

## ملخص البحث

دور التخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا) لدى ممارسي رياضة الكاراتيه (17-19 سنة).

استهدفت هذه الدراسة إبراز دور التخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا) كطريقة حديثة لتحسين المردود الرياضي في رياضة الكاراتيه لدى فئة الأواسط. وإعطاء اقتراحات ميدانية لتعميم واستعمال التخطيط في التدريب كمنهج علمي في الحصص التدريبية. وتوضيح العلاقات بين التخطيط الاستراتيجي والرياضة. وجعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان الرياضي. وتمثلت مشكلة الدراسة في التساؤل التالي :

- ما هو دور التخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا) لتحسين المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه (فئة الأواسط)؟

كما تمثلت فرضيات الدراسة فيما يلي:

- للتخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا) لتحسين المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه (فئة الأواسط)

وأستخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي من خلال استمارة استبيان لجمع البيانات والمعلومات، وزعت على مجموعة من المدربين اختيروا بطريقة عشوائية.

وتوصلت الدراسة إلى

- يرى معظم المدربين أن تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تؤثر على المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه.
  - أكد معظم المدربين أن التخطيط المبني على الأسس العلمية هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد .
  - جل المدربون يتقنون في عملية التخطيط في التدريب و تسطير الأهداف ..
  - وأوصت الدراسة على ضرورة اهتمام مدربي الكاراتيه بالفئات الصغرى وإعطاء وتحديد التوقيت المناسب و الملائم .
  - يمكن الاستفادة من الخبرة التي يكتسبها المدربون في مجال التدريب عند القيام بعملية التخطيط في التدريب.
- الكلمات الدالة: التخطيط الاستراتيجي - الأداء الرياضي - رياضة الكاراتيه .

### Abstract:

**The role of the strategic planning and the building of the scientific foundations to improve sports performance ((1242 AD) when his father) to practitioners of Karate (17-19years**

This study aimed to highlight the role of strategic planning and the building of the scientific foundations to improve sports performance when his father) as a way to improve the yield in modern sports karate to the junior category .and give suggestions for the dissemination and use of planning in the field of training as a method of scientific training quotas.and clarify the relationship between strategic planning and sports .And to make our study as a reference assistant researchers in the field of sports. The problem of the study in question:

- What is the role of the strategic planning and the building of the scientific foundations to improve sports performance when his father, improve sports returns for practitioners of Karate (junior category)?

It also represented the HYPOTHESES of the study are as follows: - Strategic Planning and the building of the scientific foundations to improve sports performance when his father ,improve sports returns for practitioners of Karate (junior category)

In this study used a descriptive approach in the form of a questionnaire to collect data and information, was distributed to a group of trainers were chosen randomly.

The study came to♣ Sees Most trainers that Defining Training Objectives, which are the elements of good planning and the impact on the sports returns for practitioners of Karate.. confirmed most trainers that planning based on scientific grounds is the most effective method to reach the good performance of the skilled.

♣ trained term trust in the planning process in training and underline the goals..

**Keywords: strategic planning - Sports Performance - Sport Karate.**

دور التخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا) لدى ممارسي رياضة الكاراتيه (17-19 سنة).

د/ شونوف خالد - أ/ عدة بن علي د/ طيبي أحمد khalchenouf@gmail.com

## 1- مقدمة :

تعد الرياضة منذ العصور القديمة عنصر جد فعال في الحياة الاجتماعية لبناء جسم سليم وبمرور الزمن تطورت وأصبح لها قوانين وأماكن مخصصة وأغراض في ممارستها، ولا أحد يمكنه أن يعارضنا عندما نقول بان الرياضة لعبت دورا كبيرا في تحقيق التوازن الاجتماعي عن طريق تخفيف الصراع و التنافس الاجتماعي بحيث قدمت للإنسانية مجالا شريفا و إطارا ساميا للمنافسة و الصراع النظيف و عبر تطور مختلف الرياضات كان هناك تغيير للأسس و القوانين التي قدمت في مجملها الأفضل والأحسن للممارسة الشريفة البعيدة عن كل المزايدات إذ نجحت في هذا الدور نجاحا كبيرا.

