

DOI: <https://doi.org/10.34118/ajsssr.v9i2.4389>

التوافق النفسي وعلاقته ببعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب

Psychological compatibility and its relationship to certain offensive skills in basketball for students

haydar salman mazlum ⁽¹⁾, Nabaa Ali Sami ⁽²⁾ Rahab Nabil Abdel-Azim ⁽³⁾حيدر سلمان مظلوم ⁽¹⁾ مديرة تربية النجف الاشرف ، (العراق) ، Hn8491hn@gmail.comنبأ علي سامي ⁽²⁾ جامعة الكوفة ، (العراق) ، nabaaa.hussain@uokufa.edu.iqرحاب نبيل عبد العظيم ⁽³⁾ جامعة الكوفة ، (العراق) ، rahabn.allahaibi@uokufa.edu.iq

تاريخ الاستلام: 2025/09/11؛ تاريخ القبول: 2025/ 11/25؛ تاريخ النشر: 2025/12/31

ملخص:

تُعدّ كرة السلة من أكثر الرياضات شيوعًا وانتشارًا في العالم، لما تمتاز به من تكامل بين الجوانب البدنية والذهنية والتكتيكية في آن واحد. هنا تكمن أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على العلاقة بين التوافق النفسي والمهارات الهجومية في كرة السلة لدى الطلاب، مما يساهم في تقديم رؤى جديدة حول كيفية تحسين الأداء الرياضي من خلال العناية بالجوانب النفسية ومشكلة الدراسة من خلال متابعة الباحثين لاحتضار الدراسات التي تربط بين هذا العامل وبين المهارات الهجومية في كرة السلة لدى الطلاب ما تزال قليلة، مما يترك فجوة في المعرفة العلمية حول العلاقة بينهما. دفع هذا النقص في الدراسات الباحث إلى خوض هذا الموضوع لفهم كيف يمكن للتوافق النفسي أن يكون له علاقة بشكل مباشر أو غير مباشر على المهارات الهجومية، مثل التصويب، المراوغة، والتمرير. والهدف التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب (المرحلة الرابعة) قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة – الجامعة الإسلامية، والمنهج اعتمد الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي لملاءمته لطبيعة مشكلة الدراسة، إذ يُعدّ أحد المناهج الأساسية في البحوث الوصفية تم تحديد مجتمع الدراسة بطلاب الجامعة الإسلامية – قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة – المرحلة الرابعة وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة وبلغت (٤٠) طالب واهم الاستنتاجات أظهرت النتائج أن التوافق النفسي له دور محوري في تعزيز أداء مهارتي التصويب من القفز والمناولة الصدرية في كرة السلة، حيث يُساهم في تقليل الأخطاء وتحسين الدقة والثبات أثناء تنفيذ المهارات واهم التوصيات يُوصى بتطوير برامج تدريب نفسي تُركز على تعزيز التوافق النفسي للاعبين، مثل تقنيات الاسترخاء الذهني والتدريب على إدارة التوتر لتحسين أدائهم المهارية.

الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي، المهارات الهجومية، كرة السلة.

Abstract: Basketball is one of the most popular and widespread sports in the world, thanks to its unique blend of physical, mental, and tactical aspects. The significance

of this study lies in highlighting the relationship between psychological well-being and offensive skills in basketball among students, thus contributing new insights into how to enhance athletic performance through addressing psychological factors. The research problem stems from the observation that studies linking this factor to offensive skills in basketball among students are still scarce, leaving a gap in scientific knowledge regarding this relationship. This lack of research motivated the researchers to explore this topic to understand how psychological well-being can be directly or indirectly related to offensive skills, such as shooting, dribbling, and passing. The objective was to identify the relationship between psychological well-being and certain offensive skills in basketball among students (4th year) of the Physical Education and Sports Science Department at the Islamic University. The researchers adopted a descriptive approach with a correlational methodology, as it is suitable for the nature of the study. The study population consisted of students in the 4th year of the Physical Education and Sports Science Department at the Islamic University, and a simple random sample of 40 students was selected. The results showed that psychological well-being plays a crucial role in enhancing the performance of jump shot and chest pass skills in basketball, contributing to reducing errors and improving accuracy and consistency during skill execution. The recommendations include developing psychological training programs that focus on enhancing players' psychological well-being, such as mental relaxation techniques and stress management training, to improve their performance.

