



أثر جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة

The impact of the Corona pandemic on the level of sports performance of volleyball players

أيوب حسايني*1

1 جامعة ابراهيم سلطان شيبوط الجزائر 3, ayoub.haceini.mhs@hotmail.fr

ملخص:

تهدف هذه الدراسة الى معرفة تأثير جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة من خلال وجهة نظر المدربين، واشتملت عينة الدراسة على 102 مدرب لكرة الطائرة موزعين عبر كافة الولايات الجزائرية وتم اختيارهم بطريقة عمدية. انتهج الباحث المنهج الوصفي الذي يلائم طبيعة عنوان الدراسة، حيث استخدم استبيان يتكون من 24 سؤال ووزع على المدربين عن طريق البريد الالكتروني. تمت المعالجة الاحصائية عن طريق حساب النسب المئوية واختبار كاف تربيع (كا²). أظهرت نتائج الدراسة أن جائحة كورونا أثرت سلبا على مستوى الأداء الرياضي (البدني، التقني الخططي والنفسي) للاعبين كرة الطائرة وذلك راجع الى الانقطاع الطويل عن التدريب بسبب الحجر المنزلي الذي فرضته جائحة كورونا. من خلال مخرجات دراستنا هذه يظهر جليا أهمية عدم الانقطاع عن التدريب خاصة في فترة الحجر المنزلي، حيث يتوجب على المدربين وضع برنامج منزلي لكل اللاعبين للحفاظ على اللياقة البدنية أولا، والمستوى النفسي ثانيا، والمستوى التقني الخططي أخيرا.

كلمات مفتاحية: أداء رياضي – جائحة كورونا – كرة الطائرة

Abstract:

This study aims to know the impact of the Corona pandemic on the level of sports performance of volleyball players from the point of view of coaches, the study sample included 102 volleyball coaches distributed across all Algerian states and were chosen in a deliberate manner. We adopted the descriptive approach that suits the nature of this study, we used a questionnaire (24 questions) and distributed to the trainers via e-mail. Statistical processing was done by calculating the percentages and the K-squared test (K²). The results showed that the Corona pandemic negatively affected the level of sports performance for volleyball players, due to the long interruption of training due to the home quarantine imposed by the Corona pandemic. Especially during the period of home stone, where coaches must set a home program for all players to maintain physical fitness first, the psychological level second, and the technical and tactical level finally.

Keywords: sports performance ; Corona pandemic ; volleyball

* المؤلف المرسل

تسببت جائحة فيروس كورونا في أكبر اضطراب في التدريب الرياضي العالمي منذ الحرب العالمية الثانية وبدرجات متفاوتة، حيث تم الغاء أو تأجيل الأحداث الرياضية الوطنية والدولية، وكانت بداية ظهور حالات الإصابة بفيروس كورونا في الجزائر يوم 25 فيفري 2020، وقد دفع الانتشار السريع لهذا الفيروس الى صدور المرسوم التنفيذي رقم 20-69 المؤرخ في 26 رجب عام 1441 الموافق 21 مارس سنة 2020، يتعلق بتدابير الوقاية من انتشار وباء فيروس كورونا (كوفيد-19) ومكافحته (الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، مارس 2020)، الذي احتوى في مضمونه تفعيل الحجر المنزلي الذي توسعت مدته مع مرور الزمن، كما أن تطبيق البروتوكول الصحي ومن ضمنه توقيف جميع الأنشطة الجماعية وخاصة الرياضية أدى الى وقف التدريبات والمنافسات على كل الأصعدة ما زعزع الترتيبات التي وضعها المدربين في برنامجهم السنوي نظرا للوقت القصير وعدم استعداد المدربين لهذا التحول المفاجئ، حيث كان غلق القاعات الرياضية والحجر المنزلي فرضا واجباريا من طرف الحكومة استلزم لجوء الرياضيين الى بيوتهم خوفا من الإصابة بفيروس كورونا، لكن التوقف عن التدريب مهما كانت مدته يؤثر بلا ريب على فاعلية الأداء الرياضي لدى اللاعبين، فقد أظهرت دراسة عويسى (2021) أن جائحة كورونا قد أثرت على مؤشر الكتلة الجسمية والذي يعد أحد المعايير الأساسية في اللياقة البدنية للرياضي، اضافة الى التوتر النفسي الكبير الذي صاحب ظهور هذه الجائحة، فقد كان الجميع يتتبع زيادة عدد الاصابات والوفيات يوما بيوم (جلولي وسنوسي، 2020)، كما أن انخفاض أو انعدام عدد الحصص التدريبية سيؤثر على المستوى التقني الخططي خاصة في الرياضات الجماعية مع طول فترة التوقف عن التدريب الجماعي والذي جعل الكثير من الرياضيين يتدربون بشكل عشوائي في بيوتهم (الحوتري، 2012).

