

Тема: ОСНОВИ ЕКСПЛУАТАЦІЇ СПОРТИВНИХ СПОРУД

Мета: сформувати теоретичні знання з техніки безпеки під час їх експлуатації фізкультурно-спортивних споруд; нормативних вимог, необхідних для обладнання фізкультурно-спортивних об'єктів; навчити складати необхідну документацію, облік та звітність з експлуатації споруд і обладнання;

Техніка безпеки під час експлуатації спортивних споруд

Експлуатація фізкультурно-спортивних споруд – це перш за все забезпечення безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять. Відповідно до підготовки і проведення занять з різних видів спорту вона має свої специфічні особливості.

Основний обов'язок роботи педагогічних колективів у цьому напрямі передбачає:

- контроль за дотриманням вимог по охороні праці;
- підписання колективних угод з цього питання;
- звіти керівництва про стан охорони праці та виробничої санітарії.

Заходи з охорони праці і техніки безпеки мають такі розділи: вентиляція, виробнича санітарія, норми проектування і будівництва основних і допоміжних спортивних споруд, пропаганда техніки безпеки.

Техніка безпеки це:

- заходи, спрямовані на забезпечення безпеки проведення навчально-тренувальних занять та змагань;
- дотримання правил розташування навчального обладнання і використання спортивного інвентарю;
- визначення зон безпеки, наявність попереджувальних огорож;
- дотримання правил користування усіма видами електроапаратури, допоміжними приборами та інструментами (тренажери);
- забезпечення усіх видів механічних робіт, що виконуються на спортивних базах та в приміщеннях для занять фізичною культурою і спортом.

Чітка організація праці вчителя, тренера та учнів багато в чому залежить від знання ними правил і норм охорони праці. Для виховання свідомого відношення до чіткої організації праці, засвоєння безпечних методів і прийомів роботи під час виконання рухових дій, адміністрація

усіх закладів, що дає можливість займатися фізичною культурою і спортом, проводить для педагогів, організаторів, а також для всіх учнів, інструктаж-навчання про норми і правила охорони праці, техніку безпеки та про виробничу санітарію. Навчання відбувається у вигляді ввідного інструктажу (перед прийомом на роботу і початком проведення занять, безпосередньо на місці проведення занять), повсякденного та періодичного інструктажу та ін.

Учитель фізичної культури або особа, що проводить заняття з фізичного виховання несе пряму відповідальність за охорону життя і здоров'я учнів і зобов'язані:

- перед початком занять провести ретельний огляд місця проведення занять, переконатися у справності спортивного інвентарю, надійності установки і закріплення обладнання відповідно до санітарно-гігієнічних вимог;

- інструктувати школярів про порядок, послідовність та заходи безпеки при виконанні фізичних вправ;

- навчати школярів безпечному виконанню фізичних вправ та стежити за дотриманням заходів безпеки, при цьому строго дотримуватися принципів доступності та послідовності навчання;

- за результатами медичних оглядів взяти про рівень фізичної підготовленості та функціональні можливості кожного учня;

- при необхідності забезпечувати учням страховку;

- при появі в учня ознак втоми або при скарзі на нездужання і погане самопочуття негайно направляти його до лікаря;

- після закінчення занять ретельно оглядати місце проведення занять й усунути виявлені недоліки.

Види і порядок проведення інструктажів для учнів

Учитель фізичної культури або особа, яка проводить заняття з фізичної культури і спорту, відповідно до Положення про організацію охорони праці і розслідування нещасних випадків у навчально-виховних закладах, несе відповідальність за безпечне проведення навчання та охорону життя і здоров'я учнів. З цією метою вчитель проводить навчання з безпеки у формі інструктажів.

Первинний інструктаж.

Інструктаж з правил безпеки під час проведення навчальних занять у спортивному залі, проводиться на першому занятті після канікул.

Запис про проведення первинного інструктажу робиться в окремому журналі реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності, що зберігається у спортзалі. Рекомендована форма журналу наведена в додатку №2 наказу МОіНУ №563. Учні і вихованці, які інструктуються, розписуються в журналі, починаючи з 9-го класу.

Первинний (тематичний) інструктаж.

