

浅谈初中体育教学中的安全隐患及应对措施

毕然

(重庆市璧山中学校 重庆 402760)

[摘要] 体育课对于初中生体质水平的提高、身体协调性与平衡性的提升、意志力的培养都具有非常关键的作用。因此,教育界越来越重视体育,并且不断强调终身体育意识。然而,让我们不能忽视的是,虽然体育课确实对于学生各方面能力与素质都有提升作用,但是体育课的安全问题却也值得我们多加关注。作为一名体育教师,笔者在教学中发现,体育课上其实有很多的安全隐患,如果不消除隐患,很容易给学生带来运动损伤。这让我们不得不加以重视。

[关键词] 初中体育;安全隐患;消除策略

在素质教育理念不断推行下,对中学生综合能力也提出了新的要求,其中作为学生综合素质的关键组成,体育教育活动开展的意义是不容忽视的。尤其是在社会经济高速发展背景下,人们生活水平也随之不断提升,为了避免青少年肥胖比率的不断增高,必须要重视、加强体育锻炼。此外,初中体育教学活动的有效组织,不论是对学生身体素质的全面提升,还是其抵抗力的不断增强都具有重要意义,甚至还会影响到学生未来的身高。同时,体育教学也能够为学生良好意志、品质的形成发展创造良好条件。如在比赛中,能够学会与人沟通、合作,且在遇到失败时也能够勇敢面对,等等。在完成繁重学习任务之后,通过参与各项体育活动,可以使得学生的大脑得到净化,真正放松身心,以此来为其今后的身心健康、全面发展提供有力保障。

一、初中体育教学过程中的安全隐患

当前,在初中阶段的体育课堂上,发生过很多起原本可以避免的运动损伤,这些运动损伤,轻者是皮外伤、扭伤,重者可能是骨折,甚至带来残疾等更为严重的后果。这些损伤,都是由于教学中存在的安全隐患没有被引起重视,安全教育不到位。

1. 学生缺乏安全意识。

初中生正处于青春期,他们充满了活力,喜欢运动,喜欢冒险,但是又常常缺乏安全意识,常常喜欢不考虑后果地做出一些高难度的、充满危险性的动作。这中安全思想意识的缺乏,是很大的安全隐患。

2. 课前准备活动不充分。

运动是需要循序渐进的,身体进入运动状态之前,需要一个逐步调整和适应的机会,尤其是长跑、跳高、跳远等这些相对剧烈的运动,更是需要提前进行准备活动,有效调整身体肌肉和内脏器官。当然,几乎所有体育教师在这些剧烈运动之前,都会组织热身活动,通常是活动活动手脚、肌肉。然而在热身活动的过程中,很多学生只是象征性地活动,运动机能并没有充分调动起来,这样就很容易在运动中发生腿抽筋、肌肉拉伤、韧带拉伤、扭脚等问题。

3. 体育场地和器材不规范。

体育场地和体育器械对于体育运动来说非常关键,如果场地不规范,或者器械破损,很容易导致学生出现安全事故。一些农村地区的初中学校没有正规的塑胶运动场地,跑道地面过硬,或者太滑,甚至有些是土操场,这很容易导致学生在跑步的过程中滑倒、扭伤。在跳高运动中,一些学校的运动垫子太薄,没有弹性,甚至存在破损的情况,如此一来,学生在跳高的时候,很容易摔伤。此外,还有一些器材、器械等安装不规范,质量较差,非常容易导致安全事故的发生。

二、如何消除安全隐患,促进体育教学工作安全有序地开展

要消除安全隐患,促进体育教学工作安全有序地开展,教师需要针对体育教学中的安全隐患,具体而言应该强化安全教育,增强学生安全意识,运动之前充分地做好各项准备工作,强化场地建设与器材更新,为体育教学营造安全的环境,消除安全隐患。

1. 强化安全教育,增强学生安全意识。

体育教学中,教师必须要强化学生的安全教育。首先,要抓好常规的规范。比如,体育课时,要求学生穿运动服、运动鞋,不可携带材质较硬或者比较尖锐的物品。很多学生并不在意,对此,教师必须要多次进行强调,发现有违反规则的学生,要进行警告。其次,教师在上课时,对某些动作,尤其是一些高难度动作,要提前进行指导,一定要让学生掌握动作技巧之后再进行运动。在此,体育课上禁止嬉戏打闹,一些体育活动(尤其是铅球、标枪等投掷类运动)在进行过程中,禁止学生来回走动,严格限制学生的位置,让学生远离危险区,严禁对掷,要告诉学生等同组同学都投掷完以后再统一捡回器材,或者安排见习生帮助,队伍中其他人不可乱跑、抢掷。对某些意外伤害事故的苗头应及时制止,这样才能让学生提高安全意识,增强防范能力。当然,还有很多其他的安全教育内容,教师在教学中要多加训练,多加强化。

2. 运动之前充分地做好各项准备工作。

很多运动在开始之前都会进行准备动作,比如压腿、扩胸等,这是为了防止进入剧烈运动的时候产生不适应感,损伤肌肉,造成伤害。为此,教师在体育课刚开始时,就要带领学生做热身准备,一定要仔细观察每一名学生的热身准备,有做不到位的学生,需要进行督促。

3. 强化场地建设与器材更新,为体育教学营造安全的环境,消除安全隐患。

良好的体育教学场地与体育器材是开展高校体育教学的物质基础与必要条件。前文中我们分析的场地与器材情况并不罕见,很多学校都存在着场地不规范、器械老旧等问题,有很多的安全隐患。为此,学校方面要强化场地建设与器材更新,为体育教学营造安全的环境,消除安全隐患。相关政府部门要加大对我国中学体育场地、器材方面的资金与技术投资,有效改善中学生体育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。

学校层面应结合国家标准,适当增加体育设施方面的投入力度,在学校内部进行专项基金的设立,完善各项学校体育设施建设,学校可以在周末或者是课余时间,对全体师生开放体育馆;对于社会层面来讲,应积极向青少年学生免费开发一系列体育公共设施,进而使得中学生可以获得更多的体育锻炼机会,为其身心健、全面发展创造良好条件;对于学生层面来讲,应充分整合现有资源与条件,结合自身兴趣爱好,制作一些比较简单的体育用具,进而为体育课堂各项锻炼活动的顺利开展创造良好条件。

总之,体育教师作为学生体育学习中的组织者和指导者,要认清体育活动中的安全隐患,有针对性地消除隐患,为学生打造一个安全的体育活动环境,促进学生身心的健康成长。

参考文献

- [1] 江东鹏. 浅谈初中体育教学中的安全隐患及其应对策略[J]. 当代体育科技, 2014(6).
- [2] 邓成德. 中学体育教学中安全隐患的原因与防范措施[J]. 学园, 2015(34).