

تأثير التدريب بأسلوب المحاكاة لتحسين بعض الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم لفئة (U19)

## The effect of simulation training to improve some of the skill traits of (U19) soccer players

معوش رفيق<sup>1</sup>، بن الدين كمال<sup>2</sup>

<sup>2,1</sup>المركز الجامعي نور البشير البيض/ مخبر أبحاث معاصرة في منظومة التدريب الرياضي والحركات الإنسانية/الجزائر/k.beneddine@cu-elbayadh.dz/unvrafik32@gmail.com

تاريخ النشر: 2023/07/24

تاريخ القبول: 2023/06/22

تاريخ الاستلام: 2023/02/15

ملخص:

يهدف البحث إلى إعداد تمارين تطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة، والتعرف على تأثير التمارين التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين بعض الصفات المهارية لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19)، التعرف على الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة؛ وقام الباحثان باختيار عينة تمثلت في (14) لاعب من لاعبي كرة قدم لفئة أقل من 19 سنة بدون حراس مرمى تم اختيارهم بطريقة عمدية موزعين على مجموعتين بالتساوي، المجموعة التجريبية (07) لاعبين، المجموعة الضابطة (07) لاعبين؛ وقد تم الاعتماد على الاختبارات المهارية (اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة - اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة)؛ بعدها تم تطبيق التمارين بأسلوب المحاكاة في التجربة الرئيسية خلال مدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع، وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية (24)؛ وقد تم التوصل إلى وجود فروق معنوية بين التمارين التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين مهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة ومهارة مداعبة الكرة من وضعية الحركة لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19) بين الاختبارات القبلي والبعدي وللصالح الاختبار البعدي؛ ومن اقتراحات البحث إجراء بحوث ودراسات مشابهة باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة على فئات وعينات مختلفة وعلى ألعاب وفعاليات أخرى كذلك.

الكلمات الدالة: أسلوب تدريب المحاكاة؛ الصفات المهارية؛ لاعبي كرة القدم لفئة (U19).

### Abstract:

The research aims to prepare applied exercises using the simulation training method, identifying the effect of applied exercises using the simulation training method in improving some skill traits of MC el-Bayadh football players class (U19), identifying the differences between the pre and post tests in the study variables; The researchers chose a sample of (14) soccer players for the category of less than 19 years without goalkeepers, who were deliberately chosen and distributed equally into two groups, The experimental group (07) players, the control group (07) players; Skill tests have been relied upon (test of hitting the ball for the farthest distance - test of flirting with the ball from a position of movement); After that, the exercises were applied in a simulated manner in the main experiment during a period of (8) weeks, at a rate of (3) training units per week, and the number of training units reached (24); It has been found that there are significant differences between the applied exercises using the simulation training method in improving the skill of hitting the ball for the farthest distance and the skill of stroking the ball from the position of movement of the white MC football players class (U19) between the pre and post tests and in favor of the post test; One of the research proposals is to conduct similar research and studies using the simulation training method on different groups and samples and on other games and activities as well.

**Keywords:** Simulation training method ;Skill traits; U19 soccer players;

1. مقدمة:

إن التفوق الرياضي هو هدف يصبو إليه كل فرد، وصار عنوانا للتميز والتقدم بالنسبة لعدة دول متطورة بحيث سُخر للرياضيين كل الإمكانيات اللازمة لكي يمثلوا بلدانهم أحسن تمثيلاً في المنافسات القارية والدولية، ويصبحوا بذلك أبطالاً قوميين يحفظون باحترام الجميع، لهذا فقد عمد المختصون في المجال الرياضي إلى حصر المواصفات الخاصة التي تميز ممارسي كل نشاط من الأنشطة الرياضية عن الآخرين وذلك بهدف الاعتماد على هذه المواصفات كقاعدة علمية لاختيار الرياضي الناشئ والوصول به إلى مستويات عليا من الأداء. (ولد حمو و نافع، 2012، صفحة 242)

الارتقاء بالإنجاز الرياضي والتفوق في كل الألعاب يتطلب شمولية الارتقاء بكافة العوامل التي تؤثر في الأداء، فالوصول إلى مستوى الأداء العالي يتطلب الاهتمام ليس فقط بتطوير اللياقة البدنية أو تحسين مستوى اللاعب من الناحية الفنية أو الخططية وإنما يجب الاهتمام أيضا بكل العوامل واستثمارها بصورة جيدة ومؤثرة وذلك لأن التفوق لا يمكن تحقيقه إلا من خلال التدريب المستمر والاستعداد العالي واستثمار كافة العوامل الأخرى. (عباسي و فراحتية، 2017، صفحة 279)

فالتدريب الرياضي الحديث يمثل العمليات التعليمية والتنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية الميدانية بهدف تحقيق أعلى مستوى ونتائج ممكنة في الرياضة التخصصية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة (حماد، 2001، صفحة 19).

ويرى (تميم، 2016) أن التدريب عملية منظمة لها أهداف تعمل على تحسين ورفع مستوى لياقة اللاعب للفعالية الخاصة أو النشاط المختار، وتهتم برامج التدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة لتنمية المتطلبات الخاصة بالمسابقة، والتدريب يتبع مبادئ ولذلك تخطط العملية التدريبية على أساس هذه المبادئ التي تحتاج إلى تفهم كامل منقبل المدرب قبل البدء في وضع برامج تدريبية طويلة المدى (تميم، 2016، صفحة 03).

حيث اقتضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية وخبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متبنة في مجال التدريب الرياضي الحديث. (لباد، 2014، صفحة 148)

ويتميز لاعبي كرة القدم بدرجة عالية من الفنيات الفردية (التكنيك) وعلى مستوى كبير من التناسق والتفاهم في خلق جمل كروية رائعة تحت ضغط التنافس والتفاهم في خلق جمل كروية رائعة تحت ضغط المنافس للوصول إلى الهدف وهو إدخال الكرة في مرمى الفريق الخصم (التاكتيك)، وما يعزز هذا الرأي هو البحث عن الأداء الجميل من طرف الفرق الكروية أولا ثم النتيجة ثانيا، وذلك لإرضاء جماهيرها الواسعة التي تبحث عن متعة كرة القدم وفنيتها وتبحث عن الفوز بالأداء والنتيجة. (برقوق، تقيق، و فضل، 2020، صفحة 479)

والجانب المهاري التقني لما يمثله من جمالية الأداء خاصة عند لدى لاعبي كرة القدم دون 19 سنة؛ لكن الواقع الجلي للرياضة الجزائرية أنها عرفت في الآونة الأخيرة تراجعا كبيرا وعلى وجه الخصوص رياضة كرة القدم رغم توجيهها نحو الاحتراف الرياضي والتي تأثرت كل مستوياتها التنظيمية التنافسية و خاصة التكوينية، ما انعكس على النتائج الفنية بحيث لم نعد نشاهد ذلك الأداء الراقى وذلك على مستوى كل الأقسام المنشطة لبطولات كرة القدم الجموعية، بداية من القسم الممتاز إلى غاية الأقسام السفلى هذه الأخيرة التي كانت بمثابة القاعدة التحضيرية للوصول إلى الفرق العليا و الخروج من النشاط الهاوي إلى الاحترافية بمعناها الرياضي.