Інструктаж з правил безпеки під час проведення навчальних занять (спортивні ігри, легка атлетика, гімнастика тощо) проводиться перед початком кожного варіативного модулю, кожного уроку з фізичної культури.

Запис про проведення первинного (тематичного) інструктажу робиться у журналі обліку навчальних занять на сторінці предмета в розділі про запис змісту уроку. Учні, які інструктуються, не розписуються про такий інструктаж.

Позаплановий інструктаж проводиться з учнями у разі порушення ними вимог нормативно-правових актів з охорони праці, що може призвести чи призвело до травм, при зміні умов виконання навчальних завдань, у разі нещасних випадків в навчальному закладі.

Реєстрація позапланового інструктажу проводиться в журналі реєстрації інструктажів (додаток 2 наказу МОіНУ №563).

Первинний інструктаж під час проведення позакласних і позашкільних занять з фізкультури і спорту.

Інструктаж з правил безпеки під час проведення позакласних і позашкільних занять фіксується в журналі встановленого зразка. Учні і вихованці, які інструктуються, розписуються в журналі, починаючи з 9-го класу.

Цільовий інструктаж проводиться з учнями навчального закладу у разі організації позанавчальних заходів (туристичні походи, спортивні змагання тощо). Реєстрація проведення цільового інструктажу здійснюється у журналі реєстрації інструктажів (додаток 2 наказу МОіНУ №563). Обов'язково вказується причина проведення цільового інструктажу (назва заходу, дата та номер наказу про його проведення).

Інструкція з безпеки під час проведення навчальних занять в спортивному залі та спортивних майданчиках:

1. Усі учні зобов'язані пройти медичний огляд. На підставі даних про стан здоров'я і фізичний розвиток, учнів розподіляють для занять

фізичними вправами на медичні групи: а) основну; б) підготовчу; в) спеціальну.

Учні, які не пройшли медичного огляду, до уроків фізичної і культури не допускають. Учні, тимчасово звільнені від занять, зобов'язані бути присутніми на уроках фізичної культури, при цьому допускається їх залучення вчителем до підготовки занять. Тимчасове звільнення від занять фізичними вправами допускається за наявності довідки лікаря або з дозволу медичного персоналу школи. Після перенесення хвороб учнем, необхідно взяти дозвіл на відвідування уроків фізичної культури у лікаря.

2. Без дозволу вчителя забороняється учням заходити у спортзал і перебувати у ньому.

Учні заходять до спортивного залу, виходять на спортивний майданчик у спортивному взутті та спортивній формі відповідно до пори року і погодних умов. Заходити у спортивний зал у брудному взутті забороняється.

Після дзвоника на урок по команді вчителя учні шикуються у спортивному залі, спортмайданчику.

Без дозволу вчителя учням забороняється користуватися спортивним обладнанням та інвентарем.

Не дозволяється учням виконувати вправи на спортивних приладах (снарядах) без присутності і страхування вчителя, а також маючи на собі різного виду прикраси. Не дозволяється приносити речі, які не потрібні на уроці або заважають його проведенню.

Учні зобов'язані берегти шкільне спортивне обладнання та спортінвентар, не псувати його, не смітити; не приносити до спортзалу харчові продукти.

Під час виконання вправ на спортивних приладах (снарядах) учні зобов'язані бути дисциплінованими, уважними, точно виконувати вказівки вчителя. Без команди вчителя не переходити від одного приладу (снаряда) до іншого.

При виконанні вправ потоком необхідно дотримуватися належного інтервалу, не штовхатися, не зупинятися, не ставити підніжок.

Під час проведення занять з метання не можна перебувати в зоні кидка, перетинати цю зону. Не можна повертатися спиною до напрямку

польоту об'єкта метання. Забороняється виконувати метання без дозволу і відома вчителя.

При виконанні вправ на спортивних: приладах (снарядах) необхідно знаходитись на безпечній відстані від місця виконання, не заважаючи один одному, дотримуватись правил техніки безпеки та санітарно-гігієнічних вимог.

Забороняється користуватися несправним спортивним інвентарем, та обладнанням.

Учні повинні вміти правильно виконувати і страхувати один одного під час виконання фізичних вправ та елементів.

