

Фізичне виховання та спорт

УДК 574.2:796

Жарська Наталія Валеріївна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського*

Zharska Nataliya

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture

ORCID: 0000-0003-2313-6894

РЕАЛІЗАЦІЯ ЗАВДАНЬ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

IMPLEMENTATION OF LIFE SAFETY TASKS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Анотація. Стаття присвячена питанню доцільності питань безпеки життєдіяльності під час фізкультурно-спортивної діяльності. Обґрунтовано доцільність дотримання правил техніки безпеки і виконання профілактичних заходів при заняттях фізкультурою і спортом зроблено на основі аналізу небезпек. Систематичне навчання та підвищення рівня знань з питань безпеки життєдіяльності під час фізкультурно-спортивної діяльності є одними з найактуальніших в сучасному суспільстві, що тісно пов'язані з швидким розвитком науково-технічного прогресу. Таким чином, дотримання правил техніки безпеки і виконання профілактичних заходів при заняттях фізкультурою і спортом може знизити число травм до мінімуму.

За таких умов все більш значним та необхідним стає потреба у формуванні знань з безпеки життєдіяльності у фізкультурно-спортивній діяльності, як умови забезпечення стійкого та безпечного життя.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, фізична культура, спорт, небезпека, безпека.

Summary. *The article is devoted to the issue of the expediency of safety issues during physical education and sports activities. The expediency of observing safety rules and implementing preventive measures during physical education and sports activities is substantiated on the basis of hazard analysis. Systematic training and increasing the level of knowledge on safety issues during physical education and sports activities are among the most relevant in modern society, which are closely related to the rapid development of scientific and technological progress. Thus, observing safety rules and implementing preventive measures during physical education and sports activities can reduce the number of injuries to a minimum.*

Under such conditions, the need to form knowledge on safety in physical education and sports activities becomes increasingly significant and necessary, as a condition for ensuring a sustainable and safe life.

Key words: life safety, physical education, sports, danger, safety.

Постановка проблеми. Безпека життєдіяльності людини – є одними з найактуальніших в сучасному суспільстві, що тісно пов'язані з швидким розвитком науково-технічного прогресу, погіршенням екологічного стану окремих регіонів та планети в цілому. У теперішній час механізми взаємодії людини та природи, людини та техніки, індивіда та суспільства, все частіше порушуються, що призводить до появи багатьох нових небезпек для нормальної життєдіяльності, а забезпечення безпеки

життєдіяльності у сфері фізичної культури і спорту — завдання першорядного пріоритету [1; 2; 4; 5; 7].

Розглядаючи сферу фізичної культури і спорту, зауважимо, що вона пов’язана з численними системними та специфічними ризиками, адже спорт, це діяльність на межі людських можливостей. Крім того, до спортивних подій прикута увага великої кількості людей, що ставить перед спортсменами та організаторами спортивних подій не тільки задачі по досягненню спортивних результатів, але й безпеки [2; 4; 5].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Конституція України гарантує кожному працівникові право на охорону життя і здоров’я в процесі трудової діяльності, а ще — належні та безпечні умови праці, які повинен створити і забезпечити йому роботодавець.

Питання охорони праці, створення безпечних та нешкідливих умов праці, зменшення кількості нещасних випадків та професійних захворювань набуло значного рівня актуальності в нашій державі і визнаються такими, що створюють загрозу національній безпеці [1; 3; 5; 6].

За даними експертів Всесвітня організація охорони здоров’я (ВООЗ), від різних травм і нещасних випадків на воді, в басейнах, водоймах, травм у побуті, вуличних, дорожньо-транспортних, шкільних, в тому числі, на превеликий жаль, на уроках фізичної культури, і при заняттях спортом людей гине значно більше, ніж від інфекційних захворювань.

Причинами травматизму людей на виробництві в 75 – 80% є організаційні та психофізіологічні, тобто людський фактор, порушення працівниками вимог нормативних актів з охорони праці, і тільки 20 – 25% це технічні причини [2; 4; 5].

Якщо від загальних питань травматизму та виробничої безпеки перейти до питань безпеки людей під час заняття спортом, проведенням спортивних змагань, то проблем як і в кожній іншій галузі є достатньо [1;

2; 4]. На сьогодні кількість наукових праць присвячених питанню правил безпеки людей під час спортивної діяльності є обмеженою.

Актуальним питанням залишається нормативна база документів даної галузі з охорони праці та безпеки життєдіяльності, яка діє в Україні, вона застаріла і потребує докорінного оновлення. Оскільки в реєстрі нормативних документів по галузі зазначаються тільки 2 документа, це «Інструкція з техніки безпеки при експлуатації спортивних споруд» розроблена 8.05.1981 р. Держкомспорту СРСР, та «Інструкція про організаційно – профілактичні заходи щодо забезпечення безпеки та зниження травматизму при здійсненні навчально - тренувального процесу і проведення спортивних змагань» від 2.03.1981 р. Держкомспорту СРСР [3].