Keywords: Psychological compatibility, offensive skills, basketball.

1- التعريف بالدراسة:

1-1 مقدمة الدراسة وأهميتها:

تُعدّ كرة السلة من أكثر الرياضات شيوعًا وانتشارًا في العالم، لما تمتاز به من تكامل بين الجوانب البدنية والذهنية والتكتيكية في آن واحد، تتميز كرة السلة بكونها رياضة جماعية تتطلب تناغمًا عاليًا بين اللاعبين لتحقيق الأهداف المشتركة، حيث تعتمد بشكل أساسي على المهارات الهجومية والدفاعية التي تؤدي إلى تسجيل النقاط ومنع الفريق المنافس من ذلك. ومن أبرز المهارات الهجومية التي تُعتبر أساسية في كرة السلة: التمرير، والتسديد، والمراوغة، واختراق الدفاعات.

تتطلب هذه المهارات مستوى عالٍ من اللياقة البدنية، سرعة رد الفعل، ودقة التصويب، بالإضافة إلى القدرة على التفكير السريع واتخاذ القرارات تحت الضغط. وعلاوة على ذلك،

تعتمد كرة السلة بشكل كبير على التعاون بين أعضاء الفريق والتنسيق الحركي لتحقيق التفوق. ومن خلال التدريب المستمر وتحسين المهارات الفردية والجماعية، يمكن للطلاب تحقيق أداء رياضي متميز. ولهذا السبب، تُعد كرة السلة أداة فعالة لتعزيز العمل الجماعي وتنمية القدرات البدنية والذهنية.

يمثل التوافق النفسي أحد الجوانب الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر على الأداء الرياضي، حيث يُعرّف بأنه حالة التوازن والانسجام بين مكونات الشخصية المختلفة للفرد، مثل الجوانب العاطفية، والاجتماعية، والمعرفية. ينعكس هذا التوافق على قدرة اللاعب في التعامل مع التحديات التي يواجهها أثناء المباريات أو في حياته اليومية.

يرتبط التوافق النفسي بشكل وثيق بالقدرة على إدارة الضغوط النفسية، التحكم في الانفعالات، والتفاعل الإيجابي مع الزملاء والمدربين. فالرياضي الذي يتمتع بتوافق نفسي عالٍ يكون أكثر قدرة على التركيز خلال المباريات، وأكثر استعدادًا لتطوير مهاراته باستمرار في كرة السلة تحديدًا، يكون التوافق النفسي عاملاً حاسماً في تحسين أداء اللاعبين، إذ يساهم في تعزيز مهاراتهم الهجومية من خلال زيادة مرونتهم الذهنية وتعزيز قدرتهم على اتخاذ القرارات الحاسمة تحت ضغط المباراة. لذلك، فإن الربط بين التوافق النفسي والمهارات الهجومية يعد مجالاً مهماً للدراسة والفهم لتطوير اللاعبين.

وتنبع أهمية هذه الدراسة من كونها تسعى إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوافق النفسي ومستوى الأداء في المهارات الهجومية بكرة السلة لدى الطلاب، بما يساهم في إثراء المعرفة العلمية وتقديم رؤى عملية تساعد على تطوير الأداء الرياضي عبر الاهتمام بالجانب النفسي إلى جانب الجانب المهاري.

2-1 مشكلة الدراسة :

تُعد كرة السلة من الألعاب الرياضية التي تتطلب تكاملاً بين القدرات البدنية والذهنية، إذ تشكل المهارات الهجومية عنصراً أساسياً في تحقيق التفوق

والأداء المتميز. غير أن ملاحظات الباحثين تشير إلى أن الأداء الهجومي لدى العديد من الطلاب قد يتأثر بعوامل أخرى تتجاوز حدود الاستعداد البدني أو مستوى التدريب الفني، الأمر الذي يستدعي التعمق في دراسة هذه الجوانب المؤثرة، وهي العوامل النفسية. التوافق النفسي، كأحد الجوانب المهمة للصحة النفسية، يلعب دورًا رئيسيًا في تعزيز قدرة اللاعبين على التركيز، اتخاذ القرارات، وإدارة الضغوط أثناء المباريات.

