**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 :**

حتى تستطيع أن تكون مسعفاً يجب أن تمتلك مجموعة من الأساسيات والقواعد ومن أهمها ما يلي: يجب الإلمام بقواعد الإسعافات الأولية وأساسياتها والمسؤولية التي تترتب عليها. فهم كيفية عمل التنفس الاصطناعي. ضرورة تقييم المكان الذي وقع فيه الحادث وتأمينه. وضع المريض في وضعية مريحة وملائمة بحيث لا تزيد من خطورة حالته. محاولة الإلمام بالأعراض والعلامات التي تصاحب الحوادث البسيطة؛ بهدف تجنب تضاعفها والتعامل معها.  
**بناءا على ما درست:**

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

وضح طريقة الإنعاش القلبي الرئوي ؟

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

اشرح طريقة إسعاف شخص يالغ في حالة إختناق وواعي ؟

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

**مع تمنياتي لكم بالتوفيق.....☻**