

Сучасний стан поширення травматизму під час проведення занять із фізичного виховання студентів

Луцький національний технічний університет (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Пріоритетне завдання фізичного виховання студентів на сучасному етапі – збереження їхнього здоров'я. Одним з аспектів реалізації цього завдання є боротьба з травматизмом у процесі занять із фізичного виховання. Проте на сьогодні фізичне виховання належить до дисциплін найвищого ризику щодо травматизму [4; 7]. Саме тому важливо передбачити систему заходів, спрямованих на профілактику травматизму й факторів ризику отримання травми на заняттях із фізичного виховання [1; 2; 3].

Отримання травми під час рухової активності не лише медична проблема [5; 6]. Травматизм потребує комплексних профілактичних заходів із боку як працівників охорони здоров'я, так і викладачів, працівників соціальних служб, батьків [8; 9; 10].

Аналіз досліджень цієї проблеми. Травматизм на заняттях із фізичного виховання був об'єктом досліджень І. Я. Грубар, Ю. І. Курпана, В. І. Майєра, А. Ф. Синякова. Його профілактикою в системі фізичного виховання займалися М. І. Городиський, Г. Ш. Гоциридзе, А. П. Конох, В. А. Лепешкін, В. Є. Лотис, Н. П. Свинухов, Ю. Г. Толокнов, І. А. Бріжата. Проте це були роботи, у яких вивчали природу дитячого травматизму. А дослідженню отримання травм у процесі рухової активності серед студентів приділяли недостатньо уваги. У цьому й полягає актуальність нашого дослідження.

Мета роботи – визначення стану поширення травматизму під час проведення занять із фізичного виховання студентів.

Завдання дослідження:

- 1) визначити частоту й локалізацію травм під час виконання фізичних вправ серед студентів вищих навчальних закладів;
- 2) дослідити теми занять із фізичного виховання, під час яких отримано травми.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Травматизм під час рухової активності, за даними Управління статистики України, складає від 2 до 5 % від загального травматизму (побутового, вуличного, виробничого та ін.). Деякі розбіжності в цифрах пов'язані з тим, що травматизм під час занять фізичними вправами залежить від теми (модуля) навчального заняття. Травматизм у процесі фізичного виховання неоднаковий. За статистичними даними, за частотою випадків він займає третє місце після побутового й вуличного видів травматизму та має тенденцію до зростання. Природно, що чим більше студентів займаються руховою активністю, тим відносно вищий відсотковий показник травм. Під час навчально-виховного процесу близько 95,6 % травм трапляється на заняттях із фізичного виховання та лише 4,4 % – під час інших дисциплін. Той факт, що 4/5 усіх ушкоджень трапляється в стінах вищого навчального закладу або спорткомплексу й лише 1/5 – на його території (стадіон, спортивний майданчик), свідчить про низький рівень організації студентів під час навчально-виховного процесу у ВНЗ та відсутність контролю за студентами з боку викладачів. Упродовж року отримання травматизму під час занять руховою активністю має свої піки: вересень – у зв'язку з початком навчального року, грудень–січень – через особливості побудови навчально-виховного процесу.

Задля виявлення частоти й локалізації ушкоджень опорно-рухового апарату в студентів нами проведено статистичні дослідження у відділенні спортивної медицини Волинської обласної клінічної лікарні за період із 2007 до 2015 р. включно. Як свідчать матеріали нашої роботи, травматизм у процесі фізичного виховання майже за 10 років залишається поширеним явищем. Загалом простежено тенденцію до стабільного зростання випадків травматизму, починаючи з 2009-го до 2013 р. Зменшення кількості травм у 2014–2015 рр. можна пояснити зниженням народжуваності та зменшенням кількості звертань за медичною допомогою через соціально-економічні причини. Серед травмованих студентів переважають хлопці. Їх співвідношення до дівчат складає 3 : 1.

Результати досліджень частоти випадків та локалізації травматичних ушкоджень відображено в табл. 1. Як очевидно з поданих матеріалів, за кількістю випадків переважають вивихи, розтягнення, деформація та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів (за 2007 р. – 37, за 2008 р. – 152, 2009 р. – 103, 2010 р. – 195, 2011 р. – 139, 2012 р. – 230, 2013 р. – 160, 2014 р. – 185, 2015 р. – 215); друге місце посіли рани, поверхові пошкодження й пошкодження судин (за 2007 р. – 102, 2008 р. – 95, 2009 р. – 52, 2010 р. – 62, 2011 р. – 130, 2012 р. – 115, 2013 р. – 151, 2014 р. – 67, 2015 р. – 78); третє місце – внутрішньочерепні травми (за 2007 р. – 9, 2008 р. – 9, 2009 р. – 1, 2010 р. – 10, 2012 р. – 4, 2015 р. – 2).

