



**Плавание - самый  
лучший в мире спорт**



**Пахолкина  
Полина  
1 «А» класс  
сш №35**



**Пахолкина  
София  
3 «А» класс  
сш №35**



A background image showing a splash of water in a blue-toned environment, with ripples and droplets visible. The text is overlaid on this background.

**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.**

The background of the slide is a blue-toned image of water splashing upwards, with a crown-shaped splash pattern. The text is overlaid on this image in a bright blue color.

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

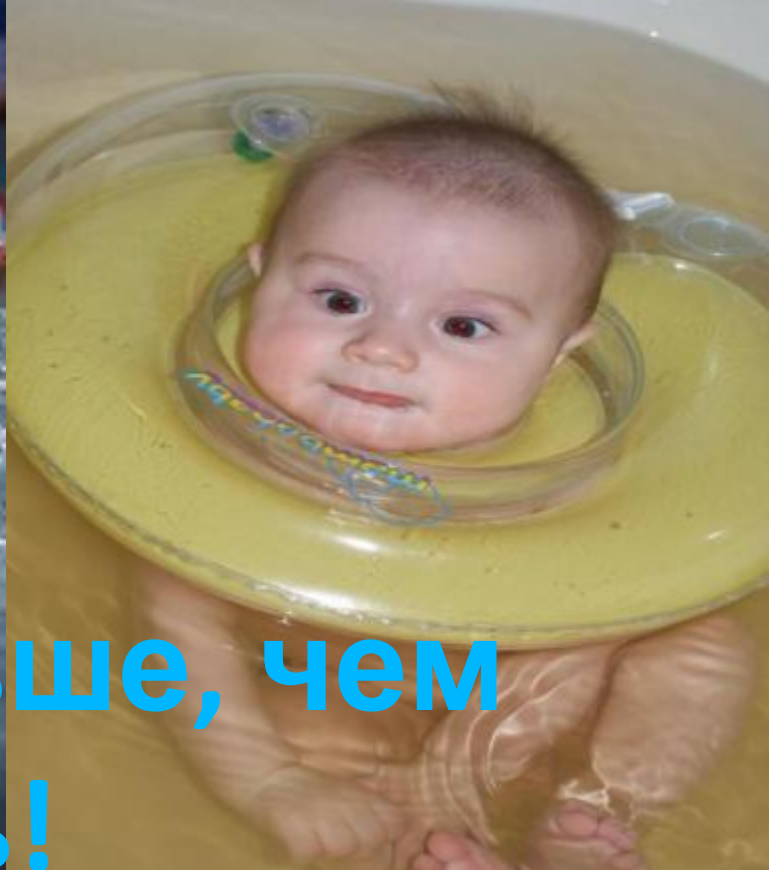
**Задачи:**

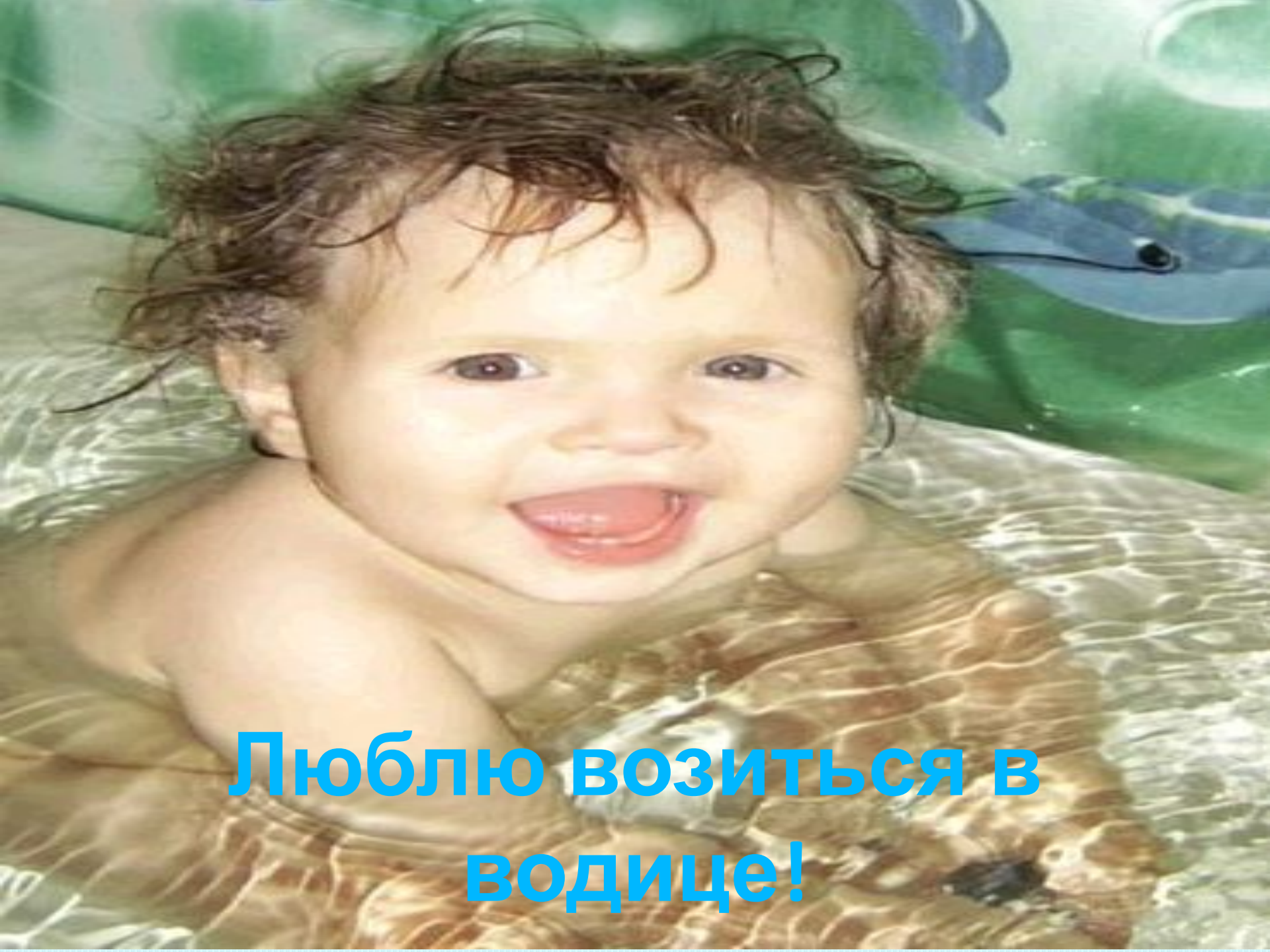
- 1) познакомить с историей плавания;**
- 2) рассказать о пользе плавания;**
- 3) провести анкетирование в начальных классах и обработать материал;**
- 4) сделать выводы и предложения;**
- 5) создать презентацию и стенгазету;**
- 6) подготовить публичное выступление.**





**Плавать раньше, чем  
ХОДИТЬ!**





**Люблю возиться в  
водице!**





Плыви, малыш, плыви!

