

# 学校体育运动损伤调查分析

方 洪

(武警警官军事训练系 四川 成都 610213)

[摘要] 通过问卷调查及调研,对部分学校体育运动损伤现状进行调查,多维度了解学校体育运动损伤现状,以及由此造成的对学校及体育教师的多方影响,从而引发广泛思考。

[关键词] 体育运动损伤;现状;影响

## 0 引言

青少年的身体健康关系着国家和民族的未来,然而目前体育教育的现状则是在学校的默许下体育教师纷纷减少教学时数、教学内容,降低教学要求和标准,究其原因相当一部分是因为惧怕体育运动损伤的发生及由此带来的负面影响。但是这些体育工作者却忘记了学校体育工作的宗旨,这样的教学理念不仅严重影响了学生运动素质的提高,更会影响到全民的整体身体素质。

调研组对部分学校的师生进行了问卷调查及走访;从目前体育教学中出现的运动损伤现状及诸多学校师生因体育运动损伤造成的负面影响进行了一系列调查与了解。

## 1 体育运动损伤负面效应带来的影响

### 1.1 对体育教师的影响

表1:体育运动损伤对体育教师的心理影响 单位:人

状况	人数	比重%	状况	人数	比重%
极为担心	45	46.4	比较担心	41	42.3
稍许担心	10	10.3	毫不担心	1	1.0

由表可知,有将近90%的体育教师对运动损伤给予了过度的关注。试想,体育教师如果在体育课堂上、体育训练中无时无刻不在不断关注着运动安全,势必会对学生造成过度的心理压力,同时也使得体育教师难有更多精力关注学生的运动状态以及体育教学组织、教学方法的提高,从而使降低运动强度,减少运动内容成为必然。

### 1.2 对学校体育工作的影响

调研组对8所学校实地调研了解到:首先在课程设置上,有超过四分之三的学校未开设体操课,即使开设体操课也只进行队列和徒手操的训练,极少涉及器械体操等相对危险的运动项目;田径运动以体育中考项目为主要练习内容,而跳高、跳远、障碍跑等课程很少开设;而球类项目,虽然目前许多学校设施完备,但由于足球、篮球身体接触多,安全隐患大,因此许多学校无论课上课下均很少组织球类比赛。在课外活动组织上,许多学校形式大于内容,时间上给予保证,内容上则是多以学生自愿、自主活动为主,体育锻炼效果大打折扣。

## 2 体育运动损伤现状

### 2.1 运动损伤发生频率及伤害程度

表2:体育运动损伤发生人数统计 单位:人

	女生数	比重%	男生数	比重%	总计	比重%
没有	468	78.4	273	63.6	741	72.2
一次	79	13.2	76	17.7	155	15.1
二次	29	4.9	35	8.2	64	6.2
多次	21	3.5	45	10.5	66	6.5
运动损伤受伤程度统计 单位:人						
轻微伤害	一般伤害	较重伤害	严重伤害	总计		
144	98	39	4	285		
50.5	34.4	13.7	1.4	100		

由表可知,运动损伤发生频率虽为27.8%,即有超过1/4的学生有过运动损伤史,但从运动损伤伤害程度统计可知,仅有1.4%为严重体育运动损伤,而接近85%为运动中的挫伤、扭伤、肌肉拉伤等轻微及一般运动损伤,不会对学生造成非常严重的身体损害后果。

### 2.2 运动损伤发生类型

表3:体育运动损伤发生类型 单位:人

	多方责任	学生责任	学校责任	教师责任	说不清楚
频率	452	178	128	77	191
比重%	44.1	17.3	12.5	7.5	18.6

目前体育运动损伤的发生有将近一半是由多方原因造成的,既有学校体育教学管理的疏漏,又有体育教师的失职,同时还包括学生的大意,试想如果任意一方加强措施,就能进一步避免体育运动损伤的发生,而单纯因教师过错造成学生运动损伤所占比例仅为7.5%。这也从一个侧面反映绝大部分体育教师具有良好的职业素养和职业操守,为减少体育运动损伤的发生发挥着积极作用。

### 2.3 运动损伤发生原因

表4:运动损伤发生原因

责任划分	主要原因	比重%
学校责任	场地器材不完善	38.1
	安全教育不到位	33.0
教师责任	保护帮助措施不当	50.5
	课堂组织混乱	25.8
	教学手段不科学	14.4
学生责任	技术动作不正确	36.1
	缺乏自我保护意识及能力	22.7
	自身体质难以适应正常体育教学要求	21.6

## 3 建议

首先应正确认识体育运动风险的客观存在,不能以偏概全,“因噎废食”,应通过对师生的安全教育提高防范意识;其次加强对教师心理疏导,消除心理障碍,并加强自身修养,提高专业知识水平,尽己所能保障学生运动安全;最后应加强对学校的监督管理,减少工作纰漏,保障学校体育工作健康有序发展。

### 参考文献

- [1] 王湛博.有效预防体操训练中运动损伤的方法研究[J].当代体育科技,2019,9(13):38-39.  
[2] 华庆亚.体育运动训练中的运动损伤及防范措施探讨[J].南方农机,2018,49(22):246.