

Безопасность здоровья на уроках физкультуры.

Техника безопасности на уроках физической культуры. Охрана труда.

Цель работы – охарактеризовать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Объект исследования – формирование основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Предмет исследования – методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Задачи исследования: 1. Раскрыть сущность безопасного поведения человека в современных условиях.

2. Выявить особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

3. Проанализировать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

4. Разработать методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

На сегодняшний день безопасности в образовательных учреждениях уделяют серьезное внимание организации работы по охране труда, предупреждению травматизма детей и работников. Но все, же безопасность трудовых и учебных процессов в общеобразовательных учреждениях до сих пор, к сожалению, оставляет желать лучшего.

Теоретические аспекты формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры. Сущность безопасного поведения.

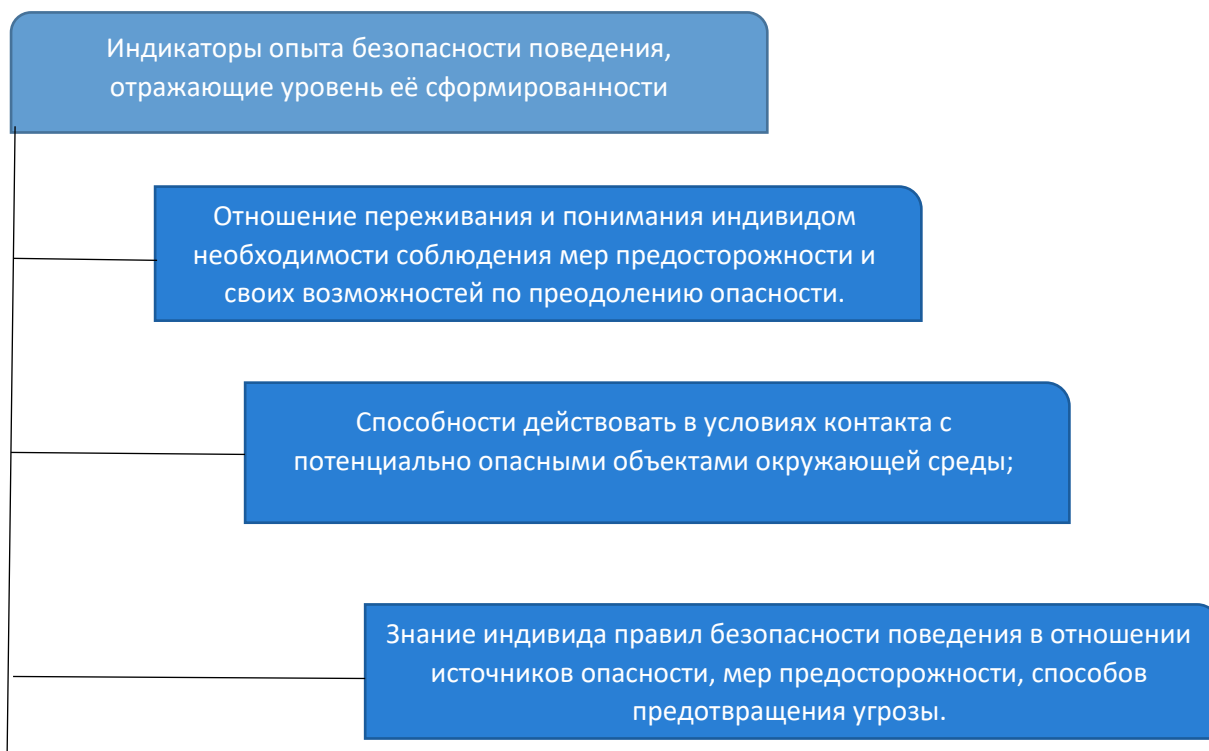
Сегодня в качестве одной из главных задач системы воспитания рассматривается формирование культуры безопасного ответственного отношения к собственной жизни и здоровью человека.

Обучение детей безопасному поведению является основной задачей современного государства и общества. Лишь физически и психологически здоровый человек сможет в жизни достичь каких-либо высот и в полной мере реализоваться в обществе учитывая свои индивидуальные потребности. Обучение подрастающего поколения основам безопасного поведения во все

времена будет важнейшей составной частью системы всей общественной безопасности.