أصبح للرياضة في عصرنا هذا عدة أنواع تختلف هذه الأنواع من نوع لآخر في حيث الأهمية والغرض من ممارستها، وتتم ممارستها وفق شروط وقواعد وضعت من أجل التحكم فيها.

ويعتبر التخطيط أحد العناصر التي تتحكم في الممارسة الرياضية، إذ أصبح في الآونة الأخير محل اهتمام المختصين في التدريب و التسيير الرياضيين. و هو الأداء الفعلي أثناء المنافسات و المؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء كانت مرتفعة أو منخفضة، كما يعني به التنبؤ بما سيكون في المستقبل لتحقيق هدف مطلوب تحقيقه في المجال الرياضي و الاستعداد بعناصر العمل ومواجهة معوقات التنفيذ والعمل على تذليلها في إطار زمني محدد والقيام بمتابعة كافة الجوانب في التوقيت المناسب.

ومن هنا كانت الانطلاقة لدراسة هذا الموضوع و التعرف على التخطيط في مجال التدريب في الكاراتيه و تأثيره على الرفع من مستوى أداء المهارات وتحسين المردود الرياضي، واقتصرت دراستنا على فئة الأشبالي كون هذه الفئة ذات ميزة مقارنة بالفئات الأخرى وهذه الميزة تكمن في أن فئة الأشبالي هي فئة يمكن فيها للمراهق التحكم في الحركات وتعلمها بأسهل ما يمكن حيث تعد هذه المرحلة هي المرحلة الحساسة في حياة الإنسان من ناحية التعلم واكتساب المعلومات .

## 2- الإشكالية :

لقد عرفت رياضة الكاراتيه منذ ظهورها تطورات ملحوظة , ملكت من خلالها قلوب الشعوب وأصبحت واحدة من اهتماماتهم اليومية وسخرت لها كل الإمكانيات ، من أجل تطويرها أكثر حيث أدخلت عليها طرق عملية حديثة تتماشى مع تطورها ونظمت لها دورات وبطولات عالمية إقليمية وقارية ، وانتقلت من الممارسة المحلية إلى الدولية حتى شملت كل أنحاء العالم .

و تعتبر عملية الإعداد في رياضة الكاراتيه من القواعد الرئيسية في العملية التدريبية ، وعملية الإعداد هذه لا بد لها من طرق ووسائل مدروسة يتم التخطيط لها مسبقا من طرف المدرب.

فالتخطيط يجعلنا نتنبأ بالأشياء التي تحدث في المستقبل ، فهو(التنبؤ إلى أبعد مدى بجميع ردود الأفعال وأخذها في الاعتبار سلفا بطريقة منسقة وبالاختيار بين مناهج بديلة قابلة للتنفيذ) (موسى، 1985، الصفحات 107-108)

وهو كذلك (التخطيط بأنه عبارة عن عملية التوقع الفكري لنشاط يرغب الفرد في أدائه ، وهو يعتبر كمشروع لشكل ومحتويات وشروط عملية التدريب هذا المشروع يتم تطويره وتحسينه) (السلمي، 1978، صفحة 24)

ومن كل هذا أردنا ربط عملية التخطيط العام بعملية التدريب الرياضي في رياضة الكاراتيه ، وخصصنا دراستنا على فئة الأشبالي، ولهذا قمنا بطرح التساؤلات التالية:

الإشكالية:

- ما هو دور التخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا)تحسين المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه (فئة الأواسط)؟

## - التساؤلات الجزئية :

- هل تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي لدى ممارسي رياضة الكاراتيه ؟
- هل تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب اثر على تحسين الأداء الرياضي لدى ممارسي رياضة الكاراتيه فئة الأواسط ؟
- هل لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب اثر على نتائج ممارسي رياضة الكاراتيه ؟

## 3-فرضيات الدراسة:

### 3-1-الفرضية العامة:

- للتخطيط الاستراتيجي المبني على الأسس العلمية لتحسين الأداء الرياضي (الكاتا)تحسين المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه (فئة الأواسط)

### 3-2-الفرضيات الجزئية:

- تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تؤثر على تحسين المردود الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه فئة الأواسط.
- تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب اثر على تحسين الأداء الرياضي لممارسي رياضة الكاراتيه فئة الأواسط
- لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب اثر على نتائج ممارسي رياضة الكاراتيه.

