

Projekt powszechnej nauki pływania – „Umiem pływać”



W Szkole Podstawowej nr 1 im. Janusza Korczaka projekt dla uczniów klas III „Umiem pływać” realizowany jest od roku 2013. W roku szkolnym 2013/2014 odbyło się 20 wyjazdów na basen Oceanik w Ostrzeszowie. W projekcie uczestniczyło 65 uczniów klas III w 4 grupach.

W roku szkolnym 2014/2015 od marca do czerwca projekt „Umiem pływać” dla uczniów klas III będzie kontynuowany.

ZAŁOŻENIA I CELE PROJEKTU

Projekt powszechnej nauki pływania „Umiem pływać” jest adresowany do uczniów klas III szkół podstawowych w całej Polsce. Zakłada systematyczny i powszechny udział dzieci w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowych z zakresu „nauki pływania”.

Główne cele projektu:

- upowszechnianie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży,
- nabycie przez dzieci podstawowych umiejętności pływania,
- profilaktyka przeciwdziałania i korygowanie wad postawy,
- zapobieganie zjawiskom patologii społecznych, w tym alkoholizmowi, poprzez organizację zajęć sportowych dla uczniów,
- efektywne wykorzystanie infrastruktury sportowej (pływalnie),
- wyrównywanie szans w dostępie do infrastruktury sportowej poprzez objęcie projektem w szczególności uczniów, zamieszkałych w miejscowościach, w których nie wybudowano krytej pływalni,
- edukacja w zakresie bezpiecznego korzystania z akwenów wodnych.

Projekt powszechnej nauki pływania jest propozycją uczestniczenia w dodatkowych zajęciach sportowych dla uczniów, którzy chcą podejmować aktywność fizyczną również poza obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego. Projekt będzie kierowany do wszystkich dzieci – uczniów klas III szkół podstawowych w całym kraju, bez selekcjonowania na mniej lub bardziej sprawnych czy uzdolnionych ruchowo uczniów.

Metodycznie zorganizowane i powszechnie dostępne zajęcia „nauki pływania”, będą również stanowić atrakcyjną propozycję zagospodarowania wolnego czasu uczniów, w kontekście profilaktyki zapobiegania zjawiskom patologii społecznych.

Zajęcia w ramach projektu powszechnej nauki pływania to przede wszystkim propozycja skorzystania z możliwości nabycia podstawowych umiejętności pływania, ale również możliwość rozwijania i podnoszenia sprawności fizycznej, zachęcanie do systematycznego uprawiania sportu w czasie wolnym od nauki oraz zachęcanie i wdrażanie do prowadzenia zdrowego i aktywnego stylu życia. Dzieci bardzo chętnie uczestniczą w zajęciach prowadzonych na basenie, bez względu na poziom umiejętności i sprawności fizycznej.

Warto podkreślić, że pływanie jest postrzegane jako sport najbardziej wszechstronny i bezpieczny, doskonale wpływa na sprawność wszystkich układów anatomicznych człowieka i przyczynia się do podnoszenia ogólnej wydolności organizmu. W sposób szczególny wpływa na ogólny rozwój i sprawność dzieci. Liczne badania wyraźnie wskazują, że „mali pływacy” mają lepszą koordynację ruchową, są bardziej sprawni, wykazują większą odwagę od „niepływających” rówieśników. Wykazano również, że ćwiczenia w wodzie i pływanie to jeden z najskuteczniejszych sposobów zapobiegania i korygowania wad postawy.

OPIS PROJEKTU

Projekt powszechnej nauki pływania „Umiem pływać”, w formie zajęć sportowych dla uczniów, będzie realizowany od 1 marca do 15 grudnia 2014 roku. W latach następnych planowana jest kontynuacja oraz stopniowe rozszerzanie jego zasięgu. W 2014 roku projekt skierowany będzie wyłącznie do dzieci klas III szkół podstawowych z całego kraju.

Minister Sportu i Turystyki rekomenduje organizowanie i prowadzenie zajęć na krytych pływalniach, przez osoby posiadające odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia, zgodnie z obowiązującym w Polsce porządkiem prawnym, w wymiarze 20 godzin lekcyjnych dla każdego uczestnika, z częstotliwością 1-2 razy w tygodniu, w grupach liczących nie więcej niż 15 osób. Przy większej liczbie uczestników, zajęcia mogą być realizowane w kilku grupach jednocześnie, bądź w różnych terminach oddzielnie dla każdej grupy. Dopuszcza się organizację zajęć w okresie wakacji letnich z wykorzystaniem basenów i akwenów odkrytych, z zachowaniem wyżej określonych zasad. Końcowym elementem zajęć, m.in. w celu dokonania oceny osiągniętych efektów, powinien być sprawdzian poziomu opanowania podstawowych umiejętności pływackich, przeprowadzony na podstawie opracowanego przez specjalistów z zakresu metodyki nauczania pływania testu, który stanowi załącznik nr 1 do niniejszego projektu. Minister Sportu i Turystyki zaleca również, aby uczestnicy zajęć, w trakcie realizacji „nauki pływania”, zostali zapoznani z podstawowymi zasadami bezpiecznego przebywania w wodzie i w pobliżu akwenów wodnych.