

بنك الاسئلة

الاصابات الرياضية والاسعافات الاولى

- س١- عرف الاصابة الرياضية موضحا تصنيفات تقسيمات الاصابات الرياضية ؟
- س٢ - عرف الاصابة الرياضية موضحا درجاتها ؟
- س٣- ما هى الأعراض الرئيسية لإصابات الملاعب مع الشرح والتحليل ؟
- س٤- ما هى الأسباب العامة لحدوث الإصابات الرياضية موضحا كل منها بالشرح والتحليل ؟
- س٥ - وضح فى نقاط محددة العوامل المسببة للإصابات الرياضية ؟
- س٦- عرف الاصابة الرياضية وماهيتها موضحا كيفية حدوث إصابات الملاعب والعلامات الدالة عليها ؟
- س٧- ما هى الإجراءات الفورية للإصابات الرياضية موضحا كل منها بالشرح التفصيلي ؟
- س٨ - وضح أنواع الإصابات الرياضية الشائعة موضحا كل منها بالتفصيل ؟
- س٩ - وضح أنواع الإصابات الرياضية الشائعة مع شرح اصابات العضلات بالتفصيل ؟
- س١٠ - وضح أنواع الإصابات الرياضية الشائعة مع شرح اصابات المفاصل بالتفصيل ؟
- س١١ - وضح أنواع الإصابات الرياضية الشائعة مع شرح اصابات العظام بالتفصيل ؟
- س١٢- عرف الكدمات موضحا درجاتها وانواعها وكيفية اجراء الاسعافات الاولى لها ؟
- س١٣- عرف الشد والتمزق العضلى كاحد اهم اصابات العضلات موضحا كيفية اجراء الاسعافات الاولى ؟
- س١٤- اذكر أسباب الشد والتمزق العضلى موضحا درجاته واعراضه وكيفية اجراء الاسعافات الاولى ؟
- س١٥- عرف التقلص العضلي موضحا اسبابه واجراء الاسعافات الاولى له وكيفية علاجه؟
- س١٦ - وضح كيفية حدوث الألم العضلى عقب القيام بمجهود رياضى مع شرح الاسعافات الاولى له وكيفية علاجه ؟
- س١٧- ماهى اصابات المفاصل وكيفية حدوثها موضحا اهم هذه الاصابات مع الشرح ؟
- س١٨ - عرف الجذع او الملخ " الالتواء " مع توضيح اعراضه ؟ وكيفية اجراء الاسعافات الاولى ؟
- س١٩ - عرف الخلع موضحا انواعه واعراضه وكيفية اجراء الاسعافات الاولى ؟

- س٢٠ - ماهى اصابات المفاصل وكيفية حدوثها موضحا اهم هذه الاصابات مع الشرح ؟
- س٢١- عرف الكسر مع توضيح كيفية علاج وتأهيل الكسور ؟
- س٢٢- ماهى اصابات الجلد وكيفية حدوثها موضحا اهم هذه الاصابات مع الشرح ؟
- س٢٣- عرف الجروح مع ذكر انواعها ؟ موضحا الاسعافات الاوليه لها بالشرح والتحليل ؟
- س٢٤- اذكر انواع الجروح موضحا اسبابها والاسعافات الاوليه للجرح القطعى ؟
- س٢٥- عرف النزيف موضحا اسبابه وكيفية اجراء الاسعافات الاوليه له ؟
- س٢٦- ما هو نزيف الانف واسباب حدوثه موضحا كيفية اجراء الاسعافات الاوليه له ؟
- س٢٧- ما هى الاسعافات الاوليه موضحا الهدف منها ؟
- س٢٨- عرف الاسعافات الاوليه واهم دواعى استخدامها ؟
- س٢٩- ما هى الاسعافات الاوليه موضحا كيفية إعداد حقيبة الإسعافات الاوليه لمختلف الاصابات الرياضية ؟
- س٣٠- تكلم عن ماهية الاسعافات الاوليه موضحا اهميتها والهدف منها ودواعي استخدامها ومحتوى حقيبة الاسعافات الاوليه ؟