

W ramach IV edycji ogólnogminnego programu powszechnej nauki pływania „Umiem pływać” uczniowie z naszej szkoły raz w tygodniu wyjeżdżają na suski basen celem zapoznania się z tajnikami tej pięknej i zarazem relaksującej umiejętności.

Pływanie jest jedną z najkorzystniejszych form dla rozwoju młodego człowieka.

Same zajęcia na basenie są przyjemne i sprawiają dużo frajdy, jednocześnie właściwie kształtując rozwój fizyczny.

Projekt rozpoczyna się od dnia 12.09. i będzie kontynuowany przez 10 tygodni w wymiarze dwóch godzin/tydzień.

„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.

Upowszechnianie aktywności fizycznej, usportowienie dzieci, popularyzacja sportu, to bardzo istotne i skuteczne elementy procesu edukacji i wychowania młodego pokolenia. W pierwszych latach życia każdego dziecka kształtują się jego cechy psychomotoryczne, a rozpoczęcie szkolnej edukacji jest okresem, w którym procesy te są szczególnie intensywne. Potwierdzają to wyniki badań prezentowane w wielu naukowych publikacjach. Jest

oczywiste, że wychowanie fizyczne realizowane w ramach obowiązkowych zajęć szkolnych, nie jest w stanie zaspokoić wszystkich potrzeb ruchowych dzieci i rozwijać w pełni ich różnorodnych sportowych zainteresowań. Jedną z dodatkowych form wzbogacających zakres aktywności i umiejętności ruchowych dzieci są pozalekcyjne i pozaszkolne zajęcia sportowe. Naturalna potrzeba ruchu, a także atrakcyjność sportowej rywalizacji powoduje, że młodzież chętnie uczestniczy w różnych formach zajęć pozalekcyjnych.

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.

Równie istotna jest kwestia zapobiegania wypadkom. Co roku w Polsce dochodzi do wielu wypadków nad wodą, czego skutkiem są utonięcia. Dla przykładu w 2007 zanotowano 376 wypadków utonięć, w 2008 – 352, w 2009 – 357, w 2010 – 369, w 2011 - 396, w 2012 było ich 449, a w 2013 już 381 osób straciło życie w wyniku utonięcia (źródło: dane z policyjnego portalu www.policja.pl).

Skuteczną metodą zapobiegania zdarzeniom, których skutkiem są utonięcia, jest posiadanie umiejętności pływania, a także świadomość zagrożeń, na jakie narażone są osoby korzystające z otwartych akwenów wodnych, na co autorzy projektu zwracają szczególną uwagę, podczas jego realizacji.”.

Więcej informacji na stronach Ministerstwa Sportu i Turystyki:

<https://www.msit.gov.pl/>