

Số: /KH-SVHTT

Hà Nội, ngày tháng năm 2026

KẾ HOẠCH

Tổ chức lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn, nhân viên chuyên môn cứu hộ môn Bơi, Lặn Thành phố Hà Nội năm 2026

Căn cứ Căn cứ Thông tư số 07/2021/TT-BVHTTDL ngày 08/9/2021 của Bộ Văn hóa Thể thao và Du lịch quy định về tập huấn chuyên môn thể thao đối với người hướng dẫn tập luyện thể thao;

Căn cứ Quyết định số 3847/QĐ-BVHTTDL ngày 12/10/2018 của Bộ Văn hóa Thể thao và Du lịch ban hành chương trình tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn;

Căn cứ Kế hoạch số 369/KH-UBND ngày 25/12/2025 của UBND thành phố Hà Nội về phát triển phong trào thể dục, thể thao thành phố Hà Nội năm 2026, Kế hoạch số 41/KH-SVHTT ngày 21/01/2026 của Sở Văn hoá và Thể thao Hà Nội về phát triển phong trào thể dục, thể thao thành phố Hà Nội năm 2026;

Căn cứ Công văn số 01/CV ngày 05/3/2026 của Công ty TNHH Thương mại dịch vụ Goswim Hà Nội về việc phối hợp tổ chức lớp tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn và lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn năm 2026.

Sở Văn hóa và Thể thao Hà Nội ban hành Kế hoạch tổ chức lớp tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn và lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn Thành phố Hà Nội năm 2026 với các nội dung như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

- Bồi dưỡng kiến thức chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn nhằm đáp ứng yêu cầu về chất lượng phục vụ tập luyện theo quy của pháp luật.
- Tăng cường hiệu quả quản lý nhà nước và nâng cao chất lượng hoạt động tập luyện.
- Cung cấp, cập nhật những kiến thức và kỹ năng cơ bản, cần thiết nhằm đáp ứng yêu cầu công việc đối với người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, lặn.
- Đảm bảo đầy đủ các điều kiện cho nhân viên cứu hộ theo quy định.

2. Yêu cầu: Bảo đảm cung cấp và cập nhật về kiến thức, kỹ năng căn bản cần thiết.

II. ĐỐI TƯỢNG THAM DỰ

- Là cán bộ, giáo viên, người lao động, nhân viên làm công tác hướng dẫn chuyên môn; nhân viên cứu hộ, cứu nạn của các đơn vị, doanh nghiệp, hộ kinh doanh cá thể trên địa bàn Thành phố Hà Nội.

- Học viên tham gia lớp tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn phải có đủ sức khỏe, trình độ tiếp thu kiến thức, có trình độ bơi phổ thông (tối thiểu 100m).

- Học viên tham gia lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn phải có bằng cử nhân (cao đẳng) TDTT trở lên, có đủ sức khỏe, trình độ tiếp thu kiến thức và có khả năng hướng dẫn người khác luyện tập, biết bơi 2 kiểu bơi ếch, bơi sải tối thiểu 50m.

III. CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO VÀ GIẢNG VIÊN

1. Chương trình lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn: (có chương trình kèm theo).

2. Chương trình lớp tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn: (có chương trình kèm theo).

3. Giảng viên: Do đội ngũ giảng viên bộ môn Thể thao dưới nước, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh tham gia giảng dạy.

IV. ĐƠN VỊ TỔ CHỨC

Sở Văn hóa và Thể thao Hà Nội

V. ĐƠN VỊ PHỐI HỢP

Công ty TNHH Thương mại dịch vụ Goswim Hà Nội

VI. THỜI GIAN VÀ ĐỊA ĐIỂM

1. Thời gian: Từ ngày 01/4 đến hết ngày 18/4/2026 (mỗi lớp 5 ngày).

2. Địa điểm: Bể bơi Giảng Võ

(Địa chỉ: số 5A đường Thành Công, phường Giảng Võ, Hà Nội).

VII. HỒ SƠ ĐĂNG KÝ

1. Số lượng học viên: Mỗi lớp học từ 50 học viên trở lên.

2. Hồ sơ mỗi học viên gồm: đơn xin đăng ký tập huấn, 02 ảnh màu 3x4 chụp năm 2026, căn cước công dân bản sao, giấy khám sức khỏe do cơ quan y tế có thẩm quyền cấp.

