

Презентація

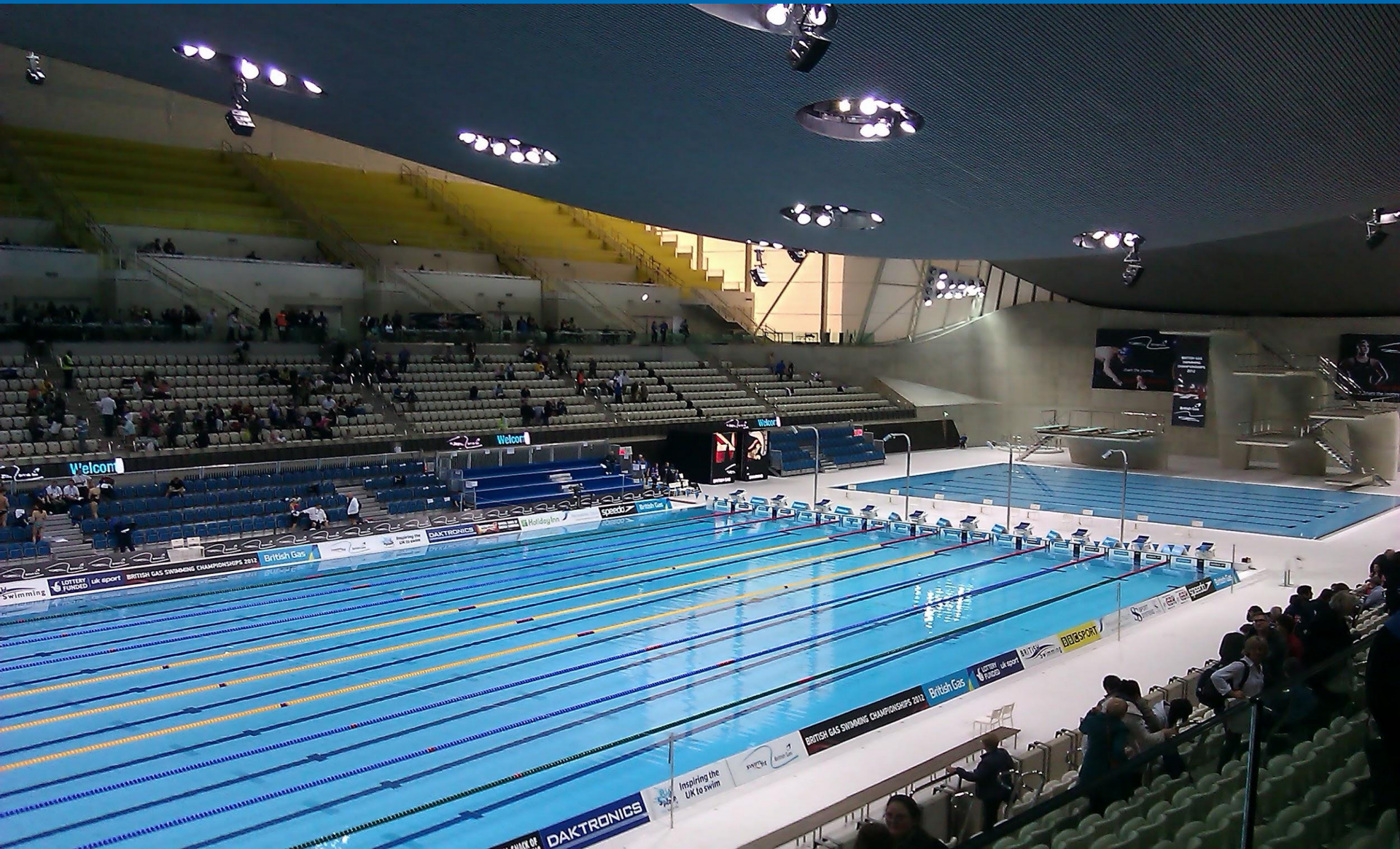
Студента I курсу

Групи К 12 – 15

Карпюка Павла

Плавання

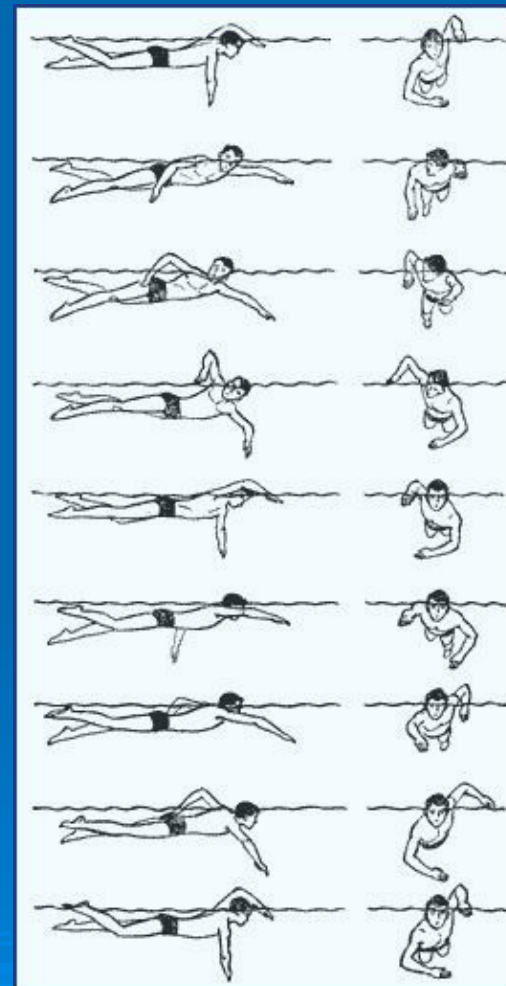




Техника плавания кролем

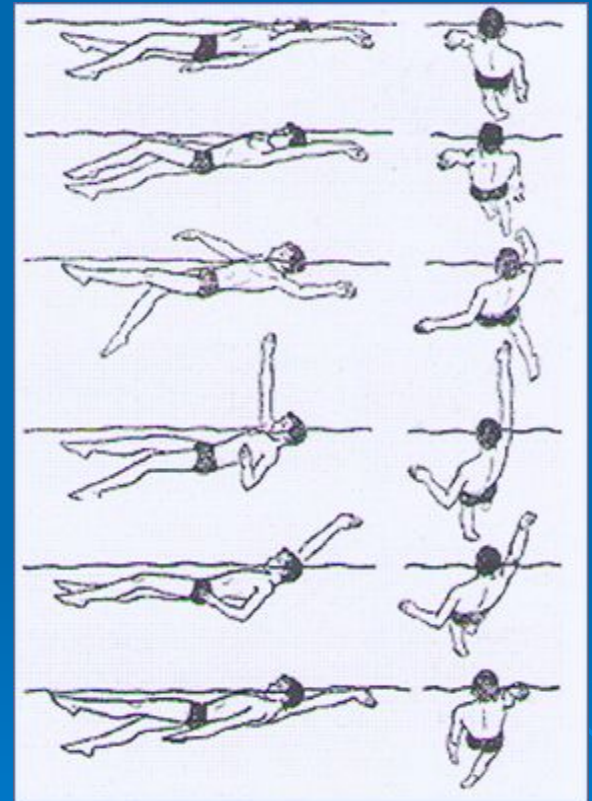


Кроль – стиль плавания на груди, при движении которым пловец совершает широкие гребки вдоль тела попеременно правой и левой руками, и одновременно постоянно выполняет удары ногами в вертикальной плоскости (по принципу работы ножниц). Лицо спортсмена почти постоянно находится при этом в воде; периодически, во время одного из гребков он поворачивает