في هذا الصدد يشير الباحثان أنه مع الزيادة والتطور المستمر في التطبيقات الخطئية ومتطلبات الأداء البدني والمهاري وما يصاحبه من استنفاد قدر عظيم من الطاقة النفسية والذهنية والبدنية أصبح الإعداد الذهني أحد الضرورات اللازمة لإعداد اللاعب ذهنياً ونفسياً بجانب إعداده بدنياً ومهارياً وخططياً للوصول إلى الفورمة الرياضية؛ لأن الإعداد الذهني أصبح أحد جوانب الإعداد الهامة للوصول للاعب إلى تحقيق المستويات الفنية العالية.

لذا يعتبر التدريب العقلي Mental Training إحدى الاستراتيجيات التكنولوجية للتدريب، والتي لاقت اهتماماً كبيراً من المختصين في هذا المجال لما له دور إيجابي وفعال في تطوير مستوى الأداء الحركي، وخاصة بعد أن أصبحت المهارات النفسية تمثل أهمية بالغة في الارتقاء بمستوى الأداء حيث يجب أن يسير التدريب العقلي على بعض المهارات النفسية جنباً إلى جنب مع التدريب على المهارات الحركية والصفات البدنية من خلال الإعداد طويل المدى، وإن إغفال مثل هذا البعد يقلل من فرض الوصول إلى المستويات الرياضية العالية (Li-We-Z, 1992, p. 18)(Xiong, 2012).

وهذا ما أشارت له دراسة (زمالي و قلاتي، 2017) المنشورة في مجلة التحدي، التي هدفت إلى معرفة أثر برنامج تدريبي ذهني مقترح في تحسين دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم أكابر، وبعد تطبيق البرنامج التدريبي الذهني المقترح على المجموعة التجريبية بواقع 12 أسبوع، وبعد تطبيق القياسات الاختبارات وتحليل النتائج تم التوصل إلى فاعلية البرنامج في التأثير على مستوى دافع إنجاز إضافة إلى دافع تجنب الفشل وكذا دافعية الإنجاز الرياضي، ومنه تحسين مستوى دافعية الإنجاز الرياضي.

وتضيف على ذلك دراسة (عرايبي، بن الدين، و خلول، 2021) المنشورة في التحدي، التي توصلت إلى وجود علاقة وطيدة بين التدريب العقلي والحمل النفسي من وجهة نظر اللاعبين وكذا مستوى حمل البدني متوسط لدى أفراد عينة الدراسة وهذا نتيجة للاهتمام الكامل بمهارة التدريب العقلي كونها تشكل الركيزة الأساسية في النجاح وتحقيق أفضل النتائج.

ومن الأساليب العقلية التي تم إثبات فاعليتها في تدريب الفرق الرياضية أسلوب المحاكاة، حيث أكدت دراسة (Chernikova, Heitzmann, & Stadler, 2020) على أن التدريب باستخدام المحاكاة يعتبر من أكثر الوسائل فعالية لتعلم المهارات المعقدة، وأضاف (النجار، 2016، صفحة 44) أن هذا النوع من التدريب يشجع على صناعة أجيال من القادة، وهو أحد أهم الوسائل التدريبية الداعمة للابتكار والإبداع، ويمكن بواسطته اختبار وتطبيق النظريات الحديثة بشكل يتضمن توفر فرص النجاح في أعلى درجاته والإتقان عند ممارسة العمل على أرض الواقع.

ويمثل المحاكاة التي يتم فيها تهيئة الموقف الذي يمارس في المشارك العمل الذي يتدرب عليه، والمواقف الأخرى التي قد تظهر أثناء ممارسة هذا العمل، وتعني - كذلك - تهيئة الموقع والبيئة الخاصة بالتدريب بحيث تشبه البيئة الحقيقية لموضوع التدريب (الراجحي، 2021، صفحة 85)، والتدريب باستخدام أسلوب المحاكاة يوفر مميزات بمقارنته مع الأساليب التدريبية الأخرى؛ حيث يساهم هذا الأسلوب في تحسين وتطوير الأداءات (Wildmen & Piccola, 2009)؛ وبالتالي تحسين العملية الرياضية عموماً والأداء المهاري في كرة القدم خصوصاً.

وتعد طريقة أو أسلوب تدريب المحاكاة من الأساليب التدريبية وهي حديثة العهد في علم التدريب الرياضي التي حققت نجاح في معظم الألعاب الفردية وبعض الألعاب الفرقية لأنها تحاكي الظروف المتطورة من المنافسة وتدريب على ما وصل إليه مستوى اللاعب وجاء دورها في التجريب والكشف عن مدى فاعليتها في لعبة كرة القدم (فالح، ناجي، و كاظم، 2022، صفحة 256)؛ ويشير (سويدان و الجزائر، 2007) أن تكنولوجيا الرياضة هي الأدوات والأجهزة الفنية التي يتم استعمالها لتقويم وفحص الجانب البدني والفلسفي والميكانيكي كذلك لتطوير الجانب المهاري والبدني وإلى ذلك في مجال التعليم والتدريب (الصفحات 7 - 8).

ومن خلال دراسة (جبار، 2013) التي طبقت تمارين بأسلوب المحاكاة لتطوير مطاولة السرعة والسرعة اللحظية ومؤشر الكفاءة الوظيفية والإنجاز لراكبي 1500م حيث استنتج الباحث أن أسلوب المحاكاة يعطي نتائج أفضل من الأسلوب التقليدي.

