

باسمه تعالی
وزارت آموزش و پرورش
حوزه تربیت بدنی و سلامت

**شیوه نامه اجرایی طرح ملی آموزش شنا (طرح سبح)
ویژه دانش آموزان پایه سوم ابتدایی کشور**

سال تحصیلی ۱۳۹۰ - ۱۳۸۹

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين
و صلى الله على محمد و آله الطاهرين

« اللهم قو على خدمتك جوارحي و ائدد على الفريضة »

حضرت علی (ع) فوازی از دعاى کمیل

قال رسول الله (ص): علموا اولادکم السباحه والرمایه

« به فرزندان خود ، شنا و تیر اندازی بیاموزید »

ری شهری امیران انکار

قال رسول الله (ص):

خير لهو المومن السباحه : « بهترین تفريح مومن ، شناست »

در اهمیت **شنا** با برداشتی از :



«حکایت نحوی و کشتیبان در مشنوی»

روبه کشتیبان نمود آن خودپرست

گفت: نیم عمر تو شد بر فنا

لیک آنسان ماند خامش از جواب

گفت، کشتیبان بدان نحوی بلند

گفت: «نی از من تو سباحی مجو!»

ز آنکه کشتی غرق در گرد آبها ست

آن یکی نحوی به کشتی در نشست

گفت: هیچ از نحو خواندی؟ گفت: لا

دل شکسته گشت کشتیبان ز تاب

باد کشتی را به گردابی فکند

«هیچ دانی آشنا کردن؟» بگو!

گفت: کل عمرت ای نحوی فناست

فهرست

عنوان مطالب

مقدمه

جایگاه، اهمیت و ضرورت فعالیت بدنی

اثرات ورزش شنا بر سلامتی و تندرستی

معرفی و ضرورت طرح سبح

اهداف اجرای طرح

استنادات قوانین و مقررات مورد عمل

چگونگی اجرای طرح در سال تحصیلی ۸۹-۹۰

تشکیلات ستادی و اجرایی، وظایف وارکان طرح سبح

حوزه وزارت آموزش و پرورش (شورای عالی تربیت بدنی آموزشگاههای کشور)

حوزه ادارات کل آموزش و پرورش استان ها (شورای تربیت بدنی استان)

حوزه ادارات منطقه / شهرستان (شورای تربیت بدنی منطقه / شهرستان)

حوزه مدارس مجری (انجمن ورزشی آموزشگاه)

تعاریف واصطلاحات

نحوه سازماندهی دانش آموزان

شرایط و نحوه آموزش و ارزشیابی طرح شنا

زمانبندی و کلاسبندی طرح

سهمیه بندی استانها

ظرفیت، شرایط و عوامل اجرایی استخرها

ضوابط و مقررات ایمنی در طرح آموزش شنا

وظایف دانش آموزان و اولیاء

سایر رهنمودها و اقدامات اجرایی

امور فرهنگی

منابع تامین اعتبار و نحوه هزینه

نحوه نظارت و ارزیابی اجرای طرح

ضمائم الحاقی (طرح درس، لوح آموزشی، پوستر تبلیغی، گواهینامه، فرم ها، بخشنامه وسایر

مستندات)

مقدمه

هدف متعالی آموزش و پرورش، همچنانکه در مبانی دینی و در آموزه های بلند انقلاب اسلامی و رهنمودهای حضرت امام(ره) و مقام معظم رهبری تصریح شده است، رشد و تکامل دانش آموزان برای رسیدن به قرب الهی است. این رشد و اعتلا، وقتی می گردد که به همه ی ابعاد وجودی جسمی و روحی دانش آموزان، توجه شده باشد تا زمینه ها و شرایط همه جانبه برای زمینه سازی و هدایت تربیت دانش آموزان به این هدف متعالی فراهم گردد.

در همین راستا، این نکته اهمیت دارد که آمادگی و نشاط جسمی می تواند زمینه اثر بخشی و کار آمدی تعلیم و تربیت برای هدایت نوجوانان و آماده سازی آنها برای حرکت در این مسیر را فراهم نماید. طرح های متعدد کیفیت بخشی ورزش و تربیت بدنی دانش آموزان و مدارس، بویژه آموزش فراگیر شنا از جمله فعالیت هایی هستند که در همین چارچوب و برای تعمیق آمادگی و نشاط دانش آموزان صورت می گیرند و اجرای دقیق و مطلوب آن ضمن در برداشتن منافع و نتایج ارزشمند برای دانش آموزان، به تحقق چنین هدفی کمک می کند.

مضافاً این که، جامعه ایرانی در افق سند چشم انداز ۱۴۰۴، جامعه ای است برخوردار از سلامت که کسرتدگی ورزش های پایه و همگانی، بویژه شنا، ژیمناستیک و دو و میدانی، به تحقق این ویژگی کمک می نماید. همچنین سیاست های جدید وزارت آموزش و پرورش، با الهام از منویات مقام معظم رهبری مبتنی بر سه اصل تهذیب، تحصیل و ورزش، چارچوب برنامه های آموزشی و پرورشی خود را با رویکرد و تاکید بر توسعه تربیت بدنی و ورزش بین دانش آموزان تعیین نموده است.

لذا، از آنجایی که آموزش فراگیر ورزش حیاتی شنا مورد سفارش دین مبین اسلام قرار دارد و کمیته مشورتی انتشاراتی IOC (کمیته بین المللی المپیک) شنا را بعنوان نخستین ورزش برگزیده است و در بسیاری از کشورها، آموزش آن به دانش آموزان جزئی از برنامه اصلی درس تربیت بدنی می باشد، از این رو ورزش شنا بعنوان یکی از برنامه های محوری و مهم برای اشاعه فرهنگ ورزش و ارتقا سلامتی و نشاط آینده سازان میهن اسلامی ایران محسوب می گردد.

بر همین اساس، تلاش و کوشش بیش از پیش مدیران کل استان ها و روسای آموزش و پرورش مناطق و شهرستان های کشور که مورد انتظار این وزارت می باشد، ضمن کمک به تحقق و اثر بخشی این طرح مهم و اساسی، و تشویق و ترغیب مدیران و اولیا و مربیان مدارس، زمینه ساز تحقق اهداف متعالی نظام تعلیم و تربیت خواهد بود.

حمید رضا حاجی بابایی

وزیر آموزش و پرورش

جایگاه، اهمیت و ضرورت فعالیت بدنی

حرکت و فعالیت بدنی از جمله نیازهای عریزی و فیزیولوژیک انسان است که با سلامت روحی و جسمی ما ارتباط دارد. وجود عضلات و مفاصل متعدد در بزرگترین بخش بدن یعنی دستگاه حرکتی، نشان دهنده این است که بدن با هدف "حرکت" طراحی شده است.

اهتمام به ورزش و فعالیت بدنی منظم و روزانه موجب تقویت و افزایش کارایی دستگاه های حیاتی بدن (قلب و عروق ، تنفس ، عصبی)، بهبود عملکرد سایر دستگاه ها ، جذب بهتر کلسیم و استحکام استخوان بندی می شود. یکی از شعارهای سازمان جهانی بهداشت " تحرک رمز سلامتی " در سطح جهان است و مردم را به ورزش و فعالیت بدنی دعوت می نماید. همینطور در بیانیه مشترک با سازمان خوار و بار جهانی مهمترین عامل مرگ و میرهای جهان را بیماریهای خطرناک قلبی ، سرطان ، دیابت و عارضه چاقی بر شمرده و بهترین راه پیشگیری از آن را همراه با رژیم مناسب غذایی، ورزش منظم روزانه ذکر نموده است.

پیشرفت علوم و صنایع باعث توسعه شهرنشینی و زندگی ماشینی و نهایتاً کاهش شدید فعالیت بدنی افراد جامعه شده است. آمار و اطلاعات بدست آمده از تحقیقات نشان دهنده این موضوع است که آمادگی جسمانی دانش آموزان (شامل انعطاف پذیری ، قدرت و استقامت عضلانی ، استقامت دستگاه گردش خون) به ویژه در اندام های فوقانی بدن در وضعیت مناسبی قرار ندارد. و این در حالی است که پرورش نسل برومند و آینده ساز این مرز و بوم می بایست با شاخص سلامتی ، نشاط و توانمندی همراه باشد و بدون توجه به فعالیت بدنی و ورزش این امر محقق نخواهد شد.

اثرات ورزش شنا بر سلامتی و تندرستی

شنا ورزشی مفرح ، دلپذیر، لذت بخش و از جمله رشته های سالم ، نشاط آور و از نظر فیزیولوژیکی یکی از مفیدترین ورزش های موجود جامعه می باشد.

هنگام شنا کردن به دلیل کاهش نیروی جاذبه در آب و خاصیت سیال بودن این ماده ، نیروی مقاوم به مفاصل و عضلات بدن وارد شده و با توجه به گردش خون و فعالیت ریه ها حالت شناوری پدید می آید و این نیرو از طرف آب باعث می شود غالب مفاصل و عضلات بزرگ و کوچک بدن درگیر حرکت شده و ضمن تقویت دستگاه حرکتی، سیستم های حیاتی گردش خون ، تنفس و عصبی را وادار به فعالیت بیشینه می نمایند. با افزایش گردش خون و سوخت و ساز بدن کار سایر دستگاهها از جمله گوارش و دستگاه دفع ادرار نیز بهبود می یابد.

اثرات این ورزش پایه بر اندامها بویژه بالاتنه قابل توجه است. افزایش قدرت ، استقامت عضلانی و انعطاف پذیری دستها و کمر بند شانه همینطور بهبود استقامت و عملکرد دستگاههای تنفس و گردش خون از نتایج اهتمام به این ورزش است. این ورزش پایه و مادر از رشته های کم آسیب ، پرجاذبه و متنوع ورزشی است که هیچگاه فرد از آن خسته و دل زده نمی شود. احساس بی نظیر و لذت بخش بی وزنی در آب حالتی است آرامش بخش و مورد علاقه فطری انسان که در دوره جنینی تجربه می شود. اگر افراد در خلال کارهای روزمره خود بصورت روزانه یا هفتگی ساعاتی را به این ورزش اختصاص دهند، ضمن داشتن اعصابی آرام ، روحیه ای بشاش و شاداب ، خستگی را از بدن خودرفع و موجبات رضایت عضلانی اعضای بدن را فراهم می سازد و همینطور با افزایش فعالیت عمومی بدن بخشی از تنفس و تهویه از طریق پوست صورت می گیرد و باعث کاهش خستگی می شود.