ومن خلال متابعه الباحثين لاحظوا أن الدراسات التي تربط بين هذا العامل وبين المهارات الهجومية في كرة السلة لدى الطلاب ما تزال قليلة، مما يترك فجوة في المعرفة العلمية حول العلاقة بينهما. دفع هذا النقص في الدراسات الباحث إلى خوض هذا الموضوع لفهم كيف يمكن للتوافق النفسي أن يكون له علاقة بشكل مباشر أو غير مباشر على المهارات الهجومية، مثل التصويب، المراوغة، والتمرير.

3-1 هدف الدراسة:

1. التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب (المرحلة الرابعة) قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة – الجامعة الإسلامية.

4-1 فرض الدراسة :

هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب (المرحلة الرابعة) قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة – الجامعة الإسلامية.

5-1 مجالات الدراسة: تمثلت حدود الدراسة البشرية بطلاب المرحلة الرابعة قسم

التربية البدنية وعلوم الرياضة – الجامعة الإسلامية للموسم الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)،

والمكاني القاعة المغلقة في الجامعة الإسلامية, والزمني الفترة من (١١/١/٢٠٢٤) ولغايه (٢٠٢٥/٣/١).

2- منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية:

1-2 منهج الدراسة: اعتمد الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي لملاءمته لطبيعة مشكلة الدراسة، إذ يُعدّ أحد المناهج الأساسية في البحوث الوصفية، ويهدف إلى جمع البيانات من أفراد المجتمع بغرض تحديد الحالة الراهنة له فيما يتعلق بمتغير أو بعدة متغيرات.

2-2 مجتمع الدراسة وعينتها : تم تحديد مجتمع الدراسة بطلاب الجامعة الاسلاميه – قسم التربية البدنيه وعلوم الرياضه – المرحله الرابعه وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقه العشوائيه البسيطه وبلغت (٤٠) طالب. تُعتبر عملية اختيار العينة من الركائز الأساسية في جمع البيانات والمعلومات. وغالبًا ما يعتمد الباحث على تحديد مجتمع الدراسة وفقًا للظاهرة أو المشكلة التي يدرسها. ويحرص الباحثين على اختيار عينة يعتقد أنها تعكس المجتمع الأصلي بشكل دقيق وصادق، بما يضمن تمثيلًا موضوعيًا وموثوقًا للدراسة.

2-3 ادوات الدراسة والوسائل المساعدة:

- الاختبارات والمقاييس
- الملاحظه والتجريب
- الشبكة العالميه للانترنت
- المصادر العلميه.
- كرات سله عدد (10)
- شريط قياس بطول ٥ م.
- ملعب كره سله.
- صافره عدد ٢.

○ طباشر ملون.

2-4 تحديد متغيرات الدراسة:

لكي يحدد الباحثين أهم متغيرات الدراسة قامو بعملية مسح شامل للعديد من المؤلفات والدراسات العلمية في مجالات القياسات والاختبارات، تم اختيار التوافق النفسي ومهارتي التصويب من القفز والتمرير كمتغيرات للدراسة كونها الأكثر استخدام وتكرار في المباراه:

2-4-1 القياسات المستخدمة في الدراسة:

من اجل ان يضع الباحثين مؤشراً لضبط المتغيرات والسيطرة عليها استخدم الباحثين مقياس التوافق النفسي فضلاً عن استخدام اختباري التصويب والتمرير لضمان دقة النتائج طبقاً لأهداف الدراسة، ومستنداً في ذلك على المؤلفات العربية والدراسات العلمية، فضلاً عن الخبرات المتجمعة لدى الباحثين.

2-4-2 مقياس التوافق النفسي:

استخدم الباحثين مقياس التوافق النفسي الذي أعده الباحث (لونيس احمد الخليفة) المكون من ٣٠ فقره مع بدائل اجابه ثلاثية (تطبق و لا تنطبق ومتردد) لقياس التوافق النفسي لطلاب المرحلة الرابعة ينظر الى الملحق (١).