كما هذا يجعلنا نتساءل حول وضعية الرياضيين البدنية، التقنية الخططية وال نفسية من خلال نظرة المدربين وما أعده من تغييرات عقب الحجر المنزلي المفروض، وقد اخترنا في دراستنا هذه توضيح الضرر الذي تنج عن جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة بالجزائر وذلك من خلال البحث في النقاط التالية:

- تأثير جائحة كورونا على مستوى اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة الطائرة بالجزائر.
- تأثير جائحة كورونا على المستوى التقني الخططي لدى لاعبي كرة الطائرة بالجزائر.
- تأثير جائحة كورونا على المهارات النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة بالجزائر.

2- طريقة وأدوات الدراسة:

1-2- عينة الدراسة: شملت عينة بحثنا بعض من مدربي كرة الطائرة بالجزائر، والبالغ عددهم 102 مدربا تم اختيارها بطريقة عمدية لسهولة الاتصال بهم واستجابتهم للمشاركة في الدراسة هذه من أصل 190 مدربا أرسلت اليه دعوة للمشاركة.

2-2- اجراءات الدراسة:

المنهج المتبع: اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الوقائع والظواهر كما توجد في الواقع (بوحوش و الذنبيات، 1999، 119). حيث تمت الدراسة استطلاعية على (3) مدربين من فريق الجيل الصاعد لأولاد عدوان لكرة الطائرة.

متغيرات البحث: وفي دراستنا هاته المتغيرات هي:

✓ المتغير المستقل: جائحة كورونا. ✓ المتغير التابع: الأداء الرياضي.

أدوات جمع البيانات: اعتمدنا في دراستنا هذه على الاستبيان المغلق و ذلك بتحديد الإجابات للمجيب على أن يختار واحدة من الإجابات المقترحة، تكون الاستبيان من 21 سؤال مقسم على 3 محاور بالإضافة الى 3 أسئلة عامة، حيث تم توزيع

الاستبيان عن طريق البريد الإلكتروني وتم استعادته كذلك بنفس الطريقة وذلك نظرا لإجراءات الحجر المنزلي جراء جائحة كورونا.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

- أ- صدق الاختبار: وتحريا لدقة وصدق وموضوعية الاستبيان، قمنا بعملية التحكيم من طرف أساتذة مختصين، حيث عرضنا الاستبيان على (4) محكمين من أساتذة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف 2، وهم عبارة عن دكاترة يشهد لهم مستواهم العلمي وتجربتهم الميدانية، وبعد التحكيم تم الوقوف على بعض النقاط التالية أهمها:
- إضافة وحذف بعض الأسئلة.
 - إعادة صياغة وتعديل بعض الأسئلة الغامضة والتي تحمل عدة تأويلات.
- ب- ثبات الاختبار: للتأكد من ثبات الاستبيان الموجه للمدربين، قمنا بحساب معامل ألفا كرونباخ لقياس درجة ثبات الاستبيان والتي كانت قيمته تساوي (0.874) وهو معامل ثبات عال، وبالتالي يمكن القول إن الاستبيان يتميز بثبات مرتفع.

ج- الصدق الذاتي: للتأكد من صدق الاستبيان قمنا بحساب معامل الصدق الذاتي والذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات، حيث بلغت قيمة الصدق الذاتي (0.93)، وهو ما يؤكد ارتفاع قيمة الصدق الذاتي للاستبيان.

2-3- الأساليب الإحصائية المستعملة: إن هدف الدراسة الإحصائية هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات دلالة تساعدنا على مدى صحة الفرضيات والمعادلات الإحصائية المستعملة هي:

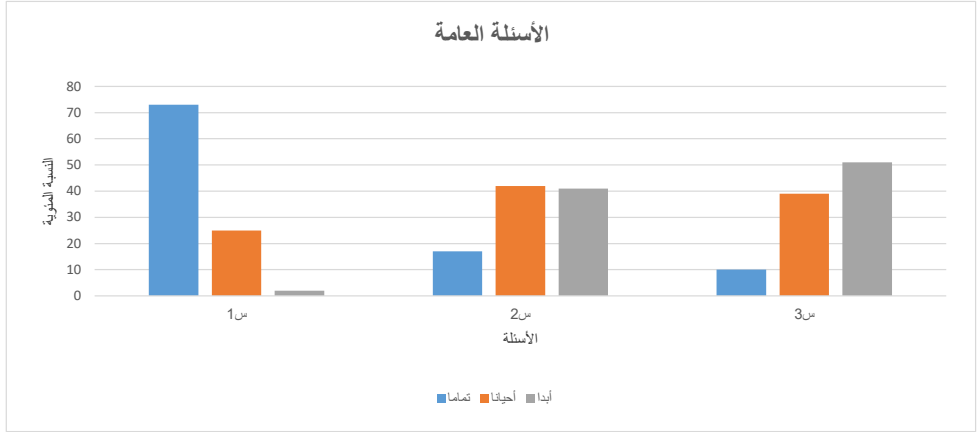
- النسب المئوية.
- الاستعانة بنظام الحزم الإحصائية SPSS21: التي هي أحد أهم وأشهر حزم البرامج الجاهزة في مجال المعالجة الإحصائية للبيانات، حيث قمنا باستخدام الأدوات الإحصائية التالية:
 - ألفا كرونباخ لمعرفة معامل ثبات الاستبيان.
 - اختبار كاف تربيع (ك²) لتحليل نتائج الدراسة.

3- نتائج الدراسة:

الجدول رقم 1 يبين قيم كاف التربيع والنسب المئوية للأسئلة العامة

السؤال	النسبة المئوية (%)			كاف التربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	أبدا	أحيانا	تماما				
س1	2	25	73	77.706	2	0.000	دال
س2	41	42	17	12.765	2	0.002	دال
س3	51	39	10	27.529	2	0.000	دال

أثر جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة



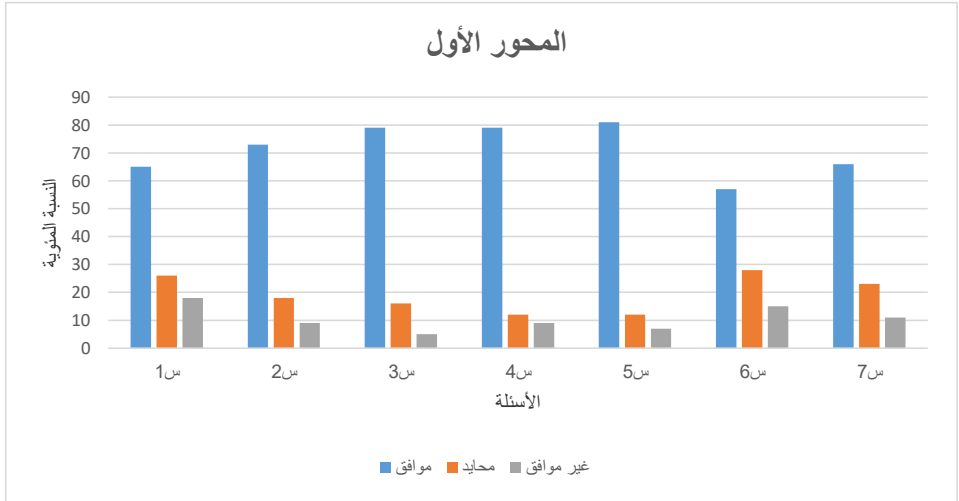
الشكل رقم 1 يبين قيم النسب المئوية للأسئلة العامة

من خلال عرض نتائج نتائج الجدول والشكل السابقين الخاصين بالأسئلة العامة للاستبيان نلاحظ أن الانقطاع التام عن التدريب في فترة كورونا كان كبيرا جدا (73%) بالنسبة لعينة البحث، مقارنة مع (25%) قاموا بتدريبات متقطعة، بينما (2%) لم يتوقفوا عن التدريب. كذلك نلاحظ أن قلة من المدربين أعطوا برنامجا تدريبيا لكل لاعبيهم (17%)، و(42%) أعطوه لبعض اللاعبين فقط، و (41%) لم يعطوا برنامجا تدريبيا لأي لاعب في الفريق. كما نلاحظ أيضا أن غالب المدربين الذين اعطوا برامج تدريبية لبعض اللاعبين أو كلهم أكدوا عدم تطبيق ذلك البرنامج من طرف اللاعبين (51%)، بينما (39%) أكدوا تطبيقا جزئيا لبرامجهم التدريبية المقدمة للاعبين، و (10%) فقط من قاموا بالتطبيق الكلي للبرنامج التدريبي المقدم لهم.

