

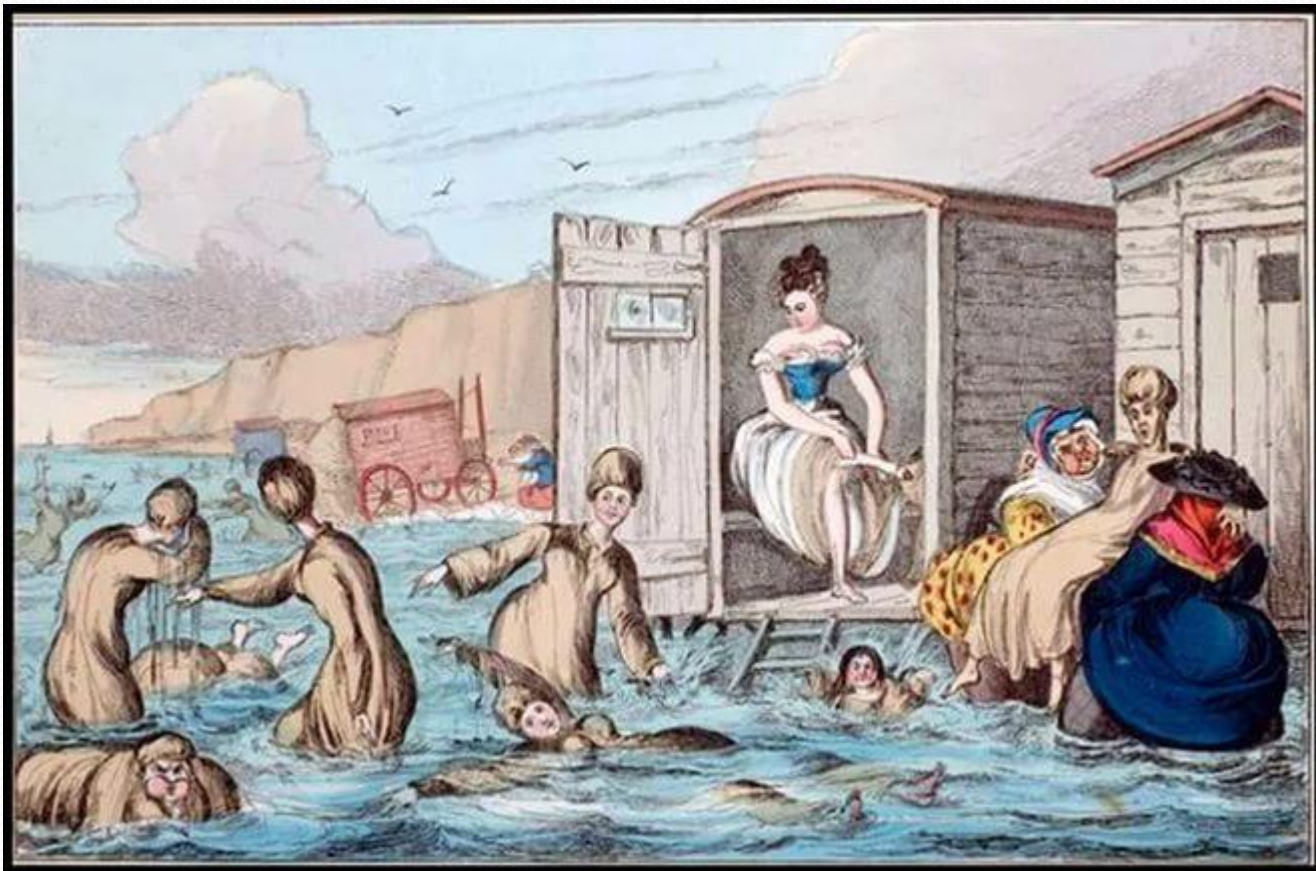
Плавание

Подготовила Иванова Ольга 6 В
Руководитель – Фирова А.Г.

Плавание – это вид спорта, заключающийся в преодолении вплавь за наименьшее время различных дистанций.




Рисунки на археологических находках свидетельствуют, что люди в древнем Египте , Ассирии, Финикии и во многих других странах умели плавать за несколько тысячелетий до нашей эры, и известные им способы плавания напоминали современные кроль и брасс. В то время плавание носило чисто прикладной характер — при рыбной ловле, охоте за водоплавающей дичью, подводном промысле, в военном деле. В Древней Греции плавание стало использоваться как важное средство физического воспитания.




Виды плавания

- Кроль на спине
- брасс
- кроль на груди
- баттерфляй





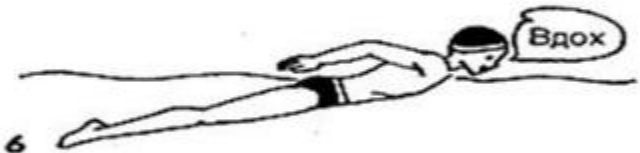
Плавание брассом стало самостоятельным видом программы на Олимпийских играх 1904 года. В середине 1930-х годов в США и (чуть позже) в СССР появилась новая, более скоростная разновидность брасса



Баттерфляй - который вытеснил классический брасс. С 1953 года ФИНА выделила баттерфляй в самостоятельную дисциплину (в СССР подобное разделение произошло в 1949 году)

Плавание на спине впервые было включено как самостоятельный вид на Олимпийских играх 1900 года. В первые годы пловцы пользовались перевёрнутым брассом. Первым крупного успеха в плавании кролем на спине добился американец Гарри Хебнер, победивший на Олимпийских играх 1912 года; после этого в плавании на спине кроль быстро вытеснил брасс¹

Старт в плавании на спине производится из воды: спортсмен, находясь лицом к тумбочке, держится обеими руками за стартовые поручни, ногами упираясь в бортик бассейна. Исключая момент выполнения поворота, спортсмен должен плыть на спине; «нормальное положение на спине может включать вращательное движение тела в горизонтальной плоскости до 90° включительно; положение головы не регламентируется». Спортсмен может быть полностью погружен в воду только «во время поворота, на финише и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота





КОНЕЦ