# 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.



С детства нам знакома поговорка:  
**"Солнце,  
воздух и вода - наши лучшие  
друзья"**



**"Солнце,  
воздух и вода - наши лучшие  
друзья"**

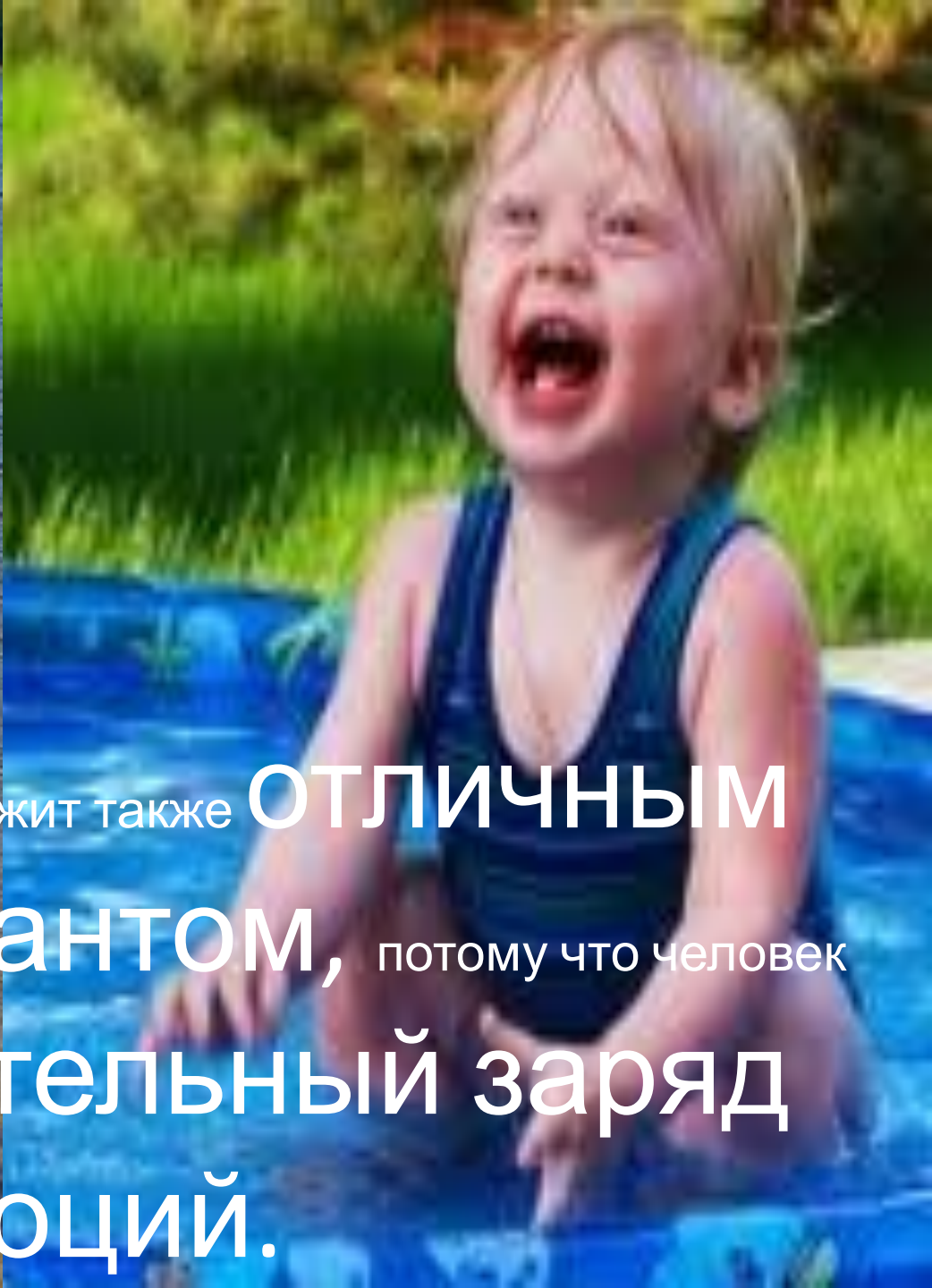
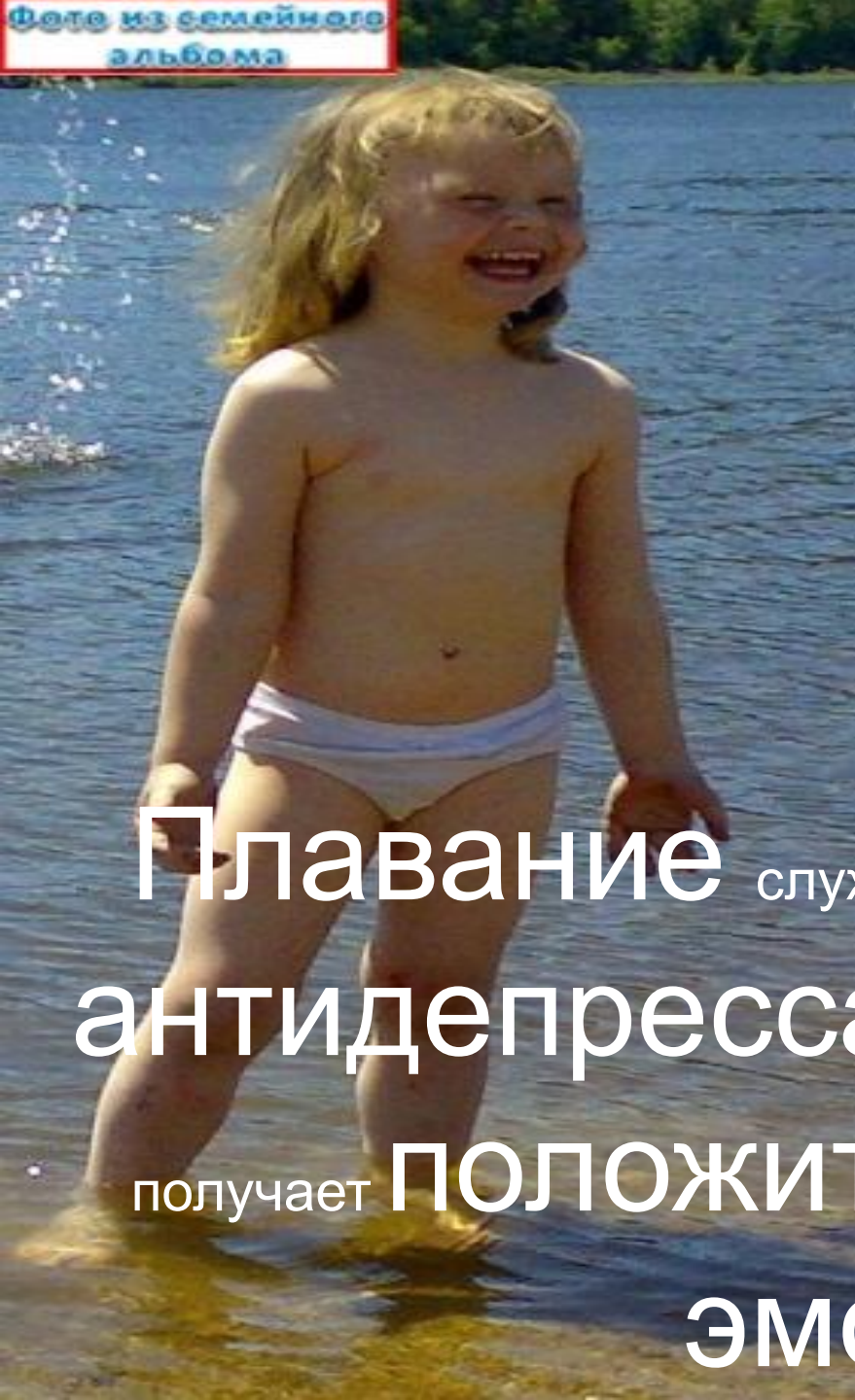