اذن يتبين لنا مما سبق أن جائحة كورونا أدت إلى التوقف الكلي عن التدريب للكثير من لاعبي كرة الطائرة (عينة البحث)، كما أن نسبة المدربين الذين فكروا في وضع برنامج تدريبي منزلي للاعبين قصد تطبيقه في فترة الكورونا بشكل فردي كان قليلا جدا، ناهيك عن انعدام تطبيق هذا البرنامج من طرف جل اللاعبين وذلك قد يعود لأسباب عدة لم يتطرق إليها بحثنا هذا.

الجدول رقم 2: يبين قيم كاف تربيع ونسب المنوية لأسئلة المحور الأول

السؤال	النسبة المنوية (%)			كاف التربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	موافق	محايد	غير موافق				
س1	56	26	18	24.529	2	0.000	دال
س2	73	18	9	71.529	2	0.000	دال
س3	79	16	5	90.29	2	0.000	دال
س4	79	12	9	97.588	2	0.000	دال
س5	81	12	7	106.294	2	0.000	دال
س6	57	28	15	28.294	2	0.000	دال
س7	66	23	11	49.824	2	0.000	دال



الشكل رقم 2 قيم النسب المنوية لأسئلة المحور الأول

من خلال نتائج الجدول والشكل السابقين الخاصين بالفرضية الأولى يمكننا ان نلاحظ أن نسبة المدربين الذين أكدوا ملاحظتهم لمشكلة الضمور العضلي بعد العودة للتدريب الجماعي جراء الانقطاع الذي فرضته جائحة كورونا كان (56%)، بينما نسبة (26%) الذين أكدوا تباين هذا الأمر من لاعب لآخر، و (18%) من المدربين أكدوا عدم حدوث ذلك، والجدير بالذكر ان كل لاعبي هذه الفئة الأخيرة كانوا ممن حصلوا على برنامج تدريبي وطبقوه جزئيا أو كليا. كما نلاحظ أن (73%) من المدربين أكدوا على زيادة وزن كل لاعبيهم خلال هذه الفترة مقارنة مع (18%) الذين أوضحوا اتخافا بين اللاعبين في ذلك، و(9%) فقط الذين لم يلاحظوا زيادة وزن عند أي لاعب. كما نلاحظ أن (79%) من المدربين أوضحوا وجود تراجع في مستوى المرونة المفصليّة لدى كل لاعبيهم، و (16%) لدى بعضهم، و(5%) لم يلاحظوا ذلك. كما نلاحظ أن (79%) من المدربين أكدوا انخفاض مستوى القوة العضلية لدى كل لاعبيهم، و(12%) لدى بعضهم فقط، و(9%) لم يلاحظوا هذا

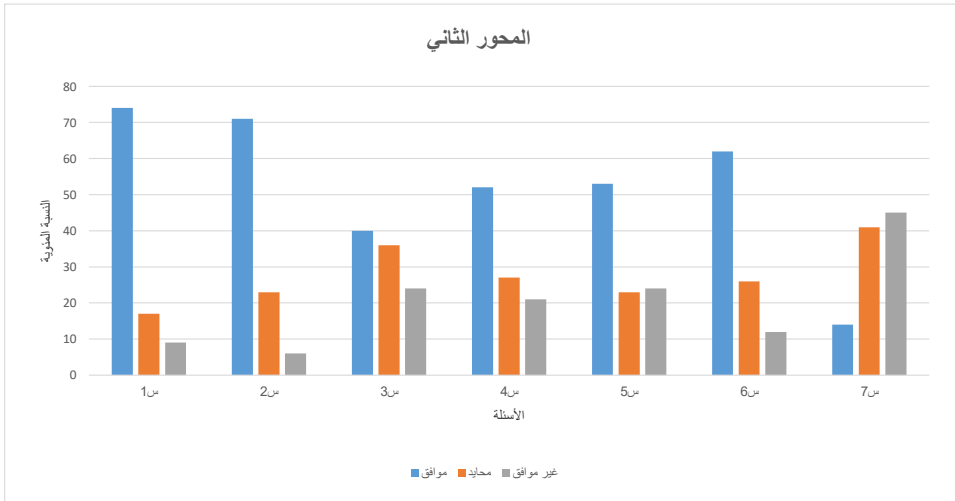
أثر جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة

