

الفصل الخامس

٥/٠ الاستخلاصات والتوصيات

٥/١ الاستخلاصات

٥/٢ التوصيات

٥. الاستنتاجات والتوصيات

٥/١ الاستنتاجات:

استنادا إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء أهداف البحث وفي حدود عينة البحث والمنهج المستخدم وأدوات جمع البيانات توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية :

- (١) برنامج الأنشطة الحركية له تأثير ايجابي في تحسين السلوك الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .
- (٢) توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدى فى أبعاد السلوك الصحى لصالح القياس البعدى .

٥/٢ التوصيات:

وتوصى الباحثة فى ضوء نتائج البحث والمعالجات الإحصائية بالتوصيات التالية :

- (١) تعميم برنامج الأنشطة الحركية قيد البحث فى مرحلة ما قبل المدرسة من أجل تحسين السلوك الصحى .
- (٢) الاستفادة من مقياس السلوك الصحى فى هذه الدراسة للتعرف على مستوى السلوك الصحى لدى طفل ما قبل المدرسة.
- (٣) ضرورة الاهتمام بإعداد برامج علمية للتربية الصحية والسلوك الصحى تبدأ من مرحلة ما قبل المدرسة وحتى المرحلة الجامعية على أن تدرج بالمناهج الدراسية المختلفة.
- (٤) اعداد مدرسى ومدرسات رياض الأطفال إعدادا جيد وتزويدهم بالمعلومات والمعارف والخبرات والممارسات الصحية الإيجابية حتى يتمكنوا من غرسها فى الأطفال .
- (٥) ضرورة تطوير برنامج الأنشطة الحركية ومقياس السلوك الصحى من الصور إلى الكارتون ويشاهده الاطفال بشتى الطرق من أجل اكتساب وتعديل سلوكياتهم واكتساب قيم تخدم قيم المجتمع المصرى .

- (٦) ضرورة تدريب مدرسى التربية الرياضية على طرق وأساليب التدريس الفعالة لغرس الاتجاهات الايجابية نحو الصحة والسلوك الصحى للنشئ فى مراحل التعليم المختلفة.
- (٧) إعداد مجلة خاصة بالأطفال تعمل على تنميةهم من كافة النواحي التربوية والصحية والنفسية والانفعالية والاجتماعية .

قائمة المراجع

- أولاً : المراجع العربيّة .**
- ثانياً : المراجع الأجنبية .**
- ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية .**

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

١. ابتسام محمد مهدي : أثر برنامج مقترح على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانة بمحافظة الشرقية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٨٦ م .
٢. إبراهيم عبد الرزاق : تأثير برنامج تربية حركية على بعض القدرات البدنية لطفل ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٧ م .
٣. أحمد أمين فوزي : مبادئ على النفس الرياضى المفاهيم والتطبيقات ، دار الفكر العربى ، الإسكندرية . ٢٠٠٣ م .
٤. أحمد حلمى محمود : التربية الصحية ، ط ٢ ، القاهرة . ١٩٩٧ .
٥. أحمد كامل خطاب : التربية البدنية فى المرحلة ما قبل المدرسة بحث مقدم فى ندوة الإنسان والبيئة (التربية البدنية) مكتب التربية العربى لدول الخليج ، مجلة البحوث ، الرياضية ، ١٩٩٠ م .
٦. أسامة رياض : الجديد فى الطب الرياضى فى كرة القدم الإتحاد العربى لكرة القدم بالرياض ١٩٩٨ .
٧. أشرف جمعة سيد : تأثير برنامج مقترح باستخدام القصة الحركية على الابتكار الحركى لأطفال ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنيا ١٩٩٣ م .
٨. أشواق محمد صيام : تصميم برنامج لإكساب أطفال ما قبل المدرسة للمهارات الحس حركية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة قسم الدراسات النفسية ، ٢٠٠١ م .
٩. إقبال رسمى ، أمال زكى : العلاقة بين الانحرافات القوامية وكلا من التوافق النفسى واللياقة البدنية لطلبة المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد ٣٣ ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .

١٠. إقبال عبد الدايم العجوز : أثر تلوث البيئة فى المناطق المختلفة على بعض عناصر اللياقة البدنية المتغيرات الفسيولوجية ، مجلة علوم الرياضة ، العدد التاسع ، المجلد الرابع ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، مارس ١٩٩٢ م .
١١. إلهام إسماعيل شبل : مكرر دراسى مقترح فى مجال التربية للأمان كأحد مجالات التربية الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية ، المجلد الأول ، ٢٣-٢٥ ديسمبر ، ١٩٩٤ م .
١٢. إيمان أحمد : بحوث مؤتمر معلم رياض الأطفال الحاضر والمستقبل ١٤-١٦ ابريل ، كلية التربية ، جامعة حلوان ١٩٨٧ .
١٣. أميل خلف : مدخل رياض الأطفال ، عالم الكتاب ، ط ١ ، ٢٠٠٥ م .
١٤. إملى صادق ميخائيل : مسرح العرائس كأسلوب لإكساب أطفال الرياض بعض المفاهيم الأساسية لجان بياجيه ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٥ م .
١٥. أميرة محمد خطاب : تأثير برنامج تثقيف صحى باستخدام الحاسب الآلى لتحسين السلوك الصحى لأطفال مؤسسة (S.O.S) للأيتام بالغربية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٨ م .
١٦. أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ١٩٨٢ م .
١٧. أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب : أثر برنامج للتربية الحركية على الرضا الحركى وبعض الأداء الحركى لتلاميذ الصف الثالث بمكة المكرمة ، بحوث مؤتمر التربية فى مصر ، المجلد الثانى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة

السويس ، الإسماعيلية ، ٢٤-٢٦ سبتمبر ،
١٩٨٨ م .

١٨ . أمين الخولى ، : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر
العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .

جمال الشافعى

١٩ . بدور عبد الله المطوع : اثر برنامج تربية حركية على الإدراك الحركى

وبعض مبادئ الحساب بدولة الكويت ، رسالة
دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
بالمنيا ، جامعة المنيا ، ١٩٨٨ م .

٢٠ . بهاء الدين سلامة : الجوانب الصحية فى التربية الرياضية ، دار الفكر
العربى ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .

٢١ . بهاء الدين سلامة : الصحة والتربية الصحية ، دار الفكر العربى ،
القاهرة ، ١٩٩٧ م .

٢٢ . بيـوكـنيكتى : التربية الأخلاقية فى رياض الأطفال ترجمة فوزى
محمد يسى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ،
١٩٩٢ م .

٢٣ . تهانى عبد العزيز إبراهيم : تأثير برنامج القصة الحركية على بعض المهارات

الأساسية للأطفال من سن (٤-٦) سنوات بحوث
مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية فى الوطن
العربى ، المجلد الرابع ٢٢-٢٤ ديسمبر ١٩٩٣ .

٢٤ . جمال الخطيب : للسلة اصدارات أكاديمية فى التربية الخاصة ،
أولياء امور الأطفال المعوقين ط ١ أكاديمية التربية
الخاصة السعودية ٢٠٠١ م

٢٥ . جمهورية مصر العربية : وزارة التربية والتعليم . قانون التعليم ١٣٩ لسنة
١٩٨١ ، مطبعة الوزارة ، القاهرة ، ١٩٨٨ م .

٢٦ . جنات عبد الفنى إبراهيم : دور القصص فى اكساب طفل ما قبل المدرسة
الوعى البيئى ، رسالة ماجستير غير منشورة ،
معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين
شمس ، ١٩٩٩ م .

٢٧ . حامد عبد السلام زهران : علم النفس الاجتماعى ، عالم الكتب ، القاهرة ،
١٩٨٠ م .

٢٨. حامد عبد السلام زهران : التوجيه والإرشاد النفسى ط ٢ عالم الكتاب ، القاهرة . ١٩٨٢ م .
٢٩. حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، عالم الكتاب ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
٣٠. حسن إبراهيم عبد العال : أصول تربية الطفل فى الاسلام رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ١٩٨٠ م .
٣١. حسن سيد معوض : طرق التدريس فى التربية الرياضية ، مكتبة القاهرة الحديثة ، القاهرة ١٩٨٧ م .
٣٢. حسن شحاتة ، أحمد إبراهيم شلبى : حكايات طفل القرية وعلاقتها بالمعلومات البيئية والسلوك للطفل المصرى (رعاية الطفولة فى عقد حماية الطفل المصرى) المجلد الأول ، مركز دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ١٩٩٢ م .
٣٣. حسنيه الغنيمى عبد المقصود : برنامج مقترح لتنمية بعض القيم الإجتماعية لأطفال الروضة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس ، كلية الآداب والعلوم والتربية قسم تربية الطفل ١٩٩٥ م .
٣٤. حنان عبد الحميد العنانى : برامج تربية الطفل ، دار صفاء للنشر والتوزيع عمان ، ط ١ ، ٢٠٠١ م .
٣٥. حياة عياد روفائيل ، صفاء الخربوطلى : اللياقة القوامية التديك الرياضى ، منشأة دار المعارف ، الإسكندرية ١٩٩٦ م .
٣٦. خليل ميخائيل معوض : سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة ط ٢ ، دار الفكر العربى ، الإسكندرية ١٩٨٣ م .
٣٧. خيرية إبراهيم السكرى ، محمد عبد الوهاب محمد : البرامج الرياضية لرياض الأطفال ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٧ م .
٣٨. رضا عبد الحميد عامر : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الوعى الحس حركى والتفكير الإبتكارى لمرحلة رياض الأطفال ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ١٩٩٦ م .