ومن هنا تتجلى أهمية البحث من خلال ما نقدمه من معلومات علمية ومبحوثة عن كيفية تحقيق الإنجازات بلعبة كرة القدم وعن دور أسلوب تدريب المحاكاة في التدريب وتحقيق الإنجازات في المنافسة من خلال رفع تحمل الأداء المهاري وبذلك قد ساهمنا بالارتقاء بلعبة كرة القدم، تحمل الأداء المهاري بكرة القدم سواء في الدفاع أو الهجوم يعتبر أساسا في إخراج الجانب التكتيكي وأجواء المنافسة وفي حالة ضعفها سوف لما يمكن مواكبة أجواء المنافسة وأكد يحصل ضعف لمستوى الفريق والخسارة في المباراة.

وفي هذا الصدد أجريت دراسة منشورة في مجلة التحدي بعنوان دور توظيف تقنية المحاكاة (DMAX3) في تطوير مهارة اتخاذ القرار لدى لاعبي الكرة الطائرة من إعداد (مرزوق، دواح، و بوشيبة، 2021) حيث هدفت إلى تقديم نوع من التقنيات الحديثة في مجال علم النفس المعرفي والمترتبة بالعملية التدريبية لدى مدربي كرة الطائرة والتي أدت إلى تطوير الأداء الرياضي عموما والأداء المهاري خاصة بما يتعلق بالمهارات العقلية المصاحبة للاستراتيجيات الحديثة، حيث احتوت هذه الدراسة على مجموعتين متجانستين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، فقد قام الباحث بتطبيق برنامج للتصور العقلي البصري باستخدام تقنية المحاكاة (DMAX3) على عينة تجريبية مكونة من (12) لاعب في كرة الطائرة لمعرفة أثر هذا النوع من التدريب في تطوير مهارة اتخاذ القرار، و أوضحت النتائج المتوصل إليها بأن علاقة طردية إيجابية بين مستوى التصور العقلي البصري ومستوى مهارة اتخاذ القرار لدى لاعبي كرة الطائرة من خلال برنامج للتدريب العقلي البصري القائم على المحاكاة مبرمج ومنتظم قدم لأفراد العينة التجريبية من أجل تنمية قدرات التصور العقلي البصري والإلمام بجميع المعارف والخبرات التي تمكنهم من الاستعمال الجيد لمهارات التدريب العقلي تماشيا مع العملية التدريبية.

ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة بعلم التدريب الرياضي ولعبة كرة القدم وجدوا هناك ضعف واضح في تنفيذ بعض الصفات المهارية في التدريبات والمباريات، وهذا ما يتطلب تدريب يحاكي التقدم المستمر في لعبة كرة القدم وحدائة المنافسة فيها وهذا بحد ذاته تعتبر مشكلة بحثية تتطلب استخدام التدريب المناسب.

ويهدف البحث إلى:

- إعداد تمارين تطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين بعض الصفات المهارية لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19).
- التعرف على تأثير التمارين التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين بعض الصفات المهارية لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19).
- التعرف على الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة.

أما فروض البحث فكانت:

- 1 - وجود فروق معنوية بين التمارين التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين مهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19) بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- 2 - وجود فروق معنوية بين التمارين التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين مهارة مداعبة الكرة من وضعية الحركة لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19) بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

أما مجالات البحث:

فقد اشتمل على المجال البشري المتمثل في (14) لاعبين يمثلون فريق مولودية البيض فئة (U19) للموسم الرياضي 2022 – 2023 في حين كان المجال المكاني ملعب متعدد الرياضات زكرياء المجدوب وملعب الشهداء الستة البلدي، بينما استغرق المجال الزماني المدة من 2022/11/03 ولغاية 2023/12/19.

وتتمثل أهمية البحث:

في تناولنا لموضوع تأثير التدريب بأسلوب المحاكاة لتحسين بعض الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم لفئة U 19، هو في الحقيقة إيعاز للباحثين في ميدان التدريب الرياضي، لتدقيق النظر في القيمة العلمية لهذه الفعالية وما يمكن أن تقدم من إثراء للمجال الرياضي بصفة عامة ولكرة القدم بصفة خاصة، وأن الفنون القتالية قبل كل شيء هي رياضة شعبية وتعتبر توجه الدول لها نظرا لاعتبارات رياضية واقتصادية واجتماعية.

ويتوقع من نتائج هذا البحث إفادة الباحثين في هذا المجال في العمل على إجراء بحوث ودراسات أكثر تعمقاً وتخصصاً في هذا المجال. كما تعد هذه الدراسة نقطة الانطلاق للعديد من البحوث والدراسات الرياضية الحديثة التي تتناول التدريب بالمحاكاة وبالاعتماد على الوسائل التكنولوجية، والاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الدراسة والتخطيط لوضع برامج تدريبية مرافق للذين يعانون من ضعف في الأداء المهاري في كرة القدم.

ومن مفاهيم البحث يشير الباحثان إلى:

- المحاكاة: نماذج لعالم واقعي يؤدي الطلبة فيها الأدوار المختلفة ويحللون من خلالها المشكلات ويتخذون القرارات وتعتبر أحد أساليب التعلم التي تعتمد على نشاط اللاعب وتقوم على الربط بين النظرية والتطبيق في مواقف أكثر واقعية تساعد على تبسيط المادة التعليمية وتوصيلها إلى اللاعب بطريقة مشوقة. (الديك، 2010، صفحة 07)

-الصفات المهارية للاعب كرة القدم: هيكل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذا الحركات بالكرة أو بدونها. (عيد، 2012، صفحة 09)

## 2. الإجراءات المنهجية:

### 2-1- منهج البحث:

استعمل الباحثان المنهج التجريبي بتصميم (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) مع قياس قبلي وبعدي.

### 2-2- مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع بحثنا في لاعبي كرة القدم لفريق مولودية البيض فئة أقل من 19 سنة للموسم التدريبي (2022 - 2023)، حيث بلغ عددهم 26 لاعب.

وقام الباحثان باختيار عينة تمثلت في (14) لاعب من لاعبي كرة قدم لفئة أقل من 19 سنة بدون حراس مرمى تم اختيارهم بطريقة عمدية موزعين على مجموعتين بالتساوي، المجموعة التجريبية (07) لاعبين، المجموعة الضابطة (07) لاعبين، وتم التجانس بينهما في كل من (المتغيرات التعريفية) والاختبارات والمهارية التي ستطبق في الدراسة الأساسية.

قام الباحثان بحساب دلالة الفروق بين متوسطي (المتغيرات التعريفية والمهارية) لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام (ت)، والجدول رقم (01) يوضح ذلك.

الجدول رقم (01) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على المتغيرات (التعريفية، المهارة) (ن+1 ن-2).2).

