

小学体育课程教学的过程中，降低伤害事故的对策

黄秀芳

浙江省绍兴市诸暨市暨阳街道新世纪小学

[摘要]在开展小学体育教学课程的时候，教师除了要提升学生的各项身体机能指标，为学生的文化课学习奠定良好基础以外，还要关注学生综合能力的发展，并且完成培养学生身心健康发展的教学目标。体育课程的精心设计优化了体育课程的教学体系，提升了教学效率。小学体育教师在培养学生掌握体育技能的同时，要提高学生的运动思维，使学生在健康体魄的支撑下，为社会的发展作出自己的贡献，进而彰显小学体育教育的具体价值。

[关键词]小学体育；课程教学；伤害事故；对策

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.10.2340

一、在小学体育课程教学的过程中发生伤害事故的原因

（一）体育活动本身因素

在小学生进行体育活动的过程中，根据运动项目所造成的风险将运动项目分为高危项目、中危项目与低危项目三类。其中高危项目包含足球、篮球及支撑跳跃类、器械类与技巧类。足球与篮球这两项运动有着高度的对抗性，需要学生在一定场地范围内围绕着对应的球类展开激烈的对抗运动，此过程非常容易导致学生受到伤害；对于身体发育尚不完全的小学生而言，如果在运动过程中出现失误，则很有可能对自身造成损伤；中危项目的危险程度相对较低，包含有田径跳跃类。田径跳跃类由于没有相应的器材帮助提升跳跃高度，使此项目的危险程度相对体操的支撑跳跃来说更低，这样的风险是完全可以避免的；相比之下，低危运动中包含的田径跑步类运动与排球、羽毛球、乒乓球等运动的风险更低，教师在這些运动当中对学生的安全管理也会更加便捷。

（二）活动场地相关因素

在小学生进行体育活动的过程中，可以根据学生在对应的运动场所可能遭遇的风险进行划分，同样划为高危、中危与低危三类。其中，高危场所包含“体育竞赛”与“学生自发组织或参与的课外体育活动”这两项，这些活动中很难有成年人在旁进行辅助指导，因此很容易导致学生受伤；中危场所指的是“体育课堂教学”，在教学过程中，由于有体育教师对学生的体育活动进行全程监督，因此风险性相比体育竞赛与学生自发组织或参与的课外体育活动要低很多，但学生在进行自己不熟悉的体育活动过程中，即使有体育教师的指导，依旧有受伤的可能，毕竟体育教师在体育课堂教学过程中面向的是所有学生，无法面面俱到；低危场所的类别包含有“学校组织的课余体育训练”与“学校组织的校外体育活动”两项。在由学校组织的校内外体育活动中，学校一般会对需要进行的体育训练活动项目进行严格规定，提前督导教师对学生进行严格管理，同时严格保护学生的人身安全，学生在这两项活动中受到风险的可能性是最低。

（三）缺乏充分准备活动

体育教师在开展体育运动的教学工作之前，会发挥自身的引导作用，让学生做一些热身的体育活动。比如，能够让学生放松身心的体操活动，或是学生整体的慢跑活动。所谓

“热身”，指的是借助低强度的体育运动，让学生的肢体得以伸展，学生血液循环速度得以加快，使学生的身体能够逐步适应体育课程中的剧烈活动。一些教师虽然了解“热身”运动的价值，但小学生却会因为自身知识和运动经验的匮乏，而不理解“热身”运动的意义。所以有一些小学生在做热身运动的时候，总会带着不认真的态度，行为上也并没有跟随教师的指令。如果是在这样的状态下进行剧烈运动，那么小学生可能就会出现“腿抽筋、血液循环不畅”等问题，严重的时候还会出现呼吸不畅的问题。

二、在小学体育课程教学的过程中，降低伤害事故的对策

（一）做好宏观层面的把控

在学生参与高危或中危类别的体育活动项目时，体育教师可以通过以下三种方法来进行风险管控：首先是对学生对抗产生风险后果的预防，在篮球、足球等激烈对抗运动的过程中，教师可以提前做好一些治疗用物资，当学生受伤时及时治疗；其次是规范学生的运动技巧，在体育课程的教学过程中，教师应当在一些技巧需求高的运动项目教学过程中加强对学生技巧的检验，确保学生掌握相应的运动技巧；最后是加强学生对体育器械使用方法的学习，避免学生因为器材操作不当而受到伤害。

在运动之前加强对学生运动技能熟练度与运动设备掌握程度的检验，对于特定的运动项目提前准备相应的防护措施。对于一些身体条件不适合参与运动的学生，教师或家长需要严格控制学生的运动量，避免学生因运动过度而受到伤害。另外，教师与家长应当针对学生做好宣导工作，对学生强调在运动过程中安全的重要性，并且引导学生学习相应的保健知识，使学生在遭遇体育事故风险且无法向成年人求助的时候适当自救。另外，学校也需要对学生使用的体育器材进行定期检验，避免学生因使用有质量问题的器材受到伤害。体育老师需要结合学生的年龄特征和身体素质开展一些针对性比较强的教学活动，并强化小学生的运动安全思维，引导学生进行自我层面的防护，促进小学生的身心健康和成长。

（二）提升体育课程的教学管理

教师需要提高自身的课堂掌控能力，使每一个学生都在教师的管理领域里。教师可以从改变自身做起，做好一定的

安全预防策略,进而让学生在模仿的过程中形成安全思维。比如在演示跳高、跳远、起跑这一类运动的时候,教师需要引导学生做好充足的准备;进行投掷类体育运动的时候,教师需要对投掷物品进行安全性检查。即便是开展小组合作,教师也要积极进行监护和观察,实时关注每一个小组的活动情况,确保每一个学生的安全。

