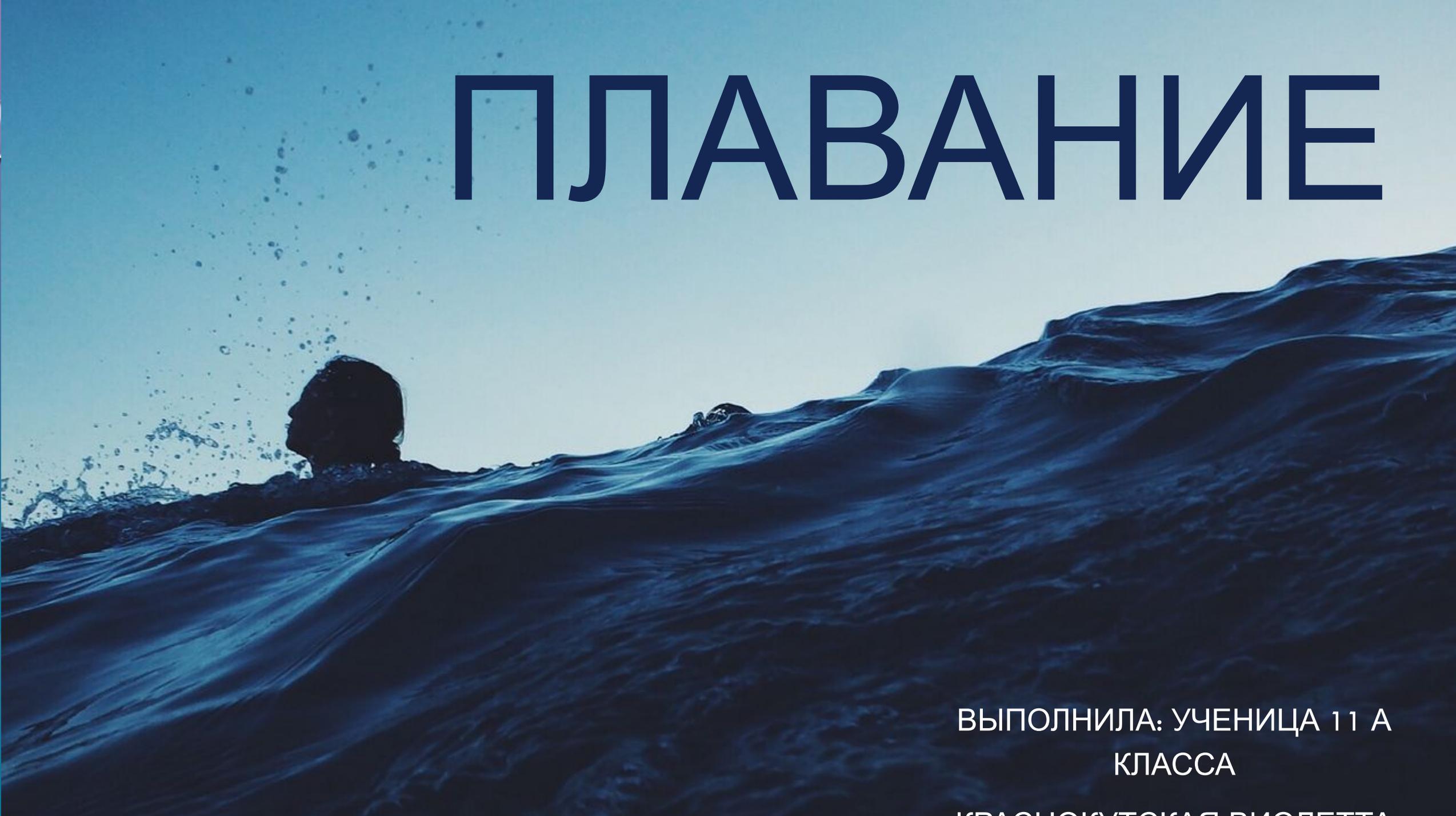


# ПЛАВАНИЕ

A person is swimming in blue water, with their head above the surface. The water is splashing around the person's head, and the background is a clear blue sky. The overall scene is captured in a monochromatic blue color palette.

