**مختبرالفسلجة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة :**

**يتحدد العمل بمختبر فسيولوجيا الرياضة بإجراء الأبحاث الأساتذة وطلبه الدراسات العليا فيما يخص علم وظائف أعضاء الجسم وعلاقتها بالجهد البدني والتي تساعد الباحثين في الحصول على معلومات علميه كبيره عن الاستجابات للجهود التي ينفذها اللاعبين بالإضافة الى مقدار التكيف الفسيولوجي والبدني للرياضين عند ادائهم للتدريب لفترات طويله مع مدربيهم . بالإضافة الى إمكانية التشخيص التي تعد واحد من اهم مفاصل العمل التدريبي والرياضي فمن خلال الفحوصات التي تجرى على اللاعبين بالإمكان الاعتماد على النتائج في تحديد نواحي الضعف والقوه لديهم سيما وان مختبر الفسيولوجي يضم عدد من الأجهزة ذات المناشئ العالمية الرصينة التي تزود مختبرات العالم بأحدث الأجهزة ولذلك فان دقه النتائج التي يتم الحصول عليها عالية جدا . لذلك ندعوا الباحثين في مختلف أنحاء القطر بالعمل في مختبر فسيولوجي الرياضة جامعه القادسية كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة.**

 **تهدف المختبرات العلمية الى:**

1. **الارتقاء بالناحية العلمية لأساتذة وطلبة الكلية وذلك من خلال ما تقدمه الوحدة البحثية من معلومات علمية كبيرة في ظل وجود اجهزة حديثة ومتطورة ومن مناشئ عالمية.**
2. **تهيئة الظروف العلمية لعمل البحوث والارتقاء بمستواها العلمي لأساتذة كلية التربية الرياضية وطلبة الدراسات العليا .**
3. **تطوير البنى التحتية الخاصة بالأجهزة والادوات العلمية وفي تخصصات الفسلجة و البايوميكانيك وعلم التدريب الرياضي وغيرها من العلوم المرتبطة .**
4. **تدريب كادر علمي من طلبة الدراسات العليا وبعض الاساتذة.**
5. **اعداد بعض الدورات والندوات العلمية.**

**البحوث المنجزة في المختبرات العلمية:**.

1. اجراء فحوصات مختبرية لمنتخبات تربية المحافظة للرجال والنساء لفعاليات مختلفة في مختبر الفسيولوجي .
2. اجراء تجارب لطلبة الدراسات العليا ( الماجستير والدكتوراه ) في مختبر البايوميكانيك والفسيولوجي لجامعات العراقية ( واسط , المثنى , الكوفة , ميسان , المستنصرية , كربلاء , صلاح الدين , جامعة الاسكندرية - مصر)
3. اجراء فحوصات للاعبي المنتخبات الوطنية بالدراجات والعاب القوى في مختبرات الفسيولوجي .
4. انجاز بحوث طلبة الدراسات العليا والاساتذة في اختصاصات الفسلجة والبايوميكانيك لأكثر من 50 بحث منذ تأسيس المختبرات العلمية

**التعليمات**

1. من المتوقع أن يقضي طلاب الدراسات العليا الراغبين بدراسة الجوانب الفسيولوجية للجهد البدني والتدريب وقتا كافيا في التدريب المعملي في المختبر، وذلك بالمشاركة في الأبحاث الجارية الخاصة بأعضاء هيئة التدريس وكذلك في مساعدة زملائهم الآخرين طلاب الدراسات العليا في أبحاثهم. لذا نهيب بطلاب الدراسات العليا أن يستغلوا الفرصة ويقضوا أكبر وقت ممكن في المختبر.
2. من الضروري على طلاب الدراسات العليا أن يقوموا بحجز الوقت المخصص لأجراء تجاربهم في وقت مبكر من الفصل الدراسي، حتى يتفادوا الأزدحام الذي عادة ما يحصل في نهاية الفصل الدراسي. ويجب أن يتم ذلك على لوحة المواعيد الخاصة بالمختبر.
3. غير مسموح إطلاقا التدخين داخل المختبر أو بالقرب من مدخله.
4. بغرض المحافظة على نظافة المعمل وسلامة أجهزته ممنوع الأكل والشرب داخل

المعمل.

