

## الفصل الخامس

٥/٠ الاستنتاجات والتوصيات

٥/١ استنتاجات البحث.

٥/٢ توصيات البحث.

## ٥/ الاستنتاجات والتوصيات :

### ١/٥ استنتاجات البحث :

في حدود أهداف وفروض البحث ومن خلال نتائج انحراف استدارة الكتفين وانحراف تحذب الظهر مقارنة بالمجموعة الضابطة الطبيعي اتضح من نتائج المتغيرات الوظيفية للجهاز الدوري التنفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية قيد البحث التالي:

(١) انحراف تحذب الظهر أكثر الانحرافات قيد البحث تأثيراً على متغير كفاءة العمل البدني وذلك في نتائج اختبار كفاءة العمل البدني المطلقة بنسبة (١,٦٥%) ، وكفاءة العمل البدني النسبية بنسبة (١,٥٧%) أقل من انحراف استدارة الكتفين.

(٢) انحراف تحذب الظهر أكثر الانحرافات قيد البحث تأثيراً على متغير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين وذلك في نتائج اختبار معدل الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق بنسبة (٢,٤٣%) ، ومعدل الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي (٢,٤٨%) أقل من انحراف استدارة الكتفين .

(٣) انحراف استدارة الكتفين أكثر الانحرافات قيد البحث تأثيراً على متغير معدل القلب وذلك في نتائج اختبار معدل القلب في الراحة بنسبة (١,٧٢%) ، ومعدل القلب في المجهود بنسبة (١,٨٥%) ، ومعدل القلب في الاستشفاء بنسبة (٢,٨٢%) أقل من انحراف تحذب الظهر.

(٤) انحراف استدارة الكتفين أكثر الانحرافات قيد البحث تأثيراً على متغير السعة الحيوية وذلك في نتائج اختبار السعة الحيوية المطلقة بنسبة (٢,٨٠%) ، والسعة الحيوية النسبية بنسبة (٦,٧٤%) أقل من انحراف تحذب الظهر.

(٥) انحراف تحذب الظهر أكثر الانحرافات قيد البحث تأثيراً على متغير كتم النفس وذلك في نتائج اختبار كتم النفس بنسبة (٢,١٧%) أقل من انحراف استدارة الكتفين.

## ٢/٥ توصيات البحث:

بناء على البيانات الواردة فى البحث والاستنتاجات المستمدة من النتائج وفى حدود مجتمع البحث يوصى الباحث بما يلى :

- (١) بناء على نتائج البحث يجب وضع برامج علاجية للتشوهات القوامية لتلافى الخلل الوظيفى الناتج عن انحراف تحذب الظهر وانحراف استدارة الكتفين.
- (٢) يجب وضع برامج على أسس علمية لتحسين الحالة الوظيفية للجهاز الدورى التنفسى للتلاميذ المصابين بانحرافى تحذب الظهر واستدارة الكتفين خاصة فى المرحلة الثانوية .
- (٣) تنظيم مؤتمرات وندوات ودورات خاصة بالسلوك الصحى القوامى لجميع التلاميذ والتلميذات داخل المدارس الثانوية والتنويه عن الدور الفعال لإكساب التلاميذ السلوك الصحى وذلك من خلال المواد الدراسية والنظرية والأنشطة المدرسية المتعددة.
- (٤) ضرورة غرس ونشر مبادئ الصحة العامة والسلوك الصحى والقوامى على وجه الخصوص لتلاميذ المدارس الثانوية لما لتأثيره الشديد على الحالة الوظيفية للجسم وخاصة للجهاز الدورى والتنفسى.
- (٥) الاهتمام بالعيادات الصحية داخل المدارس ودور الزائرة الصحية وخاصة فى مرحلة التعليم الثانوى وما يصاحبه من عادات قواميه خاطئة نتيجة التركيز فى التحصيل العلمى ونسيان الحالة البدنية.
- (٦) قيام المدارس بطبع العادات الصحية السلمية فى كتيبات توزع على تلاميذ المدرسة ووضع ملصقات وإعلانات تعلن بالمدرسة وكذلك تدريس مادة التربية الصحية فى المدارس وخاصة فى مرحلة التعليم الثانوى.