За таких умов все більш значним та необхідним стає потреба у формуванні знань з безпеки життєдіяльності у фізкультурно-спортивній діяльності, як умови забезпечення стійкого та безпечного життя.

Мета статті. Дослідити особливості проведення заходів безпеки у фізкультурно-спортивній діяльності, зокрема на спортивних майданчиках та в спортивних залах.

Виклад основного матеріалу досліджень. Одним з фундаментальних висновків із постулатів безпеки життєдіяльності є твердження про те, що будь-яка діяльність людини є потенційно небезпечною. Небезпека – це центральне поняття безпеки життєдіяльності під яким розуміють будь-які явища, процеси, об’єкти, властивості предметів, здатні у певних умовах наносити шкоду здоров’ю людини.

Система умов, організаційних і технічних засобів, вимог, правил і способів, що гарантують безпечні й сприятливі умови праці/навчання, усувають можливі небезпеки й запобігають дії небезпечних чинників, називається технікою безпеки. Техніка безпеки є найважливішою складовою загальної охорони праці, вона включає в себе навчання,

інструктажі, підтримання громадських будівель у технічно справному стані тощо. Техніка безпеки передбачає обов'язкове систематичне проведення спеціалізованих заходів, спрямованих на зниження ризиків травматизму, усунення ймовірностей виникнення нещасних виробничих випадків. З технікою безпеки тісно пов'язана безпека життєдіяльності.

Безпека життєдіяльності – цілісна система знань про захищеність життя та діяльності особистості, суспільства і життєвого середовища від небезпечних чинників природного і штучного характеру. Безпека життєдіяльності охоплює пожежну безпеку, санітарно-епідеміологічний добробут, запобігання надзвичайним ситуаціям, цивільний захист, безпеку руху, якість і безпечність продукції та послуг, безпеку споруд, будівель та інженерних мереж тощо.

На керівників закладів і установ покладається безпосередня відповідальність за вжиття необхідних заходів із техніки безпеки, охорони праці згідно з чинними правилами та нормами безпеки. Для вирішення завдань, пов'язаних із технікою безпеки та охороною праці, в закладах і установах організовуються відповідні служби, які розробляють спрямовані на забезпечення безпечних умов ведення діяльності заходи.

Обов'язкові вимоги техніки безпеки законодавчо закріплені в трудовому законодавстві, у спеціальних інструкціях, наказах тощо. Конкретизуються вони у внутрішніх нормативно-розпорядчих документах закладів і установ.

Водночас не можна повністю виключити небезпечні чинники, які можуть виникнути при невиконанні правил безпеки життєдіяльності та зашкодити здоров'ю. Їх можна попередити та озброїти учасників процесу правилами безпечної поведінки та схемами послідовності дій у тій чи іншій загрозовій ситуації.

Загальновідомо, що заняття фізичною культурою і спортом можуть бути травмонебезпечними, якщо не дотримуватися правил техніки безпеки

і практичних порад. Водночас травми в переважній більшості можуть бути успішно попереджені.

Пропонуємо розглянути найважливіші заходи безпеки на спортивних майданчиках та в спортивних залах. Вихователі та тренери дитячо-юнацьких шкіл та секцій несуть пряму відповідальність за охорону життя й здоров’я дітей та підопічних і зобов’язані:

- перед початком занять ретельно оглянути місце проведення занять, переконатися в справності спортінвентарю, надійності установавання і закріплення обладнання, відповідності санітарно-гігієнічних умов вимогам, що ставляться до місця проведення занять, інструктувати підопічних про порядок, послідовність і заходи безпеки під час виконання фізичних вправ;
- навчати підопічних безпечних прийомів виконання фізичних вправ і стежити за виконанням ними заходів безпеки, при цьому суворо дотримуватися принципів доступності й послідовності навчання;
- за результатами медичних оглядів знати фізичну підготовленість і функціональні можливості кожного підопічного, у разі необхідності забезпечувати страховку;
- якщо у підопічного з’являються ознаки втоми або якщо він скаржиться на слабкість і погане самопочуття, негайно відсилати його до лікаря;
- після закінчення занять ретельно оглянути місце проведення занять, переконатися у відсутності напруги в електромережі й усунути виявлені недоліки.

На адміністрацію та керівників дитячо-юнацьких шкіл, спортивних товариств, будинків юнацтва і школярів, які надають спортивні майданчики, стадіони, басейни, катки, спортивні зали для проведення занять, тренувань та змагань, покладається відповідальність за справність

спортивного інвентарю та обладнання, відповідність санітарно-гігієнічних умов вимогам, що ставляться до місця проведення занять.

