

Uchwała Nr XXX/564/2004

Rady Miejskiej w Dąbrowie Górniczej

z dnia 25 sierpnia 2004 roku

w sprawie : przyjęcia „Gminnego programu krzewienia kultury fizycznej oraz kształtowania prawidłowych nawyków zdrowego trybu życia i wypoczynku dzieci i młodzieży dąbrowskich szkół realizowany poprzez wszechstronne zajęcia rekreacyjno-sportowe w wodzie”.

Na podstawie : art. 7 ust. 1 pkt 10, art. 18, ust.. 2, pkt 15 Ustawy z dnia 8 marca 1990r. o samorządzie gminnym (tekst jednolity Dz. U. NR 142 poz.1591 z 2001r. z późniejszymi zmianami) oraz art. 42 ust. 1, art. 42 ust. 2 pkt 1 i 2 Ustawy z dnia 18 stycznia 1996r. o kulturze fizycznej (Dz. U. Nr 81, poz. 889 z 2001r. z późniejszymi zmianami) na wniosek Komisji ds. Sportu, Rekreacji i Kultury – **Rada Miejska w Dąbrowie Górniczej**

uchwała :

§ 1

Przyjąć do realizacji „Gminny program krzewienia kultury fizycznej oraz kształtowania prawidłowych nawyków zdrowego trybu życia i wypoczynku dla dzieci i młodzieży dąbrowskich szkół realizowany poprzez wszechstronne zajęcia rekreacyjno- sportowe w wodzie”, stanowiący załącznik do niniejszej Uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Prezydentowi Miasta.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący Rady Miejskiej

Robert Koćma

Załącznik

do Uchwały Nr XXX/564/2004
Rady Miejskiej w Dąbrowie Górniczej
z dnia 25 sierpnia 2004 roku

**GMINNY PROGRAM KRZEWIENIA KULTURY FIZYCZNEJ
ORAZ KSZTAŁTOWANIA PRAWIDŁOWYCH NAWYKÓW
ZDROWEGO TRYBU ŻYCIA I WYPOCZYNKU DLA DZIECI
I MŁODZIEŻY DĄBROWSKICH SZKÓŁ REALIZOWANY
POPRAZEC WSZECHESTRONNE ZAJĘCIA REKREACYJNO-
SPORTOWE W WODZIE**

I. Wstęp

Podstawowym celem upowszechniania kultury fizycznej jest dbałość o prawidłowy rozwój psychofizyczny i zdrowie wszystkich obywateli, a w szczególności dzieci i młodzieży. Do priorytetowych zadań własnych gminy, które określono w Ustawie o samorządzie gminnym, a także w Ustawie o kulturze fizycznej jest zaspakajanie zbiorowych potrzeb wspólnoty lokalnej między innymi w zakresie obejmującym kulturę fizyczną i ochronę zdrowia.

Kultura fizyczna jest atrakcyjną sferą działalności ludzkiej. Uczestnictwo w różnych formach aktywności fizycznej może być źródłem ogromnej satysfakcji. Rozwój cywilizacji i związane z tym powstające zagrożenia zdrowotne oraz narastające różnorodne patologie społeczne, które objęły swoim zasięgiem także dzieci i młodzież, powinny mobilizować władze lokalnych samorządów do podejmowania wszelkich niezbędnych, prewencyjnych działań mających na celu nie tylko ograniczenie i w miarę możliwości eliminację powstających zagrożeń, lecz również do poszukiwań takich sposobów kształtowania postaw wobec kultury fizycznej wśród mieszkańców gminy, a dzieci i młodzieży w szczególności, które zaowocują nawykiem aktywnego i czynnego fizycznie spędzania wolnego czasu oraz ciągłą troską o poprawę swojej sprawności fizycznej i własnego zdrowia.

Ponadto, niezdrowe wzorce społeczne - nieodpowiedniego odżywiania się i braku aktywności ruchowej utrwalające się wśród dzieci i młodzieży, a także znaczący odsetek najmłodszej części populacji w naszej gminie dotknięty wadami postawy, są dodatkowymi czynnikami, które uzasadniają celowość wdrożenia do realizacji niniejszego programu. Wysoki poziom stresu wywołany rywalizacją o jak najlepsze wyniki w nauce, a w konsekwencji najdogodniejszy start do kariery zawodowej wespół z brakiem ruchu i wadliwym odżywianiem, degeneruje zdrowotnie społeczeństwo od najmłodszych lat. Niezbędne i konieczne jest więc podjęcie działań mających na celu przeciwdziałanie opisanej sytuacji.

Zapisy zawarte w nadmienionych wyżej ustawach, jak również w „Ogólnej strategii rozwoju Dąbrowy Górniczej do roku 2006”, mówią między innymi o możliwości i konieczności działań władz samorządowych na rzecz podnoszenia poziomu zdrowia wśród społeczności lokalnej, tworzeniu warunków umożliwiających mieszkańcom gminy - dzieciom i młodzieży w szczególności, dostęp do kultury fizycznej, jak również przeciwdziałania wszelkim powstającym patologiom społecznym.

Mając powyższe na uwadze Komisja Rady Miejskiej ds. Zdrowia i Opieki Społecznej w kwietniu br. skierowała do Prezydenta Miasta stosowny wniosek o zabezpieczeniu w budżecie gminy środków na realizację programu.

II. Cele programu

Kreowanie wśród dzieci i młodzieży zdrowego trybu życia oraz umiejętności aktywnego fizycznie spędzania czasu wolnego, a także zapobieganie powstawaniu i rozwojowi narastających schorzeń cywilizacyjnych wśród dzieci i młodzieży takich jak: otyłość, cukrzyca, nerwica depresyjna, nadciśnienie, osłabienie mięśni spowodowane ich niedoczynnością, choroba zwyrodnieniowa stawów, wady stóp i postawy ciała.

