

Презентация по физической культуре на тему  
«ВОЗНИКНОВЕНИЕ ПЛАВАНИЯ».

Презентацию подготовил:

Ученик 8 класса

Апельганс Эрик Эдуардович

### Цель:

Изучить и узнать интересную информацию про возникновение плавания.

### Задачи:

1. Найти интересные факты;
2. Изучить историю возникновения плавания;
3. Изучить структуру плавания.

### Гипотеза:

Большинство думают, что если заниматься плаванием, то здоровье улучшится.

### Актуальность:

Умение плавать относится к числу жизненно-необходимых навыков. Плавание представляет собой и одно из важнейших средств физического воспитания.

# Плавание

Плавание – это олимпийский водный вид спорта, который заключается в преодолении различных дистанций вплавь и за наименьшее время. Независимо от вида плавания, под водой пловцу разрешается проплыть не более 15 метров (на старте или после поворота).

# История возникновения и развития плавания

Повсеместные находки археологов говорят о том, что плавать люди научили очень давно. Скорее обучение плаванию было инициировано поиском пищи и военным делом.

В 1515 году в Венеции прошли первые соревнования пловцов. В 1869 в Англии была открыта первая любительская школа по плаванию («Ассоциация любителей спортивного плавания Англии»). Чуть позже подобные школы появились в Швеции, Германии, Венгрии, Франции, Нидерландах, США, Новой Зеландии, России, Италии и Австрии.

В конце 19 века наблюдается всплеск популярности водных видов спорта, предпосылкой для этого стало появление искусственных бассейнов.

С 1896 года и до сегодняшнего дня плавание входит в программу Олимпийских игр. В 1899 был проведен крупный чемпионат среди стран Европы, который получил название «первенство Европы».

В 1908 году Международной федерацией плавания (ФИНА) были разработаны и зафиксированы основные дистанции для проведения соревнований, а также порядок проведения заплывов.

# Стили плавания в бассейне

В спортивном плавании существуют 4 стиля:

1. Кроль – самый быстрый вид плавания, который характеризуется попеременными и симметричными движениями руками и ногами. Каждая рука совершает широкий гребок вдоль оси тела пловца, ноги при этом попеременно поднимаются и опускаются;
2. Кроль на спине — стиль плавания, который визуально очень похож на обычный кроль. Спортсмен также совершает попеременные гребки руками с попеременным поднятием и опусканием ног, но плавает на спине и совершает пронос прямой рукой над водой;
3. Брасс – вид плавания, в котором спортсмен лежит на груди, а руками и ногами выполняет симметричные движения в плоскости, которая параллельна водной поверхности;
4. Баттерфляй — один из наиболее технически сложных и утомительных видов плавания. При передвижении баттерфляем спортсмен совершает широкий и мощный гребок, приподнимающий тело пловца над водой, а ноги и таз совершают волнообразные движения. Считается вторым по скорости после кроля.







# Бассейн

- Плавательный бассейн — прямоугольная ванна, предназначенная для занятий водными видами спорта. Для спортивного плавания размеры бассейна должны быть:
  1. 50 метров в длину и 25 метров в ширину (для дорожек шириной 2,5 метра);
  2. 50 метров в длину и 21 метров в ширину (для 10 дорожек шириной 2 метра);
  3. 25 метров в длину и 16 метров в ширину (для 8 дорожек шириной 1,9 метра);
  4. 25 метров в длину и 11 метров в ширину (для 6 дорожек шириной 1,75 метра);
  5. 25 метров в длину и 8,5 метров в ширину (для 5 дорожек шириной 1,6 метра).

Согласно правилам ФИНА, ванны должны быть 50 метров в длину и 25 метров в ширину. Бассейн должен быть разбит на 8 дорожек.

Полосы дорожек отделяются друг от друга разделительными гирляндами из поплавков диаметром 5—15 см. Первые и последние 5 метров каждой из них состоят из поплавков красного цвета. Остальное пространство заполнено поплавками зелёного цвета для 1 и 8 дорожек, синего цвета для 2, 3, 6 и 7 дорожек и жёлтого цвета для 4 и 5 дорожек.

Температура воды должна быть в пределах 25 – 29 градусов.

# Экипировка

Экипировка для плавания призвана обеспечить максимальный комфорт, а также снизить сопротивление воды. К плавательной экипировке относятся:

1. Плавательная шапочка – головной убор для плавания в воде, защищает волосы пловца от хлорированной воды. Плавательные шапочки бывают: латексные, силиконовые, тканевые и комбинированные.
2. Плавки или спортивный купальник – трусы для плавания из специального материала (полиамид с добавлением лайкры или смесь полиэстера с ПБТ).
3. Очки для плавания – аксессуар для спортивного плавания, который призван обеспечить нормальное зрение под водой, а также защищают глаза от хлорных испарений.



# Судейство в плавании

1. Главный судья – несет ответственность за проведение соревнований по плаванию, а также возглавляет судейскую коллегию.
2. Стартер – вызывает спортсменов на старт, проверяет правильность занятых стартовых позиций и дает команду на старт.
3. Хронометрист – замеряет время участника заплыва на определенной дорожке от старта до финиша.
4. Судья на финише – определяет порядок прихода участников к финишу, при отсутствии автоматизированной системы определения победителей.
5. Судья на повороте – определяет правильность выполнения поворотов на отведенной ему дорожке.
6. Технический судья – следит за техникой выполнения соответствующего стиля плавания.

# Система соревнований

A photograph of three swimmers in a pool, captured in motion. The swimmers are wearing swim caps and goggles. The water is blue, and lane lines are visible in the background. The overall tone is slightly dark and blue.

На современных официальных соревнованиях существуют утренняя и вечерняя программы. В утреннюю программу входят предварительные заплывы, по результатам которых определяются участники полуфиналов и финалов (вечерняя программа).

На официальных соревнованиях кролем и мужчины, и женщины выступают на дистанциях 50, 100, 200, 400, 800 и 1500 метров, на спине на 100 и 200 метров. Брассом и баттерфляем плывут на дистанциях 100 и 200 метров.



# Структуры плавания

A swimmer is shown from a top-down perspective, swimming in a pool. The swimmer is wearing a white swim cap and goggles, and is in a streamlined position with arms extended forward. The water is a deep blue color, and the lane lines of the pool are visible.

- Структуры плавания Международная федерация плавания (фр. Federation Internationale de Natation, FINA) — структура, которая объединяет национальные плавательные федерации. Штаб квартира находится в Лозанне (Швейцария).



# Награждение

- Награждение проходит после проведения соревнования. Когда судьи сравнивают результаты пловцов из разных заплывав. И когда результаты сравнили, начинают вызывать пловцов по возрастанию от 3 места до 1 места. У кого самый маленький результат тот и окажется на первом месте.
- Награждение проходит по разным видам плавания.



# Вывод

Я выяснил то, что плавание – это очень красивый и увлекательный, а самое главное полезный вид спорта. Я призываю всех: заниматься этим замечательным видом спорта!!!

# Используемые источники

## Источники:

1. <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/plavanie/>
2. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Плавание>
3. <https://sportschools.ru/page.php?name=swimming>
4. <http://www.offsport.ru/plavanie/history.shtml>



A male swimmer is shown from the chest up, smiling broadly. He is wearing a red and white athletic jacket with "RUSSIA" and "BOSCO" visible on it. He is holding a large Russian flag behind his back with both hands. A bronze medal hangs from a colorful ribbon around his neck. In his right hand, he holds a pair of colorful swim goggles. The background is a blurred outdoor swimming pool with blue lane lines.

**Благодарю всех за просмотр!**