

TP Hồ Chí Minh, ngày 18 tháng 3 năm 2024

Số: 45 /KH-BLPT

KẾ HOẠCH TỔ CHỨC KHÓA HỌC THỂ THAO DƯỚI NƯỚC MIỄN PHÍ NĂM 2024

Thực hiện Quyết định số 250/QĐ-SVHTT ngày 07 tháng 02 năm 2024 của Sở Văn hóa và Thể thao về chương trình công tác trọng tâm thực hiện nhiệm vụ phát triển sự nghiệp văn hóa và thể thao năm 2024, theo đó, chỉ tiêu phát triển thể thao năm 2024 “Mỗi người dân Thành phố Hồ Chí Minh được hỗ trợ hướng dẫn tập luyện miễn phí chương trình cơ bản ít nhất 01 môn thể dục thể thao”. Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ xây dựng kế hoạch tổ chức khóa học thể thao miễn phí năm 2024 như sau:

1. Mục đích – Ý nghĩa:

- Hưởng ứng Cuộc vận động “Toàn dân rèn luyện thể thao theo gương Bác Hồ vĩ đại” thông qua đó vận động đông đảo người dân Thành phố thường xuyên tham gia tập luyện các môn thể thao, rèn luyện sức khỏe, góp phần nâng cao sức khỏe cộng đồng, Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ tổ chức khóa học thể thao miễn phí năm 2024 với phương châm “Vận động người dân tham gia tập luyện thể thao”.

- Tạo sức lan tỏa, ảnh hưởng tích cực đến cộng đồng trong phong trào toàn dân tự giác tập luyện, rèn luyện thể lực, tăng cường sức khỏe để đáp ứng nhiệm vụ học tập và lao động.

2. Thời gian, địa điểm khóa học:

- Khóa 1: Từ ngày 01/04/2024 đến 31/05/2024;

- Thời gian đăng ký: Từ ngày 15/03/2024 đến 29/03/2024;
- Khai giảng: Ngày 01/04/2024;
- Môn thể thao: Bơi phòng chống đuối nước.

- Khóa 2: Từ ngày 01/07/2024 đến 30/08/2024;

- Thời gian đăng ký: Từ ngày 01/06/2024 đến 30/06/2024;
- Khai giảng: Ngày 01/07/2024;
- Môn thể thao: Bơi phổ thông.

- Địa điểm: Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ; số 215A Lý Thường Kiệt, phường 15, Quận 11, Thành phố Hồ Chí Minh;

- Số điện thoại liên hệ: Bà Võ Thị Thanh Vi 0902747775.

3. Đối tượng và nội dung:

3.1 Đối tượng tham gia: Dành cho mọi đối tượng; lực lượng vũ trang, học sinh, sinh viên trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh (người/khóa học; Trang phục tập luyện do cá nhân tự trang bị).

3.2 Nội dung, thời gian các lớp:

- Môn Bơi phòng chống đuối nước:
 - Lớp 1: thứ 2-4-6, thời gian từ 10g30 đến 11g30;
 - Lớp 2: thứ 2-4-6, thời gian từ 13g30 đến 14g30;
- Môn Bơi phổ thông:
 - Lớp 1: thứ 3-5-6, thời gian từ 10g30 đến 11g30;
 - Lớp 2: thứ 3-5-6, thời gian từ 13g30 đến 14g30;

3.3 Chương trình khóa học:

- Lý thuyết:
 - Khái quát về phòng chống đuối nước
 - Kiến thức cơ bản sơ cấp cứu
 - Các nguyên tắc và phương pháp phòng chống đuối nước
- Thực hành:
 - Kỹ thuật động tác cơ bản
 - Kỹ năng sơ cấp cứu
 - Phương pháp PCR

4. Tổ chức thực hiện:

4.1. Tổ Hành Chính – Tài vụ:

- Tham mưu Quyết định thành lập Ban Tổ chức khóa học.
- Tiếp nhận, Ghi danh danh sách người dân đăng ký

4.2. Tổ Chuyên môn nghiệp vụ:

- Chịu trách nhiệm về cơ sở vật chất, sân bãi tập luyện, phân công nhân sự vệ sinh khu vực tập luyện.

