

# 浅谈高中体育教学中的安全隐患及其对策

则 红

(盐源县民族中学校 四川 凉山 615700)

**[摘 要]** 本文主要谈了高中体育教学中存在的安全隐患类型、原因,并提出解决的办法,从而完善体育教学环境,达到安全、轻松完成体育教学任务。

**[关键词]** 高中体育教学; 安全隐患; 对策

笔者是盐源县民族中学的一名体育教师,也是分管安全、纪律的副校长,无论是在教学工作中,还是学校管理工作中,一向都十分关注学生的安全问题。近年来也耳闻目睹了不少发生在体育课上的安全问题,因而对此也进行了反复的思考,并进行了认真的实践,现将本人的经验呈现给大家,不妥之处还望各位同仁不吝赐教。

学生作为祖国的花朵,未来的希望,是社会重点保护的對象。安全问题一直是学校、家长、社会最为关注的问题,同时也是一直以来困扰学校教学的一大难题,特别是体育教学,体育教学中安全事故的不断发生,不仅严重影响到体育教学的正常进行,还对学生的身心造成严重的伤害,甚至给学生的整个人生留下阴影,如何有效提高体育教学的安全性,是我们广大体育教师和教育工作者应引起高度重视的一个重大问题。

## 一、现状分析

现代体育教学项目越来越丰富多彩,比如说篮球、足球、羽毛球、乒乓球、健美操和瑜伽等,这些项目一方面丰富了学生的课堂生活,增添了不少趣味,然而也给体育课增添了不少的安全隐患,如果缺乏防患意识,那么很有可能会发生安全事故。

另一方面,我国目前很多高中学生的身体素质相对较差,运动能力较弱,随着社会经济的飞速发展,人们生活水平的不断提高,许多学生由于不良的饮食习惯与不合理的作息习惯导致其身体素质下滑,而又不乐于学习一些安全方面的知识技能。有些教师工作责任心差,工作态度不端正,体育课上不作好课前准备工作。

从学校的角度看,不少学校领导由于事务繁忙,缺乏与体育教师有关安全教学的交流互动,缺乏对学校体育安全教学的重视,体育器材、体育设施更新的速度较慢。部分学校有关体育方面的书籍较少,不能提供给学生学习浏览。部分学校体育教师严重不足,专业化程度较低,有时出现一个体育教师同时上几个班的课的现象,让教师无法兼顾。

## 二、具体存在的隐患类型

### (一) 准备活动不充分

体育教学过程中,由于老师程序操作不恰当,没有考虑到学生的生理特征、生理能力等,没有让学生作充分的准备活动,致使教学中发生伤害事故。在上课训练之前,为了让学生在短时间内进入合适的运动状态,教师应给学生一定的准备活动时间,准备活动做得充分便能克服学生长期不锻炼养成的惰性,促使人体增进血液循环,积极动员人体肌肉和内脏器官,防止拉伤等事故的发生。

### (二) 场地有安全隐患

通过调查,我们发现部分学校体育场地中的地板有时候出现湿、滑的情况,有些还堆积有杂物现象,室外的运动器材比如单杠安装固定不牢固或者因为风吹雨淋而生锈断裂,室内运动的软垫破旧,间隙很大,安放也不合理,学生在进行体育活动时容易发生伤害,造成难以挽回的后果。

### (三) 思想认识不充分

很多人都认为,体育课不过是让学生在繁重的课业压力下给学生的一些自然活动时间,而老师的任务也不过是带学生跑跑步、扭扭腰、打球吹哨等。事实上体育是一门严谨的科学,要做好体育教学工作,不仅需要理论上的准备,即具备一定的体育知识,教学技能以及科学的教学理念,而且也需要一定的实践经验,周全严密的课程组织与管理。

## 三、应采取的措施

### (一) 制定合理的训练计划

在制定课程计划过程中,课堂合理的运动量、运动强度、目标等,科学安排,而不是盲目的追求一步登天。最合适的方法是从第一节课开始,在运动量和运动强度上慢慢加大,使学生的身体有一个适应的过程,并兼顾学生的身体情况,因人而异,比如:学生觉得上一次训练强度过大,难以忍受,那么这一次就应该适当的减小强度,而在训练了学生的速度和耐力之后,如果再要求学生做高强度的其他肌肉训练,便容易造成关节肌肉的拉伤。

### (二) 作好充分的准备检查工作

教师在训练前,应当主动了解运动场地和学生身体状况。场地检查包括场地是否平整,是否有石块或钉子等其它障碍物,是否因为下雨而打滑使学生容易摔倒。如果教师在上课前没有做这样的准备工作,那么会给学生的训练带来安全隐患。

学生的身体状况检查包括是否有伤病学生,需不需要请假,适不适合作高强度的运动等。尤其要关注女生的安全问题,可指定一名女生花每节课前统计班上女生的例假情况,根据她们的身体情况安排合理的运动量。

### (三) 加强学校与学生家庭间的联系

培养学生良好的生活习惯,家庭教育在学生的整个教育过程中起着关键的作用,学校应主动加强与学生家庭之间的联系,引导学生家长对学生安全方面的教育,特别是在培养学生良好的饮食习惯与合理的作息习惯方面,发挥家长的作用,监督学生日常的生活习惯与体育锻炼,有效提高学生的身体素质,避免学生体育运动伤害事故的发生。

### (四) 提高学生与教师的安全意识

加强学校安全教育工作,使学生与教师掌握一定的安全知识与安全技能,有效提高学生与教师安全意识,保证学校体育教学安全,充分利用教学实践活动,对学生与教师开展有关安全教育方面的相关活动,使他们认识到安全的重要意义,提高教师与学生的综合素质与能力,加强学校体育教师队伍的建设,端正体育教师的工作态度,提升教师的工作责任感。

### (五) 加强体育场地建设与体育器材更新

良好的体育教学场地与体育器材是开展体育教学的物质基础与必要条件。相关政府部门要加大对学校体育场地、器材方面的资金与技术投资,有效改善学生运动的环境与设施状况,及时更新体育相关器材,以排除体育教学安全隐患,防止体育教学安全意外事故的发生。

## 四、总结

总的来说,“安全无小事,责任重于泰山”。安全隐患防范问题不可忽视,需要学校、老师、学生、家长的细致的配合,如果安全防范措施做好了,那么体育课对于课业繁重的高中中学生来说,应当是一种极大的享受,并能在这享受之中提高身体素质。然而一旦发生了安全事故,再来反思,则后悔莫及了。

### 参考文献

- [1] 赵晓辉. 体育教学中伤害事故产生的原因及预防[J]. 天中学刊2001.
- [2] 王凤仙. 高等学校体育运动中安全现状与对策研究[J]. 体育成人教育学报. 2007
- [3] 陈博. 学生伤害事故处理办法存在的问题分析[J]. 体育学刊2004.