VI. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. Phòng Quản lý Thể dục thể thao

- Tham mưu các văn bản, Kế hoạch, Quyết định mở lớp, mời giảng viên tham gia giảng dạy các lớp tập huấn.

- Phối hợp với các phòng, đơn vị liên quan trong công tác tổ chức lớp tập huấn.

- Tham mưu Ban giám đốc Sở cấp giấy chứng nhận cho các học viên đạt kết quả sau kiểm tra.

- Kiểm tra và chịu trách nhiệm về chương trình tập huấn, chất lượng giảng viên và kết quả đánh giá kiểm tra.

- Tổng hợp báo cáo Ban Giám đốc Sở kết quả mở lớp theo quy định.

2. Đề nghị Công ty TNHH Thương mại dịch vụ Goswim Hà Nội

- Xây dựng dự toán kinh phí, thanh quyết toán theo quy định hiện hành.

- Tổ chức chiêu sinh, tuyển sinh học viên theo tiêu chuẩn quy định đối với nhân viên cứu hộ và hướng dẫn viên dạy bơi, tổng hợp danh sách học viên tham gia các lớp tập huấn, báo cáo Sở Văn hoá và Thể thao Hà Nội.

- Bố trí cơ sở vật chất, địa điểm và các trang thiết bị chuyên môn và trang trí khánh tiết lớp học.

- Phối hợp kiểm tra đánh giá kết quả các lớp tập huấn.

VII. KINH PHÍ

Kinh phí tổ chức các lớp tập huấn do Công ty TNHH Thương mại dịch vụ Goswim Hà Nội chịu trách nhiệm.

Trên đây là Kế hoạch mở lớp tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn và lớp tập huấn chuyên môn cho người hướng dẫn tập luyện môn Bơi, Lặn thành phố Hà Nội năm 2026; Yêu cầu các đơn vị liên quan căn cứ kế hoạch triển khai thực hiện./.

Nơi nhận:

- Ban giám đốc Sở (để b/c);
- Phòng TC-PC;
- Đ/c Chánh VP Sở;
- UBND các xã, phường;
- Lưu: VT, QLTDĐT.

**KT. GIÁM ĐỐC
PHÓ GIÁM ĐỐC**

Phạm Xuân Tài

CHƯƠNG TRÌNH

Tập huấn chuyên môn cho nhân viên cứu hộ môn Bơi, Lặn năm 2026

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-SVHTT ngày tháng năm 2026
của Sở Văn hoá và Thể thao Hà Nội)

Ngày	Thời gian	Nội dung	Đơn vị
01/4/2026	Buổi sáng	- Đón tiếp học viên. - Khai mạc lớp - Phổ biến nội dung và chương trình lớp học. - Đăng ký nội dung tập huấn, phân lớp.	Ban tổ chức
	Buổi chiều	Học lý thuyết: - Các văn bản quản lý nhà nước về điều kiện hoạt động của cơ sở thể thao tổ chức hoạt động bơi, lặn. - Khái niệm chung và những vấn đề cơ bản về phòng chống đuối nước.	Giảng viên
02/4/2026	Buổi sáng	- Kiểm tra ban đầu phân nhóm tập luyện. - Củng cố và hoàn thiện kỹ thuật bơi - Bơi trườn sấp - Bơi ngửa - Bơi ếch	Giảng viên
	Buổi chiều	Kỹ thuật bơi ứng dụng: - Kỹ thuật bơi nghiêng - Kỹ thuật bơi ếch ngửa - Kỹ thuật bơi sải - Kỹ thuật bơi tay sải chân ếch - Kỹ thuật lặn xa, lặn sâu	Giảng viên
03/4/2026	Buổi sáng	Phương pháp tiến hành cứu đuối. Cứu đuối gián tiếp Cách tiếp cận người bị đuối nước. Cách dìu người bị đuối nước.	Giảng viên
	Buổi chiều	Các phương pháp giải thoát khi bị ôm, túm: 1. Khi bị nạn nhân nắm cổ tay 2. Khi bị nạn nhân nắm một chân 3. Khi bị nạn nhân ôm ghì sau gáy 4. Khi bị nạn nhân bám chặt lấy cổ 5. Khi bị nạn nhân ôm chặt từ phía sau lưng 6. Khi bị nạn nhân ôm cứng hai tay.	Giảng viên
04/4/2026	Buổi sáng	Kỹ thuật sơ, cấp cứu trên cạn khi bị đuối nước: 1. Giải phóng đường thở 2. Cách hồi sinh tim phổi	Giảng viên
	Buổi chiều	Kỹ thuật sơ, cấp cứu trên cạn khi bị đuối nước (tiếp): 3. Phương pháp xử lý cấp cứu các chấn thương thông thường khác nước).	Giảng viên
05/4/2026	Buổi sáng	- Ôn tập	Giảng viên
	Buổi chiều	- Thi kết thúc - Bế giảng	- Giảng viên - Ban tổ chức

