

Phụ lục 1
THÍ ĐIỂM TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ TRẺ EM BIẾT BƠI,
KỸ NĂNG PCĐN NĂM 2023

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-CTDĐT ngày tháng năm 2023
của Cục Thể dục thể thao)

1. Biết bơi ban đầu và kỹ năng PCĐN (biết bơi cấp độ 1), bao gồm:

- Kiểm tra kiến thức, kỹ năng phòng chống đuối nước theo chương trình dạy bơi, phòng chống đuối nước cấp độ 1.
- Kỹ năng bơi: Lên xuống bể an toàn; bơi từ 1- 2 kiểu, bơi được ít nhất 25m.
- Thực hành kỹ năng đứng nước, nổi ngửa được ít nhất 01 phút 30 giây - xoay tư thế thân người theo chiều dọc, chiều ngang - bơi vào bờ.
- Kỹ năng cứu đuối gián tiếp trên bờ.

2. củng cố kỹ năng bơi và kỹ năng PCĐN (biết bơi cấp độ 2), bao gồm:

- Kiểm tra kiến thức, kỹ năng phòng chống đuối nước theo chương trình dạy bơi, phòng chống đuối nước cấp độ 2.
 - Kỹ năng bơi: Lên xuống bể an toàn; bơi từ 1- 2 kiểu, bơi được ít nhất 50m.
 - Kỹ năng lặn chìm, di chuyển 3m trong nước, nổi người thực hiện đứng nước, nổi ngửa được ít nhất 02 phút, bơi vào bờ.
 - Kiểm tra kỹ năng thoát hiểm trong môi trường nước (xử lý tình huống khi bị chuột rút hoặc khi gặp mưa lũ...).
 - Kỹ năng cứu đuối gián tiếp trên bờ và khi bơi chung dưới nước
- * Lưu ý: Cứu đuối gián tiếp ở dưới nước không áp dụng đối với học sinh độ tuổi tiểu học bởi vì các em còn quá nhỏ, chưa đủ khả năng xử lý các tình huống dưới nước khi cứu đuối).

3. Biết bơi an toàn và kỹ năng PCĐN (biết bơi cấp độ 3), bao gồm:

- Kiểm tra kiến thức, kỹ năng phòng chống đuối nước theo chương trình dạy bơi, phòng chống đuối nước cấp độ 3.
- Kỹ năng bơi: Lên xuống bể an toàn; bơi từ 1 - 2 kiểu được ít nhất 100 m.
- Kỹ năng lặn chìm, di chuyển 5m trong nước, nổi người đứng lên thực hiện đứng nước, nổi ngửa được ít nhất 03 phút, bơi vào bờ.
- Kỹ năng thoát hiểm trong môi trường nước (xử lý tình huống khi gặp bị dòng nước xoáy hoặc khi bị ôm bám dưới nước, ...).
- Kỹ năng cứu đuối gián tiếp trên bờ và xuống nước./.