٣٩. رنـاد يـوسف الخـطيب : روضه " نموذج مقترح " سلسلة دراسات فى
تربية طفل ما قبل المدرسة ، الهيئة المصرية
العامة للكتاب ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .
٤٠. زكريا الشربيني ، : تنشئة الطفل وسبل الوالدين فى معاملته ومواجهة
مشكلاته ، دار الفكر العربى ، مدينة نصر ،
القاهرة ١٩٩٦ م .
٤١. سحر حسين الشبيني : فاعلية برنامج ترويحى لاكتساب بعض السلوكيات
، الوعى البيئى الرياضى لاطفال الروضة ، رسالة
دكتوراه غير منشورة ، جامعة طنطا ٢٠٠٤ م .
٤٢. سعاد السيد إبراهيم : فاعلية برنامج تربية حركية مقترح فى تنمية
بعض القيم الاخلاقية لدى مرحلة ما قبل المدرسة
، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية ، جامعة طنطا ٢٠٠١ م .
٤٣. سهام محمد بدر : الأهمية التربوية لمرحلة ما قبل المدرسة ، بحث
منشور، جامعة الملك عبد العزيز ، مكة
المكرمة، المملكة العربية السعودية ١٩٩٢ م .
٤٤. سهير بدير أحمد : المناهج فى مجال التربية الرياضية، دار المعارف ،
القاهرة ١٩٨٠ م .
٤٥. سهير كامل أحمد : سيكولوجية نمو الطفل، النهضة المصرية، القاهرة
١٩٩٦ م .
٤٦. سيد محمد صبحى : الإنسان وسلوكه الاجتماعى ، المطبعة التجارية
الحديثة ، القاهرة ١٩٩٤ م .
٤٧. صبرى السيد مراداش : التربية البينية (النموذج والتحقيق والتقويم) ،
دار المعارف ، القاهرة ١٩٨٨ م .
٤٨. صفية محى الدين : دراسة حول إمكانية تطبيق برامج التربية الحركية
فى برامج الحلقة الأولى من التعليم الأساسى
بإدارة الهرم التعليمية ، المجلة العلمية للتربية
البدنية والرياضية ، المجلد الأول ، ديسمبر ،
١٩٩٣ م .
٤٩. ضياء زاهر : القيم فى العملية التربوية ، مركز الكتاب لنشر ،
مصر الجديدة ، وكسى ، القاهرة ١٩٩٦ م .

