

Методика проведення інструктажу студентів ВНЗ з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі

Мухамед'яров Н. Н.

Кримський інженерно-педагогічний університет, м. Сімферополь

Анотації:

Мета: визначити ефективні компоненти методики проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі. **Матеріал:** в експерименті брали участь 90 студентів 17-18 років. **Результати:** запропоновані способи формування відповідального ставлення до основ безпеки під час занять фізичною культурою в тренажерному залі; розроблені спеціальні засоби: лекції, семінарські заняття, аналіз статей, діагностичні бесіди, анкетування, аналіз даних журналу відвідування занять, журнал реєстрації травм; виділено критерії сформованості відповідального ставлення до занять фізичною культурою; проаналізовано результати впровадження методики. **Висновки:** рекомендувати запропоновану методику для проведення інструктажу студентів з техніки безпеки, використовувати засоби формування відповідального ставлення до безпеки під час занять фізичною культурою в тренажерному залі, що сприятиме зниженню рівню травматизму і підвищенню якості проведення занять фізичною культурою у вузі.

Мухамед'яров Н.Н. Методика проведення інструктажу студентів вузів по техніке безопасности на занятиях физической культурой в тренажерном зале. **Цель:** определить эффективные компоненты методики проведения инструктажа студентов по технике безопасности на занятиях физической культурой в тренажерном зале. **Материал:** в эксперименте принимали участие 90 студентов 17-18 лет. **Результаты:** предложены способы формирования ответственного отношения к основам безопасности во время занятий физической культурой в тренажерном зале; разработаны специальные средства: лекции, семинарские занятия, анализ статей, диагностические беседы, анкетирование, анализ данных журнала посещения занятий, журнал регистрации травм; выделены критерии сформированности ответственного отношения к занятиям физической культурой; проанализированы результаты внедрения методики. **Выводы:** рекомендовать предложенную методику для проведения инструктажа студентов по технике безопасности, использовать средства формирования ответственного отношения к безопасности во время занятий физической культурой в тренажерном зале, что будет способствовать снижению уровня травматизма и повышению качества проведения занятий физической культурой в вузе.

Mukhamediarov N. N. Methodology briefing students in the safety on physical education in the gym. **Purpose:** to determine the effective components of the methodology of coaching students on safety on physical education in the gym. **Material:** in the experiment involved 90 students aged 17-18 years. **Results:** the method of forming responsible attitude to the basics of safety during physical training in the gym. Developed special funds: lectures, seminars, analysis of articles, diagnostic interviews, questionnaires, analysis of log data of attendance, log injuries. The criteria of formation responsible attitude to physical training. The results of the implementation methodology. **Conclusions:** proposed method recommend to instruct students on safety. Use the means of forming a responsible attitude to safety during physical training in the gym that will help reduce injuries and improve quality of the physical training at the university.

Ключові слова:

здоров'я, особистість, безпека, методика, засоби.

здоровье, личность, безопасность, методика, средства.

health, personality, safety, technique, tools.

Вступ.

Травматизм є однією з найважливіших педагогічних та медико-соціальних проблем сьогодення для більшості країн світу. В економічно розвинених країнах світу травми займають третє місце серед причин смерті населення.

У царині теоретико-методичних засад вирішенням проблеми травматизму на заняттях фізичної культури присвячені роботи вчених: В. К. Велітченко («Фізкультура без травм» – описані головні причини травматизму та рекомендації з техніки безпеки), Башкіров В. Ф. («Профілактика травм у спортсменів» – проаналізовано комплекс причин травмування та запропоновані методи профілактики), Смагулов Н. К. виділяє види травматизму: транспортний, виробничий та спортивний, також відзначається підвищення ризиків травматизму під час занять фізичною культурою [1, 3, 14].

Вагомим внеском у профілактику травмувань є розроблені Правила безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах Затверджені Наказом Міністерства освіти і науки України від 1 червня 2010 року № 521. Зареєстровані в Міністерстві юстиції України 9 серпня 2010 р. за № 651/17946.

Проблема дотримання техніки безпеки під час занять фізичною культурою є комплексною і потребує окремого, детальнішого дослідження з приводу роз-

© Мухамед'яров Н. Н., 2013

doi: 10.6084/m9.figshare.894389

робки ефективної методики проведення інструктажу з правил безпеки. Дослідження виконується у рамках теми «Теоретичні засади і методичні умови розвитку фізичного та психологічного потенціалу студентів» (затверджено вченою радою РВНЗ КІПУ протокол № 6 від 28 січня 2013 р.)

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета статті – визначити ефективні компоненти методики проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі.

Завдання: виділити критерії ефективності запропонованої методики; проаналізувати результати впровадження.

