

المحتوى

الصفحة

الموضوع

3	مقدمة:
7	* الفصل الأول: أهمية الوضعية الجسدية:
17	* الفصل الثاني: جهاز الاحساس الذاتي:
17	1.2 - تمهيد:
17	2.2 - جهاز الاحساس الذاتي:
18	1.2.2 - جهاز التوازن:
21	2.2.2 - جهاز الحركة:
22	3.2 - أهمية جهاز الاحساس الذاتي ودوره:
25	* الفصل الثالث: مفهوم الوضعية:
25	1.3 - الوضعية الديناميكية:
26	2.3 - الوضعية الستاتيكية:
27	3.3 - الجانب الميكانيكي للوضعية:
34	4.3 - الوضعية السيئة:
35	5.3 - تقييم الوضعية:
37	* الفصل الرابع: وضعية الوقوف:
37	1.4 - أهمية وضعية الوقوف:
38	2.4 - مزايا وضعية الوقوف:
38	3.4 - عيوب وضعية الوقوف:
43	* الفصل الخامس: وضعية الجلوس:
43	1.5 - أهمية وضعية الجلوس:
44	2.5 - مزايا وضعية الجلوس:
45	3.5 - عيوب وضعية الجلوس:

49	* الفصل السادس: علم قياس أبعاد الجسم:
49	1.6 - تمهيد
51	2.6 - تعريف الأبعاد الجسمية الستاتيكية:
51	1.2.6 - القامة
52	2.2.6 - ارتفاع الجلوس
52	3.2.6 - ارتفاع العين
54	4.2.6 - ارتفاع الكتف
55	5.2.6 - ارتفاع المرفق
56	6.2.6 - ارتفاع الفخذ
56	7.2.6 - ارتفاع خلف الركبة
57	8.2.6 - عرض الكتفين
58	9.2.6 - العرض ما بين المرفقين
59	10.2.6 - عرض الردفين
60	11.2.6 - الطول من خلف الردفين إلى خلف الركبة
60	12.2.6 - وصول الذراع
62	3.6 - صعوبات القياس
63	4.6 - معالجة البيانات
66	5.6 - تطبيق الأبعاد الجسمية في التصميم
67	6.6 - العوامل المؤثرة على أبعاد الجسم:
67	1.6.6 - الملابس والأجهزة
68	2.6.6 - السن
69	3.6.6 - الجنس
69	4.6.6 - وضعية الجسم
70	5.6.6 - الفروق التاريخية
73	* الفصل السابع: تصميم الكراسي:
73	1.7 - تمهيد
75	2.7 - مريح الظهر

92	ارتفاع الكرسي	3.7 -
95	سطح الكرسي	4.7 -
100	مريحة الذراع	5.7 -
101	مريحة القدم	6.7 -
101	التنجيد والتغليف	7.7 -
105	* الفصل الثامن: تصميم مراكز العمل في وضعية الجلوس		
105	تمهيد	1.8 -
107	ارتفاع سطح العمل	2.8 -
112	سطح الطاولة	3.8 -
128	الارتفاع العمودي بين سطح الكرسي وأسطح الطاولة	4.8 -
218	الفتحة الخاصة بالرجلين	5.8 -
129	الوصول	6.8 -
130	الرؤية	7.8 -
133	* الفصل التاسع: اللارتياح		
133	تعريف اللارتياح	1.9 -
135	اللائارتياح والاليم	2.9 -
136	اللائارتياح والتعب	3.9 -
138	العوامل المتسببة في اللارتياح	4.9 -
143	تقنيات قياس اللارتياح	5.9 -
143	1.5.9 - تمهيد	
144	2.5.9 - سلوك الجلوس	
149	3.5.9 - الحكم الذاتي	
155	* 10 - المراجع		
155	المراجع باللغة العربية	1.10 -
156	المراجع باللغات الأجنبية	2.10 -