**جامعة محمد لمين دباغين- سطيف02-**

**قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية**

****

**أستاذ المقياس: مداسي**

**النشاط الإجمالي في مقياس الإسعافات الأولية والإصابات الرياضية**

**هذا النشاط يهدف الى قياس مدى تحكمك في الهدف الخاص للمحاضرة**

**السند :**

يتعرض الكثير منّا في أوقات كثيرة إلى جروح أو حوادث سواء معنا أو مع أشخاص حولنا، ومعظمنا لا يعرف كيف يتعامل مع مثل هذه الحالات وتحديداً إذا لم يمتلك ثقافة صحيّة أو معلومات عن الإسعافات الأولية؛ لذلك سوف نتناول هنا مفهوم الإسعافات الأولية وكذلك القواعد الأساسية له والتي تمكنّا من التعامل مع الحالات المرضية التي تحتاج إلى إسعافات بسيطة.  
  
**بناءا على ما درست:**

**التعليمة الأولى: ..............................................................**

وضح أسباب حدوث الإصابات الرياضية وأعراضها ؟

**التعليمة الثانية : .............................................,..............**

اشرح طريقة التدخل والتصرف عند حدوث الإصابة ؟

**ملاحظة : ترسل الإجابة في ملف word – الإلتزام بالتواريخ المحددة لإرسال الإجابات**

**مع تمنياتي لكم بالتوفيق.....☻**