

# Травмы и первая помощь на уроке физкультуры

Подготовила ученица 9а

МБОУ школы №42

Строгановой Светланы

# ПРИЧИНЫ ТРАВМАТИЗМА НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ

При всем многообразии этих причин все же можно выделить такие, которые чаще всего приводят к травматизму. Это - недостаточный врачебный контроль за состоянием здоровья, физической подготовленностью учащихся, нарушение дисциплины и установленных правил во время тренировок и соревнований.



## По статистике:

- 55,1 % травм, полученных учащимися, приходится на занятия по спортивной гимнастике.
- 23 % – по легкой атлетике, лыжной подготовке и на коньках
- 8,2 % – по спортивным играм
- 13,7 % другие виды травматизма



# Виды травм



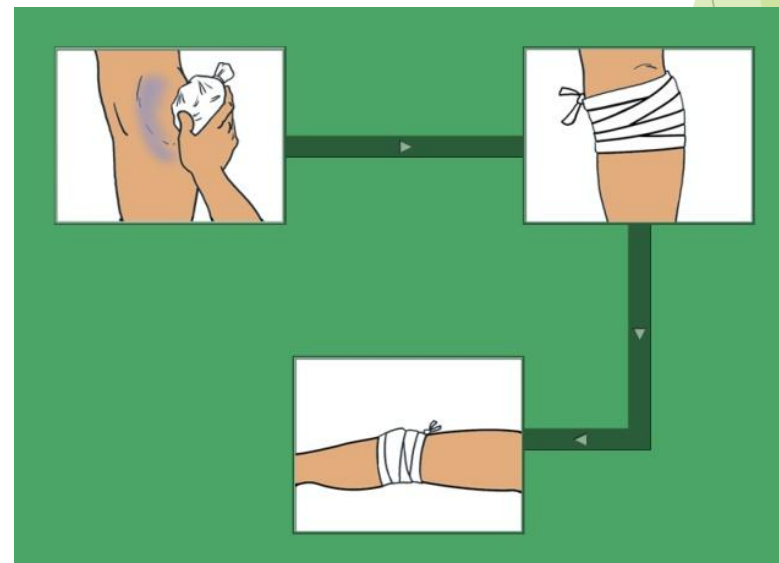
# Первая помощь при ссадинах и ранах:

- обработка окружности раны антисептиками;
- наложение повязки.

## Важно!!!

*Водой рану промывать не следует!*

*Если рана глубокая немедленно доставить пострадавшего в медицинское учреждение!*



# Первая помощь при кровотечениях:

*поврежденную конечность приподнять,  
наложить тугую повязку или жгут (при  
сильном кровотечении)*

## **Важно!!!**

**Жгут нельзя держать в затянутом положении более  
1,5-2 часов**

**Прикрепить записку с датой и временем  
наложения жгута.**

**Пострадавшего необходимо СРОЧНО доставить к  
врачу**

# Первая помощь при переломах:

- 1)обеспечить неподвижность и наложить шину**
- 2)Отправиться в больницу**

## **Важно!!!**

Шина должна захватить не менее чем 2 сустава -  
выше и ниже перелома.

Под шину следует обязательно подложить  
какую-нибудь мягкую прокладку

Пострадавшего следует срочно доставить в  
медицинское учреждение

# Первая помощь при вывихах:

- 1) **обеспечить неподвижность и наложить шину**
- 2) **Отправиться в больницу**

## **Важно!!!**

Вывих - это стойкое смещение концов костей, входящих в один сустав.

При вывихе сустава верхней конечности, руку следует подвесить на косынке.

При вывихе сустава нижней конечности пострадавшего нужно уложить на носилки и доставить в лечебное учреждение.



Спасибо за внимание!