### 4-أهمية البحث:

إن موضوع البحث يحمل في أعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز أهميته، ولنجاح أي عمل يلزمه مجموعة من عناصر الانجاز ، أي تجمع بشكل معين يؤدي لتحقيق النتائج ،ومنه تبرز عملية التخطيط كإحدى العمليات للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة من المشروع القائم أو المراد القيام بها.

وتبرز أهمية موضوع دراستنا في معرفة قيمة وأهمية التخطيط ودوره كطريقة تدريبية حديثة للوصول إلى الأداء الجيد لدى ممارسي رياضة الكاراتيه الأواسط.

- التعرف على أنجع الطرق والأساليب الحديثة للتخطيط التي تساعد على رفع مستوى أداء المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.

### 5-أهداف الدراسة:

- إبراز أهمية دور التخطيط في التدريب كطريقة حديثة لتحسين المردود الرياضي في رياضة الكاراتيه لدى فئة الأواسط.
- إعطاء اقتراحات ميدانية لتعميم واستعمال التخطيط في التدريب كمنهج علمي في الحصص التدريبية.
- توضيح العلاقات بين التخطيط الاستراتيجي والرياضة.

### 6-المنهج المستخدم :

المنهج العلمي المستخدم في انجاز هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الذي يعتمد على تحديد العلاقات بين المتغيرات ومحل قياسها وهو جمع المعلومات التي يمكن فيما بعد تحليلها وتفسيرها ومن ثمة الخروج باستنتاجات منها ، ويستعمل الاستبيان كأداة بحث ( كونه مناسب ) ، يعتبره تقنية فعالة ووسيلة علمية لجمع المعلومات والبيانات والمباشرة من مصدرها الأصلي بالإضافة إلى منهج تحليل معطيات المراجع والمصادر التي اعتمدنا عليها في بحثنا والمتمثلة في كتب المؤلفين العربية منها والأجنبية .

### 7-مجالات البحث

#### 7-1- المجال الزمني :

كانت بداية القيام بهذه الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين يوم 01 مارس 2016 إلى غاية يوم 01 ماي 2016 ،حيث تم توزيع الاستبيان على مدربي الكاراتيه.

#### 7-2-المجال المكاني :

تم توزيع الاستبيان على بعض أندية ولاية تيارت.

### 8 - عينة البحث:

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع إذ تمثلت عينة البحث في مجموعة من مدربي رياضة الكاراتيه ( المتمثلة في 20 مدرب من عشرة أندية على مستوى ولاية تيارت وكان اختيار عينة البحث بطريقة عمدية .

### - أدوات الدراسة :

#### 8-1-- الاستبيان :

لقد استعملنا هذا الاستبيان الموجه إلى المدربين من أجل الوصول إلى الحقيقة وكي نحصل على أكبر عدد من المعلومات ، وللتأكد من صحة الفرضيات و تحليل النتائج وإعطاء اقتراحات وتوضيحات لفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في هذا الموضوع .

#### 8-2- كيفية تفرغ الاستبيان :

قمنا بجمع كل الإجابات على الأسئلة التي وجهت للمدربين عن طريق الاستبيان ووضعناها في جداول مع عدد التكرار لكل الإجابات ثم قمنا باستخراج النسب المئوية لكل وحدة .

