

Профилактика травматизма на уроках физкультуры

Работу выполнила
Мирская Анастасия

АКТУАЛЬНОСТЬ

- На сегодняшний день безопасности в образовательных учреждениях уделяют серьезное внимание организации работы по охране труда, предупреждению травматизма детей и работников.
- Несчастные случаи с учащимися и воспитанниками, произошедшие во время учебно-воспитательного процесса, были и остаются трагедией, они приносят горе родителям, педагогическим работникам.
- На занятиях физической культуры учащиеся входят в группу риска, которая подвержена травматизму, т.к. урок физической культуры отличается от других высокой двигательной активностью занимающихся, с использованием различного спортивного оборудования, инвентаря.

Причины травматизма

- Неправильная организация и методика проведения учебно-тренировочных занятий;
- Выполнение сложных, незнакомых упражнений; Занятие без разминки или недостаточной разминки; Отсутствие сосредоточенности и внимания у занимающихся
- .Причины организационного характера
- Отсутствие должной квалификации у учителя; Проведение занятия без преподавателя
- ;Нарушение правил содержания мест занятий и условий безопасности;
- Неудовлетворительная воспитательная работа со спортсменами;
- Нарушение правил врачебного контроля;
- Неблагоприятные метеорологические условия.

Урок физической культуры — самый травм опасный урок в школе.

- Для предупреждения спортивных травм учащихся, родители должны знать состояние здоровья своего ребёнка в день проведения урока, обеспечить его спортивной одеждой и обувью, которые соответствуют данному уроку физической культуры. Для обеспечения санитарно-гигиенических норм на уроке физкультуры, родителям необходимо напомнить своему ребёнку о его поведении по окончании урока: обязательно снять спортивную форму (во избежание простудных заболеваний), сменить носки и обувь (с целью предупреждения опрелости и потёртости ног).

- Ещё одним важным условием снижения травматизма на уроках физической культуры является соблюдение правил техники безопасности. Родители должны напоминать своему ребёнку, чтобы он был особенно внимателен и дисциплинирован на уроках физической культуры, точно выполнял все команды учителя и правила техники безопасности.

Необходимые условия безопасности при занятиях физическими упражнениями и спортом:

- К занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на занятиях
- при проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха
- аптечка укомплектованная всем необходимым находится в спортивном зале.

Перед началом занятий необходимо проверить готовность зала:

- убрать все посторонние и выступающие предметы
- проверить чистоту пола
- наличие освещения и вентиляции в зале
- ;убедиться в исправности инвентаря
- проветрить помещение
- проверить температурный режим в зале
- учащиеся должны быть в соответствующей занятию спортивной форме

- начинать занятие с разминки, затем переходить к основной части
- необходимо соблюдать порядок и дисциплину на занятии
- в конце занятия провести упражнение на восстановление дыхания
- учить учащихся правильному и безопасному выполнению упражнений
- осуществлять страховку занимающихся в необходимых случаях