

Số: 310 /PGDDT

Phú Riềng, ngày 21 tháng 8 năm 2018

V/v hướng dẫn chương trình  
hoạt động dạy bơi cho học sinh

Kính gửi:

- Hiệu trưởng các trường Tiểu học;
- Hiệu trưởng các trường THCS;
- Hiệu trưởng trường TH&THCS Trần Phú;

Thực hiện Công văn số 1200/SGDDT-GDTrH ngày 27/4/2018 của Sở GD&ĐT Bình Phước về việc hướng dẫn dạy bơi cho học sinh phổ thông, Phòng GD&ĐT đề nghị Hiệu trưởng các trường tiểu học, THCS theo điều kiện thực tế của trường để xây dựng kế hoạch dạy bơi cho học sinh từ năm học 2018-2019 như sau;

### **I. NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH:**

#### **1. Đối với cấp Tiểu học:**

Thực hiện phân phối chương trình môn bơi 28 tiết trong năm học;

#### ***Yêu cầu đạt được:***

- Đối với học sinh từ lớp 1 đến lớp 3 phải biết nổi nước và bơi được 10m với kiểu bơi ếch;
- Đối với học sinh từ lớp 4 đến lớp 5 phải biết nổi nước và bơi được 15m với kiểu bơi ếch;

Thời gian dạy được bố trí cụ thể theo điều kiện thực tế của trường;

Xây dựng khung phân phối chương trình hợp lý: Các bài tập khởi động cơ bản trước khi xuống hồ, khởi động chuyên môn của bơi ếch;

#### ***Các bước dạy đầu tiên của bơi ếch:***

- Làm quen với nước;
- Bài tập đầu tiên cho học sinh tập thở trong nước, nổi nước hình sao, ôm gối nổi nước;
- Lướt nước bằng cách đạp thành hồ hai tay và chân thả lỏng tự nhiên;
- Tập tay của kiểu bơi ếch trên cạn, rồi đến chân ếch trên cạn;
- Học sinh xuống hồ tập đạp chân ếch hai tay thẳng;
- Học sinh tập tay ếch hai chân thẳng;
- Phối hợp tay và chân ếch trong nước;
- Học sinh hoàn thiện các kỹ thuật.

#### **2. Đối với cấp THCS:**

Thực hiện phân phối chương trình môn bơi 24 tiết trong năm học;

#### ***Yêu cầu đạt được:***

- Đối với học sinh từ lớp 6 đến lớp 7 phải biết nổi nước và bơi được 20m với kiểu bơi ếch - trườn sấp;
- Đối với học sinh từ lớp 8 đến lớp 9 phải biết nổi nước và bơi được 25m với

kiểu bơi ếch - trườn sấp;

Thời gian dạy được bố trí cụ thể theo điều kiện thực tế của trường;

Xây dựng khung phân phối chương trình hợp lý: Các bài tập khởi động cơ bản trước khi xuống hồ, khởi động chuyên môn của bơi ếch;

**Các bước dạy đầu tiên của bơi ếch:**

- Làm quen với nước;
- Bài tập đầu tiên cho học sinh tập thở trong nước, nổi nước hình sao, ôm gối nổi nước;
- Cho học sinh lướt nước bằng cách đập thành hồ hai tay và chân thả lỏng tự nhiên;
- Cho học sinh tập tay của kiểu bơi ếch - trườn sấp trên cạn, rồi đến chân ếch trên cạn;
- Học sinh xuống hồ tập đập chân ếch - trườn sấp hai tay thẳng;
- Học sinh tập tay ếch - trườn sấp hai chân thẳng;
- Phối hợp tay và chân ếch - trườn sấp trong nước;
- Học sinh hoàn thiện các kỹ thuật.

**Lưu ý:**

- *Khung phân phối chương trình bơi phải được phê duyệt của thủ trưởng đơn vị và gửi về Phòng GD&ĐT để Phòng tổng hợp gửi Sở GD&ĐT theo quy định.*
- *Cuối khóa học phải tổ chức kiểm tra đánh giá mức độ đạt được của học sinh.*
- *Các đơn vị tổ chức cho học sinh bơi nâng cao thành tích cá nhân đối với các em học sinh có năng khiếu vượt trội (cả 02 cấp học), đồng thời có kế hoạch dạy tăng tiết cho học sinh chưa đạt theo yêu cầu.*

**II. CÁC QUY ĐỊNH VỀ GIẢNG DẠY VÀ HỒ BƠI:**

Đề nghị các đơn vị triển khai các quy định về giảng dạy bơi và tiêu chuẩn hồ bơi theo đúng Thông tư 03/2018/TT-BVHTTDL ngày 19/01/2018 của Bộ Văn hóa Thể thao và Du lịch.

Trên đây là hướng dẫn thực hiện chương trình hoạt động dạy bơi cho học sinh phổ thông từ năm học 2018 - 2019, Phòng GD&ĐT đề nghị các đơn vị nghiên cứu, triển khai thực hiện và báo cáo kết quả về Phòng GD&ĐT cuối học kỳ I và cuối năm học. Mọi thắc mắc, cần liên hệ với Phòng GD&ĐT để được hướng dẫn giải đáp./.

**Nơi nhận:**

- Như trên;
- Lãnh đạo PGD&ĐT;
- Website: <http://pgdphurieng.edu.vn/>
- Lưu: VT; CM.



*Nguyễn Chi Uyên*