



**УРОК
ФИЗКУЛЬТУРЫ
XXI ВЕКА**

Травма... В чем причина?



- Безопасность трудовых и учебных процессов в общеобразовательных учреждениях до сих пор, к сожалению, оставляет желать лучшего. Несчастные случаи с учащимися и воспитанниками, произошедшие во время учебно-воспитательного процесса, были и остаются огромной человеческой трагедией, они не только являются причиной серьезных экономических потерь, но и приносят потрясения родителям, педагогическим работникам. Несчастный случай влечет за собой огромные потери рабочего времени для оказания первой помощи и последующего медицинского лечения. Отвлекается от своей основной работы большое количество различных специалистов для расследования несчастного случая. Расходятся средства на оплату труда всем специалистам, вовлеченным в этот процесс, на лечение и реабилитацию пострадавшего.

- Школьный травматизм составляет 15 % от общего травматизма детей. 20 % из них – травмы, полученные на уроках физической культуры.
- Причин несколько. Во-первых, недостаточность профессионализма организации урока физической культуры или спортивной тренировки.
- Во-вторых, физический износ спортзалов, учебных помещений, оборудования, инвентаря, не обеспечивающего должной степени надежности и безопасности.
 - В третьих, неоправданная самостоятельность учащихся, игнорирование правил техники безопасности, нарушение инструкций, нахождение в зале без педагога. Как раз эта третья причина влечет за собой 90% всех зарегистрированных случаев детского травматизма.

**КАК
ИЗБЕЖАТЬ
ТРАВМ?..**

*КОМПЛЕКСНАЯ
ПРОГРАММА
ПРОФИЛАКТИКИ
ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА
НА ЗАНЯТИЯХ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ
И СПОРТОМ
В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ*

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.



Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.



Именно поэтому разработанная нами программа направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся.



■ ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

- Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха в физическом воспитании и спорте.

■ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
- Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
 - Популяризовать преимущества здорового образа жизни, расширить кругозор школьников в области физической культуры и спорта.
 - Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на уроках физической культуры.

УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

- Учащиеся
 - Администрация школы
 - Классные руководители
- Учитель физической культуры, тренер, инструктор по физическому воспитанию
 - Учителя-предметники естественнонаучных дисциплин
 - Учителя-предметники точных наук
 - Школьный врач, врач-педиатр, медсестра
 - Педагог-психолог, социальный педагог

РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ

- НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ БЕЗОПАСНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
- ДИСЦИПЛИНА И ИНСТРУКТИРОВАНИЕ
- ПИТАНИЕ И ОТДЫХ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ
- ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
- ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
 - СОТРУДНИЧЕСТВО ШКОЛЫ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ
- ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА 2010 – 2011 УЧЕБНЫЙ ГОД
 - МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТРАВМАТИЗМА

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ БЕЗОПАСНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

- Извлечения из санитарных правил и норм.
(СанПиН 2.4.2.-1178-02).
- Извлечения из закона РФ «О физической культуре
и спорте в РФ»
 - Извлечения из закона РФ «Об образовании», гл.
III.
- Извлечения из закона «Об основах охраны труда
Российской Федерации» Федеральный закон РФ
от 17.07 1999

ДИСЦИПЛИНА И ИНСТРУКТИРОВАНИЕ УЧАЩИХСЯ

Занятия физической культурой в школе – на уроке, в секции дополнительного образования – это самая сложная для психики человека учебная дисциплина. Внешний вид спортивного зала, снарядов и инвентаря, звуки спортивной тренировки провоцируют возбуждение нервных процессов в организме ребенка, увеличивается уровень адреналина в крови, повышается порог возбудимости – это особенно заметно проявляется у средних и старших подростков, что связано с физиологическими особенностями перестройки организма.

Перед каждым занятием необходимо провести инструктаж по технике безопасности.

ПИТАНИЕ И ОТДЫХ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

- Существенное влияние на сопротивляемость заболеваниям организма ребенка, а так же выработку иммунитета оказывает правильное и полноценное питание. Грамотное использование ресурсов организма увеличивает его работоспособность, выносливость, способствует полноценному росту и развитию. Значение питания возросло в современном мире в связи с влиянием на детей таких социальных факторов, как ускорение темпа жизни, увеличение объема познавательной информации, изменение условий воспитания в семье, вовлечение в спорт.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Учебно-воспитательная работа
 - Диагностическая работа
- Научно-методическая работа
- Информационно-просветительская работа

1. УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

- Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям
 - Анализ расписания уроков физической культуры
- Организация перемен и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе
- Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся
 - Включение вопросов с определённой валеологической направленностью в план учебных программ по биологии ОБЖ, психологии
- Валеологический анализ уроков физической культуры
 - Структурирование учебных программ

2. ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания.

- Плановая диспансеризация учащихся
- Сохранение и корректировка здоровья учащихся
- Мониторинг освещённости учебных кабинетов
 - Плановый медосмотр
 - Контроль за состоянием рабочей мебели
 - Создание «Паспорта здоровья» учащихся
- Осуществление контроля за соблюдением учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой)

3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

Внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования.

- Научно-методическая работа - внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику учебно-воспитательного процесса
- Контроль за пресечением использования непроверенных оздоровительных систем и методов в системе физического воспитания

4. ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

Пропаганда ЗОЖ, наглядная агитация, консультации по всем просветительским вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная

- *Использование различных форм массовой пропаганды ЗОЖ: организация лекций, проведение дня здоровья*
 - *Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах, воспитание учащихся личным примером учителей (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек)*

ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Функции педагога-психолога и социального педагога
 - Функции директора и заместителей директора
 - Функции медицинской службы школы
 - Функции классного руководителя
- Функции учителя физической культуры, тренера, инструктора по физвоспитанию
 - Функции учителей предметников

СОТРУДНИЧЕСТВО ШКОЛЫ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ

- Детская поликлиника
- Взрослая поликлиника
- Стоматологический кабинет
- ГИБДД, Инспекция по делам несовершеннолетних

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА 2010 – 2011 УЧЕБНЫЙ ГОД

- Диспансеризация в Детской поликлинике
 - Анализ случаев травматизма в школе
- Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни
 - Тестирование в рамках программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека
- Психологический мониторинг здоровья учащихся
- Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)
- Контроль за качеством питания и питьевым режимом
 - Диагностика загруженности учащихся
 - Организация активного отдыха на переменах
 - Проведение зарядок, физкультминуток на уроках

МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТРАВМАТИЗМА

- Инструктаж по технике безопасности во время проведения уроков физической культуры, утренней зарядки, физкультминуток, и подвижных игр на переменах
- Проведение диагностики по проблемам курения, злоупотребления спиртными напитками, наркомании
- Налаживание работы спортивных кружков, секций, клубной деятельности
- Оформление уголков здоровья «Правила Мойдодыра»
 - Профилактика всех видов правонарушений
- Основы личной безопасности на уроках и переменах
- Профилактика травматизма во время занятий на улице
- Профилактика простудных заболеваний после уроков физической культуры и спортивных тренировок

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включённости педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.
- Данная программа рассчитана сроком на год и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию.
 - В ГОУ СОШ №1204 данная программа осуществляется в проектном режиме в начальной школе и дала существенные результаты.

Спартакиада в ГОУ СОШ№1204
с углубленным изучением английского языка



**ДАВАЙТЕ
СОХРАНИМ
НАШЕ
ЗДОРОВЬЕ!!!**

Автор программы

Косинов Алексей

Владимирович

учитель физической культуры

ГОУ СОШ №1204 с углубленным

изучением английского языка

Фотографии для презентации взяты из
интернета и личных архивов автора.

Все права защищены.