**Купаться вместе весело!**







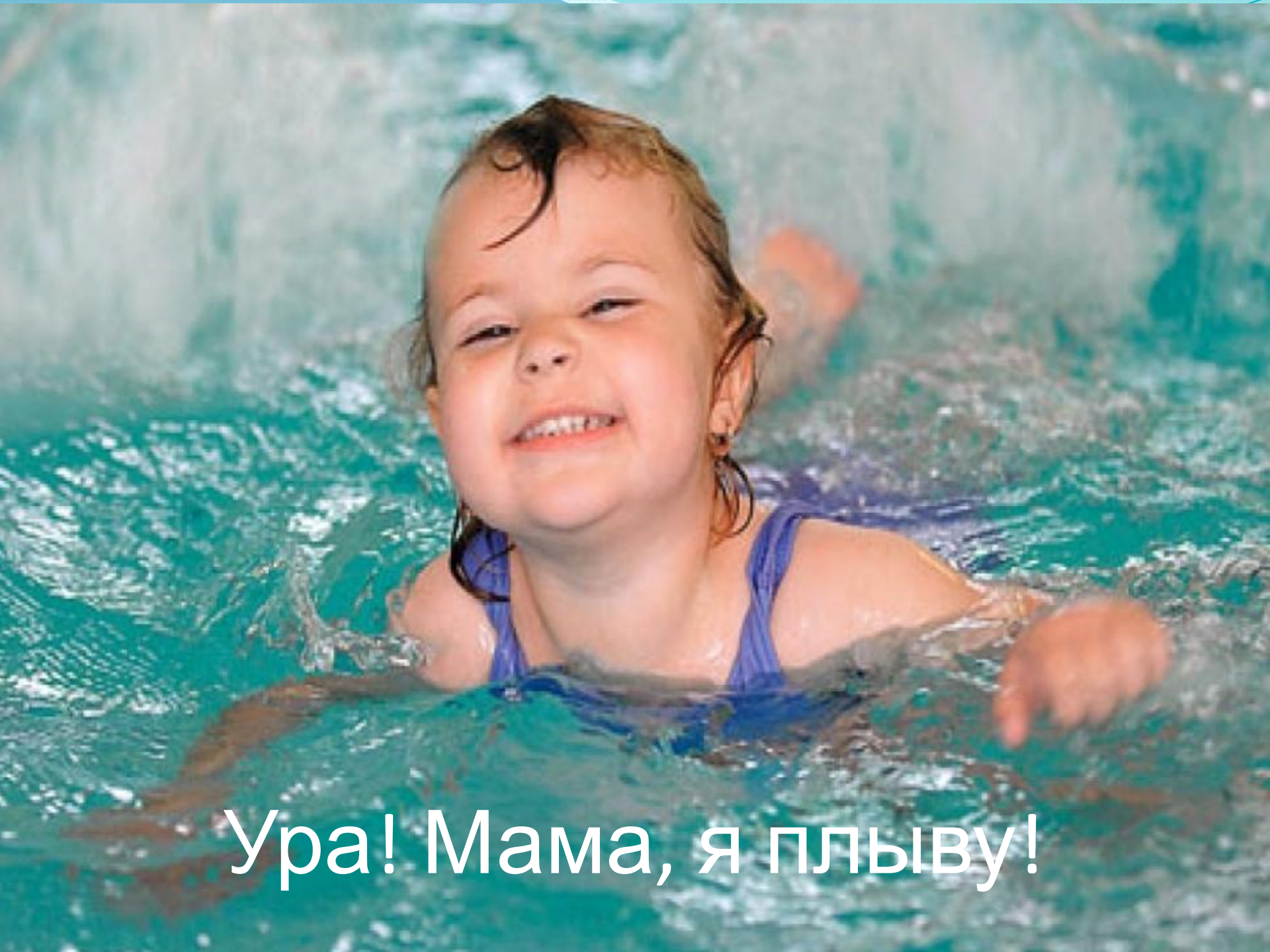
Плавание служит также **ОТЛИЧНЫМ**  
**антидепрессантом**, потому что человек  
получает **ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ заряд**  
**ЭМОЦИЙ.**



