

Pływanie – informacje ogólne plus trochę historii

Pływanie to dyscyplina sportu polegająca na umiejętności poruszania się w wodzie w pozycji poziomej przy pomocy określonej pracy ramion i nóg. W pływaniu sportowym stosuje się 4 style pływania. Do najbardziej popularnych należą:



żabka (styl klasyczny)

breaststroke



kraul (styl dowolny)

crawl



styl grzbietowy

backstroke



delfin (styl motylkowy)

butterfly stroke

oraz pływanie stylem zmiennym (**freestyle**).

Informacje z historii tego sportu.

Człowiek wykorzystywał umiejętność pływania już w starożytności, a **pierwsze zawody zorganizowano w Japonii w 35r.p.n.e.** Pod koniec XVIII wieku powstał pierwszy klub pływacki w Szwecji (ciekawe jest to, że istnieje do dzisiaj). Pływanie znalazło się w programie igrzysk olimpijskich od samego początku, od 1896r.

ZADANIE 1 – Poszukaj, gdzie odbyły się pierwsze igrzyska olimpijskie?

Do igrzysk olimpijskich w Londynie w 1908r. konkurencje pływackie odbywały się na basenach odkrytych. Od 1912, a więc od igrzysk olimpijskich w Sztokholmie konkurencje pływackie rozgrywane są na krytych pływalniach, z jednym wyjątkiem.

ZADANIE 2 – Sprawdź, na których igrzyskach olimpijskich i w którym roku konkurencje pływackie zostały rozegrane na pływalni odkrytej i dlaczego?

Wcześniej pisałem Wam o stylach pływackich. Proszę abyście je sobie utrwaliли. Wymieniając style pływackie napisałem również o pływaniu stylem zmiennym. Jest bardzo precyzyjnie określona kolejność poszczególnych stylów pływania w tej konkurencji. Można pływać stylem zmiennym indywidualnie, w sztafecie oraz w sztafecie mieszanej kobiet i mężczyzn.

ZADANIE 3 – Odszukaj, jaka jest kolejność pływania stylem zmiennym w konkurencji indywidualnej? A dla bardziej ambitnych poszukiwaczy, jaka jest kolejność pływania w sztafecie?

Czekam na Wasze odpowiedzi i pytania pod adresem: r_kowalski.sport@onet.pl

Życząc zdrowia pozdrawiam i zachęcam do rozwijania swoich zainteresowań.

Rafał Kowalski