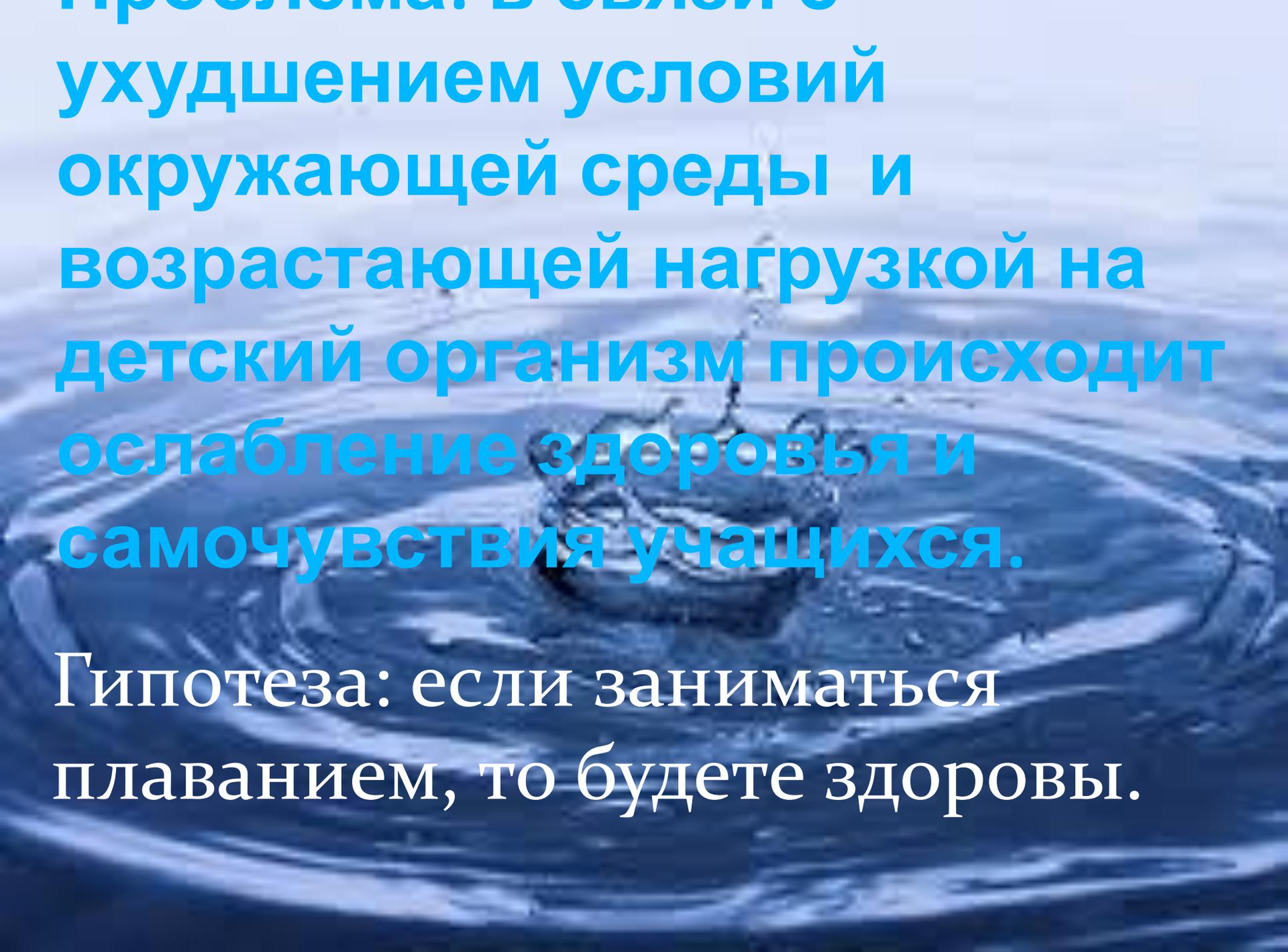




Плавание - самый лучший в мире спорт.

Работу выполнил ученик
4к класса Таболин
Дмитрий.

A blue-toned background image showing a water splash with ripples. The text is overlaid on this image.

**проблема: в связи с
ухудшением условий
окружающей среды и
возрастающей нагрузкой на
детский организм происходит
ослабление здоровья и
самочувствия учащихся.**

**Гипотеза: если заниматься
плаванием, то будете здоровы.**

Цель: Знакомство с плаванием как со способом сохранения, укрепления, развития и поддержания здоровья.

Задачи:

- 1) познакомить с историей плавания;**
- 2) рассказать о пользе плавания;**
- 3) провести анкетирование в начальных классах и обработать материал;**
- 4) сделать выводы и предложения;**
- 5) создать презентацию и стенгазету;**
- 6) подготовить публичное выступление.**

Почему именно плавание?

- низкий уровень травматизма;
- иная среда "обитания";
- улучшение психо-эмоционального состояния;
- развитие легких, выдоха в более плотную среду;
- заставляет рассчитывать только на самого себя;
- базовый вид спорта для водного поло, синхронного плавания;
- привитие чувства чистоты.