طبيعة الدلالة	قيمة الفروق المعنوية	قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		1 - المتغيرات التعريفية
			ع	س	ع	س	
غير دال	0.09	1.85	0.44	17.80	0.69	17.14	. العمر (سنة).
غير دال	0.20	1.35	1.30	173.2	1.34	172.1	. الطول (سم).
غير دال	0.84	0.19	5.11	71.14	5.98	71.78	. الوزن (كغ).
طبيعة الدلالة	قيمة الفروق المعنوية	قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		2 - المتغيرات المهارة. اختبارات:
			ع	س	ع	س	
غير دال	0.97	0.33	1.42	47.74	1.33	47.77	. ضرب الكرة لأبعد مسافة.
غير دال	0.99	0.01	0.51	13.58	0.50	13.58	. مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبنية في الجدول، نلاحظ أن قيم الفروق المعنوية كانت أكبر من مستوى الدلالة (0.05) في المتغيرات التعريفية والمهارة، ومنه يتبين لنا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات عيني الدراسة التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بأسلوب المحاكاة.

3-2- متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: ويتمثل في التدريب بأسلوب المحاكاة.

- المتغير التابع: ويتمثل في الصفات المهارة لدى لاعبي كرة القدم لفئة (U 19).

4-2- أدوات البحث:

تم استخدام الاختبارات المهارة للتعرف على مدى مناسبتها لعينة الدراسة وخصائصها بالإضافة إلى مدى تناسبها مع أهداف البحث الحالي، وذلك بعد عرضها على مجموعة من الأساتذة الدكاترة المحكمين، وبعد التحكيم تم الأخذ بأرائهم حول الاختبارات ومدى ملاءمتها لأهداف الدراسة.

- تحديد اهم الاختبارات المهارة:

بعد الاطلاع على المراجع والصادر العربية والأجنبية والدراسات السابقة والمشابهة والأدب التربوي الخاص بموضوع التدريب بالمحاكاة ودوره في تنمية الصفات المهارة لرياضي كرة القدم، حيث قام الباحثان باختيار مجموعة من الاختبارات المهارة وعرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال التدريب الرياضي وكرة القدم، بهدف تحديد اهم تلك الاختبارات للدراسة، وبعد عملية تحكيم الاختبارات من قبل الأساتذة والدكاترة المحكمين قام الباحثان بالأخذ بأراء المحكمين وتعديلاتهم وتوصياتهم وتم اعتماداً أعلى الاختبارات المهارة اجمع عليها المحكمين.

2-5- التجربة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أبحاث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها (ثابت، 1984، صفحة 74)، ومن أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- استطلاع الظروف التي ستجرى فيها الدراسة الأساسية والتعرف على العقبات، من أجل تحديد أنسب فترات وظروف تطبيق الوحدات التدريبية.

- التعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها للتحقيق العلمي وذلك باستنباطها من المعطيات.

- تجريب أدوات البحث (الاختبارات المهارية) وتبيان درجة صدقها وثباتها.

حيث قام الباحثان باختيار عينة استطلاعية من نفس مجتمع الدراسة وخارج عينة الدراسة الأساسية من فريق مولودية لفئة أقل من 19 سنة، قوامها (06) لاعبين للتأكد من مدى ملائمة الاختبارات المنتقاة من حيث الوضوح والسلاسة، وقياس لما تم وضعها وتبيان أي عقبات يمكن أن تواجه المفحوصين.

2-6- الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:

2-6-1- صدق الاختبارات المهارية: تم استخدام الاختبارات المهارية والتي لها معامل صدق في كثير من الدراسات والأبحاث السابقة، حيث قام الباحثان باختبارها بعد الاطلاع على العديد من الدراسات النظرية والمراجع العلمية وورودها في أكثر من مصدر موثوق به.

- الاختبارات المهارية:

- اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة. (مساليتي، 2014، الصفحات 201-202)

- اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة. (غانم، رشا، و حمداوي، 2019، الصفحات 82-83)

2-6-2- ثبات الاختبارات المهارية: من أجل حساب ثبات الاختبارات المهارية قام الباحثان باحتساب معامل الارتباط بيرسون بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (06) لاعبا من خارج عينة الدراسة الأساسية، والجدول رقم (02) يوضح ذلك.

الجدول رقم (02) معامل ارتباط بيرسون للثبات بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار للاختبارات المهارية (ن 6).

مستوى الدلالة (0.05)	معامل الثبات (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الخصائص اختبارات:
		ع	س	ع	س	
دال	*0.896	1.46	48.59	1.42	47.62	. ضرب الكرة لأبعد مسافة.
دال	*0.901	0.78	13.74	0.53	13.61	. مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

\*\* دالة عند مستوى الدلالة (0.01).

\* دالة عند مستوى الدلالة (0.05).

يتضح من الجدول رقم (02) أن جميع معاملات الثبات للاختبارات المهارية كانت دالة إحصائياً، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بيرسون بين (0.896-0.901) وجميعها جيدة وتفي بأغراض الدراسة.

### 2-6-3- موضوعية الاختبارات المهارية:

استخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات السهلة والواضحة ومناسبة لمستوى عينة الدراسة بدنياً ومهاريًا حيث تم توضيح الهدف من القياس ومع شرحها الجيد كما تم توحيد الظروف المكانية وذكر التفاصيل ومتطلبات كل الاختبارات ومعرفة كيفية قياس وتبويب النتائج واستخدام الباحثان الوسائل والطرق اللازمة مع مراعاة التوقيت وحالة الجو التي تؤثر على نتائج الاختبار كما حرص الباحثان على تشجيع ومراعاة عنصر التشويق حتى يعطي المختبر أقصى قدرة ممكنة له، وبناء على هذا فإن الاختبارات المتخذة تتمتع بموضوعية عالية.

### 2-7- التدريب المستخدم:

تم تحديد مجموعة من التمرينات ذات التأثير المباشر على مستوى الأداء المهاري في كرة القدم، وتم وضع التمرينات في القسم الرئيسي من الوحدات التدريبية للمنهج التدريبي للباحثان على أن تطبق وفقاً لأسلوب المحاكاة المقترح للمجموعة التجريبية فقط، بعدها تم تطبيق التمرينات في التجربة الرئيسية خلال مدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع، وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية (24) تتراوح شدتها (80%-100%) بواقع (1 - 2) مجموعة في الوحدة التدريبية، تم تطبيقها في فترة الإعداد الخاص من الجزء الرئيسي، بهدف تأمين حدوث تعب.

