

**«Начальная школа – детский сад» с. Уват – филиал МАОУ «Ивановская СОШ»  
Уватского муниципального района**

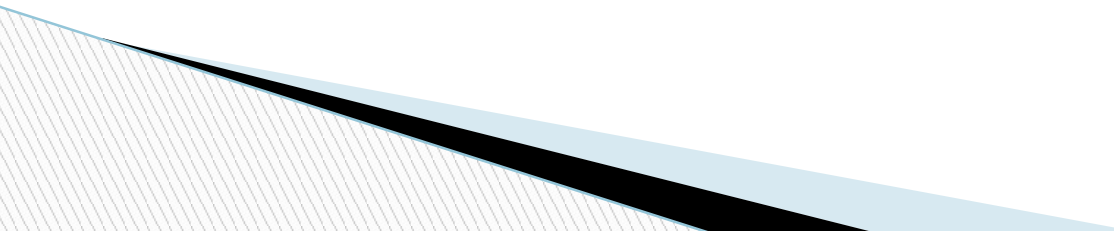
# **Исследовательский проект: «Плавание, как движущая сила»**



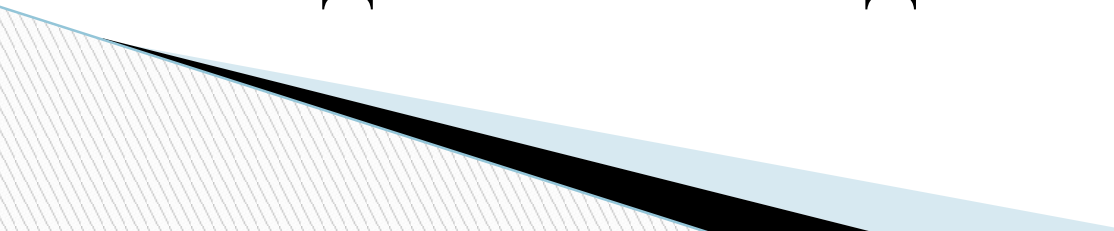
Выполнил: учащийся 3 «Б» класса  
Афанасьев Артем  
Руководитель: Иванова Л.В.

**Гипотеза:** плавание не только увлечение, но огромная польза для укрепления организма, характера, дисциплины человека.

**Цель:** выявление роли плавания, как одного из лучших средств для укрепления, закаливания организма и характера человека.



## ▣ Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать научную литературу.
  2. Выяснить какую пользу приносит плавание.
  3. Оформить презентацию.
  4. Провести анкетирование.
  5. Сделать вывод.
- 

# История возникновения плавания

- Человек научился плавать еще в далекие доисторические времена
- По мнению ученых, первые пловцы появились на побережьях Средиземного и Черного морей в районах Ближнего Востока приблизительно 75 тысяч лет назад...

# История развития плавания как вида спорта, стили плавания

Первые соревнования международного уровня по плаванию состоялись в 1889 г. в столице Румынии городе Будапешт.

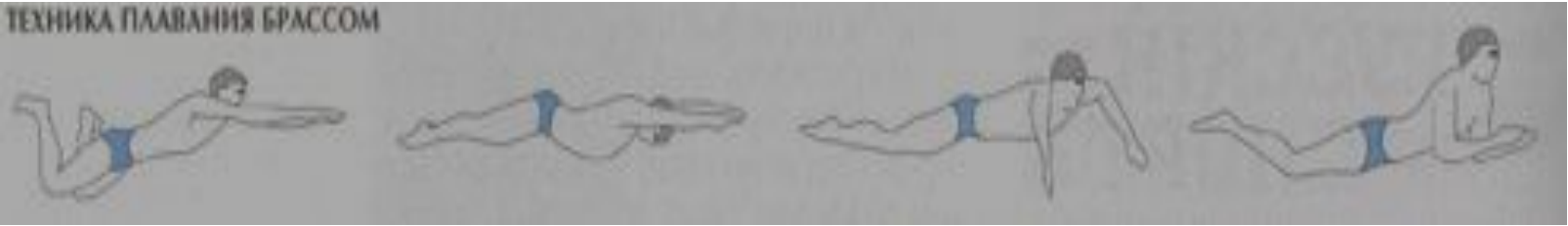
Плавание дебютировало на Олимпиадах современности уже на первой из них в 1896 г. в Афинах.



