

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	جدول
٢٧	العضلات العاملة على الفخذ	(٢-١)
٧٩	عينة البحث	(٣-١)
٨٥	النسبة المئوية لآراء الخبراء في أهمية التمرينات التأهيلية (محتوى البرنامج)	(٣-٢)
٩١	المرحلة الأولى من البرنامج التأهيلي	(٣-٣)
٩٩	المرحلة الثانية من البرنامج التأهيلي	(٣-٤)
١١١	المرحلة الثالثة من البرنامج التأهيلي	(٣-٥)
١١٩	المرحلة الرابعة من البرنامج التأهيلي	(٣-٦)
١٢٩	دلالة الفروق بين الرجل السليمة والمصابة في القياس الأول (القبلي لمتغيرات البحث للعينة ككل)	(٤ -١)
١٣١	تحليل التباين في اتجاه واحد بين قياسات البحث للرجل المصابة في متغيرات البحث	(٤-٢)
١٣٢	دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث في متغيرات البحث للقدم المصابة باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D)	(٤-٣)
١٣٣	دلالة الفروق بين الرجل السليمة والمصابة في القياس الرابع (البعدي) لمتغيرات البحث للعينة ككل	(٤-٤)
١٣٤	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسات الأربعة في متغيرات البحث للرجل المصابة	(٤-٥)
١٣٥	نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البعدي) للرجل المصابة في متغيرات البحث للعينة ككل	(٣-٨)

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	جدول
٧	عضلات الجسم من الخلف.....	(٢-١)
٨	عضلات منطقة الحوض والفخذ منظر خلفي وقطاع سطحي.....	(٢-٢)
١٣	عضلات منطقة الحوض والفخذ منظر خلفي وقطاع عميق.....	(٢-٣)
٢٠	العضلات الخلفية وأماكن حدوث التمزق.....	(٢-٤)
٢٣	العضلات الخلفية للفخذ.....	(٢-٥)
٢٤	العضلات التي تربط الطرف السفلي بالحوض.....	(٢-٦)
٢٥	الشرابين بالطرف السفلي.....	(٢-٧)
٢٦	الأعصاب والعقد اللمفاوية والأوردة في الطرف السفلي.....	(٢-٨)
٣٨	المنظر الجانبي والمنظر الخلفي للعضلات الخلفية للفخذ.....	(٢-٩)
٤١	التمزق الكامل للعضلة الخلفية.....	(٢-١٠)
٤٤	العضلات الخلفية للفخذ.....	(٢-١١)
٤٥	تحريك الساق بدون تدخل من المصاب.....	(٢-١٢)
٤٦	تحريك رجل المصاب ضد مقاومة.....	(٢-١٣)
٤٧	الفحص باللمس لعضلات خلف الفخذ المصابة بالتمزق.....	(٢-١٤)
٤٧	تقييم منطقة الفقرات القطنية.....	(٢-١٥)
٨٢	قياس القوة العضلية لعضلات خلف الفخذ.....	(٣-١)
٨٣	قياس محيط عضلات خلف الفخذ.....	(٣-٢)
١٣٠	الفرق في المتوسط الحسابي للرجل السليمة والمصابة في القياس الأول (القبلي) لمتغيرات البحث للعينة ككل.....	(٤-١)
١٣٤	الفرق في المتوسط الحسابي للرجل السليمة والمصابة في القياس الرابع (البعدي) لمتغيرات البحث للعينة ككل.....	(٤-٢)
١٣٦	نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للرجل المصابة	(٤-٣)