

5. О внесении изменений и дополнений в Трудовой кодекс Республики Беларусь: Закон Респ. Беларусь, 8 января 2014 г., № 131-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр» Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.
6. О правах ребенка: Закон Респ. Беларусь, 19 ноября 1993 г., № 2570-ХП: в ред. Закона, 25 октября 2010 г., № 440-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.
7. О физической культуре и спорте: Закон Респ. Беларусь, 4 января 2014 г., № 125-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.
8. Трудовой кодекс Респ. Беларусь, 26 июля 1999 г., № 296-З // Консультант Плюс : Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.
9. Уголовный кодекс Респ. Беларусь, 9 июля 1999 г., № 275-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.
10. Уголовно-исполнительный кодекс Респ. Беларусь, 11 января 2000 г., № 365-З // Консультант Плюс: Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2014.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ТРАВМАТИЗМА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Баранашник А.В.,

Институт парламентаризма и предпринимательства,

Климович В.В.,

Институт повышения квалификации и переподготовки руководящих работников и специалистов физической культуры, спорта и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»,
г. Минск, Республика Беларусь

Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при проведении занятий физической культурой и спортом, а к ним следует отнести и учебно-тренировочные занятия по видам спорта, а также участие в различных соревнованиях, является одной из важнейших задач учителей, преподавателей, тренеров, инструкторов-методистов, инструкторов по спорту (далее – инструктор), медицинских работников, руководителей учреждений образования и учебно-спортивных учреждений.

Анализ публикаций ученых и специалистов в области физической культуры и спорта позволяет сделать вывод о том, что на данный момент не сложилось единого подхода к определению понятия «травматизм в физкультурно-спортивной сфере». Вместе с тем, нам представляется, что наиболее полным по содержанию является в данном случае определение понятия, которое содержится в публикациях В.В. Кузьменко. Названный автор указывает, что «физкультурно-спортивный травматизм – это травмы, увечья, несчастные случаи, возникшие во время занятий физической культурой и спортом, включающих программные занятия в учебных заведениях, тренировочный процесс в спортивных секциях, соревнования и состязания различного ранга» [3, с. 38; 4, с. 41].

Практика показывает, что травмы при проведении различных мероприятий физкультурно-спортивной направленности составляют порядка 2–3 % от общего количества травм [2, с. 27]. В тоже время, в каждом виде спорта встречаются наиболее типичные, характерные именно для этого вида спорта травмы. Так, например, у футболистов и хоккеистов чаще наблюдаются повреждения менисков коленного сустава; у лыжников и фигуристов – винтообразные переломы диафиза голени, лодыжек и растяжения связочного аппарата голено-

стопного сустава. В большинстве видов спорта, в том числе и при проведении занятий по физической культуре в учреждениях образования, наиболее распространены повреждения мягких тканей с преобладанием ссадин и потертостей; переломы костей, которые не превышают 3 % от общего числа травм в сфере физкультуры и спорта; вывихи, составляющие 3–5 % от общего травматизма в области физической культуры и спорта [2, с. 29]. По локализации наибольшее число повреждений приходится на конечности, далее следуют травмы головы и туловища. Объективным показателем тяжести повреждения является длительность и стойкость потери спортивной работоспособности, невозможность посещения учащимися, студентами, курсантами и слушателями занятий по физической культуре (физическому воспитанию).

Любой вид спорта – это не только сама по себе изнурительная и многодневная учебно-тренировочная работа, но и кропотливая пошаговая деятельность спортсмена и тренера по пути достижения высоких результатов, которые могут быть показаны только посредством участия в соревнованиях – чемпионатах, первенствах. Предотвратить травматизм, заболеваемость, не допустить увечья, искоренить все предпосылки к возникновению несчастных случаев – это одна из основных задач любого тренера, начиная от детско-юношеской спортивной школы и заканчивая национальными сборными командами.

Однако, вместе с тем, мы должны отметить, что наиболее массовыми являются занятия граждан различных возрастов, уровня физкультурно-спортивной подготовленности, физической культурой по месту учебы, работы, службы, по месту жительства. Как правило, на занятиях в спортивных залах, на стадионах, используется разнообразное спортивное оборудование. Безопасность занятий на нем зависит от обученности занимающихся, прежде всего, приемам страховки и само страховки. В то же время, во избежание возможных травм либо увечий, а также несчастных случаев или при их возникновении, необходимо выполнять следующие правила: во-первых, все действия занимающихся на спортивном оборудовании должны организовываться только под руководством тренера, преподавателя, учителя, инструктора или иного руководителя занятий; во-вторых, в случае возникновения ситуации, когда случилась травма, увечье, произошел несчастный случай, необходимо остановить занятия, обеспечить явку медицинского работника, а при необходимости оказать пострадавшему первую медицинскую помощь, проинформировать о случившемся руководство организации, на территории которой проходят занятия или другие мероприятия физкультурно-спортивной направленности; в-третьих, оповестить родных и близких лица, с которым произошел несчастный случай или получившего травму либо увечье. При этом, если травма, увечье или несчастный случай получены несовершеннолетним гражданином, то немедленно об этом должны быть проинформированы его родители или иные законные представители; в-четвертых, подготовить докладную записку на имя непосредственного руководителя по поводу произошедших травмы, увечья либо несчастного случая.

