**แบบฝึกหัดรายวิชาการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬา**

**บทที่ 6 สาระสำคัญของการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬา**

 1. อธิบายองค์ประกอบของ Attention to Athlete

 2. Training Program มีความสำคัญกับการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬาอย่างไร

 3. ขั้นตอนของการออกกำลังกายและการฝึกซ้อมกีฬาเกี่ยวข้องกับการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬาอย่างไร

 4. Muscles Stretching เกี่ยวข้องกับการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬาอย่างไร

 5. อธิบายองค์ประกอบของ Environment มีความสำคัญกับการป้องกันและการบาดเจ็บทาง

การกีฬาอย่างไร

 6. Athletic Injury Assessment เกี่ยวข้องกับการป้องกันและการบาดเจ็บทางการกีฬาอย่างไร

 7. อธิบาย Major Areas of an Athletic Injury Assessment Process