## قائمة المراجع

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

## المراجع

### أولاً : المراجع العربية :

١. إبراهيم خليفة : الانحرافات القوامية للطفل بالحلقة الأولى للتعليم الأساسي مركز البحوث التربوية ، ١٩٩٢ م .
٢. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٥ م .
٣. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي - الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
٤. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
٥. أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .
٦. أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، محمد صبحي حسنين : فسيولوجيا و مورفولوجيا الرياضة وطرق القياس للتقويم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
٧. أبو العلا عبد الفتاح ، إبراهيم شعلان : فسيولوجيا التدريب في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
٨. أحمد أمين فوزي : علم النفس الرياضي ، مبادئه - تطبيقاته ، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ١٩٩٢ م .
٩. أحمد محمد خاطر ، علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الرابعة ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
١٠. أسامة كامل راتب : النمو الحركي (الطفولة والمراهقة) ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
١١. أسماء طاهر نوفل : دراسة الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الغربية وعلاقتها بمدى توافر الاشتراطات الصحية بالمدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٥ م .

١٢. إقبال رسمي محمد محمد : قياس المعارف القوامية لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساس بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠م .
١٣. السيد عبد المقصود : تدريب وفسولوجيا التحمل ، مطبعة الشباب الحر ، الإسكندرية ، ١٩٩١م .
١٤. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي - تدريب وفسولوجيا القوة ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
١٥. إسمين وديح فرج : اللياقة الطريق للحياة الصحية ، منشأة المعارف ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩م .
١٦. أماني متولى إبراهيم : بعض التغيرات البدنية والوظيفية المصاحب لانحرافات العمود الفقري الأمامية - الخلفية للتلميذات من (١٢ : ١٥) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٢م .
١٧. أمين أنور الخولي ، : التربية الحركية للطفل ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
- أسامة كامل راتب
١٨. بهاء الدين إبراهيم سلامة : مقدمة في علم وظائف الأعضاء ، المكتبة الفصلية ، مكة المكرمة ١٩٨٥م .
١٩. بهاء الدين إبراهيم سلامة : الكيمياء الحيوية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٠م .
٢٠. بهاء الدين إبراهيم سلامة : فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
٢١. بهاء الدين إبراهيم سلامة : التمثيل الحيوي للطاقة في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩م .
٢٢. جنات محمد درويش ، : فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الثامنة ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، ١٩٩٨م .
- سناء عبد السلام علي

٢٣. **حياة مياد روفانييل** ، : اللياقة القوامية والتدليك الرياضى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م .
٢٤. **خليل ميخائيل معوض** : سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة) ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر الجامعي ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
٢٥. **رضوان محمد رضوان** : الصحة الشخصية للرياضى ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٤ م .
٢٦. **سيد محمود الطوباب** : النمو الإنسانى - أسسه وتطبيقاته ، الطبعة الثانية ، دار المعارف الجامعية ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
٢٧. **صفاء الدين الخربوطلى** : المواصفات الأنتروبومترية والبدنية والقوامية لبعض أنواع حد البلوغ *adult kyphosis* وأثرها على التوازن الثابت والحركى ، بحث منشور ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، العدد الثانى والأربعون ، ٢٠٠١ م .
٢٨. **طلحة حسين حسام الدين** : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
٢٩. **عباس عبد الفتاح الرملى** ، : اللياقة والصحة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩١ م .
٣٠. **عبد السلام زاهران** : علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، الطبعة الخامسة ، عالم الكتاب ، القاهرة ، ١٩٩٠ م .
٣١. **عصام عبد الخالق** : التدريب الرياضى نظريات - تطبيقات ، الطبعة الثامنة ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤ م .
٣٢. **على فهمى البيك** ، : راحة الرياضى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م .
- هشام مهييب** ،
- علاء عليهم**