با این شرح آموزش و فراگیری شنا تنها کسب مهارت در یک رشته ورزشی محسوب نمی شود بلکه بایستی آن را به عنوان یک نیاز، ضرورت و امر حیاتی برای همه تلقی کرد. اهمیت شنا تا حدی است که امروزه بسیاری از کشورهای جهان آموزش آن را به عنوان جزئی از برنامه درس تربیت بدنی دانش آموزان اجباری نموده اند.

اکنون نیز با عنایت خاص مقام عالی وزارت فرصت مناسبی برای اشاعه و ترویج این ورزش پایه، جامع و سازنده در بین دانش آموزان عزیز کشور و نهادینه سازی آن در برنامه رسمی مدارس پدید آمده که با توفیقات الهی، تلاش کلیه دست اندر کاران نظام تعلیم و تربیت و عزم عمومی به سرانجام مطلوب رسانده شود.

معرفی و ضرورت طرح شنا (سباح):

شنا در میان ورزش های متداول دنیا از ورزش های سنتی و متداول به شمار می رود و در دین مقدس اسلام هم بر یادگیری و اهتمام به آن تأکید فراوان شده است. یادگیری شنا در مکتب فطری و انسان ساز اسلام مستحب بوده و تا اندازه ای به آن اهمیت داده شده که تعلیم دادن آن یکی از حقوق فرزندان بر عهده والدین قرار داده شده است. پیامبر اکرم (ص) در این باره می فرماید:

علمو ابنائکم السباحة والرمی، حق الولد علی الوالدان یعلمه الکتابه و السباحة والرمایه

به فرزندان خود شنا و تیر اندازی یاد بدهید این حق فرزند بر پدر است که به او خواندن و نوشتن، شنا کردن و تیر اندازی تعلیم دهد.

شنا (سباحه) از واژه های زیبا در فرهنگ اسلامی و یادآور پاکی، قداست، عظمت، نیرومندی، تحرک، پویایی و فرح قرزایی است. زیرا هم با واژه های (سبح و تسبیح) = (ستودن خداوند) هم خانواده است و در قرآن گردش و حرکت فرشتگان و ستارگان در آسمان نشانه عظمت و جلال الهی است با آن توصیف شده است.

مضافاً اینکه ما در کره ای زندگی می کنیم که $\frac{2}{3}$ آن را آب تشکیل داده است. بی شک در مواقعی شناوری و حرکت در آب به مراتب از حرکت روی زمین مهم تر است چرا که با مرگ و زندگی انسان ارتباط دارد.

غرق شدن دهها نفر از همشهریان در فصل تابستان در استخرها و شهرهای ساحلی کشور، غرق شدن ۷ نفر از دانش آموزان شهرک کاروان منطقه ۱۵ شهر تهران در استخر پارک شهر از مصادیقی است که بر ضرورت اجرای این طرح تأکید دارد. همچنین طرح ملی آموزش سراسری شنا به دانش آموزان پایه سوم دوره ابتدایی با عنایت به پایه بودن این رشته و تأثیرات بی شمار آن در رشد و سلامتی افراد و با هدف آموزش مهارت های اساسی این ورزش و ترویج آن در بین دانش آموزان تدوین شده است. بی شک با توجه به اهمیت نقش حضور قدرتمند ایران اسلامی در میادین منطقه ای و بین المللی ورزش که متکی بر کسب مدال های رنگین می باشد، ضرورت و اهمیت پرداختن به این رشته ی ورزشی مادر و پر مدال را دوچندان می نماید.

برنامه آموزشی این طرح شامل آشنایی با آب، غوطه وری، فراگیری مهارت های مقدماتی شنا و موارد ایمنی و بهداشتی مربوط به مواجهه با آب و نهایتاً "تعلیم شنای گرال سینه" می باشد.

طرح آموزش شنا در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ با برنامه ریزی مدون اداره کل آموزش و پرورش استانها و همکاری ادارات آموزش و پرورش مناطق و شهرستانهای کشور کلید خواهد خورد. همت و تلاش مسوولین مدارس با جلب مشارکت اولیاء دانش آموزان اجرای این طرح ملی را پشتیبانی خواهند نمود. کلیه ی دانش آموزان پسر و دختر پایه سوم ابتدایی در مدارس کشور با استفاده از طرح درس یکپارچه، ورزش مفرح و حیاتی شنا را فرا خواهند گرفت.

اهداف اجرای طرح:

هدف کلی: هدف از طرح حاضر آموزش شنا به دانش آموزان به منظور ارتقاء سطح سلامت، افزایش آمادگی

جسمانی و فعالیت های مناسب جایگزین برای جلوگیری از آسیب های اجتماعی و ممانعت از اتلاف سرمایه های انسانی است

اهداف اختصاصی:

- ← کیفیت بخشی به ساعت درس تربیت بدنی.
- ← شناسایی و هدایت استعدادها.
- ← کمک به بهبود وضعیت بدنی دانش آموزان.
- ← ارتقای سلامتی ، نشاط و شادابی دانش آموزان.
- ← تقویت تیم های دانش آموزی شنا برای شرکت در مسابقات قهرمانی
- ← پیش بینی فعالیت های مناسب جایگزین برای جلوگیری از آسیب های اجتماعی .
- ← مشارکت و فعال نمودن بخش خصوصی .
- ← استفاده از امکانات و ظرفیت های استخرهای شنا.
- ← ارتقای سطح آگاهی های دانش آموزان در خصوص نکات ایمنی و بهداشتی در مواجهه با آب.

پشتوانه طرح ،استنادات قوانین و مقررات موضوعه:

- سفارشات و آموزه های دینی
- منویات مقام معظم رهبری
- سند چشم انداز بیست ساله ی کشور
- نظام جامع ورزش کشور
- برنامه چهارم و پنجم توسعه کشور
- مصوبات شورای عالی آموزش و پرورش

چگونگی اجرای طرح در سال تحصیلی ۹۰-۸۹:

در بعد کلان، اجرای طرح از مهر ماه سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ به صورت مرحله ای و براساس امکانات موجود (استخر ، مربی و ...) در کلیه استانهای کشور در یک دوره ۱۰ ساله و از پایه ی سوم دوره تحصیلی ابتدایی آغاز می شود که براساس آن در ایران ۱۴۰۴ نزدیک به ۱۰۰٪ دانش آموزان مدارس تحت پوشش این طرح قرار گرفته و حداقل یک فن شنا (ترجیحاً کرال سینه) را آموخته اند.

در این راستا و بنا به موافقت و تاکید مقام عالی وزارت ، طرح آموزش شنا می بایست برای کلیه ی دانش آموزان دختر و پسر پایه سوم مدارس ابتدایی کشور اجرا شود. آموزش، تنها در حد یک ترم (حداکثر ۱۲ جلسه) و در سطح مقدماتی بوده و مقصود کسب مهارت شناوری روی آب با پای دوچرخه ، حرکت روی آب با فن شنا، کسب آگاهی های لازم هنگام مواجهه با آب و نهایتاً " آموزش شنای اصولی کرال سینه است.

روال کاری به گونه ای است که دخالت و همکاری مستقیم مدیران مدارس را می طلبد. بدین صورت که پس از برنامه ریزی منطقه و شهرستان و بدنبال آن اعلام شرایط اجرای طرح ، مدیران مدارس با درخواست کتبی خود و دستور موافق رییس اداره ، نسبت به معرفی دانش آموزان هدف (پایه سوم ابتدایی) وفق ضوابط اعلام شده و مقررات به آموزش و پرورش محل اقدام و دانش آموزان را با رعایت مقررات اردویی و مطابق برنامه اعلام شده از سوی اداره ، برای آموزش شنا سازماندهی و به استخر تعیین شده اعزام می نمایند.

- ۱- شورای عالی تربیت بدنی آموزشگاههای کشور
- ۲- شورای تربیت بدنی آموزشگاههای استان
- ۳- شورای تربیت بدنی آموزشگاههای منطقه/شهرستان
- ۴- انجمن ورزش مدرسه

۱- شورای عالی تربیت بدنی آموزشگاههای کشور

※ اعضای شورای عالی تربیت بدنی آموزشگاههای کشور که از این پس شورای عالی نامیده می شود عبارتند از:

- ❖ وزیر آموزش و پرورش (رئیس شورا)
- ❖ قائم مقام امور تربیت بدنی و سلامت (قائم مقام شورا)
- ❖ قائم مقام وزیر در امور استان ها
- ❖ معاون آموزش ابتدایی (عضو)
- ❖ معاون توسعه مدیریت و پشتیبانی (عضو)
- ❖ معاون وزیر و رئیس سازمان مدارس غیر دولتی و توسعه ی مشارکتهای مردمی
- ❖ قائم مقام وزیر در انجمن اولیا و مربیان وزارت آموزش و پرورش (عضو)
- ❖ مدیر کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش (دبیرشورا)
- ❖ مدیر کل دفتر ارزیابی عملکرد (عضو)
- ❖ مدیر کل بودجه (عضو)
- ❖ مدیر کل حراست (عضو)
- ❖ مدیر کل دفتر سلامت آموزش و پرورش (عضو)
- ❖ رئیس مرکز اطلاع رسانی و روابط عمومی وزارت (عضو)
- ❖ رئیس انجمن شنای (دختران و پسران) آموزش و پرورش (عضو)
- ❖ مدیر کل دفتر امور عشایری (عضو)
- ❖ رئیس فدراسیون شنا (عضو)

وظایف:

- ✓ سیاست گذاری ، نظارت و ارزیابی عملکرد استانها
- ✓ تصویب شیوه نامه ی اجرایی و برنامه ریزی فعالیتهای مرتبط با طرح
- ✓ تعیین و تخصیص اعتبار و بودجه مورد نیاز جهت اجرای مطلوب طرح
- ✓ برنامه ریزی و سیاستگذاری جهت رعایت نکات بهداشتی موردنظر در طرح
- ✓ بررسی و تصویب گزارش سالانه
- جلسات شورای عالی حداقل سالی یک بار با دعوت دبیر شورا به طور عادی تشکیل می گردد و با حضور دو سوم اعضا رسمیت می یابد و تصمیمات شورا با نصف به علاوه یک آرا اعضای حاضر در شورا معتبر می باشد و جلسات فوق العاده با موافقت رئیس شورا تشکیل خواهد شد.

