

## ” الفصل الاول ”

### المقدمة

مقدمة ومشكلة البحث :-

القوام الجيد له آثاره الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية ، واتضح ان القوام الجيد يجعل الفرد في صورة تمكنه من خدمة وطنه بطريقه أفضل ، فبجانسب أنه يساعء أجهزة الجسم على أداء وظائفها بصورة أفضل ، فهو يعطى الفرد احساسا بالجمال ، فتظهر حركاته رشيقه منسقه فيها توافق بين أجزاء الجسم المختلفة بالاضافة الى ما يضيفه على الفرد من مظهر الثقة بالنفس مع ما يتمتع به من سمات شخصيه تجعله محبوبا بين زملائه فى الحياه خاصة فى العمل ، فيصبح ناجحا اجتماعيا خادما لوطنه بصورة أفضل .

ولقد اهتمت جمهورية مصر العربيه فى العصر الحديث عصر التقدم التكنولوجى السريع فى تطوير القوات المسلحة المصريه على جميع أنواعها عن طريق التدريب بأحدث الأساليب العلميه والأسلحة المتطورة حتى تساير مصر بقواتها وقوادها ما حزت به العالم الحديث لذلك وضعت القوات المسلحة مقاييس محددة للقبول بالكليات العسكريه لاختيار الطلبة للقبول فيها ، ومن هذه الاختبارات الطبيه التى تهتم بقوام الفرد من الناحية الصحيه وأيضا اختبارات اللياقة البدنيه وعلى أساس هذه الاختبارات يتم اختيار الطلبة فى كشف الهيئه والذى يهتم أيضا بقوام الفرد واهتماما كبيرا وبعد أن يتم التحاقهم بهذه الكليات يتم تدريبهم تدريباً عاليا لرفع كفاءتهم البدنيه والصحيه والعسكريه ومن هذه التدريبات الاحتفاظ بالقوام المعتدل وحيث أن القوات المسلحة تنقسم الى عدة أسلحة تختلف نوعيه العمل فى كل سلاح عن الآخر وطبيعة الدراسة والتدريب تختلف حسب نوع السلاح الذى تخرج منه ( مشاه / مدرعات / مدفعية / اشاره / استطلاع / شئون اداريه / مهندسين / أسلحة وذخيرته / دفاع جوى / خدمات طبيه ) فيتم توزيع هؤلاء الطلبة على هذه الأسلحة حسب برنامج مخطط وعند تخرج الطالب بعمل داخل أحد هذه الأسلحة كضابط ونظرا لأهمية البيئه التى يعيش فيها الفرد وخاصة من الناحية الصحيه والقواميه وتأثيرها عليه فنجد أن الفرد

يتصف بسمات التخصص الذي تخرج منه ويعمل به ، وقد لاحظ الباحث بعض التغيير بين نوعيه كل تخصص وآخر من الناحية القواميه نتيجة أسلوب العمل الذي يقوم به .

ويذكر أبو العلا عبد الفتاح ( ١٩٨٤ ) أن الانسان ليس مجرد وحدة وظيفيه بنائيه فقط فالجسم يتفاعل مع المؤثرات البيئيه الخارجيه مثل " المسكن والمناخ " والعمل والغذاء والنواحي الصحيه الأخرى التي قد تكون في تأثير دائم ومتصل مع الجسم ( ٣ : ٥٢ ) .

ويتفق كل حاملين Gaml in ( ١٩٦٥ ) آرنهيم وآخرون Arnhem ( ١٩٧٣ ) والمانيمير Almanimir ( ١٩٧٩ ) على أن من أهم العوامل البيئيه التي قد تؤدي الى حدوث التشوهات القواميه المختلفه سوء الأحوال البيئيه مثل سوء التهويه والضوء والمقاعد الغير مناسبه ( ٣٣ : ١٣٢ ) ( ٢٧ : ٢٠٢ ) ( ٢٦ : ٥٣ ) .

