

## Профилактика школьного травматизма

Несчастные случаи, происходящие с учащимися в стенах школы и во время учебного процесса, являются причиной почти 15% всех детских травм. При этом до 80% школьников получают травмы на переменах. Поскольку взаимосвязь между возникновением травм и индивидуально-психологическими особенностями детей очевидна, профилактическую работу в школе целесообразно проводить с учетом этих особенностей.

В Законе РФ от 10.07.1992 № 3266-1 "Об образовании" говорится, что образовательное учреждение несет в установленном законодательством РФ порядке ответственность за жизнь и здоровье обучающихся и воспитанников во время образовательного процесса. На первый взгляд, обеспечить безопасность обучающихся и воспитанников не сложно: пространство ограничено, достаточно поставить дежурных в каждую "зону риска" – и все в порядке. Однако на практике получается иначе.

### Виды и особенности детского травматизма

Врачи-травматологи, психологи и другие специалисты, изучающие детский травматизм, подразделяют его на четыре основных вида: школьный, бытовой, уличный и спортивный.

### Причины создания травмоопасных ситуаций

Риск возникновения травм у детей обусловлен:

- их недисциплинированностью;
- неумением распознавать травмоопасную ситуацию;
- необученностью необходимым навыкам поведения;
- недооценкой степени опасности внезапно возникшей ситуации;
- физической слабостью;
- определенными особенностями развития.

Анализ особенностей школьного травматизма позволил установить, что дети получают травмы в школе в основном (до 80% случаев) на переменах, около 70% школьных травм происходят во время падений и бега, а на долю травм, произошедших на уроках физкультуры при занятиях на спортивных снарядах (козле, бревне и брусках), приходится менее 20%.

Основными причинами травмирования детей на уроках физкультуры (около четверти всех школьных травм) являются:

- недочеты в организации и методике проведения уроков;
- неудовлетворительное состояние части спортивных залов и спортивных площадок, оборудования, инвентаря, одежды и обуви;
- скученность детей во время занятий.

Травмы, полученные учащимися на уроках труда, физики и химии, также обусловлены в основном нарушениями правил техники безопасности и дисциплины.

По мнению большинства авторов работ, посвященных изучению данного вопроса, наиболее частая причина травм, получаемых детьми в школе, – это недисциплинированность учащихся, их игровая агрессивность (удары твердыми предметами, кулаками, толчки, столкновения во время бега, подножки и пр.).

Установлено, что количество случаев детско-подросткового травматизма повышается весной, а также во второй половине дня (с 16 до 20 ч). При этом выявлена определенная зависимость уровня и вида травматизма от времени года и суток: весной, например, преобладает школьный (44%), бытовой (40%) и уличный (31%) травматизм, а летом –

спортивный (до 40%), но при этом бытовой и уличный травматизм остаются также на достаточно высоком уровне.

### **Взаимосвязь уровня травматизма с возрастными особенностями детей**

В возрастном аспекте наиболее травмируемым считается возраст от 6 до 12 лет, что связано с повышенной эмоциональностью детей в этот период и недостаточно развитой у них способностью к самоконтролю. Причем с возрастом количество травм увеличивается, достигая наибольших значений у детей 11–14 лет.

Большое количество травм приходится на критические возрастные периоды: 3 года, 7 и 11–12 лет. В эти периоды дети и подростки становятся капризными, раздражительными, часто вступают в конфликт с окружающими. У них может сформироваться неприятие ранее беспрекословно выполнявшихся требований, доходящее до упрямства и негативизма, что приводит к нарушениям правил поведения и, как следствие, к травмам.

Следует отметить, что чаще всего травмируются гиперактивные дети и дети, воспитываемые в условиях гипер- или гипопеки. Кроме того, частые травмы получают дети с нарушением функции программирования и контроля собственного поведения, а также со сниженным интеллектом.

В 15% случаев основной предпосылкой получения травм детьми являются их индивидуально-психологические особенности. Не только преобладание возбуждения над торможением (усталость, нервозность, импульсивность), но и, наоборот, преобладание торможения над возбуждением, инертность нервных процессов могут привести к получению травмы. Дети, умственно более развитые, с высоким интеллектом, осознают опасность и избегают ее. В структуре интеллекта наиболее важной представляется такая особенность мышления, как способность к анализу, синтезу, обобщению, что связано с умением прогнозировать последствия поступков.

