

# الملاحق

الملحق رقم ( 1 ) : نموذج إحصائي لتسجيل الإصابات أثناء ممارسة النشاط الرياضي في الوسط المدرسي

المؤسسة التعليمية : .....

الرقم	الجنس	المرحلة الدراسية	نوع الإصابة	سبب الإصابة	النشاط الذي تعرض فيه للإصابة	العلاج

من إعداد الطالب الباحث : بوقوفة محمد

تحت إشراف : د / بن لكحل منصور

## الملحق رقم : ( 02 )

قائمة الأساتذة المحكمين للإستبيان و المقابلة

المؤسسة التعليمية	التخصص	الإسم و اللقب
جامعة مستغانم	أستاذ التدريب الرياضي	الدكتور بن لكحل منصور
جامعة مستغانم	أستاذ علم النفس الرياضي	الدكتور تواتي أحمد بن قلاوز
جامعة مستغانم	أستاذ نظريات و منهجية التربية البدنية	الدكتور مقراني جمال
جامعة مستغانم	أستاذ فسيولوجيا الرياضة	الدكتور أحسن أحمد
جامعة مستغانم	أستاذ علم الاجتماع الرياضي	الدكتور بلكبش قادة
جامعة مستغانم	أستاذ فسيولوجيا الرياضة	الدكتور زيشي نور الدين
جامعة الشلف	أستاذ فسيولوجيا الرياضة	الدكتور تركي أحمد
جامعة الشلف	أستاذ علم النفس الرياضي	الدكتور عكوش كمال

### الملحق رقم : ( 03 )

المدارس الثانوية التي أجري فيها البحث

الدوائر الموزعة على ولاية الشلف	الرقم	
أبو الحسن	01	ثانوية يطو بن أحمد
	02	ثانوية تلعة
	03	ثانوية زوقاري لخضر ( تاجنة )
تنس	04	ثانوية ايداكرة محمد
	05	ثانوية بن ساحلي حسان
	06	ثانوية هوارى بومدين
	07	ثانوية مرسللي عبد الله ( سيدي عكاشة )
بني حواء	08	ثانوية المكى عبد القادر
المرسى	09	ثانوية مبروكة بنونة
الزبوجة	10	ثانوية بودريالة الميلود
	11	الثانوية الجديدة
	12	ثانوية بنايرية
بوزغاية	13	ثانوية 18 فيفري
أولاد فارس	14	ثانوية محمد بوزينة
	15	الثانوية الجديدة
الشطية	16	ثانوية الخوارزمي
	17	ثانوية السلام
	18	ثانوية مرواني الجيلالي
تاوقريت	19	ثانوية زروقي الشيخ
	20	ثانوية الظهرة
	21	ثانوية الهرانفة

ثانوية صلاح الدين الأيوبي	22	بوقادير
ثانوية روم خليفة ( الصبحة )	23	
ثانوية عبد الرحمان كرزازي	24	
ثانوية العقيد لطفي	25	
ثانوية محمد بوديس	26	واد الفضة
ثانوية بوزار السعيد	27	
ثانوية بلحيرش الحاج عبدالله ( بني راشد )	28	
ثانوية محمد خنتاش ( حرشون )	29	
ثانوية حسية بن بوعلي ( الكريمة )	30	
ثانوية الثورة	31	
ثانوية الونشريسي	32	الشلف
ثانوية بلحاج قاسم نور الدين	33	
ثانوية الحاج ميلود عبد الحميد	34	
ثانوية شيهان علي	35	
ثانوية السعادة	36	
ثانوية الجيلالي بونعامة	37	
ثانوية العقيد بوقرة	38	
ثانوية حشماوي عبد القادر ( أم الذروع )	39	
ثانوية محمد بوعايسي	40	
ثانوية علي شاشو	41	
ثانوية دعلوز الحاج	42	عين امران
ثانوية بلحاج عبد الهادي شريف	43	
ثانوية الإخوة قوادي هني	44	السنجاس
ثانوية محمد سحنون	45	واد سلي
ثانوية الإخوة سعدي	46	

الملحق رقم ( 04 ) :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة استبيان عن الإصابات الناتجة من ممارسة النشاط الرياضي في الوسط المدرسي وكذا  
الإجراءات الوقائية لتجنب حدوثها خاصة بتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي 15 - 18 سنة