الانخفاض لدى أي لاعب. كما نلاحظ أن (81%) من المدربين أوضحوا أن كل لاعبينهم تدنى مستواهم في التحمل العضلي، و(12%) لدى بعض لاعبيهم فقط، بينما (7%) أكدوا عدم وجود أية انخفاض. كما نلاحظ أيضا أن (57%) من المدربين أكدوا انخفاض في القوة الانفجارية لدى كل اللاعبين، و(28%) أكدوا ذلك عند بعض اللاعبين فقط، بينما (15%) أكدوا انعدام حدوث ذلك لأي لاعب. كذلك نلاحظ أن (66%) من المدربين أشاروا إلى انخفاض مستوى السرعة الانتقالية لدى كل اللاعبين، مقارنة ب (23%) عند بعض اللاعبين فقط، و (11%) لم يلاحظوا انخفاضها.

مما سبق يمكننا التأكيد على انخفاض المستوى البدني لدى العديد من لاعبي كرة الطائرة (عينة البحث) خلال فترة جائحة كورونا، كما تؤكد ذلك قيمة مستوى الدلالة (> 0.05)، وهذا ما سيؤثر على مواصلة التدريبات والمنافسات إضافة إلى زيادة احتمالية الإصابات الرياضية.

الجدول رقم 3: يبين قيم كاف تربيع ونسب المئوية لأسئلة المحور الثاني

السؤال	النسبة المئوية (%)			كاف التربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	موافق	محايد	غير موافق				
س1	74	17	9	74.882	2	0.000	دال
س2	71	23	6	67.471	2	0.000	دال
س3	40	36	24	4.647	2	0.098	-
س4	52	27	21	16.647	2	0.000	دال
س5	53	23	24	17.706	2	0.000	دال
س6	62	26	12	40.412	2	0.000	دال
س7	45	41	14	17.882	2	0.000	دال



الشكل رقم 3 قيم النسب المئوية لأسئلة المحور الثاني

من خلال نتائج الجدول والشكل السابقين الخاصين بالفرضية الثانية يمكننا ان نلاحظ أن نسبة المدربين الذين أكدوا ملاحظتهم انخفاضاً في مستوى الرشاقة لدى كل اللاعبين كان (74%)، بينما نسبة (17%) الذين أكدوا تباين هذا

