

تأثير تمارينات التنفس على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمتعافين من فيروس كورونا (COVID-19).

* د.م.أ/محمد عودة خليل سالم

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير تمارينات التنفس على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمتعافين من فيروس كورونا (COVID-19) من خلال الأتي :

١. تأثير تمارينات التنفس على بعض المتغيرات الفسيولوجية للمتعافين من فيروس كورونا (COVID-19)

٢. تأثير تمارينات التنفس على بعض المتغيرات البدنية للمتعافين من فيروس كورونا (COVID-19)

وأستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطه وذلك لملائمته لطبيعة وأهداف البحث واشتملت العينة على عدد (٢٣) متعافي من الذكور منهم (٢٠) متعافي لعينة البحث الأساسية تم تقسيمهم إلى مجموعتين قوام كل منهما (١٠) متعافين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وبلغ حجم عينة البحث الإستطلاعية (٣) متعافين وكانت أهم النتائج :

١. عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابط في المتغيرات البدنية والفسيولوجية لصالح القياس البعدي
٢. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والفسيولوجية لصالح القياس للمجموعة التجريبية
٣. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية والفسيولوجية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

الكلمات المفتاحية : فيروس كورونا (COVID-19) - تمارينات التنفس

Effect of Breathing Exercises on Some Physiological and Physical Variables of Patient Recovery from Coronavirus (COVID-19)

*** Dr. / Mohamed Ouda Khalil Salem**

Abstract:

The main aims of the research is to identify effect of breathing exercises on some physiological and physical variables for patient recovery from Coronavirus (COVID-19) through the following:

١. The effect of breathing exercises on some physiological variables of patient recovery from Coronavirus (COVID-19)
٢. The effect of breathing exercises on some physical variables of those recovering from Coronavirus (COVID-19).

The researcher used the experimental method by using the experimental design of two groups, one experimental and the other control group, for its suitability to the nature and objectives of the study. A sample of patients (٣٣) recoveries, and the basic research sample were grouped from two groups of (١٠) patient for experimental group and (١٠) patient for control group. The size of the exploratory research sample was (٣) recoveries and the most important results were:

١. There are no significant differences between the pre and post measurements of the control group in the physical and physiological variables in favor of the post measurement
٢. There are significant differences between the pre and post measurements of the experimental group in the physical and physiological variables in favor of the measurement for the experimental group.
٣. There are significant differences between the two dimensional measurements of the experimental and control groups in some physical and physiological variables in favor of the dimensional measurement of the experimental group.

Keywords: Corona virus (COVID-19) - breathing exercises

(*) Assistant Professor, Department of Sports Health Sciences, Faculty of Physical Education for Boys, Benha University