ВЫПОЛНИЛА: УЧЕНИЦА 11 А  
КЛАССА

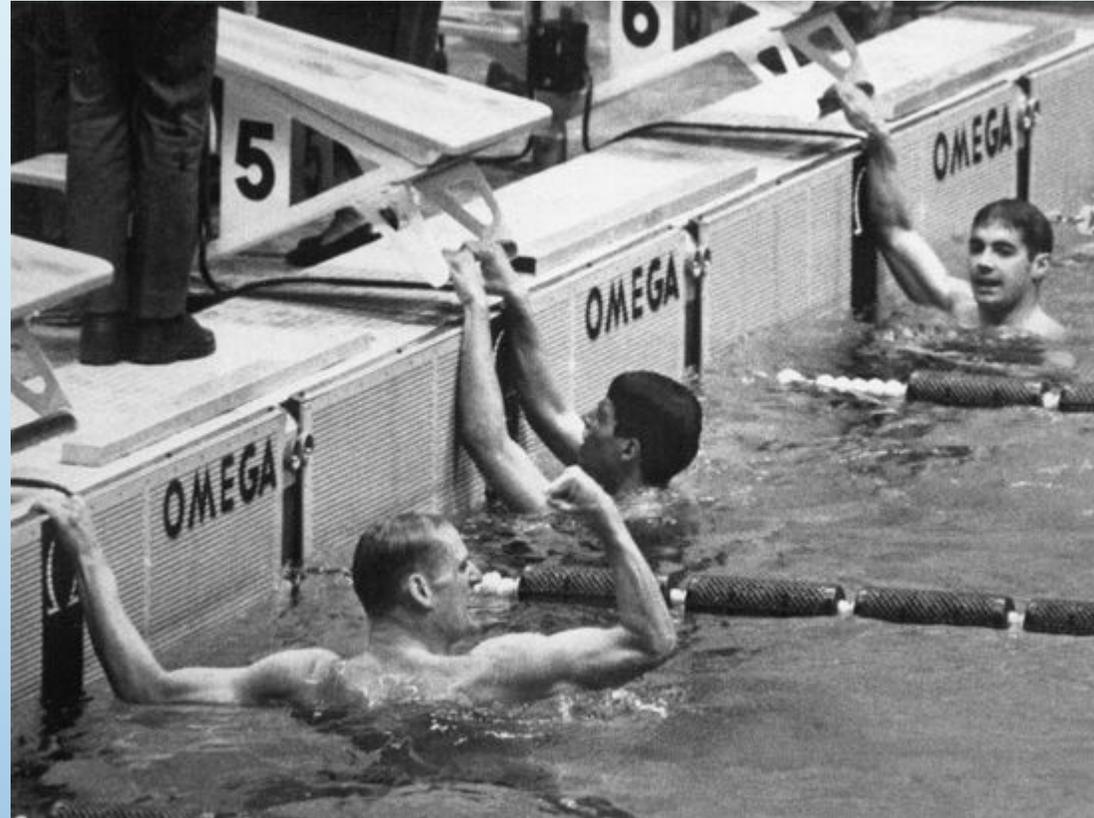
КРАСНОУТКАС ВЛОДЖЕТТА

## ВВЕДЕНИЕ:

- ЦЕЛЬ: ИЗУЧИТЬ ТАКОЙ ВИД СПОРТА КАК ПЛАВАНИЕ, ЕГО ИСТОРИЮ И СТРУКТУРУ.
- СОДЕРЖАНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИИ:
  - ИСТОРИЯ ПЛАВАНИЯ
  - ВИДЫ ПЛАВАНИЯ
  - СТИЛИ ПЛАВАНИЯ



# История возникновения и развития



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



Прыжки в  
воду

Спортивное

Прикладное

Виды  
плавания

Синхронное

Подводное

Игровое

Оздоровительное

The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered across the surface. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. The text is centered on the left side of the image.

