



Gdański Zespół
Schronisk
i Sportu
Szkolnego

ZARZĄDZENIE NR 04/2022
Dyrektor Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego
z dnia 14 stycznia 2022r.

W sprawie : Wprowadzenia Regulaminu zajęć nauki pływania i pływania korekcyjnego Szkolnych w Gdańskim Zespole Schronisk i Sportu Szkolnego.

1. Wprowadzam Regulamin zajęć nauki pływania i pływania korekcyjnego w Gdańskim Zespole Schronisk i Sportu Szkolnego.
2. Treść Regulaminu stanowi załącznik do niniejszego Zarządzenia.
3. Osobę odpowiedzialną za nadzór pedagogiczny zobowiązuję do zapoznania pracowników pedagogicznych z treścią Regulaminu i Zarządzenia.
4. Regulamin przyjęto po zaopiniowaniu przez Radę Pedagogiczną w dniu 10 grudnia 2021r. Uchwałą Nr 8/2021/2022.
5. Każda zmiana Regulaminu wymaga zgody Rady Pedagogicznej.
6. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania

DYREKTOR

Mariena Zadzinska-Pelka

Załącznik:

Regulamin zajęć nauki pływania i pływania korekcyjnego w GZSiSS.

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969



Gdański Zespół
Schronisk
i Sportu
Szkolnego

Regulamin zajęć nauki pływania i pływania korekcyjnego w Gdańskim Zespole Schronisk i Sportu Szkolnego

Podstawa prawna:

Ustawa z 07 września 1991r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2016 r., poz.1943 z późn. zm.)

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 7 marca 2005 r. sprawie ramowych statutów placówek publicznych (Dz. U. 2005 nr 52 poz. 466)

Ustawa z dnia 18 sierpnia 2011 r. o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych (Dz. U. 2011 nr 208 poz. 1240)

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (DZ. U. 2003 nr 6 poz. 69)

Zarządzenie nr 12/2018 Dyrektora Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego z dnia 17 lipca 2018 r.

I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Organizatorem zajęć nauki i doskonalenia pływania i pływania korekcyjnego jest Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego z siedzibą w Gdańsku przy Alei Grunwaldzkiej 244.
2. Zajęcia organizowane są na krytych pływalniach szkół Gminy Miasta Gdańska w zależności od ich dostępności.
3. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych zamieszkałych na terenie Gminy Miasta Gdańska, nie dłużej niż do ukończenia nauki szkolnej.
4. Kandydaci zamieszkali poza granicami Gminy Miasta Gdańska przyjmowani będą w przypadku wolnych miejsc po przeprowadzonym postępowaniu rekrutacyjnym.
5. Uczestnictwo w zajęciach jest dobrowolne.

II. CELE

Nadrzędnym celem zajęć nauki pływania i pływania korekcyjnego jest zapewnienie i dostęp jak największej grupie dzieci i młodzieży warunków do opanowania umiejętności w zakresie pływania i korekcji wad postawy, oraz poszerzenia oferty zajęć pozaszkolnych.