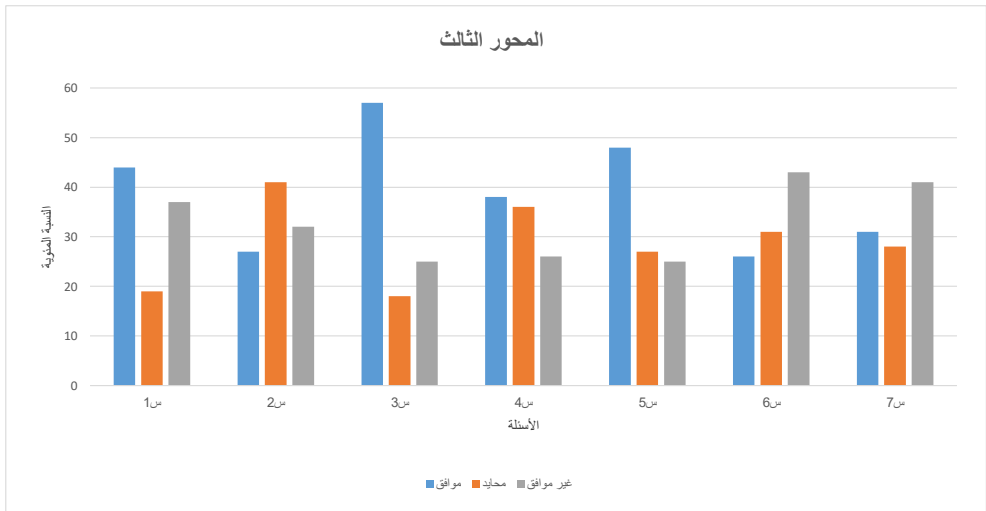
أيوب حسايبي

الأمر من لاعب لأخر، و (9%) من المدربين أكدوا عدم حدوث ذلك، كما نلاحظ أن (71%) من المدربين أكدوا على انخفاض سرعة الاستجابة لدى كل لاعبيهم خلال هذه الفترة مقارنة مع (23%) الذين أوضحوا اتخفافا بين اللاعبين في ذلك، و(6%) فقط الذين لم يلاحظوا زيادة وزن عند أي لاعب. كما نلاحظ أن (40%) من المدربين أوضحوا وجود صعوبات في التنسيق البصري الحركي لدى كل لاعبيهم، و (36%) لدى بعضهم، و(24%) لم يلاحظوا ذلك. كما نلاحظ أن (52%) من المدربين أكدوا انخفاض مستوى التوازن الثابت لدى كل لاعبيهم، و(27%) لدى بعضهم فقط، و(21%) لم يلاحظوا هذا الانخفاض لدى أي لاعب. كما نلاحظ أن (53%) من المدربين أوضحوا أن كل لاعبيهم تدنى مستواهم في التنسيق الحركي لأعضاء الجسم، و(23%) لدى بعض لاعبيهم فقط، بينما (24%) أكدوا عدم وجود أية انخفاض. كما نلاحظ أيضا أن (62%) من المدربين أكدوا انخفاض الانسجام الخططي لدى كل اللاعبين، و(26%) أكدوا ذلك عند بعض اللاعبين فقط، بينما (12%) أكدوا انعدام حدوث ذلك لأي لاعب. كذلك نلاحظ أن (45%) من المدربين أشاروا الى وجود صعوبة في التأقلم مع خطة لعب المنافس لدى كل اللاعبين، مقارنة ب (41%) عند بعض اللاعبين فقط، و (14%) لم يلاحظوا انخفاضها.

مما سبق يمكننا التأكيد على انخفاض المستوى التقني الخططي لدى العديد من لاعبي كرة الطائرة (عينة البحث) خلال فترة جائحة كورونا، عدا التنسيق البصري الحركي الذي وجدناه غير دال حسب اختبار كاف التربيع، هذا ما يؤثر على مستوى اللاعبين في المنافسات والذي سيؤهل حتما الى الحصول على نتائج سلبية قد تؤثر على مصير الفريق في البطولة.

الجدول رقم 4: بين قيم كاف تربيع ونسب المئوية لأسئلة الاستبيان الخاصة بالفرضية الثالثة

السؤال	النسبة المئوية (%)			كاف التربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	موافق	محايد	غير موافق				
س1	44	19	37	10.647	2	0.005	دال
س2	27	41	32	3.353	2	0.187	دال
س3	57	18	25	26.353	2	0.000	دال
س4	38	36	26	2.882	2	0.237	-
س5	48	27	25	10.059	2	0.007	دال
س6	26	31	43	4.941	2	0.085	-
س7	31	28	41	3.059	2	0.217	-



الشكل رقم 4 يبين قيم النسب المئوية لأسئلة المحور الثالث

من خلال نتائج الجدول والشكل السابقين الخاصين بالفرضية الثالثة يمكننا ان نلاحظ أن نسبة المدربين الذين أكدوا ملاحظتهم انخفاضاً في مستوى الانتباه لدى كل اللاعبين كان (44%)، بينما نسبة (19%) الذين أكدوا تباين هذا الأمر من لاعب لآخر، و (37%) من المدربين أكدوا عدم حدوث ذلك. كما نلاحظ أن (27%) من المدربين أكدوا على صعوبة لتذكر إرشادات المدرب لدى كل لاعبيهم خلال هذه الفترة مقارنة مع (41%) الذين أوضحوا اتخافاً بين اللاعبين في ذلك، و(32%) فقط الذين لم يلاحظوا زيادة وزن عند أي لاعب. كما نلاحظ أن (57%) من المدربين أوضحوا لدى زيادة مستوى التوتر النفسي أثناء اللعب لدى كل لاعبيهم، و (18%) بعضهم، و(25%) لم يلاحظوا ذلك. كما نلاحظ أن (38%) من المدربين أكدوا انخفاض مستوى الإدراك البصري للمؤثرات الخارجية لدى كل لاعبيهم، و(36%) لدى بعضهم فقط، و(26%) لم يلاحظوا هذا الانخفاض لدى أي لاعب. كما نلاحظ أن (48%) من المدربين أوضحوا أن كل لاعبيهم تدنى مستواهم في الإدراك الذاتي للجسم، و(27%) لدى بعض لاعبيهم فقط، بينما (25%) أكدوا عدم وجود أية انخفاض. كما نلاحظ أيضاً أن (26%) من المدربين أكدوا انخفاض ثقة بالنفس لدى كل اللاعبين، و(31%) أكدوا ذلك عند بعض اللاعبين فقط، بينما (43%) أكدوا انعدام حدوث ذلك لأي لاعب. كذلك نلاحظ أن (31%) من المدربين أشاروا الى وجود صعوبة في استرجاع الإرادة والعزيمة لدى كل اللاعبين، مقارنة ب (28%) عند بعض اللاعبين فقط، و (41%) لم يلاحظوا انخفاضها.

