

الفصل السادس

(الاستنتاجات والتوصيات)

أولاً : الاستنتاجات.

ثانياً : التوصيات.

أولاً : الاستنتاجات :

إنبثاقاً من أهداف البحث وتساؤلاته وما أسفرت عنه القياسات التشريحية قيد البحث والعمليات الإحصائية من نتائج توصلت إليها الباحثة إلى الإستنتاجات التالية :

- ١- للارضيات البلاط والبساط أثرهما السلبي على التركيب التشريحي لعظام القدم (زوايا – ارتفاعات) لدى لاعبي الكاراتيه الممارسين تدريباتهم على البلاط وعلى البساط حيث كانت معظم النتائج الدالة إحصائياً لصالح الغير ممارسين للنشاط الرياضي .
- ٢- للارضيات البلاط أثرها السلبي على التركيب التشريحي لعظام القدم (زوايا – ارتفاعات) يفوق الارضيات البساط حيث كانت معظم النتائج الدالة إحصائياً لصالح لاعبي الكاراتيه الممارسين تدريباتهم على البساط .
- ٣- لنوعية النشاط الرياضي الممارس (كرة اليد – الكرة الطائرة) أثره السلبي على التركيب التشريحي لعظام القدم (زوايا – ارتفاعات) لدى اللاعبين حيث كانت معظم النتائج الدالة إحصائياً لصالح الغير ممارسين للنشاط الرياضي .
- ٤- ممارسة الكرة الطائرة لها أثرها السلبي على التركيب التشريحي لعظام القدم (زوايا – ارتفاعات) يفوق ممارسة كرة اليد حيث كانت معظم النتائج الدالة إحصائياً لصالح لاعبي كرة اليد .

ثانياً : التوصيات :

فى ضوء إستنتاجات البحث وعملاً بأهمية ان يغلب الجانب الإيجابى لممارسة الأنشطة الرياضية على الجانب السلبى وتفعيلاً لذلك توصى الباحثة بما يلى :

١- الاهتمام بنوعية الارضيات التى يمارس عليها اللاعبين تدربياتهم وان يتوفر فيها القدرة على أمتصاص الصدمات خاصاً فى الأنشطة التى تمارس بدون ارتداء حذاء كرياضات الدفاع عن النفس .

٢- ان يؤهل المدربين على كيفية إدراج البرامج الوقائية (التعويضية) ضمن خطة التدريب لاهميتها فى حماية اللاعبين من الاثار السلبية على التركيب التشريحي لعظام القدم خاصاً لدى لاعبي الدرجة الاولى والدولى حيث يكون هناك إجهاد زائد ناتج عن زيادة حجم وكثافة التدريب والمنافسات .

٣- اعتبار الأشعة السينية من الفحوصات التى يجب إجرائها بشكل دورى على اللاعبين مع توافر الاجهزة الحديثة لقياس شكل عظام القدم والتغيرات الحادثة فيها بالنوادر والمراكز البحثية .

٤- اجراء المزيد من الابحاث والدراسات التى تهتم بالقياسات التشريحية للجهاز العظمى للتعرف على التغيرات التى يمكن ان تحدث للعظام تحت تاثير الممارسة للانشطة الرياضية المختلفة على الاسطح المتباينة .

المراجع المستخدمة

- أولاً : المراجع العربية .
- ثانياً : المراجع الاجنبية .
- ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية .

أولا : المراجع العربية :