# Папа учит плавать



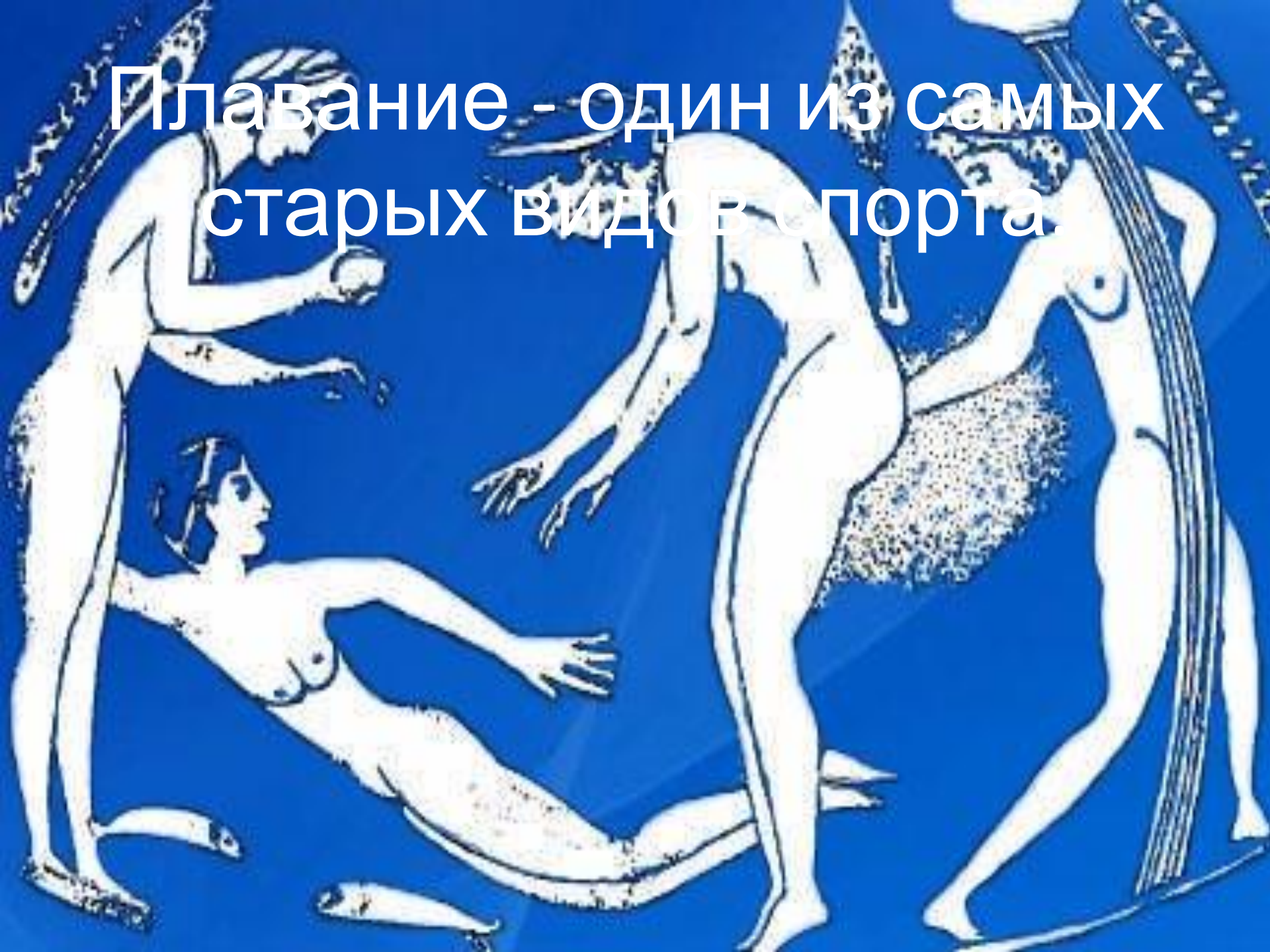




Ура! Мама, я пльву!



Плавание - один из самых  
старых видов спорта.