٣٣. **فؤاد البهي السيد** : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ م.
٣٤. **فاروق عبده الوهاب** : الرياضة صحة ولياقة بدنية ، دار الشروق ، القاهرة ، ١٩٩٥ م.
٣٥. **فاطمة محمد صباح** : تغيرات شكل العمود الفقري للسباحين ، مجلة التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، العدد الأول ، ١٩٨٧ م.
٣٦. **كمال درويش** ، **عماد الدين عباس أبو زيد** ، **سسامي محمد علي** : الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد (نظريات ، تطبيقات) ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ م.
٣٧. **محسن يسس الدروي** : دراسة ميدانية عن بعض الانحرافات القوامية في العمود الفقري لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالقاهرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٣ م .
٣٨. **محسن يسس الدروي** : الحالة القومية للاعبين الجمناز والناشئين في جمهورية مصر العربية ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد ١٥ يوليو ١٩٩٢ .
٣٩. **محمد حسن علاوي** : علم النفس الرياضي ، الطبعة التاسعة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٤ م.
٤٠. **\_\_\_\_\_** : سيكولوجية النمو للمربي الرياضي ، مركز الكتاب لنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ م.
٤١. **\_\_\_\_\_** : مدخل في علم نفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ م.
٤٢. **محمد حسن علاوي** ، **محمد نصر الدين رضوان** : اختبارات الأداء الحركي ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ م.

٤٣. **محمد حسين خليل** : معدل انتشار الانحرافات القوامية بالمرحلة السنية ٦ : ١١ سنة بمحافظة الإسكندرية ( التشخيص والعلاج )، بحث منشور، المؤتمر العلمي الدولي الثاني لرياضه المرأة، كليه التربية الرياضية للبنات، جامعته الاسكندرية، ٢١-٢٤ اكتوبر ١٩٩٧م.
٤٤. **محمد سمير سعد الدين** : علم وظائف الأعضاء والجهد البدني ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
٤٥. **محمد صبحي حسنين** : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية ، الجزء الثانى ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٦ م .
٤٦. **محمد صبحي حسنين** ، القوام السليم للجميع ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- محمد عبد السلام راغب**
٤٧. **محمد عادل رشدي** ، ميكانيكية إصابة العمود الفقري ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٧م .
- محمد جسابر بريقسج**
٤٨. **محمد عبد الرحيم إسماعيل** : تدريب القوة العضلية وبرامج الأثقال للصغار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٨م .
٤٩. **محمد فتحي هندي** : علم التشريح الطبي للرياضيين ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩١م .
٥٠. **محمد نصر الدين رضوان** : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨م .
٥١. **مروة مسـ** : دراسة التشوهات القوامية لطرف السفلى لتلاميذ المرحلة الابتدائية في محافظة الغربية وعلاقتها ببعض مكونات اللياقة الحركية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كليه التربية الرياضية ، جامعته طنطا ، ٢٠٠٥م .
٥٢. **مسعود كمال فرابسة** : دراسة لبعض الانحرافات القوامية للعمود الفقري وعلاقتها بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي لطلاب كلية المعلمين بمكة المكرمة المملكة العربية السعودية مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ، العدد الثامن عشر ، ١٩٩٣م .

٥٣. **مصطفى محمود مصطفى** : بعض الانحرافات القوامية في العمود الفقري وعلاقتها بالسعة الحيوية للطلاب المتقدمين لجامعة المنصورة للعام الدراسي ( ٨٩ ، ١٩٩٠ ) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الزقازيق ، ١٩٩٢ م
٥٤. **معتز بالله حسنين** : دراسة مقارنة لبعض التشوهات القوامية لتلاميذ المرحلة السنية من ( ١٢ : ١٥ ) سنة ، في البيئة الريفية والحضرية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، ١٩٨٧ م.
٥٥. **منال عبد العزيز إبراهيم الحارث** : دراسة بعض التشوهات القوامية للطرف السفلي لتلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بدولة الكويت ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٦ م .
٥٦. **ناجية أحمد السيد الديب** : تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التحمل الدوري التنفسي وزمن ومستوى الأداء المهاري لطرق السباحة ، وعلاقتهم بالنمط الجسمي لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، العدد ١٩ ، ١٩٩٤ م .
٥٧. **نيسار محمد شلبي ، حسين أحمد حسنت** : موسوعة فسيولوجيا الرياضة ، بدار الكتب والوثائق القومية ، ٢٠٠٧ م .
٥٨. **ناهد أحمد عبد السرحيم** : أثر برنامج تمرينات مقترح لعلاج بعض الانحرافات للعمود الفقري على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي لتلميذات المرحلة الإعدادية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٦ م .