- ١ - ابراهيم رحمة ، (٢٠٠٢): اصابات الرياضيين - جامعة قاريونس بنغازى .
محمد فتحى المهشيش
- ٢ - ابراهيم محمد هلال (٢٠٠٨): التشوهات القوامية الاكثر شيوعاً للطلاب المتقدمين لكلية التربية الرياضية جامعة طنطا - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
- ٣ - أبو العلا أحمد عبد الفتاح (٢٠٠٣): فسيولوجيا التدريب والرياضة دار الفكر العربى الطبعة الاولى .
- ٤ - أحسان شرف ، كمال ميره (١٩٧٦): علم التشريح - دار المعارف بمصر - الطبعة الثالثة .
- ٥ - أحمد أبو العباس عبد الحميد (٢٠٠٩): التركيب التشريحي لعظام القدم وعلاقته ببعض القياسات المورفولوجية للجسم والمستوى الرقى للاعبى الجرى - رسالة ماجستير - غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- ٦ - احمد عبد السلام حجازى (١٩٨٠): استخدام الاحصاءات الحيوية لايجاد معدلات التغير فى مورفولوجية بعض عظام الرياضيين لنوعيات من الانشطة الرياضية - رسالة دكتوراه غير منشورة .
- ٧ - أحمد عطيه عبيد فقير (٢٠٠٦): إصابات لاعبي كرة القدم فى الجمهورية اليمنية وطرق الوقاية منها - رسالة ماجستير - غير منشورة - كلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان .
- ٨ - أحمد محمود ابراهيم (١٩٩٥): مبادئ التخطيط لبرامج التعليمية والتدريب لرياضة الكاراتيه - منشأة المعارف - الاسكندرية .
- ٩ - _____ (٢٠٠٠): التمايز والاسهام النسبى لبعض الدلالات البيولوجية والبدنية والمهارية للاعبى مسابقة القتال الوهمى (الكاتا) المميزين وغير المميزين كمحدد للانتقاء والتصنيف برياضة الكاراتيه بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة للبنات - العدد الثامن عشر
- ١٠ - _____ (٢٠٠٠): اثر استخدام نمط الايقاع الحيوى اليومى كموجه للاحمال التدريبية المقترحة على بعض مؤشرات التكيف الوظيفى وفعالية الاداء للاساليب الهجومية لدى لاعبي القتال الفعلى (الكوميتيه) لرياضة الكاراتيه بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة للبنات - العدد التاسع عشر .
- ١١ - _____ (٢٠٠٥): موسوعة محددات التدريب الرياضى (الكاراتيه)- منشأة المعارف - الاسكندرية .
- ١٢ - أسامة رياض (١٩٩٨): الطب الرياضى واصابات الملاعب - دار الفكر العربى .

- ١٣ - _____ : (٢٠٠٢) الطب الرياضى واصابات الملاعب - دار الفكر العربى .
- ١٤ - _____ : (٢٠٠٢) الاسعافات الاولية لاصابات الملاعب - مركز الكتاب للنشر .
- ١٥ - _____ : (٢٠٠٥) الرعاية الطبية للاعب الكرة الطائرة - مركز الكتاب للنشر .
- ١٦ - أشرف احكام رزق : (١٩٩٤) أثر برنامج تاهيلى لعلاج خلل هبوط قوس القدم الطولى لدى تلاميذ التعليم الاساسى بمحافظة القليوبية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان .
- ١٧ - اقبال رسمى محمد : (٢٠٠٦) التشريح الرياضى - دار الفجر للنشر والتوزيع .
- ١٨ - _____ : (٢٠٠٧) القوام والعناية باجسامنا (الانحرافات القوامية وعلاجها) - دار الفجر للنشر والتوزيع .
- ١٩ - أكرم ذكى خطابه : (١٩٩٦) موسوعة الكرة الطائرة الحديثة - دار الفكر العربى - عمان .
- ٢٠ - السيد عبد العظيم درباله : (١٩٩٤) تأثير برنامج تمرينات علاجية على تشوه فلتحة القدمين لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسى- رسالة دكتوراة غير منشورة - كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
- ٢١ - الين وديع فرج : (١٩٩٠) الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب - منشأة المعارف - الاسكندرية .
- ٢٢ - _____ : (١٩٩٩) اللياقة الطريق الى الحياة الصحية - منشأة المعارف - الاسكندرية .
- ٢٣ - بهاء الدين سلامة : (١٩٩٧) الصحة والتربية الصحية - دار الفكر العربى - الطبعة الاولى .
- ٢٤ - _____ : (٢٠٠١) الجوانب الصحية فى التربية الرياضية - دار الفكر العربى - القاهرة - طبعة اولى .
- ٢٥ - تامر عبد الرازق ابراهيم : (٢٠٠٧) الاصابات الناتجة عن ارضيات الملاعب الرملية والصلبة للممارسين بمراكز الشباب (دراسة مقارنة) رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان .
- ٢٦ - ثناء فؤاد امين ، أيمن العزب بحيرى : (٢٠٠٤) أساسيات علم التشريح الوصفى والوظيفى ، الطبعة الاولى ، نور للكمبيوتر والطباعة .