И так, основываясь на сказанном, вполне закономерно будет поставить вопрос о том – в чем же причины травматизма в физкультурно-спортивной сфере?

Во-первых, это организационные недостатки при проведении занятий, учебно-тренировочной работы и соревнований. К ним, в частности, относятся – несоблюдение инструкций и положений о проведении занятий и соревнований; некачественное составление программы соревнований; неправильное размещение участников, судей и зрителей при проведении соревнований по метаниям, скоростным спускам, при проведении вело гонок; перегрузка календаря соревнований; перенасыщенность спортивных залов учреждений образования занимающимися учащимися, студентами, слушателями, курсантами разных курсов, учебных групп, потоков и т. д.; проведение занятий при отсутствии на спортивном объекте тренера, учителя, преподавателя, инструктора, медицинского работника; отсутствие алгоритма, определяющего порядок смены спортивных снарядов и т. п. [1, с. 47].

Во-вторых, ошибки в методике проведения занятий, которые связаны с нарушением дидактических принципов обучения (регулярность занятий, постепенность увеличения нагрузки, последовательность выполнения упражнений); отсутствие индивидуального подхода к уровню физической подготовленности и иным персональным качествам занимающихся – недостаточный учет состояния здоровья, половых и возрастных особенностей, физической и технической подготовленности [5, с. 35].

В-третьих, недостаточное материально-техническое оснащение занятий. Наличие малых по площади спортивных залов, тесных тренажерных комнат; отсутствие на открытых спортивных площадках зон безопасности; жесткость и неровность покрытий легкоатлетических дорожек и секторов, неровность футбольных полей, гандбольных, волейбольных, баскетбольных площадок; отсутствие табельного инвентаря и оборудования (жесткие маты), неправильно выбранные трассы для кроссов и лыжных гонок и т. п. [1, с. 54].

В-четвертых, неудовлетворительное санитарно-гигиеническое состояние залов и площадок. Плохая вентиляция, недостаточное освещение мест занятий, запыленность, неправильно спроектированные и построенные спортивные площадки (например, лучи солнечного света бьют в глаза), низкая температура воздуха и воды в бассейне. Неблагоприятные метеорологические условия: высокие влажность и температура воздуха; дождь, снег, сильный ветер. Недостаточная акклиматизация занимающихся [6, с. 14].

В-пятых, низкий уровень воспитательной работы, который приводит к нарушениям дисциплины, невнимательности, поспешности, несерьезному отношению к страховке. Зачастую этому способствуют либерализм или низкая квалификация учителя, преподавателя, тренера и т. д. [2, с. 33].

В-шестых, отсутствие медицинского контроля и нарушение врачебных требований. Причинами травм, иногда даже со смертельным исходом, могут стать допуск к занятиям и участию в соревнованиях лиц, не прошедших врачебный осмотр, невыполнение преподавателем, тренером и спортсменом врачебных рекомендаций по срокам возобновления тренировок после заболевания и травм, по ограничению интенсивности нагрузок, комплектованию групп в зависимости от степени подготовленности [1, с. 56].

Как видно из вышеизложенного, причины травм, увечий и несчастных случаев – это нарушения правил, обязательных при проведении занятий, тренировок, спортивных соревнований, и прежде всего теми лицами, кто организует учебный, учебно-тренировочный процесс, осуществляет организацию и проведение соревнований.

Вместе с тем, указанный перечень причин нельзя считать исчерпывающим, а поэтому в процессе организации и проведения мероприятий физкультурно-спортивной направленности могут встречаться и другие причины получения занимающимися травм, увечий и возникновения несчастных случаев.

1. Белов, В. И. Энциклопедия здоровья. Молодость до ста лет: справочное издание / В. И. Белов [и др.]; под общ. ред. В. И. Белова. – М.: Химия, 2002. – 399 с.

2. Велитченко, К. В. Физкультура без травм / К. В. Велитченко // Физкультура и спорт. – 2010. – № 4. – С. 25–36.

3. Кузьменко, В. В. Травматологическая и ортопедическая помощь: практ. издание / В. В. Кузьменко. – М.: НИИ спорта, 2010. – 86 с.

4. Кузьменко, В. В. Травматологическая и ортопедическая помощь: практ. издание / В. В. Кузьменко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: НИИ спорта, 2012. – 106 с.

5. Саковня-Семенова, И. И. Основы возрастной физиологии и гигиены: науч.- практ. издание / И. И. Саковня-Семенова. – М.: Академия, 1999. – 144 с.

6. Чумаков, Б. Н. Недопущение травматизма на тренировках и соревнованиях – задача номер один / Б. Н. Чумаков // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 9. – С. 10–22.