وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات الاولية

المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات
محاضرات طالبات المرحلة الأولى

إعداد التدريسي
أ.م.د قصـــي حاتـــم خلـــف

للعام الدراسي
٢٠٢٠/٢٠٢١

مفهوم كرة القدم للصالات: -

"يطلق على كرة القدم الصالات عندما تلعب داخل الصالات والقاعات المغلقة باللغة الانكليزية مصطلح الـ Futsal إذ إنه يمثل المصطلح المستخدم دوليا للعبة، وهو مشتق من الإسبانية أو البرتغالية والـ Futbol أو الـ Futebol تعني كرة القدم والكلمة الفرنسية أو الاسبانية SALON أو SALA تعني داخلي وبذلك تصبح كرة القدم الصالات الداخلية "وتعد لعبة كرة القدم الصالات" من الالعاب الجماعية السريعة التي تحتاج الى مواصفات بدنية ومهارية عاليتين بالإضافة الى القدرات الذهنية والخططية" علما ان مؤسسها هو خوان كارلوس وهو مدرس تربية رياضية في الاركواي عام 1930 وتم دخولها الى قارة اسيا عام 1960 والى العراق رسميا عام 2001.

وكرة القدم الصالات " تلعب داخل القاعات وتعرف ايضا بكرة القدم داخل الصالات وهي لعبة رياضية مشابهة لكرة القدم المعروفة، لكنها تقام داخل صالات رياضية معدة لهذه الرياضة "وكرة القدم الصالات لعبة محببة تمارس من قبل مجموعة من اللاعبات وتحتاج الى لياقة بدنية عالية ومهارات حتى يتم ممارستها بشكل جيد لها بطولات عالمية ينظمها الاتحاد الدولي لكرة القدم وملعب كرة القدم الصالات صغير الحجم وكراتها أصغر من حجم الكرة العادية ويدير المباراة حكمان داخل الميدان ولها قانون خاص".

إن لعبة كرة القدم الصالات " لعبة سريعة وخالية من التوقفات تقريبا لصغر مساحة ملعبها إذ نجد ان اللاعبات يصلنَ إلى مرمى المنافس بشكل سريع وكثير لذلك يجب ان تكون نهاية الهجمات بشكل صحيح لأنها تؤدي إلى الفوز ولصغر مساحة اللعب يجب أن يتقن اللاعبات المهارات الاساسية بدقة متناهية ويتدربن عليها باستمرار".

تعد كرة القدم الصالات واحدة من الألعاب التي لها خصوصيات وأساسيات يمكن أن يعرفها كل من يتابع ويشاهد المباريات، ويجب على العاملين في مجال التدريب معرفتها وثم نقلها إلى اللاعبات، وبوساطتها يمكن بناء مناهج تدريبية تساعد على ايصال اللاعبات إلى مستوى عالٍ من الأداء وتقليل الأخطاء أثناء سير المباراة فضلاً عن زيادة متعة اللاعبات وتشويقهن في اللعب، ومن ثم زيادة في اثارة المباريات.

❖ **أهم مميزات كرة القدم للصالات**: -

- هي لعبة حيوية سريعة وتلعب على ملعب صغير.
- هي لعبة جذابة تتطلب درجة عالية من الأداءين الحركي والمهاري.
- تُسَّجل فيها الاهداف بكثرة.
- تتطلب مستوى عالٍ من القدرات البدنية ومن قوة الارادة.
- يتم أداء المهارات الاساسية في الظروف الصعبة لان مناطق اللعب ضيقة وصغيرة.

❖ **الفرق بين كرة قدم الصالات وكرة القدم الاعتيادية**:

يوجد العديد من الاختلافات بين كرة قدم الصالات وكرة القدم الاعتيادية، ويبين الآتي أبرز هذه الاختلافات :