- ٢٧ - حسن محمد النواصرة ، محمد صبرى عمر (١٩٨٤): العلاقة بين القياسات التشريحية للقدم وبين بعض القياسات البدنية، مجلد مؤتمر الرياضة للجميع لكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم .
- ٢٨ - حسن محمد النواصرة (٢٠٠٧): علم التشريح للجهاز الحركى - دار الجامعيين للطباعة والتوزيع .
- ٢٩ - حكمت عبد الكريم فريجات (٢٠٠٠): تشريح جسم الانسان - دار الشروق للنشر والتوزيع
- ٣٠ - حمدى عبد المنعم (١٩٨٤): الكرة الطائرة (مهارات - خطط - قانون) مؤسسة كليوباترا - القاهرة .
- ٣١ - حياة عياد روفائيل ، صفاء الخربوطلى (١٩٩٩): اللياقة القوامية والتدليك الرياضى - منشأة المعارف - الاسكندرية .
- ٣٢ - خالد شوقى ابو الفتوح (٢٠٠٥): فعالية برنامج تدريبي مقترح لناشئء الكرة الطائرة (دراسة تحليلية تجريبية) .
- ٣٣ - د. ب. موفات (١٩٩٨): الموجز الارشادى عن التشريح ترجمة محمد توفيق الرخاوى - المركز العربى للوثائق والمطبوعات الصحية .
- ٣٤ - ديفيد روبنز (١٩٩٣): فن التشريح ترجمة فريال عبود - المؤسسة العربية للدراسات والنشر - الاردن .
- ٣٥ - ذكى محمد محمد حسن (٢٠٠٢): طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم - تدريس - تطبيق - تقويم) مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية - اسكندرية .
- ٣٦ - ذكى محمد محمد حسن ، محمد صلاح الدين صبرى (٢٠٠٤): القوام التشوه والعلاج (رياضة الفتيات والسيدات) - المكتبة المصرية للطباعة والنشر .
- ٣٧ - رشا عبد القادر على حسن (٢٠٠٨): تأثير نوعين من ارضيات الملاعب على قيم بعض المتغيرات البيوديناميكية لاداء الضرب الساحق فى الكرة الطائرة لدى المستويات العالية - رساله ماجستير - غير منشورة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الاسكندرية .
- ٣٨ - ريتشارد سنيل (١٩٩٨): التشريح السريرى لطلبة الطب - المركز العربى للوثائق والمطبوعات الصحية - طبعه ثانيه (ترجمة محمد احمد سليمان - مراجعه أحمد دياب) .
- ٣٩ - زينب دردير علام (٢٠٠٧): فعالية تنمية القدرة العضلية باستخدام التدريب الدائرى المركب على دقة التصويب من الوثب عالياً فى كرة اليد وعلاقتها بالتنوع الجينى للانزيم المحول للانجيوتنسن (ACE) بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة الجزء الثانى العدد (٣٣) .
- ٤٠ - زينب عبد الحميد العالم (١٩٩٠): التدليك الرياضى واصابات الملاعب دار الفكر العربى - القاهرة .

- ٤١ - زينب عبد الحميد العالم (١٩٩٨): التدليك الرياضى واصابات الملاعب دار الفكر العربى - الطبعة الخامسة - القاهرة .
- ٤٢ - سرور اسعد منصور (١٩٨٥): القوام عيوبه وتشوهاتة ووسائل علاجة وطرق المحافظة عليه - دار المعارف - الاسكندرية .
- ٤٣ - سمير محمد ابو شادى (٢٠٠٤): تأثير الاجهاد العضلى على مستوى الاجهاد الاوكسيدي للاعبات الكرة الطائرة ممتاز (١) بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة العدد (٢٦).
- ٤٤ - سماح عطية عبد الرازق (٢٠٠٠): الانحرافات القوامية المصاحبة لممارسة الكرة الطائرة - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
- ٤٥ - سميرة خليل محمد (٢٠٠٦): التربية الصحية للرياضيين - بغداد .
- ٤٦ - شعبان ابراهيم ، مصطفى السيد ظاهر (١٩٩٤): أسباب الاصابة البدنية وطرق علاجها للاعبى كرة السلة الدرجة الاولى - بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة " نظريات وتطبيقات " - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعه الاسكندرية - العدد الثامن عشر .
- ٤٧ - شفيق عبد الملك (١٩٦١): مبادئ علم التشريح ووظائف الاعضاء - المطبعة التجارية الحديثة بالقاهرة .
- ٤٨ - صفاء صفاء الدين ، الخربوطلى (٢٠٠٨): اللياقة القوامية والتدليك - دار الجامعيين للطباعة والتجليد .
- ٤٩ - صلاح سيد على زايد (٢٠٠٠): تأثير برنامج تدريس بالاثقال والبليومترك على معدلات نمو القدرات العضلية لناشئ الكاراتيه فى مرحلة البلوغ - رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان .
- ٥٠ - طلحة حسين حسام (١٩٩٣): الميكانيكا الحيوية والاسس النظرية والتطبيقية ، دار الفكر العربى - القاهرة .
- ٥١ - عادل على حسن (١٩٩٥): الرياضة والصحة - منشأه المعارف - الطبعة الاولى .
- ٥٢ - عباس الرملى (١٩٩٤): تربيته القوام - دار الفكر - القاهرة .
- ٥٣ - عبد الباسط صديق ، عبدالجواد (١٩٩١): تأثير برنامج تاهيلى على درجات فلتحة القدمين - رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية .
- ٥٤ - عبدالرحمن عبدالحميد زاهر (٢٠٠٤): موسوعة الاصابات الرياضية واسعافاتها الاولية - مركز الكتاب للنشر - الطبعة الاولى .