Кроль на
груди

Брасс

Способы спортивного плавания

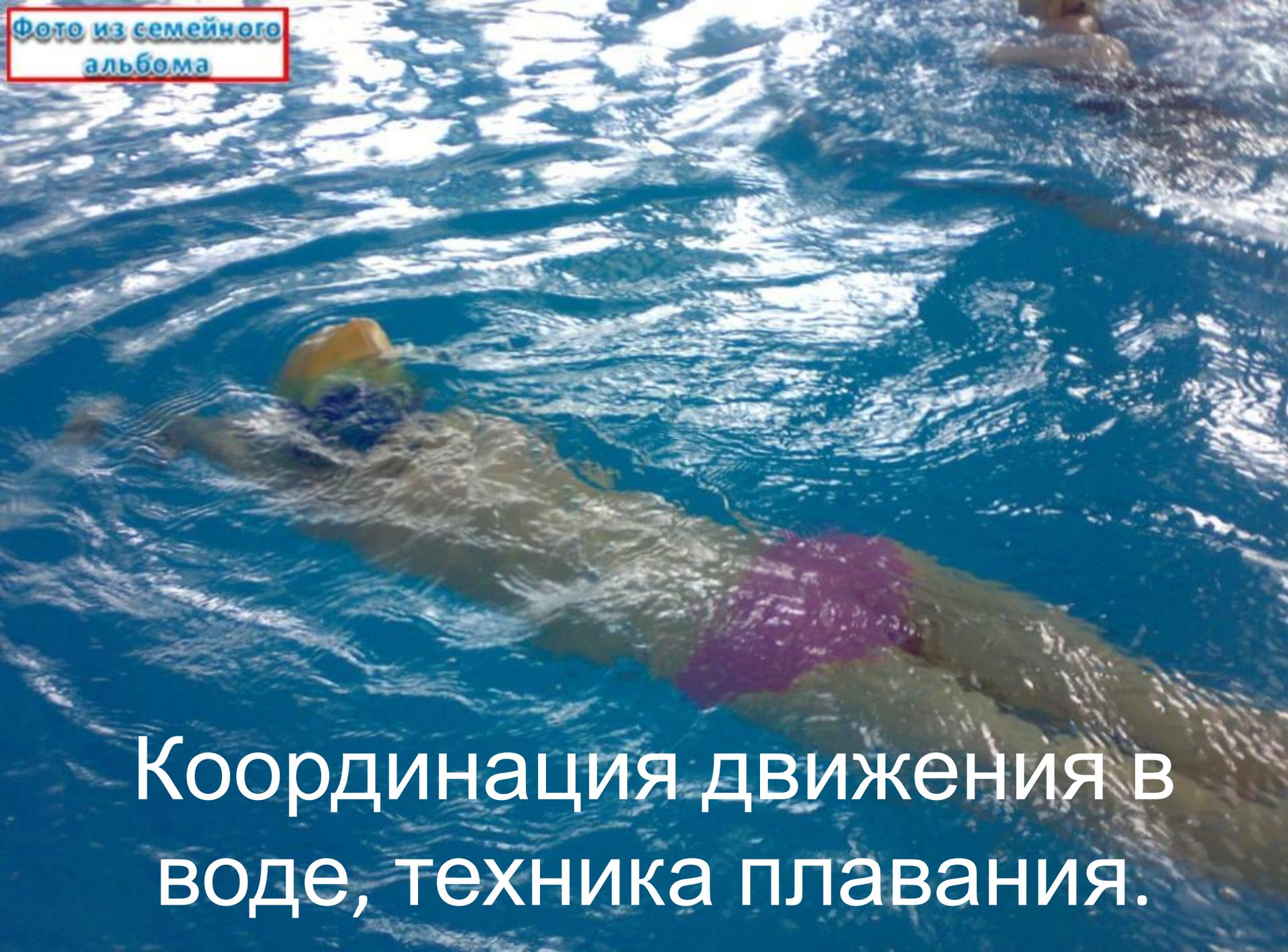
Кроль на
спине

Баттерфляй

Когда нужно начать занятия плаванием?

- плавательный костюм и шапочка- вот и все, что необходимо для занятий плаванием;
- вода - источник радости и счастья: может быть, поэтому многие дети так часто выбирают плавание;
- в Карагандинской области им занимаются несколько тысяч мальчиков и девочек;
- набор детей в секцию плавания начинают с 1 класса школы;
- тренеры считают, что 7 лет - самый оптимальный возраст для начала занятий.

Фото из семейного
альбома



Координация движения в
воде, техника плавания.

Лечебное воздействие

- профилактика и исправление нарушений осанки;
- укрепление сердечно-сосудистой и нервной системы;
- развитие дыхательного аппарата и мышечной системы;
- содействие росту и укреплению костной ткани;
- совершенствование механизма терморегуляции;
- повышение иммунитета.

Фото из семейного
альбома

A young girl is swimming in a pool, wearing a pink swim cap and goggles. She has her arms outstretched, and the water is blue with ripples. The pool is divided into lanes by red and white lane lines.

«Как рыба в воде»...
оказывается, этому необходимо
учиться.



- Олимпийские виды спорта в Карагандинской области
- Плавание
- Синхронное плавание
- Водное поло
- Прыжки в воду



Водное поло



Прыжки в воду





Синхронное плавание

Фигура делается гораздо
привлекательней



Искусство о плавании



..и предложения.

- Правительству и акиму построить бассейн рядом со школой;
- усилить пропаганду плавания с помощью СМИ;
- доступные цены оплаты;
- в школах организовать посещение бассейна всем классом;
- мы можем рассказывать о пользе плавания на родительских собраниях.

The image features a blue background with a fine, grid-like texture. Two sets of water droplets are arranged to resemble footprints, one at the top and one at the bottom. Each footprint consists of a large, elongated droplet for the main body and a series of smaller, circular droplets for the toes. The droplets are clear and have a slight reflection, giving them a three-dimensional appearance. Centered over the space between the two footprints is the text "Спасибо за внимание!".

Спасибо за внимание!



**Продукт деятельности: презентация для
внеклассных часов по познанию мира**