- **عدد اللاعبات** :تُلعب مُباريات كرة القدم الاعتيادية من خلال أحد عشر لاعبة لكل فريق، بينما تُلعب كرة قدم الصالات بخمسة لاعبات للفريق الواحد.
- **مُدة المُباراة** :تُلعب مباراة كرة القدم الاعتيادية على مدار تسعين دقيقة مُقسمة لشوطين مُدة كل منهما (45) دقيقة، بينما تُلعب مُباريات كرة قدم الصالات بواقع شوطين مُدة كل منهما (20) دقيقة فقط.
- **ساعة المُباراة** :يتم إيقاف احتساب الوقت عند توقف اللعب في كرة قدم الصالات، بينما لا يتم إيقاف ساعة احتساب الوقت في مباريات كرة القدم الاعتيادية عند توقف اللعب.
- **الأوقات المُستقطعة** :يُمكن للفريقين في كرة قدم الصالات الحصول على وقتٍ مُستقطعٍ واحد خلال كلِّ شوط، ولا يحق للفريق الحصول على أوقاتٍ مستقطعة في كرة القدم الاعتيادية.
- **الكرة** :تُلعب كرة القدم الاعتيادية بكرات من حجم (5) بينما تُلعب كرة قدم الصالات بكرة حجمها (4).
- **التبديلات** :يُسمح في كرة القدم الاعتيادية إجراء ثلاث تبديلات في أغلب الدوريات والمباريات، بينما يُسمح بعددٍ غير محدود من التبديلات وفي أي وقت من المُباراة ودون توقف اللعب في كرة قدم الصالات.

- **خروج الكرة من جانب الملعب** :يتم تنفيذ ما يُعرف برمية التماس عند خروج الكرة من جانب الملعب في كرة القدم الاعتيادية، أما في كرة قدم الصالات فإنه يتم استئناف اللعب من خلال تنفيذ ما يسمى بركلة إدخال او ركلة جانبية.
- **طرد اللاعبة** :يتم إقصاء اللاعبة من الملعب لنهاية المُباراة عند طردها في كرة القدم الاعتيادية، أما في كرة قدم الصالات فإن طرد اللاعبة يعني استبعادها عن الملعب لمدة دقيقتين ويُمكن أن تعود فوراً إلى الملعب في حال تسجيل الفريق الآخر لهدف.

المهارات الأساسية بكرة الصالات: -

"وتعرف المهارات الأساسية بكرة الصالات هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدى لغرض معين في إطار قانون كرة الصالات سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها، كما يؤكد على ضرورة أن يكون أداء اللاعبة للمهارات سريعاً ودقيقاً".

" **تقسم المهارات الأساسية في كرة الصالات الى نوعين هما**: -

أولا: **المهارات الأساسية بدون استخدام الكرة وهي**: -

- **الركض وتغير الاتجاه.**
- **الوثب.**
- **الخداع والتمويه.**
- **وقفة اللاعبةين.**

ثانيا: **المهارات الأساسية باستخدام الكرة وهي** :-

- **ركل الكرة وتشمل (المناولة / التهديف) وتسمى (التمرير).**
- **الدحرجة وتسمى (الجري بالكرة).**
- **الإخماد.**
- **المراوغة.**
- **مهاجمة الكرة وتسمى (القطع).**

- **المكاتفة.**

- **مهارات حارس المرمى.**

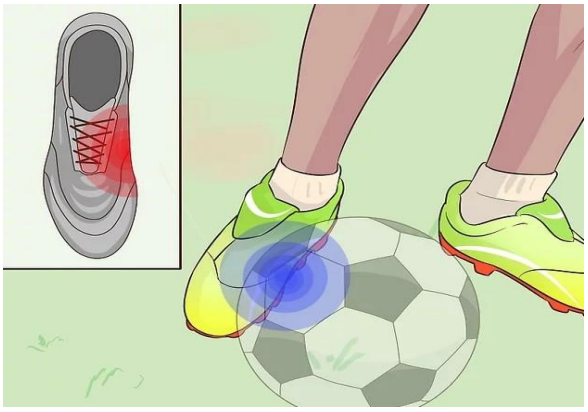
أولاً: - **مهارة ركل الكرة**: -

تعد من أهم مهارات كرة الصالات لأنها الأكثر استخداماً طوال زمن المباراة وان عملية إتقانها مسألة ضرورية ومهمة لنجاح الفريق والفوز بالمباراة، كما ان لمهارة المناولة مهمتان أساسيتان هما: –

1. **المناولة للزميلة.**
2. **التهديف نحو المرمى.**

وتستخدم أحياناً لأبعاد الكرة عن المرمى في حالة استحالة السيطرة عليها لتوجيهها ولأداء حركة ركل الكرة (المناولة)، وهناك اشكال متعددة لمهارة المناولة نذكر منها:

- ✓ **المناولة بباطن القدم.**



✓ **المناولة بوجه القدم.**

✓ **المناولة بكعب القدم.**

✓ **المناولة بمقدمة القدم.**

وتعتبر المناولة من أكثر الوسائل الخططية أهمية في كرة القدم ويرجع ذلك الى كونها الأكثر استخداماً طوال زمن المباراة، وهي تحدد انتقال للكرة من لاعبة إلى أخرى في وضع أفضل وموقع أحسن، وقد أكدت بعض الدراسات العلمية على إن أكثر من (80%) من الحالات التي تحصل فيها اللاعبة على الكرة يكون التصرف عن طريق المناولة في حين يكون التصرف في المهارات الباقية وهو (20%) فالمناولة هي الأساس في بناء مراحل الهجوم والتقدم نحو مرمى الفريق الخصم.

وأن تكون المناولة صحيحة وسليمة ودقيقة يجب إن تتصف بعدة صفات منها:

- ✓ إن تكون المناولة للاعبة المناسبة.
- ✓ توقيت أداء المناولة.
- ✓ قوة المناولة.
- ✓ الدقة في المناولة.

❖ **وللمناولات انواع متعددة وتقسم:** –

- ✓ من ناحية القوة (قوية، متوسطة، بطيئة).
- ✓ من ناحية المسافة (بعيدة، متوسطة، قريبة).
- ✓ من ناحية الاتجاه (خلفية، عرضية، قطرية).

❖ **التهديف**:

يعد التهديف من المهارات الأساسية في كرة القدم الصالات وعن طريقه يمكن حسم نتائج المباريات وكل ما يقوم به اللاعبات داخل الملعب يتجه صوب هدف واحد وهو خلق فرصة مناسبة للتهديف غالباً إذ يعد التهديف إحدى وسائل الهجوم الفردي الذي تتسلح به اللاعبة لتحقيق هدف في مرمى الفريق الأخر حيث إن الفريق الذي يحقق أكبر عدد من الأهداف خلال المباراة يعد فائزاً.

ويرى (سامي الصفار،1984) بان على التهديف تتوقف نتيجة المباراة والتهديف وهو الخطوة الأخيرة في سلسلة فعاليات انتهت بضربة التهديف.

والتهديف بالقدم هو أفضل وأقوى وأسرع أنواع التهديف سواء في إثناء ركل الكرة الثابتة أو المتحركة.

وهناك أمور أخرى يجب إن تتوفر في التهديف الجيد والناجح وهي:

1–دقة وقوة التهديف.

2–ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة إلى المرمى.

3–الزاوية التي تصوب إليها الكرة.

4–توقيت التهديف.

❖ **طريقة أداء المناولة** (**تكنيك المناولة**):

