

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	جدول
٢٤	العضلات الأمامية للرقبة .....	( ٢-١ )
٢٥	العضلات أعلى العظم اللامي .....	( ٢-٢ )
٢٦	العضلات أسفل العظم اللامي .....	( ٢-٣ )
٢٧	العضلات الخلفية للرقبة .....	( ٢-٤ )
٢٨	العضلات الجانبية للرقبة .....	( ٢-٥ )
	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء	( ٣-١ )
٧٧	للمتغيرات الأساسية .....	
	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء	( ٣-٢ )
٧٧	لقوة عضلات الرقبة لدى عينة البحث .....	
	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمتغيرات الأساسية	( ٣-٣ )
٧٨	للمجموعتين التجريبية و الضابطة .....	
	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء	( ٣-٤ )
٧٨	للمدى الحركي ودرجة الألم لدى عينة البحث .....	
	النسبة المئوية لآراء الخبراء في أهمية التمرينات التأهيلية	( ٣-٥ )
٨٧	( محتوى البرنامج ) .....	
	توزيع الأزمنة المحددة لمحتوى البرنامج التأهيلي المقترح قيد	( ٣-٦ )
٩٠	البحث .....	
٩٢	المرحلة الأولى من البرنامج التأهيلي .....	( ٣-٧ )
١١٦	المرحلة الثانية من البرنامج التأهيلي .....	( ٣-٨ )
١٣٨	المرحلة الثالثة من البرنامج التأهيلي .....	( ٣-٩ )

## تابع قائمة الجداول

الصفحة	المستند	الرمز
	دلالة الفروق بين القياس القبلي لقوة عضلات الرقبة للمجموعتين التجريبية والضابطة .....	(٤-١)
١٥٥	دلالة الفروق بين القياس القبلي للمدى الحركي ودرجة الألم لدى المجموعتين التجريبية والضابطة .....	(٤-٢)
١٥٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة التجريبية .....	(٤-٣)
١٥٧	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة التجريبية .....	(٤-٤)
١٥٨	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوي ( L.S.D ) .....	(٤-٥)
١٥٩	نسبة التحسن بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة التجريبية .....	(٤-٦)
١٦٠	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي ودرجة الألم لدى المجموعة التجريبية .	(٤-٧)
١٦٢	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي لمفصل الرقبة لدى المجموعة التجريبية .....	(٤-٨)
١٦٣	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي لمفصل الرقبة لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوي ( L.S.D ) .....	(٤-٩)
١٦٤		

## تابع قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	جدول
	نسبة التحسن بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي للمجموعة التجريبية .....	(٤-١٠)
١٦٥	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) ودرجة الألم لدى المجموعة التجريبية .....	(٤-١١)
١٦٦	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لدرجة الألم لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوي ( L.S.D ) .....	(٤-١٢)
١٦٧	نسبة التحسن لدرجة الألم لدى المجموعة التجريبية للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) .....	(٤-١٣)
١٦٧	المتوسط الحسابي الانحراف المعياري للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-١٤)
١٦٨	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-١٥)
١٦٩	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار أقل فرق معنوي ( L.S.D ) .....	(٤-١٦)
١٧٠	نسبة التحسن للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-١٧)
١٧١	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي ودرجة الألم لدى المجموعة الضابطة ..	(٤-١٨)
١٧٢	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركي لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-١٩)
١٧٤	.....	

## تابع قائمة الجداول

الصفحة	المحتوى	الترتيب
١٧٤	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) للمدى الحركى لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( L.S.D ) .....	(٤-٢٠)
١٧٦	نسبة التحسن للقياس ( القبلي - التتبعي - القبلي ) للمدى الحركى لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-٢١)
١٧٧	تحليل التباين بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لدرجة الأكم لدى المجموعة الضابطة .....	(٤-٢٢)
١٧٧	دلالة الفروق بين القياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) لدرجة الأكم لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( L.S.D ) .....	(٤-٢٣)
١٧٨	نسبة التحسن لدرجة الأكم لدى المجموعة الضابطة للقياس ( القبلي - التتبعي - البعدي ) .....	(٤-٢٤)
١٧٨	دلالة الفروق للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الأول لقوة عضلات الرقبة .....	(٤-٢٥)
١٧٩	دلالة الفروق للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الثانى لقوة عضلات الرقبة .....	(٤-٢٦)
١٨٠	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدي لقوة عضلات الرقبة .....	(٤-٢٧)