۲- شورای تربیت بدنی استان

* اعضاء:

- ❖ مدیر کل آموزش و پرورش استان (رئیس شورا)
- ❖ معاون پرورشی و تربیت بدنی (قائم مقام شورا)
- ❖ معاون آموزش ابتدایی (عضو شورا)
- ❖ معاون پشتیبانی (عضو)
- ❖ مدیر امور مشارکت های مردمی استان
- ❖ رئیس اداره ی تربیت بدنی آموزش و پرورش استان (دبیر شورا)
- ❖ مدیر کل تربیت بدنی استان یا معان ورزشی ایشان (عضو)
- ❖ رئیس گروه سلامت و پیشگیری
- ❖ رئیس اداره ی اردویی، فرهنگی هنری و فوق برنامه (عضو)
- ❖ مدیر ارزیابی عملکرد
- ❖ مدیر حراست (عضو)
- ❖ کارشناس مسوول روابط عمومی (عضو)
- ❖ رئیس انجمن اولیا و مربیان استان (عضو)
- ❖ رئیس هیئت شنای استان (عضو)
- ❖ رئیس انجمن شنای (دختران و پسران) استان (عضو)
- ❖ دو نفر از نمایندگان مدیران مدارس ابتدایی مجری طرح

وظایف:

- ✓ اجرای سیاست های شورای عالی و نظارت بر حسن اجرای آن در سطح استان
- ✓ تشکیل منظم جلسات ستاد استانی طرح
- ✓ ابلاغ شیوه نامه های اجرائی به مناطق تابعه و انجام شرح وظایف محوله
- ✓ راهکارهای عملیاتی جهت استفاده از توانمندیهای نهادهای برون سازمانی و مشارکتهای مردمی
- ✓ تعیین و ابلاغ اعتبار مورد نیاز مناطق و شهرستانها بر اساس ظرفیت های دانش آموزی، مدارس مجری و شرایط منطقه و شهرستان
- ✓ ارسال ستادهای تشکیل شده در سطح استان به حوزه ای ستادی
- ✓ هماهنگ سازی جهت ایجاد هزینه های طرح
- ✓ رعایت نکات بهداشتی مورد نظر طرح
- ✓ نظارت بر اجرای دقیق زمان بندی طرح سطح استان
- ✓ تدوین فرم ارزیابی در سطح منطقه/ناحیه و مدرسه
- ✓ تجلیل و تقدیر از نواحی و مناطق فعال و موفق
- ✓ تنظیم و ابلاغ فرم قرارداد آموزشگاه با استخر ، با هماهنگی گروه تربیت بدنی
- ✓ توزیع سریع و صحیح رسانه های تبلیغی و آموزشی بین مناطق براساس جمعیت و شرایط

- ✓ تجميع گزارشهای منطقه ای و ارسال گزارش جامع به تفکیک نواحی/مناطق به حوزه ستادی
- ✓ اجرا و ارسال دستورالعمل های ستاد مرکزی به ادارات آموزش و پرورش شهرستانها و مناطق
- ✓ جمع آوری و ارسال آمار مدیران ، مربیان و دانش آموزان مشمول طرح به ستاد مرکزی
- جلسات شورای ورزش استان هر سه ماه یکبار با دعوت دبیر شورا بطور عادی تشکیل می گردد و با حضور دو سوم اعضا رسمیت می یابد و تصمیمات شورا با نصف بعلاوه یک آرا حاضر در شورا معتبر است

۳- شورای تربیت بدنی منطقه/شهرستان

اعضاء:

- ❖ رئیس آموزش و پرورش منطقه/شهرستان (رئیس شورا)
- ❖ معاون پرورشی و تربیت بدنی (قائم مقام شورا)
- ❖ معاون آموزش و نوآوری(عضو شورا)
- ❖ کارشناس مسؤول امور مشارکت های مردمی منطقه/ شهرستان
- ❖ کارشناس مسؤول تربیت بدنی (دبیر شورا)
- ❖ رئیس اداره ی تربیت بدنی حوزه/شهرستان مربوطه(عضو)
- ❖ معاون برنامه ریزی و توسعه مدیریت (عضو)
- ❖ کارشناس مسؤول حراست(عضو)
- ❖ کارشناس ارزیابی عملکرد(عضو)
- ❖ کارشناس مسؤول آموزش ابتدایی(عضو)
- ❖ کارشناس سلامت و پیشگیری(عضو)
- ❖ کارشناس انجمن و اولیاء(عضو)
- ❖ مسؤول انجمن (دختران و پسران) شنا (ناظر فنی و اجرایی) (عضو)

▪ وظایف:

- ✓ تشکیل کمیته اجرائی درس طرح منطقه
- ✓ تبیین و ابلاغ شیوه نامه اجرائی و انجام شرح وظایف محوله
- ✓ هماهنگ سازی ظرفیت، امکانات و اعلام اسامی و وضعیت استخرهای حائز شرایط اجرای طرح به مدارس با رعایت نکات بهداشتی، حقوقی، تربیتی و فنی
- ✓ نظارت بر کمیت و کیفیت اجرائی طرح توسط آموزشگاههای تابعه بر اساس فرمهای ارزیابی
- ✓ برنامه ریزی جهت برگزاری جلسات توجیهی مدیران واحدهای ابتدایی
- ✓ انجام تمهیدات مورد نیاز جهت اجرای مطلوب طرح درس طرح استخرهای تحت پوشش منطقه و زمینه سازی جهت عقد قرارداد در سایر استخرهای واجد شرایط توسط مدارس
- ✓ صدور ابلاغ مدیران مدارس مجری طرح
- ✓ ابلاغ اعتبار تخصیصی مدارس مجری
- ✓ توزیع و نصب اقلام تبلیغی درس طرح مدارس ومحلات
- ✓ جمع آوری،تجميع گزارش آماری اجرای طرح به تفکیک مدارس و ارسال نتایج به اداره کل استان
- ✓ صدور گواهی نام براساس لیست ارزشیابی مربیان و مدارس در سطوح ۳ گانه.

- ✓ ایجاد هماهنگی لازم بین کارشناسی های ذیربط منطقه و مدارس مجری طرح.
 - ✓ بررسی و تایید آمار و درخواست مدارس مشمول اجرای طرح.
 - ✓ پیگیری تجهیز و آماده سازی امکانات استخر شنای طرح.
 - ✓ ایجاد ارتباط و هماهنگی برای استفاده از استخر دیگر ارگانها.
 - ✓ نظارت بر تعیین ناجی و مربیان با صلاحیت (ترجیحاً از دبیران تربیت بدنی و سایر فرهنگیان.)
 - ✓ تشکیل جلسات هماهنگی با سرپرستان استخرها، ناجیان و مربیان دست اندر کار طرح
 - ✓ نظارت کلی بر اجرای طرح آشنا (آموزشی، فنی، بهداشتی، ایمنی، پرسنلی، مالی و)
 - ✓ تلاش برای تامین منابع مالی جهت حمایت از مدارس محروم و کمک به دانش آموزان کم بضاعت.
 - ✓ تعیین مبلغ دریافتی از دانش آموزان بابت هزینه های متفرقه از جمله سرویس ایاب و ذهاب .
 - ✓ پیش بینی راههای ترغیب مدیران مدارس به اجرای طرح و مکانیزمهای تشویق.
 - ✓ ارتباط با رسانه های خبری برای درج اخبار و انعکاس فعالیت ها.
 - ✓ پیش بینی مراسم اختتامیه با شکوه و برگزاری مسابقات و رقابت های ابتکاری شنا بین دانش آموزان در پایان هر ترم آموزشی.
- جلسات شورای تربیت بدنی شهرستان و منطقه هر ۴۵ روز یکبار با دعوت دبیر شورا بطور عادی تشکیل می گردد و با حضور دو سوم اعضا رسمیت می یابد و تصمیمات شورا با نصف بعلاوه یک آراء حاضر در شورا معتبر است

۴- انجمن ورزشی مدرسه

اعضاء:

- ❖ مدیر مدرسه (رئیس انجمن).
 - ❖ معاون آموزشی (عضو انجمن)
 - ❖ معاون پرورشی و تربیت بدنی (نایب رئیس).
 - ❖ نماینده انجمن و اولیاء (عضو)
 - ❖ نماینده آموزگاران پایه سوم (عضو)
 - ❖ معلم تربیت بدنی (دبیر شورا).
 - ❖ مربی بهداشت (عضو).
- تبصره ۱: در صورت عدم وجود معلم متخصص تربیت بدنی در مدرسه، یکی از آموزگاران پایه سوم به انتخاب مدیر مدرسه به عنوان دبیر شورا تعیین می شود.
- تبصره ۲: در صورت ضرورت از رئیس یا نماینده انجمن شنا منطقه نیز می توان به عنوان عضو، در جلسات دعوت نمود.

