МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «ЮГОРКА»

***ДОКЛАД***

***ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА И ОКАЗАНИЕ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ***

**Подготовила:**

Инструктор по физической культуре

Рыбалова И.А

г. Покачи

**Введение**

Проблеме соблюдения техники безопасности на занятиях по физической культуре, несомненно, отводится одно из важнейших мест в системе организации образовательного процесса дошкольников.

Детский травматизм, особенно на занятиях физкультурой и спортом, требует очень серьезного внимания, изучения и внедрения профилактических мероприятий на всех этапах физического воспитания. Положение дел с обеспечением безопасности воспитательного процесса в дошкольных образовательных организациях является серьезной проблемой.

Воспитатели, инструкторы по физической культуре должны учитывать, что детский организм отличается незавершенностью формирования скелета, слабостью связочного аппарата и мускулатуры, неустойчивостью нервной системы, поэтому повреждения часто приводят к тяжелым психологическим травмам, а в ряде случаев и к инвалидности. Профилактика травматизма у детей - важнейшая задача нашего времени, которая должна быть достигнута, в первую очередь, соблюдением техники безопасности на занятиях физкультуры в ДОО.

Поэтому организация занятий по физической культуре детей требует строгого соблюдения правил техники безопасности, которые должны быть разработаны в каждом дошкольном учреждении с учетом его особенностей, и вместе с тем отвечать определенным требованиям:

**- Федерального закона от 29.12.2012г. №273-Ф3 «Об образовании в РФ»**

**- Федеральная образовательная программа дошкольного образования** **от 25 ноября 2022 г. N 1028**

**- ФГОС от 17.10.2013 г. №1155**

**- СанПиН 2.4.3648-20**

**ПРИЧИНЫ ТРАВМАТИЗМА**

Основные причины травматизма детей в дошкольных образовательных организациях на физкультурных занятиях:

1. Нарушение правил организации занятий.

2. Нарушение методики проведения занятия.

3. Нарушение санитарно-гигиенических условий и формы одежды.

4. Отсутствие систематического врачебного контроля.

5. Недооценка значения страховки и помощи:

- неправильная страховка или ее отсутствие при выполнении сложных упражнений на гимнастических снарядах, основных видах движений, опорных прыжках, акробатике;

- отсутствие матов под снарядами и тренажерами.

6. Нарушение техники безопасности, неудовлетворительное состояние мест занятий, инвентаря, оборудования.

7. Нарушения дисциплины на занятии.

**Необходимо знать!**

Ответственность за жизнь и здоровье детей на занятии физкультуры несут оба педагога (инструктор по физической культуре, воспитатель)

1. Воспитатель также отвечает за безопасность детей.

2. Воспитатель должен знать правила страховки детей в ходе выполнения упражнений (хорошо знать технику упражнения и в зависимости от обстановки правильно выбирать место для оказания страховки и помощи, не мешая занимающему выполнять упражнения).

**Роль воспитателя на занятиях по физической культуре**

Для того чтобы физкультурное занятие прошло эффективно необходимы слаженные действия инструктора по физической культуре и воспитателя.

Совместная работа инструктора и воспитателя на физкультурных занятиях направлена на укрепления охраны здоровья детей, предупреждение травматизма и создания условий для полноценного физического развития каждого ребенка.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту.

Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребёнка до самого низкого.

Так как воспитатель является активным участником воспитательно-образовательного процесса на физкультурном занятии, то воспитателю необходимо самому знать методику обучения движениям, общеразвивающим упражнениям, особенности выполнения движения, технику выполнения, педагогические требования при обучении.

При ознакомлении детей с новыми общеразвивающими упражнениями инструктор по физической культуре показывает, как правильно выполнять упражнение, а воспитатель следит за правильностью выполнения задания и при необходимости помогает ребенку действием – направляет, поддерживает.

После выполнения ОРУ инструктор дает команду к построению на выполнения основных видов движений (ОВД), воспитатель помогает организовать детей.

**Примерное распределение обязанностей при совместной работе инструктора по физической культуре и воспитателя (варианты):**

• Инструктор занимается с ослабленными детьми, воспитатель с остальными (и наоборот);

• Инструктор занимается с отстающими по физической подготовленности детьми, воспитатель с остальными (и наоборот);

• Инструктор берет по одному ребенку для индивидуального обучения, воспитатель занимается со всеми детьми спокойной двигательной деятельностью;

• Инструктор работает с подгруппами детей, готовя их к творческим выступлениям, воспитатель отрабатывает движения с другой подгруппой на спортивных снарядах;

• Инструктор и воспитатель занимаются со всей группой тогда, когда движения освоены всеми и показывают друг другу свое творчество, придумывая все новые и новые комбинации движений. Эти разные варианты можно использовать в зависимости от ситуации

Воспитатель - самый главный помощник, и без его помощи будет очень трудно реализовать все поставленные образовательные и воспитательные задачи.

Кроме того, являясь главным источником информации о ребенке, воспитатель доводит родителям, законным представителям, сведения о том, как дети справляются с основными движениями, какие упражнения вызывают затруднения, об успехах детей, передаёт рекомендации инструктора.