# Игровое плавание



The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered around the edges. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

# ПОДВОДНОЕ ПЛАВАНИЕ

# Подводное плавание

Фридайвинг

Спортивный дайвинг

Подводное плавание в ластах

Подводное ориентирование

Подводный туризм

Подводная спортивная стрельба

Подводная охота

Акватлон  
(подводная борьба)

Подводный хоккей

Подводное регби

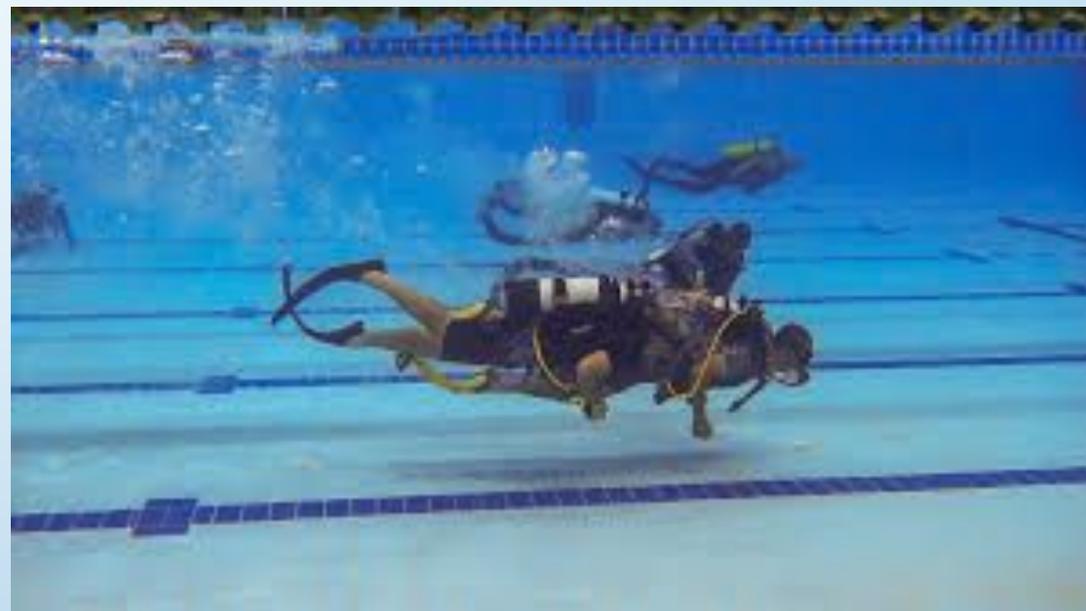
Подводная фотосъемка



# АПНОЭ (ФРИДАЙВИНГ)



# СПОРТИВНЫЙ ДАЙВИНГ



# ПОДВОДНОЕ ПЛАВАНИЕ В ЛАСТАХ



# ПОДВОДНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ



# ПОДВОДНЫЙ ТУРИЗМ



# ПОДВОДНАЯ СПОРТИВНАЯ СТРЕЛЬБА



# ПОДВОДНАЯ ОХОТА



# АКВАТЛОН (ПОДВОДНАЯ БОРЬБА)



# ПОДВОДНЫЙ ХОККЕЙ



# ПОДВОДНОЕ РЕГБИ



A close-up photograph of a diver underwater. The diver is wearing a blue wetsuit, a black diving mask, and a black watch on their left wrist. They are holding a large black camera with both hands, positioned in front of their face. The background is a dark teal color, representing water, and is filled with numerous bubbles of various sizes. The text "ПОДВОДНАЯ ФОТОСЪЕМКА" is overlaid in the center of the image in a bold, white, sans-serif font.

# ПОДВОДНАЯ ФОТОСЪЕМКА

The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered around the edges. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