# Стили плавания

## ▣ Брас

ТЕХНИКА ПЛАВАНИЯ БРАССОМ



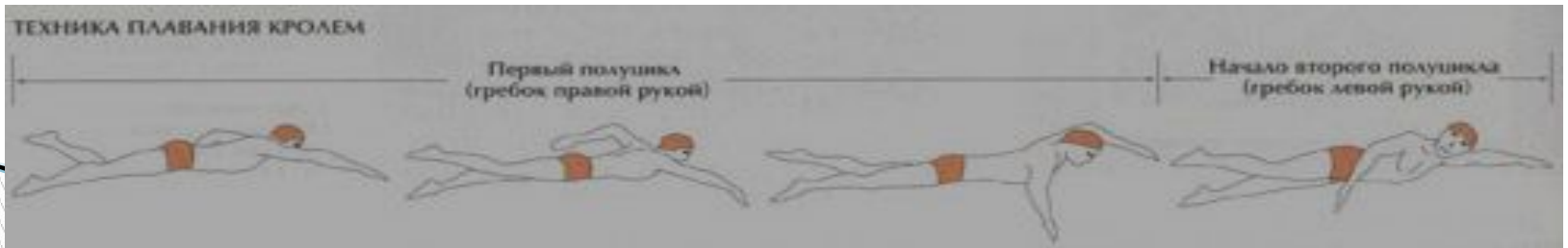
## ▣ Баттерфляй

ТЕХНИКА ПЛАВАНИЯ БАТТЕРФЛЯЕМ (ДЕЛЬФИН)