2-4-3 اختبار التهديد من القفز (الحكيم , 2004.48) :

الغرض من الاختبار:

يهدف الاختبار إلى قياس مستوى دقة التصويب من القفز لدى اللاعبين.

الأدوات المستخدمة:

ملعب كرة سلة قانوني.

(10)كرات سلة قانونية

وصف الأداء:

- يأخذ المختبر وضع الوقوف في المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة يؤدي المختبر التصويب من القفز بيد واحدة باتجاه السلة مباشرة لكل مختبر (10) رميات يؤديها
- يترك المختبر مكان التصويب من القفز عقب ما يؤدي (10) رميات وبعدها يؤدي المختبر الذي يليه قبل البدء يسمح للمختبر ان يؤدي الرميات بالتناوب لكل مختبر لكل مختبر رمية واحدة فقط قبل بدء الاداء

الشروط:

- يأخذ المختبر الوضع الصحيح في المكان المحدد للأداء للمختبر الحق في الاداء (10) رميات متتالية

- من حق المختبر ان يأخذ خطوه واحدة قبل اداء التهديف من القفز مع ملاحظة عدم تجاوز خط الرمية

- الحرة يعلن الرقم الذي يسجله المختبر والتي يليه كضمان عامل المنافسة محاور الاختبار:

- المسجل: يتولى مناداة أسماء اللاعبين وتسجيل نتائج جميع الرميات.
- المحكم: يقف بالقرب من اللاعب ليقوم بتسليمه الكرة، والتأكد من صحة الأداء ومتابعة الملاحظات الخاصة بالاختبار، مع تجنب أي إلهاء قد يؤثر على تركيزه حساب النقاط:

- تُسجّل للمختبر نقطة واحدة عن كل رمية ناجحة تدخل الكرة فيها السلة.
- تُمنَح نقطة عن كل محاولة تلمس فيها الكرة الحلقة دون أن تدخل السلة.
- لا تُحتسب أي نقطة إذا لامست الكرة اللوحة ولم تدخل السلة.
- الدرجة النهائية للمختبر هي مجموع النقاط التي يحققها من أصل (10) رميات.

4-4-2 اختبار المناولة الصدرية (عبد الدايم وصبيحي, 1984, 171):

اختبار: مناولة الكرة واستلامها نحو الحائط من مسافة (2,70 م)

الغرض من الاختبار:

قياس سرعة المناولة الصدرية المباشرة واستلامها بدقة.

الأدوات اللازمة:

- حائط أملس.
- أرضية مسطحة.
- شريط قياس.
- كرتا سلة (2)
- ساعة توقيت.
- طباشير لرسم العلامات.
- صافرة لإعطاء إشارة البدء والنهاية.

الإجراءات:

يُرسَم خط أفقي على الحائط الأملس بارتفاع (90 سم) عن سطح الأرض.

يُرسَم خط بدء على الأرض موازٍ للحائط وعلى مسافة (2,70 م) منه.

وصف الأداء:

يقف المختبر خلف خط البدء ممسكاً بالكرة بكلتا يديه.

عند سماع إشارة البدء، يقوم بأداء مناولة صدرية مباشرة نحو الحائط الأملس.

بعد ارتداد الكرة من الحائط، يقوم المختبر باستلامها وإعادة المناولة الصدرية مباشرة.

يستمر الأداء حتى إتمام (10) مناولات متتالية.

تعليمات الاختبار:

يجب على المختبر عدم تجاوز خط البدء أثناء الأداء.

لا تُحتسب المحاولة إذا لامست الكرة الأرض أثناء المناولات العشر.

في حال سقوط الكرة، يُسمح للمختبر باستعادتها والاستمرار، على أن تُحتسب فقط

المناولات الصدرية المباشرة الصحيحة.

يُسمح بارتطام الكرة بالحائط في أي نقطة فوق الخط المرسوم (90 سم)

لا يُسمح بضرب الكرة مباشرة بعد ارتدادها من الحائط، بل يجب استقبالها أولاً ثم إعادة المناولة الصدرية.

