

Załącznik nr 4

| | |
|------------------------------|--|
| Id sprawy | 10796661 |
| Tytuł sprawy | Zajęcia sportowe dla uczniów 2020 (10796661) |
| Utworzona przez | anna mika, 2019-11-07 12:29:09 |
| Ostatnio zmodyfikowana przez | anna mika, 2019-11-12 14:39:42 |
| Aktualny etap | Złożenie wniosku |
| Suma kontrolna formularza | 94F23EA450-23602876E4-DB5BE78532-816FE5C6DE |

PROGRAM ZAJĘĆ SPORTOWYCH DLA UCZNIÓW - SZCZEGÓŁOWY OPIS ZADANIA

| | |
|------------------------------|---|
| Nazwa zadania | Program powszechnej nauki pływania 'Umiem pływać' |
| Nazwa własna zadania | |
| Umiem pływać - Gmina Chełmek | |

Opis zadania.

Głównym celem zadania będzie aktywizacja fizyczna dzieci szkolnych, nabycie podstawowych umiejętności pływania, profilaktyka wad postawy oraz nadwagi i otyłości. Planowany nabór zakłada powszechny i systematyczny udział dzieci w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowych.

Projekt przeznaczony jest dla 96 uczniów z klas II szkoły podstawowej z obszaru gminy Chełmek. Realizacja projektu przyniesie znaczące efekty takie jak:

- upowszechni aktywność fizyczną dzieci,
- pozwoli nabyć dzieciom podstawowe umiejętności pływania,
- będzie przeciwdziałać zjawiskom patologii społecznych, poprzez skierowanie do uczniów oferty uczestnictwa w lekcjach pływania,
- wpłynie na przeciwdziałanie i korygowanie wad postawy,
- pozwoli zwiększyć szanse w dostępie do obiektów sportowych w szczególności uczniom zamieszkałym w miejscowości, w której nie ma basenu,
- umożliwi dzieciom uczestnictwo w ciekawym programie sportowym,
- będzie ważnym wydarzeniem sportowo-wychowawczym, które w znacznym stopniu przyczyni się do kształtowania osobowości i pogłębiania motywacji w pracy nad sobą,
- wpci prawidłowe nawyki higieniczne,
- pozwoli lepiej poznać swój organizm i dostrzec korzyści zdrowotne,
- wpłynie na kreowanie pozytywnych norm społecznych - dyscypliny, postępowanie zgodnie z zasadami fair play, współdziałanie w grupie rówieśników,
- przygotowuje do wysiłku fizycznego w sporcie i w późniejszej pracy zawodowej.

Cykl zajęć sportowych prowadzony będzie na basenie w Oświęcimiu. Zajęcia sportowe będą organizowane w okresie od 03.03.2020 r. do 19.06.2020 r. w wymiarze w 20 godzin lekcyjnych dla każdego uczestnika z częstotliwością jeden raz w tygodniu po 2 godziny lekcyjne. Liczebność każdej z grup nie przekroczy 15 osób.

Zajęcia programu realizowane będą w formie zajęć sportowych - nauki pływania. Program sportowy obejmie systematyczne zajęcia z nauki pływania dla uczniów młodszych. Zajęcia prowadzone będą po lekcjach przez instruktorów posiadających odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia. W czasie transportu na basen i z basenu, opiekę nad dziećmi będą sprawowali nauczyciele oraz wolontariusze. Projektem będą objęci wszyscy chętni uczniowie klas II, którzy nie posiadają umiejętności pływania.

Udział w zajęciach na basenie zaspokoi potrzeby ruchowe oraz korzystnie wpłynie na korekcje wad postawy. Pozwoli również na wyrównanie szans edukacyjnych w zakresie umiejętności pływania. Końcowym elementem zajęć, umożliwiającym dokonanie oceny osiągniętych efektów będzie sprawdzian poziomu opanowania podstawowych umiejętności pływackich, przeprowadzony na podstawie opracowanego przez specjalistów z zakresu metodyki nauczania pływania testu. Uczestnicy zajęć, w trakcie realizacji nauki pływania, zostaną zapoznani z podstawowymi zasadami bezpiecznego przebywania w wodzie oraz w pobliżu akwenów wodnych.

W czasie trwania zajęć z nauki pływania dzieci będą ćwiczyć osvajanie z wodą oraz uczyć się podstawowych ruchów napędowych w środowisku wodnym (łącznie 20 lekcji).

W fazie pierwszej (lekcje 1-5) uczniowie będą:

- opanowywać podstawowe czynności w wodzie,
- zanurzać głowę do wody,
- otwierać oczy pod wodą,
- opanowywać wydech pod wodą,
- wykonywać ćwiczenia wypornościowe.

Fazę pierwszą zakończy sprawdzian I na stopień - Rybka.

W fazie drugiej (lekcje 6-10) uczniowie będą:

- wykonywać leżenia na piersiach i grzbiecie x2,
- wykonywać proste skoki,
- opanowywać poślizgi na piersiach x2.

Fazę drugą zakończy sprawdzian II na stopień - Foka.

W fazie trzeciej (lekcje 11-15) uczniowie będą:

- opanowywać ruchy napędowe kończyn dolnych do kraula na grzbiecie x2,
- ćwiczyć elementy nurkowania w głąb,
- opanowywać ruchy napędowe kończyn dolnych do kraula na piersiach z poprawnym wydechem x2.

Fazę trzecią zakończy sprawdzian III na stopień - Nurek.

W fazie czwartej (lekcje 16-20) będą:

- opanowywać pracę kończyn górnych do kraula na grzbiecie x2,
- ćwiczyć elementy nurkowania w dal i w głąb,
- wykonywać skoki do wody głębokiej,

- uczestniczyć w grach i zabawach z wykorzystaniem poznanych elementów w formie festynu lub

zawodów.

Fazę czwartą zakończy sprawdzian IV na stopień - Delfinek.

Osoby upoważnione do reprezentowania wnioskodawcy, składania oświadczeń woli i zaciągania zobowiązań finansowych, zgodnie z postanowieniem statutu.

SKARBNIK

Zofia Kaleta

.....
/pieczęć i podpis/

Gmina Chełmek

Burmistrz

Andrzej Saternus

.....
/pieczęć i podpis/

AKM