

دراسة علاقة القلق المتعدد الأبعاد بدقة أداء مهارتي التمرير و التصويب لدى أشبال كرة السلة

د/ هبيرة السعيد جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الملخص بالعربية

تطرق الباحث من خلال هذه الدراسة إلى أحد أهم مكونات الجانب النفسي وهو القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سهولة الانفعال) , ومعرفة علاقته بالجانب المهاري والمتمثل في مهارتي التمرير والتصويب لدى عينة وهم أشبال كرة السلة لولاية أم البواقي في الشرق الجزائري . وإفترض الباحث وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء هذه المهارات , كما إعتد الباحث على عينة قوامها 40 لاعبا تم إختيارهم بالطريقة العشوائية لنوادي اشبال كرة السلة بولاية أم البواقي , وتم إستخدام المنهج الوصفي وكذا مقياس القلق المتعدد الأبعاد من تصميم محمد حسن علاوي (1998) وتوصل الباحث الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ابعاد القلق ودقة مهارتي التمرير والتصويب .

الملخص بالفرنسية

Le chercheur a traité à travers cette étude l'une des plus importantes composantes de l'aspect psychologique. C'est l'anxiété Multidimensionnelle (la dimension cognitive, la dimension physique et la dimension émotionnelle) .Il vise à reconnaître la relation de cet aspect avec celui des habiletés de passe et de tir au but chez les basketteurs de la wilaya d'Oum elboughi à l'Est d'Algérie . le chercheur a envisagé une corrélation d'une signification statistique entre l'anxiété multidimensionnelle et la précision lors de l'exécution de ces gestes techniques . Le chercheur a également basé sur un échantillon de 40 joueurs choisis de différents clubs .Le chercheur a adopté la méthode de description ainsi que le teste de mouhamed Allaoui .Il parvient à reconnaître la corrélation de signification statistique entre les démentions de l'anxiété d'une part et la précision des habiletés de passe et de tir au but d'une autre.

دراسة علاقة القلق المتعدد الأبعاد بدقة أداء مهارتي التمرير و التصويب لدى أشبال كرة السلة

1- المقدمة :

حاول الباحث في هذه الدراسة الربط بين أحد الجوانب النفسية والتمثل في القلق المتعدد الأبعاد بالجانب المهاري المتمثل في التصويب والتمرير في كرة السلة من خلال وضع فرضيات ومناقشتها وتحليلها معتمدا في ذلك على دراسات سابقة ونظريات مختلفة مرتبطة بالقلق كما عبر عن ذلك غزال (1797) " القلق في المجال الرياضي من المشكلات النفسية التي تواجه الرياضي حيث الإضطراب الفكري والنفسي الذي يؤدي الى عدم التوافق والتركيز والسيطرة فضلا عن الإستثارة العصبية غير المثالية فيكون الاداء خاطئا " .

إن عملية التدريب الرياضي لا تقتصر فقط على الجانب البدني او المهاري بل تتطلب تدخل مختلف الجوانب وخاصة الجانب النفسي لان اللاعب يمكن أن يكون سلبيا أو إيجابيا حسب ما يشعر به من خلال حالته النفسية .

2- الإشكالية :

يعد الجانب النفسي أحد الأركان الأساسية في مجال التدريب الرياضي , وهو الحد الفاصل والعامل المحدد والحاسم لأفضلية الفرق , بعدما أصبحت العناصر البدنية , والتكتيكية والفنية متقاربة المستوى لدى جميع الفرق , والذي لم يلق إهتماما كافيا عند الرياضيين ومن أهم مواضيع علم النفس الرياضي وهو موضوع القلق . . واكد المختصون في مجال علم النفس الرياضي ان للقلق تأثيرا مباشرا في اداء اللاعب ولذلك فانه قد تكون هناك علاقة بين القلق المتعدد الابعاد ودقة اداء المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة السلة .

