

ПРЕЗЕНТАЦИЯ
стили плавания
для детей старшей и
подготовительной группы
детского сада

Инструктор по физической
культуре Ким Ю.Ю.

A background image showing a vast blue ocean under a blue sky with wispy white clouds. The sun is visible on the left side, creating a bright reflection on the water's surface.

Как же люди научились плавать?

И как появились стили плавания?



Этапы появления стилей плавания.



«По-собачьи». Зародился у древних людей, которые перенимали повадки животных. Служил для переправы на противоположный берег по мелководью или способом защиты в воде.



Брасс. Зародился задолго до нашей эры. Первые наскальные рисунки людей, которые производили движения, похожие на брасс, были найдены в египетских «Пещерах Пловцов».

Кроль. В 1898 году в австралийском городе Бранте, Алек Викхем, проплыл дистанцию с высокой для того времени скоростью. Стиль плавания напоминал «ползущего ребенка». По-английски «ползти» - «кроул». Вскоре этот стиль получил признание и на данный момент является самым удобным и скоростным видом плавания.



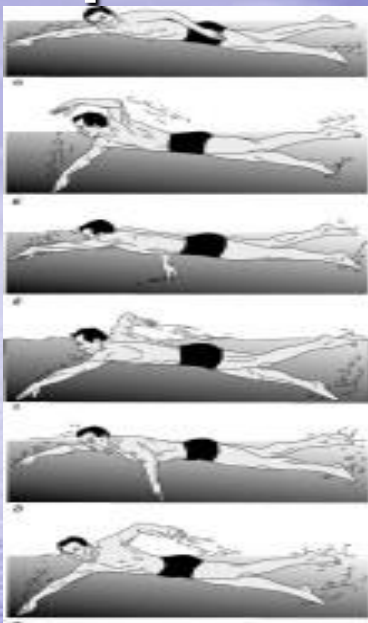
Баттерфляй (от англ. слова бабочка). Один из самых



Кроль – самый быстрый
стиль плавания.



Кроль на груди

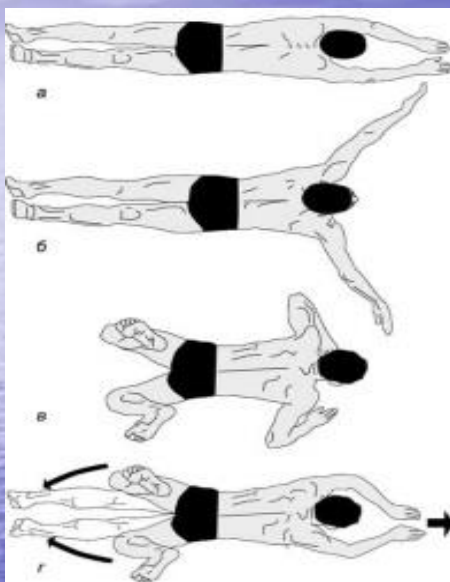


- Плавание кролем похоже на ***ползание по-пластунски***, но только в воде. Пловец по очереди погружает в воду немного согнутые в локте руки впереди плеч, делает длинный сильный гребок и, постепенно распрямляя руку, выносит ее из воды у бедра. Ноги при этом делают движения вверх-вниз, слегка сгибаясь и разгибаясь в коленях.

Брасс.