Дети, получающие травмы, как правило, имеют высокую склонность к риску, двигательно расторможены, реактивны, возбудимы, эмоционально неустойчивы, предрасположены к частым переменам настроения, неадекватно ведут себя в стрессовых ситуациях. Таких среди часто травмирующихся детей оказалось 77%, из них больше половины – дети, которые обвиняют в своих неудачах, болезнях, травмах других людей или обстоятельства. Как правило, такие дети несамокритичны, характеризуются переоценкой своих способностей и возможностей.

Анализ публикаций, посвященных изучению травматизма, позволил выявить некоторые общие показатели предрасположенности детей к рискованному поведению. Несчастливым случаям в большей степени подвержены дети с низкими качественными характеристиками внимания (концентрация, распределение и переключение), недостаточной сенсомоторной координацией, неосмотрительные, с низкой выносливостью, а также боязливые или слишком склонные к риску.

Исследователи отмечают, что для 60% школьников характерна слабость нервных процессов, что отражается на их общей работоспособности и связано с эмоциональной неустойчивостью. Эмоционально неустойчивые, импульсивные дети гораздо чаще получают травмы, чем их спокойные и уравновешенные сверстники. Характерно, что большинство таких детей имели по физкультуре оценку "3".

В последние годы (особенно в крупных городах) серьезной проблемой у школьников, обучающихся в условиях повышенной интеллектуальной нагрузки в гимназиях и лицеях,

становится гипокинезия. От ее последствий (нарушение осанки, зрения, повышение артериального давления, избыточный вес и т. д.) страдают до 70% учащихся. Такие дети также часто травмируются из-за неразвитой координации и плохой ориентации в пространстве.

### **Причины детского травматизма**

Причины травмирования детей и подростков можно условно объединить в три основные группы:

- 1. Поведение самого ребенка, получившего травму.**
- 2. Действия окружающих сверстников.**
- 3. Действия взрослых, находившихся в окружении пострадавшего ребенка.**

### **Травмы, обусловленные поведением пострадавшего**

Свыше 40% всех травм происходят по причинам, относящимся к первой группе, которые, в свою очередь, можно подразделить на 4 подгруппы.

**Первая** подгруппа причин связана с недостаточным сенсомоторным развитием ребенка: низким уровнем координации движений, неумением владеть своим телом, а также отсутствием навыка выполнения действия.

**Вторая** – с отсутствием или недостаточностью знаний об опасности и возможных последствиях выбранных действий.

**Третья** – с пренебрежением известной опасностью из-за более сильного мотива, например при желании произвести впечатление на значимых для ребенка или подростка людей.

**Четвертая** – с психофизиологическим состоянием, влияющим на успешность протекания деятельности: усталость, эмоциональное возбуждение, игровой раж, спортивный азарт и др.

Более 70% травм, полученных детьми из-за своего поведения, обусловлены причинами, относящимися к четвертой подгруппе. Чаще всего получение травм происходит при проведении подвижных игр. При этом нередко сильное дезорганизующее влияние на поведение оказывают трудносдерживаемое стремление к достижению наилучшего результата, а также соревновательный момент игры и внезапно возникающие задачи и опасные ситуации, при которых нужно быстро принимать самостоятельное решение. Все это привносит в игру эмоционально-аффективный фактор, оказывающий особенно сильное влияние, поскольку он связан с реальными, а не с игровыми взаимоотношениями, как это было в дошкольном возрасте.

Спешка – еще одно эмоциональное состояние, которое может дезорганизовать деятельность. В основном травмы по этой причине регистрируются в возрасте 11–14 лет, когда начинает сказываться занятость подростков (большая учебная нагрузка, посещение кружков и спортивных секций, выполнение обязанностей по дому и т. д.). В то же время усиливается соревновательный мотив не только в игре, но и в повседневной жизни (первым попасть на завтрак в школе, в раздевалку, на улицу во время перемены и т. д.).

С возрастом частота травм по вине самих пострадавших увеличивается, т. к. с развитием ребенка расширяется сфера его самостоятельной деятельности.

### **Травмы вследствие неправомерных действий сверстников**

Вторая группа причин, обуславливающих треть всех детских травм, зависит от действий окружающих ребенка сверстников. Результаты исследования показали, что чаще дети травмируют сверстников во время игры (20% случаев) либо непреднамеренно вне игры (30%), как правило, не замечая их (например, наталкиваются на других, бегая).