5-2 التجربة الاستطلاعية :-

أجرى الباحثون تجربتهم الاستطلاعية بتاريخ (2024/12/13)، وهي دراسة تجريبية أولية نُقِدت على عينة محدودة قبل البدء بالتجربة الرئيسية، وذلك بهدف اختبار أدوات البحث والتأكد من ملائمة أساليبه وإجراءاته وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هي تحديد مدى استيعاب العينة للمقاييس والاختبارات المستخدمة وتقييم مدى تناسب الاختبارات مع مستوى أفراد العينة. وتقييم كفاءة فريق العمل المساعد وفهمه للمقياس والاختبار. وبناءً على نتائج التجربة، تبين أنه تم تحقيق أهدافها بنجاح، وأن الباحثين حصلوا على فهم واضح وجيد لطبيعة العمل واحتياجاته.

٦-2 القياسات والاختبارات الرئيسية:

أجرى الباحثين اختبارات التصويب. والتمرير على عينة البحث والبالغ عددهم (٣٨) طالب يمثلون عينة الدراسة الرئيسية في يوم (الاحد) المصادف (٢٠٢٤/١٢/٢٣) وفي اليوم التالي تم تطبيق مقياس التوافق النفسي وبعد ان اعطى الباحثين تفصيلاً موجزاً عن كيفية اداء الاختبارات علماً أنه تم عرض الاختبارات على العينة قبل الشروع بها مع التفصيل الوافي ثم اعطيت فترة مناسبة للمختبرين، لتهيئة والاستعداد للاجابة ، تم تطبيق المقياس في جو جيد بين الطلاب، وذلك للحصول على افضل اجابه ممكنه فضلاً عن عنصر التشجيع من قبل فريق العمل.

٧-2 الوسائل الاحصائية :

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام الحقيبة الاحصائية (spss)

واستخراج ما يحتاجه الباحثون في دراستهم :

3- عرض النتائج وتفسيرها:-

1-3 عرض نتائج الارتباط بين متغيرات الدراسة:

جدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات الدراسة

المتغيرات	س	ع
التوافق النفسي	75.85	12.65
التهديف من القفز	15.7	1.96
المناولة الصدرية	10.1	1.76

جدول (2) يبين قيمة معامل الارتباط بين المتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	التوافق النفسي	دلالة الارتباط
التهديف من القفز	91.5	معنوي
المناولة الصدرية	86.5	معنوي

يبين الجدول ان الوسط الحسابي لمتغير (التوافق النفسي) جاء (75.85) وبانحراف معياري قدره (12.65) اما الوسط الحسابي لمتغير (التهديف من القفز) فقد كان (15.7) وبانحراف معياري قدره (1.96) اما بالنسبة لمتغير (المناولة الصدرية) فقد كان الوسط الحسابي (10.1) وانحراف معياري (1.76) وجاءت قيمه الارتباط البسيط (بيرسون) بين التوافق النفسي ومهاره التهديف من القفز (91.5) مما يدل وجود علاقة ارتباط معنوية وكانت قيمه الارتباط بين التوافق النفسي ومهاره المناولة (86.5) وهي أيضا علاقه ارتباط معنويه.

2-3 تفسير النتائج

التوافق النفسي هو حالة من الاتزان العاطفي والعقلي التي تمكن الفرد من التعامل بفعالية مع الضغوط والتحديات المختلفة، بما في ذلك الأنشطة الرياضية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي وأداء مهارتي التصويب من القفز والمناولة الصدرية في كرة السلة، وهو أمر يمكن تفسيره من خلال تأثير العوامل النفسية على الأداء الحركي والمهاري.

وفقاً لدراسة (محمد عبد الرحمن، 2020، 60)، فإن اللاعبين الذين يتمتعون بتوافق نفسي عالي يظهرون قدرة أكبر على التركيز والثبات الانفعالي أثناء تنفيذ المهارات التي تتطلب الدقة مثل التصويب من القفز. هذه المهارة تعتمد على الاستجابة السريعة للمثيرات البصرية، التي قد تتأثر سلباً في حالة التوتر أو الانفعال.