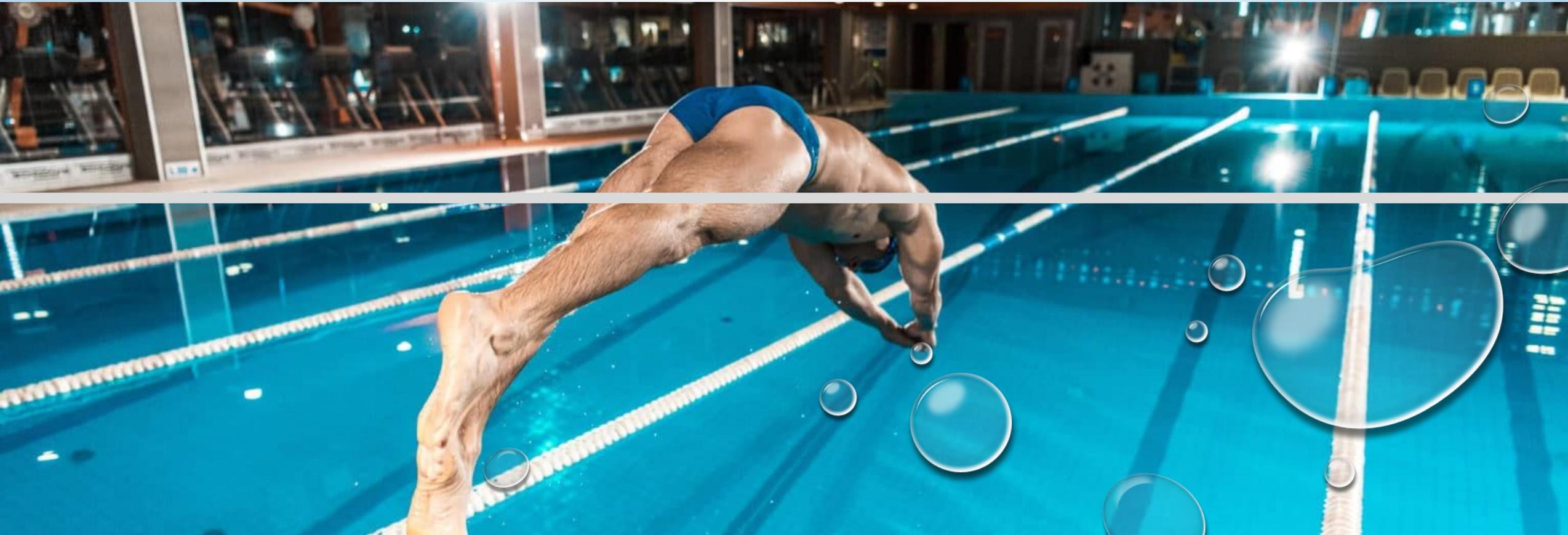
# ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ

# ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ

- ныряние и передвижение под водой
- прикладные прыжки в воду
- спасение тонущих и помощь уставшим пловцам
- плавание в экстремальных условиях
- преодоление водных преград
- плавание спортивными, самобытными и комбинированными способами