### 9-تحليل النتائج:

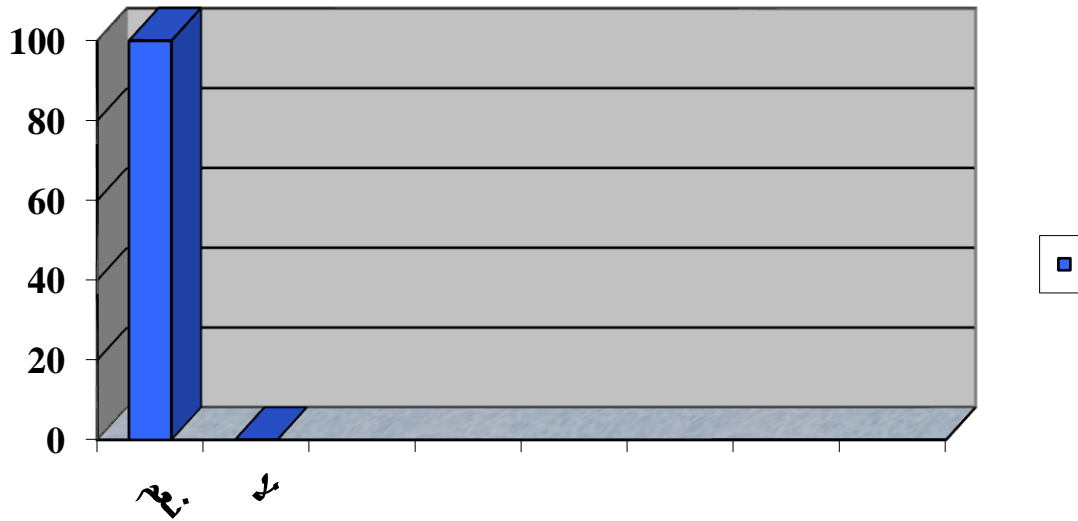
**المحور الأول :** تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب يؤثر على تحسين المردود الرياضي لممارسي الكاراتيه فئة الأواسط.

**السؤال الرابع:** هل ترى أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له تأثير على نتائج النادي؟  
**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كان للمدرب أهداف مسطرة قبل بدء العمليات التدريبية ، وما الأهمية التي يوليها لهذه الأهداف .

**الجدول رقم(01) يوضح نسبة المدربين الذين يؤمنون بتحديد الأهداف قبل المنافسة**

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	42	100
لا	00	00
المجموع	24	100%

**الشكل البياني رقم(01) يوضح نسبة المدربين الذين يؤمنون بتحديد الأهداف قبل المنافسة**



#### **تحليل ومناقشة النتائج:**

نلاحظ من الجدول أغلب المدربين يؤمنون بتحديد الأهداف قبل بداية المنافسات ، وهذا حسب النسبة التي تقدر بـ ( 100%).

مما سبق نستنتج أن مدربي الكاراتيه يعتمدون في عملهم التدريبي على تحديد أهداف معينة حيث تختلف هذه الأهداف من مدرب إلى آخر ، ومن هذا نقول أن تحديد الأهداف هو جزء من التخطيط في التدريب وله تأثير في تحسين المردود. يمكننا القول **الفرضية الأولى المتعلقة بـ:** تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تؤثر على تحسين المردود الرياضي لممارسي الكاراتيه فئة الأواسط قد تحققت.

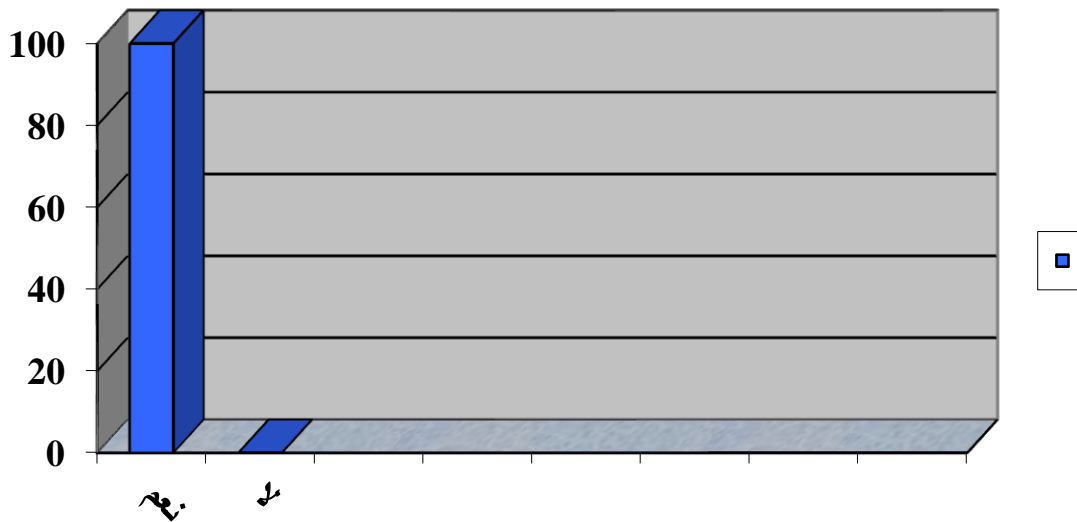
**السؤال الخامس:** هل يتأثر الأداء العام لممارسي الكاراتيه بحجم وكثافة التدريب؟