& قدم الارتكاز: –

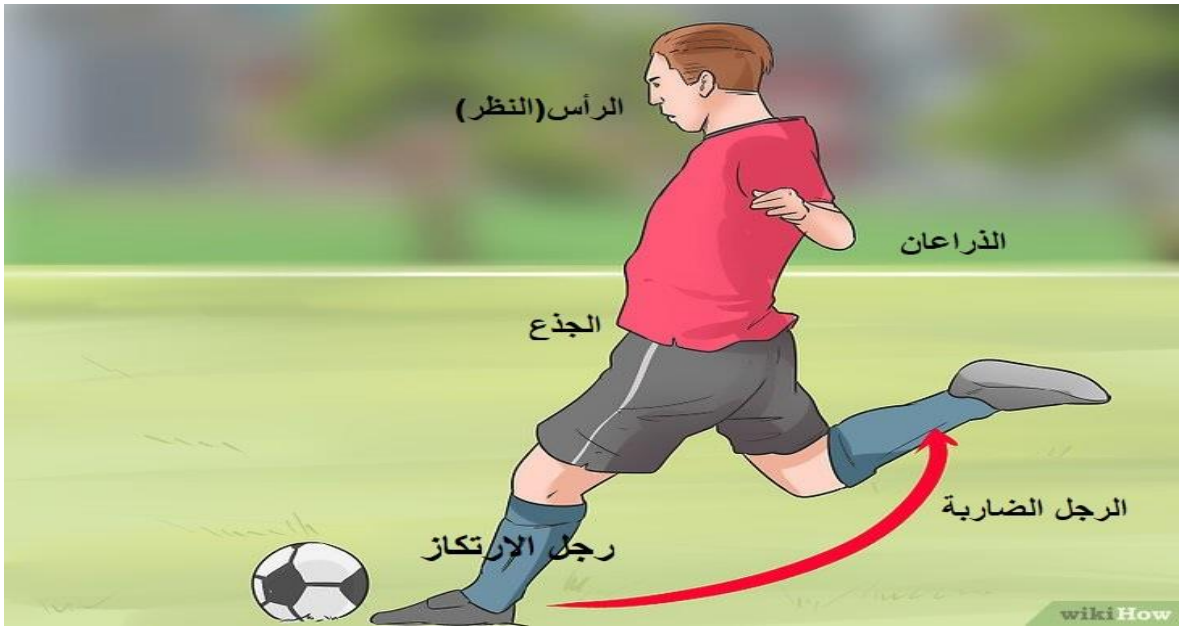
توضع قدم الارتكاز للخلف قليلا والى جانب الكرة وهي مثنية من الركبة لينتقل عليها مركز ثقل الجسم.

& الرجل الضاربة: –

تتحرك الرجل الراكلة للكرة من الخلف إلى الإمام بحيث تكون بصورة مناسبة أثناء ركل الكرة ومتابعة الكرة بعد ركلها لكي تكون المناولة موجهة بصورة صحيحة.

&الجذع والذراعان والرأس: –

يميل الجذع للإمام قليلا على إن تعمل الذراعان على الاحتفاظ باتزان الجسم وتكون العينان موجهتين للكرة لحظة ملامستها.



ثانياً: **الدحرجة**: -

"هي عملية انتقال اللاعبة مع الكرة من مكان إلى مكان أخر في الملعب".

"التحرك بالكرة إلى الإمام بدفعها خفيفة بقدم اللاعبة وتستخدم الدحرجة كوسيلة للوصول إلى غاية معينة تبتغيها ".

"وتستخدم الدحرجة عندما لا تستطيع اللاعبة إعطاء مناولة لأحد زميلاتها لضغط الخصم عليها لذا تحتاج اللاعبة الدحرجة بطول الملعب وعرضه، الغاية منها إعطاء مناولة للزميلة ويجب على اللاعبة أن تقوم بالدحرجة بأقصى سرعة وتراقب تحركات

زميلاتها لإعطاء مناولة بالوقت المناسب واللاعبة تتحرك بدون الكرة أسرع بكثير من الكرة لذلك وجب عدم القيام بالدحرجة إلا في الحالات الضرورية والتي لا تمتلك اللاعبة إمكانية إعطاء مناولة ويكون الاحتفاظ بالكرة يؤدي إلى تأخير الهجوم".

وهنالك أُسس هامة يجب مراعاتها إثناء الدحرجة منها: -

أ: المحافظة على الكرة على بعد مناسب.

ب: المحافظة على التوازن من اجل التحرك بكلا الاتجاهين بسهولة.

ج: عدم تركيز النظر على الكرة بل لا بد من رفع الرأس للأعلى لرؤية بقية اللاعبات وأجزاء الملعب".

❖ **تهدف الدحرجة إلى: -**

أ: اجتياز الخصم والتخلص منه.

ب: اختراق صفوف دفاع الخصم والقيام بالمناولة أو التهديف.

ج: عندما لا يتوفر مجال للمناولة في الوقت المناسب.

د: لسحب الخصم من اجل تنفيذ خطة معينة وإعطاء الزميل فرصة التحرك بحرية لإزالة الضغط عنه.

هـ: تأخير اللعب وكسب الوقت عندما يكون الفريق متقدما بنتيجة المباراة.

و: تنظيم لعب الفريق.

ز: الدحرجة ليست غاية بل وسيلة للوصول الى الغاية التي تليها".

❖ **أنواع الدحرجة: -**

- الدحرجة بالجزء الداخلي للقدم.
- الدحرجة بالجزء الخارجي للقدم.
- الدحرجة بوجه القدم
- الدحرجة بمقدمة القدم.

