



PLIVAČKI SAVEZ SRBIJE
Serbian Swimming Federation

Blagoja Parovića 150
11000 Beograd, Srbija
tel. +381 11 26.82.952
fax. +381 11 36.51.051
email.office@serbia-swim.org.rs
www.serbia-swim.org.rs

СТРУЧНИ САВЕТ ПСС

Тема:РАЗВОЈ И УНАПРЕЂЕЊЕ ПЛИВАЧКОГ СПОРТА У СРБИЈИ

ПРОЈЕКАТ

ЈЕДНОДНЕВНИ ЕДУКАТИВНО-ТРЕНАЖНИ КАМПОВИ ЗА УНПРЕЂЕЊЕ ПЛИВАЊА У СРБИЈИ

УВОД

Интензивном изградњом нових спортских објеката, базена, у Србији се стварају услови за развој пливачког спорта у срединама које до сада нису имале ту могућност.

Сама изградња базена није предуслов и за правилан развој пливања у тим срединама. Већина њих није до сада имала прилике да се сусретне са свим проблемима као и захтевима који се постављају за правилан рад пливачких клубова.

Пливачки спорт има доста специфичности у односу на остале спортове. Рани почетак бављења пливањем тржи посебне тренажно-педагошке и организационе захтеве како за тренере тако и за клубске функционере. Не имање пливачке традиције у новим срединама може се показати као позитивни чинилац. Даје се могућност да се у старту рад постави на здравим основама. То подразумева добру стручну и управну организацију клубова.

Сматрамо да ту и лежи снага ПСС, да са својом Стручном комисијом и Тренерском организацијом помогне клубовима да поставе праве основе за успешан рад. У том циљу је и предлог овог пројекта, рад на развоју пливања у новим срединама у сагласности са већ донетом Стратегијом развоја пливачког спорта у Републици Србији. Све то у циљу стварања јединственог модела, програма, који би најбоље одражавао рад на развоју српског пливања.

ЦИЉЕВИ ЈЕДНОДНЕВНИХ ПЛИВАЧКИХ КАМПОВА

Замисао организовања овакве врсте кампова је базирана на следећим циљевима:

1. Потребом да се у срединама са недовољно развијеном базом помогне у организовању квалитеног тренажног процеса. Деца из централне, јужне Србије и Војводине, ван центара Београд и Нови Сад.
2. Едукација тренера и пливача кроз семинаре за време кампа. Различите теме из области методике тренинга, технике, исхране, психологије итд.
3. Тестирање пливача и стварање базе података о квалитету српског пливања
4. Укључивање деце која нису обухваћена програмом кампова категорисаних пливача. Пливачи-пливачице узраста 10-14 или (10-16). Евентуално увођење критеријума за улазак у програм
5. Нагласак на окупљању деце из Србије, ван центара Београд Нови Сад.
6. Разговори са руководиоцима клубова у циљу максималне помоћи ПСС у правилном функционисању клубова.
7. Организовање завршних заједничких припрема за селекционисану децу
8. Праћење напретка ових пливача и њихово постепено увођење у програме перспективних пливача.
9. Најперспективнијим тренерима омогућити праћење семинара ради дошколовавања као и њихово укључивање у рад репрезентативних селекција. То би се радило у сарадњи ПСС, ССПСС, ПСВ, као и тренерске организације, удружење пливачких тренера Србије. На тај начин би се вршила и селекција тренера као основ правилног рада и подизала њихова мотивација за правилан стручни рад.

ОРГАНИЗАЦИОНА ШЕМА КАМПОВА

Носилац пројекта је Пливачки Савез Србије(у даљем тексту ПСС) заједно са Стручним Саветом(ССС), савезом централне Србије,ПСВ, тренерском организацијом и пливачким клубовима, шема1.

Пливачки савез Србије нема трошкове организације,базен,клубски тренери као и трошкови борвка пливача. ПСС у сарадњи са тренерском организацијом обезбеђује тренере инструкторе и предаваче и сноси њихове трошкове.

Трошкове доласка и боравка пливача и клубских тренера носе сами клубови.