في إطار إنجاز بحث حول الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي ، أنواعها و أسباب حدوثها وكذا  
الإجراءات الوقائية لتجنب وقوعها  
نرجو منكم أعزائي الطلبة أن تهيئوا على الأسئلة الواردة في هذا الاستبيان

بيانات خاصة بالتلاميذ :

الجنس : ذكر

أنثى

المستوى الدراسي : الأولى ثانوي

الثانية ثانوي

الثالثة ثانوي

مع خالص الشكر

المحور الأول : الإصابات الشائعة أثناء ممارسة النشاط الرياضي في الوسط المدرسي .

س01 : هل سبق وأن أصبت في نفس مكان هذه الإصابة التي تعرضت لها؟

نعم ☐ لا ☐

س02 : هل تعرضت لإصابات أخرى أثناء ممارسة النشاط البدني و الرياضي في المدرسة ؟

نعم ☐ لا ☐

س03 : في أي جزء من جسمك وقعت لك الإصابة ؟

<input type="checkbox"/>	الرأس	<input type="checkbox"/>	القدم	<input type="checkbox"/>	الفخذ
<input type="checkbox"/>	البطن	<input type="checkbox"/>	الركبة	<input type="checkbox"/>	الظهر
<input type="checkbox"/>	الكتف	<input type="checkbox"/>	المرفق	<input type="checkbox"/>	الساق
<input type="checkbox"/>	الصدر	<input type="checkbox"/>	اليد	<input type="checkbox"/>	الوجه

جزء آخر : .....

س04 : ما نوع الإصابة أو الإصابات التي تعرضت لها ؟

<input type="checkbox"/>	كسر	<input type="checkbox"/>	التواء مفصل الكاحل	<input type="checkbox"/>	كدمات
<input type="checkbox"/>	تمزق عضلي	<input type="checkbox"/>	صدمة عصبية	<input type="checkbox"/>	إصابات جلدية
<input type="checkbox"/>	تقلص عضلي	<input type="checkbox"/>	سحجات و جروح	<input type="checkbox"/>	آلام الظهر
<input type="checkbox"/>	خلع مفصلي	<input type="checkbox"/>	التواء مفصل الركبة	<input type="checkbox"/>	تمزق الأربطة
<input type="checkbox"/>	إغماء	<input type="checkbox"/>	التواء رسغ اليد	<input type="checkbox"/>	

إصابات أخرى : .....

س05 : ما توقيت حدوث الإصابة أو الإصابات التي تعرضت لها أثناء الحصة ؟

المرحلة التمهيدية ☐ المرحلة الرئيسية ☐ المرحلة الختامية ☐

س06 : في أي نشاط من الأنشطة المدرسية تعرضت للإصابة ؟

<input type="checkbox"/>	النصف الطويل	<input type="checkbox"/>	كرة اليد	<input type="checkbox"/>	دفع الجلة
<input type="checkbox"/>	السرعة	<input type="checkbox"/>	كرة السلة	<input type="checkbox"/>	الجمباز
<input type="checkbox"/>	الوثب الطويل	<input type="checkbox"/>	الكرة الطائرة	<input type="checkbox"/>	نشاط آخر : .....

س07 : هل تعرضت للإصابة أثناء ؟

☐

النشاط الرياضي الصفي ( درس التربية البدنية أو النشاط الداخلي )

☐

النشاط الرياضي اللاصفي ( النشاط الخارجي )

☐

امتحان البكالوريا الرياضية

س08 : هل أثرت الإصابة التي تعرضت لها على مستواك الدراسي ؟

☐

لا

☐

نعم

إذا كانت الإجابة بنعم كيف ذلك : .....

س09 : هل الإصابة كانت عائقا في مشوارك الرياضي ؟

☐

لا

☐

نعم

إذا كانت الإجابة بنعم كيف ذلك : .....