❖ **طريقة أداء الدحرجة (تكنيك الدحرجة):**

& قدم الارتكاز: –

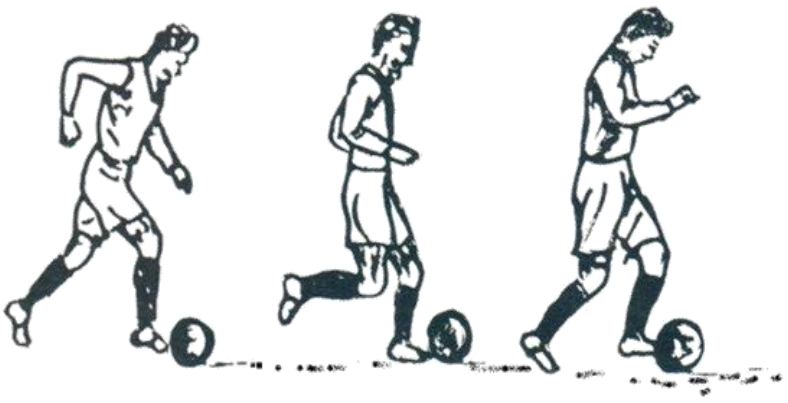
توضع قدم الارتكاز للخلف قليلا والى جانب الكرة وهي مثنية من الركبة لينتقل عليها مركز ثقل الجسم.

& الرجل الضاربة: –

تتحرك الرجل الضاربة للكرة من الخلف إلى الإمام بحيث تكون مرتخية بصورة مناسبة أثناء دفع الكرة حتى لاتبتعد الكرة كثيرا على إن تستمر الرجل الدافعة في حركتها للإمام متخذة خطوة عادية.

&الجذع والذراعان والرأس: –

يميل الجذع للإمام قليلا على إن تعمل الذراعان على الاحتفاظ باتزان الجسم وتكون العينان موجهتين للكرة لحظة ملامستها ويفضل إن يتجه نظر اللاعبة للملعب والزميلات والخصم بعد كل لمستين للكرة وكما موضح في الأشكال التالية.



❖ **الأخطاء الشائعة في أداء مهارة الدحرجة**: -

1- شد القدم ودفع الكرة لمسافة بعيدة مما تفقد اللاعبة السيطرة على الكرة.

2- تصلب الجذع أو ميله إلى الوراء.

3- تركيز النظر على الكرة فقط.

ثالثاً: **الإخماد**.

يعد الاخماد من المهارات الرياضية المهمة في كرة القدم للصالات والتي يجب على جميع اللاعبات اتقانها، أذ من دون اتقانها لا تستطيع اللاعبة ان تقوم بالتهديف او المناولة او المراوغة بطريقة صحيحة، وان لهذه المهارة اهمية بالغة، اذ يتوقف اداء اغلب المهارات الاخرى على حسن تسلم الكرة واخمادها، وهي تعد عنصراً مهماً من عناصر السيطرة على الكرة.

فا للاعبة التي تتقن مهارة الاخماد تكون أكثر أمكانية في التصرف والتحكم بها وهو في حالة حركة، فهي تجعلها لا تعطي الفرصة للمدافعة لقطع الكرة فضلاً عن أنها تكتسب الوقت، فاللاعبة تهيئ الكرة في تحقيق سرعة تنفيذ الواجبات الخططية.

ويجب على اللاعبة المستقبلة للكرة عدم الاحتفاظ بالكرة بعد استقبالها حرصاً على زيادة سرعة المباراة، الا أذا كان ذلك ضرورياً جداً، لان ذلك يبطئ الهجوم ويعطي الخصوم الوقت لتنظيم صفوفهم.

أذ يعرف الإخماد" بأنه السيطرة على الكرة عندما تكون الكرة قادمة من أمام اللاعبة.

❖ **أنواع الإخماد**: -

1- الإخماد بالقدم ويقسم الى: –

- **الإخماد بوجه القدم.**
- **الإخماد بداخل القدم.**
- **الإخماد بخارج القدم.**
- **الإخماد بأسفل القدم.**

2- الإخماد بالفخذ.

3- الإخماد بالصدر.

4- الإخماد بالرأس.