**«Он не умет ни читать, ни плавать,»** - говорили древние греки о никчемном человеке...

**В 1896 году плавание вошло в  
программу первых Олимпийских  
игр**











Кроль на  
груди

Брасс

# Способы спортивного плавания

Кроль на  
спине

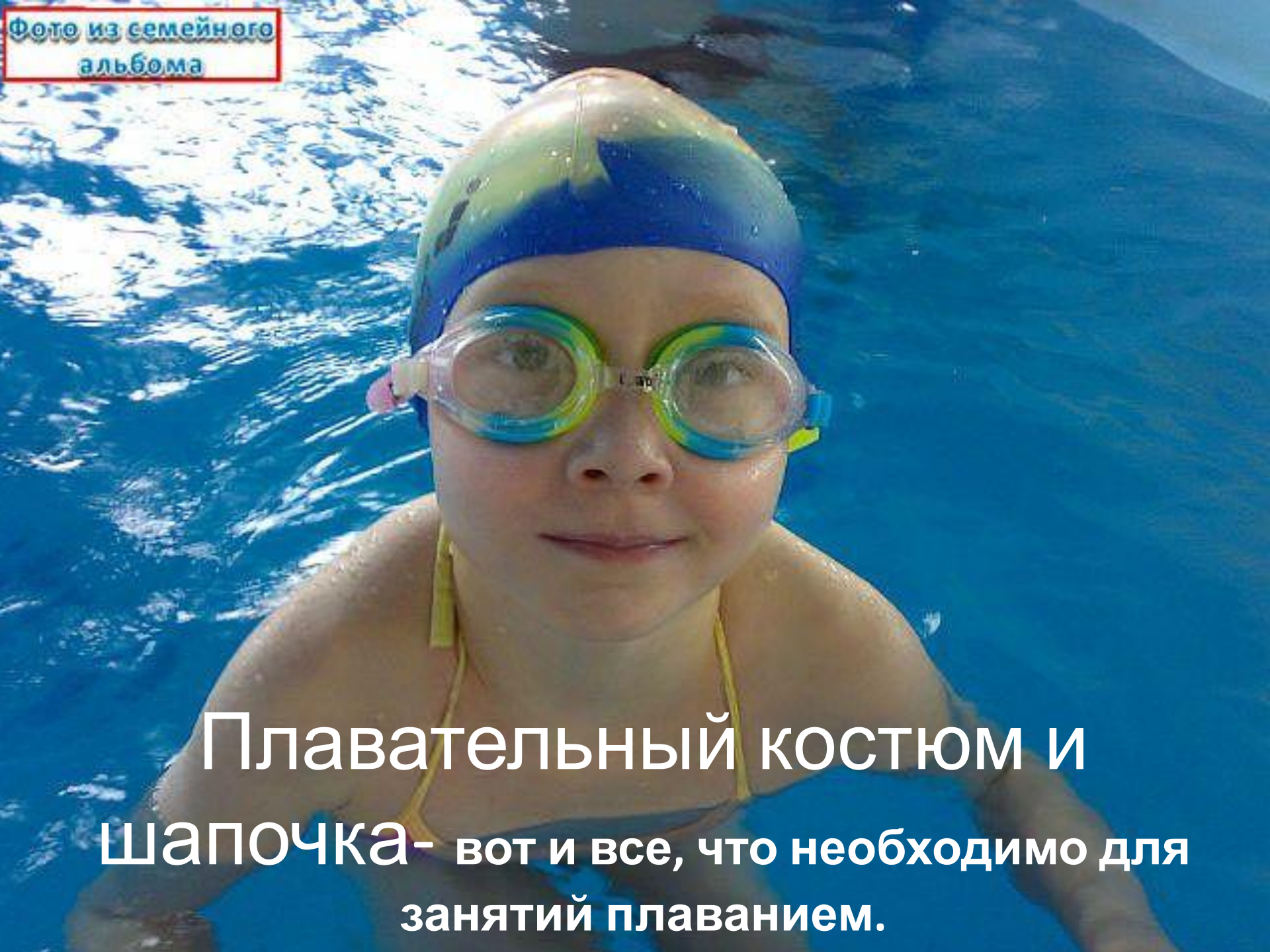
Баттерфляй



# 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.

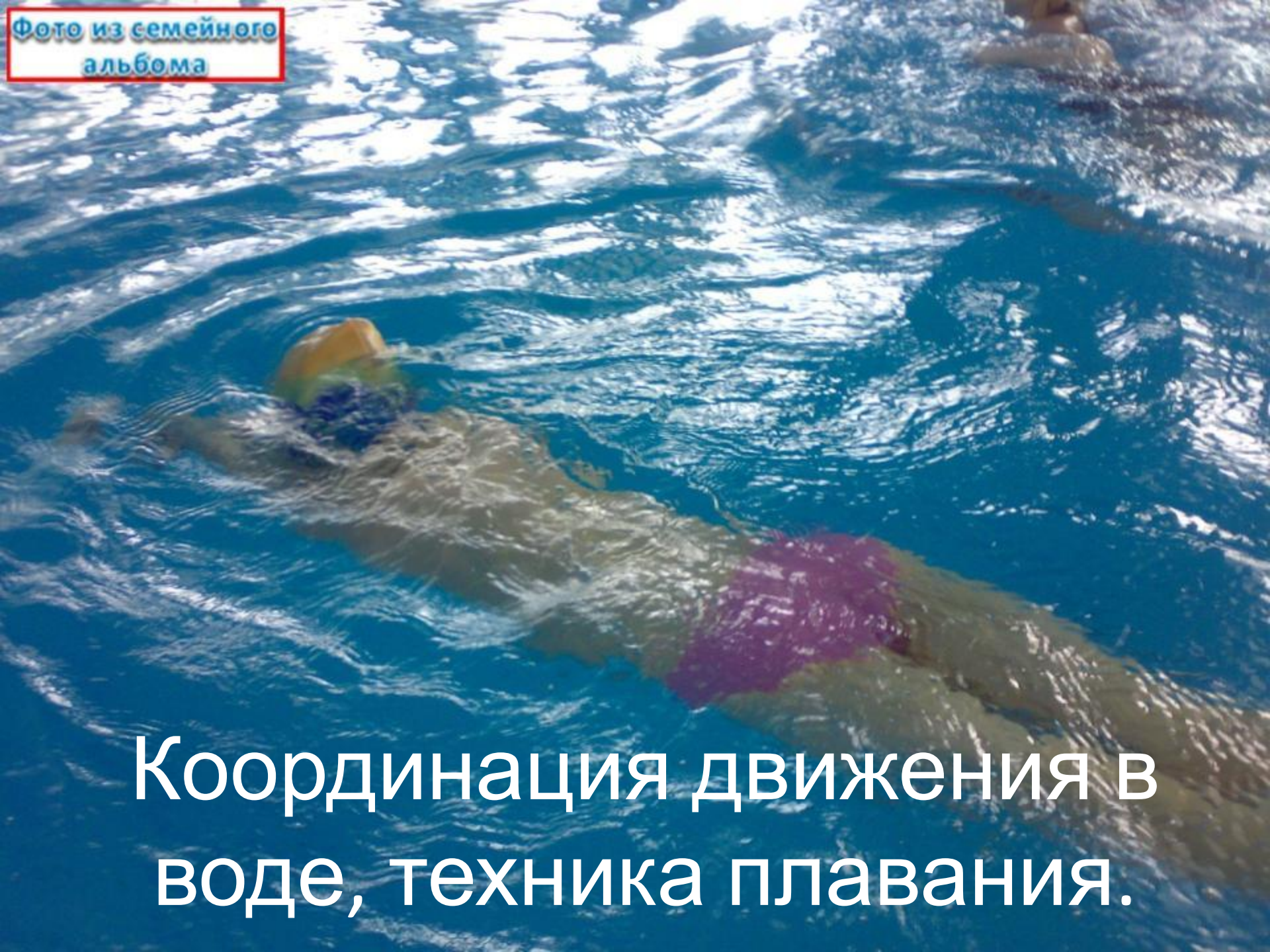
Фото из семейного  
альбома

A young girl is swimming in clear blue water. She is wearing a blue swim cap with a yellow stripe and colorful goggles with yellow and blue frames. She is also wearing a yellow bikini top. The water is bright blue with some ripples and reflections of light.

Плавательный костюм и  
шапочка - вот и все, что необходимо для  
занятий плаванием.



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 outwards, 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





# Сказка о плавании





# Анкета

для учащихся 1 «А», 1 «В», 3 «А» классов сш №35

Какой вид спорта вам нравится?

---

Каким видом спорта вы занимаетесь?

---

Занимаетесь ли вы плаванием?

Да / Нет

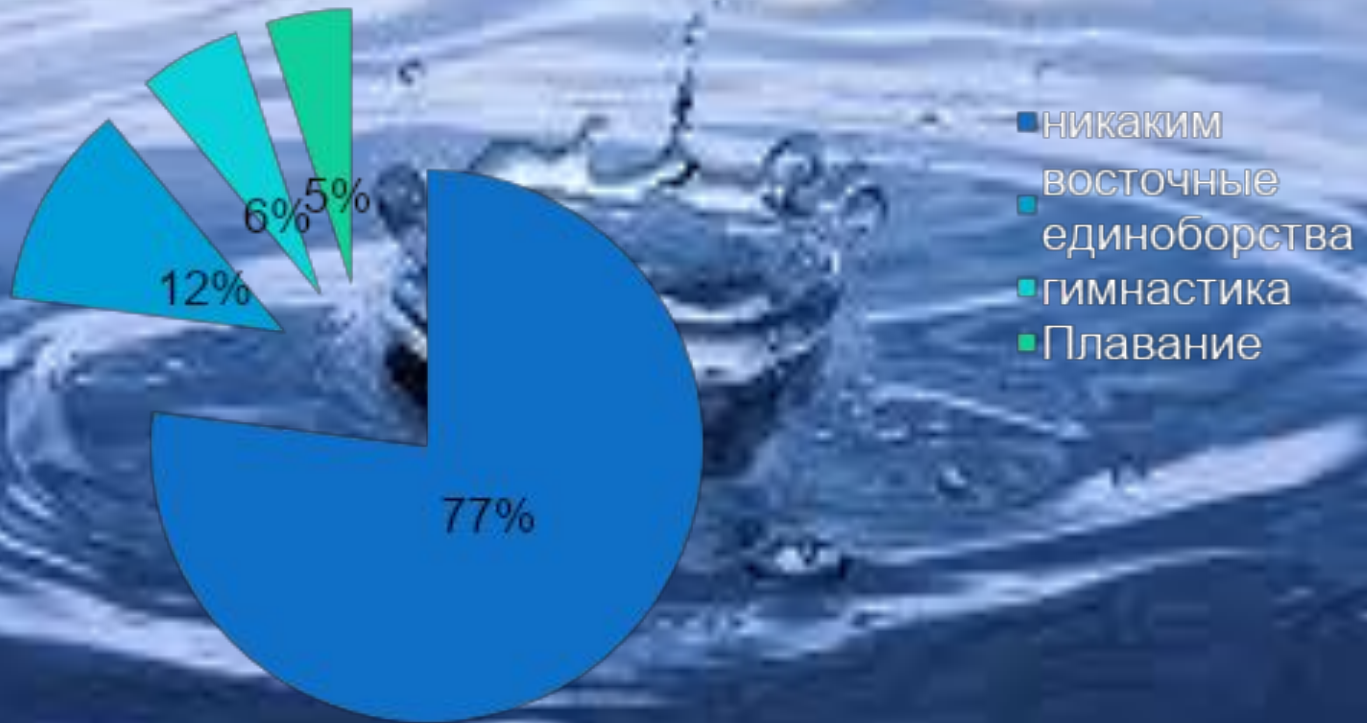
Посещаете ли вы бассейн?

Да / Нет

Умеете ли вы плавать?