٥٠. عبد الخالق علام ، : السلوك الصحى وتدریس الصحة ، دار المعارف ،
الأسكندرية ١٩٨١ م .
عصمت عبد المقصود
٥١. عبد العليم الشهاوى : دور القصة الفی تحقیق أهداف التربية سن ماقبل
المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
التربية ، كفر الشيخ ، جامعة طنطا ، ١٩٨٨ م .
٥٢. عبد الله فرغلى أحمد : منظومة مراكز الشباب التربوية ، مركز الشباب
للنشر ط ، القاهرة ٢٠٠٣ م .
٥٣. عبد المجيد عبد الرحيم : تنمية الأطفال المعاقين ، دار غريب للطباعة
والنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
٥٤. عبد المنعم هريدى : تأثير دور الحضات على بعض عناصر اللياقة
البدنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية ، جامعة
حلوان ، ١٩٨٧ م .
٥٥. عبيد محمد قنبر : تأثير برنامج ألعاب صغيرة على بعض مظاهر
السلوك الصحى والتعايش مع الإعاقة للمعاقين
فكرياً ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية
التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٤ م .
٥٦. عزة خليل عبد الفتاح : الأنشطة فى رياض الاطفال ، دار الفكر العربى ،
القاهرة ١٩٩٧ م .
٥٧. عصمت عبد المقصود : التربية الصحية والسلوك الصحى ، الأسكندرية
١٩٩٤ م .
٥٨. عفاف عبد الكريم : البرامج الحركية والتدریس للصغار ، منشأة
المعارف ، الأسكندرية ١٩٩٥ م .
٥٩. عفت عوض أحمد الشيتانى : تأثير برنامج صحى رياضى على السلوك الصحى
للصم والبكم ، رسالة ماجستير غير منشورة ،
كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ٢٠٠٥ م .
٦٠. على خليل مصطفى : القيم الإسلامية والتربية دراسة فى طبيعة القيم
ومصادرها ودور التربية فى تكوينها وتنميتها ،
القاهرة ، مكتبة إبراهيم حلى ١٩٨٨ م .
٦١. عواطف إبراهيم ، : سلوكيات أطفال الروضة وأثرها فى التلوث البيئى
برنامج (وحدات أنشطة حول التلوث المركز ثقافة
الطفل ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .

٦٢. فريدة إبراهيم عثمان : التربية الحركية لمرحلة الرياضية والمرحلة الابتدائية ، الكويت ، دار القلم ، ١٩٨٤ م .
٦٣. فوزية عثمان محمد : أثر المستوى الإقتصادي والإجتماعي على بعض الأساليب الرياضية الفردية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ١٩٩٥ م .
٦٤. كريم ان بدير : الرعاية المتكاملة للأطفال (الأنشطة الحركية - الأنشطة المعرفية - الأنشطة الفنية ، عالم الكتاب ، ٢٠٠٤ م .
٦٥. كوثر عبد المجيد السيد : تأثير برنامج مقترح للالعاب الصغيرة والقصة الحركية على الوعي الحس حركي للأطفال من ٤-٥ سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ١٩٩٥ م .
٦٦. ليلى عبد العزيز زهران : الأصول العنمية والفنية للبناء المناهج فى التربية الرياضية ، دار زهران ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
٦٧. ماجدة عقل صابر ، : برنامج تربية حركية مقترح لتنمية الوعي الصحى للأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، المجلد الثانى ، العدد ٣١ ديسمبر ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ٢٠٠٢ م .
٦٨. محمد السيد الأمين : دراسة بعض الأساليب السلوكية المرتبطة بمجال الصحى وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية والانتروبومترية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، حلوان ، ١٩٩٦ م .
٦٩. محمد حسن علاوى ، : موسوعة الالعاب الرياضية ، دار المعارف القاهرة ١٩٨٧ م .
- سعد جلال
٧٠. محمد صبحى حسانين : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربى ، ط ٣ ، ج ١ ، ١٩٩٩ م .
٧١. محمد صبحى حسانين : القوام السليم للجميع ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .

٧٢. محمد عماد الدين إسماعيل : الأطفال مرآة المجتمع ، النمو النفسى والاجتماعى للطفل فى سنواته التكوينية ، عالم المعرفة العدد ٩٩ الكويت ، المجلس الوطنى للثقافة والفنون والآداب ١٩٨٦ م .
٧٣. محمد محمد الحماحى : برنامج مقترح للتربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية فى ضوء تقويم برامجها الحالية رسالة دكتوراة غير منشورة ، القاهرة ، ١٩٨١ م .
٧٤. محمود طنطاوى : التربية وأثرها فى رفع المستوى الصحى ، دار البحوث العلمية الكويت ، ١٩٩٥ م .
٧٥. مدحت أمين الفيومى : علاقة الإصابة ببعض الأمراض الطبيعية بالسلوك الصحى وأثارها على النشاط البدنى لطلاب المرحلة الإعدادية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة ، رسالة ماجستير ٢٠٠١ م .
٧٦. مسعود كمال غرابية : برنامج مقترح للتوعية الصحية والبيئية وأثره على السلوك الصحى والإتجاهات نحو البيئة لدى طلاب كلية المعلمين بمكة المكرمة بالإشتراك مع المجلس الأعلى الدولى للصحة والتربية البدنية والترويح ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ١٩٩٩ م .
٧٧. مكارم حلمى أبوهرجه : أثر استخدام القصة الحركية على بعض عناصر اللياقة البدنية للمعلومات لأطفال ما قبل المدرسة بحث منشور المؤتمر العلمى للتطوير علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالمنيا ، جامعة المنيا ، المجلد الخامس ، مارس ١٩٨٧ م .
٧٨. ممدوح عبد الرحيم الجعفرى : التربية الأخلاقية لأطفال مؤسسات تربية ما قبل المدرسة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أسيوط ، ١٩٩٢ م .
٧٩. منير المرسس سرحان : فى اجتماعيات التربية ، ط ٢ ، مكتبة دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٨١ م .
٨٠. نادية محمود عبد القادر : أثر استخدام القصة الحركية فى تعليم مهارات الحركات لطفل ما قبل المدرسة مؤتمر معلم رياض الأطفال الحاضر والمستقبل ، القاهرة ، كلية التربية ١٤-١٦ إبريل جامعة حلوان ١٩٨٧ م .