### 2-8- المعالجة الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات والإجابة عن تساؤلات الدراسة استخدم الباحثان برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:  
- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، اختبار (ت) لعينتين مترابطتين، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.

### 3. تحليل النتائج ومناقشتها:

#### 3-1- تحليل النتائج:

3-1-1- عرض نتائج الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

الجدول رقم (03) يبين دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة والتجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

مستوى الدلالة	قيمة الفروق	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		المقاييس الإحصائية	
			ع	س	ع	س	المتغير المهاري	
0.05	0.00	31.3	1.53	56.9	1.32	47.45	المجموعة الضابطة	اختبار ضرب الكرة
0.05	0.00	13.4	2.27	65.43	1.33	47.77	المجموعة التجريبية	لأبعد مسافة.

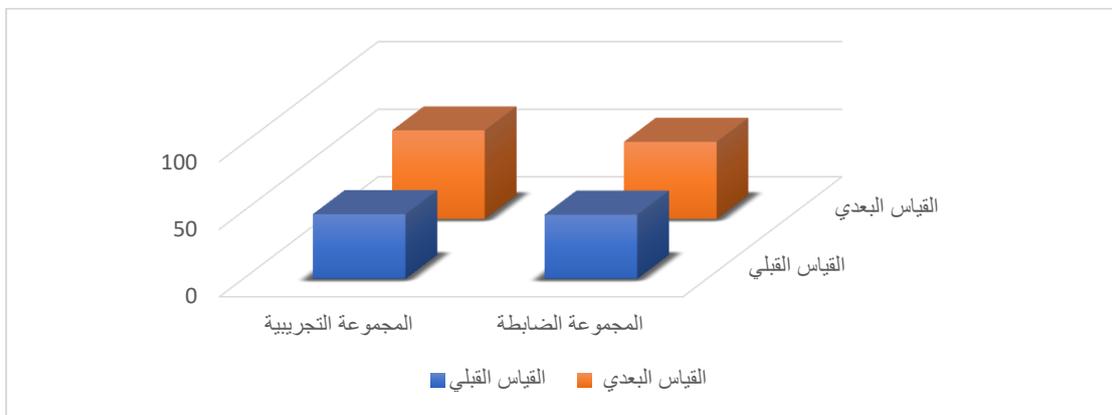
من خلال الجدول رقم (03) يتبين أن نتائج القياس القبلي لاختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة للمجموعة الضابطة في المتوسط الحسابي (47.45) والانحراف المعياري (1.32)، أما القياس البعدي في متغير المهارة التقنية فبلغ المتوسط الحسابي (56.9) بانحراف معياري (1.53)، وأن قيمة (ت) لعينتين مترابطين بلغت (31.3) عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق (0.00) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة تعزى للمنهج التدريبي الحر.

ويتبين أيضاً أن نتائج القياس القبلي لاختبار قيادة الكرة ثم التمرير للمجموعة التجريبية بلغ بمتوسط الحسابي (47.77) وانحراف معياري (1.33)، أما القياس البعدي في متغير المهارة التقنية فبلغ المتوسط الحسابي (65.43) بانحراف معياري (2.27)، وأن قيمة (ت) لعينتين مترابطين بلغت (13.4) عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق (0.00) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية تعزى لفاعلية المنهج التدريبي المقترح باستخدام تدريب المحاكاة. والجدول التالي يبين نسبة التحسن في الجانب المهاري بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بتدريب المحاكاة للمجموعة التجريبية، والبرنامج التدريبي الحر للمجموعة الضابطة:

الجدول رقم (04) يبين نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

المتغير المهاري	عينة الدراسة	المتوسط الحسابي للقياس القبلي	المتوسط الحسابي للقياس البعدي	نسبة التحسن %
اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة	المجموعة الضابطة	47.45	56.92	19.95
	المجموعة التجريبية	47.77	65.43	26.99

من خلال متوسطات القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة يتبين أن نسبة تحسن في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة بنسبة تحسن (19.95%) تعزى لصالح البرنامج التدريبي الحر. ومن خلال متوسطات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية يتبين أن نسبة تحسن في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة بنسبة تحسن (26.99%) تعزى لصالح تطبيق المنهج التدريبي المقترح باستخدام تدريب المحاكاة. وهذه النسبة يمثلها الشكل البياني رقم (01).



الشكل (01) يبين نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

2-1-3- عرض نتائج الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

الجدول رقم (05) يبين دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة والتجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

مستوى الدلالة	قيمة الفروق	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		المقاييس الإحصائية	
			ع	س	ع	س	المتغير التقني (المهاري)	
0.05	0.00	5.53	0.57	13.25	0.50	13.69	المجموعة الضابطة	اختبار مداعبة الكرة
0.05	0.00	8.77	0.09	11.98	0.51	13.58	المجموعة التجريبية	من وضعية الحركة.

من خلال الجدول رقم (05) يتبين أن نتائج القياس القبلي لاختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة للمجموعة الضابطة في المتوسط الحسابي (13.69) والانحراف المعياري (0.50)، أما القياس البعدي في متغير المهارة التقنية فبلغ المتوسط الحسابي (13.25) وانحراف معياري (0.57)، وأن قيمة (ت) لعينتين مترابطتين بلغت (5.53) عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق (0.00) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة تعزى للمناهج التدريبية الحر.

ويتبين أيضاً أن نتائج القياس القبلي لاختبار قيادة الكرة ثم التمرير للمجموعة التجريبية بلغ بمتوسط الحسابي (13.58) وانحراف معياري (0.51)، أما القياس البعدي في متغير المهارة التقنية فبلغ المتوسط الحسابي (11.98) وانحراف معياري (0.09)، وأن قيمة (ت) لعينتين مترابطتين بلغت (8.77) عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق (0.00) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية تعزى لفاعلية المنهج التدريبي المقترح باستخدام تدريب المحاكاة.

