



Anexa 1 la HCL nr. 214/30.05.2019

INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN - Dâmbovița Nr. Inspector Școlar General, Prof. Luminița PREDA	PRIMĂRIA MUNICIPIULUI TÂRGOVIȘTE Nr. Primar , Cristian Daniel STAN	DIRECȚIA COMPLEX TURISTIC DE NATAȚIE TÂRGOVIȘTE Nr. Director, Ciprian PRISĂCARU
--	--	--

**PROGRAM EDUCAȚIONAL
- ÎNOTĂM la ora de educație fizică -**

I. TITLUL PROGRAMULUI: "ÎNOTĂM la ora de educație fizică"

II. INIȚIATORI ȘI ORGANIZATORI:

- Primăria Municipiului Târgoviște
- Direcția Complex Turistic de Natație Târgoviște

III. COLABORATORI:

- Inspectoratul Școlar General- Dâmbovița
- Instituții de învățământ primar/gimnazial/liceal din Municipiul Târgoviște

IV. APLICANȚI:

- Profesorii de educație fizică pentru învățământul primar/gimnazial/liceal

V. DURATA PROGRAMULUI : 1 an calendaristic

VI. DESCRIEREA PROGRAMULUI:

Programul educațional "Înotăm la ora de educație fizică" este realizat de Primăria Municipiului Târgoviște prin Direcția Complex Turistic de Natație.

Este soluția propusă atât pentru desfășurarea orelor de educație fizică într-un mod deosebit cât și pentru creșterea calității educației din instituțiile de învățământ școlar. Motto-ul programului este: *Înotăm pentru sănătate!* –



astfel încât, fiecare copil să beneficieze de educație de calitate și să devină un membru activ al comunității.

Programul a apărut din nevoia de a face ca înotul să fie accesibil pentru cât mai mulți copii/adolescenți din Târgoviște deoarece, elevii care practică înotul devin mai siguri pe forțele proprii, mai curajoși și se adaptează mai ușor la factorii de mediu înconjurător, fiind mult mai dezinhibați și mai activi. De asemenea, înotul îmbunătățește starea emoțională, ajută la dezvoltarea anumitor trăsături de personalitate, sporind nivelul de independență și îmbunătățește **rezultatele la învățatură.**

Programul ”**Înotăm la ora de educație fizică**” pune bazele unui nou model de învățare și dezvoltare a particularităților fizice și psihice individuale și de grup, bazat pe explicație, demonstrație și exercițiu. Elevii vor avea parte de un alt tip de oră de educație fizică, în care primează activitatea de înot, aceasta numărându-se printre genurile de sport care au **cele mai multe beneficii** pentru organismul uman: **sănătate, educație, socializare și relaxare.**

Profesorii de educație fizică care se implică în organizarea și desfășurarea programului vor fi pregătiți într-o sesiune de training.

VII. SCOPUL PROGRAMULUI :

Desfășurarea orelor de educație fizică sub forma lecțiilor de înot contribuie la dezvoltarea fizică armonioasă, dezvoltarea creierului și îmbunătățește funcțiile de coordonare și echilibru ale cerebelului, ajută și la stimularea activității sistemului imunitar, ridicând nivelul rezistenței organismului la agresiunile din mediul extern, astfel copiii devin mult mai rezistenți la răceli și infecții respiratorii.

VIII. OBIECTIVELE PROGRAMULUI:

- Principalele beneficii ale înotului:

- Dezvoltă articulațiile membrelor și ale coloanei vertebrale;
- Îmbunătățește circulația și respirația;



- Dezvoltă inima și sistemul circulator;
- Scade anxietatea, întărește psihicul și crește nivelul de încredere în sine;
- Sporește nivelul de independență și îmbunătățește starea emoțională.

IX. BENEFICIARIII DIRECTI:

- **GRUPUL ȚINTĂ:** elevii din învățământul școlar primar/gimnazial/liceal, apti din punct de vedere fizic și psihic. Înscrierea va fi făcută doar cu acordul medicului (cu adeverință – ”apt activități sportive – înot”).
- **BENEFICIARI INDIRECTI:** părinții copiilor implicați în program, profesorii din instituțiile partenere și colaboratoare în proiect, alți voluntari, comunitatea.

X. RESURSELE PROGRAMULUI:

a) RESURSE UMANE:

- Elevi din învățământul primar/gimnazial/liceal
- Profesori
- Colaboratori

b) RESURSE MATERIALE:

- Bazinul Olimpic de Înot
- Vestiare
- Materiale ajutătoare (aripioare, plăci, etc.)

c) RESURSE FINANCIARE:

- Primăria Municipiului Târgoviște prin Direcția Complex Turistic de Natație oferă în **mod gratuit**, profesorilor și elevilor din Târgoviște, posibilitatea de a desfășura ora de educație fizică la Bazinul Olimpic după un program în prealabil stabilit și aprobat.

d) RESURSE DE TIMP:

- Organizare
- Planificare
- Desfășurare
- Finalizare



- Evaluare

XI. MODALITATE:

Se va încheia un Acord de parteneriat între unitățile școlare și Direcția Complex Turistic de Natație Târgoviște (în conformitate cu cel din Anexa 1 la prezentul program) avizat de Inspectoratul Școlar Județean Dâmbovița și aprobat de către Consiliul Local sub forma unui acord cadru.

Planificarea orelor se va face pentru zilele de luni până vineri, în intervalul orar 08:30 – 14:30 și în mod obligatoriu cu aprobarea conducerii Direcției Complex Turistic de Natație Târgoviște.

XII. COSTURI:

Desfășurarea acestor ore de educație fizică, la Bazinul Olimpic din cadrul Direcției Complex Turistic de Natație Târgoviște, va fi GRATUITĂ.

A practica înotul în mod organizat este o ideală alternativă la orele de educație fizică desfășurate în mediul școlar. Practicanții de înot au o atenție mai bună și o putere de concentrare mai mare.

**PREȘEDINTE DE ȘEDINȚĂ,
ing. Paul-Ciprian Patîc**

**SECRETARUL MUNICIPIULUI,
jr. Chiru-Cătălin Cristea**