

مدى تنوع اساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية من طرف أستاذ مادة لتفادي الأخطاء الشائعة في تدريس التربية البدنية والرياضية.

**The extent of diversification of teaching methods in physical education and sports by a subject teacher to avoid common mistakes in teaching physical education and sports.**

أ/د سليمان بن عميروش جامعة محمد خيضر (بسكرة) slimane.benamirouche@univ-biskra.dz	ط/د محمد فؤاد دحماني* جامعة محمد خيضر (بسكرة) mohamedfouad.dahmani@univ-biskra.dz
--	---

تاريخ القبول: 2021/ 11 /12

تاريخ الارسال: 2021/06 /23

**ملخص:**

لتدريس يعتمد على جملة من المعطيات الاهداف،المحتوى،وسائل التعلم،الأنشطة التعليمية،أساليب التدريس وعملية التقويم).مما نريد من هذه المداخلة توضيح ان التنوع في اساليب التدريس بدل الاعتماد على اسلوب واحد لتفادي الملل والجمود وعدم تحقيق الاهداف التعليمية المطلوبة من سلوك متعلم ولهذا فان التنوع يئ ضروري،حتى لا يشعر المتعلم بالروتين والجمود والملل،وبالتالي لايد من المعلم ان يعدد الأساليب المستخدمة. ان استاذ التربية البدنية هو الشخص الذي يحقق أدوار مثلية في علاقتها بالطالب و الثقافة و المجتمع و المدرسة ، و مجال التربية البدنية و الرياضية ويتوقف هذا على بصيرة مدرس التربية البدنية، لانه الشخص الذي يعمل في خط المواجهة المباشرة مع الطالب في المدارس و المؤسسات التربوية فهذا يعكس القيم والاهداف التي يتمسك بها. عند تدريس التربية البدنية والرياضية هناك عدة اعتبارات تربوي تأخذ بعين الاعتبار،كذلك مراعات عدم الوقوع في الاخطاء الشائعة في تدريس التربية البدنية والرياضية والمتمثلة في اخطاء (التقديم المعرفي،التشكيلات وادارة الدرس،الخطاء متابعة تطبيق الدرس،اخطاء الاصطلاحات والنداء،والاخطاء الشخصية).وكل هذه الأمور راجعة لتكوين المعلم وشخصيته.

**الكلمات المفتاحية :** أساليب التدريس،التربية البدنية والرياضية،استاذ التربية البدنية، الأخطاء الشائعة في تدريس التربية البدنية والرياضية.

Received:23/06/2021

Accepted :12/11 / 2021

**Abstract :**

Teaching depends on a range of objectives, content, means of learning, educational activities, teaching methods and the evaluation process), which we want to make it clear that diversification in teaching methods rather than relying on a single method to avoid boredom, inertia and failure to achieve the required educational goals of learned behaviour.

The Professor of Physical Education is a person who achieves homosexual roles in relation to the student, culture, society and school, and the field of physical and psychological education. This depends on the vision of the teacher of physical education, because he or she works in the direct line of confrontation with the student in schools and educational institutions. This reflects the values and objectives he or she maintains.

in teaching physical and sports education, there are several educational considerations that take into account, as well as the fact that there are no common errors in the teaching of physical and sports education in the form of errors (cognitive presentation, formations and course management, errors in the application of the lesson, errors in language and appeal, and personal errors).

**Keywords:** Teaching Methods; Physical and Sports Education; Professor of Physical Education. Common teaching of physical and sports education

معلومات المقال

Article info

مقدمة/اشكالية :

ان التطور التكنولوجي الذي يشاهده العصر في كل المجالات والتحديث الدائم للمعلومات وفي مجال مناهج التربية والتعليم بصورة خاصة تلاحظ أن العملية التعليمية أصبحت تحتل مكانة بارزة ضمن أولويات هذا التقدم والتطوير للمناهج، الذي فرض تغييرات عديدة في شتى الميادين منها ميدان لتربية، مما استلزم فيه تعديلا شاملا مس النظام التربوي والبيداغوجي وكل الجوانب العملية التربوية (بناء المناهج، المقاربات المعتمدة، الوسائل التقييم، والتقويم، طرق التدريس واساليبه ) والتي أصبحت متعددة يمكن للاستاذ ان يختار ما يناسب هدفه، فنظرا الى اهمية هذه الاستراتيجيات الجديدة وتعلقها بمستقبل الفرد والمجتمع. (مزروع، 2016، صفحة 11).