المحور الثاني : أسباب الإصابات الرياضية

س01 : هل أدت تمارين التسخين و المرونة المفصلية قبل تعرضك للإصابة ؟

☐

لا

☐

نعم

س02 : ما نوع الأرضية التي كنت تمارس فيها النشاط الرياضي الذي أصبت فيه ؟

☐

أرضية مطاطية ( القاعة الرياضية )

☐

أرضية صلبة

☐

أرضية رملية (حوض القفز الطويل )

☐

أرضية ترابية

س03 : هل الأرضيات التي تمارسون عليها النشاط الرياضي صالحة للممارسة ؟

☐

لا

☐

نعم

س04 : هل المساحات الفراغية المحيطة بالملاعب كافية لاندفاع التلميذ أثناء الحركة و السقوط أو الدفع

المفاجئ من طرف الزميل ؟

☐

لا

☐

نعم

س05 : هل تشعر بآلام أثناء الجري على أرضية صلبة ؟

☐

لا

☐

نعم

حدد موضع الألم : .....



س 06 : هل تشعر بالإرهاق والتعب أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

دائما ☐ غالبا ☐ أحيانا ☐ نادرا ☐

س 07 : هل حدثت إصابتك بسبب ؟

<input type="checkbox"/>	حماس و اندفاع زائد	<input type="checkbox"/>	التصادم و الاحتكاك
<input type="checkbox"/>	حذاء غير مناسب	<input type="checkbox"/>	سقوط على أرضية صلبة
<input type="checkbox"/>	إرهاق و إجهاد	<input type="checkbox"/>	الإحماء الغير كافي
<input type="checkbox"/>	أسباب نفسية	<input type="checkbox"/>	أداء في خاطئ
<input type="checkbox"/>	الظروف الجوية	<input type="checkbox"/>	انخفاض اللياقة البدنية
		<input type="checkbox"/>	أرضية غير صالحة للممارسة الرياضية

أسباب أخرى : .....

س 08 : هل توقيت حصة التربية البدنية و الرياضية مناسب لممارسة النشاط الرياضي ؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بلا فعمل إجابتك : .....

س 09 : هل تعاني من أحد الأمراض المزمنة ؟

نعم ☐ لا ☐

ما إسم هذا المرض : .....

المحور الثالث: الإجراءات المتخذة فور و بعد وقوع الإصابة .

س 01 : هل تلقيت الإسعافات الأولية اللازمة بعد تعرضك للإصابة ؟

نعم ☐ لا ☐

س 02 : هل ذهبت إلى طبيب أخصائي لعلاج الإصابة ؟

نعم ☐ لا ☐

س 03 : هل تلقيت علاجا تأهيليا للعضو المصاب ؟

نعم ☐ لا ☐

س 04 : هل أصبحت بنفس المستوى بعد علاجك من الإصابة ؟

نعم ☐ لا ☐

س05 : هل عدت لممارسة النشاط الرياضي بعد الإصابة ؟

☐ نعم ☐ لا

علل إجابتك إذا كانت بلا : .....

س06 : كم استغرق علاجك للإصابة ؟

من 01 إلى 06 أيام ☐ من 07 إلى 15 يوم ☐  
من 15 إلى 30 يوم ☐ أكثر من شهر ☐

المحور الثالث: الإجراءات الوقائية لتجنب الإصابات الرياضية

س01 : هل هناك طبيب أو مسعف في مؤسستكم التربوية ؟

☐ نعم ☐ لا

س02 : هل تتلقون فحوصات طبية شاملة و دورية خلال السنة الدراسية ؟

☐ نعم ☐ لا

س03 : إذا كنتم تتلقون هذه الفحوصات الطبية الشاملة فهل هي؟

في بداية السنة الدراسية ☐ في وسط السنة الدراسية ☐

س04 : هل حقبة الإسعافات الأولية موجودة أثناء حصص التربية البدنية و الرياضية ؟

دائما ☐ غالبا ☐ أحيانا ☐ نادرا ☐

س05 : هل تلقيت شروحا نظرية حول الإصابات الرياضية ، أسبابها و أنواعها وكيفية تفاديها ؟

☐ نعم ☐ لا

س06 : هل ترتدي أدوات الوقاية أثناء المنافسات الرياضية المدرسية ؟

☐ نعم ☐ لا

س07 : هل تواصل التمرين بعد شعورك بالألم في أحد أعضاء جسمك ؟

☐ نعم ☐ لا

س08 : هل يوقفك أستاذك عن مواصلة التمرين الرياضي بعد شعورك بالألم في أحد أعضاء جسمك ؟