Безопасность – ключевое понятие, означающее состояние защищённости от внутренних и внешних угроз.

Индикаторы опыта безопасного поведения



Особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры

Поскольку школьные уроки физической культуры гарантированно охватывают практически всех детей, обучающихся в образовательной организации, физкультура является главной возможностью почти для всех детей школьного возраста получить доступ к оздоровительным физическим упражнениям. Физическое воспитание – это запланированная последовательная программа учебных программ и обучения, основанная на ФГОС, предназначенная для развития знаний, умений и двигательных навыков, а также безопасного поведения, связанного со здоровым активным образом жизни, физической подготовкой, самоорганизацией и эмоциональным интеллектом.

Преподавание физической культуры означает развитие или поддержание навыков, связанных с силой, ловкостью, гибкостью, движением и выносливостью; развитие знаний и навыков, касающихся командной работы и честной игры; развитие знаний и навыков, касающихся питания и физической подготовки как части здорового образа жизни; и развитие

позитивного отношения к здоровому питанию и физической активности как компоненту личного благополучия. Физическое воспитание предоставляет учащимся 12 инструменты, необходимые для создания и поддержания физически активного образа жизни в будущем. В то же самое время, как и любая другая физическая активность, урок физкультуры может нести в себе определенные риски и опасности. К сожалению, до сих пор школьники в нашей стране получают травмы, иногда – тяжелые, на уроках физической культуры. Чтобы этого не произошло, необходимо строго соблюдать правила безопасного поведения на уроках, в том числе и физической культуры.

Уроки физкультуры многими школьниками воспринимаются как «очень длинная перемена», во время которой можно много, активно и бесконтрольно двигаться. После учебных кабинетов, в которых необходимо сидеть за партой и слушать преподавателя, спортивный зал или спортивная площадка на улице воспринимается как место, где можно спонтанно бегать, прыгать, взбираться на спортивные снаряды, толкать друг друга и т.д. Тем не менее, спортивный зал и спортивная площадка могут нести в себе потенциальную опасность для здоровья детей. Проявится ли эта опасность – зависит от того, как именно школьники будут вести себя в спортивном зале.

Безопасность обучающихся во время школьных спортивных занятий является ключевым вопросом в методологии физического воспитания (физкультуры). По этой причине безопасность должна быть предметом первостепенной заботы при планировании мероприятий. Помимо основных правил и норм безопасности, соблюдаемых в школе на физкультуре, каждый вид физической активности имеет свой собственный набор правил безопасности, с которыми должны ознакомиться все учащиеся.

Соблюдать принципы доступности, последовательности при обучении учащихся и соответствие даваемых упражнений и нагрузок учебной программе.

Снижать нагрузку или увеличить время отдыха при появлении у учащихся признаков утомления; обеспечивать страховку при выполнении учащимися сложных технических элементов;

Следить за выполнением учащимися инструкций, правил поведения на уроке физкультуры и принимать решение об отстранении учащихся от участия в учебном процессе за грубое нарушение;

Организованно выводить учащихся с места проведения занятия;

Производить тщательный осмотр места проведения занятия, включает освещение, закрывать на ключ все подсобные помещения и спортзал;

Доводить до сведения ответственного за спортзал и спортплощадку сообщение обо всех недостатках в обеспечении образовательного процесса.

Причины несчастных случаев на уроках физической культуры

Причины несчастных случаев на уроках физической культуры	ученик боится выполнять задание
	ученик отказывается следовать инструкциям и предложениям учителя
	ученик не имеет представления о движении, о том как его освоить
	ученик недостаточно подготовлен к выполнению некоторых задач
	ученик не владеет спортивным снаряжением
	разминка была неверно организована
	ученик плохо понимает, как правильно распределять движения во времени

Как правильно проверять спортивный инвентарь перед занятиями физкультурой.

Перед любыми занятиями физкультурой и спортом на личном опыте необходимо удостовериться в исправности и безопасности спортивного инвентаря. Это важная и ответственная задача, которая позволяет избежать травм и несчастных случаев.

Визуальный осмотр

Перед началом использования спортивного инвентаря необходимо провести визуальный осмотр, чтобы обнаружить возможные повреждения или дефекты. Проверьте наличие трещин, срывов покрытия, износа и других видимых повреждений.