وأخيراً فأن على اللاعبة المستقبلة للكرة ان تكون مدركةً للعوامل الاتية عند قيامها بعملية الاخماد: –

1– سرعة المناولة والتحرك للسيطرة عليها.

2– وضع جسم اللاعبة بالمكان الصحيح لحماية الكرة من الخصم.

3– تغيير السرعة بعد السيطرة على الكرة لنقلها بعيداً عن الخصم.

❖ **طريقة أداء مهارة الإخماد بالقدم:**

1- تتحرك الرجل المستلمة نحو اتجاه الكرة.

2- تثنى ركبة الرجل الثابتة وتستدير القدم نحو الاتجاه الذي سيتم أخماد الكرة وينتقل ثقل الجسم عليها.

3- تثنى الرجل المستلمة قليلاً وتستدير قدم اللاعبة حسب نوع الإخماد.

4- يميل الجذع قليلاً.

5- رفع الذراعان للجانب للمحافظة على التوازن.

6- تسحب القدم حسب نوع الإخماد لحظة ملامستها للكرة لامتصاص قوة وسرعة الكرة.

7- تكون الرجل المستلمة في حالة أرتخاء عند القيام بعملية الإخماد للكرة.

8-يكون النظر على الكرة اثناء عملية الإخماد.

& أخماد الكرة بالفخذ: -

تلجأ اللاعبة غالبا الى استخدام فخذ رجلها للسيطرة على الكرة خاصة في الحالات التي لا تتمكن فيها من استخدام القدم، لان الفخذ هو جزء عضلي طويل يتيح للاعبة السيطرة على الكرة.

طريقة الأداء:

1-يرفع الفخذ للأعلى بحيث يشكل زاوية قائمة مع الجذع.

2-تثنى رجل الأرتكاز من الركبة قليلا لينتقل عليها مركز الثقل.

3-عند ملامسة الكرة للفخذ يقوم بسحبه للخلف وللأسفل لامتصاص قوة وسرعة الكرة.

4-ترفع الذراعان للجانب للحفاظ على توازن الجسم.

5-يكون النظر على الكرة اثناء عملية لحظة الانطلاق والسقوط.

& أخماد الكرة بالصدر: -

- طريقة الأداء:

1- تقف اللاعبة مواجهةً للكرة والرجلين متباعدتين.

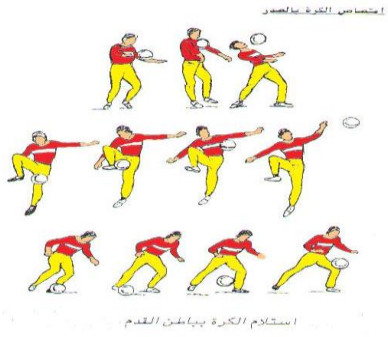
2-ميل الجذع للخلف وبروز الصدر للأمام.

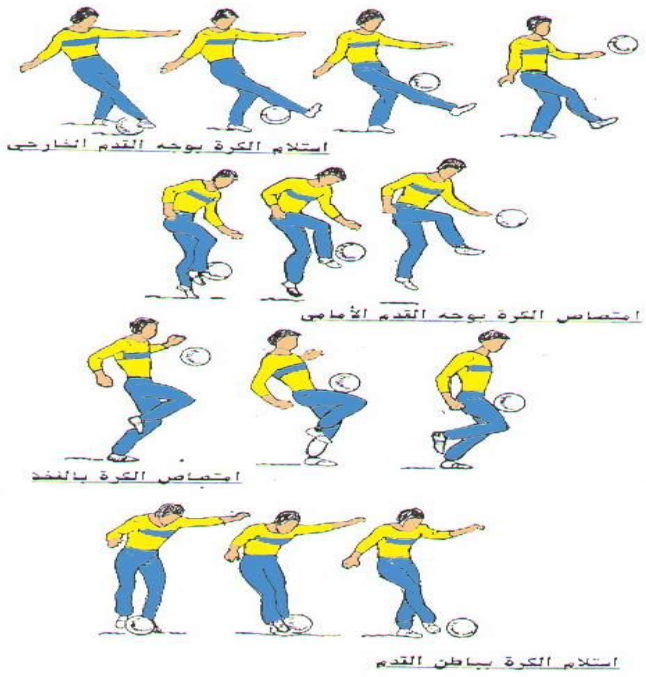
3-رفع الذراعان للجانب لتوازن الجسم.

