

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	جدول
	المتوسط الحسابي - الوسيط - الإحتراف العياري ومعامل	(٣-١)
٨٨	الإلتواء لمتغيرات الطول - الوزن والسن.....	
٩٧	درجات الانحناء الجانبي وفقا لتقسيم جامبور تسييف .....	(٣-٢)
	درجات الانحناءات الطبيعية والغير طبيعية للعمود الفقري	(٣-٣)
٩٧	طبقا لتقسيم جامبور تسييف بواسطة الجينوميتر .....	
١٠٢	التخطيط الكلي للبرنامج العلاجي .....	(٣-٤)
١٠٢	توزيع الحمل خلال البرنامج .....	(٣-٥)
١٠٣	تقسيم البرنامج وفقا لشدة الأحمال التدريبية.....	(٣-٦)
١٠٣	توزيع الأحمال على مدار البرنامج أسبوعيا .....	(٣-٧)
	توزيع الأحمال على مدار أيام الأسبوع التدريبي ذو الحمل	(٣-٨)
١٠٤	المتوسط .....	
	توزيع الأحمال على مدار أيام الأسبوع التدريبي ذو الحمل	(٣-٩)
١٠٤	العالى .....	
١٠٥	توزيع الأحمال على مدار أيام الأسبوع ذو الحمل الأقصى ...	(٣-١٠)
	توزيع زمن الوحدة على أجزائها خلال درجات الأحمال	(٣-١١)
١٠٥	المختلفة .....	
١٠٦	توزيع حمل التدريب في الأسبوع ذو الحمل المتوسط .....	(٣-١٢)
١٠٦	توزيع حمل التدريب في الأسبوع ذو الحمل العالى .....	(٣-١٣)
١٠٧	توزيع حمل التدريب في الأسبوع ذو الحمل الأقصى .....	(٣-١٤)
	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بالتفقر	(٤-١)
١١١	العنقى والوضع الطبيعي .....	
	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بإستدارة	(٤-٢)
١١٢	الظهر والوضع الطبيعي.....	
	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بالتفقر	(٤-٣)
١١٣	القطنى والوضع الطبيعي.....	

رقم الصفحة	عنوان الجدول	جدول
١١٤	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدى للمصابين بالإتحناء الجانبي والوضع الطبيعي .....	(٤-٤)
١١٥	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدى للمصابين بميل الحوض والوضع الطبيعي .....	(٤-٥)
١١٦	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدى للمصابين بعدم إتزان الجسم والوضع الطبيعي .....	(٤-٦)
١١٧	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدرجة سمك ثنايا الجلد ونسبة التغير .....	(٤-٧)
١١٨	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدرجة مرونة العمود الفقري ونسبة التغير .....	(٤-٨)
١١٩	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدرجة قوة عضلات الظهر ونسبة التغير .....	(٤-٩)

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	شكل
١٨	أسباب الاعاقة .....	(٢-١)
٢٢	حالات البتر للطرف السفلى فوق وتحت الركبة فى طرف واحد	(٢-٢)
٣٢	جسم الإنسان فى حالة القوام الممتاز حتى القوام الرديء .....	(٢-٣)
٣٧	وضع العمود الفقرى بالنسبة للجسم والهيكل العظمى من الإمام والخلف .....	(٢-٤)
٣٨	منظر جانبى للعمود الفقرى والانحناءات العمود الفقرى من الجانب والخلف .....	(٢-٥)
٣٩	بروز الغضروف بين الفقرات .....	(٢-٦)
٤٢	حركة وميكانيكية العمود الفقرى .....	(٢-٧)
٤٥	عضلات الظهر السطحية والخلفية .....	(٢-٨)
٤٧	بعض الانحرافات القوامية والانحناء الجانبى .....	(٢-٩)
٤٨	زيادة استدارة الظهر والقوام المعتدل و زيادة التجويف القطنى - وزيادة الانحناء الجانبى .....	(٢-١٠)
٥٢	درجات الانحناء الجانبى ووضع الهيكل العظمى فى حالة الانحناء الجانبى .....	(٢-١١)
٥٣	أشكال الانحناء الجانبى المركب والبسيط .....	(٢-١٢)
٥٤	الانحناء الجانبى جهة اليسار .....	(٢-١٣)
١١١	النسبة المئوية بين القياس القبلى والبعدى للمصابين بالتقعر العنقى والوضع الطبيعى .....	(٤-١)

رقم الصفحة	عنوان الشكل	شكل
١١٢	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بإستدارة الظهر والوضع الطبيعي .....	(٤-٢)
١١٣	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بالتقعر القطني والوضع الطبيعي .....	(٤-٣)
١١٤	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بالإتحناء الجانبي والوضع الطبيعي .....	(٤-٤)
١١٥	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بميل الحوض والوضع الطبيعي .....	(٤-٥)
١١٦	النسبة المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمصابين بعدم إتزان الجسم والوضع الطبيعي .....	(٤-٦)
١١٧	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدرجة مرونة العمود الفقري ونسبة التغير .....	(٤-٧)
١١٨	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدرجة قوة عضلات الظهر ونسبة التغير .....	(٤-٨)
١١٩	دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدرجة الإجابات الصحيحة فى البرنامج الصحى ونسبة التغير .....	(٤-٩)