وظایف:

- ✓ آگاه ساختن و ترغیب اولیاء برای شرکت فعال فرزندان شان در طرح.
- ✓ برگزاری جلسه توجیهی با حضور مجریان طرح در سطح آموزشگاه
- ✓ عقد قرارداد براساس فرمت ابلاغی با استخرهای واجد شرایط با هماهنگی تربیت بدنی اداره
- ✓ اجرای دقیق مفاد شیوه نامه های اردو و بازدید در اعزام دانش آموزان

- ✓ اعزام دانش‌آموزان پایه سوم براساس جدول زمان‌بندی تعیین شده با استخرهای واجد شرایط به همراه یکی از عوامل اجرایی طرح در سطح آموزشگاه
- ✓ برگزاری جلسات توجیهی با اولیای دانش‌آموزان پایه سوم جهت تبیین طرح و جلب مشارکت‌های مردمی و همکاری ایشان در اجرای بهینه‌ی طرح
- ✓ ارائه گزارش کامل از کیفیت و کمیت اجرای طرح به کارشناسی تربیت بدنی منطقه
- ✓ دریافت لیست ارزشیابی جهت تعیین سطح دانش‌آموزان و ارسال به منطقه برای دریافت گواهی‌نامه‌های مربوطه در سطوح ۲ گانه
- ✓ تقدیر از دانش‌آموزان برتر و موفق و نیز عوامل فعال طرح در سطح آموزشگاه
- ✓ آشنا نمودن اولیاء با امکانات استخر و در صورت امکان بازدید از مکان و نحوه اجرای طرح.
- ✓ پیگیری امور ثبت نام (هزینه‌های متفرقه ، رضایت نامه ، معاینه پزشکی و ...) و کلاس بندی .
- ✓ تعیین سرپرستان همراه و عوامل اجرایی در مدرسه و وظایف هر یک.
- ✓ صدور ابلاغ و تعیین شرح وظایف اجرایی همکاران طرح اعم از مدیر، معاون ، معلم و ...
- ✓ تمهیدات لازم برای ایاب و ذهاب دانش‌آموزان با مساعدت اولیاء .
- ✓ شناسایی و بکارگیری اولیاء علاقه مند برای کمک به اجرای بهتر طرح.
- ✓ نظارت بر وضعیت ایمنی و بهداشتی استخر و ارائه گزارش به آموزش و پرورش منطقه/شهرستان
- ✓ نظارت بر وضعیت آموزشی طرح در استخر.
- ✓ نظارت بر وضعیت سلامت دانش‌آموزان و دقت نظر در دریافت گواهی صحت سلامت
- ✓ انجام کلیه امور مالی دریافت و پرداخت مربوط به طرح و مدیریت هزینه کرد صحیح اعتبارات تخصیصی
- ✓ پیش بینی تجلیل و جبران زحمات عوامل اجرایی طرح برابر ضوابط و دستورالعمل های ارسالی.
- ✓ اهتمام به انجام تبلیغات گسترده در سطح مدرسه و معرفی طرح به عموم دانش‌آموزان و اولیاء
- جلسات انجمن مدرسه بنا به ضرورت با تشخیص رییس انجمن تشکیل می گردد

*** تعاریف و اصطلاحات :**

طرح ملی آموزش شنا (سباح): طرحی است که مقرر است طی ۱۲ سال و حداکثر تا قبل افق ایران اسلامی در ۱۴۰۴ تمامی دانش‌آموزان سه دوره تحصیلی، آموزش حد اقل یک رشته ی اساسی شنا (کرال سینه) را فراگیرند.

معلم تربیت بدنی: فردی که دارای تحصیلات در رشته تربیت بدنی یا آموزش های تطبیقی بوده و درس تربیت بدنی را در مدارس تدریس می نماید.

مربی شنا: فردی که دوره ی مربیگری شنا را با موفقیت گذرانده و به کار آموزش و مربیگری شنا اشتغال دارد.

ناجی غریق: به فردی اطلاق می شود که دارای کارت معتبر نجات غریق و گواهینامه پایان دوره آمادگی می باشد و با ابلاغ مدیر استخر یا تشکیلات اداری افراد است در استخر به عنوان مسوول حفظ و حراست از شناگران در مقابل خطرات و آسیب های احتمالی مواجهه یا آب و امکانات مربوطه مشغول انجام وظیفه است

سرپرست یا مدیر استخر: به فردی اطلاق می گردد که دارای ابلاغ رسمی از آموزش و پرورش بوده (در استخر های خصوصی دارای قرار داد و در استخر سایر نهادها با ابلاغ سازمان مربوطه) و برابر شرح وظایف قانونی خود، با استفاده از نیروهای واجد شرایط و با صلاحیت و نیر فراهم آوردن شرایط فیزیکی و امکانات مناسب، اقدام به سرویس دهی می نماید.

دانش آموز: فردی که در مدارس مشغول تحصیل می باشد.

مدرسه: واحد آموزشی رسمی که برابر ضوابط و مقررات وزارت آموزش و پرورش دایر بوده و وظیفه ی تعلیم و تربیت صحیح دانش آموزان دوره های مختلف تحصیلی را به عهده دارد.

درس تربیت بدنی: یکی از دروس اجباری مدارس که توسط معلم تربیت بدنی، با هدف توسعه و تعامل ابعاد جسمانی، روانی حرکتی، عاطفی - اجتماعی و شناختی تدریس می شود.

انجمن ورزشی مدرسه: نهاد اصلی توسعه و تعمیم فعالیت های سالم و سازنده تربیت بدنی و ورزش در مدرسه می باشد که در دو بعد برنامه ریزی آموزشی و رقابت های ورزشی مأموریت دارد.

استخر: به کلیه فضاهای ورزشی دولتی و غیر دولتی سرپوشیده و روباز اطلاق می شود که امکان برگزاری کلاس های آموزشی شنا را دارا باشد.

سرپرست گروه: به فردی اطلاق می شود که با ابلاغ کتبی مدیر مدرسه و شرح وظایف تعریف شده در دستورالعمل اردو و بازدید ۱۸۶ به شماره ۵۰۰/۲۴۴۷/۸۸/۳/۱۷-۵۰۰، عهده دار همراهی، مراقبت و اعزام گروهی از دانش آموزان به استخر شنا و بازگرداندن به مبدا می باشد.

ناظر: به فردی اطلاق می گردد که از جانب ستاد مرکزی وزارت آموزش و پرورش، ادارات کل و مناطق و شهرستانهای کشور انتخاب شده تا در خصوص ارزشیابی عملکرد واحدهای مربوط اقدام نماید.

گواهینامه پایان دوره شنا: برگه ای است که دانش آموز فراگیر شنا پس از موفقیت در آزمون پایانی در یکی از سه سطح ممتاز، در حد انتظار و قابل قبول دریافت می نماید.

نحوه سازماندهی و اعزام دانش آموزان

- رعایت مفاد شیوه نامه اردو و بازدید به شماره ۵۰۰/۲۴۴۷/۱۸۶ الزامی است.
- دانش آموزان پایه سوم واجد شرایط شرکت در دوره ی آموزش شنا می باشند.
- انجمن ورزشی مدارس با همکاری تربیت بدنی ادارات، مکان و ساعات اجرای طرح را برای دانش آموزان تحت پوشش خود هماهنگ و تعیین نمایند.
- مدارک دانش آموزان شامل: رضایت نامه ولی قانونی، گواهی پزشک مبنی بر مجوز شرکت در ورزش شنا، دریافت و به انضمام لیست اسامی، کلاس، نام آموزگار و سرپرستان اعزام کننده تنظیم و بایگانی موقت شود.
- حتی الامکان دانش آموزان بصورت کلاسی سازماندهی شده و در ایاب و ذهاب آموزگار کلاس همراه باشد.
- سرپرست یا سرپرستان اعزام کننده متناظر با جنسیت دانش آموزان انتخاب شده و به ازای حد اکثر هر ۱۵ نفر یک سرپرست در کلیه مراحل بویژه هنگام آموزش شنا همراه و مراقب دانش آموزان در محدوده ی استخر باشد.

استثنائات:

- ۱- دانش آموزان دارای مهارت شنا وقادر به موفقیت در آزمون پایانی، ملزم به شرکت در طرح نمی باشند.
 - ۲- دانش آموزانی که بدلیل بیماری موثر یا معذوریت پزشکی دائم قادر به شرکت در ورزش شنا نمی باشند با ارائه ی گواهی پزشک و تایید انجمن پزشکی تربیت بدنی اداره آموزش و پرورش از شرکت در طرح معاف می باشند.
 - ۳- دانش آموزانی که به دلایل مختلف موقتاً "قادر به شرکت در ورزش شنا نمی باشند، با ارائه گواهی پزشک و تایید انجمن پزشکی تربیت بدنی، آموزش شنا را در زمان مناسب دیگری (تا پایان سال تحصیلی) سپری می نمایند.
- تبصره ۱:** تاکید می شود به جهت جلوگیری از ارائه گواهی معافیت پزشکی نابجا، صدور تاییدیه پزشکی از طریق انجمن پزشکی تربیت بدنی ادارات و ترجیحاً "با استفاده از پزشکان معتمد آموزش دیده صورت پذیرد.
- تبصره ۲:** مدارس از اعزام دانش آموزان با بیماریهای عفونی، پوستی، سرما خوردگی و انواع آنفولانزا تحت هر عنوان خودداری نمایند. بدیهی است این افراد پس از بهبودی، مجاز به ادامه فعالیت می باشند.

شرایط و نحوه آموزش و ارزشیابی طرح شنا:

شرایط آموزش

- دوره ی آموزشی شنا تنها در حد یک ترم (حداکثر ۱۲ جلسه) می باشد.
- تعداد جلسات هفتگی ترجیحاً " ۲ تا ۳ جلسه تعیین می شود.
- تبصره:** ستاد طرح شنای استان می تواند در صورت صلاحدید جلسات هفتگی را به حداقل یک جلسه در هفته کاهش دهد.
- آموزش در سطح کرال سینه بوده و مقصود کسب مهارت شناوری، پای دوچرخه ، حرکت روی آب و نهایتاً " شنای اصولی کرال سینه می باشد.
- مربیان شنا موظفند برای نیل به اهداف آموزشی تعیین شده و آماده سازی دانش آموزان برای آزمون نهایی، اقدام به تهیه طرح درس نموده یا از طرح درس پیشنهادی ضمیمه استفاده نمایند.

■ آزمون و ارزشیابی

- در اولین جلسه آموزش و به منظور تعیین وضعیت و سطح فراگیران آزمون ورودی به عمل خواهد آمد.
- تبصره:** دانش آموزانی که در آزمون ورودی توانایی لازم و مورد انتظار را در انجام شنا داشته باشند از شرکت در تمرینات معاف و صرفاً " در آزمون پایانی، برای دریافت گواهینامه حضور خواهند یافت.
- در پایان دوره آموزشی از فراگیران آزمون نهایی به عمل آمده و کسانی که موفق به احراز شرایط شوند گواهینامه تعلق خواهد گرفت.
- گواهینامه شنا در سه سطح ۱- ممتاز، ۲- در حد انتظار و ۳- قابل قبول، بسته به میزان فراگیری دانش آموزان اهداء می شود.
- دانش آموزانی که در آزمون پایانی موفق به دریافت گواهینامه شنا نشوند ملزم به ادامه تمرینات با مساعدت خانواده بوده و پس از کسب آمادگی لازم می توانند با هماهنگی مدیر مدرسه در یکی از آزمونهای پایانی شرکت نمایند.