Учні зобов'язані підтримувати чистоту та порядок у спортзалі, роздягальнях, на спортмайданчику.

3. Учні зобов'язані попередити вчителя:

- 1) про наявність документів про звільнення після хвороби;
- 2) про погане самопочуття;
- 3) якщо вийшло з ладу спортивне обладнання;
- 4) про травмування під час уроку.

4. У випадку отримання травми, попередити вчителя, надати медичну допомогу, якщо необхідно викликати швидку медичну допомогу

5. Після закінчення уроку учні прибирають робоче місце, переодягаються і організовано виходять зі спортивного залу.

Облік та профілактика причин дитячого травматизму під час занять на спортивних спорудах з використанням спортивного обладнання та інвентарю

У ході проведення занять на спортивних спорудах необхідно суворо виконувати правила техніки безпеки, попереджувати причини виникнення умов, які можуть сприяти спортивному травматизму.

Основні причини травмування дітей на уроках фізичного виховання:

1. Невідповідність спортивного обладнання та інвентарю. (Незадовільний стан спортивних залів, використання пошкодженого спортивного обладнання, невідповідність розмірів спортивного обладнання для учнів. У більшості шкіл розміри спортивних залів, їхнє планування, освітлення не відповідають санітарно-гігієнічним вимогам, вони не обладнані спортивним інвентарем, який відповідав би віковим особливостям дітей.

2. Перевантаження приміщення спортивного залу: одночасне проведення уроків фізкультури з кількома класами в одному спортивному залі призводить до зниження якості уроку, погіршення дисципліни, послаблення уваги учнів і в кінцевому результаті – до травмування.

3. Порушення методики проведення уроку. Відомо, що урок фізичного виховання складається із взаємопов'язаних частин: підготовчої, основної та заключної. Так, підготовча частина уроку передбачає організацію учнів, підготовлення організму до основної навчальної діяльності. Проте, як свідчить практика, найчастіше підготовча частина уроку не виконується, тому що діти довго перевдягаються, шикуються, багато часу займають організаційні моменти. Внаслідок цього м'язова система учнів не підготовлена до виконання вправ основної частини уроку, що збільшує ризик травмування.

4. Недостатнє страхування учня з боку вчителя під час виконання вправ. Іноді вчителі не володіють методикою страхування, не знають, у який момент необхідно допомогти учневі виконати вправу. Травми можуть траплятися і через безвідповідальне ставлення вчителя до страхування, коли він вважає, що учень зуміє виконати цю вправу самостійно, не враховуючи складності вправи, підготовленості учня, невідповідності приладів тощо.

5. Недостатній медичний контроль у навчальному закладі за учнями, а також за місцями проведення занять з фізичного виховання. У зв'язку з тим, що лікарі не мають змоги щоденно бути у школі, знижується контроль за санітарно-гігієнічним станом приміщень, майданчиків, за впливом фізичних вправ на організм дитини.

Крім перерахованих причин, необхідно враховувати також обставини, які призводять до отримання травм школярами:

– низький рівень фізичного розвитку, стану здоров'я, розвитку рухових навичок і якостей сучасних школярів та невідповідність шкільної програми з фізичного виховання функціональним можливостям дитячого організму;

– недостатня наступність програмового матеріалу. Наприклад, шкільною програмою з фізичного виховання для учнів 1-4-х класів передбачені лише вправи з основної гімнастики та рухливі ігри, що не

забезпечує достатнього розвитку рухових навичок і якостей, необхідних для виконання програми основної школи;

– невідповідність кваліфікації вчителів: у деяких навчальних закладах уроки фізкультури в початкових класах проводять учителі, які не мають спеціальної підготовки (кваліфікації), а інколи й самі вчителі фізичного виховання мають низький рівень підготовки;

– незадовільна дисципліна учнів на уроках фізкультури. Часто причиною виникнення травм є неадекватна поведінка учнів, яка може привести до непередбачуваних конфліктних ситуацій між учнями і до немотивованих відмов виконувати вказівки вчителя, до неухважності, азарту і навіть грубості.

Вищезазначені причини належать до організаційних, тому зменшення кількості випадків травмування дітей у навчальному закладі можливе за умови запровадження системи профілактичних заходів із урахуванням саме цих причин.