Брасс - самый медленный стиль плавания



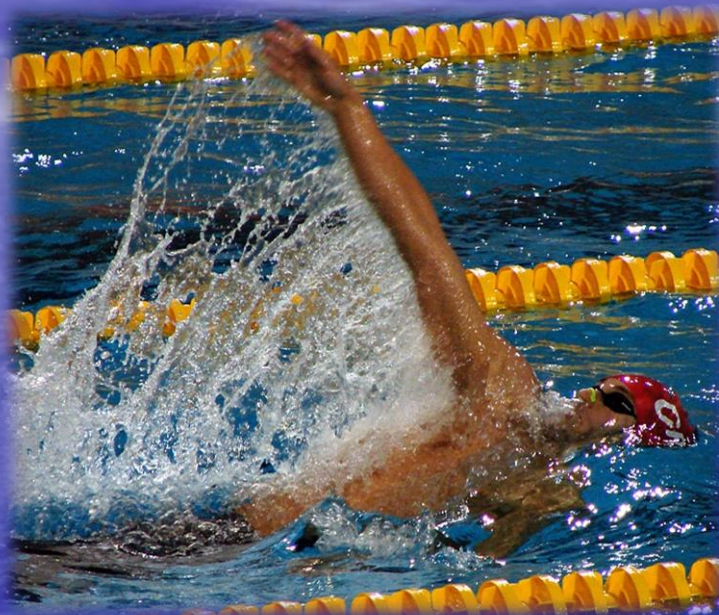
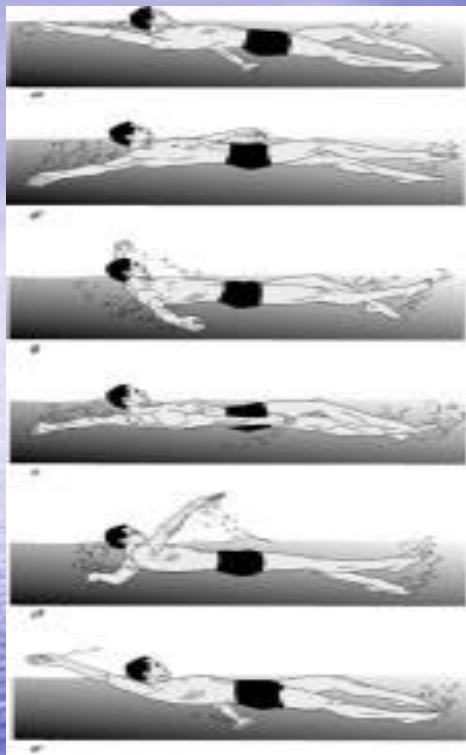
- Пусть **брасс** не слишком уж быстр, зато он обладает множеством достоинств, которые делают его просто незаменимым стилем. **Брасс** позволяет двигаться в воде бесшумно; при движении этим стилем можно отлично просматривать надводное пространство; а также именно плавая брассом можно преодолевать значительные расстояния.

Кроль на спине.



- Этот стиль плавания похож на "**кроль наоборот**". Здесь, как и в **кроле**, спортсмен выполняет попеременные гребки руками и одновременно совершает попеременные удары ногами в вертикальной плоскости (вверх-вниз). Лицо спортсмена практически постоянно (за исключением старта и поворотов) находится над водой.

Плавание на спине



- Некогда **плавание на спине** использовали исключительно для отдыха на воде. Со временем оно стало применяться и для преодоления водных дистанций – и вошло в программу соревнований
- Плавание на спине – это не самый быстрый стиль плавания, но плыть им можно быстрее, чем, например, брассом.

Баттерфляй.



Баттерфляй является одним из наисложнейших способов плавания. Этот стиль плавания очень быстрый, однако, по скорости он считается вторым, после плавания стилем кроля.

Бабочка или дельфин



- В переводе с английского языка баттерфляй означает **«бабочка»**, но у этого стиля плавания есть и другое название – **«дельфин»**.
- Баттерфляй – это такой стиль плавания, который выполняется только на животе, при котором правая и левая части тела выполняют симметричные движения одновременно – **как крылья бабочки**. Руки совершают мощный и широкий гребок, благодаря которому тело пловца приподнимается над водой. Таз и ноги выполняют волнообразные движения- **как тело дельфина**.

Стишок мы хотим посвятить для людей,
Для тех, кто не знает, как плавать в воде,
Кто плаванье в жизни всегда избегал?
Кто радость воды никогда не познал?

- Ведь плаванье – навык необходим
И маленьким детям, и даже большим,
Ведь это залог безопасности всех,
Ведь это здоровье, радость, успех.
- В воде человек организм закалит,
Сосуды и сердце свое укрепит,
Он будет и сильным, и стройным всегда,
И в этом поможет вам точно вода,
- Давайте же плавать учиться,
Нырять и в воде веселиться
Пусть в жизни везде и всегда
Вам радость приносит вода!

СПАСИБО

ЗА ВНИМАНИЕ.