☐ نعم ☐ لا

س09 : هل يعطيك أستاذك مواصفات الحذاء و اللباس المناسبين لممارسة النشاط الرياضي ؟

☐ نعم ☐ لا

س 10 : هل يتميز جسمك ببعض التغيرات القوامية التالية ؟

☐

تسطح القدمين

☐

انحناء الرجلين

☐

تقوس الرجلين

☐

طول أحد الرجلين عن الآخر

☐

لا يوجد تغير قوامي

س 11 : هل تقوم بتمارين الإحماء في بداية كل حصة تعليمية ؟

☐

نادرا

☐

أحيانا

☐

غالبا

☐

دائما

س 12 : هل في الحصة التعليمية وقت مخصص لتمارين المرونة المفصلية و التمديدات العضلية ؟

☐

نادرا

☐

أحيانا

☐

غالبا

☐

دائما

س 13 : هل القاعة الرياضية مزودة بمكيفات هوائية و إضاءة مناسبة ؟

☐

غير موجودة

☐

لا

☐

نعم

س 14 : في نظرك ما هي الإرشادات الوقائية التي تراها مناسبة للتقليل من الإصابات الرياضية في الوسط

المدرسي ؟

☐

الإحماء الجيد و الكافي

☐

التقيد بتعليمات الأستاذ

☐

احترام قوانين النشاط

☐

الابتعاد عن اللعب الخشن

☐

احترام قواعد الأمن و السلامة

☐

تعلم التقنية جيدا قبل أدائها

☐

ارتداء اللباس و الحذاء المناسبين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة استبيان للإصابات الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي في الوسط المدرسي و كذا  
الإجراءات الوقائية لتجنب حدوثها خاصة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي

تعتبر الإصابات الرياضية من المشاكل التي تحد من العملية التعليمية و نتائج التلاميذ التحصيلية ، إذ  
تعمل على الحد من انتظامهم في الدروس العملية ، و كذلك من مشاركتهم في البطولات المدرسية  
و المحلية فضلا عن تأثيرها السلبي على الجانب النفسي للتلميذ الممارس و ما يترتب عليها من أعباء مادية  
تصرف على العلاج و التأهيل ، و تختلف درجات الخطورة من إصابة إلى أخرى ، و تصل في بعض  
الأحيان إلى إعاقات دائمة ، و إلى الوفاة في أحيان أخرى ، و نظرا لتفاقم مشكل الإصابات الرياضية في  
الوسط المدرسي و محاولة منا للتقليل من انتشار الظاهرة من خلال التعرف على الإصابات الشائعة في  
الوسط المدرسي وأسباب حدوثها والإجراءات الوقائية المتخذة إزائها وذلك من أجل العمل على تعزيز  
حماية أجزاء الجسم الأكثر تعرضا للإصابة بالوسائل الداعمة .

و في إطار إنجاز بحث بعنوان " الإجراءات الوقائية لتجنب حدوث الإصابات الرياضية في الوسط  
المدرسي " . لذا نرجو منكم أساتذتي الكرام أن تهيئوا على الأسئلة الواردة في هذا الاستبيان .

بيانات عامة خاصة بالأساتذة :

الجنس : ☐ ذكر ☐ أنثى

الشهادة المحصل عليها : .....

سنوات الخبرة : .....

مؤسسة العمل : .....

مع خالص الشكر

المحور الأول :الإصابات الرياضية الشائعة في الوسط المدرسي .

س 01 : هل الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي في ازدياد ؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بنعم فلماذا : .....

س02 : ما هي الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في الوسط المدرسي في نظرك ؟

<input type="checkbox"/>	الصددمات العصبية	<input type="checkbox"/>	التشنجات العضلية	<input type="checkbox"/>	الكدمات
<input type="checkbox"/>	الكسور	<input type="checkbox"/>	الخلع المفصلي	<input type="checkbox"/>	التواء رسغ اليد
<input type="checkbox"/>	السحجات	<input type="checkbox"/>	تمزق الأربطة و الأوتار	<input type="checkbox"/>	آلام الظهر
<input type="checkbox"/>	الجروح	<input type="checkbox"/>	التواء مفصل الكاحل	<input type="checkbox"/>	آلام المفاصل
<input type="checkbox"/>	التمزقات العضلية	<input type="checkbox"/>	إصابات الركبة	<input type="checkbox"/>	الإغماء

إصابات أخرى : .....