Заходи щодо профілактики дитячого травматизму в навчальному закладі

Жоден нещасний випадок не повинен залишитися поза увагою керівника навчального закладу – це найголовніше, про що слід пам'ятати.

Чіткий облік травм та аналіз причин виникнення ситуацій, що призвели до них – запорука правильно побудованої системи профілактичних заходів.

Вимоги до учителя фізичного виховання:

– обов'язково проводити з учнями інструктаж з безпеки життєдіяльності перед початком уроку;

– чітко дотримуватися методики проведення уроку;

– не залишати без нагляду учнів у спортивному залі;

– контролювати самопочуття та стан здоров'я учнів на уроці, особливо недостатньо підготовлених;

– збільшувати фізичне навантаження на уроці поступово, дотримуватись наступності у навчанні;

– контролювати стан спортивного обладнання та інвентарю;

– розмістити у доступному місці правила безпечної поведінки на уроках фізичного виховання;

– заборонити учням відвідувати заняття без спортивної форми, вживати жувальну гумку, носити біжутерію тощо.

1. Під час проведення уроків:

– не допускати без дозволу і нагляду вчителя самостійного виконання вправ на приладах перед уроком і після нього;

– забезпечувати присутність до початку проведення уроку вчителя або чергового з числа учнів в спортивному залі (на майданчику, стадіоні);

– забезпечувати організований вихід учнів із спортзалу (майданчика);

– забезпечувати раціональне розміщення учнів в спортивному залі (на майданчику);

– неухильно підтримувати на належному рівні дисципліну і увагу учнів; забезпечувати чіткість і організованість класу при зміні приладів, чергуванні виконання вправ; не допускати самостійного безконтрольного виконання вправ на сусідніх приладах.

2. При щоденному спостереженні за фізичним станом учнів:

– перед кожним уроком (учителю) визначати ступінь втоми учнів, які відновили заняття після перерви, перенесли хворобу або скаржаться на погане самопочуття;

– у результаті отриманих даних корегувати методику проведення уроку в даний день, а у випадках сумніву, звільняти окремих учнів від уроку і направляти їх до шкільного лікаря.

3. Щодо методики проведення уроку:

– забезпечувати послідовність і методичність в проходженні програмового матеріалу;

– не допускати фізично слабких учнів до виконання складних вправ;

– здійснювати індивідуальний підхід до вибору вправ, дозування навантаження, особливо для тих, хто має відхилення у фізичному розвитку або відновив заняття після перерви у зв'язку з хворобою;

забезпечувати допомогу і страхування при виконанні вправ.

4. Щодо стану обладнання і спорядження:

– перед початком уроків обов'язково контролювати стан обладнання (справність приладів і кріплень тощо), гімнастичних матів;

– у випадку виходу з ладу обладнання негайно припинити його використання;

– контролювати стан спортивного одягу і взуття учнів перед проведенням уроку.

Необхідно робити систематичний облік усіх випадків спортивних травм.

У кожному окремому випадку роблять детальний аналіз причин виникнення спортивної травми з точки зору стану навчального обладнання та підготовленості місця проведення занять.

Нещасний випадок – обмежена в часі подія, раптовий вплив небезпечного фактору чи середовища, що сталися під час навчально-виховного процесу, унаслідок яких заподіяно шкоду здоров'ю або настала смерть учасника навчально-виховного процесу.

Травма – порушення анатомічної функції тканин або органів людини, спричинене зовнішньою дією або впливом зовнішнього фактору.

Розрізняють наступні види травм:

– легкі, без втрати працездатності;

– середньої тяжкості, з втратою працездатності понад 24 години;

– важкі, які вимагають госпіталізації постраждалого;

– травми зі смертельним випадком.

До тяжких травм, які не вимагають госпіталізації, відносять також вивихи суглобів, пошкодження м'язів та зв'язкового апарату.

Порядок дій учителя у випадку, якщо учень у ході навчального процесу отримав травму:

– надати першу медичну допомогу;

– доставити потерпілого до лікувальної установи;

– негайно повідомити про нещасний випадок керівника установи. Батькам потерпілого про нещасний випадок повідомляє адміністрація навчального закладу;

– зберегти обстановку на місці у тому стані, в якому вона була на момент події (якщо це не загрожує життю і здоров'ю тих, хто там перебуває, і не призведе до більш тяжких наслідків);

– при необхідності, взяти участь у розслідуванні нещасного випадку.