- ٥٥ - عبد العاطى عبد الفتاح (٢٠٠٥): الكرة الطائرة للجميع (تعليم - تدريب - خطط - قانون) ميرنا ايجيبت للطباعة والنشر - المنصورة .
- ٥٦ - عبد العزيز النمر - ناريمان (١٩٩٦): تدريب الاثقال "تصميم برامج القوة وتخطيط الموسم التدريبي " مركز الكتاب للنشر - القاهرة .
- ٥٧ - عبد العظيم العوادلى (١٩٩٩): الجديد فى العلاج الطبيعى والاصابات الرياضية - دار الفكر العربى - القاهرة
- ٥٨ - عبد المحسن محمد جمال (١٩٩٤): تأثير اختلاف ارض الملعب على بعض المتغيرات البدنية والفسيوولوجية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، رسالة منشورة فى المؤتمر الاول - المجلد الاول الرياضى فى مصر الواقع والمستقبل - كلية التربية الرياضية - جامعة اسبوط .
- ٥٩ - عبد المحسن يس الدورى (١٩٩٢): الحالة القوامية للاعبى الجمباز الناشئين فى جمهورية مصر العربية بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - العدد الخامس عشر .
- ٦٠ - عفاف عبد المنعم درويش (١٩٩٨): الامكانات فى التربية الرياضية أهميتها - أنواعها - أقسامها - مجالاتها ، منشأة المعارف بالاسكندرية .
- ٦١ - على جلال الدين (٢٠٠٥): الاصابة الرياضية (الوقاية والعلاج) - الطبعة الثانية .
- ٦٢ - على مصطفى طه (١٩٩٩): الكرة الطائرة (تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون) - دار الفكر العربى - القاهرة .
- ٦٣ - عمرو محمد طه حلويش (١٩٩٧): الخصائص الديناميكية لمفصل الحوض والعضلات العاملة عليه كاساس لاداء مهارتى اللكمة المستقيمة العكسية والرفسة النصف دائرية العكسية للاعب الكاراتية رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
- ٦٤ - فاطمة سعد عبد الفتاح (٢٠٠٩): تربية القوام .
- ٦٥ - فتحى احمد هادى (٢٠١٠): التدريب العلمى الحديث فى رياضة كرة اليد (التدريب - النظريات - التطبيق - الطرق - الوسائل - الفسيولوجيا - انتاج الطاقة - التخطيط) مؤسسة حورس الدولية الاسكندرية .
- ٦٦ - فتحى محمد ندا (١٩٩١): تأثير ممارسة كل من كرة القدم والوثب فى العاب القوى على مورفولوجية عظام القدم - رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
- ٦٧ - فراج عبد الحميد (٢٠٠٥): اهمية التمرينات البدنية فى علاج التشوهات القوامية - دار الوفاء - الطبعة الاولى - الاسكندرية .