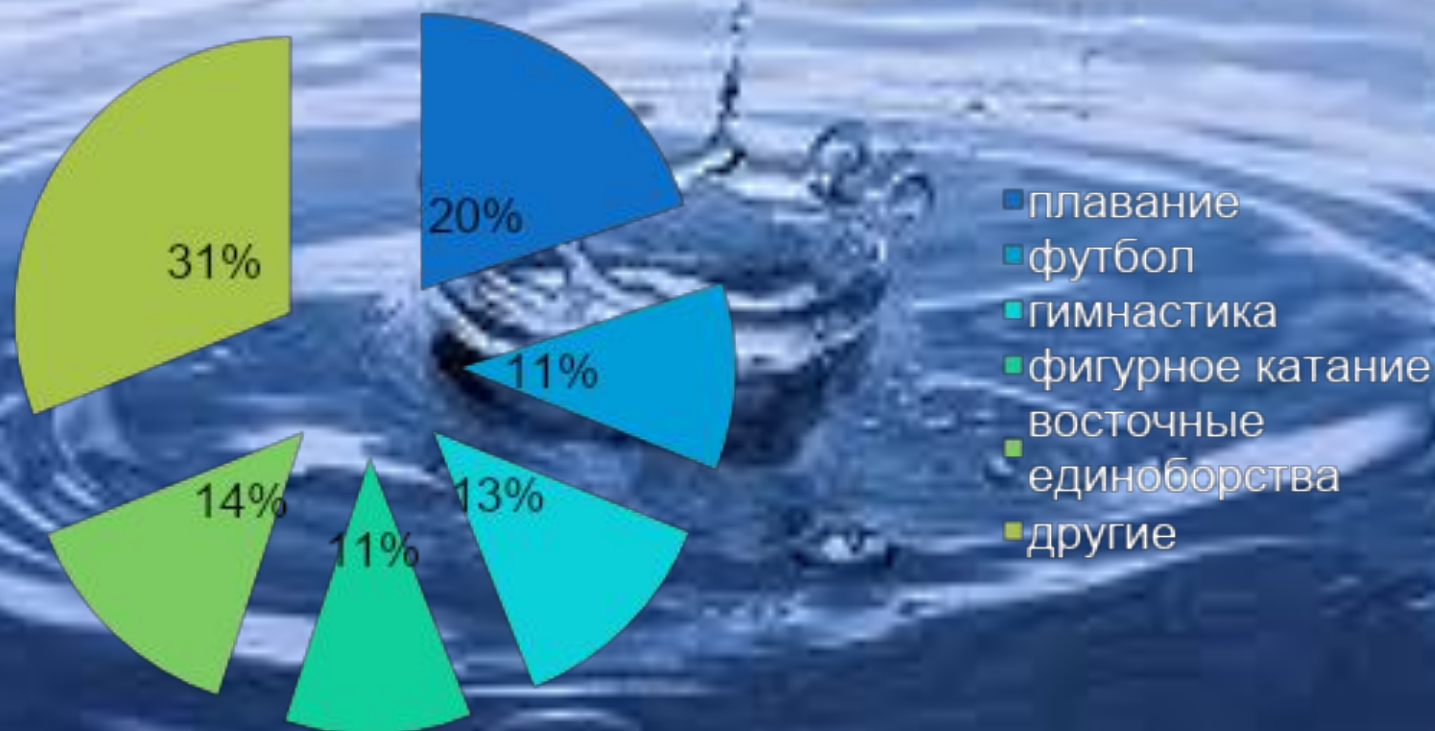
Да / Нет

# Каким видом спорта вы занимаетесь?





# нравится?





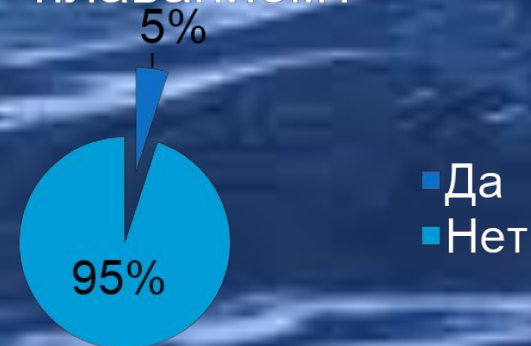
Посещаете ли вы бассейн?



Умеете ли вы плавать?



Занимаетесь ли вы плаванием?



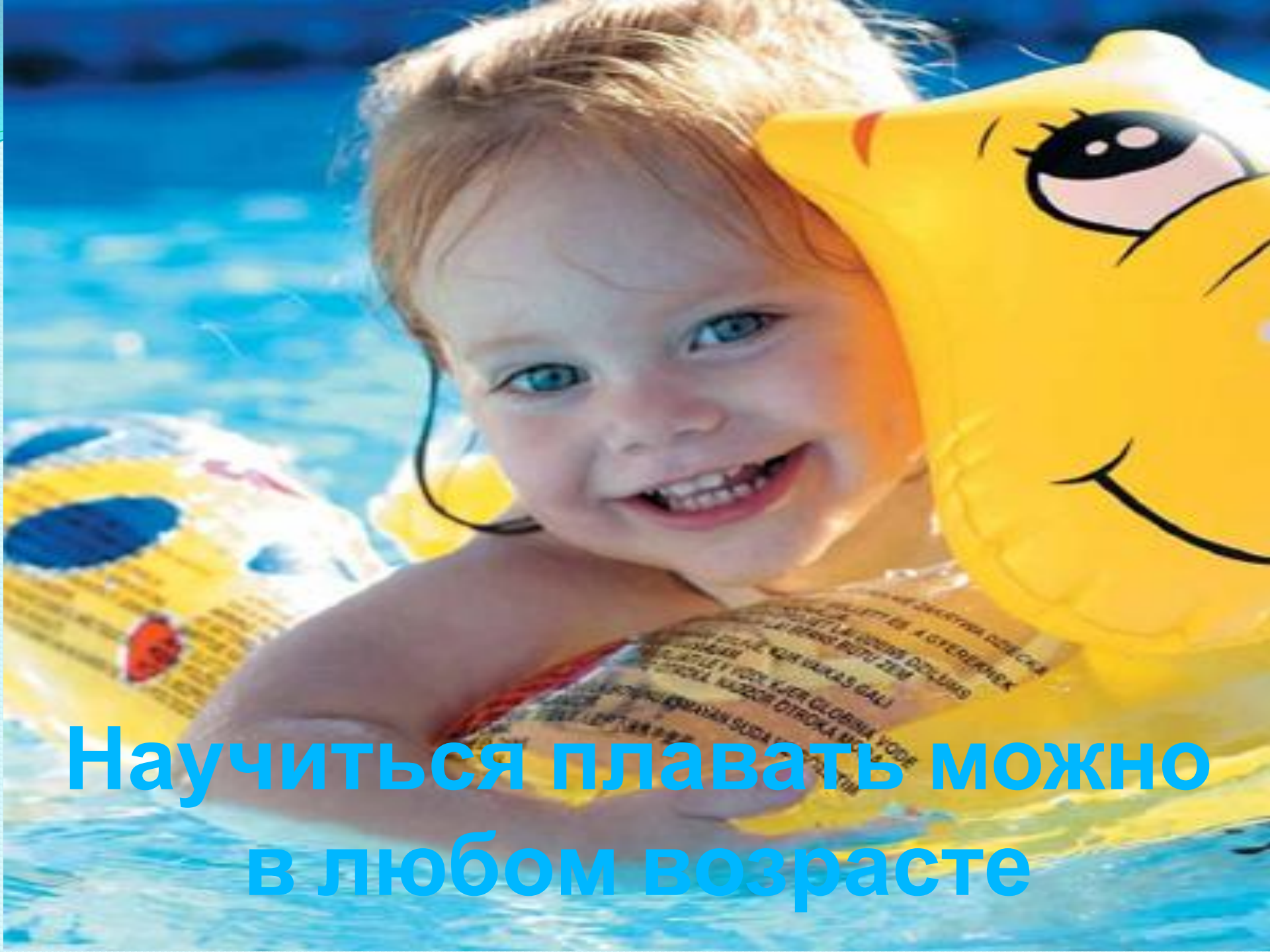
# Наши выводы...