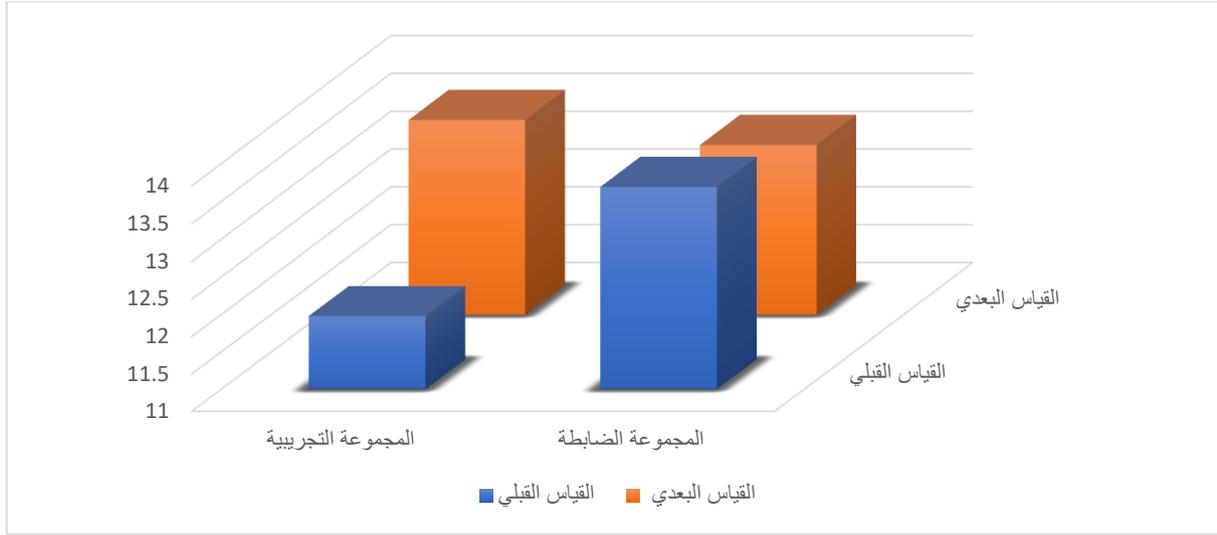
والجدول التالي يبين نسبة التحسن في الجانب المهاري بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بتدريب المحاكاة للمجموعة التجريبية، والبرنامج التدريبي الحر للمجموعة الضابطة:

الجدول رقم (06) يبين نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

المتغير المهاري	عينة الدراسة	المتوسط الحسابي للقياس القبلي	المتوسط الحسابي للقياس البعدي	نسبة التحسن %
اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة	المجموعة الضابطة	13.69	13.25	3.21
	المجموعة التجريبية	13.58	11.98	11.78

من خلال متوسطات القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة يتبين أن نسبة تحسن في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة بنسبة تحسن (3.21%) تعزى لصالح البرنامج التدريبي الحر

ومن خلال متوسطات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية يتبين أن نسبة تحسن في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة بنسبة تحسن (11.78%) تعزى لصالح تطبيق المنهج التدريبي المقترح باستخدام تدريب المحاكاة. وهذه النسبة يمثلها الشكل البياني رقم (02).



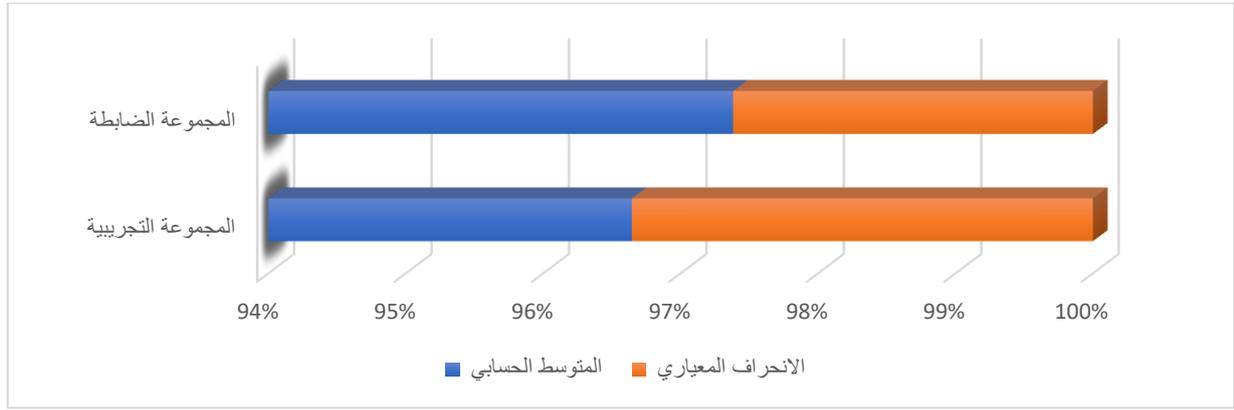
الشكل (02) يبين نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

3-1-3- عرض نتائج فروق القياس البعدي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

الجدول رقم (07) يبين دلالة الفروق في القياس البعدي لدى بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

مستوى الدلالة	قيمة الفروق	قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المقاييس الإحصائية المتغير المهاري
			ع	س	ع	س	
0.05	0.00	7.61	2.27	65.4	1.53	56.9	. اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

من خلال الجدول رقم (07) يتبين فروق القياسات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لاختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة، حيث بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي للمجموعة الضابطة (56.9) بانحراف معياري (1.53)، أما المجموعة التجريبية فقد بلغ المتوسط الحسابي (65.4) بانحراف معياري (2.27)، حيث بلغت قيمة (ت) لعينتين المستقلتين (7.61) بقيمة فروق معنوية (0.00) والتي هي أقل من مستوى الدلالة (0.05) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتوسط الحسابي الأكبر لصالح المجموعة التجريبية، وهذه الفروق في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة تعزى للبرنامج التدريبي المقترح من طرف الباحثان باستخدام تدريب المحاكاة؛ وهذا ما يمثلها الشكل البياني رقم (03).



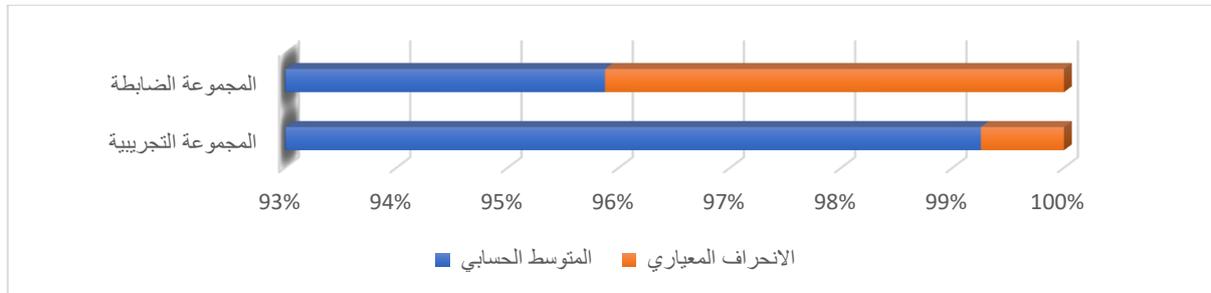
الشكل (03) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة.