Розслідуванню підлягають нещасні випадки, що сталися:

– під час проведення навчальних занять та у перерві між ними, відповідно до навчальних, виробничих і наукових планів та розкладу занять;

– під час прямування на заняття з одного корпусу навчального закладу до іншого пішки чи на транспорті, якщо це визначено навчальними, виробничими і науковими планами та розкладом занять;

– під час проведення позакласних, позашкільних та інших заходів. Також заходів у вихідні, святкові та канікулярні дні, якщо вони здійснюються під безпосереднім керівництвом працівника навчального закладу або іншої особи, яка призначена наказом керівника навчального закладу за його згодою під час проведення спортивних змагань, тренувань, оздоровчих заходів, екскурсій, походів, експедицій, організованих навчальним закладом у встановленому порядку;

Санітарний контроль за спортивними спорудами

Усі фізкультурно-спортивні споруди і місця проведення занять з фізичної культури і спорту підлягають санітарному контролю. Його здійснюють органи та заклади санітарно-епідеміологічної служби разом з робітниками лікарсько-фізкультурних диспансерів, а також з адміністрацією і медперсоналом школи або спортивного закладу.

Головними показниками санітарного стану спортивних споруд є:

- стан зовнішнього середовища (температура і вологість повітря, його хімічний склад, пилова та бактеріальна забрудненість);
- рівень природного та штучного освітлення; вологість і шум
- наявність навчального обладнання та інвентарю, їх якість та відповідність віковим нормам та вимогам.

Кожний раз перед вводом в експлуатацію спортивної споруди, після проведення капітального ремонту, її директор зобов'язаний отримати від місцевої санітарно-епідеміологічної станції дозвіл на проведення занять.

Капітальний і поточний ремонт спортивних споруд

Спортивні споруди протягом усього періоду експлуатації повинні знаходитися загальний, під час якого оглядають всю спортивну споруду в цілому.

частковий – для огляду окремих його конструкцій та елементів, пристроїв та автономних систем;

– *позачерговий* – після стихійного лиха, а також перед організацією масштабних фізкультурно-масових заходів.

Спортивні споруди протягом усього періоду експлуатації повинні знаходитися під систематичним та регулярним спостереженням. Для того, щоб вчасно виявити пошкодження, недолік у конструкціях та інженерному обладнанні тощо.

Розрізняють три види профілактичних оглядів:

– *загальний огляд* проводиться два рази на рік (весною і восени).

Восени огляд проводять до початку перших заморозків. У приміщенні оглядається опалювальна система, стан вікон і дверей, вентиляційний устрій та ін. Водночас перевіряють інвентар і обладнання, які необхідні для роботи у зимовий сезон.

Під час весняного огляду визначають стан конструктивних елементів після зимової експлуатації, обсяг робіт, одночасно складають план капітального ремонту на наступний рік.

Стіни будівель оглядають особливо детально в місцях закріплення закладних деталей для кріплення навчального обладнання. Кам'яні стіни не повинні мати вологих плям, тріщин, видимих деформацій, роз'єднання рядів цегляної кладки. Дерев'яні стіни оглядають на предмет виявлення зараження деревини, просідання кутів.

Один раз на 5 років детально оглядають усі горищні перекриття спортивних споруд. Вкінці оглядають міцність перегородок, покрівлі, зовнішній вид фасадів. Окремо перевіряють збереження навчального обладнання та інвентарю.

До складу комісії, що проводить загальний огляд входять: директор школи, завгосп, представник профкому та вчитель фізкультури.

Контроль вихідного рівня знань

1. Охарактеризуйте основи техніки безпеки під час експлуатації спортивних споруд.

2. Яким чином відбувається розслідування та облік нещасних випадків під час занять фізичними вправами?

3. Як здійснюється санітарний контроль за спортивними спорудами.

4. Охарактеризуйте особливості капітального та поточного ремонту спортивних споруд.

5. Які основи організації експлуатації спортивних споруд?