تشكل طرق التدريس مكوناً هاماً من مكونات المنهج، وتتجلى أهميتها في التأثير المتبادل بينها وبين كل من مكونات المنهج الأخرى، فكل موضوع طرقه المناسبة لأهدافه، ومحتواه، ومواده التعليمية، وأنشطته، وأساليبه تقويمه، ولذلك ينبغي على المدرس أن يكون على دراية ووعي بأهداف المنهج ومحتواه، ليتمكن من صياغة أهداف درسه. إن تدريس التربية الرياضية للتلاميذ في المدارس بمراحلها المختلفة هو عملية لها خصوصياتها، إذ تساعد على تنمية روح المنافسة و هي عبارة عن موقف يتم فيه التفاعل بين التلميذ و المدرس في جو من المتعة و السرور، لذا يجب أن يكون درس التربية الرياضية كخبرة ممتعة يشعر بها التلميذ و هو يمارس الأنشطة البدنية التربوية في المدرسة و المدرس على حد سواء.

وتعد التربية البدنية والرياضية نظام تربوي له اهدافه التي تسعى الى تحسين الاداء الانساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي يتميز بخصائص تعليمية وتربوية مهمة، وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية احد اشكال المواد الاكاديمية مثل: علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمد ايضا الكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة الى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الانسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية التي تتم تحت الاشراف التربوي للاسادة الذين أعدوا لهذا الغرض.

أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما في تكوين الصفات الرئيسية للتلميذ مثله مثل أساتذة المواد التربوية الأخرى حيث أصبحت مهمته أوسع في اكتساب التلاميذ المعارف الصالحة والمثل العليا وتعويدهم على السلوك الاجتماعي الصالح، جب أن يكون معلم التربية البدنية والرياضية خاليا من العيوب والتشوهات القوامية والعاهات ويجب أن يكون المعلم قدوة لتلاميذه وذلك من حيث العناية بملابسه الرياضية أو الخاصة، ويمتاز المعلم بالروح الرياضية وأن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه بالمدرسة ولا يتكلف في تصرفاته وأن يكون قدوة حسنة يقتدي به تلاميذه في نفس الوقت يعمل على بث القيم الاجتماعية السليمة بين تلاميذ المدرسة.

يُعد التدريس الجانب التطبيقي للعملية التعليمية والتربوية، ويشتمل على استراتيجيات وطرائق وأساليب ونماذج تمثل أدوات وإجراءات تعالج كيفية إمام المتعلمين بالمنهج المدرسي ومحتواه التعليمي بغية توصيله للمتعلمين. الى ان الاخطاء الشائعة التي يقع فيها بعض الأساتذة تعود الى نقص الخبرة او الصعوبة مع التعامل مع التلاميذ وعدم استغلال الامثل للاجهزة المتوفرة في المؤسسة وعدم التقيد بمحتوى الدرس وعدم تنوع في طرق التدريس. ومن هذا المنطلق يمكن طرح التساؤل التالي :

مامدى مساهمة تنوع اساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية من طرف استاذ المادة لتفادي الأخطاء لشائعة في تدريس التربية البدنية والرياضية؟.

**الخلفية النظرية:**

من خلال اطلاعنا لسير العملية التعليمية ومن خلال خبرتنا في مجال التعليم والتدريس، والاطلاع على دراسات سابقة والتي كانت تنص على اسلوب التدريس الذي يتبناه المعلم من خلال حصة التربية البدنية مما يجعل التلميذ يمل وينفر من حصة بسبب تكرار حيث يصيح التلميذ يقوم ويتبع الأوامر وكأنه مقيد، لذا ارتائنا من خلال هذه المداخلة الى توضيح واخذ فكرة بتطبيق اساليب تدريس متنوعة لتفادي استاذ مادة التربية البدنية

الأخطاء، ويجعل التنوع في اساليب التدريس بتوفير مواقف تعليمية متنوعة مما يزيد من فاعلية درس التربية البدنية والرياضية.