Травми середньої та важкої складності, а саме: переломи кісток черепа, хребта й кісток тулуба; переломи кісток верхніх і нижніх кінцівок – це поодинокі випадки.

Таблиця 1

**Локалізація та частота травматичних ушкоджень серед студентів
у процесі фізичного виховання за 2007–2015 рр.
(за матеріалами відділення спортивної медицини ВОКЛ)**

Локалізація ушкоджень	Рік								
	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Переломи кісток черепа, хребта та кісток тулуба	–	2	–	2	1	–	2	2	–
Переломи кісток верхніх кінцівок	3	5	1	3	2	2	3	1	–
Переломи кісток нижніх кінцівок	–	2	–	–	1	–	4	–	–
Вивихи, розтягнення, деформація та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів	37	152	103	195	139	230	160	185	215
Рани, поверхові ушкодження та пошкодження судин	102	95	52	62	130	115	151	67	78
Внутрішньочерепні травми	9	9	1	10	–	4	–	–	2
Усього	151	265	157	272	273	351	320	255	295

Досліджуючи теми занять із фізичного виховання, на яких отримано травми, з'ясували: найбільш травмонебезпечні види – спортивна гімнастика, єдиноборства, атлетична гімнастика та футбол, де потрібно значну увагу приділяти прийомам страхування, методикам страхування студентів, ставити підвищені вимоги щодо кваліфікації викладачів, правильної організації занять та відповідної матеріально-технічної бази. Як очевидно з табл. 2, найменш небезпечні види рухової активності серед студентів – це плавання, теніс, аеробіка та аквааеробіка.

Таблиця 2

Теми занять з фізичного виховання, на яких отримано травму, %

№ з/п	Тема заняття	Кількість травмованих								
		2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
1	Атлетична гімнастика	10,8	15,4	20,4	14,4	20,6	22,0	15,8	12,3	8,4
2	Спортивна гімнастика	29,4	27,8	19,3	18,3	21,8	16,3	15,4	17,3	26,1
3	Легка атлетика	8,1	9,4	18,0	10,3	5,0	6,3	10,4	8,9	9,3
4	Плавання	0,7	1,0	1,5	1,8	0,3	1,1	2,3	1,5	0,9
5	Теніс	1,5	6,4	–	5,5	3,7	–	–	7,2	–
6	Волейбол	3,9	4,0	2,7	3,9	4,3	3,7	8,8	3,9	8,1
7	Футбол	10,7	13,8	14,0	12,8	13,9	15,4	21,3	18,2	22,5
8	Баскетбол	4,2	3,9	3,7	4,7	5,0	2,1	8,0	3,3	4,7
9	Аеробіка, аква-аеробіка	–	–	–	–	–	1,1	–	–	–
10	Єдиноборства	30,7	18,3	20,4	28,3	25,4	32,0	18,0	27,4	20,0

Висновки. Травми в процесі занять фізичними вправами – досить поширене явище, а їх наслідки стоять на заваді досягненню фізичної вдоскональності людини.

Під час визначення частоти випадків і локалізації травматичних ушкоджень виявлено, що переважають вивихи, розтягнення, деформація та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів.

Більшість травм виникає під час занять спортивною та атлетичною гімнастикою, єдиноборствами і футболом.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі полягають у вивченні та аналізі причин виникнення травм серед студентів під час занять фізичними вправами.

Джерела та література

1. Балл Г. О. Гуманізація загальної та професійної освіти: суспільна актуальність і психолого-педагогічні орієнтири / Г. О. Балл // Неперервна професійна освіта: проблеми, пошуки, перспективи. – К. : [б. в.], 2000. – С. 134–157.

