

The background of the entire slide is a vibrant blue water scene filled with numerous bubbles of various sizes, creating a dynamic and refreshing visual. The bubbles are most concentrated in the upper and lower portions of the frame, with a clearer area in the center where the text is located.

# Плавание

# Общая характеристика, особенности и классификация плавания

- Плавание как физическое действие — способность (или умение) человека держаться на поверхности воды и передвигаться в заданном направлении без посторонней помощи и дополнительных приспособлений.
- Плавание как учебный предмет — область знаний, которая включает гидродинамические и биохимические законы взаимодействия человека с водой, технику плавания, методику обучения.





# ВИДЫ ПЛАВАНИЯ

- **Вид плавания** - одно из направлений активной физической деятельности человека в воде.



# Спортивное плавание

**Спортивное** плавание характеризуется системой специальной подготовки и участием в соревнованиях, которые проходят по определенным правилам.



# Спортивное плавание

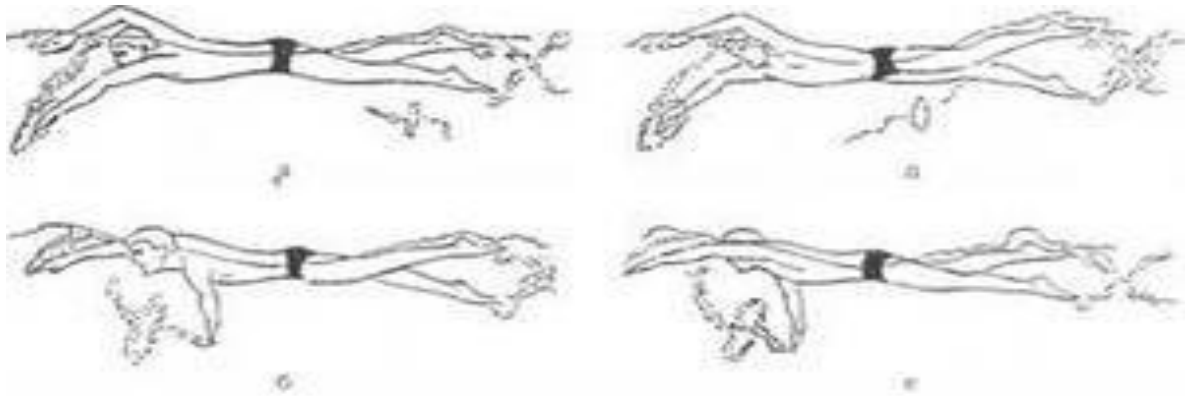
**Основная задача** пловца в спортивном плавании — подготовиться к скоростному преодолению дистанции и показать свой максимально возможный результат на соревнованиях.



# Спортивное плавание



# КРОЛЬ НА ГРУДИ





# КРОЛЬ НА СПИНЕ

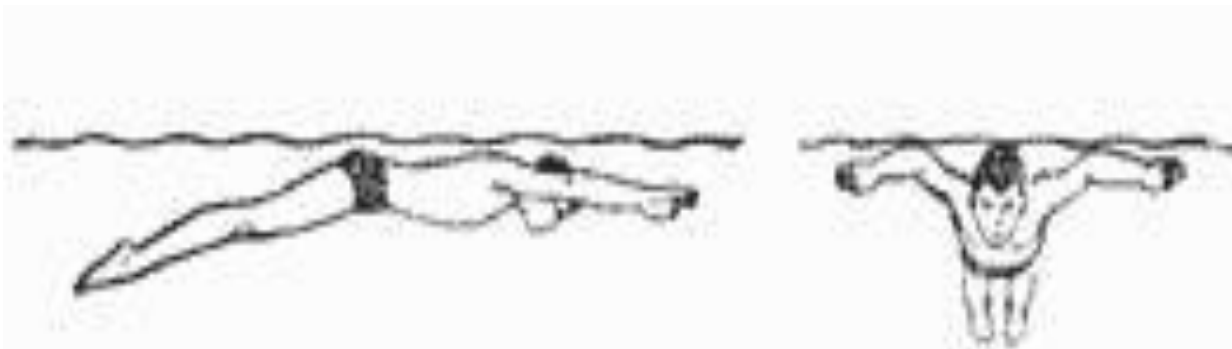


# БРАСС





# БАТТЕРФЛЯЙ





# Оздоровительное плавание

**Оздоровительное плавание** — использование особенностей плавательных движений и нахождения тела в воде в лечебных, профилактических, гигиенических, закаливающих, восстановительных, тонизирующих и других целях, имеющих оздоровительную направленность.





# Игровое плавание

Игровое плавание — использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды.





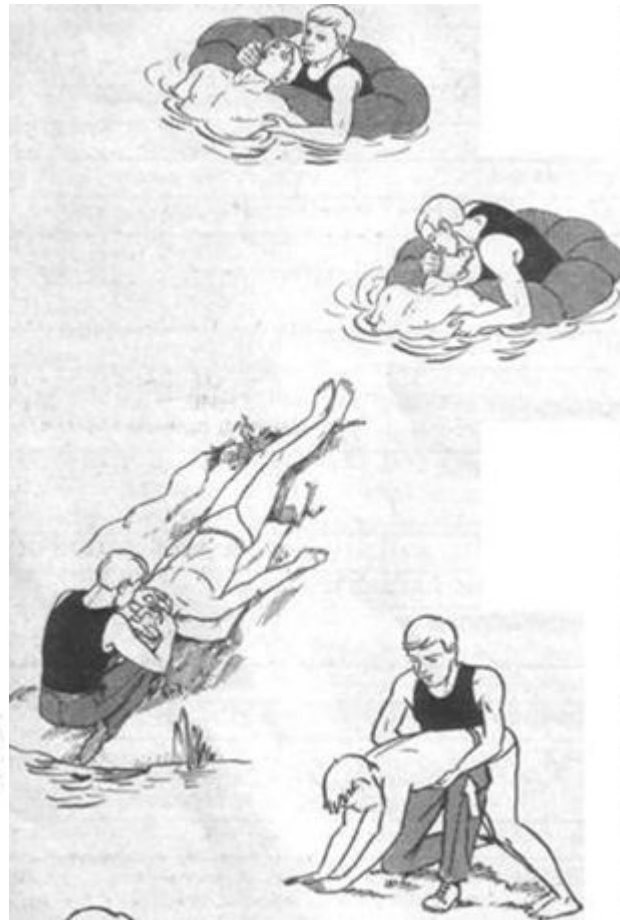
# Синхронное плавание



**Синхронное плавание** — совокупность различных комплексов движений, включающих элементы хореографии, акробатические и гимнастические комбинации.



# Прикладное плавание



**Прикладное плавание** - способность человека держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия.

# Подводное плавание

**Подводное  
плавание.**

Скоростное плавание  
под водой с  
использованием  
специального  
снаряжения и  
оборудования:  
акваланг со сжатым  
воздухом, ласты.

