

захоплення, проявляти творчість, суспільний інтерес, почуття причетності, єднання з іншими, що має філософське почуття гумору, креативність, творчий підхід до життя, внутрішню незалежність від безпосереднього чи негативного впливу оточуючого середовища, та є еталоном здорового способу життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамов С.А. Волейбол у фізичному вихованні студентів / С.А. Абрамов, М.І. Кузьміна // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 2011. – Т. І. – № 91. – С. 12-14.
2. Белаев А.В. Пляжный волейбол. Учебник для институтов и академий физкультуры / А.В. Белаев, М.В. Савин. – М., ФОН. – 2000. – 189 с.
3. Галіздра А.А. Ефективність занять волейболом у режимі вільного часу студентів // ТМФВ, 2009. – №3. – С. 45-47.

Данило Мацухов,

студент 3 курсу

Факультету фізичного виховання

Науковий керівник: **Н. М. Самсутіна,**

к.п.н., доцент (БДПУ)

ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ГІМНАСТИКИ

Актуальність теми. На сьогоднішній день в освітніх установах приділяють серйозну увагу організації роботи з охорони праці, попередження травматизму учнів на уроках фізичної культури з гімнастики. Профілактика дитячого травматизму – одне з найважливіших завдань сучасного суспільства, яке повинне бути досягнуте, в першу чергу, дотриманням техніки безпеки на заняттях фізкультури.

Ступінь досліджуваності проблеми Значна кількість робіт вітчизняних і зарубіжних вчених (Бражник І.А. [1], Худолій О.М. [3], Палыга В.Д. [2]) у галузі педагогіки та фізичного виховання присвячена проблемі профілактики дитячого травматизму на уроках фізичної культури та спорту

Мета дослідження – визначити основні причини травматизму на уроках фізичною культурою з гімнастики, окреслити засоби та методи його профілактики.

Для досягнення мети дослідження були використані такі методи, як теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.

Сутність дослідження. Специфіка гімнастики полягає в тому, що до її змісту входить велика кількість вправ, які потребують певного рівня м'язової сили, спритності, гнучкості, рішучості. Складні вправи виконувати без відповідної підготовки неможливо. Це часто закінчується травмами.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, дитячий травматизм – це пошкодження, які виникають у результаті раптового

впливу на організм дитини будь-якого фактора зовнішнього середовища, що порушує анатомічну цілісність тканин.

Причини травматизму на заняттях з гімнастики є: недотримання правил організації занять і змагань з гімнастики (запізнення, неухважність, несерйозність, невиконання вимог викладача і порушення правил ТБ.); порушення методики і принципів послідовності, систематичності і доступності, (переоцінка фізичних можливостей).

Для усунення причин травматизму і запобігання можливим його випадкам слід застосовувати широкий комплекс організаційних заходів і методичних прийомів. Без вивчення та засвоєння основних прийомів, елементів гімнастичної вправи не можна допускати учнів до самостійного виконання. Суттєве значення при цьому має травмо- профілактичний інструктаж, наявність безпечного екіпірування для занять гімнастикою, дозування навантажень та виконання прийомів страховки.

Існує проблема вивіреного підбору підготовчих та підвідних вправ, які не тільки полегшують виконання базової вправи, а й забезпечують профілактику травматизму при умові здійснення допомоги учню та дотримання правил його страховки. Анатомо-фізіологічні особливості росту та формування опорно-рухового апарату дітей є одним із чинників їх травматизму, тому на уроках гімнастики необхідно це враховувати при обранні засобів фізичного виховання та підборі методик травмопрофілактики, а також при визначенні взаємозв'язків гімнастичної вправи з напрямом роботи опорно-рухового апарату.

Перед виконанням технічно складних вправ потрібно застосовувати додаткові методи страховки, передбачити можливі місця падіння учня та елементи допомоги при виконанні гімнастичної комбінації. У процесі спостереження за уроками необхідно своєчасно фіксувати та виправляти помилки, здійснювати відповідні зауваження й узагальнення для того, щоб у подальшому не допустити ніяких травматичних випадків.

Основні висновки. Для профілактики травм на уроках фізичної культури з гімнастики у закладах загальної середньої освіти необхідно навчити учнів правилам падіння, правильно організовувати технологічний процес виконання гімнастичних вправ, забезпечити освітні заклади доброякісним спортивним інвентарем із урахуванням вікових груп, дотримуватися правил техніки безпеки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бражник І.А. Окремі розділи підручника "Гімнастика": Державне учбово-педагогічне видавництво "Радянська школа" / І.А. Бражник В.С. Зінченко, О.А. Онищенко, Б.Г. Сільченко, Г.В. Шабайдаш. – К., 1991. – 488 с.
2. Палыга В.Д. Гимнастика: учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания педагогических институтов специальности: №2114 "Физическое воспитание" / В.Д. Палыга. – М.: Просвещение, 1982. – 288 с.
3. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: навчальний посібник. У 2-х частинах / О.М. Худолій. – Харків: ОВС, 2008. – Ч. 2. – 464с.