Матеріали і методи: в експерименті брали участь 90 студентів першокурсників 17-18 років Республіканського вищого навчального закладу «Кримський інженерно-педагогічний університет». Використовувалися педагогічні та діагностичні методи: переконання, роз'яснення, інструктаж, привчання, педагогічні вимоги, спостереження та інші.

Результати дослідження.

В умовах занять фізичною культурою в тренажерному залі ризик травматизму залишається великим. На цьому наголошують вчені: Мурав'ов В., Созінова Н., Петренко Н., Нікольчев А. та інші [10,11]. Формування потреби у відповідальному ставленні до здоров'я, до правил безпеки – це спонування молоді

до дії, спрямованої на зміцнення та збереження здорового самопочуття [3]. Проаналізуємо основні причини травматизму під час занять фізичною культурою в тренажерному залі: технічні причини – недосконалість технологічних параметрів тренажерів, конструктивні недоліки; недостатній рівень механізації, недосконалість додаткових пристроїв; організаційні причини – порушення правил експлуатації тренажерного обладнання; недоліки в організації техніки безпеки під час занять; порушення технологічного регламенту та інші; санітарно-гігієнічні причини – недостатнє або нерациональне освітлення; підвищення рівня шуму, забруднення й та ін.; особистісні (психофізіологічні) причини – невідповідальне ставлення до правил безпеки, порушення дисципліни і встановлених правил під час занять у тренажерному залі, як наслідок фізичні та нервово-психічні перевантаження, травмування [11, 14]. Наш досвід практичної діяльності дозволяє констатувати, що особистісні причини найчастіше призводять до травмувань та перевтоми під час занять у тренажерному залі. І саме, невідповідальне ставлення двох суб'єктів навчального процесу: викладачів фізичної культури та студентів до інструктажу з правил безпеки призводять до негативних наслідків. Тому нами була розроблена та впроваджена методика проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі.

Мотиваційний компонент передбачає мотивування [2, 4, 7] студентів до оволодіння знаннями з техніки безпеки під час занять фізичною культурою та усвідомлення ними важливості дотримання правил безпеки з метою збереження власного здоров'я.

Фасцинаційний компонент містить низку засобів які прискорюють процес усвідомлення важливості дотримання правил безпеки для збереження здоров'я. Фасцинація (від англ. fascination) – підвищення ефек-

тивності матеріалу що сприймається, через використання фонових впливів. Найчастіше фасцинація використовується з метою створення у глядачів (слухачів) відповідного емоційного стану [4]. На фасцинаційному підґрунті інформація сприймається набагато ефективніше. Під час впровадження методики використовувалися засоби: ситуаційні приклади, наочний відео-матеріал, який трансливався фоном під час проведення інструктажу.

Для впровадження інформативного компоненту було організовано інструктаж для ознайомлення з нормативними документами з правил техніки безпеки під час занять фізичною культурою в тренажерному залі. Проведення інструктажу з правил дотримання техніки безпеки сприяє не тільки зменшенню травматизму студентів, але й формує відповідальне ставлення до занять фізичною культурою та збереження власного здоров'я в цілому. Інструктаж проводився систематично й цілеспрямовано.

Змістовно-процесуальний етап передбачає проведення занять фізичною культурою в тренажерному залі з дотриманням техніки безпеки. Використовувалися методи: привчання, педагогічні вимоги, спостереження. Впровадження контрольного компоненту методики дозволило здійснити аналіз та корекцію результатів впровадження методики проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі.

Критерії ефективності запропонованої методики: теоретичні – студенти володіють знаннями з правил безпеки під час занять фізичною культурою в тренажерному залі; практичні – дотримуються правил безпеки.

Під час констатувального етапу експерименту вирішувалися такі завдання: вивчення рівня сформованості відповідального ставлення до правил безпеки; аналіз ефективності традиційних методів проведення

Таблиця 1.

Методика проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі

№ п.п	Компоненти методики	Засоби	Методи
1	Мотиваційний	бесіди, дискусії	розповідь, пояснення, заохочення, покарання.
2	Фасцинаційний (від англ. fascination)	ситуаційні приклади, наочний відео-матеріал	навіювання, особистісний приклад
3	Інформативний	лекції, аналіз статей та нормативних документів	переконавання роз'яснення інструктаж
4	Процесуально-організаційний	вправи з оздоровчих методик	привчання, педагогічні вимоги, спостереження
5	Контрольний	анкетування, аналіз даних журналів: відвідування занять та реєстрації травм	закріплення, контроль

Таблиця 2

Порівняльна таблиця рівнів сформованості відповідального ставлення до за двома моделями груп до і після експерименту в %