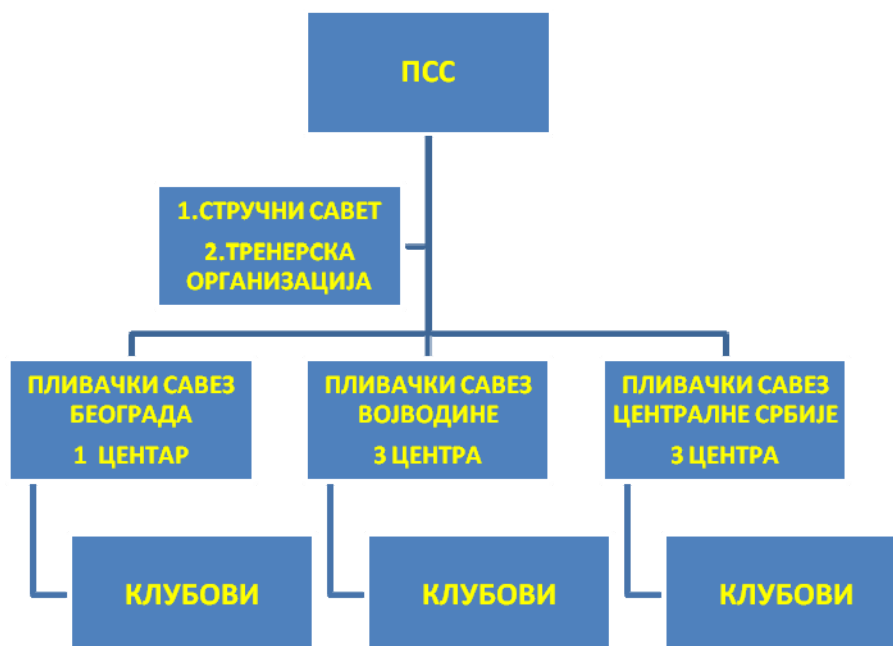
Кампови су замишљени да се организују у различитим градовима, са затвореним базенима у зимском периоду и отвореним у летњем. . Место одржавања кампа треба да омогући брзи приступ за све учеснике.Удаљеност градова у кругу до 150км.од места одржавања кампа.На тај начин се смањују трошкови боравка. Кампови би се у почетку одржавали једанпут месечно а ако се покаже потреба и интересовање и два пута, сваки пут у другом граду.

Потребно је да се одреде стални пунктови и то 3 у Централној Србији,1 у Београду и 3 у Војводини.Град у коме би се одржавао камп треба да обезбеди следеће услове:

1. Коришчење базена пре и поподне, 4 сата
2. Просторију за одржавање семинара са свим техничким условима(пројектор за презентацију) и остала потребна помагала
3. Медијску презентацију

Обавезе Пливачких Савеза Војводине, Београда и Централне Србије су:

1. Сарадња са ССС у погледу реализације програма кампова
2. Контакти са клубовима и организатором кампа у обезбеђивању оптималних услова за реализацију истих
3. Слање извештаја Стручном Савету Србије о реализацији као и предлога за побољшања рада кампова
4. Да у сарадњи са Тренерском организацијом изаберу тренере-инструкторе за рад у камповима



Шема 1.

ОРГАНИЗАЦИЈА РАДА У КАМПОВИМА

Кампови су замишљени да имају следеће облике рада:

1. Тренажно - педагошки са пливачима
2. Практични и теоретски са тренерима
3. Тестирање морфо-физиолошких карактеристика пливача, одређивање соматотипа
4. Анализа такмичарске технике

1. ТРЕНАЖНО – ПЕДАГОШКИ РАД СА ПЛИВАЧИМА

1. Упознавање пливача са основама тренажног процеса и његовим закономерностима.
2. Тренинзи за развој различитих физиолошких и моторичких особина
3. Предавања из области правилне исхране
4. Рад на етичким принципима такмичарског спорта и спорта уопште
5. Рад на психолошкој припреми
6. Анализа такмичарске технике

2. ПРАКТИЧНИ И ТЕОРИЈСКИ РАД СА ТРЕНЕРИМА

1. Вођење тренинга у сарадњи са тренерима инструкторима
2. Тематска предавања из различитих области у вези тренинга
3. Анализе обављеног програма

4. ТЕСТИРАЊА И ПРОВЕРЕ ЗДРАВСТВЕНОГ СТАЊА

1. Антропометријска мерења (морфологија, снага, гипкост, експлозивност)
2. Биохемијска анализа крви (анализе би донели пливачи са собом)
3. Оцењивање знања све четири технике, старта и окрета
4. Одређивање соматотипа

5. АНАЛИЗА ТАКМИЧАРСКЕ ТЕХНИКЕ

1. Снимање такмичарске деонице и анализа старта, окрета чистог пливања, броја завеслаја, дужине и фреквенције.

ЗАВРШНЕ ОДРЕДБЕ

Уколико се усвоји предлог Пројекта за кампове потребно је предузети следеће организационе кораке за њихову реализацију:

1. Попис свих базена на територији Србије са нагласком на оним који немају проблема у раду.
2. Прикупљање информација о заинтересованости средина за организацију кампова
3. Пописивање свих пливача који испуњавају услове за учествовање на камповима. Узимали би се само пливачи који активно учествују на такмичењима ПСС, ПСВ као и на онима у организацији ПС Централне Србије и Београда.
4. Израда норми за улазак у програм кампова
5. Израда детаљног програма кампова са циљем да се они финансирају у оквиру развојне политике ПСС од стране Министарства за спорт, ОКС или неког привредног субјекта