إن التدريب الرياضي في الجزائر لم يرقى الى المستوى المطلوب من الاعتمادات العلمية المختلفة ولاسيما علم النفس الرياضي وأهميته في التدريب الرياضي , حيث يظهر من خلال طعف مستوى الاداء النفسي لدى الرياضيين في شتى المنافسات الرسمية في كرة السلة الجزائرية , لذا حاول الباحث ان يطرح الاشكالية :

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين القلق المتعدد الابعاد ومهارتي التمرير والتصويب لدى عينة البحث .
- هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين البعد البدني ومهارتي التمرير والتصويب .
- هل توجد علاقة دالة احصائيا بين البعد المعرفي ومهارتي التمرير والتصويب .
- هل توجد علاقة دالة احصائيا بين بعد سهولة وسرعة الاستثارة ومهارتي التمرير والتصويب .

3- فرضيات الدراسة :

- الفرضية العامة:
- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة احصائية بين القلق المتعدد الابعاد واداء مهارتي التمرير والتصويب
- الفرضيات الجزئية:
- توجد علاقة إرتباطية بين أبعاد القلق ومهارتي التمرير .
- توجد علاقة إرتباطية بين أبعاد القلق ومهارة التمرير.

4- تحديد مصطلحات الدراسة :

4-1- القلق :

" إنفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوتر الخطر وهو خبرة إنفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء منبعث من داخله " (علاوي , 2007 , ص 379).

إجرائيا :

هي تلك الدرجات التي تجيب عنها عينة البحث والتي يقيسها مقياس القلق المتعدد الابعاد في هذا البحث .

4-2- التصويب في كرة السلة:

دفع الكرة بإتجاه الهدف على شكل حركة الرمي بإستخدام ذراع او ذراعين والتصويب يكون الهدف الاساسي في لعبة كرة السلة " (امجد واخرون , 2012 , ص 28).

إجرائيا :

الدرجات التي يتحصل عليها عينة البحث في إختبار دقة التصويب في هذه الدراسة .

4-3- التمرير في كرة السلة :

"هي تبادل أعضاء الفريق الواحد الكرة فيما بينهم , وهو الوسيلة المثلى للتقدم بالكرة الى منطقة قريبة من السلة للتصويب " (معوض , 2008 , ص 46).

إجرائيا :

الدرجات التي تتحصل عليها العينة في إختبار دقة التمرير المستعمل في هذه الدراسة .

4-3- أشبال كرة السلة :

هم يمثلون فريق اتحاد الشاوية وفريق عين مليلة وعين البيضاء صنف الاشبال لموسم 2012/2013 في الشرق الجزائري.

5- الدراسات السابقة والمشابهة:

5-1- دراسة فلاح محمود (2001) : بعنوان " حالة القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بالاداء الفعلي لدى لاعبي كرة اليد في العراق "

أعد الباحث الدراسة للتعرف على حالة القلق المتعدد الابعاد قبل المنافسة الرياضية وبعدها وايضا التعرف على العلاقة بين حالة القلق المتعدد الابعاد والاداء الفعلي . واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح , كما ان الدراسة اجريت على عينة متكونة من (137) لاعبا يمثلون فرق اندية الدرجة الاولى لكرة اليد فئة الناشئين تم اختيارها بالطريقة العشوائية , وتوصل الباحث الى وجود علاقة ارتباط عكسية بين الاداء الفعلي والبعد البدني والمعرفي قبل المنافسة الرياضية وايضا وجود علاقة ارتباط عكسية بين الاداء الفعلي والبعد المعرفي بعد المنافسة الرياضية , كما اظهرت فروق معنوية لحالتي البعد المعرفي والبدني والثقة بالنفس لصالح الاختبار قبل المنافسة الرياضية مقارنة بالاختبار بعد المنافسة . (فلاح , 2001).

