

**ПРИЧИНИ И ФАКТОРИ ПОРАЖДАЩИ ТРАВМАТИЧНИ УВРЕЖДЕНИЯ ПРИ
ОБУЧЕНИЕТО ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ В НАЧАЛНА УЧИЛИЩНА
СТЕПЕН**

Дечко Игнатов

*Университет „Проф.д-р Асен Златаров”
Факултет по обществени науки
8000 – гр.Бургас – Р. България
tiare@abv.bg*

**CAUSES AND FACTORS CAUSING TRAUMATIC INJURIES IN TEACHING
PHYSICAL EDUCATION IN ELEMENTARY SCHOOL**

Dechko Ignatov

*"Prof. Dr. Zlatarov"
Faculty of Social Sciences
8000 - Burgas - Republic of Bulgaria
tiare@abv.bg*

ABSTRACT

The main objective of teaching in physical education is not only effective implementation of education and educational tasks, but also protect students from injuries and accidents. Therefore, all forms of work in physical education must necessarily be realized in an environment of safety provided. For prevention of traumatic injuries of great importance is the detailed knowledge of the causes that produce them, and the state of knowledge of each child's health status, type of neural activity, the extent of his social adaptability.

***Keywords:** degree of physical fitness , healthy mental fitness and functional status, level of physical fitness*

На съвременния етап в развитието на обществото и особено с усъвършенстването на учебно-възпитателната система в началното училище настъпват редица промени във физическото и психическо развитие на учениците. Пълноценното израстване и възпитание на учениците от начална училищна възраст е възможно да се реализира само чрез усъвършенстването на тяхната психическа и физическа подготовка.

Многобройни и най-различни са факторите за успеха на учебно-възпитателната работа с малките ученици. Но едно е безспорно – само физически здрави и психически необременени ученици са способни за пълноценно и ефективно обучение. /К. КОСТОВ, 1989 год./

Поради тази причина основната цел на учебният процес по физическо възпитание е не само ефективното осъществяване на образователните и възпитателни задачи, но и предпазването на учениците от травми и нещастни случаи. Ето защо всички форми на работа по физическо възпитание трябва да се реализират задължително в условия на осигурена безопасност. За предотвратяването на травматични увреждания от голямо значение е подробното познаване на причините, които ги предизвикват, както и познаване състоянието на всяко дете, неговото здравословно състояние, тип нервна дейност и степента на социалната му адаптивност.

От познаването на причините зависи профилактиката, която трябва да бъде научно обоснована. Причините за спортните травми не трябва да се търсят в случайността, невниманието и в други необосновани неща. Причината е всякога конкретна или пък сбор от няколко конкретни причини, измежду които една е основна, а останалите допълнителни.

Според това, от къде произхожда причината за травматизма, причините могат да се разделят на три групи:

1. **Причини от субективен характер**
2. **Причини от обективен характер**
3. **Причини свързани с организацията и методиката на обучение**

Причини от субективен характер

Степен на психическа пригодност-пригодност или непригодност за дадена дейност се определя от трайните образowania на психиката на човека, т.е. изразява предимно неговите свойства. В този смисъл психическата пригодност има траен характер и синтезира всички психически образowania на детето-характер – проявление на характера по отношение на другите, отношението към себе си, водещи черти на характера, темперамент – сила – слабост, уравновесеност, неуравновесеност, подвижност, неподвижност на нервните процеси, насоченост- широта, интензивност, устойчивост.

Степен на физическа пригодност – физическата пригодност е изградена от взаимно детерминирани физически качества – бързина, сила, издръжливост, гъвкавост, ловкост, които обезпечават практичката дейност чрез целенасочени физически действия при преодоляването и овладяването на различни ситуации. Практическото действие се реализира чрез проявлението на единството на физическите качества при доминирането на едно или няколко качества.

