

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	تأثير الملوثات من السيارات على الصحة.	٢٥
٢	العوامل التي تزيد نسبة حدوث مرض الانسداد الرئوي المزمن.	٤٩
٣	توصيف عينة البحث.	٧٥
٤	تحديد محتوى بيان البرنامج التدريبي لمجموعة البحث.	٧٨
٥	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والتتبعي الأول للمتغيرات الفسيولوجية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني .	٨٨
٦	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والتتبعي الثاني للمتغيرات الفسيولوجية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني .	٨٩
٧	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى فى المتغيرات الفسيولوجية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني .	٩٠
٨	تحليل التباين بين القياسات الأربعة (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدى) فى المتغيرات الفسيولوجية .	٩١
٩	معاملات الارتباط بين القياس القبلي والقياس البعدى فى المتغيرات الفسيولوجية.	٩٢
١٠	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والتتبعي الأول للمتغيرات البدنية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني.	٩٣
١١	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والتتبعي الثاني للمتغيرات البدنية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني.	٩٤
١٢	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمتغيرات البدنية بدلالة (ي) قيمة مان ويتني.	٩٥
١٣	تحليل التباين بين القياسات الأربع (القبلي - التتبعي الأول - التتبعي الثاني - البعدى) فى المتغيرات البدنية.	٩٦
١٤	معاملات الارتباط بين القياس القبلي والقياس البعدى فى المتغيرات البدنية	٩٧
١٥	معاملات الارتباط بين المتغيرات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية فى القياس القبلي.	٩٧
١٦	معاملات الارتباط بين المتغيرات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية فى القياس البعدى.	٩٨

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٢٨	مدى تأثير التدخين على وظائف الرئة .	١
٣٤	الجهاز التنفسي في الإنسان .	٢
	معدل الوفيات بين الأطباء البريطانيين الذكور المصابين بالتهاب	٣
٤٣	الشعب الهوائية .	
٤٦	شعبة هوائية ملتهبة.	٤
٤٦	مقطع عرضي داخل شعبة هوائية ملتهبة.	٥
٤٧	مقطع عرضي في الرئة لحويصلات هوائية مصابة بالإمفزيما وأخرى سليمة	٦
٤٨	شكل يوضع أجزاء من الرئة مصابة بالإمفزيما .	٧

قائمة المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق	رقم الصفحة
١	استمارة بأسماء السادة الخبراء	١٣١
٢	استمارة استطلاع رأى الخبراء	١٣٣
٣	استمارة لجمع البيانات الأولية لعينة البحث	١٤٢
٤	الاختبارات البدنية	١٤٤.
٥	استمارة تسجيل القياسات	١٥١
٦	التمرينات المستخدمة فى البرنامج	١٥٥
٧	نماذج مصورة للتمرينات البدنية المستخدمة فى البرنامج	١٦١
٨	البرنامج التدريبي المقترح	١٧٢