Рівні сформованості	До експерименту		Після експерименту		Приріст (у %) рівнів сформованості (СЗ)	
	К	Е	К	Е	К	Е
Високий	2,5	2,6	2,8	49,8	0,3	47,2
Середній	64,9	62,5	66,3	38,6	0,8	23,9
Низький	32,6	34,9	30,9	11,6	- 1,7	- 23,3

інструктажу з правил безпеки під час занять фізичною культурою у тренажерному залі. У констатувальному етапі експерименту брало участь 124 студента. Дані констатуючого експерименту свідчать про переважно середній і низький рівні сформованості відповідального ставлення до правил безпеки. Це пояснюється, здебільшого, відсутністю стійкої мотивації до вивчення нормативних документів з правил безпеки. Не існує спеціальної методики для проведення інструктажу з техніки безпеки з мотиваційним та фасцинаційними компонентами.

На формуальному етапі експерименту впроваджувалася методика проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі. Були сформовані дві групи: експериментальна (45 студентів) і контрольна (45 студентів).

Заключним етапом дослідження було узагальнення поточних та підсумкових даних діагностичних мето-

дик (аналіз відвідування, аналіз журналу травмувань, аналіз результатів анкетування та спостереження), які відбивають динаміку змін рівнів сформованості відповідального ставлення до правил безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі.

Висновки.

Результати дослідження доводять, що методика проведення інструктажу студентів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі є ефективною і необхідною умовою для збереження здоров'я.

Подальші дослідження. Представлена методика має реальні можливості впровадження у вищі навчальні заклади, однак потребують додаткової розробки фасцинаційні засоби формування відповідального ставлення до техніки безпеки під час занять фізичною культурою.

Література

1. Башкиров В. Ф. Профилактика травм у школьников. М. 1987. – 109 с.
2. Безверхня Г.В., Гончар Г.І. Мотиваційні пріоритети до успішної діяльності студентів факультету фізичного виховання // Физическое воспитание студентов. – 2012. – №1. – С. 18-23.
3. Величенко В.К. Физкультура без травм. М.: Просвещение, 1993. – 128 с.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб: Питер, 2003. – 508 с.
5. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
6. Камаев О.И., Камаева Е.К. Особенности использования компетентностного подхода в здоровьесформирующих технологиях в условиях вуза // Физическое воспитание студентов. – 2010. – №4. – С. 37-39.
7. Кононенко Т.П. Предпосылки формирования устойчивых мотивов-интересов и стимулов у студентов высших учебных заведений // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2008. – №1. – С. 86-92.
8. Климова В.К. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Здоровье человека и профилактика заболеваний / В.К. Климова. Учеб. пособие. Под ред. В.П. Зайцева. – Белгород: БелГТАСМ, 1998. – С. 5 – 12.
9. Москаленко Н.В., Ковтун А.А. Влияние физической культуры и спорта на психофизиологическое состояние студентов // Физическое воспитание студентов. – 2012. – №3. – С. 83-86.
10. Муравьев В.А., Созинова Н.А. Техника безопасности на уроках физической культуры. – М., 2001. – 96 с.
11. Петренко Н.В. Никольчев А. Д. Травматизм при проведении тренировок и соревнований в высших учебных заведениях и способы его профилактики // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2009. – №1. – С. 123-129.
12. Платонов В.Н. Сохранение и укрепление здоровья людей – приоритетное направление современного здравоохранения // Спортивная медицина. – 2006. – №2. С. 3-14.
13. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
14. Смагулов Н.К. Влияние неблагоприятных факторов окружающей среды на показатели «качества» здоровья детского населения г.Караганды / Н.К.Смагулов, Н.Г.Кожевникова // Вестник КарГУ. – 2001. – №3 (Вып.2). – С. 97-102.
15. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория физического воспитания и спорта: Учеб. пособие. М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 480 с.
16. Хоули Э. Оздоровительный фитнес. К : Олимпийская литература, 2000. – 368 с.
17. Health and Health Behaviour among Young People. WHO Policy Series: Health policy for children and adolescents Issue 1. International Report / Editor C.Currie, K.Hurrelmann, W.Settortobulte, R.Smith, J.Todd. – Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe, 2000. – 132 p.
18. Gebbie K.M., Meier B.M., Bakken S., Carrasquillo O., Formicola A., Aboelela S.W., Glied S., Larson E. Training for Interdisciplinary

References:

1. Bashkirov V. F. *Profylaktika travm u shkol'nikov* [Injury prevention among schoolchildren], Moscow, 1987, 109 p.
2. Bezverkhnia G.V., Gonchar G.I. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2012, vol.1, pp. 18-23.
3. Velitchenko V.K. *Fizkul'tura bez travm* [Training without injury], Moscow, Knowledge, 1993, 128 p.
4. Il'in E.P. *Motivaciia i motivy* [Motivation and motives], Sankt Petersburg, Peter, 2003, 508 p.
5. Ilyin E.P. *Motivaciia i motivy* [Motivation and motives]. Saint Petersburg, Peter, 2003. 508 p.
6. Kamaev O.I., Kamaeva E.K. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh special'nostej* [Physical Education of the Students of Creative Profession], 2010, vol.4, pp. 37-39.
7. Kononenko T.P. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh special'nostej* [Physical Education of the Students of Creative Profession], 2008, vol. 1, pp. 86-92.
8. Klimova V.K. *Organizm Cheloveka kak edynaya samorazvivayushchayasya and samorehulyriuyuschayasya byolohycheskaya sistema*. [The human body as a single self-sustaining and self-regulating biological system], Belgorod BelGTASMS, 1998. pp. 5-12.
9. Moskalenko N.V., Kovtun A.A. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2012, vol. 3, pp. 83-86.
10. Muravjev V.A., Sozinova N.A. *Tehnika bezopasnosti na urokah fizicheskoy kulturu* [Safety on physical training lessons], Moscow, 2001, 96 p.
11. Petrenko N. Nikolchev A. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh special'nostej* [Physical Education of the Students of Creative Profession], 2009, vol. 1. pp. 123-129.
12. Platonov V.N. *Sportivnaia medicina* [Sports Medicine], 2006, vol.2, pp. 3-14.
13. Nikiforov G.S. *Psihologiya zdorov'ya* [Psychology of Health], Sankt Petersburg, Peter, 2003, 607 p.
14. Smagulov N.K., *Kozhevnikova N.G. Vestnik KarGU* [Bulletin of the KerSU], 2001, vol.3(2), pp. 97-102.
15. Holodov G.K. Kuznecov V.S. *Teoriya fizicheskogo vospitanija i sporta* [Theory of Physical Education and Sport], Moscow, Academy, 2000, 480 p.
16. Khouli E. *Ozdorovitel'nyj fitnes* [Wellness and fitness], Kiev, Olympic Literature, 2000, 368 p.
17. *Health and Health Behaviour among Young People*. WHO Policy Series: Health policy for children and adolescents Issue 1. International Report. Editor C.Currie, K.Hurrelmann, W.Settortobulte, R.Smith, J.Todd. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe, 2000, 132 p.
18. Gebbie K.M., Meier B.M., Bakken S., Carrasquillo O., Formicola A., Aboelela S.W., Glied S., Larson E. Training for Interdisciplinary

- Health Research: Defining the Required Competencies. *Journal of Allied Health*, Summer. 2008, vol.37(2), pp. 65-70.
19. Naul R. Concepts of Physical Education in Europe. Hardman, K. (ed.) *Physical Education: Deconstruction and Reconstruction – Issues and Directions*. Schorndorf: Hofmann. – 2003. – P.35-52.
20. Whitehead M. Counting the human costs: opportunities for and barriers to promoting health. // *Economic change, social welfare and health in Europe*. WHO, Copenhagen. 1994, P. 59-75.
- Health Research: Defining the Required Competencies. *Journal of Allied Health*, Summer. 2008, vol.37(2), pp. 65-70.
19. Naul R. *Concepts of Physical Education in Europe*. Hardman, K. (ed.) *Physical Education: Deconstruction and Reconstruction – Issues and Directions*. Schorndorf: Hofmann. 2003, pp. 35-52.
20. Whitehead M. *Counting the human costs: opportunities for and barriers to promoting health*. Economic change, social welfare and health in Europe. WHO, Copenhagen. 1994, pp. 59-75.

Информация об авторе:

Мухамедьяров Наиль Наримович: ORCID: 0000-0003-4319-1516; csepu@gala.net; Крымский инженерно-педагогический университет; пер.Учебный, 8, г. Симферополь, 95015, Украина

Цитируйте эту статью как: Мухамед'яров Н. Н. Методика проведения инструктажу студентів ВНЗ з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою в тренажерному залі// Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 1 – С. 42-45. doi:10.6084/m9.figshare.894389

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 27.02.2013 г.
Опубликовано: 28.12.2013 г.

Information about the author:

Muhamediarov N.N.: ORCID: 0000-0003-4319-1516; csepu@gala.net; Crimean Engineering-Pedagogical University; Educational str., 8, Simferopol', 95015, Ukraine

Cite this article as: Mukhamediarov N. N. Methodology briefing students in the safety on physical education in the gym. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 201, vol.1, pp. 42-45. doi:10.6084/m9.figshare.894389

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 27.02.2013
Published: 28.12.2013