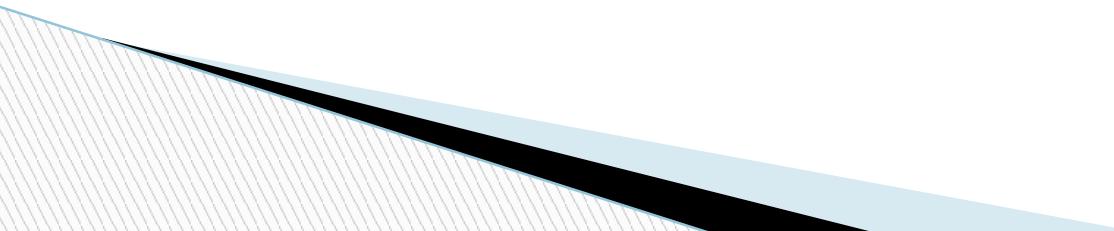


## ▣ Кроль

ТЕХНИКА ПЛАВАНИЯ КРОЛЕМ

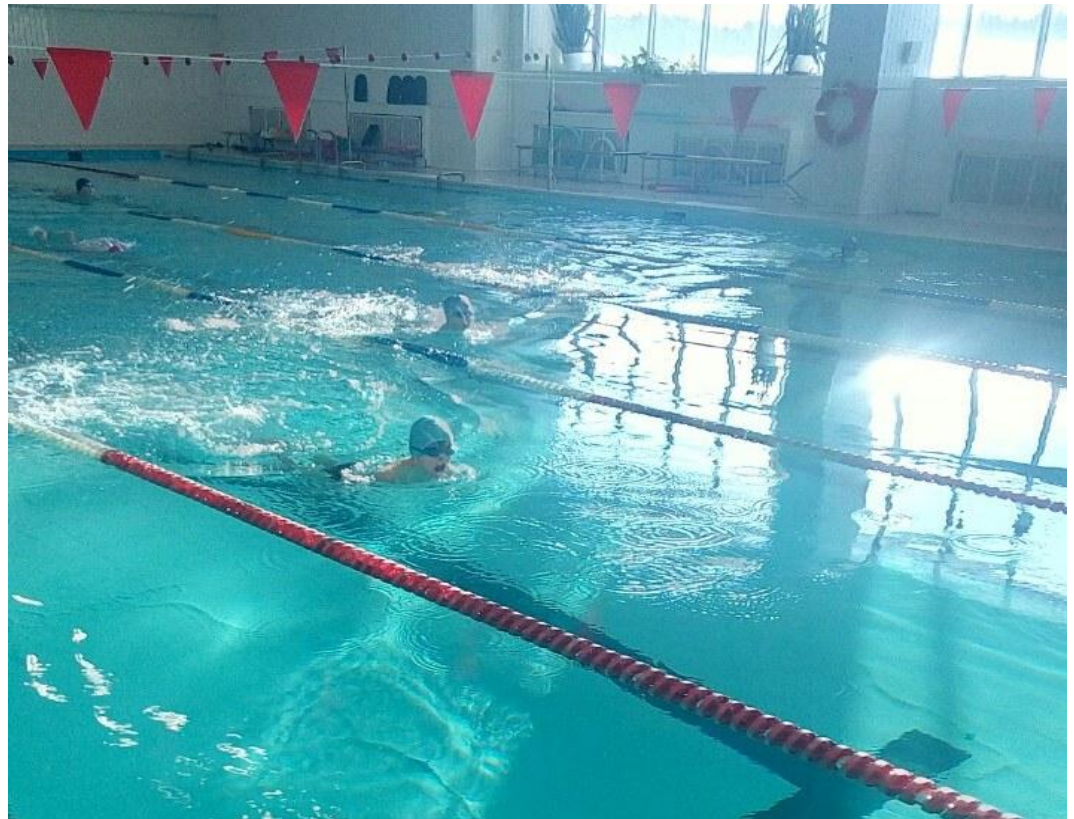


# Плавание на Руси

- Плавание на Руси начало развиваться еще с древних времен, об этом свидетельствуют былины. Умение хорошо плавать ценилось в русском флоте и даже вошло в обязательную дисциплину подготовки русских моряков.
- 

# Влияние плавания на развитие мышц человека

- Мышцы плечевого пояса и туловища
- Мышцы рук
- Мышцы ног





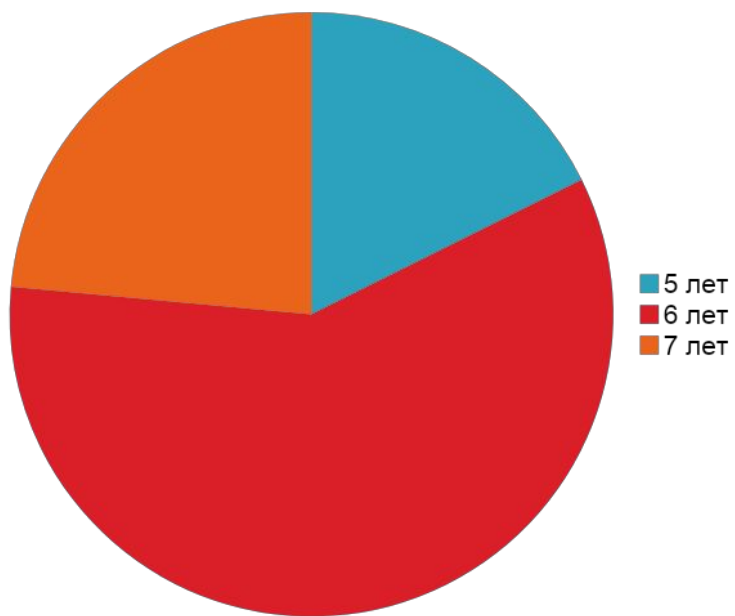
# Влияние плавания на организм в целом

- Дыхательная система
- Сердечно-сосудистая система
- Костно-мышечная система
- Нервная система
- Иммунная система

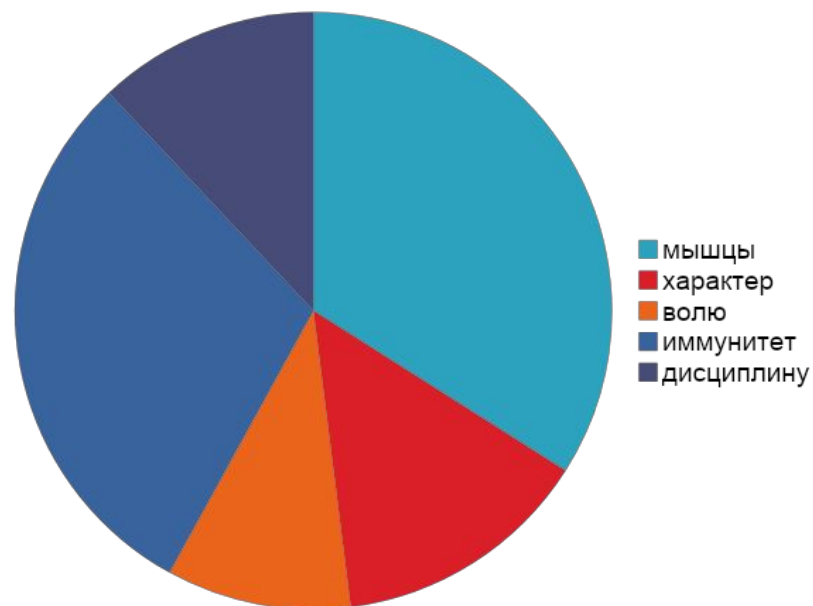


# Анкетирование

Со сколько лет вы начали заниматься плаванием?