■ مواد آزمون

- سطح ۳ ممتاز: انجام ۱۰ متر کرال سینه (بادست و پا)، ۳۰ ثانیه پای دوچرخه و برگشت مسیر
- سطح ۲ در حد انتظار: انجام ۱۰ متر کرال سینه (بادست و پا) و ۳۰ ثانیه پای دوچرخه در قسمت عمیق
- سطح ۱ قابل قبول: انجام ۱۰ متر کرال سینه و ۱۵ ثانیه پای دوچرخه در قسمت عمیق

زمانبندی و کلاسبندی :

کلاسبندی

▪ - هر ۱۵ الی ۲۰ نفر دانش آموز یک کلاس آموزش شنا را تشکیل می دهد که در صورت تمایل و توافق مربی شنا سقف اعلام شده قابل افزایش است

- در هر استخر می توان با توجه به ابعاد و مساحت قابل استفاده، چند کلاس همزمان دایر نمود.

- حضور ناچی غریق (در کنار مربیان شنا) در سانس های آموزشی طبق دستورالعمل فدراسیون نجات غریق و فدراسیون شنای کتور الزامی است

▪ زمانبندی سالانه طرح شنا و میزان پوشش دهی برای سال تحصیلی ۹۰-۸۹

- دوره ی اول (فصل پائیز) با پوشش دهی ۴۰٪ دانش آموزان پایه ی سوم

- دوره ی دوم (فصل زمستان) با پوشش دهی ۴۰٪ دانش آموزان پایه ی سوم

- دوره ی سوم (فصل بهار) با پوشش دهی ۲۰٪ دانش آموزان پایه ی سوم

تبصره: در صورت ضرورت و صلاحدید، شورای استان می تواند از فصل تابستان نیز به شرح زیر برای تکمیل طرح استفاده نماید.

※ سهمیه بندی :

سهمیه استانها، مناطق و شهرستانها بر اساس تعداد کل دانش آموزان پسر و دختر پایه سوم ابتدایی تعیین شده است . مدیران کل استانها موظفند با تمهیدات لازم و برنامه ریزی مناسب ترتیبی اتخاذ فرمایند تا کلیه مناطق و شهرستانها با استفاده از امکانات موجود خود و سایر مناطق، شهرستانها و استانهای همجوار و همچنین جلب مشارکت برون سازمانی (استفاده از امکانات سایر ارگانها و بخش خصوصی) با تمام توان برای دستیابی به آمار اعلام شده تلاش نمایند.

※ ظرفیت، شرایط و عوامل اجرایی استخرها

▪ ابعاد و ظرفیت ها

از آنجا که آموزش شنا به عزیزان نونهال غالباً "در محوطه کم عمق امکان پذیر است بنابر این سرپرست استخر موظف است برای استفاده هر چه بیشتر از مساحت موجود و کاهش عمق، استخر را در سطح پایین تری آگیری نماید.

ابعاد و گنجایش آموزشی استخر ها به شرح زیر پیشنهاد می شود:

- استخر های شنا ۱۲×۲۵ متر ، ۵۰ الی ۵۵ نفر دانش آموز

- استخر های شنا ۱۵×۳۳ متر ، ۶۷ الی ۷۷ نفر دانش آموز

- استخر های شنا ۲۵×۵۰ متر ، ۸۲ الی ۱۱۰ نفر دانش آموز

در ضمن توصیه می شود از حداکثر ظرفیت مکانی و زمانی استخر های شنا برای ارائه خدمات و پوشش دهی هر چه بیشتر دانش آموزان استفاده شود.

* عوامل اجرایی استخر های شنا

-استخر های تحت پوشش آموزش و پرورش

-سرپرست یا رییس استخر می بایست از نیروهای مورد وثوق آموزش و پرورش بوده و دارای کارت ناجیگری غریق باشد.

-عوامل اجرایی استخر ها می بایست بر مبنای چارت ابلاغی فدراسیون شنا و نجات غریق بکار گیری شود
-تعداد ناجیان برابر دستورالعمل فدراسیون مربوطه و متناسب با ابعاد استخر تعیین گردد
-ناجیان و سایر عوامل اجرایی استخر ها ترجیحا "از بین پرسنل رسمی، متعهد و متخصص آموزش و پرورش انتخاب شود

- درازای هر ۱۵ الی ۲۰ نفر دانش آموز یک مربی آموزش شنا در نظر گرفته شود
-مربیان شاغل در طرح می بایست دارای حداقل کارت معتبر مربیگری درجه ۳ شنا از فدراسیون مربوطه باشند.

-در هنگام آموزش توسط مربیان شنا، حضور حداقل دو نفر ناجی غریق (متناسب با ابعاد و تعداد فراگیر) در محل استخر الزامی است

- حضور حد اقل یک نفر متصدی رختکن و یک نفر ناظر و راهنمای دوش ها که دارای اشتغال اخلاقی باشند ضروری است.

تبصره: به همراه هر ۱۵ نفر یک نفر سرپرست همراه (در ایاب ذهاب، ورود به استخر، رختکن، دوش، ورود به آب، آموزش و برگشت) برای مراقبت و رفع نیازهای گروه در کنار دانش آموزان حضور و با عوامل اجرایی استخر همکاری خواهد داشت

-استخر سایر ادارات و سازمانها یا بخش خصوصی

-کلیه موارد متذکر شده در استخر های آموزش و پرورش که مبنای قانونی دارد، رعایت آن برای استخر های خصوصی و سایر نهاد ها نیز لازم الاجراست.

▪ سایر شرایط و نکات ضروری:

-کلیه استخر ها اعم از دولتی یا خصوصی می بایست دارای مجوز بهره برداری از سازمان تربیت بدنی باشند.
-استخر ها می بایست تحت پوشش بیمه حوادث با پوشش دهی تعداد متعارف، حداکثر هزینه درمان و پرداخت سقف کامل دیه باشند.

-نظافت و پاکیزگی آب استخر، کنترل و تنظیم PH و میزان کلر آب در حد استاندارد از موارد کاملاً ضروری و از وظایف مدیر استخر و سرناجی می باشد.

-بهداشت و نظافت مستمر دوش ها، سرویس های بهداشتی و رختکن بصورت روزانه

-تنظیم حداکثر درجه حرارت آب، مناسب کودکان (بین ۲۶ تا ۲۸ درجه سانتی گراد)

ضوابط و مقررات ایمنی در طرح آموزش شنا

برای افزایش ضریب اطمینان و امنیت طرح و به منظور صیانت دانش آموزان و عوامل اجرایی از هر گونه آسیب و خطر احتمالی رعایت موارد و مقررات زیر الزامی است.

■ بیمه

- کلیه ی دانش آموزان اعزامی و عوامل اجرایی باید دارای بیمه حوادث باشند.
- عوامل اجرایی باید در قبال دانش آموزان اعزامی ؛ از بیمه ی مسئولیت مدنی برخوردار باشند.

■ وسیله ی نقلیه

۱. رعایت نامه وزارتت شماره ۸۸/۵/۷-۵۲۰/۲۰۱۱/۳۱ مبنی بر استفاده از وسیله مناسب، بدون نقص و مجهز به امکانات ایمنی از ادارات و یا شرکت های معتبر تحت پوشش اتحادیه های تاکسیرانی، مینی بوس رانی و اتوبوسرانی الزامی است.
 ۲. رعایت ظرفیت قانونی سرنشین وسیله ی نقلیه.
 ۳. ضمن دارا بودن برگ معاینه ی فنی، بیمه ی سرنشین ؛ مناسب با طول مسیر و نوع سفر .
 ۴. در صورت استفاده از وسایل نقلیه ی متعدد ، باید به گونه ای برنامه ریزی شود که وسایل نقلیه با فاصله ی مناسب از هم حرکت کنند ، در این صورت حضور حداقل یک سرپرست در هر وسیله ی نقلیه الزامی است.
 ۵. رانندگان از بین متاهلین زیر ۵۰ سال سن انتخاب شوند.
 ۶. راننده باید توانایی و سلامت جسمی داشته و از شرایط اخلاقی و روحی مناسب برخوردار باشد .
 ۷. رعایت مقررات قانونی و سرعت مجاز در حرکت وسیله ی نقلیه از طرف راننده الزامی است.
 ۸. سرپرست موظف است قبل از اعزام ، راننده یا رانندگان را نسبت به نحوه ی ارتباط صحیح با دانش آموزان ، حساسیت کار و برخورد تربیتی با آنان و رعایت شئون اخلاقی توجیه کند .
 ۹. سرپرستان و مربیان موظفند در صورت عدم رعایت شئون اسلامی ، مقررات و سرعت مجاز ، به راننده تذکر دهند.
 ۱۰. حرکت وسایل نقلیه در شرایط بد آب و هوایی ممنوع می باشد.
- تبصره: ایاب و ذهاب دانش آموزان با وسایل حمل و نقل غیر مسافری از قبیل : وانت ، کامیونت ، کامیون ، تراکتور ممنوع می باشد.

وظایف دانش آموزان و اولیاء:

- ✓ آرایه رضایت نامه از ولی قانونی برای شرکت در طرح آموزش شنا
- ✓ ارائه گواهی سلامت از پزشک مبنی بر شرکت در ورزش شنا
- ✓ تهیه و همراه داشتن ملزومات ورزش شنا
- ✓ همکاری با سرپرست گروه اعزامی و عوامل اجرایی استخر (سرپرست، مربی، ناجی و...)
- ✓ در صورت ابتلا به بیماری، آگاه نمودن مسئولین مدرسه و استخر

سایر هنمودها و اقدامات اجرایی :

- ❖ مدیران استخر موظفند مراحل ثبت نام و دریافت مدارک بویژه معاینه پزشکی را انجام و برای هر دانش آموز کارت عضویت صادر نمایند.
- ❖ برنامه آموزشی کلاس ها با همکاری مسوولین انجمن شنا و استفاده از طرح درس ارسالی پیوست تهیه شود.
- ❖ زمان کلاس ها ی آموزش شنا به گونه ای تعیین و تنظیم شود که با ساعات درسی دانش آموزان تداخل نداشته باشد.
- ❖ استفاده از ساعت درس تربیت بدنی برای اجرای این طرح با توافق معلمین مربوطه و رعایت دستورالعمل شماره ۸۴/۲/۱۹-۵۰۰/۹۵۴/۱۰۰ (ضمیمه) بلامانع بوده و در این صورت حضور آموزگار و معلم تربیت بدنی به همراه دانش آموزان الزامیست.
- ❖ آموزگاران و معلمان تربیت بدنی با اطلاع رسانی قبلی نمره فعالیت کلاسی و مهارت ورزشی درس تربیت بدنی دانش آموزان شرکت کننده در طرح را به حضور و میزان یادگیری شنا اختصاص دهند.
- ❖ مناطق و شهرستانها جهت اعتبار بخشی به دوره و تقویت انگیزه دانش آموزان به تلاش مضاعف ، به دانش آموزان متناسب با سطح یادگیری و مهارت کسب شده گواهینامه پایان دوره شنا (برابر نمونه پیوست) صادر و برای درج در پرونده و اهداء به دانش آموز تحویل مدرسه نمایند.