5-2- دراسة الاذ زهير مصطفى (2004) : بعنوان " سمة القلق المتعدد الابعاد وعلاقتها بدقة اداء مهارتي المناولة والتصويب في لعبة كرة اليد "

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين سمة القلق المتعدد الابعاد ودقة اداء مهارتي المناولة والتصويب في لعبة كرة اليد للمتخب الوطني العراقي للرجال . استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية , واجريت الدراسة على عينة متكونة من (24) لاعبا يمثلون لاعبي المنتخب الوطني العراقي للرجال في لعبة كرة اليد يتميزون بارتفاع سمة القلق المتعدد الابعاد و كذا وجود علاقة ارتباط معنوية بين سمة القلق ودقة اداء مهارة التصويب في لعبة كرة اليد للرجال , كما توصل الى عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين سمة القلق ودقة اداء مهارة المناولة في لعبة كرة اليد . (زهير , 2004) .

5-3- دراسة اياد ناصر .حسين كاظم (2006) .بعنوان : القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بدقة اداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بدقة اداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي اندية الدرجة الاولى بالكرة الطائرة , كما اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية , واجريت الدراسة على عينة (74) لاعبا يمثلون اندية الدرجة الاولى للكرة الطائرة بمنطقة الفرات , وتوصل الباحث الى وجود علاقة معنوية بين القلق المتعدد الابعاد ودقة اداء مهارة الارسال من الاعلى , ووجود علاقة معنوية بين القلق المتعدد الابعاد ودقة اداء مهارة استقبال الارسال بالذراعين من الاسفل . (كاظم , 2006).

5-4- دراسة فاضل باقر مطشر (2013) .بعنوان علاقة القلق المتعدد الابعاد بمستوى الاداء الفني لدى لاعبي الملاكمة الناشئين بمحافظة نيسان . هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين ابعاد القلق ومستوى

الاداء الفني لدى لاعبي الملاكمة ,حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي واعتمد على عينة من 44 لاعب تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتوصل الباحث الى الى وجود علاقة ارتباطية بين القلق المتعدد الابعاد ومستوى الاداء الفني لدى لاعبي الملاكمة . (باقر, 2013) .

5-5- دراسة سعاد خيرى كاظم . (2010). بعنوان القلق المتعدد الابعاد وعلاقته باداء حركة القفز المتكورة داخلا على جهاز حسان القفز في الجمناستيك. هدفت الدراسة الى التعرف على القلق المتعدد الابعاد لدى الطالبات في الجيمناستيك وكذا التعرف على علاقة القلق المتعدد الابعاد باداء حركة القفز على جهاز الحسان حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة المشكلة , وقد اجريت الدراسة على

عينة متكونة من (74) لاعبا اذ تم اختيارها بالطريقة العشوائية , وتوصل الى وجود ارتباط معنوي بين القلق المتعدد الابعاد واداء مهارة القفز المتكورة على جهاز الحسان .

(سعاد . 2010).

6- الخلفية النظرية للدراسة :

إعتمد الباحث في هذه الدراسة على عدة نظريات وتعريف لمختلف علماء النفس وذلك في القلق المتعدد الابعاد على غرار القلق عند (ميلاني كلاين) والقلق عند كارل يونغ والقلق عند ثورنيك وكذا نظرية القلق كحالة وكسمة والنظرية الحديثة للقلق.

7- منهج الدراسة :

إن طبيعة اي مشكلة تجبر الباحث على تحديد المنهج المتبع في دراسته , وهو الحال في هذه الدراسة التي إعتمد فيها الباحث على المنهج الوصفي بالاعلاقات الارتباطية لمعرفة مدى إرتباط متغيرين او اكثر (مجيد , 1987,ص82).

8- مجتمع الدراسة :

يقصد بمجتمع البحث كامل افراد ود او مشاهدات موضوع البحث او الدراسة . حيث تمثل مجتمع البحث في هذه الدراسة في كل لاعبي كرة السلة صنف الاشبال لولاية ام البواقي (فريق عين مليلة , عين البيضاء , ام البواقي) وكان عددهم 140 لاعبا .