**-تحديد مفاهيم المداخلة :**

**-اساليب التدريس :**

**-مفهوم اساليب التدريس:**

**-مفهوم الاسلوب:لغة:**

جاء في لسان العرب أن السبيل من الخيل وكل الطريق ممتد فهو أسلوب، فالاسلوب الطريق والوجه والمذهب، يقال انتم في اسلوب سوء وجمعه اساليب الفن: فيقال أخذ فلان اساليب من القول أي أفانين منه.  
-اصطلاحا:

الاسلوب هو مجموعة من المهام والقوانين والاجراءات التي تشمل على خبرة تعليمية مترابطة منطقيا .

وبالتالي فالاسلوب عملية منظمة وتهدف الى تحقيق مجموعة من الاهداف معلن عنها مسبقا .

يعرفه الفيلسوف الالمانى شوبينهاور تعريفا صوفيا بقوله "الاسلوب هو الشخص نفسه"

ويرى بوفون بان الأسلوب " هو الشخص نفسه" (مزروع، 2016، صفحة 107)

**-مفهوم التدريس :**

تعرفه زينب على وآخرون على أنه"فن توصيل المعلومات والمعارف الى التلاميذ والاجراءات التي يقوم بها المعلم مع تلاميذ لانجاز مهمة او مهام معينة وذلك لتحقيق أهداف محددة.

ويعرفه عبد المنعم :انه ذلك التعلم الذي يتم في مجموعات صغيرة، تسعى معا الى تحقيق أهداف مشتركة للموقف التعليمي تحت اشراف وتوجيه المعلم. (الحكيم، 2008، صفحة 115) .

وقد شبه شيث عملية التدريس بعملية الصيد باعتبارها تحتاج الى تحديد الهدف جيدا واعطاء الخطة وما تتطلبه من وسائل ثم تنفيذ العملية وتقويمها في النهاية . (عايش، 2008)

**-مفهوم اساليب التدريس :**

هو عبارة عن طريقة وخطوات يستخدمها المعلم في العملية التدريسية، ويجب أن تكون متميزة عن غيره من المعلمين، ويجب على المعلم أن يراعي الفروق الفردية، وأساليب التدريس يختلف عن الطريقة التي يُقدّم فيها التدريس.

فان الاساليب يقصد بها اجراءات خاصة ضمنية تتضمنها الاجراءات العامة التي تجري في الموقف التعليمي .

فاسلوب التدريس بنسبة كبيرة ناتج وعاكس للشخصية القيادية للاستاذ لتي تتبع من خبراته وخصائصه والظروف المحيطة.

**-طبيعة أسلوب التدريس:**

هنا تُحدّد شخصية المعلم وصفاته وخصائصه، وهذا يعني أنّ أسلوب التدريس ليس له قواعد، فهو مرهون بالمعلم وشخصيته والتعبيرات اللغوية والتعبيرات الجسمية والصوتية، بحيث يتميز المعلم بمهاراته التواصلية مع الطلاب ومهاراته في الإصغاء، ومهارة إدارة الحصة المدرسية. (شاكور، 2020)

**-تطور اساليب التدريس :**

لقد اثر تطور مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء في تطور اساليب التدريس، فلقد تم الانتقال من المنظور القديم القائم على الفكرة القائلة ان فهم الدرس يتدفق منه سيل المعرفة وان واجب التلاميذ هو الاصغاء والتذكر، الى منظور حديث يحقق اهداف الدرس من خلال طرائق واساليب ووسائل تتماشى والاتجاهات الحديثة وتواكب التطورات الحاصلة في مختلف المجالات .

فلقد ظهرت منذ الستينيات مجموعة من أساليب التدريس الحديثة أو مايعرف باساليب التدريس لموسكا موستن وسارة أشورت وقد أطلق عليها اسم (طيف أساليب التدريس).

وقد طبقت هذذ الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية والرياضية ويعتبر موسكا

موستن رائد اساليب

التدريس الحديثة من الباحثين في هذا المجال. (حطابيه، 1997).