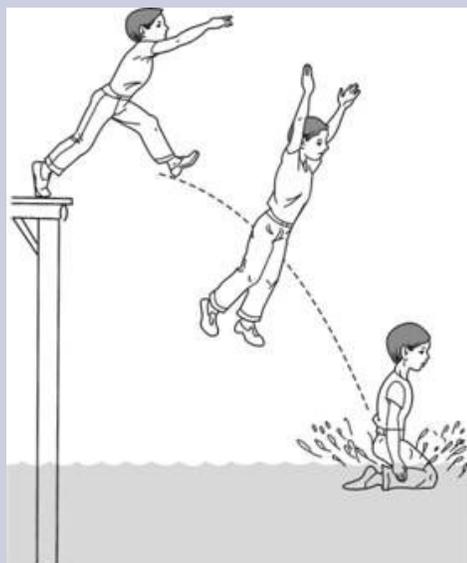


# НЫРЯНИЕ И ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПОД ВОДОЙ

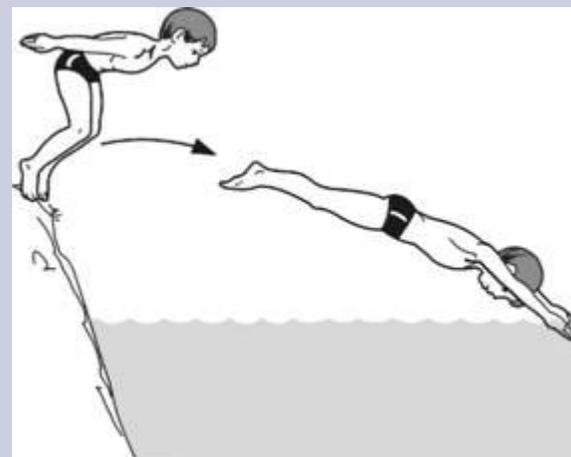


# ПРИКЛАДНЫЕ ПРЫЖКИ В ВОДУ

Прыжок ногами вперёд



Прыжок головой вперёд



# СПАСЕНИЕ ТОНУЩИХ И ПОМОЩЬ УСТАВШИМ ПЛОВЦАМ

Уставший пловец	Агрессивный утопающий	Утонувший
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Быстро доплыть</li><li>2. Успокоить</li><li>3. Транспортировать к берегу</li><li>4. Согреть</li></ol> 	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Плыть к пострадавшему с поднятой головой</li><li>2. Подплывать со стороны спины пострадавшего</li><li>3. Освободиться от захватов при необходимости</li><li>4. Транспортировать, применяя жесткие захваты</li><li>5. Вызвать рвотный эффект</li><li>6. Отправить к врачу</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Определить место утопления и найти утонувшего на дне</li><li>2. Поднять со дна водоема</li><li>3. Транспортировать, применяя самый быстрый способ</li><li>4. Осуществить реанимацию в зависимости от состояния утонувшего</li><li>5. Вызвать врача</li></ol>