9- عينة الدراسة :

تم إختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية لفرق ولاية ام البواقي صنف الاشبال فرق كرة السلة وكان عددهم اربعين 40 لاعبا فرق ولاية ام البواقي .اي بنسبة اكثر من 10 بالمائة من مجتمع الدراسة حيث انه بعد ضبط الفرق التي توافق المراحل العمرية والتي تمارس الحصة التدريبية في اوقات مماثلة تم اجراء قرعة تشمل العينات المختارة , حيث يتم سحب العينة المختارة متجانسة كما يلي :

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
الطول	سم	173.05	3.23	175	- 0.60
الوزن	كغ	73.4	2.31	72	- 0.60
العمر	سنة	16.1	0.83	17	- 1.08

جدول يبين تجانس عينة الدراسة

10- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات واليجابيات التي قد تصادفه . وجرى الباحث الدراسة الاستطلاعية على عينة خارج عينة الدراسة ومن نفس مجتمع البحث وبلغت 30 لاعباً . وبعد اسبوع أعاد الباحث نفس الاختبارات في نفس الظروف وتميزت بصدق وثبات عاليين . كما مكنت الباحث على أهم العراقيل التي تعيق إجراء الدراسة الأساسية.

11- الوسائل المستخدمة :

تم الاعتماد على مقياس القلق المتعدد الأبعاد من تصميم محمد حسن علاوي الذي

يتضمن 45 عبارة من ثلاثة أبعاد ويحتوي كل بعد 15 عبارة . وكذلك تم استعمال كل من :

- إختبار دقة التمرير في كرة السلة .

- إختبار دقة التصويب في كرة السلة .

12- صدق المحكمين للاختبارات :

تم عرض مقياس القلق وكذا الاختبارات المهارية على مجموعة من الخبراء وهم أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة أم البواقي لإبداء رأيهم وملاحظاتهم حول صلاحية المقياس , والاختبارات المهارية لغرض تطبيقها على أشبال العينة . حيث تم الموافقة على كل عبارات المقياس ونفس الشيء على الاختبارات.

13- عرض وتحليل النتائج :

10-1- العلاقة بين مهارة التمرير والبعد البدني للقلق:

جدول (1)

الدلالة المعنوية	قيمة T	قيمة معامل الارتباط	البعد البدني	مهارة التمرير

		بيرسون					
دالة معنوية	الجدولية	المحسوبة	0.67	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
	2.1	4.00		3.89	29.7	2.67	20.9

يتضح من الجدول أعلاه (1) وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة احصائيا بين مهارة التمرير والبعد البدني حيث بلغت المحسوبة 4.00 وهي اكبر من الجدولية 2.1 عند درجة 0.05.
10-2- العلاقة بين مهارة التمرير والبعد المعرفي:

جدول (2)

الدالة المعنوية	قيمة T		قيمة معامل الارتباط بيرسون	البعد المعرفي		مهارة التمرير	
	الجدولية	المحسوبة		S	X	S	X
دالة معنوية	الجدولية	المحسوبة	0.65	S	X	S	X
	2.1	3.82		4.34	30.8	2.67	20.9

يتضح من خلال الجدول (2) أعلاه وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة احصائيا بين مهارة التمرير والبعد المعرفي للقلق حيث بلغت القيمة المحسوبة 3.82 وهي أكبر من الجدولية البالغة 2.1.
10-3- العلاقة بين مهارة التمرير وبعد سهولة وسرعة الانفعال :

الدالة المعنوية	قيمة T		قيمة معامل الارتباط بيرسون	بعد سهولة وسرعة الانفعال		مهارة التمرير	
	الجدولية	المحسوبة		S	X	S	X
				S	X	S	X

دالة معنوية	2.1	3.21	0.61	5.4	29.7	2.67	20.9
-------------	-----	------	------	-----	------	------	------

جدول (3)

يتضح من خلال الجدول (3) اعلاه وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين مهارة التمرير وبعد سهولة وسرعة الانفعال للقلق , حيث بلغت القيمة المحسوبة 3.21 وهي اكبر من الجدولية البالغة 2.1 .
10-4- العلاقة بين مهارة التصويب والبعد البدني :