**الغرض من السؤال:** معرفة تأثير حجم وشدة التدريب وكثافته أثناء مرحلة التدريب على أداء المصارع. .

الجدول رقم(02) يمثل تأثير أداء المصارع بحجم وشدة التدريب في مرحلة التدريب

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	42	100
لا	00	00
المجموع	42	100%

الشكل البياني رقم(02) تمثل تأثير أداء المصارع بحجم وشدة التدريب في مرحلة التدريب



#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول نرى أن كل المدربين اجابوا ب: نعم ، أي بنسبة 100 % ، وهذا يعني أنهم يرون أن لحجم وشدة التدريب وكثافته أثناء مرحلة التدريب تأثير على أداء الرياضي .

ومنه نستنتج أن لحجم وشدة التدريب وكثافته أثناء التدريب تأثير على أداء ممارسي الكاراتيه ، حيث أنه كلما كان التوافق بين الشدة والحجم والكثافة كلما كان هناك تأثير ايجابي على أداء المصارع ، أما إذا زاد على حده سيكون التأثير سلبي . .

يمكننا القول **الفرضية الأولى المتعلقة ب:** تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تؤثر على تحسين المردود الرياضي لممارسي الكاراتيه فئة الأواسط قد تحققت.

**المحور الثاني :** تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب اثر على تحسين الأداء الرياضي لممارسي الكاراتيه فئة الأواسط.

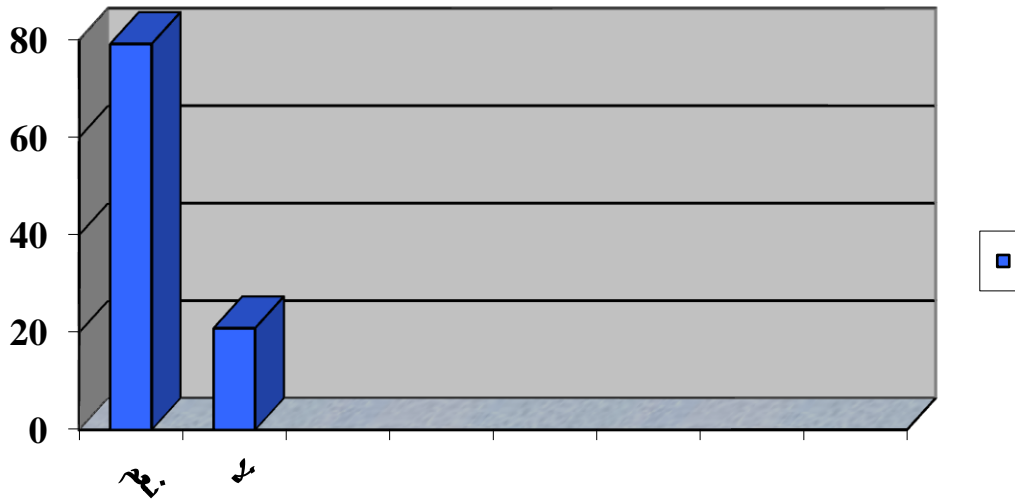
**السؤال الحادي العاشر:** هل تقسمون الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام ، إعداد خاص وإعداد للمنافسات ؟

**الغرض من السؤال :** معرفة اذا ما كان المدربون يقومون بتقسيم الدورة التدريبية الى مرحلة إعداد عام، إعداد خاص وإعداد للمنافسات.