# ПРЕОДОЛЕНИЕ ВОДНЫХ ПРЕГРАД

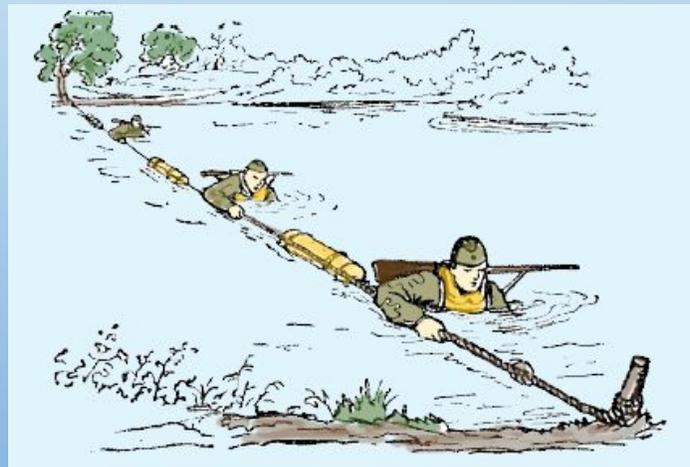
Переправы вплавь



Переправы с помощью подсобных средств повышающих плавучесть



Переправы с помощью жердей, веревки, каната или провода



# СПОСОБЫ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ В ВОДЕ

## Спортивные

Брасс

Баттерфляй

Кроль на груди

Кроль на спине

## Самобытные

Брасс на спине

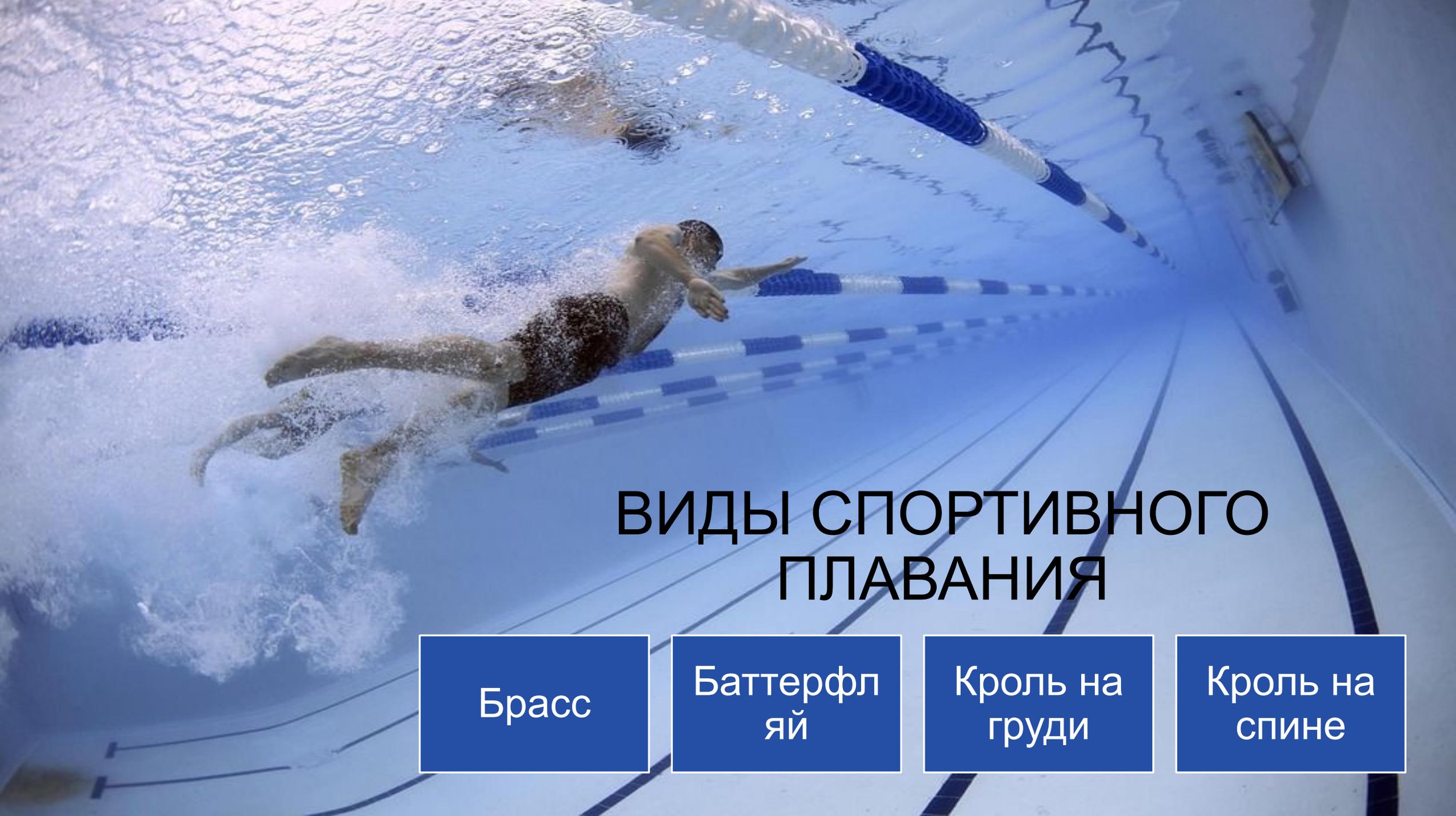
Плавание на боку

## Комбинированные

Применяются все отдельные элементы спортивных способов

The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered around the edges. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

# СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ

A swimmer is captured in the middle of a butterfly stroke in a swimming pool. The swimmer is wearing dark swim trunks and is creating a large splash of white water. The pool has blue lane lines and a blue and white lane rope. The background shows the pool's edge and some equipment.

# ВИДЫ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ

Брасс

Баттерфл  
яй

Кроль на  
груди

Кроль на  
спине

# БРАСС



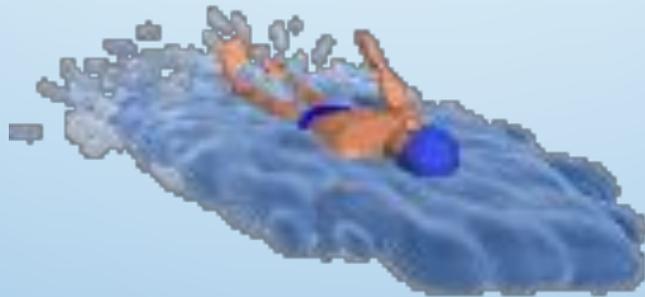
# БАТТЕРФЛЯЙ (ДЕЛЬФИ Н)



