

المحاضرة الثانية :

إرشادات لتوفير عوامل الأمن والسلامة في الدرس والأنشطة الرياضية

1. إعداد التلاميذ بدنيا ونفسيا قبل البدء في تطبيق أنشطة الدرس المختلفة
2. إتباع خطوات تعليمية صحيحة متدرجة من السهل الى الصعب
3. إخلاء الملعب من مصادر للخطر وان تكون الخطوط المحددة للأهداف بعيدة عن الحائط خاصتا في الأنشطة العنيفة
4. معرفة التلاميذ بان إجراء تمارين الجري والتدافع على سطوح زلقة يتسبب بالمخاطر لذا لا يمكن السماح بها
5. استخدام الأدوات والأجهزة الصالحة للاستخدام والعمل على صيانة الأجهزة باستمرار واستبعاد التالف منها كما ينبغي أن تكون الأدوات ذات أطراف مستديرة بقدر الإمكان وليست أطراف بارزة او حادة خاصتا مع الأطفال الصغار
6. استعمال المراتب وأجهزة الهبوط استعمال دائم عند استخدام الأجهزة العالية
7. ان يرتدى التلميذ في اثناء حصص التربية الرياضية او في أثناء الأنشطة الرياضية الزي الرياضي المناسب الذي لا يعيق الحركة وارتداء الأحذية التي لا تسبب الانزلاق، كما يجب عدم استخدام الدبابيس في الملابس أو دبابيس الشعر خاصة بالبنات
8. التأكد من سلامة الأجهزة والتفقد الدوري لها
9. تصليح أرضية الملعب في حالة وجود حفر أو عندما تصبح أرضيته غير صالحة للاستخدام
10. إتباع التشكيلات المناسبة التي تمنع حدوث الإصابات فينبغي ان لا يقف التلاميذ الذين ينتظرون أدوارهم بشكل يجعلهم يعوقون زملائهم الذين يقومون بالأداء
11. مراعاة اخذ المسافات المناسبة بين التلاميذ في أثناء أدائهم للتمرينات والحركات المختلفة
10. وقوف الأستاذ في مكان يستطيع منه رؤية جميع التلاميذ بوضوح والوصول إلي أي تلميذ بسرعة في الوقت الذي يحتاج فيه المساعدة
11. معرفة الإجراءات بصورة جيدة التي تتبع في حال الإصابة التي تتطلب أكثر من مجرد ابعاد الشخص المصاب عن النشاط والإسعافات الأولية أيما كانت الإجراءات المتبعة فيجب أن نظمن:
 - ا_ أن يعرف الأستاذ تماما ما يجب عليه فعله
 - ب_ تقديم العناية الفورية والمؤقتة (إسعافات أولية)
 - ج_ تأمين الخدمة الطبية المجازة في العيادات والمستشفيات القريبة
 - د_ إخبار إدارة المدرسة والوالدين

هـ_ كتابة تقرير فوري على: طبيعة الإصابة، والظروف التي أدت إليها، وأسماء المصابين والأستاذ والشهود والإجراءات التي اتبعت

12. شرح قوانين الألعاب وإجراءات الأمن والسلامة، كما ينبغي أن تكون إرشادات الأستاذ واضحة عن كيفية استخدام الأدوات والأجهزة المختلفة وخصوصًا في دروس السباحة والجمباز والعاب القوى
13. مناسبة النشاط للإمكانات المتوافرة وحالة الطقس، فالأستاذ الذي يختار نشاط هادئ في جو بارد قد يعرف التلاميذ الإصابة للبرد والرشحات
14. مناسبة الانشطة للسن والجنس والقدرات
15. عدم السماح للتلاميذ في الجري في اتجاه مانع او حاجز مثل حائط او عمود او غيره
16. اليقظة الى علامات التعب التي قد تظهر على بعض التلاميذ ففترات الراحة ضرورية لمنع تزايد التعب والإجهاد الذي قد يادى الى حدوث الإصابات
17. إجراء كشف طبي دوري للتلاميذ جميعا قبل مشاركتهم في اى نشاط رياضي
18. 20. عدم السماح برمي الأدوات ألعاب القوى) الجلة القرص الرمح) إلى فى ساحة واسعة وخالية تماما من التلاميذ وأية أدوات أو أجهزة أخرى
19. 21. عدم السماح بتمرير الكرة او رميها الى الزميل الي اذا كان يقظ مع وجود قواعد وانظمة صارمة تتعلق بإجراءات استعادة الكرات التي تخرج إلي الشارع او مناطق الجماعات الأخرى ومناطق الأجهزة