4-في لحظة ملامسة الكرة يسحب الصدر للخلف.

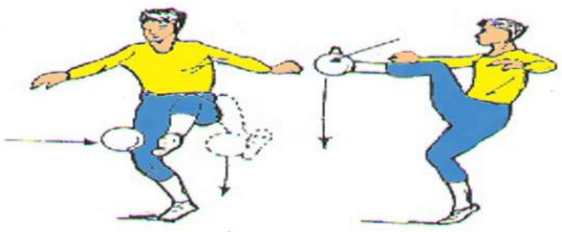
5- ثني الركبتين ليتوزع عليها ثقل الجسم.

6- نظر اللاعبة على الكرة لحظة السيطرة عليها.





امتصاص الكرة بوجه القدم


امتصاص الكرة بباطن القدم

رابعاً: **السيطرة على الكرة في الهواء** (**تنطيط الكرة في الهواء**): -

هي من المهارات الاساسية الصعبة والفعالة ويمكن عن طريقها معرفة قدرة اللاعبة على التعامل مع الكرة والتحكم بها والسيطرة عليها في اوضاع مختلفة، فاللاعبة التي تستطيع تنطيط الكرة بأكثر عدد من المرات سيكون حتماً أفضل من اللاعبة التي لا تستطيع تنطيط الكرة بالكفاءة نفسها.

(أ) (ب) (جـ)

مهارات الإحساس بالكرة

خامساً: **المراوغة والخداع**:

هي فن التخلص من اللاعبة المنافسة وخداعها وبقاء الكرة تحت سيطرة اللاعبة والتحكم بالكرة بأي جزء من الملعب.

وتعرف ايضاً على انها " عبارة عن حركات تمويه تقوم بها اللاعبة في حالة الدفاع والهجوم وتكون بأساليب متنوعة وتهدف الى التخلص من الدفاع اثناء الهجوم ومن الهجوم اثناء الدفاع.

❖ **الأهداف الرئيسة للمراوغة:** –

1- التخلص من لاعبات الخصم.

2- سحب اللاعبات المدافعات لخلق مساحة من اجل أستغلالها.

3- خلق وضع يسمح للاعبة بالمناولة أو التهديف.

4- بقاء الكرة تحت سيطرة اللاعبة أو الفريق المستحوذ على الكرة.

❖ **مميزات اللاعبة المراوغة الجيدة:** –

1- أن تكون سريعة ورشيقة بالحركة.

2- التوقيت السليم للمراوغة.

3- أن تهتم بعنصر المفاجئة.

4- أن تتقن كافة أنواع المراوغة حسب الموقف المطلوب.

5- أن تمتاز بالثقة العالية للتغلب على المنافس.

❖**أنواع المراوغة:**

1- المراوغة عندما تأتي اللاعبة الخصم من الأمام.

2- المراوغة عندما تأتي اللاعبة الخصم من الخلف.

❖ **طريقة أداء المراوغة:**

1- يميل الجسم على أحد الجانبين لينتقل ثقل الجسم على رجل الأرتكاز.

2- ثني الركبتين للأسفل قليلاً.

3- رفع الذراعان للجانب لحفظ توازن الجسم.

4- النظر متجهاً نحو الكرة ثم للأعلى لملاحظة اللاعبة المنافسة.

سادسا: **مهاجمة الكرة** (**القطع**): -

هي محاولة أخذ الكرة من اللاعبة المنافس عندما تكون تحت سيطرتها أو قطعها لتشتيت الكرة، وهذا يتطلب التوقيت الصحيح في أختيار اللحظة المناسبة للمهاجمة.

❖ **أنواع مهاجمة الكرة: -**

1- مهاجمة الكرة من الأمام.

2-مهاجمة الكرة من الجانب.

3-مهاجمة الكرة من الخلف.

1- مهاجمة الكرة من الأمام: -

يستخدم هذا النوع عند مواجهة اللاعبة المنافسة الحائز على الكرة من الأمام وجهاً لوجه.