- ٦٨ - قرشى محمد على ، (١٩٩١): التشريح البشرى الوظيفى - دار بن النفيس .
ظاهر عثمان على
- ٦٩ - كريستوفر نوريس (٢٠٠٤): تمارين المرونة واللياقة ترجمة خالد العمرى - دار الفراشة
- الطبعة الاولى .
- ٧٠ - ليلى السيد فرحات (١٩٨٦): دراسه مقارنه فى الانماط الجسميه والانحرافات القواميه
بين الرياضيين وغير الرياضيين للمعاقين بدنيا - دراسه
منشوره فى المؤتمر الاول " دور التربيه الرياضيه فى
المجتمع المصرى المعاصر " بكلية التربيه الرياضيه
للبنين-الاسكندرية .
- ٧١ - ماجدة مرسى السبع (١٩٩٨): دراسة مقارنة لبعض المواصفات المورفولوجية لليدين
للاعبات الكرة الطائرة فى مراحل سنوية مختلفة رسالة
دكتورة غير منشورة جامعة الاسكندرية .
- ٧٢ - محروسة على حسن ، (١٩٩٤): تحديد الانحرافات القوامية للاعبات المبارزة والسلاح -
ميرفت السيد يوسف
رسالة منشورة بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة -
كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الاسكندرية .
- ٧٣ - محمد ابراهيم شحاته (٢٠٠٦): أساسيات التدريب الرياضى - المكتبة المصرية للطباعة
والنشر - الاسكندرية .
- ٧٤ - محمد اشرف محمد كامل (٢٠٠٧): ديناميكية التغير فى الاداءات المهارية الهجومية الحركية
خلال مباريات بطولة العالم الاخيرة لكرة اليد رجال - بحث
منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة الجزء
الثانى العدد (٣٣) .
- ٧٥ - محمد حسن علاوى ، (١٩٩٥): الممارسة التطبيقية لكرة اليد - دار الفكر العربى -
كمال عبد الحميد
القاهرة .
- ٧٦ - محمد شطبا ، (١٩٧٦): تشوهات القوام والتدليك الرياضى - الهيئة المصرية العامة
للكتاب - الاسكندرية .
- ٧٧ - محمد صبحى حسانين ، (١٩٩٧): الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس (بدنى -
حمدى عبد المنعم
مهارى - معرفى - نفسى - تحليلى) - مركز الكتاب .
- ٧٨ - محمد صبحى حسانين ، (٢٠٠٣): القوام السليم للجميع - دار الفكر العربى - القاهرة .
محمد عبد السلام راغب
- ٧٩ - محمد ضيف السعيد (٢٠٠٨): علاقة مراكز اللاعبين ونوعيات الملاعب بالاصابات
الرياضية فى كره اليد - رسالة ماجستير غير منشورة- كلية
التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
- ٨٠ - محمد عادل رشدى (١٩٩١): علم إصابات الرياضيين - دار قتيبة للطباعة والنشر
والتوزيع .

- ٨١ - محمد عبد العزيز سلامة (٢٠٠١): سيكولوجية التنافس الرياضى - طبعه الاولى .
- ٨٢ - محمد على عبد المعبود (٢٠٠٠): الاصابات الرياضية لدى ناشئى كرة اليد - اسبابها وطرق الوقاية منها - رساله ماجستير غير منشورة- كلية التربية الرياضية جامعة حلوان .
- ٨٣ - محمد على محمود، بدر محمود شحاته، ياسر محروس مصطفى (٢٠٠٤): تقويم بعض القياسات الجسميه والفسولوجيه والقواميه ونمط الجسم للاعب المنتخب القومى المصرى لكرة القدم للناشئين .
- ٨٤ - محمد فتحي هندی (١٩٩١): علم التشريح للرياضيين - دار الفكر العربى بالقاهرة .
- ٨٥ - محمد ماجد عباس (١٩٩٧): الموسوعة المعمارية المبانى الرياضية - الطبعة الاولى .
- ٨٦ - محمد وجيه سكر (١٩٧٦): "التعرف على التشوهات القواميه المنتشرة بين لاعبي كرة القدم بجمهورية مصر العربيه" رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان .
- ٨٧ - محمود حمدى عبد الكريم (٢٠٠١): الكرة الطائرة (تعليم وتدريب) - دار المعارف - القاهرة .
- ٨٨ - مختار سالم (١٩٩٠): تكنولوجيا التجهيزات الرياضيه - مؤسسه المعارف للطباعة والنشر - الطبعة الاولى .
- ٨٩ - مسعد على محمود (٢٠٠٨): الاصابات والاسعافات الاوليه ، الطبعة الثانية - دار الكتب والوثائق القومية - القاهرة .
- ٩٠ - منير جرجس (١٩٩٩): كرة اليد للجميع - دار الفكر العربى - القاهرة
- ٩١ - ميثاق غازى محمد ، ناهد محمد شكور (٢٠٠٦): قوس القدم وعلاقته بالسيطرة الذاتية ومستوى الاداء على عارضة التوازن بحث منشور بمجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية العدد(١٩) جامعة البصرة .
- ٩٢ - ناهد احمد عبد الرحيم (٢٠٠٠): التشريح الوصفى والوظيفى .
- ٩٣ - نبيله أحمد عبد الرحمن ، الين وديع فرج ، سعديه عبد الجواد ، بئينه واصل محمد واصل (١٩٩٧): معدل انتشار الانحرافات القواميه للمرحلة السنيه من ٦ - ١١ سنة محافظه الاسكندريه " التشخيص والعلاج " بحث منشور،المؤتمر العلمى الدولى الثانى للرياضة والمرأة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الاسكندرية.
- ٩٤ - هشام ابراهيم الخطيب ، محمد ياسين ، عبد المجيد الشاعر وهشام الدين كنعان (١٩٩١): الوجيز فى علم التشريح - الاهليه للنشر والتوزيع .
- ٩٥ - وجيه احمد شمندى (١٩٩١): الاصابات الشائعة لدى لاعبي المنتخب القومى للكاراتيه بحث منشور بالمجلة العلمية كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية الجزء الثانى عشر .