س03 : في نظرك أي الأجزاء من الجسم أكثر عرضة للإصابات الرياضية في الوسط المدرسي؟

<input type="checkbox"/>	الرأس	<input type="checkbox"/>	الوجه	<input type="checkbox"/>	الظهر
<input type="checkbox"/>	البطن	<input type="checkbox"/>	القدم	<input type="checkbox"/>	الركبة
<input type="checkbox"/>	الكتف	<input type="checkbox"/>	الساق	<input type="checkbox"/>	المرفق
<input type="checkbox"/>	اليد	<input type="checkbox"/>	عضلات الفخذ	<input type="checkbox"/>	الصدر

أجزاء أخرى : .....

س04 : هل الإصابات الرياضية التي تعرض لها بعض تلاميذك أثناء ممارسة النشاط الرياضي ؟

إصابات بسيطة ☐ إصابات متوسطة الخطورة ☐ إصابات شديدة الخطورة ☐

س 05 : أين تكثر الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي ؟

☐ في النشاط الرياضي الصفي

☐ في النشاط الرياضي اللاصفي

☐ أثناء البكالوريا الرياضية

س 06 : ما هي النشاطات التي يكثر فيها حدوث الإصابات ؟

<input type="checkbox"/>	السرعة	<input type="checkbox"/>	كرة اليد	<input type="checkbox"/>	النصف الطويل
<input type="checkbox"/>	الوثب الطويل	<input type="checkbox"/>	كرة السلة	<input type="checkbox"/>	الجمباز
<input type="checkbox"/>	دفع الجلة	<input type="checkbox"/>	الكرة الطائرة	<input type="checkbox"/>	نشاط آخر : .....

س 07 : من هم من التلاميذ الأكثر تعرضا للإصابات ؟

<input type="checkbox"/>	الذكور	<input type="checkbox"/>	الإناث	<input type="checkbox"/>	الإثنين معا
--------------------------	--------	--------------------------	--------	--------------------------	-------------

علل إجابتك : .....

س 08 : هل تؤثر الإصابة سلبا على المستوى الدراسي و الرياضي للتلميذ ؟

<input type="checkbox"/>	دائما	<input type="checkbox"/>	غالبا	<input type="checkbox"/>	أحيانا	<input type="checkbox"/>	نادرا
--------------------------	-------	--------------------------	-------	--------------------------	--------	--------------------------	-------

المحور الثاني : أسباب الإصابات الرياضية

س 01 : هل الأرضيات التي يمارس تلاميذك عليها النشاط الرياضي صالحة للممارسة ؟

<input type="checkbox"/>	نعم	<input type="checkbox"/>	لا
--------------------------	-----	--------------------------	----

س 02 : ما هي أكثر أنواع الأرضيات التي يتعرض فيها التلاميذ للإصابات الرياضية ؟

<input type="checkbox"/>	الأرضية الترابية	<input type="checkbox"/>	الأرضية الرملية ( حوض الوثب الطويل )
<input type="checkbox"/>	الأرضية الصلبة	<input type="checkbox"/>	الأرضية المطاطية ( القاعة الرياضية )

س 03 : هل يتلقى تلاميذك فحوصات طبية شاملة قبل بداية الممارسة الرياضية ؟

<input type="checkbox"/>	دائما	<input type="checkbox"/>	غالبا	<input type="checkbox"/>	أحيانا	<input type="checkbox"/>	نادرا
--------------------------	-------	--------------------------	-------	--------------------------	--------	--------------------------	-------

س 04 : هل البنية المرفولوجية للتلميذ لها علاقة بالإصابات الرياضية ؟

<input type="checkbox"/>	نعم	<input type="checkbox"/>	لا
--------------------------	-----	--------------------------	----

كيف ذلك : .....