➡ بخش فرهنگی :

➤ قرائت قرآن

تربیتی اتخاذ شود تا دانش آموزان قبل از شروع هر جلسه از تمرینات با همکاری و همراهی سرپرستان گروه به ترتیب یکی از سوره های کوچک قرآن کریم را بصورت جمع خوانی قرائت نموده و ترغیب به حفظ آن شوند.

➤ قرائت دعا و نیایش

شایسته است در پایان هر جلسه ی تمرینی ادعیه مناسب به ویژه دعای فرج امام زمان (عج) توسط دانش آموزان قرائت شود.

➤ برگزاری مسابقات فرهنگی

ترتیب دادن مسابقات مختلف فرهنگی ورزشی با تاکید بر ورزش شنا (ترجیحا" بصورت کتبی) که مشارکت خانواده ها را نیز در بر گیرد مورد سفارش می باشد .

➤ مراسم افتتاحیه و اختتامیه

مراسم افتتاحیه با برنامه های متنوع و مناسب و همچنین توجه کامل دانش آموزان نسبت به این طرح در اولین روز ورود دانش آموزان به استخر و نیز مراسم اختتامه با تجلیل و تقدیر از دانش آموزان ساعی و سایر دست اندرکاران پر تلاش در آخرین روز کلاس، با حضور مسوولین، متولیان، اولیاء و... برگزار شود.

تذکر مهم : هر استان نسبت به برگزاری مراسم با شکوه افتتاحیه ی طرح سباح در تاریخ ۸۹/۰۷/۲۶ (روز تربیت بدنی) با حضور مسئولین ، دست اندر کاران و اصحاب رسانه اقدام شایسته بعمل آورد .

امور تبلیغات و اطلاع رسانی

نصب بنر، بیلبرد، پلاکارد، بوسترهای تبلیغی و تهیه بروشور های آموزشی فرهنگی در سطح مدارس و استخرهای مجری طرح مورد انتظار می باشد.

منابع تامین اعتبار و نحوه هزینه:

بخش اعظم اعتبارات توسط مدیران کل استانهای کشور از محل ۱٪ بند (ب) و نیز از طرق مختلف و بهره گیری از تمامی منابع ممکن از جمله کمک ها و امکانات استانداری، شهرداری، ادارات کل سازمان تربیت بدنی، درآمدهای اختصاصی و ... تامین گردد.

بدیهی است وزارت آموزش و پرورش نیز اعتباراتی را در این خصوص تامین و ابلاغ خواهد نمود.

تبصره ۱: ملاک پرداخت اعتبار، آمار و اطلاعات ارسالی، تشخیص و تایید ناظرین منطقه/شهرستان، استان و همچنین گواهینامه های صادره می باشد.

تبصره ۲: ستاد شنای استان با گزارش شورای شنای منطقه/شهرستان جهت جبران زحمات عوامل آموزش و پرورش (مدیران، معاونین و معلمان دست اندرکار، سرپرستان گروههای اعزامی، ناظرین و همچنین عوامل اجرایی و ستادی فعال طرح در سطح منطقه/شهرستان و استان) با تخصیص اعتبار مناسب اقدام نماید.

نحوه نظارت و ارزیابی اجرای طرح:

مسئولیت نظارت کلی بر نحوه ی اجرای طرح سباح در سطح ستاد، استان ها و شهرستان ها/ مناطق با کارشناسان ارزیابی عملکرد خواهد بود، و سایر ناظرین حوزه ی ستادی، اداره تربیت بدنی استان، کارشناسی تربیت بدنی منطقه/شهرستان، روسای انجمن های شنای کشور، استان و منطقه، به عنوان عوامل نظارتی طرح سباح با کارشناسان یاد شده همکاری خواهند نمود.

چک لیست نظارت: شامل برگه ارزیابی فنی، ایمنی، بهداشتی - فرم پرسنلی - مدیریت و برنامه ریزی - نظر ستجی از سرپرست، مربی و ناجی استخر/مدیر، سرپرست اعزامی، اولیاء و دانش آموزان مدرسه می باشد که می بایست توسط شورای طرح استان تهیه و برای استفاده در اختیار مناطق و شهرستانها قرار گیرد.

ارزشیابی: با توجه به مشاهدات ناظرین و گزارش های واصله از مناطق/شهرستانها، در پایان هر دوره و پایان طرح مناطق و شهرستانها مورد ارزیابی قرار گرفته و ضمن انعکاس بازخورد برای اعمال اصلاحات، از مسوولین و عوامل اجرایی پرتلاش و موفق به نحو مقتضی از سوی کمیته منطقه/شهرستان تجلیل بعمل آید.

پس از اختتام و ارزیابی نهایی (کمی و کیفی)، از دست اندرکاران اصلی موفق و برتر اجرای این طرح ملی در سطح استانها (از سوی این وزارت) و در سطح مناطق و شهرستانها (از سوی استانها) تجلیل خواهد شد.

الف) طرح درس پایه جهت آموزش شنا :

طرح درس تدوین شده در برگیرنده محتوای آموزشی و تمرینات مربوط به حرکت روی آب ، پای دوچرخه و مهارت های شنای کرال سینه برای دانش آموزان مبتدی تحت پوشش طرح می باشد که با همکاری انجمن و مربیان شنا تدوین گردیده است . لازم است برای انجام هر چه بیشتر در روندآموزشی، طرح درس ضمیمه به تعداد مربیان شنا تکثیر و در اختیار آنان قرار گیرد. لازم است مربیان محترم طرح شنا نیز برای هماهنگی و همراهی در تحقق اهداف آموزشی ، طرح درس خود را با استفاده از طرح درس های مذکور و توام با خلاقیت و ابتکار های شخصی پیاده نمایند.

ب) لوح آموزشی شنای کودکان همراه با نقاشی-پوستر تبلیغی طرح سبح :

لوح های مذکور رسانه مناسبی برای آشنایی دانش آموزان با اشکال و حرکات بدن در تکنیک های مقدماتی شنا می باشد. نگاه دقیق و مکرر فراگیر به اشکال آموزشی لوح ها و رنگ کردن صفحات سیاه و سفید آن ضمن ایجاد تنوع و انگیزه مضاعف ، به درک شکل و حرکت صحیح بدن در انجام تمرینات کمک نموده ، یادگیری و اجرای درست مهارت های شنا را تسهیل می نماید. از مسوولین امر تقاضا می شود لوح های مذکور را تکثیر و در اختیار دانش آموزان قرار دهند. پوستر تبلیغی طرح آموزش فراگیر شنا را در قطع A3 تکثیر و در دید عموم قرار گیرد.

ج) گواهینامه طرح سبح :

این گواهینامه جهت اعتبار بخشی به دوره و تقویت انگیزه و تلاش مضاعف ، به دانش آموزان شرکت کننده متناسب با سطح یادگیری و مهارت کسب شده با امضای رئیس اداره آموزش و پرورش و مسئول تربیت بدنی منطقه اهداء گردد.

د) ابلاغ سرپرست اجرایی طرح شنا در مدارس

ه) ابلاغ سرپرست اعزامی گروه شنا به استخر

و) رضایتنامه ولی دانش آموزان شرکت کننده در طرح

ز) دستورالعمل وزارتی اردو و بازدید به شماره ۵۰۰/۲۴۴۷/۱۸۶-۸۸/۳/۱۷-شنا

ح) بخشنامه وزارتی وسیله ی نقلیه ایمن به شماره ۸۸/۵/۷-۵۲۰/۲۰۱۱/۳۱-شنا

ط) بخشنامه وزارتی ۵۰۰/۹۵۴/۱۰۰-۸۴/۲/۱۹ در خصوص اجرای ساعت درس تربیت بدنی در خارج از مدرسه

ی) فرم گزارش عملکرد تدریجی اجرای طرح آموزش شنا توسط مدرسه به منطقه/شهرستان

ک) فرم گزارش نهایی اجرای طرح آموزش شنا توسط مدرسه به منطقه/شهرستان

ل) فرم گزارش عملکرد کلی اجرای طرح آموزش شنا توسط منطقه/شهرستان به استان

م) فرم گزارش عملکرد کلی اجرای طرح آموزش شنا توسط استان به وزارت آموزش و پرورش

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمی
و صلی الله علی محمد و آله الطاهیرین

شماره :

تاریخ :



پیامبر اکرم (ص): بهترین سرگرمی مومن شنا کردن است.

اداره کل آموزش و پرورش استان.....

اداره آموزش و پرورش منطقه/شهرستان.....

گواهینامه پایان دوره شنا

طرح ملی آموزش شنا ویژه دانش آموزان پایه سوم دوره ابتدایی

آقای/ خانم	فرزند	شماره شناسنامه	صادره از	دانش آموز عزیز
دبستان	از تاریخ	لغایت	به مدت	ساعت در محل استخر
منطقه/شهرستان	در طرح آموزش سراسری شنا شرکت نموده و با موفقیت آزمون های سطح			
این دوره را گذرانده است.				

- ۱- سطح یک: قادر است ۱۰ متر را با پای کراال طی نموده ۱۵ ثانیه با پای دوچرخه در قسمت عمیق شناور بماند.
- ۲- سطح دو: قادر است ۱۰ متر را با دست و پای کراال طی نموده ۳۰ ثانیه با پای دوچرخه در قسمت عمیق شناور بماند.
- ۳- سطح سه: قادر است ۱۰ متر را با دست و پای کراال طی نموده، ۳۰ ثانیه با پای دوچرخه در قسمت عمیق شناور بماند و مسیر طی شده را برگردد.

رئیس آموزش و پرورش منطقه/شهرستان
مهر و امضاء

مسئول تربیت بدنی اداره
مهر و امضاء

شماره :

با سمه تعالی

اداره کل آموزش و پرورش استان...

تاریخ:

آمورش و پرورش منطقه/شهرستان...