2. Бойченко Ю. Профілактика травматизму на уроках фізичної культури і перша долікарська допомога / Ю. Бойченко, К. Білоус // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 4. – С. 21–24.
3. Бріжата І. А. Педагогічні технології профілактики шкільного травматизму у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 «Теорія і методика навчання» (фізична культура, основи здоров'я) / Бріжата Ірина Анатоліївна ; ЧНПУ ім. Т. Г. Шевченка. – Чернігів, 2011. – 21 с.
4. Вадимов Я. Детский спортивный травматизм в Италии / Я. Вадимов // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 10. – С. 58–59.
5. Вишневыский В. А. Здоровьесбережение в школе. Педагогические стратегии и технологии / В. А. Вишневыский. – М. : ФиС, 2002. – 270 с.
6. Выдрин В. М. Физическая культура студентов вузов : [учеб. пособие] / В. М. Выдрин, Б. К. Зыков, А. В. Лотоненко. – М. : Просвещение, 1991. – 195 с.
7. Грубар І. Дитячий травматизм: соціально-психологічні умови виникнення / І. Грубар // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету ім. В. Гнатюка. – Серія : Педагогіка. – Тернопіль, 2000. – № 7. – С. 33–37.
8. Губарева О. С. Розвиток педагогічної технології в оздоровчих видах гімнастики : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О. С. Губарева. – К., 2001. – 21 с.
9. Добринський В. С. Рейтингова оцінка фізичної підготовленості підлітків як засіб підвищення мотивації до систематичних занять фізичною культурою : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. С. Добринський. – Луцьк, 2000. – 21 с.
10. Конох А. П. Профілактика травматизма у младших школьників средствами физического воспитания : автореф. дис. ... канд. наук с физ. воспитания и спорта : спец. 24.00.02 «Физ. культура, физ. воспитание разных групп населения» / А. П. Конох // Нац. ун-т физ. воспитания и спорта Украины. – Киев, 2000. – 17 с.

Анотації

На сучасному етапі розвитку суспільства постає потреба інтенсивного розвитку фізичного виховання для підвищення рівня фізичної витривалості, здоров'я та захисних функцій організму. Разом із розвитком фізичного виховання виникає потреба створення безпечного середовища під час виконання фізичних вправ, тому потребує створення педагогічних умов профілактики травматизму, тим самим забезпечуючи найкращі умови для фізичного розвитку людини. Оскільки фізичні вправи можуть призводити до травм, то найперше потрібно звертати увагу на профілактичні заходи під час проведення занять із фізичного виховання.

Мета роботи – визначення стану поширення травматизму під час проведення занять із фізичного виховання студентів. **Завдання дослідження** – визначити частоту й локалізацію травм під час виконання фізичних вправ серед студентів вищих навчальних закладів; дослідити теми занять із фізичного виховання, на яких отримано травми.

Задля виявлення частоти та локалізації ушкоджень опорно-рухового апарату в студентів нами проведено статистичні дослідження у відділенні спортивної медицини Волинської обласної клінічної лікарні за 2007–2015 рр. Як свідчать матеріали наших досліджень, травматизм у процесі фізичного виховання за 10 років залишається поширеним явищем.

Ключові слова: травматизм, фізичне виховання, студент, фізичні вправи, рухова активність.

Олег Гребик. Современное состояние распространения травматизма при проведении занятий по физическому воспитанию студентов. *На современном этапе развития общества возникает потребность интенсивного развития физического воспитания для повышения уровня физической выносливости, здоровья и защитных функций организма. Вместе с развитием физического воспитания возникает потребность в создании безопасной среды во время выполнения физических упражнений, поэтому требует создания педагогических условий профилактики травматизма, тем самым обеспечивая наилучшие условия для физического развития человека. Поскольку физические упражнения могут приводить к травмам, на профилактические мероприятия во время проведения занятий по физическому воспитанию нужно обращать особое внимание.*

Цель нашей работы – определение состояния распространения травматизма при проведении занятий по физическому воспитанию студентов. **Задачи исследования** – определить частоту и локализацию травм во время выполнения физических упражнений среди студентов высших учебных заведений; исследовать темы занятий по физическому воспитанию, на которых были получены травмы.

С целью выявления частоты и локализации поврежденный опорно-двигательного аппарата у студентов нами проведены статистические исследования в отделении спортивной медицины Волынской областной клинической больницы за 2007–2015 гг. Материалы наших исследований свидетельствуют: травматизм в процессе физического воспитания за 10 лет остается распространенным явлением.

Ключевые слова: травматизм, физическое воспитание, студент, физические упражнения, двигательная активность.

Oleh Hrebyk. The Current State of Spread of Students' Injury During Physical Education Classes. *At the present stage of development of society there is need of intensive development of physical education in order to increase physical endurance, health and safety functions. Along with the development of physical education there is need in creating safe environment while performance of physical exercises, and therefore requires the creation of pedagogical conditions for*

injury prevention, ensuring the best conditions for the physical development of a man. As long as physical exercises can lead to injuries, on preventive measures during physical education classes it is necessary to pay attention in the first place.

The objective of our work is to determine the condition of the spread of students' injury during physical education classes. Tasks of the study: to determine the frequency and location of injuries among students of higher educational institutions during physical exercises; explore the theme of physical education classes in which the injury was received.

In order to determine the frequency and location of injuries of the musculoskeletal system of students we carried out statistical studies in the department of sports medicine of Volyn Regional Hospital during the period from 2007 till 2015. As evidenced by the materials of our investigations, injuries during physical training for nearly 10 years is an ordinary phenomenon.

Key words: *injuries, physical education, student, physical exercises, physical activity.*