#### -الفرق بين الأسلوب والطريقة :

الاسلوب يأتي دائما تبعا للطريقة لانه مرتبط بها وعلى اساس الاسلوب تاتي الطريقة ،ويقول حنا غالب: ان الفن مجموعة طرائق والطريقة مجموعة من اساليب ،والاسلوب مجموعة قواعد ضوابط .  
ولهذا فالطريقة اشمل من الأسلوب،ومفاد هذا الفرق ان الاسلوب يختلف من معلم الى اخر على الرغم من استخدامهم لنفس الطريقة .

#### - مفهوم الطريقة:

هي مجموعة الإجراءات والأساليب التي يؤديها المعلم لمساعدة المتعلمين في الوصول إلى تحقيق أهداف محددة.

#### -مفهوم الأسلوب:

هو مجموعة قواعد أو ضوابط أو كفاءات ينفذ بها طريقة التدريس لتحقيق أهداف الدرس. ويرتبط بالمعلم وسمات شخصيته وهو جزء من الطريقة.

#### -تنوع اساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية :

لا يوجد اسلوب يمكن ان يوصف بانه الامثل في التدريس وذلك لان نجاح أي اسلوب يتوقف على عوامل متعددة،تتصل بالمنهج والتلاميذ وظروف حياتهم،ويقول موسكا موستن ان الاسلوب الذي يستخدم بنجاح في موقف ما،أو حصة ما قد لاينجح أو يفى بالغرض اذا استخدم في موقف أو حصة أخرى.  
فالمدرس الذي يستعمل اسلوبا واحدا في درسه فانه سوف يؤدي الى الملل والجمود وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة من سلوك متعلم،ولهذا فان التنوع في الاساليب شئ ضروري حتى لا يحص المتعلم بالروتين والملل خاصة ان المدرس تتعدد أهدافه وبالتالي لابد من تعدد الاساليب المستخدمة في تحقيقها.  
ادن هذا التنوع يكون ضروريا للتاقل مع متطلبات النشاط الرياضي،وكذلك مع الخصائص العامة للتلاميذ التي تميزها الفروق الفردية،كما قد تكون اختيارية لتجنب الملل والروتين الذي يصيب المتعلم والمعلم.(د.السعيد مزروع،مرجع سابق،ص113).

#### -انواع اساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

تنقسم الى مجموعتين هتان مجموعتان مختلفتان من حيث الأهداف وسلوك المتعلم والمعلم،ويعتبر عنصر الاكتشاف فاصلا بين المجموعتين حيث تتميز الأولى باسترجاع ما هو معروف والثانية باكتشاف وانتاج ما هو مجهول وغير معروف.

#### -الاساليب المباشرة :

تعتبر هذه الاساليب اقرب الى تطبيق مع استعمال التغذية الراجعة النهائية المباشرة والمعلمون المهرة يستخدمون أكثر من أسلوب في التدريس،بل ويستخدمون اكثر من اسلوب في الدرس الواحد،وهذه الاساليب تتفاوت في نسب تنمية كل او احد جوانب التعلم (المعرفي،الوجدانيوالنفس حركي)لهذا فهي تكمل بعضها في ضوء متطلبات التنمية الشاملة والمتوازنة للفرد.

#### -الأسلوب الامري:

ان متخذ جميع القرارات في هذا الأسلوب هو المدرس وبتالي يتخذ المدرس القرارات في جميع مراحل التخطيط. موسكا موستن "في أي ممارسة لنشاط التعليم و التعلم هناك شخصان معنيان باتخاذ القرار (المدرس، المتعلم) و في الأسلوب الأمري المدرس هو الذي يتخذ القرار بل جميع القرارات ، من تخطيط و تنفيذ و تقويم و دور المتعلم من ناحية أخرى هو أن يؤدي و أن يتابع و أن يطيع".

#### - و الصيغة الغالبة على هذا الأسلوب تكون وفق التصور الاتي :

الانجاز الجيد و الذي يأتي بعد الامر.

يكون المعلم مستمر بإعطاء الاوامر.