CHƯƠNG TRÌNH

Tập huấn chuyên môn cho người hướng tập luyện môn Bơi, Lặn năm 2026

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-SVHTT ngày tháng năm 2026
của Sở Văn hoá và Thể thao Hà Nội)

Ngày	Thời gian	Nội dung	Đơn vị
04/4/2026	Buổi sáng	- Đón tiếp học viên. - Khai mạc lớp - Phổ biến nội dung và chương trình lớp học. - Đăng ký nội dung tập huấn, phân lớp.	Ban tổ chức
	Buổi chiều	Học lý thuyết: - Các văn bản quản lý nhà nước về điều kiện hoạt động của cơ sở thể thao tổ chức hoạt động bơi, lặn. - Các khái niệm cơ bản trong bơi. - Giới thiệu vấn đề cơ bản của luật Bơi, lặn - Xây dựng chương trình khóa học bơi, giáo án buổi học bơi. - Các phương pháp áp dụng trong quá trình hướng dẫn bơi, lặn. - Vệ sinh, an toàn trong tập luyện; kỹ năng đuối nước và phòng chống tai nạn đuối nước	Giảng viên
05/4/2026	Buổi sáng	- Kiểm tra ban đầu, phân nhóm tập luyện - Các bài tập khởi động trên cạn và dưới nước trong bơi. - Các bài tập làm quen với nước, kỹ thuật thở trong môi trường nước.	Giảng viên
	Buổi chiều	- Các bài tập giảng dạy kỹ thuật chân bơi ếch (trên cạn và dưới nước). - Các bài tập giảng dạy kỹ thuật tay, tay kết hợp với thở bơi ếch (trên cạn và dưới nước).	Giảng viên
11/4/2026	Buổi sáng	- Kiểm tra ban đầu, phân nhóm tập luyện - Các bài tập khởi động trên cạn và dưới nước trong bơi. - Các bài tập làm quen với nước, kỹ thuật thở trong môi trường nước.	Giảng viên
	Buổi chiều	- Các bài tập giảng dạy kỹ thuật chân bơi ếch, bơi trườn sấp (trên cạn và dưới nước). - Các bài tập giảng dạy kỹ thuật tay, tay kết hợp với thở bơi ếch, bơi trườn sấp (trên cạn và dưới nước).	Giảng viên
12/4/2026	Buổi sáng	- Các bài tập giảng dạy kỹ thuật tay phối hợp chân, phối hợp hoàn chỉnh bơi ếch, bơi trườn sấp (trên cạn và dưới nước). - Giới thiệu tài liệu, giáo án, chương trình dạy bơi ếch, bơi trườn sấp	Giảng viên
	Buổi chiều	- Các bài tập giảng dạy kỹ thuật chân bơi ếch, bơi trườn sấp, tay, tay kết hợp với thở	Giảng viên

		bơi ếch, bơi trườn sấp (trên cạn và dưới nước) - Các bài tập giảng dạy kỹ thuật tay phối hợp chân, phối hợp hoàn chỉnh bơi ếch, bơi trườn sấp (trên cạn và dưới nước).	
18/4/2026	Buổi sáng	- Ôn tập	Giảng viên
	Buổi chiều	- Thi kết thúc - Bế giảng	- Giảng viên - Ban tổ chức