Здравословно и функционално състояние – някои отклонения в здравословното състояние и физическо развитие, като плоско стъпало, вродени аномалии в строежа, вродени или придобити деформации на гръдния кош, лакетни, коленни стави и др., водят до някои сериозни травми. Преболедуван в детска възраст рахит е все по-често срещана причина за различна степен на отклонения в анатомичното устройство на скелета. Задължително трябва да се обърне сериозно внимание и на вродените заболявания и аномалии на вътрешните органи. Никак не са за подценяване и така наречените леки заболявания, като лек грип, лека ангина или състояние на следоздравителен период на които, водени от желанието си за удовлетворяване на двигателните си потребности, децата не обръщат никакво внимание. Тези наглед леки заболявания водят до нарушаване на кортико - висцералните връзки, на равновесието между импулсите и координацията, силата и издръжливостта на организма също се нарушава, а всичко това увеличава вероятността за получаване на травми.

Моторика и физическа дееспособност – недостатъчната физическа подготовка и недобре формираният двигателен навик, както и неправилното му прилагане водят до чести наранявания. Тази причина се явява, като една от най-съществените, особено в първи и втори клас където желанията на децата не се покрива с техните възможности.

Умора и преумора – практиката показва, че по-голям процент от травмите се получават в края на урока по физическо възпитание, умението на учителя да бъдат използвани в комбинации е задължително условие за постигането на желания здравен и двигателен ефект.

Причини от обективен характер

Недостатъци в материалната база и условията на работа - на неподходящите, нестандартни, небезопасени и несъобразени с хигиенните нормативи и педагогически изисквания спортни съоразения се пада голям дял от травматичните увреждания. Недостатъчната игрална площ и пособия, неизправните уреди, неправилното им монтиране, лошото осветление са причина за голям процент от травмите.

Неподходящи метеорологични условия - ниските и високите температури, мъглата дъждът и силният вятър имат свой дял при уврежданията, като указват както пряко, така и

косвено влияние. Студът намалява работоспособността и устойчивостта на мускулите и числото на травми се увеличава. Високите температури и силните слънчеви лъчи водят до топлинен и слънчев удар.

Причини свързани с организацията и методиката на обучение

Грешки в подбора на методите – неправилното използване на методите, неумението на учителя да ги комбинира е сигурна предпоставка за получаването на травми. Към тази причина се отнасят също неорганизираното влизане в салона, неправилното разпределение на учениците по групи, липсата на емоционалност в урока и неумението за управление и контрол на двигателната дейност.

Грешки в подбора на средствата – ако използваните средства и тяхната дозировка не са съобразени с анатоמו-физиологическите и психологическите възможности на децата, травмите се явяват като неизбежен спътник на учебния процес по физическо възпитание. Подборът на средствата, комбинирането им и тяхната дозировка трябва да водят до желаните двигателен и здравен ефект.

Незадоволителна възпитателна работа – сигурно следствие от тази причина е лошата дисциплина, чийто огледален образ са проявите на грубост между децата. Възпитателната работа трябва да бъде изключително системна и последователна, достъпно мотивирана. В противен случай грубите отношения между децата ще излязат извън рамките на заниманията по физическо възпитание и ще създадат условия за неизбежност от травмиране в целия училищен режим на обучение, а в не редки случаи и извън него.

Пропуски в осигуряването на безопасността на учениците – пропуските в изграждането на навици за самозащита и партньорска защита се явяват като важна предпоставка за получаването на травми от различен характер. Голяма грешка се допуска, като се счита, че учителят може сам да осигури безопасността на учебния процес. Задачите свързани със взаимопомощ трябва да са изключително приоритет на самите ученици. В това отношение най – подходяща форма на организация на учебния процес е групово – съревнователната работа на обучение. Ученически приоритет са и двигателните задачи, свързани с изнасянето, поддръждането и прибирането на уредите.

