

Pliva ko napredovanje



Plivanje je cjelovita, iznimno pozitivna tjelesna aktivnost, jer bez obzira u kojem se stupnju pliva kog napretka nalazili, ovaj šport obuhvaća temeljne elemente koje roditelji vole. Mi u P.K. "Medveš ak" držimo da suštinska korist od plivanja uključuje sljedeće, jako bitne karakteristike koje ga čine tako interesantnim:

- **Zabavu** - bilo da je veselje zbog toga što ste postigli svoje najbolje vrijeme ili da je to igranje društvenih igara s prijateljima u pauzama pliva kog natjecanja, mi jednostavno volimo ovaj šport i ostajemo unutra zbog toga jer je ZABAVNO.
- **Tjelovježbu** – koju djeca steknu, da su sigurna u vodi, da ih zadržava u stalnom pokretu s najosnovnijim aktivnostima tjelovježbe, te da ih, uz najmanji mogući utjecaj na zglobove dok odrastaju, plivanje zadržava da sudjeluju u esencijalnim principima TJELOVJEŽBE kojima oblikuju tijelo, a koji ostaju navika kroz život.
- **Prijateljstva** – upitajte bilo kojeg plivača što im je najdraže vezano uz ovaj šport, najviše odgovor će biti – prijateljstva – koja su stekli dok su trenirali, sudjelovali na raznim mitinzima, visili po bazenima, naslonjeni na pruge negdje u kutu pod zidom, ili čak odgurivaju i se pokušavali odraditi zadatak malo jače od drugih.

U organizaciji P.K. "Medveš ak" postoje razne razine uključivanja u plivački šport, isto kao i ciljevi. Na našoj stranici možete naći i uobičajene moguće nosti kako vaše dijete uvesti u svijet plivanja, a isto tako kako kroz različite stupnjeve napredovanja doseći određenu razinu, na kojoj će participirati, do i do uspjeha.

NAUČITI PLIVATI

Kao što smo već naglasili – postati siguran u vodi te naučiti plivati, esencijalne su sposobnosti i vještine. Utapanje je drugi glavni uzrok slučajne smrti kod djece ispod 14 godina u nekim zemljama zapada. Te tragične statistike nisu oslobodile niti najrazvijenije zemlje, pa čak i SAD. Mnogi od ovih tragičnih ishoda mogli su se prevenirati bukvalno s osnovnim tehnikama plivanja ili satovima plivanja na bilo kojem bazenu. Tehnike plivanja su zasigurno aktivnosti koje donose veselje djeci svih uzrasta i obično su odlična ulazna karta u ozbiljnije plivanje. Pogledajte na našoj stranici "Plivačka škola" o Programu koji se nudi, i puno više u – "Kako naučiti plivati".

PLIVANJU KROZ DOBNE SKUPINE

Mnoga djeca započinju svoj natjecateljski put kroz različite vidove ulaska u svijet plivanja. Neki preko početaka u najbližem bazenu, drugi kroz lokalni rekreativni tim, školski tim, ili neki od afirmiranih plivačkih klubova unutar HPS-a. Na toj razini plivači i uče i usavršavaju plivačke sposobnosti i vještine, te se počinju natjecati protiv sebi ravnih. Potražite mogućnosti kako se priključiti našem plivačkom klubu, P.K. "Medvešak" na našoj internetskoj stranici.

PLIVANJE U SENIORSKOJ KONKURENCIJI

Kada plivači sazriju, ciljevi postaju malo veći i oni se, prolaze kroz razne selekcije, pomalo primaju u seniorskoj razini plivanja. Na ovoj razini plivači još uvijek usavršavaju vještine, međutim treninzi postaju sve ozbiljniji a vode ih i osmišljavaju naši profesionalni treneri, kako bi plivači doveli do vrhunskih rezultata onog momenta kada su oni mentalno i tjelesno spremni da to postignu. Plivači su i dalje dio klupskog sustava pod HPS-om, ali nastupati smiju isto tako za svoje školske ili fakultetske timove, ovisno o njihovoj dobi.

PLIVANJE NA ELITNOJ RAZINI

Neki vrhunski plivači imaju talenat, odanost radu, ali i obvezu i odlučnost da dosegnu elitnu razinu športa. Oni se natječu na raznim natjecanjima nacionalne i međunarodne razine i stremička tome da uđu u nacionalni tim, kako bi svoju zemlju predstavljali na Olimpijadi ili drugim međunarodnim športskim smotrama. Elitni plivači u Hrvatskoj obuhvaćeni su programom Hrvatske plivačke reprezentacije podjeljeni u više kategorija. Više na stranici HPS-a pod Reprezentacija.

