**Профилактика и предупреждение травматизма у детей**

|  |
| --- |
| Администрацию лицея, учителей физкультуры, классных руководителей беспокоит факт достаточно высокого уровня травматизма среди учащихся нашего образовательного учреждения. Сегодня мы будем говорить о том, как предупредить травмы опорно-двигательного аппарата, другие травмы не тема разговора сегодня. Травмы происходят у детей как в лицее, так и за его пределами – дома, на улице. Чаще всего они связаны с, казалось бы, безобидными ситуациями: шел по лестнице – неудачно встал, играл на перемене, задел неловко товарища, побежал на улице – упал. Моя задача сегодня, как учителя физкультуры, который непосредственно на уроках развивает у детей опорно-двигательный аппарат, укрепляет костно-мышечную систему, обратить ваше внимание, уважаемые родители, на систему семейного воспитания по созданию условий для укрепления физической подготовленности детей.  Остановлюсь на условиях, созданных в лицее, для предупреждения травматизма у детей. Как и во всех российских школах, в лицее введен третий час физкультуры. Перед уроками с 1 по 11 класс проводится утренняя гимнастика. Во второй половине дня работают такие кружки, секции, студии как: баскетбол, гимнастика, футбол, детский фитнес, работает тренажерный зал, кроме этого – ритмика, студия хореографии, балетная студия. В секциях физкультурно-оздоровительной направленности охвачено 178 учеников из 358 учеников начальной школы, в студиях, кружках художественно- эстетической направленности – 390 человек. При этом часть детей занимается в кружках и секциях той или другой направленности. На основании анкетирования родителей 4-х классов прошлого учебного года 78% детей занимается в спортивных кружках и секциях (городских и лицейских), на основании анкетирования учащихся 4-х классов в этом учебном году - 81%. Однако, часть детей не посещает кружки, секции, которые направлены на укрепление опорно-двигательного аппарата.  Каким образом семья может положительно повлиять на укрепление костно-мышечной системы детей?   * Утренняя зарядка детей дома * Спортивный уголок дома * Лыжные прогулки зимой * Посещение спортивных секций * Восполнение недостатка кальция в организме детей (кальций является основой костной ткани) * Рациональное сбалансированное питание * Закаливание   Гиподинамия – проблема особенно наших интеллектуальных детей. Я призываю вас вовлекать своих детей в спортивные секции лицея, города, формировать потребность у детей двигаться. Наша задача не столько рассказывать детям о здоровом образе жизни, сколько вовлекать детей в занятия физкультурой и спортом. |