ومما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث والتي سوف يتم تناولها على ضابط القوات المسلحة وهو محاولة التعرف على أثر هذه التخصصات على الحاله القواميه لأفرادها .

### أهداف البحث :-

- ١ - الكشف عن أثر التخصصات المختلفه على الحاله القواميه لبعض أفراد القوات المسلحة .
- ٢ - التعرف على نسبة الانحرافات الشائعة في كل تخصص بين أفراد القوات المسلحة .
- ٣ - التعرف على نسبة الانحرافات للسنوات المختلفه في التخصص الواحد
- ٤ - مقارنة نسبة الانحرافات لدى أفراد القوات المسلحة بين التخصصات المختلفه ( مشاه / مدرعات / مدفعية / اشاره / استطلاع / شئون اداريه / مهندسين / أسلحة وذخيرته / دفاع جوى / خدمات طبيه ) .

تعريف المصطلحات :-

- ١ - القوام :- Posture  
هو المظهر أو الشكل الذي يتخذه الجسم ويتحدد بأوضاع المفاصل المختلفة التي يتحكم فيها نغمة الجهاز العضلي (٣٢: ٣٥) .
- ٢ - القوام السليم أو المستقيم :- (posture Alignment)  
هو العلاقة السليمة بين أجزاء الجسم المختلفة التي يجب أن تترابط وتعاون معا لحفظ الجسم في حالة الاتزان والتعادل مع بذل الحد الاولي للطاقة (٤١: ٨٥) .
- ٣ - انحراف القوام :- (posture mal lignment)  
هو انحراف أى جزء في الهيكل العظمى عن الوضع الطبيعي المتعارف عليه تشريحيا مما ينتج عنه تغيير في علاقة هذا الجزء بالأجزاء الأخرى (٢٨: ٢٧) .
- ٤ - زيادة التقعر العنقى : (Forward Head)  
هو اتخاذ الرأس اتجاهها أماميا على غير استقامته مع الجسم أثناء الوقوف أو الجلوس أو المشى (٢١: ٨) .
- ٥ - نقص التقعر العنقى :-  
هو نقص في تقعر المنطقة العنقية من العمود الفقري عن الوضع الطبيعي (١٩: ٦٠) .
- ٦ - زيادة تحدب الظهر :- Kyphosis  
هو عبارة عن زيادة غير عادية في انحناء المنطقة الظهرية من العمود الفقري عن الوضع الطبيعي (١٨: ٣٦) .

٧ - نقص تحدب الظهر :-

هو عبارة عن نقص في تحدب المنطقة الظهرية من العمود الفقري عن  
الوضع الطبيعي .

٨ - زيادة التقعر القطني :- (lordosis)

هو عبارة عن زيادة غير عادية في تجويف ( تقعر ) المنطقة القطنية  
ويكون مصحوبا بزيادة في زاوية ميل الحوض (٦ : ٢٨) .

٩ - نقص التقعر القطني :- ( Flat back )

هو عبارة عن نقص في تجويف المنطقة القطنية من العمود الفقري عن  
الوضع الطبيعي ( ٩ : ٢١ ) .

١٠ - الانحناء الجانبي :- scoliosis

هو التواء جانبي في العمود الفقري نتيجة لزيادة قوة العضلات على  
أحد جانبيين عن عضلات الجانب الآخر مما يخل بالوازن العضلي  
ويزيد الشد على العمود الفقري من جانب واحد ( ١٨ : ٣٦ ) .

١١ - درجة ثبات الجسم :-

هو المحافظة على توازن أجزاء الجسم سواء في الثبات أو الحركة  
( ٤٢ : ٣٣ ) .

١٢ - السمنة المفرطة :- ( obesity )

هي نوع من سوء التغذية يتميز بوجود كمية زائدة من الدهون المختزنة  
( ٤١ : ٨٦ ) .

١٣ - اللياقة القوامية :-

هي تلك اللياقة التي يستطيع الفرد أن يحصل بواسطتها على علاقات  
منطقية بين سائر أعضاء الجسم وفي مختلف حركاته ( ٢ : ٧ ) .