الجدول رقم 03 يمثل نسب إذا ما كان المدربون يقومون بتقسيم الدورة التدريبية الى مرحلة إعداد عام، إعداد خاص وإعداد للمنافسات

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	91	79.16
لا	05	20.84
المجموع	24	100

الشكل البياني رقم (03) تمثل نسب إذا ما كان المدربون يقومون بتقسيم الدورة التدريبية الى مرحلة إعداد عام، إعداد خاص وإعداد للمنافسات



#### تحليل ومناقشة النتائج:

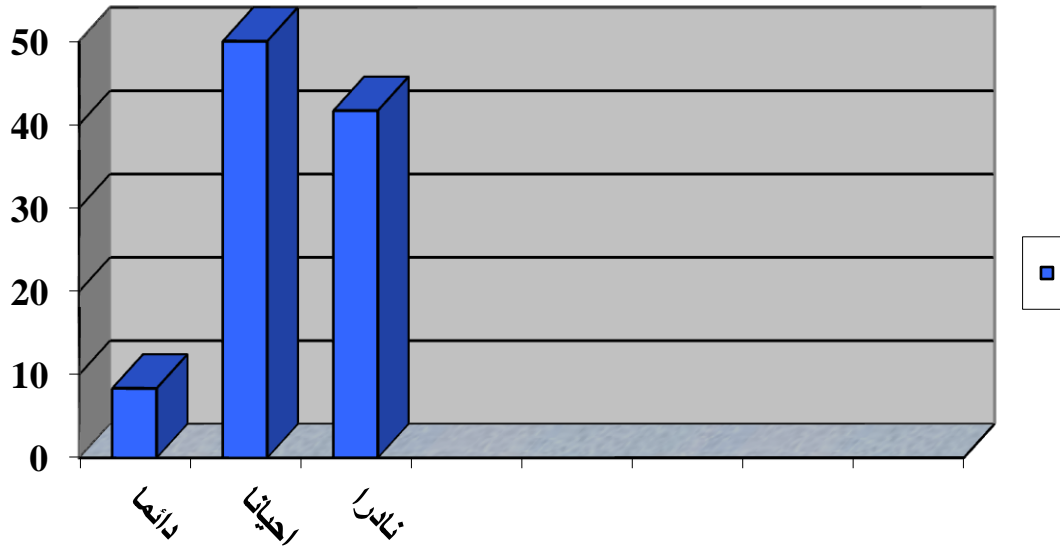
من خلال الجدول نرى أن أغلبية المدربين كانت اجاباتهم ب: نعم بنسبة 79.16 % ، أي أنهم يرون ان تقسيم الدورة التدريبية إلى مرحلة الإعداد العام ، مرحلة الإعداد الخاص ، مرحلة الإعداد للمنافسات. وان نسبة 20.84 % لا يرون أن تقسيم الدورة التدريبية إلى مرحلة الإعداد العام ، مرحلة الإعداد الخاص ، مرحلة الإعداد للمنافسات ومنه نستنتج انه يجب على المدرب ان يقوم بتقسيم الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام ، إعداد خاص وإعداد للمنافسات. وهذا التقسيم يساعد المدرب الوصول بالمصارع إلى الأحسن. يمكننا القول الفرضية الثانية المتعلقة ب: تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب اثر على تحسين الأداء الرياضي لممارسي الكاراتيه قد تحققت.

المحور الثالث : لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب اثر على نتائج ممارسي الكاراتيه.  
السؤال السابع عشر : هل تترك حرية التصرف للمصارعين أثناء عملية التدريب ؟  
الغرض من السؤال : معرفة ما إذا كانت هناك حرية في تصرفات المصارعين أثناء التدريب.

الجدول رقم ( 04 ) يمثل تصرفات المصارعين أثناء التدريب.

نوع الفئات	التكرارات	النسبة المئوية %
دائما	02	8.33
احيانا	12	50
نادرا	10	41.66
المجموع	24	100

الشكل البياني رقم(04) تمثل تصرفات المصارعين أثناء التدريب



## تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن نسبة 50 % من المدربين اجابوا احيانا ما يتركون حرية التصرف للمصارعين في حين نسبة 41.66 % اجابوا نادرا ما يتركون حرية التصرف للمصارعين وبينما نسبة 8.33 % اجابوا دائما يتركون حرية التصرف للمصارعين أثناء التدريب .

من خلال النتائج نستنتج أن معظم المدربين لا يتركون مصارعهم يتصرفون بحرية ويرجع ذلك للحد من التصرفات الطائشة التي قد تنجم عنها آثار سلبية للنادي .