س 05 : في نظرك ما هي الأسباب الرئيسية للإصابات التي يتعرض لها التلاميذ في الوسط المدرسي ؟

<input type="checkbox"/>	عدم كفاية الإحماء
<input type="checkbox"/>	عدم صلاحية الأجهزة الرياضية المستخدمة
<input type="checkbox"/>	الإفراط في التمارين ( الشدة و الحجم )

<input type="checkbox"/>	عدم سلامة الألبسة الرياضية ( الأحذية )
<input type="checkbox"/>	الاحتكاك و التصادم المباشر
<input type="checkbox"/>	سوء الأداء المهاري للتلميذ
<input type="checkbox"/>	عدم التقيد بقواعد الأمن والسلامة
<input type="checkbox"/>	الاستمرارية في ممارسة النشاط بعد الإصابة
<input type="checkbox"/>	سوء الأحوال الجوية
<input type="checkbox"/>	السماح للتلميذ بالممارسة قبل تعافيه و شفائه من الإصابة
<input type="checkbox"/>	عدم صلاحية الأرضية للممارسة الرياضية
<input type="checkbox"/>	قلة الفحوصات الطبية الدورية الشاملة
<input type="checkbox"/>	عدم الإطلاع ومعرفة أنواع الإصابات الرياضية و طرق الوقاية منها
<input type="checkbox"/>	عدم تنظيم التهوية و الإضاءة الجيدة للقاعات المغطاة
<input type="checkbox"/>	عدم الالتزام بارتداء أدوات الوقاية
أسباب أخرى : .....	

س 06 : على من تقع مسئولية الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي ؟

<input type="checkbox"/>	أطباء الصحة المدرسية	<input type="checkbox"/>	أستاذ التربية البدنية و الرياضية
<input type="checkbox"/>	جهة أخرى : .....	<input type="checkbox"/>	إدارة المدرسة

المحور الثالث: الإجراءات الوقائية من الإصابات الرياضية .

س 01 : هل تطلع على السجلات الصحية للتلاميذ قبل بداية الممارسة الرياضية ؟

<input type="checkbox"/>	دائما	<input type="checkbox"/>	غالبا	<input type="checkbox"/>	أحيانا	<input type="checkbox"/>	نادرا
--------------------------	-------	--------------------------	-------	--------------------------	--------	--------------------------	-------

س 02 : هل تتواصل مع طبيب الصحة المدرسية ؟

<input type="checkbox"/>	دائما	<input type="checkbox"/>	غالبا	<input type="checkbox"/>	أحيانا	<input type="checkbox"/>	نادرا
--------------------------	-------	--------------------------	-------	--------------------------	--------	--------------------------	-------

س 03 : هل يهتم برنامج التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية بحصص الإعداد البدني في نظرك ؟

<input type="checkbox"/>	نعم	<input type="checkbox"/>	لا
--------------------------	-----	--------------------------	----

..... علل إجابتك :

س04 : هل تعتبر تمارين الإحماء وتمارين المرونة وقاية من الإصابات الرياضية في نظرك ؟

نعم ☐ لا ☐

..... علل إجابتك.

س05 : هل المساحات الفراغية المحيطة بالملاعب كافية لاندفاع التلميذ أثناء الحركة والسقوط أو الدفع

المفاجئ من طرف الزميل ؟

نعم ☐ لا ☐

س06 : هل القاعة الرياضية مزودة بتهوية كافية و إضاءة مناسبة ؟

نعم ☐ لا ☐ غير متوفرة ☐

س07 : هل تلقيتم تكوينا خاصا حول الإصابات الرياضية و كيفية التعامل معها (الإسعافات الأولية) ؟

نعم ☐ لا ☐

س08 : هل تستخدم حقيبة الإسعافات الأولية أثناء الحصص ؟

دائما ☐ غالبا ☐ أحيانا ☐ لا ☐

س09 : هل محتويات حقيبة الإسعافات الأولية ؟

مناسبة ☐ غير مناسبة ☐

س10 : ما هي الإجراءات المتخذة فور وقوع الإصابة الرياضية للتلميذ ؟

.....