Celem pośrednim, który zostanie osiągnięty dzięki wdrożeniu do realizacji programu będzie :

- objęcie podstawową nauką pływania jak największej liczby dzieci i młodzieży ze szkół nie posiadających basenów własnych, głównie z „terenów zielonych” gminy,
- możliwość doskonalenia przez dzieci i młodzież umiejętności pływackich w różnych stylach,
- zapoznanie się uczestników programu z podstawowymi elementami ratownictwa wodnego, a także udzielania pierwszej pomocy medycznej,
- nabycie przez uczestników programu umiejętności odpowiedniego, bezpiecznego zachowania się nad wodą i w wodzie.

III. Odbiorcy programu

Program skierowany jest do dzieci i młodzieży wszystkich szkół z terenu gminy Dąbrowa Górnicza, a w szczególności do młodzieży z placówek oświatowych nie posiadających basenów, do których uczęszcza ok. 12 tysięcy uczniów. Programem objęci zostaną także uczniowie Zespołów Szkół Specjalnych i Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Słabo Widzących i Niewidomych.

IV. Dysponent środków

Środki finansowe na realizację programu zostaną zabezpieczone w Wydziale Sportu, Rekreacji i Turystyki.

V. Realizatorzy programu

Podmioty i instytucje posiadające odpowiednią bazę oraz specjalistyczne zaplecze techniczne umożliwiające kompleksową realizację programu, wykwalifikowaną i profesjonalną kadrę instruktorów pływania, rehabilitacji, odnowy biologicznej, masażu, ratowników wodnych i innych niezbędnych do realizacji programu specjalistów.

VI. Merytoryczna treść zajęć objęta programem

Cele programu realizowane będą poprzez systematyczne ćwiczenia sportowo-rekreacyjne w wodzie, usprawniające i podnoszące na wyższy poziom funkcje układu oddechowo - krążeniowego i kostnego, ćwiczenia usprawniające i uelastyczniające aparat więzadłowy stawów, ćwiczenia korekcyjne wad postawy, ćwiczenia relaksacyjne obniżające poziom stresu, ćwiczenia z elementami podstawowej nauki i doskonalenia pływania oraz :

1. Ćwiczenia muzyczno ruchowe w wodzie – (aqua-aerobik) poprawiające ogólną wydolność organizmu , usprawniające pracę mięśni i stawów, wpływające na koordynację funkcji układu stawowo - mięśniowego, wyrabiające wśród uczestników zajęć poczucie rytmu i koordynacji ruchowej.

2. Zabawy i gry zespołowe w wodzie wpływające na zwiększenie wydolności układu krążeniowo - oddechowego, umiejętności współdziałania w zespole, kształtujące wśród uczestników zajęć wolę współzawodnictwa i rywalizacji sportowej.

3. Ćwiczenia oddechowe, oswajające z wodą, ćwiczenia odwagi i zaufania do partnera w zespole ćwiczebnym, doskonalące prawidłowy odruch równowagi.

4. Ćwiczenia z zakresu podstawowej nauki pływania i doskonalenia poszczególnych technik pływackich oraz zawierające elementy ratownictwa wodnego i pierwszej pomocy medycznej.

5. Masaże: podwodne i nawodne, poprzez zastosowanie bodźca termicznego, hydrostatycznego, mechanicznego, wpływające rozluźniająco na mięśnie, układ kostny i więzadłowo – stawowy, wywołujące uczucia odprężenia i świeżości, zmniejszające dolegliwości bólowe, korygujące wady postawy, wpływające na poprawę ukrwienia i odżywienia skóry i mięśni.

VII. Rozwiązania organizacyjne.

1. Program, aby mógł osiągnąć założone cele tj. skutecznie przeciwdziałać powstającym wśród dzieci wadom postawy, umożliwić uczestnikom zajęć poznanie, nabycie oraz doskonalenie podstawowych umiejętności pływackich, a także osiągnięcie innych celów określonych w programie, winien mieć charakter wieloletni i być systematycznie realizowany w latach następnych.
2. Wdrożenie programu do realizacji następuje corocznie z chwilą rozpoczęcia kolejnego roku szkolnego w dąbrowskich placówkach oświatowych.
3. Podmiot, wybrany przez dysponenta środków do realizacji programu przed podpisaniem umowy przygotowuje w uzgodnieniu z Wydziałem Oświaty oraz dyrektorami zainteresowanych placówek harmonogram organizacji zajęć, który będzie stanowił załącznik do umowy zlecającej podmiotowi realizację programu.
4. Program ma być realizowany w godzinach dostępnych dla dzieci i młodzieży szkolnej codziennie oprócz sobót i niedziel oraz dni ustawowo wolnych od zajęć.
5. Czas trwania jednej jednostki organizacyjnej zajęć wynosić będzie 120 minut.
6. Liczba uczestników jednej jednostki organizacyjnej zajęć zostanie uzgodniona przez dysponenta środków z podmiotem wybranym do realizacji programu i uwzględniona w powyższym harmonogramie zajęć.
7. Liczba dzieci i młodzieży objęta programem - ok. 12 tysięcy, głównie ze szkół nie posiadających własnych basenów oraz z Zespołów Szkół Specjalnych i Specjalnego Ośrodka Szkolno Wychowawczego dla Dzieci Słabo Widzących i Niewidomych.
8. Podmiot realizujący program będzie zobowiązany do składania dysponentowi środków miesięcznych merytorycznych sprawozdań i rozliczeń z przebiegu organizacji zajęć.
9. Środki finansowe na realizację programu w latach kolejnych będą planowane w budżecie gminy przez Wydział Sportu, Rekreacji i Turystyki.