* إجراءات السلامة والنظافة في المختبر

أولا: إجراءات السلامة:

* يمنع انخراط الفرد في أداء جهد بدني عنيف في تجربة تتطلب جهد بدنياً أقصى أو قريب , من الأقصى بدون التأكد من الحالة الصحية للمفحوص وخلوه من أي مرض مزمن، وخاصة في الجهاز القلبي الدوري
* ينصح بعدم المشاركة في التجارب في حالة إصابة الفرد بارتفاع في درجة الحرارة أو في , حالة وجود التهاب في الحلق أو في الجهاز التنفسي أو عند وجود تمزق عضلي أو إصابة مفصلية، وذلك لسلامة المفحوص أولا، ثم لأن الفرصة في الحصول على بيانات صحيحة في تلك الحالات تكون ضعيفة.
* يجب عدم ترك المفحوص بمفرده على الجهاز أثناء عمل القياسات والتجارب المعملية في المختبر، بل لا بد من الإشراف والمراقبة المباشرة عليه طوال الوقت.
* في حالة وجود تجربة تتطلب جهداً بدنياً، من الضروري التأكد أن المفحوص قد قام بعمل إجراءات الإحماء الضرورية، كما لا بد من إعطاء المفحوص وقتا كافيا يسترد فيه من الجهد بالتدريج.
* في حالة حدوث حريق في المختبر (لا سمح الله)، من الضروري إخماده فوراً باستخدام ·طفاية الحريق الموجودة في المختبر، ثم إشعار المشرف على المختبر في الحال، وكذلك القيام الاتصال بقسم الأمن والسلامة على الرقم الموضح في الغرفة داخل المختبر.
* ثانيا: النظافة والتعقيم:
* شروط عامة:
* يجب دائما استخدام قطع ومستهلكات معقمة ونظيفة عند القيام بأي من الإجراءات الفسيولوجية المتبعة في المختبر.
* عند استخدام القطع المخصصة للاستخدام الواحد (مثل قطع الفم المستخدمة في قياس ·الوظائف التنفسية، أو مجسات تخطيط القلب)، يجب التخلص منها فوراً بعد الاستخدام الواحد.
* عند ملامسة أدوات مستخدمة أو بعد القيام بأي قياس معملي على المفحوص، يجب دائما غسل اليدين بالصابون الطبي.
* يجب التخلص من الأنابيب التي فيها عينات الدم بما في ذلك الأنابيب الشعرية وكذلك الإبر عن طريق وضعها في صندوق خاص بذلك، موجود في المختبر ومخصص للمواد الملوثة، مع تجنب رميها في سلة المهملات الاعتيادية. وينبغي التخلص من هذه المواد فيما بعد عن طريق الحرق.
* من الضروري تنظيف وتعقيم أسطح الأرفف (البنشات) بشكل دوري، بواسطة مسحها بالكحول ومحلول الديتول.
* قطع الفم والصمامات المستخدمة في قياس التنفس:
* يجب دائما استخدام قطع الفم والصمامات البلاستيكية (أو الزجاجية) المعقمة والنظيفة والموضوعة في مكان مخصص لها.
* بعد الانتهاء من إجراءات القياس، قم بسحب قطعة الفم والصمام البلاستيكي برفق من المفحوص وضعها في الماء الجاري لفترة قصيرة حتى تتخلص من اللعاب العالق فيها، ثم أنقلها إلى الوعاء الذي يحتوي على سائل تعقيم (ديتول أو ما شابه ذلك)، وأتركها لفترة ٣٠ دقيقة، ثم بعد ذلك أغسلها بالماء الجاري مرة أخرى، ومن ثم جففها - تصل من ٢٠ وضعها في موقع الأدوات النظيفة والمعقمة.