

Trường Tiểu học Giang Biên phối hợp với Trung tâm Văn hoá – Thông tin và Thể thao Quận Long Biên tổ chức dạy bơi cho học sinh khối 3,4 và 5

Bơi lội là môn thể thao rất hữu ích và tác động toàn diện nhất đến sức khỏe của con người. Bơi không những tăng cường sức khỏe, mà còn giúp bảo vệ các con khỏi những tình huống bất ngờ xảy ra khi hoạt động trên sông nước.

Có thể nói, bơi lội chính là môn thể thao phát triển toàn diện và cân đối nhất cho học sinh. Những môn thể thao khác thường chỉ giúp phát triển ở những bộ phận nhất định nhưng với môn thể thao bơi lội thì người tập sẽ được vận động toàn thân từ đó cơ thể được phát triển cân đối nhất.

Hoạt động bơi lội giúp kích thích các giác quan, các dây thần kinh và giúp các em ăn ngon và ngủ sâu giấc hơn. Khi tập luyện bơi lội, các em sẽ được tập về cách thở đúng cách cho nên các cơ quan như hô hấp hay tim mạch được cải thiện một cách đáng kể.

Biết bơi chính là cách giúp các em có thể tự thích nghi và ứng biến linh hoạt trước những tình huống nguy hiểm liên quan đến môi trường nước.

Học bơi cũng giúp rèn luyện sự bền bỉ và tính kiên trì cho con người, đặc biệt nó sẽ giúp các em tự tin và dạn dĩ hơn với mọi người xung quanh. Đây là một trong những cách giúp trẻ hòa đồng hơn trong xã hội. Một ưu điểm tuyệt vời không thể bỏ qua khi học bơi lội đó chính là sự phát triển vượt bậc về chiều cao. Khi bơi, ta luôn có xu hướng vươn người về phía trước cho nên nó sẽ giúp chiều cao của các em được cải thiện một cách đáng kể.

Quan trọng hơn cả đó chính là khi được rèn luyện bơi lội bài bản, đều đặn trong thời gian dài sẽ giúp các em có sự phát triển về thể chất một cách toàn diện.

Nhận thức được vai trò và ích lợi của môn thể thao này, ngày 10/4/2023, thực hiện Kế hoạch số 413/ KH-UBND ngày 21/9/2022 của Ủy ban nhân dân quận Long Biên về việc tổ chức học bơi và phòng, chống tai

nạn đuối nước cho học sinh trên địa bàn quận Long Biên năm học 2022 – 2023, Trường Tiểu học Giang Biên đã phối hợp với Trung tâm Văn hoá – Thông tin và Thể thao Quận Long Biên tổ chức dạy bơi cho học sinh khối 3,4 và 5 của nhà trường. Với sự tận tình hướng dẫn của các thầy cô tại trung tâm, các em tham gia khóa học rất vui vẻ và hào hứng.

Tin rằng, kết thúc khóa bơi, các em sẽ được trang bị những kiến thức cần thiết để có thể tự phòng tránh đuối nước cho bản thân, đồng thời nâng cao sức khỏe của chính mình.

Sau đây là một số hình ảnh về khoá học bơi của các em học sinh trường Tiểu học Giang Biên:

















Tác giả: Nguyễn Thị Tân