**Правила техники безопасности при выполнении упражнений детьми на физкультурных занятиях.**

Во время физкультурного занятия инструктор по физической культуре должен:

- контролировать в течение всего занятия соблюдение детьми правил безопасного поведения;

- использовать рекомендации медицинского работника детского сада для регулирования нагрузки детей подготовительной группы;

- использовать в разминке упражнения в соответствии с задачами занятия;

- применять на занятии упражнения для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки;

- осуществлять контроль за безопасным выполнением упражнений, напоминать детям о правилах их выполнения:

- нельзя ходить на внутренней стороне стоп;

- нельзя приземляться на одну ногу при преодолении препятствия (высоты) с прямого разбега;

- после длительного бега нельзя резко останавливаться;

- нельзя становиться на мяч одной (двумя) ногами;

- чередовать упражнения в ходьбе и беге, так как это является профилактикой сердечно - сосудистых заболевании;

- во избежание гиподинамии обеспечить максимальную моторную плотность занятия;

- использовать поддержку ребенка взрослым при соскоке после подтягивания на перекладине;

- при делении группы на подгруппы учитывать физиологические, психологические и физические особенности детей;

- соблюдать рекомендации врачей по длительности освобождения ребенка от занятий физкультурой после перенесенного заболевания;

- обучать детей правилам страховки и самостраховки;

- при выполнении парных упражнений объединять детей примерно одного роста, веса и уровня подготовленности;

- заканчивать занятие общим построением;

- обеспечивать организованный выход детей из зала после занятия.

**ВИДЫ ПОВРЕЖДЕНИЙ И ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ**

Наиболее частыми спортивными травмами являются ушибы, вывихи, переломы, раны, растяжения и разрывы.

**Ссадины** - поверхностные повреждения кожи и небольших кровеносных сосудов. Используя медицинскую аптечку, обработайте ссадину любым антисептическим средством - перекисью водорода. При необходимости нужна стерильная повязка.

Место **ушиба** моментально опухает, кожа становится тёмно-красной. После ушиба на его место нужно воздействовать холодом – струёй холодной воды, мокрой повязкой или льдом. Затем нужно наложить тугую повязку и пострадавшего отправить в медицинский пункт.

Для **ран** характерно интенсивное кровотечение и нарушение целостности тканей тела. Самое главное – остановить кровь. Для этого нужно пальцем надавить на артерию чуть выше раны. Если через 10-15 минут не остановится кровотечение, нужно наложить закрутку или жгут на срок не более 1,5-2 часа. После остановки кровотечения рану нужно обработать при помощи перекиси водорода и раствора бриллиантовой зелени. Кожу вокруг раны надо смазать настойкой йода, а затем наложить стерильную повязку. Пострадавшего нужно доставить в медпункт.

**Вывих** – травма часто встречающаяся, это смещение суставных поверхностей костей, которое сопровождает опухание сустава и довольно сильные болевые ощущения. Первая помощь в таких случаях состоит в наложении фиксирующей повязки и отправки пострадавшего в медпункт.

**Растяжение связок** сопровождает острая боль, обширный отек и внутреннее кровоизлияние в сустав, подкожную клетчатку и ткани, окружающие сустав. Первая помощь – это, прежде всего, наложение давящей повязки и холодного предмета на зону повреждения, чтобы препятствовать дальнейшему кровоизлиянию.

**Перелом** сопровождается сильной болью, ограничением двигательных функций, изменением формы конечности и костей. При оказании первой помощи на место перелома накладывают шины для фиксации суставов, ближайших к перелому. При открытом переломе нужно для начала остановить кровотечение, а потом накладывать шины. При транспортировке пострадавшего необходимо сделать все, чтобы надёжно зафиксировать перелом и исключить возможность изменения травмированной конечности.

При **солнечном и тепловом ударе** пострадавший ощущает жажду, чувствует усталость, лицо краснеет, а затем покрывается бледностью, повышается температура, наступают судороги, потеря сознания. Для оказания первой помощи при солнечном или тепловом ударе необходимо перенести пострадавшего в прохладное место, снять с него одежду, облить водой, положить холод на голову и грудь, обтереть тело холодной водой. Если отсутствует дыхание, то следует начать делать его искусственно.

**Заключение**

Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено, прежде всего, на охрану жизни и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие, формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, на освоение культурно-гигиенических навыков, воспитание привычек к упорядоченному ритму жизни.

Все оборудование и инвентарь, используемый детьми, должны устанавливаться и размещаться с учетом их полной безопасности. Помещение для физкультурных занятий должно соответствовать санитарно-гигиеническим нормам. Оборудование должно быть исправным, безопасным и соответствовать возрастным показателям детей. Все дети должны находиться в поле зрения педагога, который должен осуществлять постоянный контроль над всеми выполняемыми детьми действиями.

Ответственными лицами за организацию работы по физическому воспитанию являются заведующий детским садом, старший воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатель.

При медико-педагогическом контроле важное место должно быть уделено наблюдениям за осуществлением общего двигательного режима в детском учреждении. Двигательный режим включает всю динамическую деятельность детей, как организованные формы работы, так и самостоятельную двигательную деятельность. Общий двигательный режим должен являться средством укрепления здоровья детей.

Для предотвращения травматизма детей на физкультурных занятиях должны соблюдаться правила организации занятия, требования к методике его проведения, соблюдение санитарно - гигиенических условий и безопасности при использовании спортивного оборудования и инвентаря.