

The safety factor analysis and countermeasures of campus orientation movement

Wang Jun^{1,a}, Gu Song^b, Lu Ni^{1,c,*}

¹Yunnan agricultural university school of physical education, Kunming, China.

^a158291721@qq.com, ^bfly608@126.com, ^c418447726@qq.com

*Corresponding author

Keywords: orientation movement, sports safety, causes, countermeasures.

Abstract. From the international perspective, the development of orientation movement in our campus is still in its infancy. Compared with the traditional school sports activities, the phenomenon of experience deficiencies still exist in many ways. For example, improper teaching methods, poor choice of sports venues, etc. The teaching of orientation course in campus requires teachers to use flexible teaching methods and choose different venues for teaching according to actual needs. Students often disappear in the perspective of the teachers in orientation movement courses, the lack of security protection increased the probability of accident. Orientation movement has many different distinctions with the traditional sports activities, which determines the particularity of orientation movement itself. The risks of sport injury requires the teachers in the teaching pay a lot of attention to students to ensure the security of the student's body and mind. This paper illustrates the necessity of campus to carry out orientation movement first, and then few examples of injury in the orientation movement. Meanwhile the causes of safety accidents in campus orientation movement were analyzed and appropriate solutions were put forward.

校园定向运动安全因素分析及对策

王钧^{1, a}, 谷松^b, 鲁妮^{1, c, *}

¹云南农业大学体育学院, 昆明, 中国

^a158291721@qq.com, ^bfly608@126.com, ^c418447726@qq.com

*通讯作者

关键词: 定向运动; 运动安全; 原因; 对策

中文摘要. 从国际视野来看, 定向运动在我国校园的开展尚且处于起步阶段, 与传统学校的体育活动相比, 在很多方面还存在经验不足的现象。例如, 教学方式不当、体育场地选择不佳等等。校园定向运动课程的教学, 要求教师要使用灵活多变的教学方式, 根据实际需求, 选择不同的场地进行教学。在整个定向运动的教学过程中, 学生会经常性地消失在教师的视野下, 缺乏教师的安全保护与引导, 学生出现意外的概率就明显的增加了。定向运动本身的特殊性, 决定了它与传统的体育活动有着众多不同之处, 危险性也大大增加了, 这就要求教师在定向运动教学中, 要高度关注学生的安全问题, 确保学生的身心安全。本文先是阐明校园为什么要开展定向运动, 接着举了校园定向运动中几个受伤的例子, 从案例中得出校园定向运动发生安全事故的原因, 并针对发生的原因, 提出针对性的对策。

1. 引言

定向运动起源于瑞典，最初只是一项军事体育活动，作为一种体育比赛项目的诞生距今已有百年历史。定向运动的参与者，需要在整个活动中，利用地图和指北针等工具，达到活动中所指定的地点，活动规定用时最短的人为最终胜利者。定向运动的活动地点通常设在森林，郊外和城市公园里进行，也可在大学校园里进行。定向运动与单纯的以锻炼身体、增强体质为目标的传统体育运动有所不同，它是一种集健康与智慧为一体的体育活动，既可以达到强健体魄的目的，又有助于参与者开发智力，培养他们独立思考问题，并且快速找出问题的原因，从而加强他们处理紧急情况的能力。作为一名户外运动爱好者，参与了定向队以及定向运动协会。曾多次参与云南各地的户外定向运动，经过自己亲身体验并观察总结，从自身的损伤，还有队友之间的相互交流学习，发现了一些安全隐患以及应对措施。为了更好的发展这项运动，以及保护自己在运动中不受到一系列不必要的伤害，经过有针对性的走访研究，整理了一些来自定向运动的安全因素，并依据各安全因素研究探索出相应的对策。

2. 开展定向运动课程的必要性

2.1 开展定向运动课程符合现代教学趋势

现代教学侧重于培养学生自主学习的兴趣，从而促进学生的全面发展，提高他们的综合素质。定向运动为学生提供了一个灵活多样的体育课程学习平台，可以充分调动学生参与体育活动的积极性，让他们在快乐中得到锻炼，这是素质教育背景下的基本要求。此外，开展定向运动课程，可以锻炼学生野外生存的能力，让学生们体验到与学校活动完全不一样的感受。这对于他们将来走上社会是很有帮助的。配合素质教育改革的发展目标，在校园内开展定向课程，符合我国现代化教学的发展趋势，很值得在全国校园内进行广泛的推广。