مما سبق يمكننا التأكيد على انخفاض المستوى النفسي عند اللاعبين، عدا مستوى الإدراك البصري، الثقة بالنفس واسترجاع الإرادة والعزيمة والذي أكد اختبار كاف الترتيب على عدم وجود دلالة احصائية لذلك، غير أن تواجد الدلالة الاحصائية على انخفاض (4) مهارات نفسية من أصل (7) مهارات نفسية قيد البحث يؤكد خطورة الأثر الذي نتج من خلال فترة جائحة كورونا والتي يؤثر حتماً على مردودية اللاعب أثناء المنافسة وانسجام الفريق في اللعب الجماعي.

4- مناقشة الفرضيات:

من خلال الأسئلة التي وجهناها للمدربين والاجابات المعبر عليها من طرفهم حول رأيهم في الفرضية الأولى التي افترضناها في بحثنا والتي تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان حيث نجد ان اغلبية المدربين كانت نتائج اجابهم تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، والمتمثلة في الأجوبة المبينة في الجدول رقم 3، وهذا ما تم التوصل اليه في دراسة حميرط و مفاق (2020)، فقد أكد الباحثان أن جائحة كورونا أثرت سلباً على المستوى البدني لدى لاعبي كرة الطائرة بالجزائر. حيث أكد العديد من المدربين تراجع المستوى البدني للاعبين أدى الى انخفاض الفاعلية التقنية للهجوم خاصة فمثلا الضربة الساحقة تحتاج الى مستوى عال من القوة الانفجارية والمرونة (مخلوف ومنصوري، 2021) لذا فان نقص مستواها سيظهر حتماً في ضعف هذه التقنية الهجومية.

من خلال الأسئلة التي وجهناها للمدربين والاجابات المعبر عليها من طرفهم حول رأيهم في الفرضية الثانية التي افترضناها في بحثنا والتي تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان حيث نجد ان اغلبية المدربين كانت نتائج اجابهم تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، والمتمثلة في الأجوبة المبينة في الجدول رقم 4، وقد وافقت هذه النتائج نتائج دراسة بوحال (2019)، والتي أوضحت الأثر السلبي لجائحة كورونا على الجانب التقني الخططي لدى لاعبي كرة الطائرة بالجزائر. وقد أوضحت دراسة (Scharhag & Meyer, 2014) أن اللاعبين المصابين بفيروس تنفسي يحساجون الى يومين أو ثلاثة بعد التعافي من الاصابة للعودة الى التدريب لكن بشرط أن يكون منخفض الشدة وذلك حتماً يبعدهم عن مستوى المنافسة والذي بدوره يخفض من قدرتهم التقنية الخطئية بلارِب.

من خلال الأسئلة التي وجهناها للمدربين والاجابات المعبر عليها من طرفهم حول رأيهم في الفرضية الثالثة التي افترضناها في بحثنا والتي تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان حيث نجد ان اغلبية المدربين كانت نتائج اجابهم

أيوب حسايني

تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، والمتمثلة في الأجوبة المبينة في الجدول رقم 5، وهو نفس ما توصلت اليه دراسة ترتيبي، سفايري و فاسيليكي (2020)، حيث أوضحت انخفاض المستوى النفسي لدى اللاعبين من جراء جائحة كورونا. كما أوضح عدة باحثين أن جائحة الكوفيد 19 لم تؤثر على الجانب النفسي للمصابين فقط بل حتى الأشخاص الذين لم يصابوا به قد تأثروا نفسياً من جراء الجائحة (بن سايج، 2021؛ كسوري وطلحي، 2021).

استنادا على النتائج المتوصل إليها، نستنتج ان جائحة كورونا أثرت سلبا على مستوى الأداء الرياضي وذلك من خلال الانقطاع عن التدريب لفترة طويلة بسبب الحجر المنزلي الذي فرضته الجائحة، اضافة عدم تطبيق البرنامج المنزلي الفردي من طرف اللاعبين، لذا ينصح المدربين بوضع برامج تدريبية خاصة للاعبينهم خلال فترة الحجر المنزلي خصوصا مع استمرار تذبذب فتح القاعات الرياضية للتدريب، هذا البرنامج سيحافظ على الأقل على نسبة معتبرة من اللياقة البدنية، المهارات النفسية وكذا الجانب التقني الخططي بدرجة أقل بلا ريب.

