**برنامج المقياس**

**المحور الأول: الإصابات الرياضية**

**المحاضرة الأولى:**

الإصابات الرياضية مفهومها وتصنيفها.

الأسباب العامة لحدوث الإصابة الرياضية

الأعراض

تشخيصها

مضاعفاتها

**المحاضرة الثانية:**

أنواع الإصابات الرياضية

التغيرات الفسيولوجية الناتجة عن الإصابات

الوقاية من الإصابات

**المحور الثاني: سيكولوجية الإصابات الرياضية**

**المحاضرة الأولى**

مفهوم الإصابة النفسية الرياضية

العوامل النفسية المساعدة على حدوث الإصابة الرياضية

الاستجابات النفسية للإصابة الرياضية

المظاهر النفسية للإصابة الرياضية

**المحاضرة الثانية**

العلاج والتأهيل الرياضي

**المحور الثالث: الإسعافات الأولية**

**المحاضرة الاولى**

مدخل عام للإسعافات الأولية.

المبادئ والقوانين الأساسية للإسعافات الأولي

**المحاضرة الثانية**

بعض أنواع الإصابات

مفهوم

الاسباب

الانواع والأعراض

 الإسعاف العلاج