

# 体育课的安全风险与有效规避

郝明

(周口师范大学 体育学院, 河南 周口 466001)

**摘要:** 体育课不教危险项目就能确保安全等错误做法不利于学校体育工作的开展。把握体育课安全风险的归类、识别与评估,可以有效规避体育课安全风险。提出了落实课标,强化安全教育;重视教学设计,及早规避隐患;落实课前排查,保障教学条件安全;课中注意观察,及时处理隐患等具体措施。

**关键词:** 学校体育; 体育课; 安全风险

**中图分类号:** G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2015)02-0094-03

## Safety risks involved in physical education classes and their effective avoiding

HAO Ming

(School of Physical Education, Zhoukou Normal University, Zhoukou 466001, China)

**Abstract:** Misunderstandings such as that safety can be ensured if no dangerous event is taught in physical education classes is unfavorable for the development of school physical education work. Understanding the classification, identification and evaluation of safety risks involved in physical education classes can effectively avoid safety risks involved in physical education classes. The author put forward the following specific measures: implement class standards; intensify safety education; value teaching design; avoid hidden dangers as soon as possible; implement before-class checking; ensure teaching condition safety; observe carefully during classes; handle hidden dangers in a timely fashion, etc.

**Key words:** school physical education; physical education class; safety risk

体育运动多有安全风险, 体育课堂教学也存在安全风险。体育教师对安全风险的准确评估和有效规避是减少或防止安全事故发生的关键。当前, 已有一些针对体育课安全风险的研究<sup>[1-5]</sup>, 但对安全风险的识别、评估及采取有针对性的规避措施还有待加强。

## 1 规避体育课安全风险的错误做法

### 1.1 不教危险项目

在实施教学大纲年代, 体操项目的单双杠、跳箱、跳山羊, 甚至是跳马等都是体育课上必学的内容, 也曾发生过一些伤害事故。但那时家长对伤害事故的发生并没有完全把责任推到学校或体育教师身上。可是现在家长的追责意识在加强, 甚至还有一些野蛮的举动和无休止的“理论”, 除了赔偿责任外, 学校领导和教师的考核、职务职称的晋升也会受到影响。结果,

为了避免在体育课上出现伤害事故, 很多学校对带有危险性的项目采取回避。实际上, 这种做法并不利于学生对危险躲避能力的培养。危险项目不教就能确保安全认识是不正确的。

### 1.2 长跑偶发猝死就“因噎废食”

在校园里, 几乎每年都会有学生在长跑中猝死的案例。因此, 不少学校怕惹上麻烦就放弃该项运动。有的学校因偶然发生一起长跑猝死事件, 叫停了已成为习惯和制度的且已取得明显成效的长跑运动。实际上, 这些做法并不明智, 不能因噎废食。毕竟, 在长跑中发生意外的学生并非因运动量过大, 或该项运动过于剧烈所致, 而有可能是学生自身体质过于不良, 有的甚至有先天性心脏功能不全的原因造成的。实践证明长跑是有益于学生体质增强的, 北京市密云县在大课间、课外活动时间坚持长跑, 学生体质健康水平

得到稳步提升<sup>[6]</sup>。

### 1.3 体育课只要无伤害怎么上都行

“体育课只要无伤害怎么上都行”，这句话很多体育教师都十分熟悉，这是很多校长向体育教师提出的未成文要求。由于有些校长亲历或听闻安全事故处理的烦恼，对体育课如何实施课改，如何提高质量并不十分关注，而是确保体育课上不发生伤害事故，所以就有了以上的要求。这样的不成文规定，体育教师就难以将新课改贯彻到课堂之中，课改建议的内容不敢教了，课改建议的方法不敢用了，体育课上成了放羊课或者是一些技术、难度不大，负荷不强的游戏课。这样的课，难以促进学生体质健康增强、运动技能掌握等目标的实现。因此，这种看似能够防止安全事故，却不利于学生发展的做法，是得不偿失的。

## 2 体育课安全风险的准确识别和有效评估

### 2.1 体育课安全风险归类

体育课安全风险有大有小，有明有暗，不同运动项目风险类型各异，不同场地器材风险也有所区别。为此，从不同的视角认识体育课安全风险十分必要。

第一，从风险度来看，体育课安全风险有大的、中等的和小的。风险越大，发生安全事故的严重性越高，反之亦然。

第二，从风险表现形式来看，体育课安全风险有显性风险和隐形风险。显性风险容易规避，而隐性风险难以把握，而且容易被人们忽略。

第三，从风险存在的项目来看，体育课安全风险归属的项目类型不同，风险类型也有所不同。根据项目类型划分，安全风险可以分为球类项目风险、田径项目风险、体操项目风险、武术项目风险等等。实际上，每一个运动项目都存在一定的风险，只是类型不同，存在风险的大小不一、明暗有所区分而已。

第四，从风险发生的载体划分，体育课安全风险可以分为体育运动场地安全风险和体育活动器材安全风险，二者有些时候相互叠加发生危险。

### 2.2 体育课安全风险识别

如何识别体育课是否有安全风险，是对安全风险进行评估的基础。看一节课上是否存在安全风险，可以采取主观和客观两种判断方式。主观判断是凭人的主观感觉判断，如某一个教学环节让你很担心，这样的环节很有可能发生安全事故。另外，就是眼睛看到的、手触摸到的，或听声音感觉到的。如手晃动一下“山羊”，“山羊”会摇晃起来，学生在跳“山羊”的时候就有可能推倒“山羊”；跳远沙坑，脚踩上去感觉脚下非常坚实，学生在练习跳远落地的时候，很容易