依照小学生的年龄特点,小学生的安全思维和自我保护水平相对来说比较匮乏,且不明白自身的运动特征,在运动时仅凭自身的喜好进行选择,导致一些学生无法确保自己不参与对自己无益的体育运动中。对于那些体质比较差的学生来说,他们也不会实事求是地向教师叙述自身的状况。而这对于小学生而言,就是潜在的安全问题。基于此,学校需要优化体育课程的管理体系,为每一个学生建立健康档案,明晰学生的运动特征和身体病症,让教师在全面了解学生情况的基础上,合理地安排体育课程的教学内容。

(三) 深化体育课程的安全教育

在小学体育的教学过程中,教师最需要重视的教学内容就是安全教育。教师可以在开展体育教学活动的过程中,深化体育课程的安全教育。家长也要在现实生活中,潜移默化地增强学生的安全思维和自我保护能力,并为学生的身心健康成长提供坚实的保障。在相关的安全管控中,降低伤害事故的最主要对策就是让学生充分意识到准备活动的重要性。

比如,小学生在某段时间很喜欢打篮球,教师就需要仔细检查篮球场的大小以及篮球框等设备,而家长应指导学生在运动的时候掌握好度,不能为了赢取对方,违背篮球比赛的规则;不能在设备不够完善的情况下,和朋友一块玩耍。与此同时,教师还要训练学生的反应能力以及判断能力,以此来提高学生对伤害事故的免疫力。安全教育内容可以渗透到日常生活的教学过程中,从小事出发,借助游戏类、情境类的教学方式,提高学生的安全意识,从而规避对应的伤害事故。在进行篮球运动时,让学生们充分活动手腕和脚踝,带好相关的防护用具。

三、小学体育课堂教学中自救方法渗透的有效途径

(一) 科学渗透自救理论知识

通过收集和整理日常生活中自救的各种方式要素,以教材或图片的形式呈现在课堂上,使学生有机会更清楚地感受到面对各种灾难该如何自救。老师可以从生活中选择自我保护的方式,在各种自然灾害中寻求自我保护的方法,多管齐下地学习可以让学生学到更多的安全知识,学会如何在室内外自救的同时学会互相逃生,帮助他人成功逃生。

为了确保学校安全,增强师生的防火意识,提高自我保护能力,可邀请消防技术中心工作人员通过疏散演练,加强实践性教学,对全校师生进行消防教育,使学生和教师掌握灭火器的使用方法。防火安全培训应包括以下内容:第一,找出火灾原因,了解煤气泄漏、油污、电器安全等事故,从而引起学生的警惕。第二,介绍较通用的消防装备,对消防

设备布置和设备使用方法加强培训,使学生学会使用灭火器和消防栓,在发生火灾时能第一时间找到最近的消防设备,寻找安全出路,避免危险,快速应对。安全教育可以通过自救手段的渗透,增强学生的安全意识,学习安全知识,提高自救能力。

(二) 深入发掘教材内容在实际生活中的应用

小学体育课一般都会教授球类运动、跳高、跳远、跑步和其他一些课程。小学体育教师应让学生掌握这些运动技能的同时,也让学生学会在生活中灵活运用这些技巧,采用新的教学方法,深入分析教学内容,将自救与安全教育方法纳入小学体育课程中。比如,跑步是基本运动训练的主要任务,并被广泛应用于生活。跑步能使学生有良好的身体素质,能在最短的时间内找到出路,在自然灾害中起到自救的作用。在小学田径教学中,教师应加强绕道通过方法的训练,使学生在关键时刻避开危险源,远离危险环境。

(三) 创设教学情境,加强模拟练习

在体育教学过程中,通过具体的安全练习,使学生了解现代小学体育课程的理论知识。目前多数小学体育教学主要是短跑、排球、跳绳、乒乓球等简单的体育活动,在教师指导下就能有序地进行,但不能很好地加入自救知识。与此同时,教师也不能在特殊情况下进行指导。因此,学校应在体育锻炼中加入情境演练,提高学生对自身力量的认识和救护能力。比如,可以进行地震和消防安全演习,在地震等紧急情况下教育学生,关闭所有电器,然后安排学生按一定顺序离开教室,这样学生才能严格遵守教师的指示,不会惊慌失措。有些学生摔倒了,我们应组织身边的人帮忙。撤离时,用双手保护头部,避免因跌落物受伤,然后迅速到达指定地点,积极组织抢救受伤学生。要教育学生在撤离时不要惊慌。在这种大范围的锻炼中,学生能感受到身体的重要性,提高安全意识,向学生讲解生命的意义,让学生从小就懂得尊重与热爱生活,避免学生产生情感障碍,让学生学会自救。

四、结语

综上所述,如果想要避免小学体育教学过程中伤害事故的发生,那么小学体育教师就需要让学校构建一个完备的管理体系,并投入一定的教育经费,完善体育设备和设施。只有这样,学生的人身安全才能够得到保障,教师和学生之间的关系会逐步拉近,学生的发展需求也会得到满足。

参考文献

- [1]王军.体育教学中伤害事故自救方法的研究[J].小学科学(教师版),2019(3):82.
- [2]史晓莉.小学体育课堂教学中自救方法的渗透探讨[J].当代体育科技,2019,9(8):105,107.
- [3]胡建辉.浅谈小学体育课堂教学中自救方法的渗透[J].新教育时代电子杂志(学生版),2017(26):18.