# КРОЛЬ НА ГРУДИ



# КРОЛЬ НА СПИНЕ



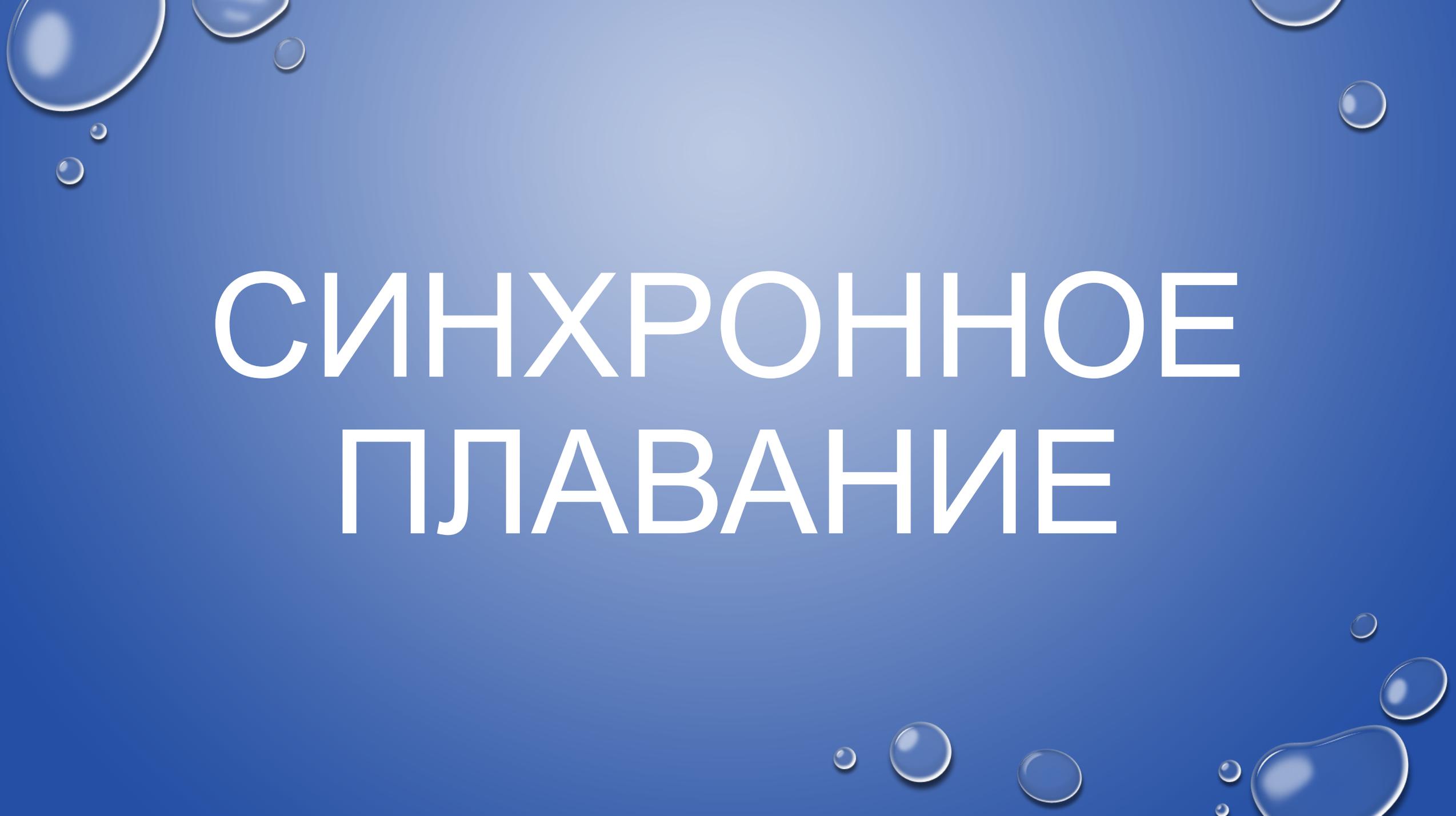
The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered across the surface. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

# ОЗДОРОВИТЕЛЪН ОБЕ ПЛАВАНИЕ

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ ПЛАВАНИЕ



Плавание рекомендуется в качестве лечебного средства при различных искривлениях позвоночника, дефектах осанки, дегенеративных заболеваниях суставов, заболеваниях дыхательной и сердечно-сосудистых систем, ожирении, неврозах, для восстановления после операций и травм.

The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered around the edges. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

# СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ

# СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ



# ПРЫЖКИ В ВОДУ

# ПРЫЖКИ В ВОДУ



The background is a solid blue color with several realistic water droplets of various sizes scattered around the edges. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!