أغلب قرارات المعلم لا تناقش.  
الجانب الإبداعي يقرره المعلم ولا علاقة للتلميذ به.  
-الأسلوب التدريبي:

الأسلوب التدريبي يسمح بانتقال جملة من القرارات في مرحلة محددة من الدرس إلى التلاميذ عبد الكريم-عفاف عبد الكريم "دور التلميذ في الأسلوب التدريبي بقولها يكون دور الأستاذ في هذا الأسلوب هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط و التقويم، أما قرارات التنفيذ فتحول الى المعلم، و بذلك يكون دور المتعلم في هذا الأسلوب هو أداء العمل المقدم له من المدرس و كذلك اتخاذ القرارات الممنوحة له أثناء الأداء. (الكريم، 1991، صفحة 82).  
يستخدم هذا الأسلوب بعد اسلوب التعليم بالعرض التوضيحي مباشرة،اي عند الانتهاء من عملية التعلم المهاري للمهارة المحددة بمعنى عند محاولة تحسين الأداء الفني للمهارة و إتقانها.  
بحيث يكون دور المدرس في هذا الأسلوب هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقوي،مع عدم اعطاء اي اوامر للتلميذ.  
-الأسلوب التبادلي:

يمكن استخدام هذا الأسلوب بصورة فعالة مع التلميذ الذين يريدون امتهان التدريس أو التدريب لأنها تفتح المجال أمامهم في أخذ القرارات المناسبة و يمكن استخدام التغذية الراجعة يصور واسعة كما أن نتائج النجاز الفردي تكون واضحة من خالل العملية التطبيقية لهذا الأسلوب". (الكريم ع.، 1991، صفحة 90)  
في هذا الأسلوب يتعلم التلاميذ بقدر مايتحملون من مسؤولية والاعتماد على النفس والعمل في مجموعات زوجية،واستيعاب المعلومات وايضاها لزملائهم،وهكذا بالتبادل حيث تقوى المهارات الاتصالية بين التلاميذ.  
-الأسلوب التضميني (الحتواء):

"ان هذا الأسلوب يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الصف كافة، فالتلميذ يؤدي الحركة من المستوى الذي يمكن ادائه ضمن العمل الواحد و بهذا فالقرار الرئيسي يكون من قبل التلميذ حول بدأ العمل و المستوى الذي يمكن البدء به" عباس أحمد صالح.  
إن هذا الأسلوب يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الصف كافة فالتلميذ يؤدي الحركة من المستوى الذي يمكن أدائه في ضمن العمل الواحد وبهذا فالقرار الرئيسي يكون من قبل التلميذ حول بدء العمل والمستوى الذي يمكنه البدء منه . إن أسلوب الإدخال أو التضمين قد اوجد لنا مبدأ جديدا في وضع العمل المطلوب أو تحديده إذ يقوم بوضع مستويات مختلفة من الانجاز.

#### -التربية البدنية والرياضية:

-مفهوم التربية البدنية والرياضية :هي نظام تربوي له اهدافه التي تسعى الى تحسين الأداء الانساني العام، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي،تتميز بخصائص تعليمية وتربوية مهمة .  
-تعريف التربية البدنية: هي تلك العمليات التربوية التي تتم عند ممارسة النشاطات التي تنمي وتصون جسم الإنسان بالمشي أو الجري أو السباحة أو التدريب على التوازن أو ممارسة أي نوع أو لون من ألوان التربية البدنية التي تساعد على تقويم جسمه وسلامته، فان عملية التربية قد تجعل حياة هذا الإنسان أكثر نجاجا. (الخول، 1998، صفحة 35).