يمكننا القول الفرضية الثالثة المتعلقة ب: أسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب يؤثر على نتائج ممارسي الكاراتيه قد تحققت

## 10-نتائج الدراسة :

- يرى معظم المدربين أن تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تؤثر على مردود الرياضي لدى مصارع الكاراتيه.
- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني لمراحل التخطيط وتسطير برامج التدريب تؤثر على مردود الرياضي أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء الجيد .
- جل المدربون يتفون في عملية التخطيط في التدريب و تسطير الأهداف ..
- إن أسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المردود الرياضي.

ومنه نقول أن لعملية التخطيط أهمية بالغة في الرفع من الأداء الرياضي وذلك ما أكده "محمد محمود موسي" "بأن التخطيط عبارة عن عملية التوقع الفكري لنشاط يرغب الفرد في أدائه وعليه يمكن الحكم على التخطيط بأنه عملية هامة وحساسة ."

## 11-التوصيات والاقتراحات :

على ضوء النتائج المحصل عليها من خلال دراستنا يمكن الخروج بعدة توصيات واقتراحات نذكر منها ما يلي :

- على مدربي فئات الأواسط إعطاء وتحديد التوقيت المناسب و الملائم لعملية التدريب.
- يمكن الاستفادة من الخبرة التي يكتسبها المدربون في مجال التدريب عند القيام بعملية التخطيط في التدريب.
- على المدربين الالتزام بالتخطيط في التدريب كمنطلق في العملية التدريبية ، والقيام بعدة بحوث مختصة في هذا المجال .
- المرحلة العمرية لفئة الأواسط تناسب تطوير الأداء و الرفع من مستواه ، وهذا الأخير مرتبط بنوعية التخطيط المنتهج .
- الأداء المهاري الجيد و التخطيط الأنجع لا يمكن تحقيقهما في غياب الأهداف المسطرة من طرف المدرب.

## المصادر والمراجع:

1. البيك علي فهمي : " تخطيط التدريب الرياضي " ، دون سنة.
2. السيد الحاروي:"المدرّب الرياضي" ، المركز العربي للنشر، ط1 ، 2001.
3. أحمد بسطوسي : " أسس ونظريات الحركة " ، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1996.
4. أحمد عوض ، " الإدارة الإستراتيجية،الأصول والأسس العلمية" ،الدار الجامعية،الإسكندرية، 2001.
5. أمر الله احمد البساطي : أسس وقواعد التدريب الرياضي،منشأة المعارف،الإسكندرية،مصر 1998
6. إبراهيم عبد المقصود : "الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية" ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية ، 2003.
7. إبراهيم محمود عبد المقصود و حسن أحمد الشافعي : الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية"،ج2،دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية،مصر،2003.
8. حامد عبد السلام زهران : " علم النفس الطفولة والمراهقة " ، دار عالم الكتب ، ط5 ، مصر ، 2001.
9. حامد عبد السلام زهران : " علم النفس النمو للطفولة والمراهقة " ، عالم الكتب ، 1982.
10. عباس أحمد صالح السامرائي ،عبد الكريم السامرائي : " كفايات تدريبيه في طرائق التدريس للتربية الرياضية"،مطبعة الحكمة ، العراق،1991.
11. عبد الحميد عبد الفتاح المغربي : " التخطيط الاستراتيجي بقياس الأداء المتوازن " ، المكتبة العصرية المنصورة ، 2006.



12. عثمان مجد غنيم: "التخطيط أسس ومبادئ عامة " ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الأردن ، 1989 .
13. علي السلمي: "التخطيط والمتابعة" المعهد القومي للتخطيط ، القاهرة ، مصر ، 1978 .
14. علي فهمي البيك و عماد الدين عباس أبو زيد: المدرب الرياضي، الناشر للمعارف، ط1، 2003
15. كمال درويش و محمد حسين: " التدريب الرياضي " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 1984 .
16. محمد حسن علاوي: " سيكولوجية المدرب الرياضي" ، دار الفكر العربي ، ط1 ، مصر ، 2002 .
17. محمد حسن علاوي: " علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية" دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 2002
18. محمود فتحي عكاشة: " علم النفس الاجتماعي " ، مطبعة الجمهورية ، القاهرة ، مصر ، 1997 .