

小学体育伤害事故的预防措施研究

盖楠

(通化县实验小学 吉林 通化 134100)

【摘要】小学生活泼好动,纪律性和安全意识又差,产生体育伤害是难免的,一些学校和体育教师为规避责任,就减少学生参加学校体育活动的的时间和频率。然而,因噎废食的做法不但不能解决实际问题,反而会导致学生的体质越来越差。本文研究了小学体育教学中如何在保证学生活动量、训练量的基础上有效减少或者避免体育伤害的预防措施。

【关键词】小学体育教学;伤害事故;预防措施

学校体育伤害事故在校园伤害事故中占有相当大的比例。有国外专家统计,体育课发生的事故要占全部学校事故的30%~40%。男生发生体育伤害的频率高于女生。就小学体育教学来讲,体育伤害事故并不是没有规律可寻的,我们如何做到防患于未然,促进学生的身心健康成长和发展呢?

一、学校方面

(一) 建立学生健康成长档案袋

学生在刚入学时学校医务室就应该联系当地医院、班主任以及家长对学生全面的检查,并且建立健康成长档案袋。这样能够让学校、班主任以及体育教师熟悉班级学生的身体状况。在与家长沟通后,了解学生病史和特殊体质,做好档案记录,这样体育教师能够根据学生具体情况安排教学内容。这里需要注意的是,在实际操作中,有些体育教师只是在开学初查看学生的健康成长档案,学期中间学生健康状况发生改变,没有及时跟进。如学生中途进行手术或受伤,需要一定的恢复期,在这期间是不能进行剧烈的体育运动的,如果教师没有注意到这一点,就会增加学生运动伤害发生的几率。

(二) 加强体育教师的体育伤害风险防范意识

采用科学合理的教学方式方法,因人施教、因地施教,提高人防水平。体育教育既是学生的权利,也是学生的义务,不是可有可无的,而是必须参加的。从学校、教师到学生、家长都要意识到体育教学是存在运动风险的,这个运动风险不仅仅只和体育教师相关,每一位教师的言行都会影响学生对体育课的态度和重视程度。学生只有重视了,在上体育课时运动风险才会降低,安全保障才会提高。体育教师优秀的组织教学能力,是降低体育运动风险的外因之一。体育教师多加强体育学科的教研活动,增加体育教师之间的相互沟通交流,积累经验教训,避免同类事件再次发生。

(三) 加强对学校体育活动的管理与组织

学校开展的各项体育活动要有明确规定,如具体练习时间、地点、负责人,等等,特别是对学校开展的大课间活动。同时学校要加强对体育活动的检查力度,特别是学期刚开始和学期结束前,要重视体育活动,并纳入绩效考核。一个学校的体育活动只靠专业体育教师是远远不够的,应该调动所有教师的积极性,每一个教师都有自己负责的课外文体活动,责任到人,年终学校进行考核。这样,既形成了全校运动的氛围,又能解决体育教师不足的问题。

(四) 开展学校体育安全宣传活动

学校可以通过红领巾广播、电视台、班级黑板报等平台宣传体育运动安全知识,还可以开展体育安全知识竞赛或以辩论比赛的形式让学生熟悉体育安全知识,特别是对一年级新生,要让他们了解在发生运动伤害后,第一时间的处理办法和技巧,运动之前为什么要进行准备热身活动,结束后为什么要进行放松练习等知识。

(五) 阶段性对体育教学场地设施进行改善与维护

学校体育场地设施是学校进行正常体育教学、课外体育活动、体育比赛所必需的物质保障。学校体育场地设施器材应该定期检查、修缮。尤其是跑道上如设有井盖,井盖边缘一旦凹陷,学生奔跑时容易崴脚或摔倒。跑道终点有塑胶凸起,学生注意不

到容易绊倒。在关键体育场地设施设置警示标志。比如,单双杠练习区应张贴提示牌“您已进入单、双杠练习监控区域,练习区域严禁追、跑、打、斗”或张贴练习方法的示意图等。

(五) 建立学校体育伤害事故应急预案

学校由学校领导、校医以及相关责任人组建体育伤害事故应急小组,并建立应急预案,在事故发生后,第一时间启动预案。做到“五及时”:第一,及时发现,判断伤势情况;第二,及时处理,与学校医务室、班主任和校领导小组联系,送医院治疗,避免因耽误治疗时机而给学生造成更大的伤害;第三,及时通知学生家长,并如实说明情况,避免学校与家长之间发生不必要的矛盾;第四,及时探望学生,给学生和家庭心灵上的慰藉;第五,及时与家长协调,解决学生学习和生活上的困难,必要时给予经济上的支持和学习上的帮助。

二、学生方面

(一) 加强学生的体育安全管理能力

加强自身体育安全管理能力包括提高自身体育安全意识、强化自身规则意识和提高自我保护能力。体育活动中,学生的自我保护意识和自我保护能力较差,这也是造成体育运动伤害不容忽视的原因。很多情况下,学生在运动过程中,面对突发状况,无法正确处理,缺乏自我保护意识。教师在平时日常教学或小比赛中可以通过理论结合实际,播放一些视频,传授一些学生运动过程中发生突发状况的自我保护的方法。如在篮球比赛中,对抗激烈,动作迅速,身体接触多,切记不可一味地争强好胜而忽视自我保护,要学会躲避碰撞,如果跌倒了,要学会如果跌倒不受伤,保护自己的关键部位。

(二) 养成良好的体育课堂习惯,服从指挥

首先,要认真做好运动前的准备活动。通过准备活动加强体内肌肉新陈代谢的过程,增加肌肉温度,提高肌肉的收缩性和韧带的弹性,同时使内脏器官机能水平得到提高,从而进入最佳活动状态,减轻开始运动时由于内脏器官的不适应所造成的不舒服感。其次,运动完要进行整理放松活动。整理放松活动能够消除肌肉疲劳,促使体力恢复,使人体由紧张运动状态更好地过渡相对安静状态,同时,有利于学生投入下一节课的学习中去。最后,体育课堂中,学生要服从教师指挥,遵守课堂纪律。上课着装符合体育运动要求,在组织个人练习或分组练习时,能够按照教师的要求完成练习。有事有病要严格执行请假制度,没有教师允许不得擅自离开课堂。

总之,小学体育伤害事故并不是没有规律可寻的,学校、家长以及体育教师应根据本地区体育伤害事故发生的特点及原因采取相应的措施进行预防,同时制定有效的处理机制,当意外事故发生时,做到“五个及时”,将伤害降至最低,并且通过建立学校体育保险机制,解决学生、教师和学校的后顾之忧,从而让学生能够快乐体育,安全体育。

参考文献

- [1] 贾乐,赵传龙.体育教学中伤害事故的分析及预防[J].田径,2018,28(2):63-62.
- [2] 杨洋,梅红,梅英.小学体育伤害事故:原因、影响及预防对策[J/OL].体育世界(学术版),2019,03(3):181-182.