ومن هنا نصل الى التفكير في أساليب لتأكيد تطبيق الرياضيين لهذا البرنامج التدريبي، حيث تظهر أهمية وسائل تكنولوجيا الاتصال والتي ستلعب دورا كبيرا في استمرارية التدريب الرياضي الجاد والحازم للاعبين الذين سيقون تحت مراقبة الطاقم الفني مباشرة.

Bouhal, F., (2019). La réathlitisisation du sportif bléssé. Revue des sciences de sport et entrainement. 3(5). 171-177.

Fleck, S. J. (1994). Detraining: its effect on endurance strength. Strength Condi. Sport Science Technology Division U.S. Olympic Committee.

Matveev, L.B. (1998). Ot teorii sportivnoi trenirovki kobzsei teorii sporta. Teoriya I praktika fisicheskoi kulturi: 5(5), 5-8.

Mujika, I. & Padilla S. (2002). Detraining: Loss of training-induced physiological and performance adaptations. Part II. Sports Med, 30:145-154.

Mujika, I. (2000). Dtraining: loss of training-Induced part I short trem insufficient training stimulut. Sport Med.

Scharhag, J. & Meyer, T. (2014). Return to play after acute infectious disease in football players. Sports Sci. 32(32). 1237–1242.

أحمد أمين فوزي، (2003). مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، مصر.
بن سايح سمير، (2021). قلق المستقبل لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في ظل جائحة كوفيد 19. مجلة المنظومة الرياضية. 8(3). 538-524.
ترتبي نيكي، سفايري اليبي وكافالا فاسيليكي، (2020). مدونة الرياضة الطبية واللياقة الفيزيائية، جامعة واسط اتيكا، اليونان.

جابر عبد الحميد إبراهيم، (1984). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية، مصر.
الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، العدد 15، السنة السابعة والخمسون، 26 رجب عام 1441هـ الموافق 21 مارس 2020م، 6-7.

جلولي زينب وسنوسي بومدين، (2020). الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد-19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، مجلة التمكين الاجتماعي، 2(2). 80-65.

حسن أحمد الشافعي و سوزان احمد علي مرسى، (1999). مبادئ البحث العلمي، منشأة المعارف، مصر.
حسن السيد ابو عبده، (2001). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ط1، الاشعاع الفنية، مصر.
حمدي رجب عطية، (2002). الأصول المنهجية لاعداد البحوث والرسائل الجامعية، دار النهضة العربية
حمريط سامي و كمال مقاق. (2020). أثر الانقطاع عن التدريب الرياضي أثناء المرحلة الانتقالية على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي كرة القدم أكابر. مجلة الابداع الرياضي. 11(1). 56-37.

الحوتري علاء الدين أحمد محمود، (2012). بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنتروبومترية واللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم في فلسطين، أطروحة ماجستير، فلسطين.

رشيد ذرواتي، (2002). تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط 1، الجزائر.

أثر جائحة كورونا على مستوى الأداء الرياضي للاعب كرة الطائرة

- رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق، (1997). كرة القدم، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، الجزائر.
- عمار بوحوش ومحمد محمود الذنبيات، (1999). مناهج البحث وطرق اعداد البحوث، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر.
- عويسي أحمد، (2021). انخفاض مستوى النشاط البدني وأثره على مؤشر الكتلة الجسمية في ظل جائحة كورونا لدى المراهقين، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، 18 (1 مكرر 2)، 298-284.
- كسوري أسامة وطلحي ايمان، (2021). كيف يساعد النشاط البدني في الحفاظ على الصحة النفسية خلال جائحة كوفيد 19. مجلة المنظومة الرياضية. 8(1). 129-119.
- كمال جميل الرضي، (2004). التدريب الرياضي للقرن 21، ط2، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن.
- محمد حسن علاوي، (1968). علم النفس في التدريب الرياضي، دار المعارف، مصر.
- محمد لطفي السيد ومصطفى الفاتح، (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب، ط2، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر.
- مخلوف حسناء و منصور نبيل، (2021). أهم المتطلبات المورفولوجية والبدنية لمهارة الضربة الساحقة في كرة الطائرة من وجهة نظر المدربين. مجلة المنظومة الرياضية. 8(3). 181-169.
- ملحم عايد فضل، (1999). الطب الرياضي والفسولوجي: قضايا ومشكلات معاصرة، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.
- نزار مجيد طالب وكمال الويس، (1980). علم النفس الرياضي، ط1، كلية الرياضة، العراق.