پیوست:



«ابلاغ ویژه سرپرست اجرایی طرح آموزش شنا»

جناب آقای :

سرکار خانم:

با سلام و احترام

در راستای اجرای طرح ملی آموزش شنا به دانش آموزان، نظر به تعهد، شایستگی و تجارب ارزنده شما، به

موجب این ابلاغ از تاریخ..... لغایت..... به عنوان سرپرست اجرایی طرح آموزش شنا دانش آموزان

ابتدایی تعیین می شود .

انتظار دارد با رعایت دقیق ضوابط و مقررات تعیین شده، احساس مسوولیت و علاقه مندی در انجام وظایف

محواله، تحت نظر ستاد اجرایی طرح در منطقه/شهرستان فعالیت نموده و موفق و موید باشید .

بدیهی است حق الزحمه شما، پس از ارائه گزارش انجام کار، از محل اعتبارات مربوطه قابل پرداخت می باشد.

مهر و امضاء

رئیس اداره ی آموزش و پرورش منطقه/شهرستان

شماره :

بسمه تعالی

تاریخ:

اداره کل آموزش و پرورش استان...

پیوست:

آموزش و پرورش منطقه / شهرستان...



«ابلاغ ویژه سرپرست گروه اعزامی شنا (طرح سباح)»

جناب آقای :

سرکار خانم:

با سلام و احترام

در راستای اجرای طرح ملی آموزش شنا به دانش آموزان، نظر به تعهد، شایستگی و تجارب ارزنده شما، به موجب این ابلاغ

از تاریخ..... لغایت..... به عنوان سرپرست دانش آموزان در طرح آموزش شنا تعیین می شوید .

انتظار دارد برابر ظوابط و مقررات تعیین شده، با احساس مسوولیت و علاقه مندی در انجام وظایف محوله تحت نظر

سرپرست اجرایی برنامه جناب آقای / سرکار خانم موفق و منصور باشید .

بدیهی است حق الزحمه شما، پس از ارائه گزارش انجام کار، از محل اعتبارات مربوطه قابل پرداخت می باشد. .

نام و نام خانوادگی - مهر و امضاء

مدیر آموزشگاه



بسمه تعالی

اداره کل آموزش و پرورش استان ...

آموزش و پرورش منطقه/شهرستان...

«رضایت نامه اولیای دانش آموزان شرکت کننده در طرح آموزش شنا(سباح)»

به: آموزش و پرورش منطقه/شهرستان.....

مدیر محترم آموزشگاه ابتدایی.....

با احترام ؛

اینجانب ولی یا قیم دانش آموز کلاس.....با شرکت فرزندم در طرح ملی آموزش شنا که از

تاریخ لغایت تحت نظارت و سرپرستی مربیان و سرپرستان برگزاری گردید موافقت و رضایت کامل دارم .

تذکرات :

۱. فرزندم مشکل یا بیماری خاصی که مانع حضورش در استخر و آب شود ندارد.

۲. با حضور فرزندم در برنامه ی تمرینی آموزش شنا موافق هستم .

۳. مسوولیت رعایت کلیه ی موارد اردویی از جانب فرزندم را پذیرفته و هیچ گونه شکایتی ندارم .

۴. متعهد می شوم راس ساعت مقرر پس از اتمام آموزش ؛ فرزندم را در محل مورد نظر تحویل بگیرم .

۵. ملزومات شخصی شنا را شامل: حوله، مایو، ساک و...در اختیار فرزندم قرار می دهم.

نشانی و تلفن های ضروری :

نشانی منزل :

تلفن منزل:

تلفن همراه ولی:

تلفن محل کار ولی:

نام و نام خانوادگی ولی دانش آموز

تاریخ - امضاء - اثر انگشت



باسمه تعالی

اداره کل آموزش و پرورش استان...
آموزش و پرورش منطقه / شهرستان...

اداره تربیت بدنی

طرح سبح

گزارش تدریجی مدارس از اجرای طرح آموزش شنا (سباح) پایه سوم ابتدایی (ترم) سال تحصیلی ۸۹-۹۰

الف) اطلاعات آموزشگاه

منطقه: نام آموزشگاه: نام مدیر: تلفن مدیر: تلفن مدرسه:
جنسیت: ☐ پسرانه ☐ دخترانه تعداد کلاس های پایه سوم: تعداد دانش آموزان پایه سوم:

ب) اطلاعات دوره برگزار شده

تعداد دانش آموزان تحت پوشش طرح در این ترم: تعداد کلاس های آموزش شنادر این ترم:
تاریخ شروع و پایان کلاس های آموزش شنا در این ترم: روزهای برگزاری کلاس های آموزشی: ساعت برگزاری کلاس های آموزشی:

تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح یک گردیده اند:
تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح دو گردیده اند:
تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح سه گردیده اند:
تعداد دانش آموزانی که باید مجددا در دوره آموزشی شرکت نمایند:

ج) اطلاعات مربوط به استخر

نام استخر محل تشکیل کلاس ها: نام و نام خانوادگی مدیر استخر:
نشانی و شماره تلفن استخر:

☐ نوع مدیریت استخر: تحت مدیریت آموزش و پرورش	☐ تحت مدیریت سازمان تربیت بدنی	☐ تحت مدیریت ارگان های دولتی
☐ تحت مدیریت ارگان های نظامی یا انتظامی	☐ تحت مدیریت بخش خصوصی	☐ تحت مدیریت شهرداری
میزان همکاری مدیریت استخر در اجرای مطلوب طرح:	عالی ☐ خوب ☐ متوسط ☐ ضعیف ☐	
میزان همکاری مربیان استخر در اجرای مطلوب طرح:	عالی ☐ خوب ☐ متوسط ☐ ضعیف ☐	
وضعیت امکانات فیزیکی استخر جهت اجرای مطلوب طرح:	عالی ☐ خوب ☐ متوسط ☐ ضعیف ☐	
میزان همکاری ناچیان و عوامل اجرایی استخر در اجرای مطلوب طرح:	عالی ☐ خوب ☐ متوسط ☐ ضعیف ☐	

نام و نام خانوادگی مدیر آموزشگاه
مهر و امضا



بسمه تعالی
اداره کل آموزش و پرورش استان...
آموزش و پرورش منطقه / شهرستان...

طرح سبح

اداره تربیت بدنی

گزارش نهایی مدارس از اجرای طرح آموزش شنا (سباح) پایه سوم ابتدایی در سال تحصیلی ۹۰-۸۹

الف) اطلاعات آموزشگاه

منطقه: نام آموزشگاه: نام مدیر: شماره تلفن مدیر: شماره تلفن مدرسه:
جنسیت: ☐ پسرانه ☐ دخترانه تعداد کلاس های پایه سوم: تعداد دانش آموزان پایه سوم:

ب) اطلاعات دوره یا دوره های برگزار شده

ردیف	موضوع	ترم ۱	ترم ۲	ترم ۳	ترم ۴	ترم ۵	ترم ۶	ترم ۷	جمع کل
۱	تعداد دانش آموزان تحت پوشش طرح								
۲	تعداد کلاس های آموزش شنا								
۳	تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح یک گردیده اند								
۴	تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح دو گردیده اند								
۵	تعداد دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه سطح سه گردیده اند								
۶	مجموع دانش آموزانی که موفق به دریافت گواهی نامه گردیده اند								
۷	تعداد دانش آموزانی که باید مجدداً در دوره آموزشی شرکت نمایند								

ج) اطلاعات مربوط به عوامل اجرایی طرح

اسامی افرادی که در اجرای هرچه مطلوبتر طرح ملی آموزش شنا به دانش آموزان دوره ابتدایی در آموزشگاه همکاری داشته اند:

ردیف	نام و نام خانوادگی	سمت در آموزشگاه	سمت در کمیته اجرایی طرح (انجمن ورزشی)	ملاحظات

نام و نام خانوادگی مدیر آموزشگاه
مهر و امضاء

فرم حضور و غیاب کلاس های طرح ملی آموزش مشابه دانش آموزان پایه سوم ابتدایی سال ۱۳۹۰ - ۱۳۸۹

ردیف	نام و نام خانوادگی دانش آموز	وضع دانش آموز در ابتدای دوره	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه	فرم ارزشیابی پایانی دوره آموزشی	
																	سطح یک	سطح دو
۱	طیبه ۱																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲	طیبه ۲																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۳	طیبه ۳																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۴	طیبه ۴																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۵	طیبه ۵																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۶	طیبه ۶																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۷	طیبه ۷																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۸	طیبه ۸																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۹	طیبه ۹																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۰	طیبه ۱۰																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۱	طیبه ۱۱																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۲	طیبه ۱۲																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۳	طیبه ۱۳																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۴	طیبه ۱۴																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۵	طیبه ۱۵																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۶	طیبه ۱۶																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۷	طیبه ۱۷																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۸	طیبه ۱۸																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۱۹	طیبه ۱۹																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲۰	طیبه ۲۰																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲۱	طیبه ۲۱																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲۲	طیبه ۲۲																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲۳	طیبه ۲۳																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی
۲۴	طیبه ۲۴																۱۰ اسفندی	۱۰ اسفندی

مهر و امضای مدیر آموزشی

مهر و امضای مسئول کلاس / نام و نام خانوادگی دانش آموز / نام و نام خانوادگی والدین دانش آموز / نام و نام خانوادگی معلم

2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 74, 76, 78, 80, 82, 84, 86, 88, 90, 92, 94, 96, 98, 100

[illegible]

رئیس محترم سازمان آموزش و پرورش استان

با سلام و احترام

به استناد ماده ۱۰۷ این نامه اجرایی مدارس و نظر به ضرورت، اهمیت و نقش سازنده اردوها و بازدیدهای دانش آموزی در فراگیری مهارت های زندگی و اجتماعی، به پیوست دستورالعمل اجرایی اردو و بازدید دانش آموزی ارسال می گردد. مقتضی است با توجه به موارد ذیل اقدامات لازم مبذول گردد.

۱. این دستورالعمل به کلیه مدارس و سایر فضاهای آموزشی و پرورشی اعم از کانون های فرهنگی و تربیتی ، اردوگاه های دانش آموزی و ... ارسال گردد .

۲. ضروری است تمامی اردوها و بازدیدهای دانش آموزی در همه دوره های تحصیلی براساس این دستورالعمل و با هماهنگی و کسب مجوز از معاونت پرورشی و تربیت بدنی آموزش و پرورش برگزار شود.