голову в сторону, поднимая лицо из воды для того, чтобы сделать вдох. Плавание кролем позволяет развить **наибольшую скорость**.



Техника плавания на спине

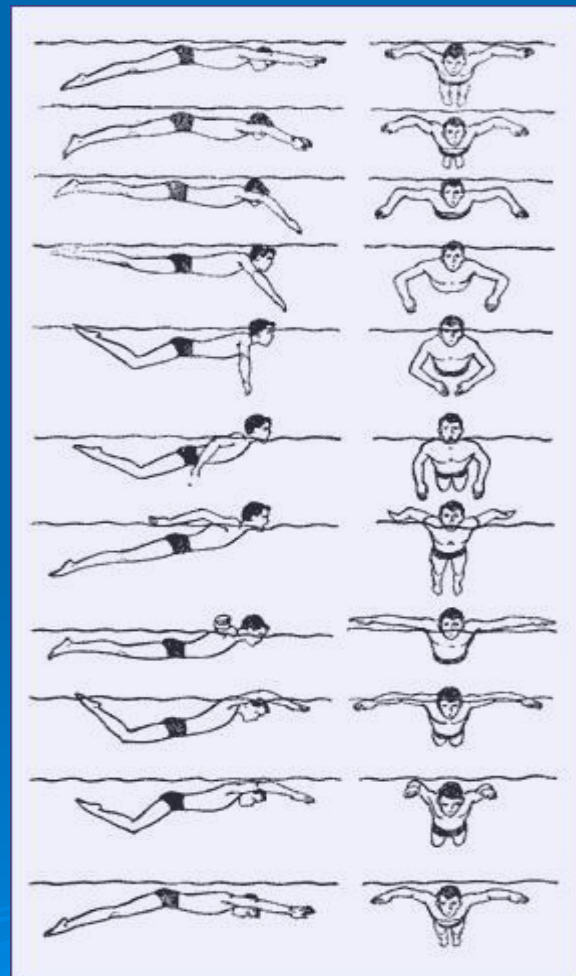
- **Кроль на спине** похож на перевернутый кроль на груди - спортсмен также выполняет попеременные гребки руками и одновременно совершает попеременные удары ногами в вертикальной плоскости (вверх-вниз). Лицо спортсмена практически постоянно (за исключением старта и поворотов) находится над водой, что делает этот способ плавания очень удобным для передвижения по воде.