٩٦ - _____ :إعداد لاعب الكاراتية للبطولة (النظرية والتطبيق) مطبعة
خطاب - القاهرة . (٢٠٠٢)

٩٧ - ياسر دبور :كرة اليد الحديثة ،منشأة المعارف -الاسكندرية . (١٩٩٦)

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 98- **AGentili ,MD,S** (1996) : Foot axes and angles-british journal of radiology 69,968-974.
Masih,MD,L yao,MD and L L Seeger,MD
- 99- **Cerny k,jones w and burnfield jm** (2005): The Effect Of Terrain On Foot Pressures During Walking .California State University.
- 100- **Garder,D** (1973): Structure of the human body ,SEC.london .
- 101- **George S Murley Hyiton B Menz and Karl B Landorf.** (2009): Aprotocol for Classifying normal-and flat-arched foot posture for research studies using clinical and radiographic measurements-journal of foot and ankle research .
- 102- **JonR.Davids,MD,T. WhitneyGibson,Do, and LindaI.Pugh,BS** (2005) : Quantitative Segmental Analysis of Weight-Bearing Radiographs of The Foot and Ankle for Children Normal Alignment.
- 103- **Joseph Sheppard** : Anatomy Acomplete Guide For Artists Dover Publications,Inc.,new yourk.
- 104- **Kelinglea,Hobelier** (1993) : spimaland metablic lodinguing simulations of golfflay London .
- 105- **Mohamed abdel rahman mohamed** (1990) : Radiological indices for evaluation of plantar arches of the foot among normal adult egyptians- thesis master-faculty of medicine-university of Alexandria .
- 106- **Naka yama** (1981) : Best karate comprehensive-25 kodanasha international co,new York,
- 107- **Omey MI; Micheli L** (1999) : foot and ankle proplems in the yong athlete Med scisports exercjul,31:7suppl,s.70-86.

- 108- **Richard son , james (2005):** Effect Of Surface Irregularity and Lighting On Step Variability During Gait'a Study in Healthy young and Older Women .University Of Michigan .
k,ashton miller
- 109- **Rm hmcminn , rt (1989):** Acolour atlas of foot and ankle anatomy .
hutching , bm logan
- 110- **Yeuch poir (1992):** The Effects Of The Feet Arches Height On The Ground Reactions During Running .
- 111- **Younger,A.S ,Sawatz (2005):** Radiographic assessment of Adult flatfoot-foot Ankle int –vol.26,820-825,
ky,B.,Dryden,P.
- 112- **Zuchetto AAT (1991):** Osefetos Dotvimanente Modesen Vo Liment Da Sopturalem, A Tlentasde.

ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية :

- 113- <http://radiographics.rsna.org/content/31/1/81/F1.expansion.html>
- 114- <http://www.georgelianmd.com/cms/ConditionsITreat/CalcaneusFractures/tabid/118/Default.aspx>
- 115- <http://b-reddy.org/2012/09/20/ankle-mobility-mobilizing-the-talus/>
- 116- http://don-susan.blogspot.com/2007_10_01_archive.html
- 117- <http://www.chiropractic-help.com/foot-pain.html>
- 118- <http://www.hpssandiego.com/foot.htm>
- 119- <http://www.thirdage.com/d/dr/spcst-173/delaware/sleep-medicine-specialists>