

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/393270>

Тип работы: Реферат

Предмет: БЖД

Оглавление

Введение 3

1. Специфика деятельности боксеров 5

2. Травматизм в спорте 8

3. Первая помощь в боксе 11

Заключение 15

Список использованной литературы 17

Введение

В наше время спорт - неотъемлемая часть жизни современной молодежи, поэтому проблемы оказания первой помощи и лечения спортивной травмы как никогда актуальны. В понятие спортивной травмы входят: последствия несчастного случая, произошедшего во время тренировки; телесные повреждения, возникающие в результате разового или многократного силового воздействия во время соревнований; хронические микротравмы; последствия перегрузок и эндогенного повреждения.

Все спортивные игры делятся на группы со схожими признаками: включающие непосредственное соприкосновение с соперником и без такового, с поощрением агрессивности игроков и с ее ограничением. По вероятности получения травмы на группы: с малой вероятностью получения травмы (бадминтон и др.), со средней (футбол и др.), с большой (регби, бокс и др.).

Бокс считается одним из самых травматических видов спорта. Условия, при которых проводятся состязания по боксу, и правила их проведения обеспечивают охрану здоровья боксеров. Всякие действия боксеров на ринге, направленные на попытку нарушить правила ведения боя, строго наказываются судейской коллегией.

Однако в практике тренировочных занятий и при проведении состязания все же имеет место нанесение повреждений боксерам. Задача тренеров и судей довести до минимума число случаев травмирования боксеров. Этого можно достичь посредством проведения повседневной воспитательной работы, врачебного контроля, посредством улучшения качества учебно-тренировочных занятий и соревнований у боксеров. Тренеры и руководители занятий в Вооруженных Силах должны воспитывать у занимающихся спортивную честность, корректное отношение к противнику как в тренировочных боях, так и на состязаниях, и безусловную честность в соблюдении правил боя.

Эти качества должны быть отличительными чертами российских боксеров.

Боксеры всегда получают различные травмы во время боя. Но если так называемые микротравмы (ссадины и ушибы) не несут особой опасности для организма, и легко заживают сами, то макротравмы могут нести серьезные повреждения тканей и органов. Важно знать, какую первую помощь необходимо оказать пострадавшему спортсмену в случае получения той или иной травмы.

Цель данной работы: изучение вопросов оказания первой помощи в боксе.

1. Специфика деятельности боксеров

Исследуя особенности боксерской деятельности в рамках спорта и физической культуры, требуется отметить, что в других видах спорта нет таких условий и их сочетания, как в боксе. Очень высокий уровень риска, потребность в защитах и атакующих действиях, быстро осуществляемом изучении формирующейся обстановки, когда условия поединка меняются в постоянном режиме, необходимость не замечать боль, утомление, а также ряд других моментов приводят к тому, что данный вид спорта становится особенно интересным со стороны исследования возможностей, которые имеются у человеческой психики для того,

чтобы приспособиться к спортивным тренировкам, борьбе в рамках поединков. Это также касается и вопроса подготовки занимающихся в условиях реализации проекта «урок-секция».

Когда боксер привыкает к нагрузкам, которые приходится на него в рамках соревнований и тренировок, у него возможен высокий уровень психического напряжения, связанный с ситуациями, в которых происходит борьба, пусть даже тренировочная. Все это заставляет спортсмена рисковать получить травмы, испытать боль. Поэтому привыкание в боксе, в особенности перед соревнованиями, очень связано с эмоциональным моментом [6].

Эмоциональный момент может быть особенно заметным в экстремальных ситуациях тренировок, соревнований. Он оказывает воздействие на усилия воли, привыкание переносить нагрузки, психомоторику, а также уровень правильности выполнения боксером упражнений.

Список использованной литературы

1. Ариткулов, А. Х. Рукопашный бой. Часть II-III : учебник / А. Х. Ариткулов, В. И. Горбец [и др.]. — СПб. : ВИФК, 2015. — 410 с.
2. Бокс. Правила соревнований. — М. : Бланк, 2012. — 857 с.
3. Головников Л. Н. Некоторые особенности эмоционального состояния боксеров при подготовке к соревнованиям / Л. Н. Головников // Бокс: Ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – С. 32 – 34
4. Горбец, В. И. Бокс : учебно-методическое пособие / В. И. Горбец, А. Х. Ариткулова, И. И. Варжеленко. — СПб. : ВИФК, 2011. — 75 с.
5. Исламов, В. А. Теория, методика и практика спортивных единоборств : учебник / В. А. Исламов, П. А. Кузин [и др.]. — СПб. : ВИФК, 2022. — 226 с.
6. Липинский Э. Ч. Управление тренированностью боксеров в связи с особенностями адаптации к физическим и психическим нагрузкам: дис. ... канд. пед. наук / Липинский Эдмунд Чеславович. – М., 1998. – 197 с.
7. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М., 1991. – 543 с.
8. Муфтахина Р. М. Психофизиологический статус боксеров различных спортивных квалификационных групп: дис. канд. биол. Наук / Р. М. Муфтахина. – Челябинск: ЧГПУ, 2011. – 138 с.
9. Худадов Н. А. Бокс : ежегодник / Н. А. Худадов. – М. : ФиС, 1995. – 63 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/393270>