

Проектная работа  
на тему:

**Плавание – важный навык  
в жизни человека**

Выполнил: учащийся 3 «А» класса

**Литвин Павел**

Руководитель:

Квасникова Татьяна Александровна

г. Костомукша, 2025 год

В этом исследовательском проекте мы рассмотрим **различные аспекты** этой темы:

- Виды плавания;
- Причины, почему человек должен уметь плавать;
- Развитие плавания в Костомукше:

**Цель работы:** изучение вопроса о необходимости владения навыками плавания.

**Задача проекта:** формирование у учащихся более осознанного отношения к навыку плавания, освещение его важности для безопасности и здоровья человека!



# Великие пловцы

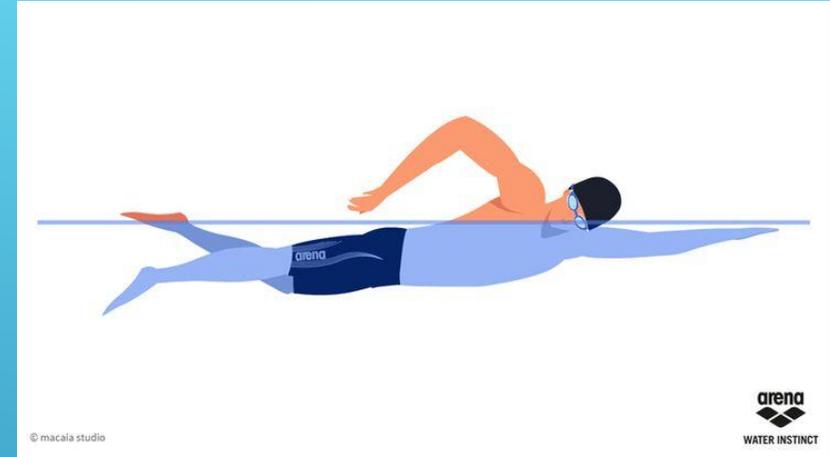
Владимир Сальников

- 4-кратный олимпийский чемпион, 4-кратный чемпион мира, 5-кратный чемпион Европы. Установил более 20 мировых рекордов на разных дистанциях.



## Виды плавания

**Кроль** - самый быстрый и популярный стиль плавания, который часто используется на соревнованиях. Это вид плавания на животе, в котором левая и правая рука совершают гребки попеременно.



**Брасс** - это стиль, который славится своей грациозностью и плавностью движений! Пловцы выполняют симметричные движения руками и ногами. Считается, что люди имитировали плавание лягушек



**Спина** - это единственный стиль плавания, где пловец находится на спине.

Спина, как будто вечный конструктор, который можно собирать бесконечно!



**Баттерфляй** - это одновременно и сложный и самый интересный вид плавания. Его не просто так назвали. В переводе с английского на русский, это означает бабочка, а ведь так и есть!



**Комплексное плавание** сочетает в себе элементы всех четырех стилей: баттерфляй, на спине, брасс и кроль.

# Причины, по которым человек должен уметь плавать!

- **Безопасность на воде**
- **Физическое здоровье**
- **Психическое здоровье**
- **Социальное взаимодействие**



# Развитие плавания в Костомукше



Аквапарк «Синиранта» оснащён всем необходимым для активного отдыха и поддержания хорошего самочувствия:

имеется 25-метровый плавательный бассейн на 4 дорожки, детский и гидромассажный бассейны, сауна и турецкая баня.

# Опрос сверстников о плавании

В опросе приняли участие 103 человека – ученики начальной школы

Как вы думаете, для чего человеку нужно уметь плавать?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Чтобы не утонуть и спасти того, кто тонет – 90%</li><li>• Чтобы быть сильным и здоровым – 9%</li><li>• Затруднились ответить - 1%</li></ul>
Может ли человек обойтись без навыков плавания?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Человек не может обойтись без плавания – 52%</li><li>• Человеку не нужно уметь плавать – 47%</li><li>• Затруднились ответить – 1%</li></ul>
Полезно ли плавание для человека, если да, то почему?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Плавание полезно для организма и здоровья – 25%</li><li>• Укрепляет все мышцы тела – 25%</li><li>• Укрепляет руки и ноги – 25%</li><li>• Плавание – это спорт, а спорт – полезен – 25%</li></ul>
Любите ли вы плавать (в бассейне, на море, в озере, в реке)?	100% ребят любят плавать!

## Заключение

Умение плавать — это не просто полезный навык, а жизненно важная необходимость в современном мире. Оно способствует безопасности на воде, улучшает физическое и психическое здоровье, а также открывает двери для социальных взаимодействий и активного отдыха.

Так что выбирайте стиль по душе и погружайтесь в мир водных приключений!



**Спасибо за внимание!**