造成脚踝损伤，甚至有发生骨折的可能。客观判断主要是根据场地器材的使用年限，若是常年失修的场地器材，就要根据场地器材使用的年限需要及时检修、更换。

### 2.3 体育课安全风险评估

风险评估就是量化测评某一事件或事物带来的影响或损失的可能程度。体育课安全风险是大是小，发生的可能性有多大等，都是可以相对准确地做出评估的。评估方法可以采取风险因素分析法、定性风险评估法、定量风险评估法等。风险因素分析法是指对可能导致风险发生的因素进行评价分析，从而确定风险发生概率大小的风险评估方法。一般从“调查风险源”开始，然后识别“风险转化条件”，再确定“转化条件是否具备”，进而估计“风险发生的后果”，最后做出“风险评价”。定性风险评估法是指通过观察、调查与分析，并借助经验、专业标准和判断等对体育课安全风险进行定性评估的方法。定量风险评估法通过经验积累某项风险过去发生伤害事故的次数与风险本身比率，计算风险事故发生率，使用定量的方式计算其风险程度。

## 3 有效规避体育课安全风险的具体策略

### 3.1 落实课标，强化安全教育

《义务教育体育与健康课程标准》(2011年修订版)中有关于“增强安全意识和防范能力”的目标要求<sup>[7]</sup>，《普通高中体育与健康课程标准》(实验版)中有关于“具有安全进行体育活动的的能力”目标要求<sup>[8]</sup>，而且还列出了较为具体的内容建议。从中可以看出，各水平段对安全教育的目标要求都比较具体，而且所建议的安全教育内容具有一定的层次性和可操作性。为此，一线教师在具体教学过程中，可以按照《标准》的目标和内容有计划、分步骤地对学生实施安全教育，从而提高学生的安全意识，培养他们识别安全风险及规避安全风险的能力。

### 3.2 重视教学设计，及早消除隐患

体育教学效果如何，教学设计十分关键。进行教学设计的时候，除了考虑目标、内容、重难点等要素外，还要排查教学过程每一环节的安全隐患。否则，等到上课时发现隐患，再去防范就很被动。例如设计利用垫子替代沙坑进行跳远练习的教学，需要在设计的时候充分考虑练习过程中垫子有可能滑动的情况，要能够想到垫子如何固定才能减少因滑动导致的伤害事故。有的教师会事先准备胶带，课前将垫子分别固定在练习场地上；有的教师会想到垫子由学生轮流踩住，以减少因练习中的跳落冲击力引起滑动。教学设计

还要对教学过程中的各种组织活动做出认真的规划,而且要能够从安全保障方面做到组织有序,不能因组织不当导致安全事故发生。例如用软式垒球棒做操时,要在设计的时候充分考虑到体操队形散开的方式,尽可能地拉大学生前后左右之间的距离,以防棒子伤及他人。总之,教学设计时充分考虑练习活动中的各项安全隐患,是减少伤害事故发生不可忽视的重要环节。

### 3.3 落实课前排查,保障教学条件安全

体育课伤害事故的发生,有一些是源于场地器材的准备工作不够充分所致。课前,任课教师除了核实器材有无、数量是否能够满足上课需要外,不可忽视器材本身可能存在的安全隐患,如有的器材接口处松动、有的器材老化、有的器材质量不达标、有的场地损坏、有的因下雨场地湿滑等情况。如在一节双杠课上,因事先未对单杠的稳定性进行全面的检查,上课过程中因单杠上的螺丝松动导致单杠脱落,学生摔伤。这一事故,实际上是完全可以避免的,其根源就在于课前排查工作没有做到位,未能保障教学条件的安全性。又如,上跳山羊课前,要对山羊的质地进行检查,尤其是山羊腿的稳固性,如果山羊出现“腿软”现象,就有可能在练习过程中发生伤害事故。因此,要想有效规避安全风险,课前排查不可缺少。

### 3.4 课中注意观察,及时处理隐患

体育课上认真观察,深入分析,是发现并及时处理安全隐患不可忽视的工作。通过全面细致的观察,发现问题后,就能够对场地器材、学生活动方式、组织教法等方面,做出及时、适当的调整。发现安全隐患存在于场地器材中,就要变换方式使用场地器材,

甚至要停止使用,排除安全隐患;发现学生活动方式存在安全隐患时就要做出调整,如当学生在自制的大篮筐前练习投篮的时候,因投篮的时机早晚不一,存在有踩踏滚动的篮球出现摔倒的风险,就要及时调整练习方式,从而最大限度地控制运动伤害发生的可能性。又如,在鱼跃前滚翻练习中,发现学生做动作时垫子有向前打滑现象,就要停止练习,将垫子做好固定再练习等等。

### 参考文献:

- [1] 朱小平,马亚星. 高校体育安全风险意识的强化及保障体系建设[J]. 开封大学学报, 2014(2): 48-49.
- [2] 孙佳剑,陈晓冬. 学校体育运动安全风险管理体系构建研究[J]. 体育世界, 2013(5): 35-36.
- [3] 满昌慧. 不同类型学生体育安全风险特征探析[J]. 中国林业教育, 2011(2): 12-14.
- [4] 王苗,石岩. 小学生体育活动的安全问题与风险防范理论研究[J]. 体育与科学, 2006, 27(6): 36-40, 45.
- [5] 于素梅,张媛媛. 安全:体育课堂防范意识“松不得”[J]. 体育教学, 2013(12): 22-24.
- [6] 坚持长跑,追求多样[EB/OL]. [http://xmwb.news365.com.cn/tyxw/201407/t20140729\\_1168258.html](http://xmwb.news365.com.cn/tyxw/201407/t20140729_1168258.html).
- [7] 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2011年修订版)[S]. 北京:北京师范大学出版社, 2012.
- [8] 中华人民共和国教育部. 普通高中体育与健康课程标准(实验)[S]. 北京:人民教育出版社, 2003.