3-1-4- عرض نتائج فروق القياس البعدي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

الجدول رقم (08) يبين دلالة الفروق في القياس البعدي لدى بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

مستوى الدلالة	قيمة الفروق	قيمة (ت)	المقاييس الإحصائية				المتغير المهاري
			المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		
			ع	س	ع	س	
0.05	0.00	5.32	0.09	11.98	0.57	13.25	. اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

من خلال الجدول رقم (08) يتبين فروق القياسات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لاختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة، حيث بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي للمجموعة الضابطة (13.25) بانحراف معياري (0.57)، أما المجموعة التجريبية فقد بلغ المتوسط الحسابي (11.98) بانحراف معياري (0.09)، حيث بلغت قيمة (ت) لعينتين المستقلتين (5.32) بقيمة فروق معنوية (0.00) والتي هي أقل من مستوى الدلالة (0.05) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتوسط الحسابي الأصغر لصالح المجموعة التجريبية، وهذه الفروق في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة تعزى للبرنامج التدريبي المقترح من طرف الباحثان باستخدام تدريب المحاكاة؛ وهذا ما يمثله الشكل البياني رقم (04).



الشكل (04) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة.

حيث من خلال نتائج الجداول رقم (03-05) تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قبلية وبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية (اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة - اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة) كانت قيم (ت) المحسوبة لعينتين مترابطتين (13.4 - 8.77) بقيم فروق (00.0 - 0.00) والتي هي اقل من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي فإن للتدريب بالمحاكاة ضمن برنامج تدريبي مقترح تأثير إيجابي على بعض الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم دون 19 سنة من خلال التحسن بين القياس القبلي والبعدي وهذا ما تمثله الجداول رقم (04 - 06).

وبأن التصميم التجريبي الذي اتبعه الباحثان في دراستهما الحالية والذي يضمن المجموعة التجريبية والضابطة، فبعد تبيان الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ودلالة الفروق لصالح القياس البعدي تعزى للبرنامج التدريبي المقترح، فقد تبين أن فروق الدلالة الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي في الاختبارات البدنية للمجموعة الضابطة كانت دالة تعزى لبرنامجهم التدريبي الحر والمعتاد، لذا فإن المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة يحدد ما إذا كان للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريب المحاكاة، حيث من خلال الجداول رقم (07-08) فقد بينت قيم (ت) لعينتين مستقلتين (7.61 - 5.32) بقيم فروق (00 - 00) والتي هي اقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات (اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة - اختبار مداعبة الكرة من وضعية الحركة) تعزى للبرنامج التدريبي المقترح، ومنه فإن الفرضية الدالة على أن للتدريب بالمحاكاة تأثير إيجابي على بعض الصفات التقنية لدى لاعبي كرة القدم دون 19 سنة، وبالتالي الفرضية الثانية محققة.

وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة دراسة (جبار، 2013) التي طبقت تمارين بأسلوب المحاكاة لتطوير مطاولة السرعة والسرعة اللحظية ومؤشر الكفاءة الوظيفية والإنجاز لراكضي 1500 م حيث استنتج الباحث أن أسلوب المحاكاة يعطي نتائج أفضل من الأسلوب التقليدي.

وتصنيف على ذلك دراسة (مرزوق، دواح، و بوشية، 2021) التي أشارت إلى وجود علاقة طردية إيجابية بين مستوى التصور العقلي البصري ومستوى مهارة اتخاذ القرار لدى لاعبي كرة الطائرة من خلال برنامج للتدريب العقلي البصري القائم على المحاكاة مبرمج ومنتظم قدم لأفراد العينة التجريبية من أجل تنمية قدرات التصور العقلي البصري والإلمام بجميع المعارف والخبرات التي تمكنهم من الاستعمال الجيد لمهارات التدريب العقلي تماشياً مع العملية التدريبية.

وطبيعة اللعب خلال مباريات كرة القدم بمواقفها المتغيرة والمتنوعة تفرض على اللاعبين استخدام أشكال مركبة وكثيرة للمهارات المختلفة منها (مهارات المركبة) أو المندمجة وهي تمثل شكل من البناء يتكون من عدة مهارات مترابطة (مندمجة) ويؤثر كل منها في الآخر تأثير متبادل، ولذلك يستوجب على المدرب إعداد وتجهيز لاعبيه لمواجهة تلك المواقف من خلال الارتقاء بمستوى الأداء المهاري طبقاً لشروط وظرف المباراة، حيث يعد امتلاك اللاعب للمهارات المنفردة وإتقانه لها (تمرير، استلام، مراوغة... إلخ) حيث كلما كان مستوى المهاري والبدني عالي للاعبين تكون شدة التمرين عالية ويمكن للمدرب استخدام تدريب المحاكاة، ليست بأهمية توافر القدرة لديه على أدائها بصورة مركبة (استلام ثم تمرير - استلام ثم جري ثم مراوغة ثم تمرير، استلام ثم مراوغة ثم تصويب.. إلخ) ودقيقة تتناسب مع طبيعة المواقف خلال المباراة، وامتلاك اللاعب لأشكال اختيار متنوعة من المهارات المندمجة بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها طبقاً للموقف اللعب ومن ثم زيادة قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط. (مسالي، 2014، صفحة 77)

وفي هذا الصدد يشير (الداود، 2011) أنه ينظر إلى كرة القدم ليس مجرد تدريب بدني مهاري أو رياضة يمارسها اللاعبون بتحريك أجزاء الجسم وتنشيط أجهزته، بل أصبحت جزءاً مهماً من تركيبة اللاعب وتعليمه عن طريق النشاط البدني والمهاري الهادف بإشراف مدربين ذوي كفاءة ومهارة عالية باستخدام أفضل الأساليب وطرق التدريب والتي تكون ملائمة

لظروف اللاعبين وخصائصهم الفسيولوجية والعقلية والنفسية لأن هذه المهارات تعتبر مهمة في إظهار جمال أداء اللاعب واللعبة، إن الألعاب الرياضية تتطلب من الفرد الذي يمارسها مواصفات في الأداء المهاري والتكتيكي.