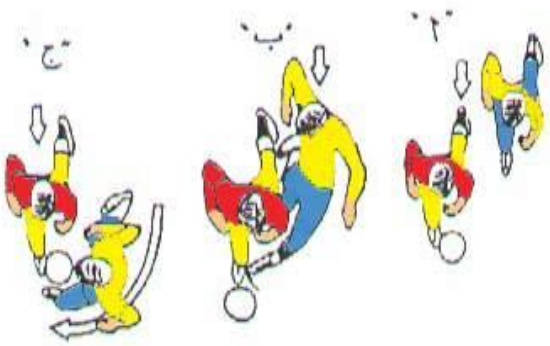
2- مهاجمة الكرة من الجانب: -

تلجأ اللاعبة المدافعة الى استخدام هذا النوع عندما تكون حركته على مستوى واحد مع المنافس.

3- مهاجمة الكرة من الخلف: -

وهي مهاجمة الكرة من خلف اللاعبة لقطع الكرة وتشتيتها من بين أرجل المهاجم او اللاعبة الحائز على الكرة.

قطع الطريق الكرة أثناء وصولها للمنافس



قطع طريق الكرة من الجانب

سابعا: **مهارات حارس المرمى**:

وهي مهارات خاصة بحارس المرمى بأعتباره العمود الفقري للفريق بسبب المركز الذي يشغله والذي يتطلب منه الدفاع عن مرماه بصورة مركزة وفعالة.

❖ **مهارات حارس المرمى:**

1- الحركة بدون الكرة: -

- وقفة الحارس.
- تنقلات الحارس.

2- الحركة مع الكرة: وتمشل : -

❖ **مسك الكرة**

❖ **مناولة الكرة وتشمل: -**

- باليد.
- بالقدم.

التقاط حارس المرمى لكرة الارضية

التقاط حارس المرمى للكرات العالية

ارتقاء على الكرات الجانبية

مع تمنياتي بالموفقية والنجاح

المصادر

- ثامر محسن و موفق مجيد . التمارين التطورية بكرة القدم ، ط1 ، عمان : دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، 1992.
- ثامر محسن وواثق ناجي. كرة القدم للأشبال، المهارات الاساسية (التكنيك) ، بغداد : مطبعة شفيق ، 1978 .
- حسن عبد الجواد ؛ كرة القدم – المبادئ الاساسية – الالعاب الاعدادية – القانون الدولي ، ط 2 : (بيروت ، دار العلـــــم للملايييـــــن ، 1980) .
- حنفي محمود مختار؛ كرة القدم للناشئين: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1981).
- زهير قاسم الخشاب (وأخرون)؛ كرة القدم ، ط 2 : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) .
- سالم محمود مجف؛ موسوعة الالعاب الجماعية، ط1: الاسكندرية، دار الكتاب للنشر والتوزيع ،2004، ص255.
- سامي الصفار؛ الإعداد الفني في كرة القدم (بغداد، جامعة بغداد،1984).
- صالح راضي؛ تأثير اهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الانجاز: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1990).
- عبد السلام محمد الشناق؛ رياضات الا لعاب الجماعية، ط1: القاهرة، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ،2012ص281..
- عماد زيدان احمد؛ التكنيك والتكتيك في خماسي كرة القدم، ط1(بغداد، شركة السند باد للطباعة 2005).
- غازي صالح محمود ورياض مزهر خريبط؛ خماسي كرة القدم، ط1 , بغداد، مكتب النبراس للطباعة والتصميم، 2014، ص7.
- قحطان خليل جليل؛ تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1991).
- محمد عبد الله الهزاع و مختار احمد أينوبلي . المهارات الأساسية لكرة القدم، مطابع صوت الخليج، بدون تاريخ.
- محمد عبده صالح الوحش ومفتي إبراهيم حماد؛ أساسيات كرة القدم ط1(القاهرة، دار عالم المعرفة،1994.
- محمد عبده صالح ومفتي إبراهيم حماد؛ الإعداد المتكامل للاعب كرة القدم، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1984).
- مختار سالم: كرة القدم لعبة الملايين، ط3، (بيروت، مؤسسة المعارف، 1988).
- يوسف لازم كماش؛ المهارات الاساسية في كرة القدم- تعليم- تدريب: (عمان، مكتبة دار الخليج، 1999) .