيه والضابطه في الاختبارات القبليه وهي حاله طبيعيه حيث ان الطلاب في بداية انتظامهم في الدروس العمليه وان مستوياتهم متقاربه بكرة القدم وهذا يؤكد تجانس عينة البحث ايضا.

الجدول (4) يبين الاختبارات المهارية والوسط الحسابي والانحراف المعياري للعينتين التجريبيه والضابطه ودرجة ت ودلالة الفروق في البعدي

الاختبار	الوسط الحسابي		الانحراف المعياري		ت المحتسبة	الدلالة
	تجريبي	ضابط	تجريبي	ضابط		
تهدف	10	6	1,414	0,753	5,836	معنوي
مناوله	51	14	1,472	0,632	3,051	معنوي
دحرجه	10,23	11,99	0,775	0,785	3,899	معنوي

الدرجة الجدوليه : $1\text{ن} + 2\text{ن} - 6 + 6 = 2 - 10 = 2,23$ في جدول المعنويه = 05

من ذلك نستنتج ان التمرينات الخاصه التي اعتمدت كمتغير مستقل في البحث قد اثرت معنويا على مسنوى الطلاب في الاختبارات المهاريه خلال فترة تطبيق البرنامج الذي قاربت 8 اسابيع وبمعدل 4 ساعات اسبوعيا ضمن الجدول الاسبوعي لمادة كرة القدم.

ان نتائج العينه التجريبيه اشترت تقدم الطلبة في اداء الاختبارات المهاريه رغم قصر الفتره الزمنيه وهذا تأكيد على اهمية التمرينات الخاصه التي اعتمدت في التجربه.

وهذا ايضا يتطابق مع فرضية البحث التي تؤكد معنوية الفروق بين العينه التجريبيه والضابطه ولصالح العينه التجريبيه.



بالنسبة للناحية الوظيفية.

معنوية الاختبار تؤثر انخفاض نسبة اللاكتيك اسيد في الدم والعضلات مما يقلل من فترة الاستشفاء اولاً واستمرار الجهد والنشاط الرياضي لاطول فتره زمنيه ثانياً. هذا فضلاً عن ان تقليل او انخفاض نسبة اللاكتيك اسيد تعتبر احد اهم الاسس العلميه التي على المتخصص الامام بها وظهر ذلك ايضاً في اختبار الجهد اللاهوائي.

4- الخاتمة:

اظهرت النتائج ان التمرينات الخاصه التي تم اعتمادها ضمن البرنامج التدريبي على تطوير الناحية المهاريه في اختبار التهديف والمناوله والجرجه بكرة القدم وان التمرينات الخاصه التي تم اعتمادها ضمن البرنامج التدريبي ساعدت على تطوير الناحية الوظيفيه من خلال انخفاض اللاكتك اسيد في الدم والعضلة ، وفي ضوء الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث التي اثبتت فاعلية وتأثير التمرينات الخاصه اوصى بالاهتمام باستخدام التمرينات الخاصه ضمن مفردات مادة كرة القدم على وفق اسس علميه في التخطيط والتنفيذ، كذلك ضرورة تقييم مفردات مادة كرة القدم بشكل مستمر ومتابعة توصيات البحوث العلميه التي تنشر في هذا المجال واجراء دراسات مشابهه باستخدام اختبارات بدنيه ومهاريه ووظيفيه اخرى ومعرفة مدى تأثير التمرينات الخاصه عليها ايضاً اجراء دراسات مشابهة اخرى للمواد الدراسية في المنهج الدراسي للقسم.

References:

- Haider Abdul Badan Al-Mayahi. The Effect of Complex Training on Some Functional, Physical, and Skill Variables of the Iraqi Youth National Football Team Players. PhD Dissertation, College of Physical Education, University of Baghdad, 2020.
- Risan Khribat Majeed. Biomechanical and Physiological Analysis in Physical Education. Dar Al-Hikma, Basra, 1991.
- Furat Jabbar. The Effect of Various Mental Training Methods on Cognitive, Skill, and Tactical Aspects in Football. PhD Dissertation, College of Physical Education, University of Baghdad, 2001.
- Kamal Jamil Al-Rabdhi: Sports Training for the 21st Century. Amman, University of Jordan. 2001.
- Muwaffaq Asaad Mahmoud, Tests and Techniques in Football. Amman: Dar Dijla Publishing, 2007.
- Mufti Ibrahim, Individual Skills: Training and Development. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2012.