2.2 培养学生自我挑战能力和团队精神

定向运动开展的地点一般会选在森林、公园等地方，学生在活动中可以亲密地接触到大自然，感受到大自然强大的生命力与魅力。由此可见，在校园开展定向运动课程，不仅仅是丰富校园文化的重大体现，更重要的是可以帮助学生了解到更多的课本以外的知识。此外，在开展定向运动的过程中，需要团队合作共同完成各项任务，这有助于培养学生的团队意识。在任务挑战完成后，还可以提高他们的灵敏性，增强解决问题的能力。

2.3 弥补师资、经费、场馆及器材的不足

新时期以来，我国的高等教育事业得到了飞速的发展，为我国社会主义市场经济的建设培养了众多的人才。当前，我国政府越来越重视发展高等教育，出台了很多推动我国高等教育进一步发展的政策。各大高校纷纷响应国家的号召，不断地扩大招生规模。然而，在高等学校生源不断增大的同时，也引发了一系列问题。例如，师资力量不足、教育经费不足、教学场馆以及教学设备不齐全等等。这些问题都直接影响了校园体育文化的进一步发展。开展校园定向运动，可以通过充分利用自然环境资源的教学方式，有效地改善经费不足、场地有限、设备不齐全等问题。现在的各项运动中，定向运动开展的难度较低，容易开展和进行，不需要专业的场地，开展的话费较低，有利于普及和发展。

3. 校园定向运动发生安全事故的原因分析

3.1 由教师上课组织不力引起的学生意外损伤事故

教师是整个教学活动的组织者、引导者和实施者，教师的责任心是影响上课质量、上课效果的重要因素。校园定向运动课程，与传统的体育课程有着很大的区别，这就要求教师应及时地更新教学理念、改善教学方式。定向运动课程中的潜在风险性，决定了体育教师在定

向运动教学活动中，应该强化自身的责任，将学生的生命安全放在第一位。减少由于教师上课组织不力而导致学生发生意外损伤事故的概率。

3.2 因学校在运动场地、场馆器材的设置而造成的事故

为了符合定向运动的挑战性特征，校园定向运动课程的实施场地，一般会选在的人流量较大、交通量较多或者植被较多的地区。倘若活动场地设置在人多、车多的地区，学生在参与定向运动的过程中，需要穿越拥挤的道路，在此期间就容易发生交通事故，造成人员伤亡。倘若活动场地设置在植物茂盛的森林，学生在整个活动中的危险性就大大地增加了。

3.3 学生因自身原因导致的意外损伤事故

校园定向运动发生安全事故的原因可以分为内部因素和外部因素，其中，内部因素主要包括：学生自身缺乏安全意识、身体素质不佳、心理素质不强等等。很多学生由于缺乏必要的安全知识，导致在参与定向运动的过程中，出现不必要的伤亡。也有很多学生，由于心理素质不强，导致在参与充满挑战性的定向运动的过程中，会出现心情烦躁、恐慌等情绪不稳定的现象，这些不稳定的心理因素，会分散学生的注意力，导致学生不能及时地排除安全隐患，从而导致意外事故的发生。还有的学生身体素质不佳，在定向活动过程中经过大量的运动之后，导致体力不支，增加发生事故的概率。

3.4 天气原因

定向运动是一项户外运动，然而我们在进行定向运动的时候，不可能每次都遇到好天气，有时候会遇到雨天或者雾天，这非常影响人的正常视野，自然而然地，人们在做定向运动的时候发生意外的机率也就高了，甚至有时候连脚下有泥潭或者其他物体也看不清，就会被拌着、摔着亦或是其他。从事定向运动的人群中，受伤的人大多数都是因为在运动过程中，自身的判断失误，以及对不定因素的大胆冒险及尝试造成的，其他因素作战的比例都很接近，未避免受伤的情况多次发可以采取相应的措施。

4. 减少安全事故的对策

4.1 课前要进行细致的课程设计

4.1.1 设计路线时应选择较安全的练习场地

在设计路线时，教师在定向运动课程开展之前，应该要谨慎地选好活动的实施场地。场地的选择应遵循几点原则：其一，要符合学生身心发展的特点以及学生的现有能力水平；其二，要尽量避开复杂路线，选择较安全的地带。教师在选择好了活动场地之后，还要对该场地进行充分的考察，尽可能地排除安全隐患。

4.1.2 根据学生的个体差异设计路线

学生在认知水平、身体素质、个人能力等方面都存在很大的差异，因此，教师在设计定向运动路线的过程中，要充分考虑学生的个体差异性，根据学生的水平，设计不同的活动路线。例如，给运动水平较强的学生，设计难度较大、路程长的路线；给运动水平不高的学生，设计难度小、路程短的活动路线。