٨١. نجلاء إبراهيم جبر : وضع إستراتيجية للقوام السليم لتلاميذ ٦-٩ سنوات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧ م .
٨٢. نصرة محمد عبد المجيد : التعلم العلاجى ، مكتبة النهضة المصرية القاهرة ٢٠٠٥ م .
٨٣. هدى محمد قناوى : الطفل ورياض الأطفال ، مكتبة الاجنو المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .
٨٤. هدى محمود الناشف : رياض الأطفال ، دار الفكر العربى ، القاهرة ١٩٨٩ م .
٨٥. هدى محمود الناشف : استراتيجيات التعلم والتعليم فى الطفولة المبكرة ، دار الفكر العربى ، ط ٢ ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
٨٦. هشام محمد الصاوى : الاستكشاف الحركى وأثره فى نمو بعض المفاهيم الأساسية لطفل ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية رياض الأطفال ، جامعة الأسكندرية ١٩٩٩ م .
٨٧. هناء السيد محمد : كتب رياض الأطفال والتنشئة الإجتماعية القيمية للطفل المصرى فى رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ١٩٩٠ م .
٨٨. وفاء محمد سلامة : برنامج مقترح فى التربية البيئية لأطفال الروضة باستخدام الأنشطة ، رسالة غير منشورة كلية البنات ، جامعة عين شمس ١٩٩٤ م .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

89. Bolay B.A. : A descriptive Analytical study of teaching Behavirs that Reflect seheted Education Believes ,D.A.L Vol (44) , No, (10) , 1984
90. Bryant, Coveryk , : An analysis of strategies for tatting environmental concepts and values clarification in kinder garten , the journal of environmental education , Vol (9),No (1),1985.

91. *Cole Elizabeth* ; Art and learning fostering Ecological Awareness, Journal Article (080) childhood Education, Vol (68)No(5),1992
92. *Deborah, A.Woacharles, A.B* ; Foundations of physical Education and sport, Mosby-year Book,INC.1995
93. *Erk,K* ; Evaluation der effektivital eines bewegung sforder programmers in kinder garten . Deit deutsche hochshule klon . 1999
94. *Maadison* ; We recycle an activity guide age (3-5) teaching guide U.S , Wisconsin 202 S , thornier ave, 1992
95. *Spencer, Christopher* ; Evaluating envceironment-ntal education in nursery and primary school , environ mental education and information, Vol.(3) No . (1) , 1994.
96. *Staupp, William ,B* A instructional program approach to environmental education (K-12) basedoh an action model in : swah games and Staupp, *William ,B* , strategies towaerd amore livable future . gohh wicly , sons , Now York , 1989.

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية :

97. [Http// www . Mntathealth . .org/ scripts/rdirect-aspIp=885\(86\).](http://www.Mntathealth.org/scripts/rdirect-aspIp=885(86).)
98. [Http//www.meantathealth.org/scripts/reclctasp?ID625\(85\).](http://www.meantathealth.org/scripts/reclctasp?ID625(85).)
99. [Http // www. Yahoo behaviorn health deaf \(89\).](http // www. Yahoo behaviorn health deaf (89).)
100. [Http // www .pubmed . com / behavior health exercise \(84\)](Http // www .pubmed . com / behavior health exercise (84))
101. [http // www . mnta ; health .org / speripts / redirect. Asptp=885\(85\).](http // www . mnta ; health .org / speripts / redirect. Asptp=885(85).)
102. [Http // www . human pasture . com \(91\) .](Http // www . human pasture . com (91) .)