٥٩. **نجلاء إبراهيم جبر** : دراسة بض انحرافات العمود الفقري للتلاميذ من ٦ : ٩ سنوات بمحافظة بور سعيد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بور سعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٣م.
٦٠. **نجلاء جبر** : وضع إستراتيجية للقوام السليم لتلاميذ من ٦-٩ سنوات ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧م .
٦١. **هالة منسودور** : دراسة مسحية لتشوهات القوام لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي في بعض الإدارات التعليمية ، محافظة الإسكندرية ، بحث منشور،مجلة العلمية البدنية والرياضية كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، العدد الثالث ، ١٩٩١م.
٦٢. **هدى مصطفى درويش** : تقييم الحالة الوظيفية الميكانيكية للجهاز التنفسي والأداء الحركي في كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، العدد، الثالث ١٩٩٠م
٦٣. **ياسمين حسن على البحار** : ديناميكية نمو بعض القدرات البدنية لمرحلة الطفولة والمراهقة بدولة الكويت " دراسة مستعرضة من ٨ : ١٨ سنة ، بحث منشور، المجلة العامة للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، العدد ١٢ ، يناير ، ١٩٩٧م.
٦٤. **يوسف دهب على** : الفسيولوجيا العامة وفسيولوجيا الرياضة ، مكتبة الحرية ، القاهرة ، ١٩٩٧م.

### ثانياً: المراجع الأجنبية :

65. *Aaberg.E,* Muscle Mechanics,<sup>3<sup>rd</sup></sup> .ed., Human kinetics, Inc.,1998.
66. *Alter .M.,* Science of Flexibility, 2<sup>nd</sup> . ed., Human Kinetics, Inc., 1996.

67. *Auxter .D. pyfer .J., & Huettig .c.* Principles and Methods of Adapted physical Education and Recreation, M,<sup>th</sup> .ed., Mosby Co., Inc., 1997.
68. *Boachie, Adjie, D, Lonner, B* Sinal Deformity united states, 1996.
69. *Briggis A ;Strakerl;Greiga* Upper Guardant Postural changes of School formation technologies Ergonomics 2004 jnu 10;47 (7):p790-819
70. *Clive.K.,* Interrelation ships of Deformity, Impairment, Disability and Handicap in Adolescent idiopathic Thoracic Scoliosis (Scoliosis Pulmonary impairm-nt), Health - Sciences pathology , Volume 54 – 02B of Dissertation Abstracts international page 753. Mc master University, Canada, 1992.
71. *Davis . B., et al .,* Physical Education and the Study of Sport , 2<sup>nd</sup> .ed .m Mosby , London, Boston, New York, Philadelphia, 1995.
72. *Dunn . J.,* Special physical Education, Adapted, individualized, Developmental, 7<sup>th</sup> . ed., Brown & Benchmark publishers, Inc. 1997.
73. *Fleck .S. &Kraemer .W.,* Deigning Resistance Training programs, 2<sup>nd</sup> .ed., Human Kinetics, U.S.A. m 1997.
74. *Kelinglea , Hobelier ,* Spimalandmetabolic lodinguing simulate ions of golfflay London 1993 .
75. *Lachman .S., & Jenner .J.,* Soft Tissue Injuries in Sport, 1<sup>st</sup> . ed., Blackwell scientific publications, Inc., 1995.

76. *Lee.* Risk Factor and Incidence Analysis of Axial Musculoskeletal Deformities Among Junior High Age Children in Seoul, Korea., Microform publications, International Institute for Sport and Human performance, unit. Of Oregon, Eugene, one, V.S.A, 1994.
77. *Leveau .B.,* Williams and Lissner "Biomechanics of Human Motion ", 2<sup>nd</sup> .ed . W.B. Saunders Co. Philadelphia, London, Toronto, 1997.
78. *Lindsey .R., Jones .B., & Whitley .A.,* Fitness for , Health, Figure, physique, posture, 5<sup>th</sup> . ed., m .C. Brown Co. publishers, U.S.A., 1984.
79. *Loospmore , D . Y* Body dust is faction and imafe . distortiom cahper- journal , 1995.
80. *Mc Ardle, W., & Ketch, F ., & Ketch , V* Exercise physiology , 4<sup>th</sup> , ed ., Willimos & Wilkins. Philadelphia, 1996.
81. *Miller .D.,* Measurement by the physical Education , " Why and How " ., 3<sup>rd</sup> .ed., WCB, MC Graw – Hill, Inc., 1998.
82. *Netter .F.,* Developmental Disorders, Tumors Rheumatic Diseases and Joint Replacement , 1<sup>st</sup> . ed ., vol.8,II.Ciba-Geigy, Corporation Summit , New Jersey, 1992
83. *Pagliarulo. M.,* Introduction to physical Therapy, 1<sup>st</sup> .ed., Mosby year Book, Inc 1996.
84. *Pangrazi .R., & Dauer .V.,* physical Education for Elementary School Children, 10<sup>th</sup> .ed., Macmillan publishing Co.m New York, 1992.