## تابع قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	جدول
١٨١	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الأول للمدى الحركى ودرجة الألم .....	(٤-٢٨)
١٨٣	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الثانى للمدى الحركى ودرجة الألم .....	(٤-٢٩)
١٨٤	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدى للمدى الحركى ودرجة الألم .....	(٤-٣٠)
١٨٦	نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى متغيرات البحث .....	(٤-٣١)

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	شكل
٧	العمود الفقري .....	( ٢-١ )
٩	فقرة عنقية نموذجية للعمل .....	( ٢-٢ )
١٠	الفقرة العنقية الأولى .....	( ٢-٣ )
١١	الفقرة العنقية الثانية المحورية من الخلف .....	( ٢-٤ )
١٣	الغضاريف .....	( ٢-٥ )
١٣	قرص غضروفي .....	( ٢-٦ )
٢٣	مجموعات عضلات الرقبة .....	( ٢-٧ )
٢٩	تشريح للمنطقة العنقية .....	( ٢-٨ )
٨٠	مراحل تشخيص الإصابة .....	( ٣-١ )
٨٣	قياس القوة العضلية يميناً .....	( ٣-٢ )
٨٤	قياس درجة الألم .....	( ٣-٣ )
٨٥	قياس المدى الحركي للدوران يساراً .....	( ٣-٤ )
	دلالة الفروق بين القياس القبلي لقوة عضلات الرقبة للمجموعتين التجريبية والضابطة .....	( ٤-١ )
١٥٥	التجريبية والضابطة .....	
	دلالة الفروق بين القياس القبلي للمدى الحركي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة .....	( ٤-٢ )
١٥٦	التجريبية والضابطة .....	
	دلالة الفروق بين القياس القبلي لدرجة الألم لدى المجموعتين التجريبية والضابطة .....	( ٤-٣ )
١٥٧	التجريبية والضابطة .....	
	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس ( القبلي - التبعي - البعدي ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة التجريبية .....	( ٤-٤ )
١٥٨		

## تابع قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	شكل
	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى للقياس ( القبلى - التتبعى	(٤-٥)
١٦٢	- البعدى ) للمدى الحركى لدى المجموعة التجريبية .....	
	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى للقياس ( القبلى - التتبعى	(٤-٦)
١٦٣	- البعدى ) لدرجة الألم لدى المجموعة التجريبية .....	
	المتوسط الحسابى الانحراف المعيارى للقياس ( القبلى - التتبعى -	(٤-٧)
١٦٨	البعدى ) لقوة عضلات الرقبة لدى المجموعة الضابطة .....	
	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى للقياس ( القبلى - التتبعى	(٤ -٨)
١٧٢	- البعدى ) للمدى الحركى لدى المجموعة الضابطة .....	
	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى للقياس ( القبلى - التتبعى	(٤-٩)
١٧٣	- البعدى ) لدرجة الألم لدى المجموعة الضابطة .....	
	دلالة الفروق للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى	(٤-١٠)
١٧٩	الأول لقوة عضلات الرقبة .....	
	دلالة الفروق للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى	(٤-١١)
١٨٠	الثانى لقوة عضلات الرقبة .....	
	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس	(٤-١٢)
١٨١	البعدى لقوة عضلات الرقبة .....	
	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس	(٤-١٣)
١٨٢	التتبعى الأول للمدى الحركى .....	
	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس	(٤-١٤)
١٨٢	التتبعى الأول لدرجة الألم .....	

## تابع قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
١٨٣	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الثانى للمدى الحركى .....	(٤-١٥)
١٨٤	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس التتبعى الثانى لدرجة الألم .....	(٤-١٦)
١٨٥	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدى للمدى الحركى .....	(٤-١٧)
١٨٥	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدى لدرجة الألم .....	(٤-١٨)
١٨٧	نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى متغيرات البحث .....	(٤-١٩)