- Tham mưu và bố trí huấn luyện viên phụ trách giảng dạy; tham mưu chương trình, giáo án giảng dạy.

- Tham mưu báo cáo kết quả tổ chức thực hiện kế hoạch.

4.3. Ban Chấp hành Công đoàn và Chi Đoàn thanh niên:

- Chủ động tuyên truyền, phổ biến và vận động người dân tham gia đăng ký tập luyện các môn thể thao theo kế hoạch.

5. Tiến độ thực hiện:

5.1 Xây dựng và triển khai thực hiện kế hoạch

- Từ ngày 15/03/2024: Xây dựng kế hoạch;
- Từ ngày 20/03/2024: Triển khai thực hiện kế hoạch

5.2 Khóa 1

- Thời gian đăng ký: Từ ngày 20/03/2024 đến 29/03/2024.

- Ngày 01/4/2024: Khai giảng và tổ chức giảng dạy.
- Từ ngày 27/5/2024 đến 30/5/2024: Sơ kết đánh giá, rút kinh nghiệm việc triển khai Khóa 1.

5.3 Khóa 2

- Thời gian đăng ký: Từ ngày 01/06/2024 đến 30/06/2024.
- Ngày 01/7/2024: Khai giảng và tổ chức giảng dạy.
- Từ ngày 26/8/2024 đến 30/8/2024: Tổng kết đánh giá công tác tổ chức thực hiện và báo cáo Sở Văn hóa và Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.

Trên đây là Kế hoạch tổ chức khóa học thể thao miễn phí năm 2024. Đề nghị các phòng, bộ phận liên quan chủ động, tích cực phối hợp triển khai thực hiện hiệu quả./.

Nơi nhận:

- Lãnh đạo Sở VH TT (để báo cáo);
- Công đoàn Sở;
- Phòng QLTDĐT; P.TCPC;
- Lưu.



Lương Tích Thiện



DANH SÁCH
HUẤN LUYỆN VIÊN THAM GIA HUẤN LUYỆN
KHÓA HỌC THỂ THAO MIỄN PHÍ NĂM 2024

1/ Danh sách huấn luyện viên các môn

| Stt | Môn | Huấn luyện viên | Số điện thoại |
|-----|---------------------------|--|---------------------|
| 01 | Môn Phòng chống đuối nước | - Nguyễn Thành Tâm - Nguyễn Ngọc Cường - Phạm Anh Tài - Nguyễn Thanh Phong - Lý Trần Hữu Hiệp | 0902747775 (Chị Vi) |
| 02 | Môn Bơi Phổ Thông | - Nguyễn Thanh Hải - Lý Thanh Tùng - Ngô Quốc Bảo - Tô Anh Tùng - Nguyễn Anh Kiệt - Trần Tự Túc - Nguyễn Văn Thiện | 0902747775 |

2/ Chương trình huấn luyện

| Stt | Môn | Lý thuyết | Thực hành |
|-----|-----------------------|--|--|
| 01 | Phòng chống đuối nước | - Khái quát về phòng chống đuối nước - Kiến thức cơ bản sơ cấp cứu - Các nguyên tắc và phương pháp phòng chống đuối nước | - Kỹ thuật động tác cơ bản - Kỹ năng sơ cấp cứu - Phương pháp PCR |
| 02 | Bơi phổ thông | - Lịch sử môn bơi - Luật thi đấu - Các nguyên tắc và phương pháp tập luyện TDDT | - Kỹ thuật bơi Éch - KT bơi chân - Kỹ thuật bơi tay, chân - Kỹ thuật phối hợp - Các PP HL Trực quan. |