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969



III. ORGANIZACJA ZAJĘĆ PŁYWANIA I PŁYWANIA KOREKCYJNEGO

1. Zajęcia nauki i doskonalenia pływania oraz pływania korekcyjnego odbywają się w grupach zorganizowanych według harmonogramów.
2. Każde zajęcia trwają 45 minut i odbywają się w wymiarze 1 godziny lekcyjnej tygodniowo.
3. Dopuszczalna ilość osób w jednej grupie wynosi do 12 dzieci a w przypadku grup początkujących 10 dzieci. W związku z wystąpieniem epidemii wirusa COVID-19 i wprowadzonymi obostrzeniami przez daną placówkę, liczba uczestników w grupie może ulec zmianie.
4. Grupy dobrane są pod względem wieku oraz umiejętności w pływaniu, o czym decyduje nauczyciel prowadzący zajęcia. Przydział do grupy następuje po sprawdzeniu umiejętności pływackich na podstawie karty kwalifikacyjnej.
5. Zajęcia są przeznaczone dla dzieci w wieku od 7 lat. Po uprzednim naborze zajęcia będą prowadzone na czterech poziomach wiekowych: 7-10 lat, 8-11 lat, 9-13 lat oraz 12-16 lat i więcej do zakończenia nauki szkolnej.
6. W przypadku uczestników kontynuujących naukę pływania, czas przeznaczony na etap kształcenia, stanowi maksymalnie 4 lata, a w przypadku pływania korekcyjnego, kontynuowanie zajęć jest zależne od wady postawy.
7. Za bezpieczeństwo zajęć prowadzonych na pływalniach odpowiada prowadzący zajęcia i ratownik danej pływalni.
8. Pływalnia jest obiektem miejskim, każda osoba korzystająca z obiektu jest zobowiązana do zapoznania się i przestrzegania regulaminu pływalni.
9. Warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest brak przeciwwskazań zdrowotnych. Rodzic jest zobowiązany do przekazania zaświadczenia o chorobach przewlekłych i niepełnosprawnościach w przypadku ich występowania.
10. W razie braku zaświadczenia, nauczyciel oraz organizator zajęć nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne pogorszenie się stanu zdrowia uczestnika będące następstwem jego udziału w prowadzonych zajęciach.
11. Rodzic odpowiada za przybycie dziecka/prawnego podopiecznego na zajęcia i jego bezpieczny powrót do domu.
12. Wszyscy uczestnicy zajęć są zobowiązani do przychodzenia na zajęcia 15 min wcześniej, aby mieć czas na przygotowanie się do zajęć.
13. Uczestnik zobowiązany jest do opuszczenia szatni w ciągu 15 minut od zakończenia zajęć.
14. Po wejściu do szatni przed zajęciami, uczestnik zobowiązany jest do odpowiedniego przygotowania się do zajęć i wyjścia na nieckę pływalni w wyznaczonym czasie. W przypadku, gdy uczestnik nie pojawi się na nieckę pływalni będzie uznany za nieobecny.
15. Prowadzący zajęcia nie odpowiadają za bezpieczeństwo dzieci w szatniach przed, w trakcie zajęć i po zajęciach.
16. W przypadku 3 nieobecności nieusprawiedliwionych, nauczyciel ma prawo do wypisania dziecka z zajęć.



17. W przypadku uporczywego zakłócania zajęć przez uczestnika, nauczyciel ma prawo do wyłączenia uczestnika z dalszego uczestnictwa w zajęciach.
18. Za szkody wyrządzone przez uczestnika na terenie pływalni odpowiadają rodzice/ prawni opiekunowie.
19. GZSiSS oraz nauczyciele prowadzący zajęcia nie ponoszą odpowiedzialności za utracone mienie pozostawione w szatni oraz na terenie pływalni.
20. Na zajęciach obowiązuje strój kąpielowy jednoczęściowy i czepek. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania higieny przed i po zajęciach według regulaminu na danej pływalni.
21. Nauczyciele prowadzący zajęcia stosują następujące podziały na grupy (poziomy)

I POZIOM (PODSTAWOWY)

TEST KWALIFIKACYJNY: Brak umiejętności pływackich, lęk przed wodą lub umiejętności niepełne (brak pewności siebie i oswojenia z wodą)

WIEK: 7-10 lat

CELE I ZADANIA NAUCZANIA:

1. Oswojenie z wodą i pokonanie bariery lęku przed środowiskiem wodnym,
2. Nauka podstawowych czynności ruchowych w środowisku wodnym (brodenie w wodzie, marsze biegi, zmienianie pozycji w wodzie),
3. Umiejętność zanurzania twarzy (kontaktu twarzy z wodą, obmywania twarzy wodą),
4. Nauka specyficznego oddychania w środowisku wodnym (wydychanie powietrza ustami, nosem, rytmiczne oddychanie, zatrzymanie oddechu – bezdech),
5. Nauka zeskoków do wody, poślizgów na piersiach i grzbiecie,
6. Nauczanie ruchów napędowych nóg w pływaniu na grzbiecie i piersiach,
7. Podstawowe ćwiczenia pływackie z użyciem ramion w pływaniu na grzbiecie i piersiach, nurkowanie i wyławianie przedmiotów z głębokości 0.9 m.

Zdobyte umiejętności:

Uczestnicy kończą roczne zajęcia dyplomem „Już pływam”, czyli potrafią przepłynąć 25m stylem dowolnym bez dodatkowego sprzętu w dowolnym czasie.

II POZIOM (NAUKA PŁYWANIA)

TEST KWALIFIKACYJNY: Przepłynięcie po jednej długości malej pływalni „dokładanką” na grzbiecie i „dokładanką” do kraula na piersiach.

WIEK: 8-11 lat.

CELE I ZADANIA NAUCZANIA:

1. Doskonalenie poślizgów na grzbiecie i piersiach.
2. Elementarne skoki do wody na nogi z siadu, przysiadu i pozycji stojącej.
3. Doskonalenie ruchów napędowych nóg i ćwiczeń podstawowych na grzbiecie i piersiach.



Gdański Zespół
Schronisk
i Sportu
Szkolnego

4. Doskonalenie styl grzbietowego
- doskonalenie ramion.
- koordynacja ramion i nóg.
5. Pływanie elementarnym (uproszczonych) stylem dowolnym.
6. Nauka nurkowania i zasad bezpiecznego zachowania się w wodzie.
7. Ćwiczenia przygotowujące do skoku na głowę (skoku startowego).
8. Elementy stylu klasycznego – ruchy napędowe nóg do „żabki”.