85. *Payne . G . & Morrow . J.,* Exercise and Vo2 max in Children : Ameta – Analysis , RQES., Vol 64 ., No.3. U.S.A , September , 1993.
86. *Powers, s., & Hawley .E.* Exercise physiology , 3<sup>rd</sup> ,ed., Brown & Benchmark, Sydney, 1997.
87. *Rash . P., Grabiner . M , Gregor . R ., & Garhammer .j,;* Kinesiology and Applied Anatomy ,7 th ed , Lea & Febiger , Philadelphia, London, 1989
88. *Robergs, R. & Roberts, S.* Exercise physiology , Mosby Boston, 1997.
89. *Rosser. M.,* Body Fitness and Exercise , Basic Theory and practice for Therapists, 1<sup>st</sup> .ed., Hodder & Stoughton, London, 1995.
90. *Schepheird . R et al* physiology and Biochemistry Exercise, School of physical and Health Education, University of Toronto , New York, U.S.A, Vol.5, 1985.
91. *Sharrill .C.,* Adapted physical Education and Recreation, 3<sup>rd</sup> . ed., Wm. C. Brown publishers, Dubuque Iowa, U.S.A. 1986.
92. *shephard. R.* Fitness in Special Population, Human kinetics Books, Champaign , Illinois, Toronto , Canada, 1990.
93. *Sherry , E., & Bokor D.,* Sport medicine Problems and Practical Management , 1997 first published 1997 oxford university press.
94. *Smith .T& Gestaro .N.,:* “ Student – Centered physical Education, Strategies for Developing middle School Fitness and Skills, Human Kinetics, Inc., 1998.

95. *Smith Zuzovsky N*  
*Exner CE* The effect of seated positioning quality on typical 6 and 7 year old children's object manipulation skill AMJoccup ther 2004 Jul Aug 58 (4) p 380-8.
96. *Soderberg G.,* Kinesiology – Application to pathological Motion , 2<sup>nd</sup> .ed., Williams & , Wilkins & A waver Co., Philadelphia, London, Paris, 1995.
97. *Spiriduso . W .,* Physical Dimensions pf Aging , 1<sup>st</sup> . ed ., Human Kinetics . Inc ., 1995.
98. *Taylor , .P., &*  
*Taylor . D .,* Conquering Athletic injuries , American Running and Fitness Association , Leisure Press , Champaign , Illinois0 , 1988 .
99. *Thobodeum . G &*  
*Patton . K.,* the Human Body in Health & Disease , 3<sup>rd</sup> .ed., M Mosby Co ., Inc , 2002 .
100. *Turner, Molly,*  
*Faulty posture, its*  
*Effects and*  
*treatment William*  
*Heinam,* Medical books, Limited, London.. 1965.
101. *Wang YT Pascooe*  
*DD Pascoe D E ,*  
*Kim CK ;* In fluency of caring book bags on gatety cheand posture of youth , Department of Health and Human Performance , Auburn University AL 39846 . USA 1999.
102. *Wilmore, J.,&*  
*Costi ll. D .,* physiology of sport and Exercise, Human Kinetics , U.S.A., 1994.
103. *Zatsiorsky .V.,* Kinematics of Human Motion, 1<sup>st</sup> . ed.m Human kinetics, Inc., 1998
104. *Zuchetto AAT* Osefetos dotvimanente modesen vo liment da sopturalem , A tlenstade 1991.

**ثالثاً : مواقع شبكة الانترنت :**

105. <http://www.carmackchiropractie.com/news.html>,
106. <http://www.adnantarsha.com/Deformities.htm>
107. <http://www.moeforum.net/vb1/showthread.php?t=83624>
108. <http://www.moqatel.com/openshare/Behoth/MSehia10/SihyahMou/AMODFKRE/fig01.gif cvt.htm>
109. <http://alelaf.net/vb/t14315.html>
110. <http://www.elssafa.com/vb/showthread.php?t=12995>
111. <http://www.maxforums.net/showthread.php?t=140268>