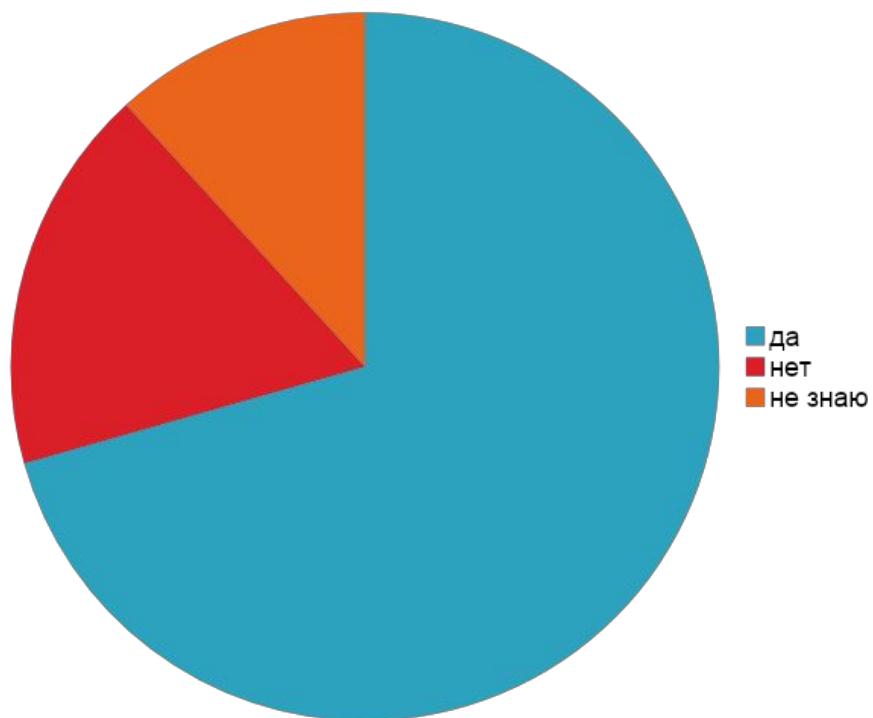


Как вы считаете, что развивает и укрепляет плавание?

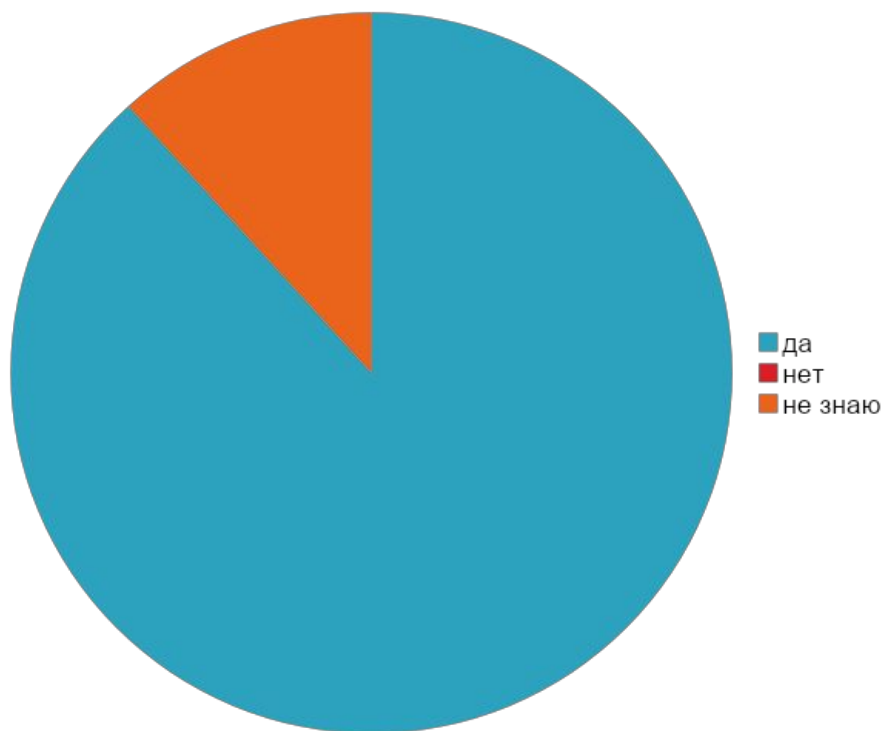


# Анкетирование

Помогает ли вам плавание в других сферах жизни?



Планируете ли вы заниматься плаванием в дальнейшем?



# Заключение

- ▣ Я считаю, что гипотеза моего исследования подтвердилась, цели достигнуты. Плавание действительно «движущая сила», которая укрепляет моё здоровье, помогает мне в учёбе и других сферах жизни и я не собираюсь останавливаться на достигнутом...



**Спасибо за внимание!**