#### 4. الاستنتاجات والاقتراحات:

##### 4-1- الاستنتاجات:

مما سبق عرضه وفي حدود المنهج المستخدم، والبرنامج المقترح، والعينة التي طبقت عليها الدراسة، أمكن التوصل إلى الاستنتاج التالي:

وجود فروق معنوية بين التمرينات التطبيقية باستخدام أسلوب تدريب المحاكاة في تحسين مهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة ومهارة مداعبة الكرة من وضعية الحركة لدى لاعبي مولودية البيض لكرة القدم فئة (U19) بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

##### 4-2- الاقتراحات:

لا بد من كل بحث أن يحتوي مجموعة من التوصيات التي تخدم العاملين وهي توجيهات لبحوث مشابهة أو لإجراء دراسات أخرى وفي حدود نتائج البحث والاستنتاجات التي وضعها الباحثان فإنهم يوصون بما يلي:

- إجراء بحوث ودراسات مشابهة على فئات وعينات مختلفة وعلى ألعاب وفعاليات أخرى كذلك.

- اعتماد استراتيجية المحاكاة التي استخدمه الباحثان في تعليم المهارات لما أظهرته من نتائج إيجابية في

#### 5. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

##### 5-1- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة باللغة العربية:

- الكتب:

1. أمل سويدان، و منى الجزار. (2007). استخدام تكنولوجيا في التربية الخاصة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
2. ثابت، ن. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية. الكويت: مكتبة الفلاح.
3. حماد مفتي إبراهيم. (2001). التدريب الرياضي الحديث. القاهرة: دار الفكر العربي.
4. تميم خالد الحاج. (2016). أساسيات التدريب الرياضي. الأردن: الجندارية للنشر والتوزيع.

- الأطروحات:

5. حسين عيد. (2012). الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين). الماجستير. كلية الدراسات العليا، نابلس: جامعة النجاح الوطنية.
6. سامية فارس الديك. (2010). أثر المحاكاة بالحاسوب على التحصيل الآني والمؤجل لطلبة الصف الحادي عشر العلمي واتجاهاتهم نحو وحدة الميكانيكا ومعلمها. رسالة الماجستير في المناهج وطرق التدريس. نابلس، كلية الدراسات العليا، فلسطين: جامعة النجاح الوطنية.
7. كاظم قصي جبار. (2013). تأثير التدريب بأسلوب المحاكاة لتطوير مطاولة السرعة والسرعة اللحظية ومؤشر الكفاءة الوظيفية والانجاز لراكضي 1500م. رسالة ماجستير في تدريس ساحة وميدان. التربية الرياضية.
8. لخضر مساليتي. (2014). توظيف برنامج تدريبي مقترح للتحضير البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة وأثرها على تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم. دكتوراه. معهد التربية البدنية والرياضية: جامعة الجزائر 3.

9. أحمد فتحي النجار. (2016). المحاكاة كأسلوب التدريب واكتساب الخبرات في المنظمات. *مجلة الأولولة الثقافية*.
10. الشيخ عراي، كمال بن الدين، و غانية خلول. (2021، 07 15). التدريب العقلي وانعكاسه على مستويات الحمل البدني من وجهة نظر لاعبي كرة القدم - U19 -. *مجلة التحدي*، 13 (02)، الصفحات 179 - 192.
11. جمال مرزوق، البشير دواح، و مصطفى بوشيبه. (2021، 07 15). دور توظيف تقنية المحاكاة (DMAX3) في تطوير مهارة اتخاذ القرار لدى لاعبي الكرة الطائرة. *مجلة التحدي*، 13 (2)، الصفحات 397 - 411.
12. حسان زمالي، و يزيد قلاتي. (2017، 06 15). أثر التدريب الذهني في تحسين دافعية الإنجاز لدى الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم بالبطولة الولائية - تبسة -. *مجلة التحدي*، 9 (2)، الصفحات 68 - 93.
13. راتب الداود. (2011). أثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم (14 - 16) سنة في نادي الحسين الرياضي. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)*، 25 (10).
14. شكري شاكر فالح، حسن عادل ناجي، و عبد الرزاق حيدر كاظم. (2022، 09). تأثير أسلوب التدريب المحاكاة على وفق مستوى الانجاز لتطوير تحمل الأداء المهاري الهجومي والدفاعي بكرة السلة للشباب. *مجلة علوم التربية الرياضية*.
15. عبد القادر برقوق، جمال تقيق، و قيس فضل. (2020، 10 08). التدريب في كرة القدم بين حتمية حمل التدريب المرتفع ومشكلة حامض اللاكتيك. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 12 (6)، الصفحات 479-488.
16. مصطفى ولد حمو، و سفيان نافع. (2012، 12 03). المواصفات البدنية والتقنية للاعبي كرة القدم ودورها في تشخيص الموهبة عند فئة أقل من 15 سنة. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، 1 (4)، الصفحات 241-260.
17. معمر لباد. (2014، 01 01). تأثير وحدات تدريبية على تعلم بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم. *المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية*، 13 (1)، الصفحات 146-173.
19. نايف الهام الراجحي. (2021). تدريب القيادات الأكاديمية باستخدام أسلوب المحاكاة لتفعيل الميزة التنافسية المستدامة بالجامعات السعودية " تصور مقترح ". *مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، 13 (4)، الصفحات 86 - 115.
20. نور الدين غانم، محمد أشرف رشا، و التوهامي حمداوي. (2019، 4 18). تأثير التدريب المدمج على تطوير صفة المداومة العامة وبعض المهارات التقنية لدى لاعبي كرة القدم دون 15 سنة. *مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة* (1)، الصفحات 70-92.
21. ياسين عباسي، و صبرية فراحتية. (2017، 12 01). أهم العوامل المؤثرة في تحقيق التفوق الرياضي في كرة القدم من وجهة نظر المختصين. *المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية*، 16 (2)، الصفحات 278-283.

## 2-5- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة باللغة الأجنبية:

1. Chernikova, O., Heitzmann, N., & Stadler, M. (2020). Simulation-Based Learning in Higher Education: A Meta-Analysis. *Review of Educational Research*, 90(4), pp. 499 - 541.
2. Li-We-Z. (1992). The Effects of mentals training on performance Enhancement Will 7-10 Years Old Children. *Journal Of sport psychology*.
3. Wildmen, J., & Piccola, R. (2009). Using Simulation-Based Training to Enhancem Management Education. *Academy of management learning & Education*, 8(4), pp. 559 - 573.
4. Xiong, J. (2012). The Functions and Methods of Mental Training on Competitive Sports. *Elsevier*, pp. 2012 - 2014.