

Số: /KH-THPT AL

An Lão, ngày tháng 3 năm 2026

KẾ HOẠCH

Triển khai chương trình dạy bơi an toàn cho học sinh năm học 2025 – 2026

Căn cứ Quyết định số 2993/QĐ-BGDĐT ngày 29 tháng 10 năm 2025 của Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh;

Căn cứ Quyết định số 671/QĐ-UBND ngày 15 tháng 02 năm 2026 của Ủy ban nhân dân Thành phố Hải Phòng Ban hành Kế hoạch triển khai thực hiện Quyết định số 2993/QĐ-BGDĐT ngày 29 tháng 10 năm 2025 của Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh;

Căn cứ Công văn số 1106/SGDDĐT-GDTrH ngày 27 tháng 02 năm 2026 của Sở Giáo dục và Đào tạo về việc triển khai các Quyết định về Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh từ năm học 2025-2026 trên địa bàn thành phố;

Căn cứ kế hoạch giáo dục của trường năm học 2025 - 2026;

Căn cứ tình hình thực tế địa phương và nhà trường.

Trường THPT An Lão xây dựng kế hoạch triển khai Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

Trang bị cho học sinh kiến thức, kỹ năng bơi an toàn, phòng, chống đuối nước để góp phần nâng cao sức khỏe, năng lực phòng ngừa, bảo vệ bản thân và hỗ trợ người khác trong phòng, chống đuối nước.

Học sinh được trang bị kiến thức cơ bản về phòng, chống đuối nước, cứu đuối gián tiếp, kỹ năng bơi cơ bản, nâng cao thể lực; trang bị kỹ năng tự bảo vệ và

ứng phó với tình huống dưới nước; biết, hiểu và vận dụng được các bước cứu hộ gián tiếp an toàn khi thấy người bị đuối nước; hình thành ý thức trách nhiệm của học sinh với cộng đồng về phòng, chống đuối nước.

2. Yêu cầu

2.1. Về phẩm chất

Có ý thức bảo vệ bản thân và hỗ trợ người khác khi gặp đuối nước.

Chăm chỉ, kiên trì tập luyện để nâng cao kỹ năng bơi và kỹ năng ứng phó với các tình huống khẩn cấp.

Tích cực trao đổi kiến thức phòng, chống đuối nước; biết hướng dẫn bạn bè tránh xa những nơi tiềm ẩn nguy cơ xảy ra đuối nước và biết giúp đỡ khi gặp sự cố trong môi trường nước.

Tuân thủ các quy định về vệ sinh cá nhân, các nguyên tắc an toàn khi bơi; không chủ quan, lơ là khi bơi, tắm dưới nước.

Nhận thức được tầm quan trọng của việc học bơi và trang bị kiến thức, kỹ năng phòng, chống đuối nước để nâng cao sức khỏe, bảo vệ bản thân và cộng đồng.

2.2. Về năng lực

Bơi an toàn giúp học sinh hình thành và phát triển kỹ năng bơi, phòng, chống đuối nước; rèn luyện nâng cao sức khỏe với các thành phần: năng lực hiểu biết về đuối nước, tác hại của đuối nước đối với sức khỏe, tính mạng; năng lực về bơi an toàn; năng lực về ứng phó phòng, chống đuối nước.

II. NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

1. Thời lượng

- a) Tổng số: 16 bài, gồm 15 bài học và 01 bài kiểm tra.
- b) Thời gian: Mỗi bài học tổ chức từ 60 đến 90 phút.

2. Nội dung khái quát

Giai đoạn 1 - Kiến thức & làm quen nước (Buổi 1 - 4)

Buổi 1: Giới thiệu nội quy bể bơi, trang phục, quy tắc an toàn.

Buổi 2: Nhận diện nguy cơ đuối nước - các địa điểm nguy hiểm.

Buổi 3: Kỹ năng làm quen nước: hít thở, làm ướt, ngâm mặt, mở mắt dưới nước.

Buổi 4: Nổi sấp - nổi ngửa - thăng bằng cơ bản.

Giai đoạn 2 - Kỹ năng bơi cơ bản (Buổi 5 - 10) Buổi 5: Đạp chân bơi ếch / đạp chân ngửa.

Buổi 6: Tay bơi ếch - phối hợp tay chân đơn giản. Buổi 7: Lướt nước 3 - 5 m, đứng nước 15 - 20 giây.

Buổi 8: Phối hợp bơi ếch có nhịp thở.

Buổi 9: Bơi liên tục 10 - 15 m; kỹ năng quay đầu, bám thành bể.

Buổi 10: Bơi ngửa cơ bản (nếu đủ điều kiện).

Giai đoạn 3 - Tự cứu và cứu hộ gián tiếp (Buổi 11 - 15)

Buổi 11: Tự cứu khi rơi xuống nước bất ngờ (mang quần áo, mang cặp...).

Buổi 12: Kỹ năng “bơi sóng sót”, nổi sinh tồn 30 - 60 giây.

Buổi 13: Kỹ năng cứu hộ gián tiếp: ném phao, dùng dây, cầu cứu.

Buổi 14: Thực hành cứu hộ gián tiếp theo nhóm.

Buổi 15: Sơ cứu người đuối nước - kỹ năng gọi trợ giúp.

Buổi 16: Kiểm tra cuối khóa.

Lý thuyết: 10 câu hỏi về an toàn - phòng chống đuối nước.

Thực hành:

Bơi 15 - 25 m (tùy trình độ).