جدول (4)

الدالة المعنوية	قيمة T		قيمة معامل الارتباط بيرسون	البعد البدني		مهارة التصويب	
	الجدولية	المحسوبة		S	X	S	X
دالة معنوية	2.1	3.82	0.65	3.89	29.7	4.8	22.35

يتضح من خلال الجدول (4) اعلاه وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين مهارة التصويب والبعد البدني للقلق , حيث بلغت القيمة المحسوبة 3.82 و هي اكبر من الجدولية البالغة 2.1 .
10-5- العلاقة بين مهارة التصويب والبعد المعرفي :

جدول (5)

الدالة المعنوية	قيمة T		قيمة معامل الارتباط بيرسون	البعد المعرفي		مهارة التصويب	
	الجدولية	المحسوبة		S	X	S	X
دالة معنوية	2.1	4.17	0.71	4.34	30.8	4.8	22.35

يتضح من خلال الجدول (5) اعلاه وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين مهارة التصويب والبعد المعرفي للقلق حيث بلغت القيمة المحسوبة 4.17 وهي اكبر من الجدولية البالغة 2.1 .

10-6- العلاقة بين مهارة التصويب وبعد سهولة وسرعة الانفعال :

جدول (6)

الدالة المعنوية	قيمة T		قيمة معامل الارتباط بيرسون	بعد سهولة وسرعة الانفعال		مهارة التصويب	
	الجدولية	المحسوبة		S	X	S	X
دالة معنوية			0.76				
	2.1	5.42		5.4	29.5	4.8	22.35

يتضح من خلال الجدول اعلاه وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين مهارة التصويب وبعد سهولة وسرعة الانفعال للقلق , حيث بلغت القيمة المحسوبة 5.42 وهي اكبر من الجدولية البالغة 2.1.

14- مناقشة النتائج:

وجود علاقة ارتباطية بين البعد البدني للقلق ومهارة التمرير في كرة السلة وهذا ما تعززه النتائج التي توصل اليها كل من (جمال رمضان , مصطفى احمد) في وجود علاقة ارتباطية بين البعد البدني و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة السلة , كما وافقت نتائج كل من (فلاح محمود , اياك كاضم , فاضل مشطر , سعاد كاظم , وصبيحة محمد) وذلك في وجود علاقة ارتباطية بين البعد البدني للقلق والاداء المهاري و الفني . كما تتنافى نتائج هذه الدراسة مع نتائج (الاء زهير) التي توصلت الى نتيجة مفادها عدم وجود علاقة ارتباطية بين البعد البدني للقلق ومهارة التمرير في كرة اليد .

يفسر الباحث بكون البعد البدني يثير بعض الاستثارات الفيزيولوجية الجسمية والوجدانية للقلق , حيث لهذه اعراض قد تؤثر على اداء الرياضي , وهذا ما اكده علاوي (1998) حيث اكد ان القلق البدني هو ادراك اللاعب الاستثارة الفيزيولوجية ويتضمن اعراض التوتر ومتاعب المعدة وغيرها من استجابات الجهاز الهضمي ولها علاقة مباشرة بمستوى اداء المهارات.

وجود علاقة ارتباطية بين مهارة التمرير والبعد المعرفي . حيث وافقت هذه النتائج كل من (مصطفى احمد , جمال رمضان) التي تؤكد وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين البعد المعرفي والاداء الفني والمهاري في كرة السلة ,

و يفسرها الباحث كون البعد المعرفي هو ادراك الرياضي للتهديد والانفعالات مما يسبب له فقدان التركيز وتشتت الانتباه مما يؤثر على مستوى ادائه. كما اكده

راتب (2000) ان القلق المعرفي يعني ادراك الرياضي للتهديد من خلال المشاعر والانفعالات مقابل الإستجابات الفيزيولوجية للقلق الجسمي .

