



90 uczniów z trzech gminnych szkół podstawowych rozpoczyna kolejną edycję programu „Umiem pływać”. 5 marca br. uczniowie Szkoły Podstawowej w Lutomi Dolnej zainaugurowali zajęciami na basenie w Witoszowie Dolnym .

W projekcie nauki pływania weźmie łącznie udział 90 uczniów z trzech gminnych szkół – SP Lutomia Dolna, SP Bystrzyca Górna i SP Pszenno, z każdej placówki po dwie 15-osobowe grupy.

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.

Uczniowie podczas 20-godzinnego kursu będą zdobywali kolejne umiejętności pływackie, poczynając od oswajania się z wodą poprzez zanurzenie głowy do wody, otwieranie oczu pod wodą, opanowanie wydechu do wody, wykonywanie leżenia na piersiach i grzbiecie oraz wykonywanie prostych skoków, opanowanie poślizgów na piersiach, opanowanie ruchów napędowych kończyn dolnych do kraula na grzbiecie, elementy nurkowania w głąb, wykonywanie skoków do wody głębokiej.

Kolejne umiejętności będą trenowane i sprawdzane przez instruktorów – uczestnicy zdobędą stopnie od I do IV – Rybka, Foka, Nurek i Delfinek.

Projekt jest finansowany w ramach środków Ministerstwa Sportu i Turystyki przeznaczonych na

program powszechnej nauki pływania, którego operatorem na Dolnym Śląsku jest Dolnośląska Federacja Sportu.

{gallery}news/2019/plywanie{/gallery}