#### -أهمية التربية البدنية و الرياضية:

اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه و صحته و لياقته و شكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد و المنافع التي تعود عليه من جزء ممارسة الأنشطة البدنية، و التي اتخذت أشكالا اجتماعية كاللعب و التمرينات البدنية و التدريب البدني و الرياضة.كما ادرك ان المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الاشكال من الانشطة لم تتوقف على الجانب البدني /الصحي وحسب وانما تعرف على الجوانب والاثار الايجابية النافعة لها على الجوانب النفسية،الاجتماعية،والجوانب العقلية،المعرفية،والجوانب الحركية،المهارية،الجوانب الجمالية الفنية،وهي جوانب في





- . جوانب الخبرة .
- . جوانب الإعداد المهني .
- . جوانب الصحة .
- وفي دراسة مجلس المدارس بانجلترا، قد وضعت النتائج صفات مدرس التربية البدنية والرياضية في أعلى الترتيب بين مجموعة من المدرسين والمدرسات وجاءت بالترتيب التالي :
- القدرة على كسب واحترام ثقة التلاميذ.
- القابلية في توصيل الأفكار .
- القدرة على الإيحاء بالثقة.
- التمكن المعرفي للمادة
- مستوى عال من الأمانة والاستقامة. (الخولي،، 1998، صفحة 42).
- الأخطاء الشائعة في تدريس التربية البدنية والرياضية :**
- يوجد العديد من الأخطاء الشائعة التي يقع بها المدرس عند شرح مادة التربية الرياضية، ومن هذه الأخطاء ما يلي:
- أخطاء التقديم المعرفي :**
- الكلام بسرعة وتجاهل التركيز.
- اطالة الشرح بشكل عام.
- عدم مراجعة الأداء والوسائل.
- اخطاء التشكيلات وفن ادراة الدرس:**
- وقوف المدرس خلف التلاميذ.
- وقوف المدرس في وضع يصعب على بعض التلاميذ ملاحظته.
- وقوف المدرس قريباو بعيد جدا من التلاميذ اثناء تقديم الدرس او شرح.
- اخطاء الاصطلاح والنداء والتمرينات :**
- الصوت ذو وتيرة واحدة.
- تجاهل مدة التمرين .
- تجاهل تقنين الحمل ومظاهر التعب او الارهاق.
- اخطاء شخصية في التدريس:**
- التجهم والكابة في التدريس.
- اداء نموذج غير جيد امام التلاميذ.
- ارتدت ازياء غير ملائمة للتدريس.
- اخطاء متابعة التطبيق:**
- اهمال تصنيف التلاميذ وعدم الاعتماد على القيادات.
- تجاهل عوامل الدافعية والتحفيز.
- عدم الاشراف بطريقة دورية منتظمة على المجموعات .

#### خاتمة:

ان التنوع في اساليب التدريس يجب ان يتضمن عناصر وابعادا محددة وطرقا واساليب ومهارات من خلالها يتم اعطاء معلومات وطرح اسئلة وتقويم نتائج تعليمية،وتعمل التربية البدنية على اكساب التلاميذ مهارات وكفاءات من خلال الأنشطة الرياضية تجعل التلميذ يبلور المكتسبات في مختلف المواقف التي تواجهه في الحياة،لذلك على استاذا التربية البدنية عليه بتنوع اساليب التدريس لانها ضرورية للتاقلم مع متطلبات النشاط الرياضي وكذلك مع خصائص التلاميذ التي تميزها الفروق الفردية.فالتدريس بنسبة كبيرة ناتج وعاكس للشخصية القيادية للاستاذ،التي تنبع من خبراته وخصائصه والظروف المحيطة .

### قائمة المراجع والمصادر:

- د.السعيد مزروع: تطبيقات في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر الخلدونية الجزائر، ص11.  
نفس المرجع: ص107.  
زينب علي عمر غادة، جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية الأسس النظرية وتطبيقات العلمية، دار الفكر العربي القاهرة، ص115.  
د.السعيد مزروع، مرجع سابق، ص13.  
عفاف عبد الكريم: التدريس لتعليم التربية الرياضية، 1991، ص82.  
نفس المرجع: ص90.  
أمين انور الخولي: اصول التربية البدنية والرياضية، مدخل تاريخ وفلسفة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، ص35.  
أمين انور الخولي: اصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، ص41.  
د.محمد عوض بسيوني: نظريات طرق التربية البدنية، 1986، ص24.  
نفس المرجع: ص23\*24.  
خطابية أكرم زكي: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للتوزيع والنشر، عمان، 1997، ص174.  
د.أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص42.