وفسر الباحث وجود العلاقة الارتباطية بين بعد سهولة وسرعة الانفعال ودقة اداء مهارة التمرير كون هذا البعد عبارة عن حالات التوتر والاضطراب والنرفزة زهدا ما يفسره وجود هذه العلاقة . وذكر علاوي (1998) ان سرعة الانفعال وسهولته تعني حالات التوتر النفسي والعصبية . وجاءت هذه

الدراسة لتوافق دراسة كل من (اياد كاظم , سعاد كاظم , صبيحة محمد وفاضل)

ويفسر الباحث وجود العلاقة الارتباطية بين البعد الدني ودقة مهارة التصويب كون اهم اعراض القلق البدني تتمثل في تزايد ضربات القلب والافرازات الجسمية , وارتعاش الاطراف وغيرها من الاعراض الاخرى وهذا ما يؤكد ابوعيه ان القلق البدني يرتبط بالاحساس بالارهاق لذانرى الرياضي اثناء التدريب او المباراة يظهر عليه قصور في تادية المهارات .

ويرجع الباحث ظهور العلاقة بين البعد المعرفي ومهارة التصويب في كرة السلة الى ان القلق المعرفي يتمثل في توقع سوء المستوى والنتائج وعدم الاداء الجيد في المباراة , وهوما ينتج عنه ارتباك وفقدان التركيز وتشتت الانتباه وبالتالي يؤثر على اداء المهارات .

وبصفة عامة يؤكد فاضل وبسيوني بان مشكلة القلق في المجال الرياضي تعد من بين المشكلات التي ينبغي الاهتمام بدراستها لما لها من اثار واضحة على اداء الرياضيين .

15- اقتراحات وتوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالارشاد النفسي الذي ينمي المهارات النفسية للرياضيين.
- الاهتمام بالتحضير النفسي للرياضي.
- الاهتمام بالجانب النفسي اثناء التدريب على المهارات الاساسية في كرة السلة.
- الاهتمام بمحيط الرياضي الذي قد يسبب القلق اثناء العملية التدريبية.
- اجراء بحوث مستقبلية تخص علاقة الجانب المهاري بالجانب النفسي للاعب.

قائمة المراجع

- ايثار, غزال. (1997). قلق الحالة لدى طلبة التربية البدنية وعلاقته بمستوى الاداء المهاري لقفزة اليدى الامامية على حضان القفز . مجلة الرافدين للعلوم التربوية . المجلد 3 . العدد 7 . كلية التربية الرياضية جامعة الموصل .

- الاء زهير .مصطفى , سمة القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بدقة اداء مهارتي المناولة والتصويب في لعبة كرة اليد , رسالة ماجستير غير منشورة ,كلية التربية الرياضية .جامعة ديالى ..2004
- اياد. ناصر حسين كاظم العزاوي .(2006). القلق المتعدد الابعاد وعلاقتها بدقة اداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة . رسالة ماجستير منشورة .كلية التربية الرياضية .جامعة القادسية .العراق .
- امجد .محمد .العتوم واخرون .(2012). عالم كرة السلة .ط1. مكتبة المجتمع العربي .عمان الاردن .
- محمد .حسن .علاوي.(2007).مدخل في علم النفس الرياضي .ط6.مركز الكتاب للنشر .القاهرة.
- حسين . سيد .معوض.(2008) .كرة السلة للجميع . ط7. دار الفكر العربي .القاهرة .
- ريسان خريبط. محمد .(1987). مناهج البحث العلمي في التربية البدنية . مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر .جامعة الموصل .العراق .
- فلاح محمود . (2001) . حالة القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بالاداء الفعلي لدى لاعبي كرة اليد في العراق .رسالة ماجستير غير منشورة .كلية التربية الرياضية .جامعة بغداد .
- فاضل .باقر. مطشر.(2013) . علاقة القلق المتعدد الابعاد بمستوى الاداء الفني لدى لاعبي الملاكمة الناشئين بمحافظة نيسان لعلوم التربية البدنية, جامعة نيسان , العراق , العدد 8 ,المجلد 8.