- 1) тот, кто не умеет плавать, подвергает себя опасности;
- 2) плавание - один из доступных для детей вид спорта;
- 3) научиться плавать можно в любом возрасте;
- 4) занятия плаванием развивают, укрепляют и закаляют весь организм;
- 5) плавание полезно и приятно.



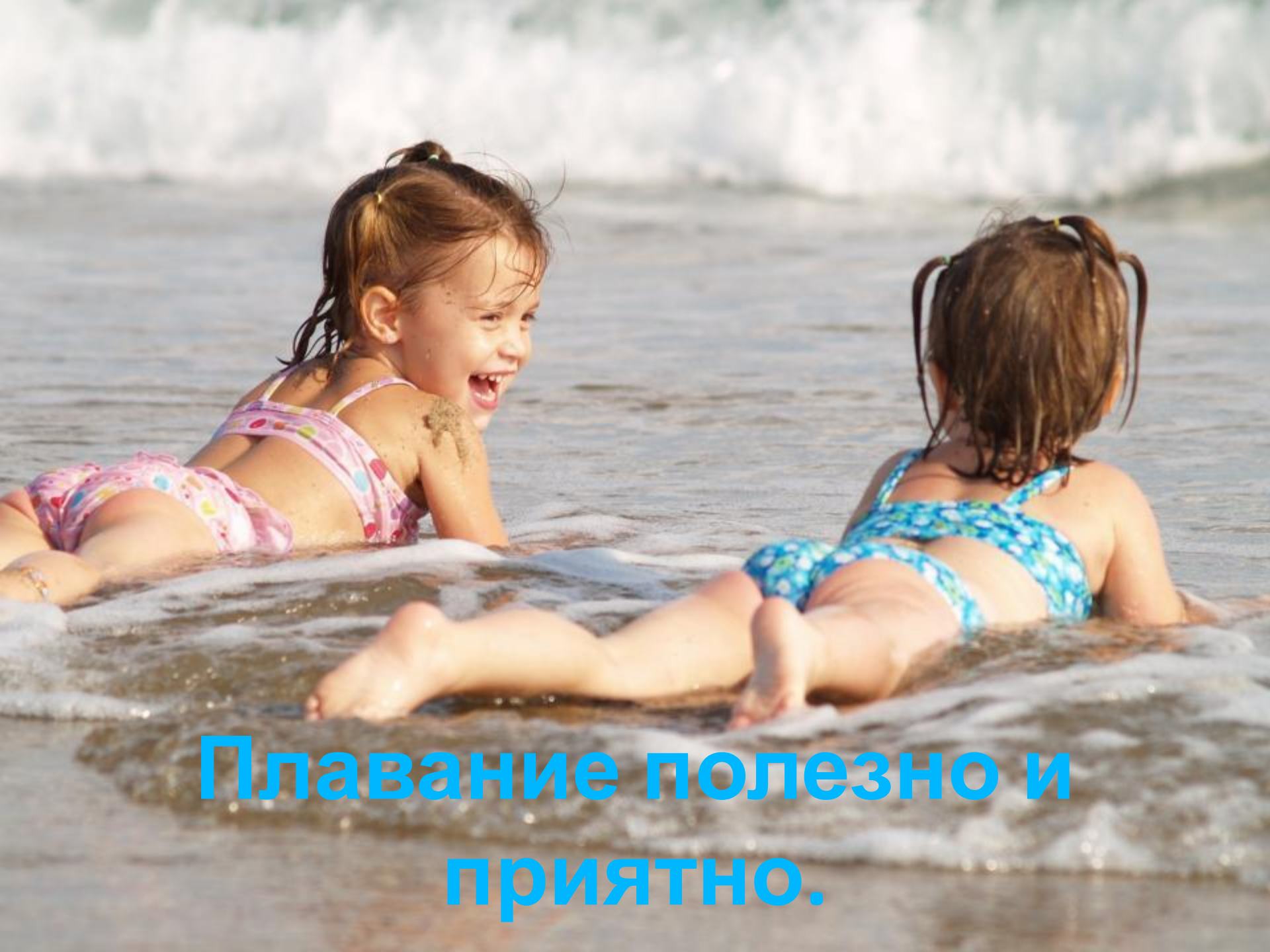


Плавание - один из  
доступных для детей видов  
спорта



**Научиться плавать можно  
в любом возрасте**



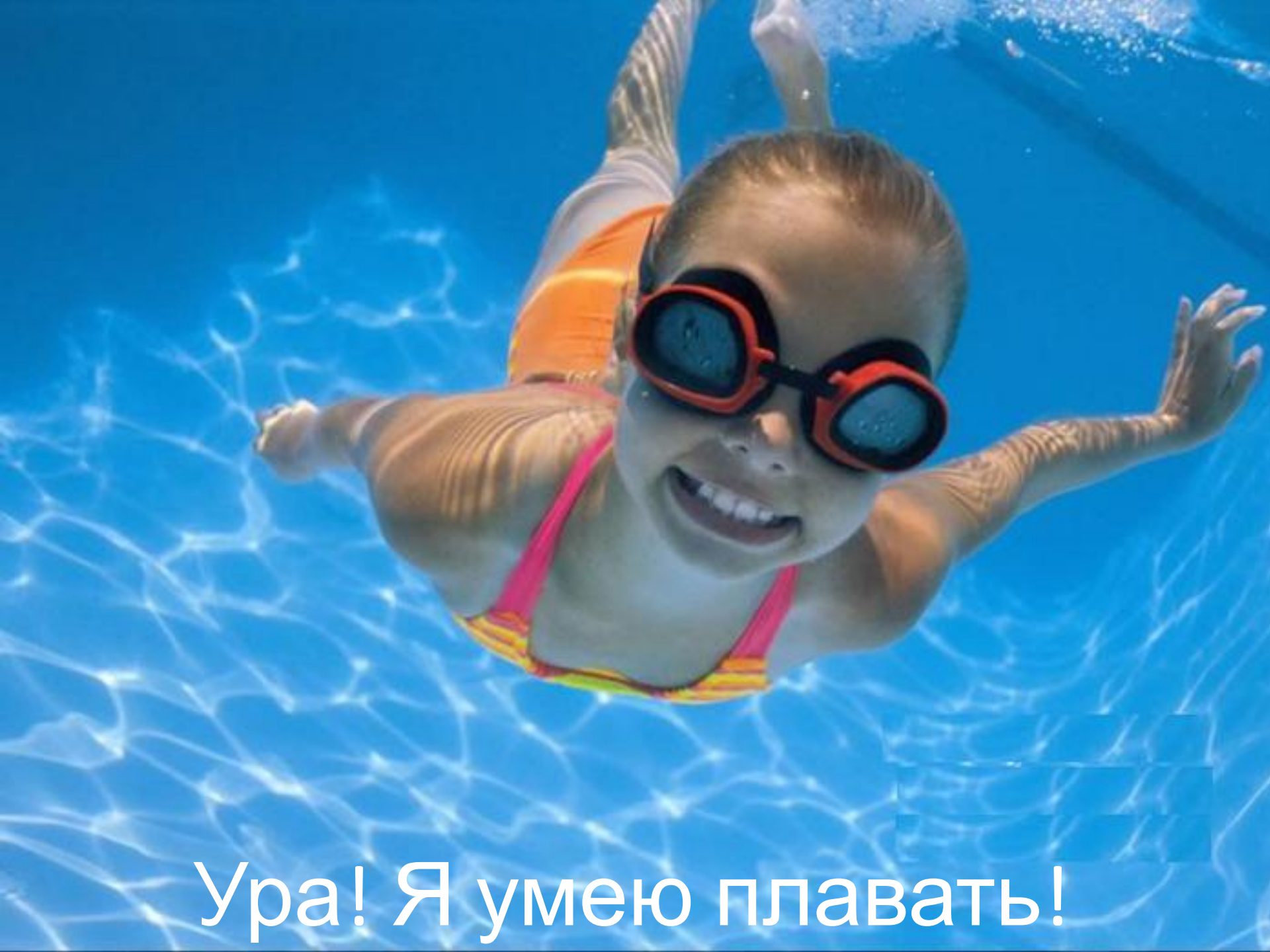


**Плавание полезно и приятно.**

# ..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.





Ура! Я умею плавать!





# КАК РЫБА В ВОДЕ

## Стенгазета



Директор Школы плавания  
Ирина Сергеевна



Елизавета Александровна  
10 лет



Варвара Павловна  
7 лет



Александр Александрович  
8 лет



Евгений Александрович  
9 лет



Варвара Александровна  
7 лет



Мария Александровна  
7 лет



Почему важно учиться плавать?

Плавание укрепляет здоровье.