Zdobyte umiejętności:

Uczestnicy kończą roczne zajęcia dwoma próbami:

1 próba – ze skoku do głębokiej wody przepłynięcie 25 m przy pomocy ramion i nóg na grzbiecie, 2 próba – pokonanie odcinka 25 m kraulem na piersiach, lub egzaminem na kartę pływacką.

III POZIOM (ŚREDNIO – ZAAWANSOWANY)

TEST KWALIFIKACYJNY: Umiejętność zachowania się na pływalni, umiejętność przepłynięcia 25 m stylem grzbietowym i 25 m podstawowym stylem dowolnym.

WIEK: 9 – 13 lat.

CELE I ZADANIA NAUCZANIA

1. Doskonalenie stylu grzbietowego.
2. Doskonalenie pływania stylem dowolnym.
3. Doskonalenie prawidłowego oddychania w stylu dowolnym.
4. Koordynacja ramion do stylu dowolnego z oddechem.
5. Skoki na główkę, skoki startowe i nawroty.
6. Nurkowanie, nauka wyławiania przedmiotów z głębokości 1.8 m.
7. Nauka stylu klasycznego.
8. Doskonalenie ruchów napędowych nóg w stylu klasycznym.
9. Nauka ramion i prawidłowego oddychania w stylu klasycznym.
10. Koordynacja nóg, ramion i oddechu w stylu klasycznym.

Zdobyte umiejętności:

Uczestnicy kończą roczny kurs przepłynięcia po 50 m każdym z 3 stylów ze skoku startowego

IV POZIOM (ZAAWANSOWANY)

TEST KWALIFIKACYJNY: Umiejętność pływania stylem grzbietowym, dowolnym i klasycznym. Dobra kondycja fizyczna.

WIEK: 12-15 lat.

CELE I ZADANIA NAUCZANIA:

1. Doskonalenie techniki sportowej w stylach: grzbietowym, dowolnym, klasycznym.
2. Nauka stylu delfin– ruchy napędowe nóg do „delfina” oraz ramion.
3. Doskonalenie poślizgów, nawrotów i skoków startowych.

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969



Gdański Zespół
Schronisk
i Sportu
Szkolnego

4. Doskonalenie pływania stylem zmiennym.
5. Nauka bezpiecznego nurkowania na bezdechu i pływania pod wodą.
6. Zapoznanie z technikami ratownictwa wodnego.

Zdobyte umiejętności:

Uczestnicy kończą roczne zajęcia przepłynięciem minimum 3 stylami po skoku startowym (każdy styl 50m), skokiem ratowniczym, przepłynięciem 25 m kraulem ratowniczym, przepłynięciem 10 m z holowaniem wybranym sposobem.

PLYWANIE KOREKCYJNE

1. Na zajęciach pływania korekcyjnego powinny być kierowane dzieci już potrafiące pływać. Jeżeli dziecko jeszcze nie potrafi pływać zaleca się, aby w pierwszej kolejności zapisać je na naukę pływania.
2. Celem tych zajęć są działania ogólnorozwojowe, odciążające i wzmacniające układ krążenia i oddechowy.
3. Celem korygującym dla każdej nierówności i asymetrii ciała jest działanie symetrycznej pracy RR jako profilaktyka wad postawy, kierowana pod okiem nauczyciela oraz systematyka zajęć.
4. Dobór stylu pływackiego do wad postawy, jako nadrzędny cel poprawy wady.

IV. REKRUTACJA

1. Szczegółowe zasady rekrutacji określa Zarządzenie nr 17/2021 Dyrektora Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego z dnia 15 czerwca 2021 r.
2. Rekrutacja uczestników zajęć odbywa się wg ustalonego przez Dyrektora harmonogramu rekrutacji.
3. Nabór uzupełniający może trwać cały rok i jest uzależniony od wolnych miejsc w grupie.
4. Umiejętności uczestników weryfikowane są na bieżąco. W trakcie kursu istnieje możliwość przesunięcia dziecka do grupy o wyższym poziomie zaawansowania.

V. PRZEPISY KOŃCOWE

1. Dyrektor Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.
2. Warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest akceptacja niniejszego Regulaminu, przestrzeganie norm społecznych wobec innych osób, a także przepisów bhp i p.poż obowiązujących we wszystkich pływalniach.
3. Regulamin wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Opracowali: Sobotnicka Katarzyna, Reglińska Agnieszka

Zatwierdził: Animucki Piotr, Farasiewicz Marek, Czwojda Adrian

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969

DYREKTOR

Marlena Zaprzńska-Pelka