Особое внимание, на наш взгляд, следует обратить на случаи, связанные с поведением, содержащим элемент физического насилия по отношению к окружающим, а иногда и с целенаправленным стремлением причинить боль и показать свое физическое превосходство (свыше 40% травм). Отмечена тревожная тенденция увеличения количества травм, полученных подростками в результате драк.

### **Травмы вследствие недосмотра взрослых**

Третья группа причин возникновения травмоопасных ситуаций, а затем и травм детей (около 25% от их общего количества), как отмечалось выше, связана с действиями либо бездействием взрослых, в т. ч. родителей.

В большинстве случаев такие травмы обусловлены недосмотром за детьми и отсутствием контроля за их поведением. Необеспечение безопасной среды – также относится к наиболее распространенным ошибкам родителей, вследствие которой происходит 25% травм, относящихся к данной группе.

Поскольку установлена взаимосвязь между возникновением травм у школьников и их индивидуально-психологическими особенностями, целесообразно проведение профилактической работы с детьми, организованной с учетом этих особенностей. При этом весьма эффективным представляется использование таких активных форм обучения, как тренинговые занятия.

### **Тренинг "Я и моя безопасность" (в помощь педагогу)**

#### **Цели:**

- актуализация темы об опасных жизненных ситуациях;
- развитие представлений о тактических действиях в опасной ситуации, понимания, что часто они возникают из-за неправильного поведения подростков;
- формирование убеждения в том, что стремление избежать опасности или минимизировать ее, а также обращение за помощью к окружающим являются проявлением осмотрительности и зрелости.

**Задачи:** актуализировать личный опыт, связанный с типовыми опасными ситуациями в жизни, обусловленными как внешними обстоятельствами, так и собственным неправильным поведением; не допускать паники, обращаться за помощью, использовать оптимальную тактику поведения; формировать убеждение в том, что соблюдение принятых правил поведения является гарантией безопасности; осмыслить полученный опыт и отработать алгоритм поведения в опасных ситуациях.

**Оборудование:** листы писчей бумаги с надписями "Жизнь и здоровье", "Честь и достоинство", "Деньги и вещи", "Остановись!", "Подумай!", "Действуй!" с инструкциями на оборотной стороне листов.

**Вводная часть.** участники называют ассоциации, которые возникают у них при слове "опасность". Ведущий констатирует, что большинство людей остерегаются опасностей, и предлагает обсудить, как обычно ведут себя люди при их возникновении (что они испытывают? что такое страх? для чего природа наделила человека способностью испытывать страх? о чем сигнализирует страх?). Следует подчеркнуть, что страх – это предупреждение, сигнал, который может парализовать человеческую волю, а может мобилизовать ресурсы человека (привести примеры или предложить подросткам сделать это самостоятельно). На основании приведенных примеров ведущий обращает внимание на то, что есть опасности, возникающие независимо от человека, и такие, которые явились следствием неправильного поведения самих людей.

Ведущий сообщает, что около половины серьезных травм, получаемых подростками, связано с их собственными ошибками (рисками) или нарушением ими принятых правил поведения в быту, школе и на транспорте. Желающие могут привести примеры. Особо выделяются ситуации, когда подростки ведут себя слишком рискованно, поддаваясь на провокации сверстников.

**Основная часть.** Предлагается обсудить три вопроса.

- Можно ли полностью избежать опасных жизненных ситуаций?
- Можно ли свести к минимуму опасности?
- Есть ли правила поведения в опасных ситуациях?

Обобщая высказывания, ведущий просит подумать над тем, что является самым важным для человека, что следует спасать в первую очередь. Участникам предлагается три листа с надписями "Жизнь и здоровье", "Честь и достоинство", "Деньги и вещи". Они должны разложить эти листы в соответствии с очередностью того, что (по их мнению) надо спасать в первую, вторую и третью очередь при возникновении опасности. По завершении этой работы ведущий подчеркивает, что такие ценности, как честь, достоинство, деньги, собственность, имеют смысл только в случае существования человека, т. е. когда он смог сохранить свою жизнь и здоровье.