Плавание развивает выносливость.



Плавание улучшает настроение.

### МЫ РЕКОМЕНДУЕМ ПОСЕТИТЬ БАССЕЙН

г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



г. Москва, ул. ...



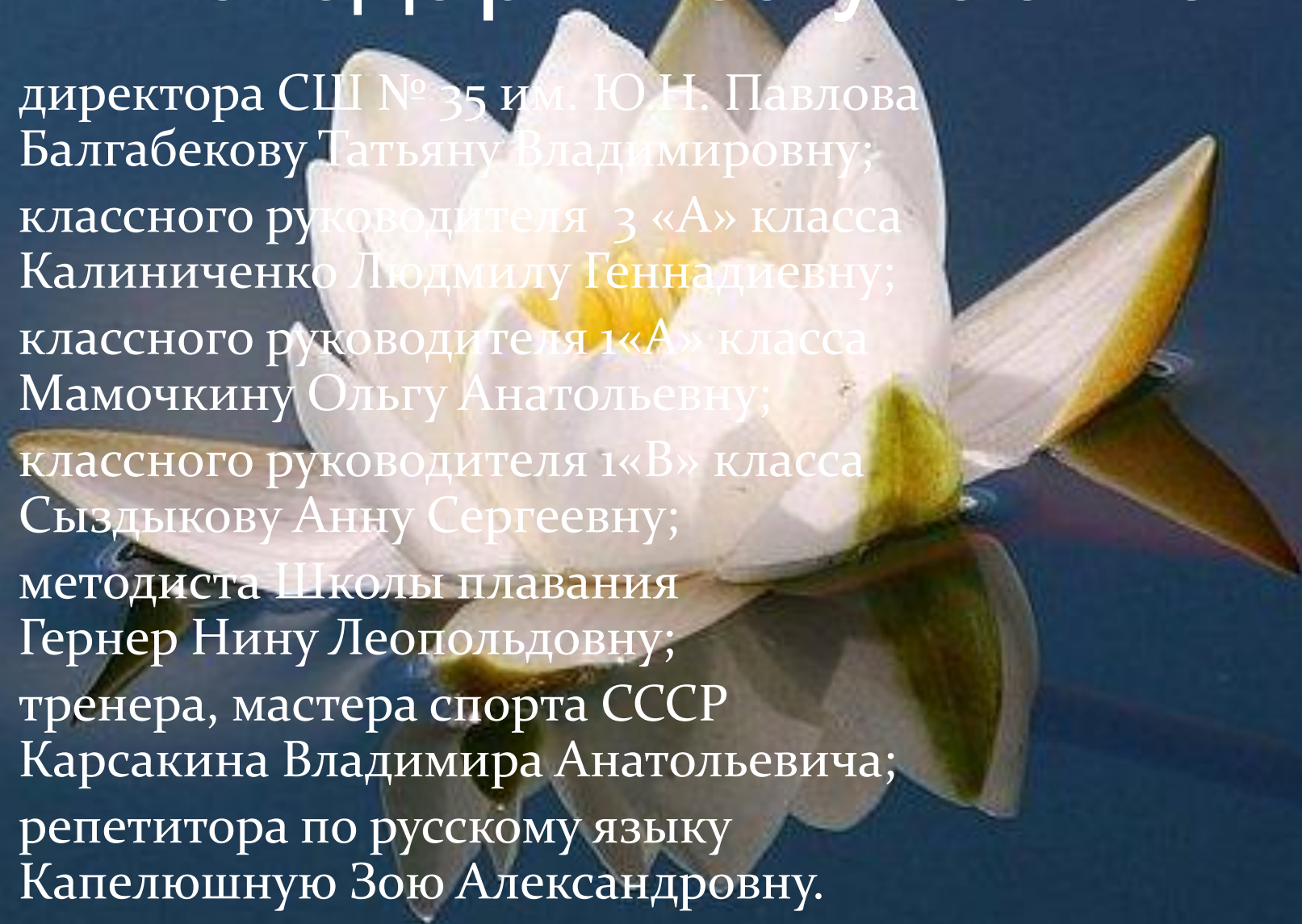
г. Москва, ул. ...





# Благодарим за участие

- директора СШ № 35 им. Ю.Н. Павлова Балгабекову Татьяну Владимировну;
- классного руководителя 3 «А» класса Калиниченко Людмилу Геннадиевну;
- классного руководителя 1«А» класса Мамочкину Ольгу Анатольевну;
- классного руководителя 1«В» класса Сыздыкову Анну Сергеевну;
- методиста Школы плавания Гернер Нину Леопольдовну;
- тренера, мастера спорта СССР Карсакина Владимира Анатольевича;
- репетитора по русскому языку Капелюшную Зою Александровну.



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 text "Спасибо за внимание!" is centered in the middle of the image in a white, elegant serif font.

*Спасибо за внимание!*





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