

قسم التربية البدنية و الرياضة

الاستاذ : مفتي محمد

مقياس : تعليمية الالعاب

المستوى : السنة الثانية ليسانس

التخصص: جميع التخصصات

المحاضرة السابعة

احتياطات السلامة و الأمن

في درس الالعاب

تمهيد : ان مراعاة النواحي الامنية في تصميم التمارين تعبر عن روح المسؤولية التي يتمتع بها الاستاذ او المدرب او أي مشرف على تنظيم هذا النوع من النشاطات ، كما تعبر عن نظرتة و تصوره السليم للتمارين و الالعاب من الناحية التطبيقية ، و كذلك من ضروريات متابعة النشاط البدني مراقبة مدى تأثير هذا النشاط على جسم الطفل من الناحية الايجابية و ايضا السلبية

و يجب على الاستاذ او المدرب او المشرف ان يعلم بانه مسؤول مسؤولية كاملة ، عن انضباط التلاميذ او الاطفال الموكلين اليه و على امنهم ، و يلتزم بالتكفل بهم من بداية الحصة الى نهايتها.

بعض اسباب الحوادث و الاصابات الرياضية اثناء اللعب :

- قصور في تنظيم و تشكيل الالعاب
- سوء الاحوال الجوية
- عدم الالتزام بالروح الرياضة
- عدم الالتزام بالأوامر الطبية
- لامبالاة الاستاذ او المشرف اثناء اللعب
- جهل الاستاذ للحالة الصحية للتلاميذ ((مرض مزمن مثلا))
- ملاعب و وسائل غير صالحة

الوقاية لتفادي الحوادث المدرسية :

- ضرورة القيام بحراسة فعلية للتلاميذ من قبل الاستاذ او المدرب او المشرف على هذا ، خاصة في الاماكن الحساسة كدورات المياه اوقات الدخول و الخروج .
- القيام بدور الاعلام و التوجيه لكل الاخطار و السلوكات التي يمكن ان تسبب الحوادث المدرسية .
- تعويد التلاميذ او الاطفال على الامتثال لقواعد الوقاية و الامن بمنعهم من ارتداء البسة او حيازة اشياء قد تعرضهم و زملائهم الى الحوادث و الخطر اثناء حركاتهم و نشاطاتهم .
- مراقبة دخول الاشخاص و السيارات و الحيوانات المتشردة و كل ما من شأنه ان يمس سلامة الاشخاص و الممتلكات .
- التأكد من عدم وجود عائق اثناء القيام بالنشاط .
- محاربة الآفات الاجتماعية و التحسيس بمخاطرها داخل المؤسسة و محيطها .
- تهيئة محيط المؤسسة كالمساحات و الملاعب و الممرات .
- يجب على الاستاذ ان يجعل من الامان هدف اساسي .
- التأكد من خلو الملعب من الحواجز او العراقيل .
- التأكد من التصميم السليم للتمرين بحيث لا ينتهي الى نهاية صلبة

- التأكيد على التلاميذ للعب بروح رياضية بمعنى ((سلامة زملائهم
افضل من الفوز))

- التحذير من الاصطدام في الالعاب التي تستدعي التلاحم

- تكثيف الارشاد و المراقبة في التمارين و الالعاب ذات الحماس
الكبير

- يحتاج الاستاذ او المدرب الى التحكم في مهارات الاسعافات الالوية

اعراض الاضطرابات الداخلية و الخارجية :

يجب ان يكون الاستاذ او المدرب على قدر عالي من الملاحظة و
المراقبة المستمرة اثناء فترة اشرافه على الالعاب و نذكر هنا على سبيل
المثال بعض الاعراض التي تعبر عن حالة غير جيدة للطفل او التلميذ
تستدعي من الاستاذ توقيفه عن الممارسة :

- جري غير مستقيم

- عدم التحكم في الايقاع

- فقدان التوازن اثناء الجري

- كل توقف للطفل معناه الاحساس بالتعب ((ما يعرف عن الطفل

انه بطبيعته مداوم لا يعرف الغش خاصة اذا كانت النشاطات

المقترحة تجلب اهتمامه))

- القياء هو انذار لمشكل على مستوى الجهاز الهضمي ((الطفل في هذه الحالة لا يستطيع مواصلة الجهد))
- الاحساس بالدوران او الغثيان و لو مؤقتا انذار للمربي بعدم ملائمة شدة المجهود البدني مع قدرات الطفل
- الاحساس بثقل الرجلين اثناء الجري من سمات تراكم حمض اللبن في الالياف العضلية
- تعرض الطفل لرؤية ضبابية منذر اخر بحالة غير ملائمة
- التنفس السريع دليل على ارتفاع نبضات القلب الى درجة غير عادية

ملاحظة 1 : اذا كان يستحيل كشف أليات العمل البدني اثناء أي نشاط

فاننا نعتمد على قراءة ما يحس به الطفل الذي يقوم بهذا النشاط

ملاحظة 2 : تستدعي كل هذه الحالات ايقاف النشاط و ترك التلميذ في

حالة استرخاء و استرجاع بالتزامن مع اجراء تمارين تنفسية مناسبة و

اذا استلزم الامر فعلى المعلم ابلاغ الجهات المعنية من ادارة و اولياء عن

الحالة الصحية للتلميذ .