Таким образом, первое, что необходимо спасать, – это жизнь и здоровье. Обязательно следует отметить, что:

- есть особые исключительные и редкие ситуации, когда люди жертвуют собственной жизнью во имя других людей или ценностей;
- взрослые сильные люди, которые несут большую ответственность, могут жертвовать своей жизнью для спасения детей или более слабых;
- в большинстве ситуаций, связанных с опасностью, дети и подростки должны спасать свою жизнь и здоровье, учитывая, по возможности, безопасность других людей.

В отношении двух других приоритетов – чести или собственности – правильного ответа нет, каждый волен поступать так, как сочтет нужным и как сложится ситуация.

Ведущий предлагает участникам вспомнить, что удалось придумать людям для сведения к минимуму опасностей, подстерегающих их. Обсуждение целесообразно провести в форме "мозгового штурма". Участников следует подвести к выводу о необходимости соблюдения правил поведения и техники безопасности, инструкций по обращению с техническими приспособлениями и т. п.

Следует также обсудить следующие вопросы:

- Где, когда и почему в школе предусмотрены особые правила поведения (уроки труда, физкультуры, физики, химии)?
- Какие бытовые приборы и почему снабжаются особыми инструкциями по применению?
- Почему существуют особые правила дорожного движения и поведения в транспорте? и т. п.

Предлагается привести примеры, когда подросток сталкивается с опасностью, но не может справиться с ней собственными силами. На одном из примеров обсуждается, правильно ли поступает тот, кто обращается за помощью к окружающим. Поступает ли он как человек слабый, малодушный или как зрелый, понимающий границы своих возможностей человек? В высказываниях особо следует подчеркнуть, что стремление получить помощь в опасной ситуации является признаком зрелого поведения.

Участников необходимо подвести к пониманию того, что невозможно заранее предугадать все жизненные опасности, и предложить всем вместе составить алгоритм поведения в опасной ситуации.

Работа проводится в **форме "Аукциона идей"**. Обобщая высказывания, можно предложить алгоритм из трех шагов: **"Остановись! Подумай! Действуй!"**.

В середину круга помещают листы с аналогичными надписями, а затем проводится обсуждение необходимости каждого шага. После каждого обсуждения лист с соответствующей надписью переворачивают и зачитывают приведенную там "инструкцию".

Вот их тексты:

### **Остановись!**

Если ты почувствовал страх, значит, тебе угрожает опасность; не позволяй страху превратиться в панику, постарайся сохранить спокойствие.

### **Подумай!**

Подумай, в чем заключается опасность, прими решение, как ее избежать или уменьшить.

### **Действуй!**

Приняв решение, сразу приступай к его выполнению.

Необходимо обязательно обратить внимание участников, что возможны ситуации, когда все три "шага" надо "пройти" в очень короткое время, например при спасении бегством.

**Заключительная часть.** Участникам предлагается описать свои действия в соответствии с предложенным алгоритмом в типичных для подростков ситуациях, связанных с опасностью:

- незнакомый человек предлагает тебе пойти с ним куда-либо;
- старшие ребята предлагают спиртное или наркотики;
- приятели нашли во дворе какой-то сверток и зовут тебя посмотреть, что там внутри.

Ситуации подростки могут предложить сами.

Участники, передавая друг другу мяч, отвечают на вопрос, как себя вести, чтобы не попадать в ситуацию опасности (*например: соблюдать правила поведения, инструкции по технике безопасности и обращению со сложными приборами*). По завершении высказываний всех участников желающие повторяют алгоритм поведения в опасной ситуации ("Остановись! Подумай! Действуй!").

В вводной части количество "разогревающих" упражнений может быть сокращено, если группа многочисленна и ведущий ощущает лимит времени.

### ***Литература:***

1. Инструкции по охране труда и технике безопасности в школе. Методическое пособие / Автор - составитель Огарков А.А. - М.: Педагогическое сообщество России, 2005.
2. Охрана труда в образовательном учреждении: Методические рекомендации / Сост. Н.В. Полозова. - Мурманск: НИЦ "Пазори", 2003
3. Присакарь И.Ф. Травматизм и его профилактика: Библиография. - Кишинев, 1981
4. Рогова М.А. Основные вопросы организации травматологической помощи в городах: Библиография. - М.: Медгиз, 1976
5. Фрейдлин С. Я. Профилактика травматизма и организация травматологической помощи, 2 изд. Л.: Медицина, 1963