

TURINYS

Įvadas	5
1. REALIJOS	7
1.1. Politinės ir edukacinės deklaracijos dėl vaikų sveikatos, fizinio ugdymo ir saugumo	7
1.2. Plaukimas – svarbus gyvenimo įgūdis	10
1.3. Plaukimas – fizinio ugdymo ir sveikatos stiprinimo priemonė.....	14
1.4. Lietuvos gyventojų plaukimo įgūdžių tyrimai	20
1.5. Plaukimo socialinis vaidmuo	23
1.6. Užsienio šalių patirtis organizuojant vaikų mokymą plaukti.....	30
1.7. Plaukimo sporto bazių infrastruktūra šalyje	33
2. PERSPEKTYVOS.....	37
2.1. Programos „Išmok plaukti“ teorinis modelis: vizija, misija, tikslai ir uždaviniai.....	37
2.2. Stiprybės. Silpnybės. Galimybės. Grėsmės.....	39
2.3. Programos dalyviai.....	40
2.4. Programos vykdymas ir turinys	41
2.5. Organizacinė struktūra	44
2.6. Įgyvendinimo etapai	50
2.7. Programos įgyvendinimo ir vertinimo kriterijai.....	50
2.8. Priemonės programai įgyvendinti.....	51
2.9. Laukiami rezultatai	53
3. SPORTINIS PLAUKIMAS: PLAUKIMO VARŽYBOS IR MANKŠTA	55
3.1. Plaukimo varžybos.....	55
3.2. Mankšta vandenyje.....	68
3.3. Plaukimo pratybos neščiosioms	69
4. SAUGA IR PAGALBA VANDENYJE	73
Literatūra	78