Техника плавания баттерфляем



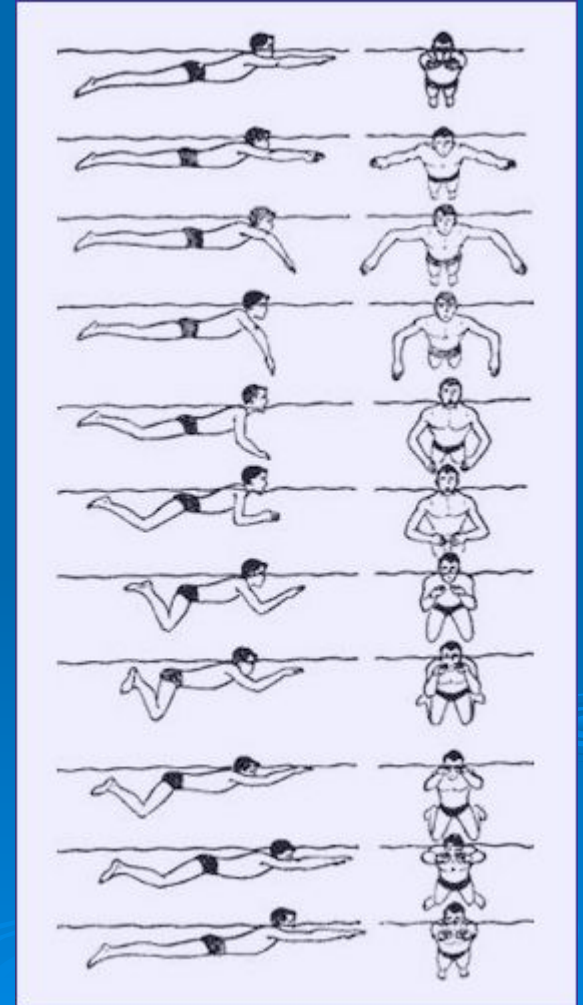
Баттерфляй - стиль плавания на груди, при плавании которым спортсмен выполняет одновременные и симметричные движения левой и правой частями тела. Обеими руками пловец совершает мощный широкий гребок, при выполнении которого верхняя часть корпуса приподнимается над водой, одновременно выполняя симметричные удары ногами "от таза".



Техника плавания брассом

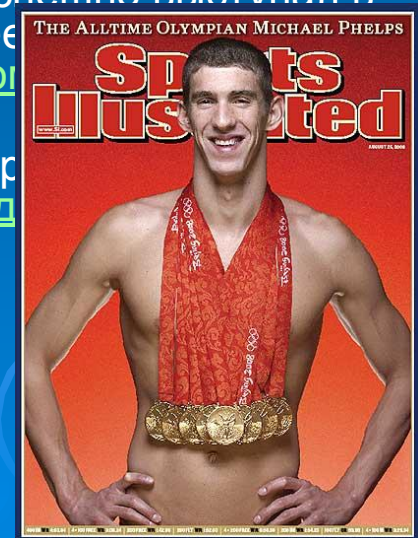


Брасс - стиль плавания на груди, в котором руки подаются одновременно симметрично вперёд, а ноги совершают одновременный толчок в горизонтальной плоскости.



Michael Phelps

- **Майкл Фелпс** — американский пловец — американский пловец, единственный в истории спорта 18-кратный олимпийский чемпион — американский пловец, единственный в истории спорта 18-кратный олимпийский чемпион, 26-кратный чемпион мира в 50-метровом бассейне. Абсолютный рекордсмен по количеству наград (22) в истории Олимпийских игр.
- Спортивное прозвище — «Балтиморская пуля»
- Майкл наиболее успешно выступал в плавании вольным стилем Майкл наиболее успешно выступал в плавании вольным стилем и баттерфляем Майкл наиболее успешно выступал в плавании вольным стилем и баттерфляем, несколько слабее выглядел в плавании на спине Майкл наиболее успешно выступал в плавании вольным стилем и баттерфляем, несколько слабее выглядел в плавании на спине и брассом Майкл наиболее успешно выступал в плавании вольным стилем и баттерфляем, несколько слабее выглядел в плавании на спине и брассом. Также успешно выступал в КОИ



Яна Клочкова

- Яна Александровна Клочкова - четырёхкратная олимпийская чемпионка, самая титулованная спортсменка Украины в истории Олимпийских игр. Участница трёх летних Олимпиад: 2000, 2004, 2008