س11 : هل تعطي لتلاميذك شروحا حول الإصابات الرياضية و كيفية التعامل معها ؟

دائما ☐ غالبا ☐ أحيانا ☐ لا ☐

س12 : هل يرتدي تلاميذك أدوات الوقاية خاصة في المنافسات الرياضية المدرسية ؟

نعم ☐ لا ☐

س13 : هل تعطي لتلاميذك مواصفات الحذاء و اللباس المناسبين لممارسة النشاط الرياضي ؟

نعم ☐ لا ☐

س14 : من خلال تواجذك في الميدان ما هي الإجراءات الوقائية التي تجنب حدوث الإصابات أثناء

ممارسة النشاط البدني و الرياضي ؟ .....



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

مقابلة مع بعض الأطباء المختصين بالصحة المدرسية

الجنس : .....

سنوات الخبرة المهنية : .....

مكان العمل : .....

تعتبر الإصابات الرياضية من المشاكل التي تحد من العملية التعليمية ونتائج التلاميذ التحصيلية ، إذ تعمل على الحد من انتظامهم في الدروس العملية ، و كذلك من مشاركتهم في البطولات المدرسية و المحلية فضلا عن تأثيرها السلبي على الجانب النفسي للتلميذ الممارس و ما يترتب عليها من أعباء مادية تصرف على العلاج و التأهيل ، و تختلف درجات الخطورة من إصابة إلى أخرى ، و تصل في بعض الأحيان إلى إعاقات دائمة ، و إلى الوفاة في أحيان أخرى ، و نظرا لتفاقم مشكل الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي و محاولة منا للتقليل من انتشار الظاهرة من خلال التعرف على الإصابات الشائعة في الوسط المدرسي وأسباب حدوثها والإجراءات الوقائية المتخذة إزائها وذلك من أجل العمل على تعزيز حماية أجزاء الجسم الأكثر تعرضا للإصابة بالوسائل الداعمة .

و في إطار إنجاز بحث بعنوان " الإجراءات الوقائية لتجنب حدوث الإصابات الرياضية في الوسط

المدرسي "

لذا نرجو منك طيبينا الكريم أن تجيب على الأسئلة الواردة في هاته المقابلة .

## المحور الأول : الإصابات الرياضية الشائعة في الوسط المدرسي .

- س 01 : ما هو دور طبيب الصحة المدرسية ؟ .
- س 02 : ما هي مختلف الفحوصات التي يقومون بها مع التلاميذ في الطور الثانوي ؟ و هل هناك سجلات خاصة بالمتابعة الطبية للحالة الصحية للتلاميذ ؟
- س 03 : هل الفحص الطبي للتلاميذ يكون في بداية السنة أم في وسط السنة ؟
- س 04 : هل هناك تلاميذ اكتشفوا إصاباتهم و أعفيتهم من ممارسة النشاط الرياضي ؟
- س 05 : ما هي الإصابات الأكثر شيوعا بين التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي ؟
- س 06 : ما هي الإصابات الأكثر خطورة في النشاط الرياضي في الوسط المدرسي و التي سبق و أن عايتها ؟

## المحور الثاني : أسباب الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي .

- س 01 : هل الجري أو ممارسة النشاط الرياضي على الأسطح الصلبة له تأثير على صحة التلميذ و إصابته وكيف ذلك ؟
- س 02 : هل البنية المورفولوجية أو وزن الجسم له تأثير على إصابة التلميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي ؟
- س 03 : هل يمكن لبعض المرضى بممارسة النشاط الرياضي بالمدرسة مثل : مرضى السكر ، و مرضى فقر الدم، ارتفاع الضغط ، مرضى القلب ، الربو ؟
- س 04 : هل ممارسة النشاط الرياضي بعد الأكل مباشرة تؤثر على صحة و إصابة التلميذ ؟
- س 05 : هل هناك أسباب أخرى للإصابات الرياضية بالوسط المدرسي ؟
- ## المحور الثالث : الإجراءات الوقائية لتجنب حدوث الإصابات الرياضية .

- س 01 : هل تنسقون مع أساتذة التربية البدنية في المدارس حول البرامج الرياضية المدرسية الخاصة بالتلاميذ ؟
- س 02 : ما هي الإجراءات الواجب اتخاذها فور وقوع الإصابات الرياضية ؟
- س 03 : في نظرك ما هي الإجراءات الوقائية التي ننصح بها لتجنب حدوث الإصابات الرياضية في الوسط المدرسي ؟