4.2 课中进行严密的组织

4.2.1 课的开始部分首先从思想上提醒和灌输安全思想

在开展定向课程野外活动之前，教师应向学生讲解一些关于户外运动的安全理论知识，提高学生的安全意识。并且要将设计好的路线与需要注意的一些问题，提前告诉学生，让他们做好心理准备和安全防范措施。

4.2.2 课的准备部分要充分做好热身运动

热身准备活动是开展定向运动前的必备部分。学生应在教师的引导下，针对定向运动做好热身准备活动。在做好充分热身活动之后，再开展定向运动活动。这样做，可改善学生的肌肉的伸展性，防止出现肌肉拉伤的现象，从而降低学生在定向运动中发生事故的几率。

4.2.3 教授学生正确的技术及锻炼方法

教授学生正确的活动技术与锻炼方法是开展定向运动课程的主要目标。教师在教授学生进行跑步运动时，要教会学生如何使用正确的呼吸方法以及跑步方式，减少学生因心肺功能的不完善而发生意外伤害的几率。

4.2.4 重视学生的安全教育

定向运动就像是寻宝游戏，找到目标后的喜悦之情可以愉悦身心，但是达到愉悦身心目标的前提是不能发生意外事故。因此，学校要重视学生的安全教育，减少意外事故的发生。急救知识能够帮助学生在是遭遇意外事故时，能够及时地采取措施进行自救，达到降低风险的目的。因此，教师应重视对学生安全知识的教育，传授学生自我处理运动损伤的方法。

4.2.5 与学校其他部门进行安全方面的沟通

学校要加强与校园保卫、医疗等部门的沟通与交流，构建一套完整的学生安全保护体系。一方面有利于保证学生在定向运动课程中的安全，另一方面，可以在学生发生安全事故的第一时间采取相关措施。

5. 结束语

定向运动是一个人的心智活动，这里的路很难走，但还是通过了，我更有了信心；体力不支了，速度放慢点，但不要放弃，目标就在前边；找到点标了，我成功了，对于下一个目标，我更自信了。可见，经常参与定向运动可以磨炼一个人的意志，增强一个人的信心。在素质教育背景下，应对体育课程进行全面的改革，在全国范围内积极推广定向运动，要使定向运动成为我国各大校园的主要体育活动。虽然定向运动有很多益处，在校园开展定向运动也有一定的基础，但是运动与生俱来就是带有风险性的，也许有的人以为定向运动又不像其他运动项目那样激烈，能有什么事。其实不是这样的，正是由于老师和学生安全意识不强，学校器材、场地等一些客观情况，加上有时候天气还不好，校园定向运动风险也是不可不防。校园定向运动中是存在安全因素的，这一系列安全因素也是可以避免的，我们应该从一次次的教训中发现校园定向运动伤亡事故的共性和特征，揭示其内在规律，实施有效和妥善处理，完善户外运动的的安全管理体系，促进校园运动的发展。从最简单的东西开始着手，较校园定向运动的伤亡数化为零，使这项运动在校园内得到一个质的飞越。

致谢

本文为国家社科基金一般项目《中国学校体育政策体系研究》(17BTY077)的阶段性成果之一。

References

- [1] Zhong Dapeng, Hong Yuanzhou, On forms and characteristics of orienteering, *Journal of capital sports institute*, vol.13, pp. 96-98, 2001.
- [2] Guo Hong, Guo Lan, Injury and prevention of orienteering, *Journal of Guangzhou institute of physical education*, vol.26, pp. 108-110, 2006.
- [3] Chen Zhiquan, Take effective measures to guard against possible risks in orientation movement, *School sports in China*, vol.9, pp. 66-67, 2009.

- [4] Chen Hengyi, Study on the value of campus orientation movemen, *Career time*.2008, vol.12, pp.3-5, 2008.
- [5] Zhang Liang, Zhao Chunying, Ren Limin, Analysis on the requirements of orientation movemet courses for college students -- taking Tianjin university of finance and economics and Tianjin sports institute as an example, *Journal of Beijing sports university* , vol.09, pp. 12, 2010.
- [6] Guo Rong, Jin Yinkai, Zhao Jiqin.The experimental study on improving the endurance quality of students in junior high school , *Technology information*, vol.13, pp. 10-20, 2011.
- [7] Yu Bin, Wu Cuicui, Discussion on the effective promotion of students' physical and mental quality in the campus orientation movement, *New technology and new products in China*, vol.16, pp.23-45, 2009.
- [8] Yin Guochang, Zhao Xuemin, Wang Xinbao, The feasibility study of the campus orientation movement of Jiangxi normal university, *Sports world (academic edition)*, vol.04, pp.21-35, 2009.