المناولة الصدرية في كرة السلة تعتمد على التحكم في حركة الذراعين والجذع، إلى جانب التفاعل مع زملاء الفريق والبيئة المحيطة. التوافق النفسي يساعد اللاعب على اتخاذ قرارات صحيحة بشأن التوقيت والقوة المطلوبة للمناولة، مما يقلل من الأخطاء الفنية.

دراسة (أحمد جابر، 2019، 57) أكدت أن اللاعبين الذين يظهرون استقراراً نفسياً يتمتعون بقدرة أعلى على تنفيذ الحركات بدقة وفاعلية في ظل المواقف الضاغطة، مثل ضغط المنافسين أو اللعب في بيئة مشحونة. الانسجام النفسي يُمكن اللاعب من التعامل مع هذه المواقف بتركيز أكبر وتنسيق أفضل.

التوافق النفسي يرتبط مباشرة بتنظيم الإشارات العصبية بين الدماغ والعضلات. في حالة التوافق، يكون اللاعب قادراً على معالجة المثيرات الخارجية واتخاذ القرارات بسرعة وكفاءة، مما ينعكس على دقة الأداء. بالإضافة إلى ذلك، يساعد التوافق النفسي في تعزيز الثقة بالنفس، وهي عامل أساسي لتحسين الأداء في المهارات الحركية المعقدة.

دراسة (سامي حسن، 26، 2021) أشارت إلى أن اللاعبين الذين يظهرون توافقًا نفسيًا جيدًا يكونون أكثر قدرة على التحكم في أعصابهم أثناء المواقف الحرجة، مما ينعكس على أدائهم في المهارات الدقيقة مثل التصويب والمناولة.

العلاقة بين التوافق النفسي وأداء مهارتي التصويب من القفز والمناولة الصدرية في كرة السلة تعود إلى تأثير التوافق النفسي على التركيز، الثقة بالنفس، واتخاذ القرار تحت الضغط. الحالة النفسية المستقرة تتيح للاعبين تنفيذ المهارات بدقة وسلاسة، مما يفسر الارتباط الإيجابي بين التوافق النفسي وهذه المهارات.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1. أظهرت النتائج أن التوافق النفسي له دور محوري في تعزيز أداء مهارتي التصويب من القفز والمناولة الصدرية في كرة السلة، حيث يساهم في تقليل الأخطاء وتحسين الدقة والثبات أثناء تنفيذ المهارات.
2. تبين أن الحالة النفسية المستقرة تساعد اللاعبين على التحكم في انفعالاتهم، وزيادة تركيزهم، مما ينعكس إيجابيًا على التنسيق الحركي والقدرة على اتخاذ قرارات دقيقة أثناء اللعب.

2-4 التوصيات :

1. يُوصى بتطوير برامج تدريب نفسي تُركز على تعزيز التوافق النفسي للاعبين، مثل تقنيات الاسترخاء الذهني والتدريب على إدارة التوتر لتحسين أدائهم المهاري.
2. يُنصح بإدراج تدريبات تحاكي المواقف الضاغطة أثناء المباريات ضمن البرنامج التدريبي، بهدف تعزيز استقرار اللاعبين نفسيًا وتحسين أدائهم في المواقف الحقيقية.
3. يُوصى بإجراء تقييم دوري للحالة النفسية للاعبين، باستخدام أدوات قياس معتمدة، مع توفير دعم نفسي مستمر لهم لضمان الحفاظ على التوافق النفسي وتحقيق أداء رياضي متميز.

المصادر

أحمد جابر. التأثير النفسي للأداء الحركي تحت الضغط في كرة السلة. المجلة العربية للتربية البدنية. 2019.

حسن سامي. الثبات الانفعالي ودوره في تحسين المهارات الحركية الدقيقة. المجلة الدولية للرياضة والتدريب. 2021.

سلوم جواد كاظم الحكيم الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية، 2004م
عبد الرحمن، محمد. التوافق النفسي وأثره على الأداء المهاري في الألعاب الجماعية. مجلة علوم الرياضة. 2020.

مود عبد الدايم ومحمد صبيحي: القياس في كرة السلة، ط1 حلوان، دار الفكر العربي 1984