



Program  
Powszechnej Nauki Pływania  
„Umiem Pływać”



## **Zajęcia na basenie w ramach Programu Powszechnej Nauki Pływania „Umiem pływać”**

W okresie od 06 września do 17 grudnia 2021r. 112 uczniów z klas I-III uczestniczyło w zajęciach w ramach Programu Powszechnej Nauki Pływania pn. „Umiem Pływać”.

Publicznej Szkoły Podstawowej im. Orłąt Lwowskich w Skaryszewie - 51 uczniów.

Publicznej Szkoły Podstawowej im. Władysława St. Reymonta w Odechowie - 31 uczniów.

Publicznej Szkoły Podstawowej im. Wandy Chotomskiej w Chomentowie Puszczy - 30 uczniów.

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 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.

Upowszechnianie aktywności fizycznej, usportowienie dzieci, popularyzacja sportu, to bardzo istotne i skuteczne elementy procesu edukacji i wychowania młodego pokolenia. 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.

Program trafił w samo sedno potrzeb placówek. Pływanie jest jednym ze sportów wszechstronnie rozwijających organizm. Ruch w wodzie pomaga harmonijnie kształtować ciało, przeciwdziała wadom postawy i otyłości. Zwiększa wydolność organizmu.

Uczestnicy w związku z wyjazdem, mieli zapewnioną opiekę ratowników, nauczycieli. Zajęcia na basenie cieszyły się wśród dzieci ogromnym zainteresowaniem.