





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 extended forward, and the water is blue with ripples. Red lane lines are visible in the background.

«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 droplets for the toes. The text "Спасибо за внимание!" is centered in the middle of the image in a white, italicized serif font.

Спасибо за внимание!



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