

Дипломная работа на тему:
**«Разработка мероприятий по предупреждению
травматизма на тренировках спортивной
группы раннего подросткового возраста (в
СДЮСШОР по водным видам спорта)»**

Подготовила: Челядинова Евгения Сергеевна

Руководитель: Иванова Татьяна Павловна



Актуальность



Спорт в России – один из наиболее востребованных россиянами видов деятельности

Только оптимальная нагрузка и профилактические меры по предупреждению травматизма на тренировках обеспечивают физическое совершенствование организма человека и условия спортивной деятельности в режимах ее проведения.

Цель исследования – разработать комплекс мероприятий по предупреждению травматизма на тренировках спортивной группы раннего подросткового возраста

ЗАДАЧИ

рассмотреть понятие, сущность и принципы техники безопасности на тренировках

изучить профилактику травматизма как основу техники безопасности на тренировках

проанализировать основные характеристики травматизма и его последствия

рассмотреть методы профилактики травматизма на тренировках на примере разных возрастных групп

сформировать методологию педагогического исследования

исследовать направления по предупреждению травматизма во время тренировок

Объектом исследования

- является система профилактики травматизма в спорте

Предмет исследования

- это профилактические мероприятия по предупреждению травматизма на тренировках спортивной группы раннего подросткового возраста (на примере группы СДЮШОР по водным видам спорта)

НПА

Конституция РФ

Закон РФ от 10.07.1992 № 3266-1

**приказ Комитета РФ по физической культуре
и спорту от 01.04.1993 № 44**

**Федеральный закон РФ от 04.12.2007 № 329-
ФЗ**

**постановление Главного государственного
санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189**

ГОСТ Р 55529-2013

ГОСТ Р 55529-2013

ГОСТ Р 52025-2003

Травматизм у ватерполистов

острые
травмы

мениски

боковые связки
коленного
сустава

переломы
длинных
трубчатых костей

комбинирован
ные травмы

колени

плечевой и
локтевой
суставы

Ушибы

руки

Туловище

живот и
нижние
конечност
и

Вывихи

плечевой
сустав

Социальные последствия

Физиологические
последствия

Спортивные последствия

Экономические
последствия

Последствия травм

По характеру травмируемой ткани	Зависимость от точки приложения силы	По целостности кожных покровов	По тяжести	По воздействию
кожные (ушибы, раны)	прямые	открытые, с нарушением целостности	тяжелые	острые
подкожные (разрывы связок, переломы костей и пр.)	непрямые	закрытые, когда изменение тканей и органов происходит при неповрежденной коже и слизистой оболочке	средней степени тяжести	хронические
полостные (ушибы кровоизлияния, ранения груди, живота, суставов)	Одиночные (например, поперечный перелом бедренной кости)		легкие	
	множественные (множественный перелом ребер)			
	сочетанные (перелом костей таза с разрывом мочевого пузыря)			
	комбинированные (перелом бедра и отморожение стопы)			

место для занятий, оборудование и инвентарь нужно проверять ежедневно, до начала занятий

все неисправности следует немедленно устранять

перед проведением занятий необходимо проверять состояние ногтей на руках и ногах

перед занятиями обязательно нужно снимать ювелирные украшения

выполнять все игровые упражнения и упражнения в единоборствах, проводить официальные и тренировочные игры следует в ватерпольной экипировке

необходимо строго соблюдать правила игры

занятия водным поло разрешается проводить только под наблюдением врача

Водное поло. Меры безопасности

неправильная организация учебно-тренировочного процесса

недостаточный уровень теоретической и практической подготовки тренера (квалификация тренера)	отсутствие комплексных целевых программ на заключительном этапе подготовки	неудовлетворительные гигиенические условия проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований
неправильно составленный график соревнований (плотность соревнований без учета времени переезда, изменения часовых и климатических поясов и др.)	несоблюдение правил соревнований и низкое качество судейства	неудовлетворительные метеоусловия
отсутствие		

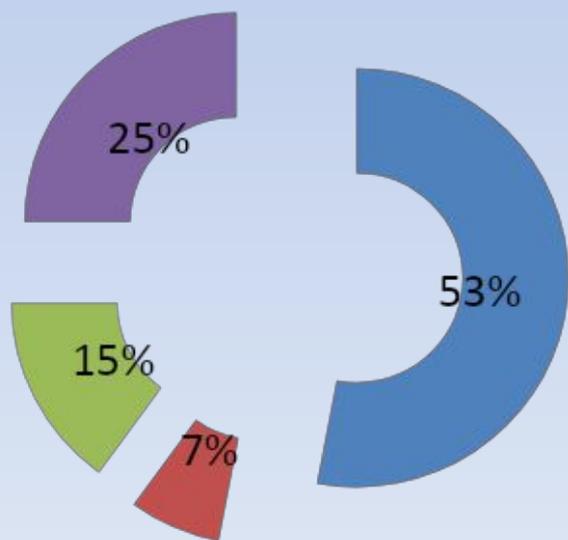
Источники травм ватерполистов



Расположение травм

туловище, 15%

%



■ ушибы ■ ранения ■ растяжения ■ повреждения пальцев

комплексные программы профилактики спортивного травматизма

Профилактические меры, предшествующие получению травм	Профилактические меры, принимаемые во время получения травмы	Профилактические меры, принимаемые после получения травм	Профилактические меры, принимаемые при организации учебно-тренировочного процесса	Профилактические меры, принимаемые при организации врачебного контроля	Профилактические меры, принимаемые при дисциплинарном нарушении
---	--	--	---	--	---

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