Nổi ngửa hoặc đứng nước ≥ 45 giây.

Thực hành 1 tình huống cứu hộ gián tiếp.

II. BIỆN PHÁP THỰC HIỆN

1. Cơ sở vật chất

Bể bơi cố định hoặc lắp ghép (di động) bảo đảm vệ sinh nguồn nước, nước có độ sâu phù hợp, thành, mặt bể bằng phẳng đảm bảo an toàn cho học sinh và giáo viên khi tổ chức học bơi.

Khu vực xung quanh bể bơi phải sạch sẽ, thoáng mát, có khoảng diện tích đủ để thực hiện việc khởi động trước khi xuống nước học bơi.

Có các thiết bị cứu hộ tối thiểu theo quy định, có khu vệ sinh, tắm tráng, khu thay trang phục riêng cho học sinh nam và học sinh nữ.

Có nội quy bể bơi.

2. Nhân lực

Giáo viên dạy bơi đã được tập huấn và đã được cấp chứng nhận về dạy bơi an toàn, phòng, chống đuối nước bởi cơ quan có thẩm quyền.

Nhân viên cứu hộ và nhân viên trực y tế theo quy định. Nhân viên vệ sinh khu vực bể bơi và công trình phụ trợ.

3. Tài liệu

Tài liệu hướng dẫn giáo dục phòng tránh đuối nước cho học sinh ban hành theo Quyết định số 4704/QĐ-BGDĐT ngày 20/12/2021 của Bộ GDĐT.

Tài liệu hướng dẫn tổ chức dạy bơi an toàn cho học sinh theo Quyết định số 2993/QĐ-BGDĐT ngày 29 tháng 10 năm 2025 của Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh.

4. Tổ chức lớp học

Đảm bảo 01 giáo viên phụ trách tối đa 10 học sinh. Để đảm bảo an toàn và chất lượng giảng dạy, khuyến khích 01 giáo viên phụ trách tối đa 07 học sinh. Mỗi lớp học bơi khuyến khích tuyển sinh không quá 20 học sinh.

Trong lớp học bơi cần phân thành các nhóm phù hợp để nâng cao hiệu quả giảng dạy.

5. Dự kiến kinh phí

Dự kiến kinh phí/ 1 lớp

- Chi phí thuê bể bơi / nước bể: 500.000 đồng/ 1 buổi/ 1 lớp. (500.000 đồng x 16 buổi = 8.000.000 đồng)

- Chi cho giáo viên dạy bơi: 200.000 đồng/ 1 buổi/ 1 lớp. (200.000 đồng x 16 buổi = 3.200.000 đồng)

- Kinh phí hỗ trợ cho nhân viên cứu hộ và nhân viên y tế: 100.000 đồng / 1 người/ 1 buổi/ 1 lớp.

(200.000 đồng x 16 buổi = 3.200.000 đồng)

*** Tổng kinh phí/ 1 lớp: 14.400.000 đồng (cho 20 học sinh).**

- Mua sắm phao, dây cứu hộ, bảng nội quy dùng chung cho tất cả các lớp: 10.000.000 đồng

- Nước uống, y tế, bảo hiểm rủi ro.

- In **Giấy chứng nhận bơi an toàn** cho học sinh hoàn thành.

III. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

Nhà trường xây dựng kế hoạch tổ chức dạy bơi và thông báo cho phụ huynh học sinh để tự nguyện đăng ký cho con, em tham gia lớp học bơi do trường tổ chức hoặc phối hợp tổ chức.

Khi đăng ký cho học sinh học bơi, yêu cầu gia đình cần khai đầy đủ thông tin về tình trạng sức khỏe, bệnh lý để đảm bảo tuyệt đối an toàn trong quá trình học bơi và tham gia các hoạt động vận động, vui chơi, bơi, lặn trong môi trường

nước.

Học sinh có tiền sử bệnh tim, lao phổi, bệnh hô hấp mạn tính, bệnh viêm thận, động kinh, viêm tai, viêm da cần có chỉ định của bác sĩ khi tham gia lớp học bơi.

Đăng ký học bơi bằng hình thức nộp đơn và cam kết tự nguyện của gia đình cho con em mình tham gia học bơi.

Sau khi học sinh tham gia học và kiểm tra đạt kết quả nhà trường cấp giấy chứng nhận hoàn thành chương trình học bơi an toàn.

IV. KIẾN NGHỊ ĐỀ XUẤT

Sở Giáo dục và Đào tạo Hải Phòng: Hỗ trợ kinh phí theo khả năng ngân sách, từ nguồn chi sự nghiệp giáo dục hoặc phòng chống tai nạn thương tích trẻ em. Trang bị cho nhà trường hồ bơi nhân tạo và các dụng cụ phục vụ cho chương trình dạy bơi an toàn tại trường học.

Sở Văn hóa – Thể thao và Du lịch: Mở các lớp tập huấn bơi lội và cấp chứng chỉ bồi dưỡng cho giáo viên giảng dạy bơi an toàn trong nhà trường.

Trên đây là kế hoạch triển khai Chương trình và Tài liệu hướng dẫn dạy bơi an toàn cho học sinh của trường THPT An Lão năm học 2025-2026.

Nơi nhận:

- Sở GD&ĐT (b/c);
- Hội đồng sư phạm (để biết và thực hiện);
- Đăng Website và fanpage;
- Lưu: VT.

**KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

Vương Văn Huy

PHÊ DUYỆT CỦA SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HẢI PHÒNG