Проверка соответствия нормам и стандартам

Спортивный инвентарь должен соответствовать определенным нормам и стандартам безопасности. Проверьте, что оборудование имеет соответствующие сертификаты качества и безопасности.

Проверка крепежных элементов

Важно убедиться в надежности и качестве крепежных элементов спортивного инвентаря. Проверьте, что все болты, гайки и заклепки надежно закреплены и не имеют зазоров.

Проверка работы механизмов и устройств

Если спортивный инвентарь имеет механизмы или устройства, необходимо проверить их работоспособность. Убедитесь, что все механизмы движутся свободно, без заеданий или трений.

Проверка безопасности

Спортивный инвентарь должен обеспечивать безопасность при его использовании. Проверьте наличие защитных элементов, например, барьеров или подушек, которые предотвращают травмы при падении или столкновении.

Проверка года службы

Некоторые виды спортивного инвентаря имеют ограниченный срок службы. Проверьте, что срок эксплуатации спортивного инвентаря не истек и необходимо провести замену.

В заключение, проверка спортивного инвентаря перед занятиями физкультурой является неотъемлемой частью обеспечения безопасности и комфорта во время тренировок. Помните о значимости этой процедуры и не пренебрегайте ею.

Анализ методов работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках

Безопасность ученика на уроке физкультуры связана с используемыми педагогом методами работы с детьми. В этой связи необходимо рассмотреть, что такое методы работы учителя физической культуры. Для того, чтобы школьники успешно усваивали правила безопасности, педагогу нужно использовать эффективные методы педагогического воздействия. Педагогический метод – это совокупность способов и приемов воздействия на формирование у обучаемых знаний, умений и навыков с целью достижения педагогических целей.

педагогические методы	Наглядные	метод демонстраций и метод иллюстраций
	Словесные	рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, работа с книгой
	Практические	упражнения, дидактическая игра, практические, лабораторные

Одним из эффективных методов среди группы практических методов является метод опыта. Опыт позволяет обучающимся включаться в непосредственную деятельность. Например, преподаватель может обучить 27 детей навыкам безопасного падения. Также можно «смоделировать» падение со спортивных снарядов при несоблюдении правил. Выбрав добровольцев из числа учеников, преподаватель показывает с их помощью, какие опасности угрожают при несоблюдении правил. Такого рода упражнения могут сопровождаться беседой о том, при каких обстоятельствах человек может упасть, что нужно сделать, чтобы избежать падения, и какие приемы применять, чтобы ущерб от падения был минимальным, даже если оно произошло.

Заключение

Сегодня в качестве одной из главных задач системы воспитания рассматривается формирование культуры безопасного ответственного отношения к собственной жизни и здоровью человека.

Учителю физической культуры при показе ученикам того или иного двигательного действия необходимо соблюдать ряд требований, связанных с безопасностью, эффективностью и профессионализмом.

Прежде всего, учитель должен обеспечить безопасность процесса двигательной активности. Для этого необходимо проверить состояние оборудования, выбрать площадку для занятий, свободную от препятствий и

других участников, а также убедиться в том, что ученики используют соответствующую экипировку.

Одним из главных требований к учителю физической культуры при показе того или иного движения является умение давать ясные и точные инструкции по выполнению упражнения. В качестве примера можно привести упражнение на скручивание пресса. Учитель должен объяснить, какого типа движения должен совершать ученик, как вести себя с руками и как правильно выпрямлять ноги. Все это должно быть понятно и доступно для учеников.

Еще одним важным требованием к учителю является эффективность показа движения. Как правило, показ двигательного действия должен быть произведен гладко и точно, без избыточных движений. Например, при упражнении на штанге, учитель должен делать все плавно и не выставлять свою внешность вперед.

Учителю также необходимо быть профессионалом в своей области, то есть иметь достаточное знание и опыт для корректных и точных показов каждого движения. При умелом показе упражнений учитель должен привлекать внимание учеников и наглядно демонстрировать технику.

Список использованной литературы

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М, 2001. – 295 с.

Осокина Т.И. Физическая культура в школе. - М.: Просвещение, 2003. – 170 с.

Муравьев В.А., Созинова Н.А. Техника безопасности на уроках физической культуры. - М., 2001. – 96 с.

Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория физического воспитания и спорта: Учеб. пособие. М.: Изд. центр «Академия», 2000. - 480 с.