

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -



المدة الزمنية: 1 ساعة و 30 د

الفوج:

الاسم واللقب:

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
السنة الثانية ماستر تخصص تحضير بدني رياضي
السنة الجامعية: 2024/2023

امتحان السداسي الثالث في مقياس الإصابات وإعادة التأهيل الرياضي

نص السؤال الأول: رياضة كمال الأجسام من الرياضات التي تعود بنتائج مرضية لممارسيها، إلا أنها مصاحبة بمجموعة من الإصابات الرياضية التي غالبا ما نجدها شائعة في أوساط ممارسيها، والتي من بينها إصابة الأوتار وعضلات الكتف.

المطلوب:

1. اشرح إصابة الأوتار، مع ذكر أسبابها وأنواعها والعلاج المناسب لها؟ (06 ن)
2. اشرح حالة التمزق العضلي، مع ذكر أسباب ودرجات الإصابة وما هو العلاج المناسب لها؟ (06 ن)

1.1. شرح إصابة الأوتار وأنواعها:.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2.1. أسباب إصابات الأوتار:.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3.1. العلاج المناسب لإصابة الأوتار:.....

.....
.....
.....
.....

1.2. شرح حالة التمزق العضلي:.....

3.2. درجات الإصابة:

.....

 4.2. العلاج المناسب لهما:

.....

.....

.....

[illegible]

..... بالتوفيق للجميع