Сблъсъците в игрите – причини за появата на сблъсъци в игрите могат да бъдат: разгорещената игрова обстановка, създаването на особено сложни ситуации недостатъчната техническа и тактическа подготовка и др. Въз основа на изброените белези можем да ги разделим на непреднамерени; преднамерени; предизвикани.

Въпреки, че са непреднамерени сблъсъците от този вид съвсем не са случайни. Основна причина за възникването им е несъответствието между характера на игровата обстановка и условията при които се провежда дадена игра – размери на игралното поле, разположение на уреди и пособия, които не се използват за конкретната игра, останки от вече премахнати уреди, небезопасни радиатори и др.

Преднамерените сблъсъци са прояви на грубост. Добре известно е в педагогическата практика огромното желание у децата за постигане на най – висок резултат, за задължителна победа. Много често това желание игнорира абсолютно всички условия свързани с реализацията на дадена двигателна задача и се превръща в сигурна предпоставка за възникването на грубости и травми. Сблъсъци възникват и въз основа на конкретния тип нервна дейност, която характеризира проявленията на характера на всяко дете. Не на последно място, проявленията на грубост, могат да са следствие от пропуски в семейното възпитание, или още по - лошо – отражение на семейни отношения.

Предизвиканите сблъсъци са неволни, но главна вина за тях носи спортния педагог. Предпоставка за възникването им са някои игри от различен вид, чиято реализация в предложените форми, крие реални рискове от травмиране. Не отчитането на този факт,

липсата на умения у учителя за вариране с учебното съдържание, могат да доведат до неприятни последици по отношение здравето на децата.

Недостатъчно познаване особеностите на здравното и психическо развитие характеризиращи двигателната активност и социална адаптация на децата със специални образователни потребности /СОП /

В нашето съвремие, никак не са редки случаите при които в състава на учебните класове са включени деца със специални образователни потребности. /СОП/ Учениците със специални образователни потребности /СОП/, имат нарушения не само в интелекта, но и във волята, емоциите, поведението, физическото развитие. В учебното съдържание предвиждащо и регламентиращо обучението по физическо възпитание в началното училище, не са посочени двигателни задачи за деца със СОП.

Ето защо, необходимо условие за учителя по физическо възпитание се явява доброто познаване на особеностите в психо – физическото развитие на децата с интелектуална недостатъчност. Това ще позволи на учителя да създава двигателни задачи при които са на лице условия необходими за адекватно осъществяване на организирано, корекционно по характер и съдържание обучение на децата със СОП, което значително намалява риска от травмиране, както физическо, така и психическо.

ОБОБЩЕНИЕ

Необходими условия за намаляване риска от травматични увреждания при обучението по физическо възпитание в началното училище са:

- ❖ Да се изгради точна и ясна представа за предстоящата двигателна задача, да се обмисли методиката на обучение, като се спазват принципите системност и последователност.
- ❖ Обемът и сложността на знанията и свързаните с тях умения относно основните характеристики на двигателното действие, трябва да бъдат съобразени с възрастовите и индивидуални особености, с типа нервна дейност на деца.
- ❖ Във втория етап на обучението, не трябва просто да се насочва вниманието на учениците към отделни детайли на техниката, а да се даде свобода на детското творчество за самостоятелно изграждане на двигателни задачи по параметри зададени от учителя.

Литература

1. Бехар, Ж., 1976, Нравствени чувства на учениците от начална училищна възраст, Народна просвета, София.
2. Кайков, Д., 1989, Изследване детерминираността на психическите и физически фактори в структурата на човешката дейност, С.
3. Левитов, Н., 1964, О психическите състояния човека, М.
4. Петровски, А., В., 1976, Обща психология – учебно помагало за учителските институти, Наука и изкуство, София.
5. Попов, Ив., Ангелов, Ан., Димитрова, Св., 1979, Теория на физическото възпитание, Народна просвета, София.
6. Проданов, В., 1978, Етика и ценности на човешкия живот, Народна просвета, София.