

Số: 262 /KH-TTHNT

Nhà Bè, ngày 15 tháng 6 năm 2023

KẾ HOẠCH
Tổ chức hoạt động câu lạc bộ Bơi lội Hè năm 2023

Căn cứ theo Kế hoạch số 259/KH-THNT ngày 15 tháng 6 năm 2023 của Trường Tiểu học Nguyễn Trực về tổ chức các hoạt động Hè năm 2023.

Trường Tiểu học Nguyễn Trực xây dựng Kế hoạch tổ chức hoạt động câu lạc bộ Bơi lội Hè năm 2023 với các nội dung như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

- Bơi lội không chỉ đơn thuần là một môn thể thao mà còn là một kỹ năng vô cùng quan trọng. Tại câu lạc bộ Bơi lội, học sinh được học và tìm hiểu về những kỹ năng bơi lội thiết yếu cũng như những kỹ năng cứu đuối nước vô cùng quan trọng.

- Không chỉ giúp rèn luyện sức khỏe mà còn giúp cho học sinh có thể thư giãn, tiếp cận với các môi trường nước, thực hành bơi thành thạo mà còn là nơi các em tìm hiểu và thực hành kỹ năng phòng chống đuối nước, rèn luyện kỹ năng sống cho mình.

II. NỘI DUNG HOẠT ĐỘNG

Thành viên của câu lạc bộ Bơi lội Trường Tiểu học Nguyễn Trực, sẽ được làm quen, bồi dưỡng và hướng dẫn theo các hoạt động chính như sau:

- Tham gia câu lạc bộ Bơi lội, học sinh sẽ được:
 - + Phát triển trí thông minh vận động.
 - + Hiểu và làm chủ cơ chế hoạt động của cơ thể dưới nước.
 - + Trau dồi kỹ năng giải quyết tình huống.
 - + Tăng cường thể lực, dẻo dai.
 - + Rèn luyện sức bền, sức chịu đựng.
 - + Rèn luyện phổ cập phòng chống đuối nước cho các em chưa biết bơi.
 - + Huấn luyện nâng cao cho các em có năng khiếu bơi.

+ Hướng dẫn cho các em những kỹ năng dưới nước, kỹ năng xử lý tình huống khi bị đuối nước và khi nhìn thấy người bị đuối nước.

III. KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG

- Câu lạc bộ Bơi lội sinh hoạt vào thứ Hai, Tư, Sáu hàng tuần.
- Thời gian: Từ 8 giờ 00 đến 9 giờ 30 phút
- Địa điểm: Hồ bơi Thị trấn Nhà Bè

Ngày tháng	Nội dung	Ghi chú
03/07/2023	- Tổ chức ra mắt Câu lạc bộ bơi. - GV GDTC tổ chức giảng dạy học sinh tiếp xúc với môn học. - Học sinh được làm quen với các động tác khởi động cơ bản và chuyên môn.	
05/07/2023	- HS tiếp tục tiếp xúc với môn học. - Thực hiện các động tác khởi động. - Thực hiện các động tác trên cạn.	
07/07/2023	-Thực hiện các động tác trên cạn. -Tiếp xúc với nước có phao bơi căng.	
10/07/2023	-Thực hiện các động tác trên cạn. -Tiếp xúc với nước có phao bơi căng.	
12/07/2023	- Thực hiện các động tác trên cạn -Tiếp xúc với nước có phao bơi xẹp. -Thực hiện phối hợp tay chân, thở.	
14/07/2023	-Thực hiện phối hợp tay chân, thở. - Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động	

	tác.	
17/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành $\frac{1}{2}$ cự ly yêu cầu.	
19/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành $\frac{1}{2}$ cự ly yêu cầu. - tháo phao tay.	
21/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành $\frac{1}{2}$ cự ly yêu cầu. - giảm $\frac{1}{2}$ phao lưng	
24/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành $\frac{1}{2}$ cự ly yêu cầu. - giảm $\frac{1}{2}$ phao lưng	
26/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành $\frac{1}{2}$ cự ly yêu cầu. - Thaosm phao lưng	
28/07/2023	- Học sinh thực hiện các động tác khó, phối hợp nhiều động tác. - Hoàn thành cự ly yêu cầu.	

IV. NỘI QUY CÂU LẠC BỘ

- Tham gia đầy đủ các buổi sinh hoạt.

- Tích cực trong hoạt động.
- Có tinh thần hợp tác tốt, có trách nhiệm với tập thể.
- Bảo quản tài sản chung của câu lạc bộ.
- Giữ gìn vệ sinh chung.

V. KINH PHÍ THỰC HIỆN

- Tiền tham gia câu lạc bộ được thu theo thỏa thuận với cha mẹ học sinh 350.000 đồng/khóa/1HS để :
 - + Chi trả kinh phí tiền hồ bơi.
 - + Trả thù lao cho giáo viên phụ trách CLB.
 - + Công tác quản lý câu lạc bộ.

Trên đây là kế hoạch tổ chức hoạt động câu lạc bộ Bơi lội Hè năm 2023 của Trường Tiểu học Nguyễn Trực. Hiệu trưởng đề nghị giáo viên phụ trách câu lạc bộ, thực hiện nghiêm túc để câu lạc bộ hoạt động đạt hiệu quả cao nhất. *Phạm Văn Phước*

Nơi nhận:

- Phòng Giáo dục và Đào tạo (để báo cáo);
- Thành viên theo KH (để thực hiện);
- Lưu: CM, VT.

HIỆU TRƯỞNG



Phạm Văn Phước