۳. برای مدیران مدارس و سایر فضاهای آموزشی و پرورشی و نیز مسئولان و عوامل اجرایی اردوها و بازدیدهای دانش آموزی در ناحیه/منطقه/شهرستان و استان در مورد اجرای این دستورالعمل جلسات توجیهی برگزار شود.

۴. سایر ارگان ها و سازمان هایی که اردو و بازدیدهای دانش آموزی برگزار می کنند موظف به رعایت مفاد این دستورالعمل می باشند.

۵. مسئولیت حسن اجرای این دستورالعمل به عهده رئیس سازمان آموزش و پرورش استان می باشد.

۶. با ابلاغ این دستورالعمل کلیه شیوه نامه های قبلی کان لم یکن تلقی می گردد. ک/۸۶/۸۶۱

علی اصغر یزدانی
معاون پرورشی و تربیت بدنی

مجله خاندان و راهبردهای
۳، ۹۶۱۸۹
تولید ۲، ۳، ۱۸۸

تحریر: خیابان لہند سیدہ کرنی - نیش چہلراہ، صہ - سلخمان زندہ پلا علاہ سدران
تلفون: ۸۸۸۲۷۰۷۱-۹ فاکس: ۸۲۲۸۲۱۲۹-۸۸۸۱۹۱۱۹۔ کہ ہستی: ۱۵۸۱۶۶۲۳۱۵

۵۲/۳۰۱۱۳۴
شماره ۸۸۲۵۷۷
پروژه

بسم الله

جمهوری اسلامی ایران
ناتنظیر
مستند، بی‌بند و باری

رئیس محترم سازمان آموزش و پرورش استان

تیم ۳۱۱

با سلام و احترام

نظر به اهمیت برگزاری اردوهای دانش آموزی پیرو دستورالعمل
اجرائی اردو و بازدید به شماره ۵۰۰/۲۲۴۷/۱۸۶ مورخ ۸۸۳/۱۷ و تاکید
مقام عالی وزارت به منظور افزایش اطمینان، صیانت و ایمنی بیشتر الزاماً
جهت ایاب و ذهاب دانش آموزان استفاده از وسیله نقلیه مناسب مجهز به
امکانات ایمنی از شرکت های معتبر، با رعایت ظرفیت قانونی مطابق با
ضوابط و مقررات راهنمایی و رانندگی الزامی می باشد.

علی اصغر یزدانی

معاون پرورشی و تربیت بدنی

سازمان آموزش و پرورش شهرستان
شماره ۱۱۳۶۱۶، ۳۸۲
تاریخ ۱۳۸۸/۱۰/۰۲

۵۸۶

تهران - خیابان احمدیه سید لاری - دفتر چهارم، طبقه اول - پلاک ۱۵
تلفن: ۸۸۸۱۷۰۶۱-۸۸۸۱۷۰۶۲ - ۸۸۸۱۷۰۶۳ - ۸۸۸۱۷۰۶۴ - ۸۸۸۱۷۰۶۵ - ۸۸۸۱۷۰۶۶



جمهوری اسلامی ایران
وزارت آموزش و پرورش
وزیر

باسمه تعالی

۱۳۵۴/۹/۸۰۰

تاریخ: ۸۴/۲/۱۹

پست:



سازمان آموزش و پرورش استان

با سلام و احترام

با توجه به برنامه درس تربیت بدنی در دوره ابتدایی و اهمیت اجرای مطلوب آن به منظور ارتقای سطح سلامت و بهداشت دانش آموزان و استفاده بهینه از کلبه اماکن ورزشی داخل و خارج مدارس که متعلق به آموزش و پرورش و سایر دستگاهها و سازمان می باشند، موارد ذیل برای اجرا ابلاغ می گردد:

۱- با اصلاح سیستم بکفا در ابلاغ دبیران و معلمان تربیت بدنی که ساعات تدریس خود را در اماکن ورزشی خارج از مدارس انجام می دهند در قسمت ملاحظات، تدریس در مجتمع های ورزشی نیز درج گردد.

۲- محل اجرای برنامه درس تربیت بدنی (مکان ورزشی) و زمان آن به اولیاء دانش آموزان اطلاع داده شود.

۳- رضایت نامه کتبی از اولیاء دانش آموزان اخذ گردد.

۴- جهت حضور معلم و دانش آموزان در مکان ورزشی، در ابتدای سال تحصیلی هماهنگی لازم با تنظیم

صورتجلسه بین معلم مربوطه، مدیر آموزشگاه، مدیر مکان ورزشی و مسئول تربیت بدنی منطقه انجام و یک

نسخه از آن به تربیت بدنی آموزش و پرورش منطقه ارسال گردد.

۵- فاصله مکان ورزشی برای استفاده دانش آموزان ابتدایی، حداکثر ۵۰۰ متر در نظر گرفته شود.

۶- جهت ایاب و ذهاب دانش آموزان هماهنگی لازم بین اولیاء دانش آموزان و مدارس مجری طرح

صورت پذیرد.

مورثی حاجی

سازمان آموزش و پرورش استان
تاریخ: ۸۴/۲/۱۹
شماره: ۶۴۱۳۵/۲۹
تاریخ: ۱۳۸۳/۲/۲۸

طرح درس پیشنهادی طرح ملی آموزش شنای دانش آموزان پایه سوم ابتدایی (طرح سیاحت)

حکایت	آموزش	تحرکات	امورانی	وسایل کمک آموزشی
حکایت دوم	آموزش سرخوردن در این مرحله دانش آموز در حالی که داخل آب و دست به دیواره استخر استاده است همان خود را بصورت کشیده در حرکت کشید و سر برداده و بدن را بر روی آب خم می کند ، سپس با فشار بدن پا به دیواره حرکت سرخوردن را انجام می دهد. <u>آموزش پای کرال</u> <u>سینه</u> سرگت پا از مفصل ران است زانو هم حرکت می کند اما حرکت آن کمتر از مفصل قدامی است و فقط از سطح آب به سمت عقب جابجا می شود.	انجام انواع تحرکات مربوط به پای کرال. انجام تحرکات مختلف از ساده به مشکل جهت آموزش اسطرت. دانش آموزان با گرفتن لبه استخر چند بار به قسمت عقب بروند و برگردند و پا با توجه به گرفتن لبه غریبه ور شوند و حمل دم و پا دم را انجام دهند. آموزش حرکت مسلط در قسمت عقب.	سرخوردن به دیوار با ۳۰ متر و زدن پای کرال سینه	تخته شنا
حکایت سوم	ادامه آموزش پای کرال و مراحل اولیه استخر شنا و آشنایی با قسمت عقب	انجام انواع تحرکات مربوط به پای کرال. انجام تحرکات مختلف از ساده به مشکل جهت آموزش اسطرت. دانش آموزان با گرفتن لبه استخر چند بار به قسمت عقب بروند و برگردند و پا با توجه به گرفتن لبه غریبه ور شوند و حمل دم و پا دم را انجام دهند. آموزش حرکت مسلط در قسمت عقب.	انجام تحرکات مربوط به پای کرال سینه	تخته شنا
حکایت چهارم	آموزش پای کرال سینه پیش رفته	آموزش پای کرال سینه (سرپایین - سرپایین با هواگیری) در قسمت کم عمق تحرکات پای کرال سینه در قسمت عمیق با حضور مربی تحرکات پای کرال سینه از پهلوی مادر قسمت کم عمق تحرکات پای کرال سینه از پهلوی مادر قسمت عمیق	انجام تحرکات مربوط به پای کرال سینه	تخته شنا
حکایت پنجم	آموزش دست کرال سینه	آموزش دست کرال سینه در خشکی تحرکات دست کرال سینه به صورت نیمه استاده در قسمت کم عمق تحرکات دست کرال سینه به صورت شناور در قسمت کم عمق	آشنایی عملیاتی با مهارت دست کرال سینه	تخته شنا

طرح درس پیشنهادی طرح ملی آموزش شنای دانش آموزان پایه سوم ابتدایی (طرح سیاح)

حکایت	آموزش	نمونهات	اهداف	وسایل کمک آموزشی
هفتم	هماهنگی دست و پای کرال سینه	تمرینات هماهنگی دست و پای کرال سینه در قسمت کم عمق تمرینات هماهنگی دست و پای کرال سینه در قسمت عمیق با حضور مربی	هماهنگی مهارت های دست و پای کرال سینه	نمونه شنا
هشتم	نفس گیری در شنای کرال سینه	تمرینات نفس گیری در خشکی تمرینات نفس گیری در قسمت کم عمق به صورت نیمه ایستاده تمرینات نفس گیری در حال شنا در قسمت کم عمق استخر تمرینات نفس گیری در حال شنا در قسمت عمیق استخر	ترکیب مهارت های شنای کرال سینه با نفس گیری	
نهم				
دهم	مرور در جلسات قبل و آموزش پای دوچرخه	تمرینات هماهنگی دست و پای کرال سینه و نفس گیری در قسمت عمیق تمرینات پای دوچرخه در قسمت کم عمق	ترکیب سه حرکت و انجام دادن این حرکات	نمونه شنا
یازدهم	مرور تمرینات قبلی دست و پای کرال و هماهنگی دست و پای دوچرخه در قسمت کم عمق و عمیق	پرش در قسمت عمیق زدن پای دوچرخه و بالا آمدن از آب نشستن در لبه استخر و پرش در آب انجام تمرین فرکان با مربی برای یادگیری بهتر حرکت دست سر خوردن و انجام حرکت دست کرال به تنهایی (بدون ضربه پا) سر خوردن و اجرایی حرکت دست کرال همراه با ضربه پا	ترکیب سه حرکت و انجام دادن این حرکات در زمان خود با حفظ تعادل	
یازدهم	هماهنگی شنای کرال سینه و پای دوچرخه در قسمت عمیق استخر	دانش آموزان را تا به توانایی هایشان در دسته های مختلف قرار داده و برای مسابقه که بهتر است در حضور اولیا اجرا شود ، گروه بندی نمایید و برای تشویق به یادگیری بیشتر بهتر است تا چهار شنا توسط مربی اجرا شود.	اشناسایی با شنای ابتدایی کرال سینه و پای دوچرخه و ارزیابی سطح شناگری آنان	

نکته: به منظور یادگیری بهتر ، اجرای تمرینات جلسات پیشین در ابتدای هر جلسه ضروری می باشد .