На медичний персонал покладається відповідальність за проведення в установленому порядку лікувально-профілактичних заходів, що сприяють збереженню здоров'я дітей, а також здійсненню санітарного нагляду за місцем й умовами проведення навчально-виховного процесу з фізичної культури та спорту.

Проводити заняття, тренування із застосуванням несправного обладнання або спортивного інвентарю, без спеціального спортивного одягу, а також у відсутності вихователя, тренера, не дозволяється.

Відповідальність, обов'язки та права посадових осіб:

Тренери, вихователі дитячо-юнацьких спортивних шкіл відповідно до Положення про організацію охорони праці і розслідування нещасних випадків у навчально-виховних закладах несе відповідальність:

- за безпечне проведення тренувань та охорону життя і здоров'я підопічних;
- проводять інструктаж перед початком занять з обов'язковою реєстрацією у журналі обліку занять, тренувань;
- стежить за справністю, надійністю установлення та закріплення обладнання, організовує і своєчасно проводить випробування спортінвентарю;
- навчає підопічних безпечних прийомів виконання фізичних вправ і стежить за виконанням ними вимог безпеки з використанням принципів доступності і послідовності навчання, у разі потреби забезпечує страховку;
- за результатами медичних оглядів визначає функціональні можливості кожного підопічного;

- надає долікарську допомогу потерпілим у разі нещасних випадків, у разі необхідності організовує спеціалізовану медичну допомогу;
- повідомляє керівника закладу про кожний нещасний випадок під час проведення занять, тренувань [2; 4; 5].

Знаючи і виконуючи вимоги техніки безпеки, можна повноцінно займатися фізичними вправами та гармонійно розвивати свою особистість. Знання правил безпеки може захистити від травм, а іноді навіть зберегти життя. Необхідно неухильно дотримуватися правил техніки безпеки, оскільки один неправильний крок може зіпсувати багаторічні фізичні тренування та призвести до непередбачуваних наслідків.

Висновок. Систематичне навчання та підвищення рівня знань з питань безпеки життєдіяльності під час фізкультурно-спортивної діяльності є одними з найактуальніших в сучасному суспільстві, що тісно пов'язані з швидким розвитком науково-технічного прогресу. За таких умов все більш значним та необхідним стає потреба у формуванні знань з безпеки життєдіяльності у фізкультурно-спортивній діяльності, як умови забезпечення стійкого та безпечного життя. Правильна організація техніки безпеки і виконання профілактичних заходів при заняттях фізкультурою і спортом може знизити число травм до мінімуму.

Література

1. Бакка М.Т., Мельничук А.С., Сівко В.І. Охорона і безпека життєдіяльності людини: конспект лекцій. Житомир: Льонок, 1995. 351 с.
2. Балущка, Л.М., Пістун, А.І., Окопний А.М. Проблеми спортивного травматизму. *Наукові записки Української академії друкарства*. 2012. № 2. С. 187-191.
3. Державний реєстр міжгалузевих і галузевих нормативних актів про охорону праці. Х.: Форт, 2003. 192 с.

4. Желібо Є.П., Сагайдак І.С. Проблеми викладання дисципліни «Безпека життєдіяльності» у ВНЗ України. *Безпека життєдіяльності*. 2007. № 12. С. 35-36.
5. Савчук О.М. Охорона праці в галузі. Запоріжжя: Просвіта, 2003. 164 с.
6. Цапко В.Г. Безпека життєдіяльності: підручник. К.: Знання. 2008. 397 с.

References

1. Bakka M.T., Melnychuk A.S., Sivko V.I. Okhorona i bezpeka zhyttiediialnosti liudyny: konspekt lektsii. Zhytomyr: Lonok, 1995. 351 s. [in Ukrainian].
2. Balushka, L.M., Pistun, A.I., Okopnyi A.M. Problemy sportyvnoho travmatyzmu. *Naukovi zapysky Ukrainskoi akademii drukarstva*. 2012. № 2. S. 187-191 [in Ukrainian].
3. Derzhavnyi reiestr mizhhaluzevykh i haluzevykh normatyvnykh aktiv pro okhoronu pratsi. Kh.: Fort, 2003. 192 s. [in Ukrainian].
4. Zhelibo Ye.P., Sahaidak I.S. Problemy vykladannia dystsypliny «Bezpeka zhyttiediialnosti» u VNZ Ukrainy. *Bezpeka zhyttiediialnosti*. 2007. № 12. S. 35-36 [in Ukrainian].
5. Savchuk O.M. Okhorona pratsi v haluzi. Zaporizhzhia: Prosvita, 2003. 164 s. [in Ukrainian].
6. Tsapko V.H. Bezpeka zhyttiediialnosti: pidruchnyk. K.: Znannia. 2008. 397 s. [in Ukrainian].