



*Инструктор по физической культуре (плаванию)
МБДОУ г. Иркутска
детского сада №162
Старовойтова Марина
Анатольевна*

10 забавных и интересных фактов о плавании

Плавание невероятно популярно как соревновательный вид спорта. Но оно также является приятным занятием во всех отношениях, поэтому неудивительно, что есть много забавных и замечательных забавных фактов о плавании. Читайте дальше, чтобы узнать про самые интересные факты о плавании!

1. Самый длинный заплыв

Вот один из самых впечатляющих мировых рекордов по плаванию! Самый длинный заплыв в мире совершил словенец Мартин Стрел в 2007 году, который проплыл в общей сложности 5 256 км вдоль реки Амазонки в Южной Америке. Стрелу принадлежат четыре мировых рекорда Гиннеса, не только по реке Амазонке, но и по реке Янцзы в Китае, реке Миссисипи в Соединенных Штатах и реке Дунай в Европе, в общей сложности 16 072 км!

2. Плавание — самый популярный вид спорта в Австралии

В 2018 году исследование показало, что плавание было признано самым популярным видом спорта в Австралии. В то время регулярно или время от времени плавало более 6 миллионов австралийцев, и это большое число!

3. Уменьшение сопротивления воды с помощью простого хака

Возможно, вы видели, что профессиональные пловцы (а также велосипедисты) сбрасывают волосы на теле, полагая, что это уменьшает сопротивление воды или ветра и, следовательно, может увеличить их скорость.

4. Самый большой бассейн

Самый большой в мире бассейн находится на курорте Сан-Альфонсо-дель-Мар, расположенном к западу от Сантьяго в Чили. Бассейн имеет длину 1013 м и содержит около 250 миллионов литров воды, что дает ему площадь около 8 гектаров. Морская вода закачивается из Тихого океана, затем фильтруется и обрабатывается, прежде чем попасть в бассейн.

5. Задержка дыхания

Рекорд по задержке дыхания на самое долгое время был установлен хорватом Будимиром Шобатом 27 марта 2021 года, показав время 24 минуты 37,36 секунды, побив предыдущий рекорд на 34 секунды.

6. Ласты

Ласты были изобретены Бенджамином Франклином, одним из отцов-основателей Соединенных Штатов в 18 веке. Франклин любил плавать, и в молодом возрасте он создал весла, которые можно было прикрепить к его рукам, что помогло бы ему быстрее продвигаться по воде; он также сделал ласты для ног, но остался ими недоволен.

7. Самый молодой пловец на чемпионате мира

Немного вдохновения для наших будущих пловцов! В 2015 году 10-летняя Алзаин Тарек стала самой молодой участницей чемпионата мира в Казани, Россия, когда она проплыла в заплывах на 50 метров баттерфляем.

8. Тренировка всего тела

Вы когда-нибудь задумывались, какие мышцы вы используете при плавании? Короче, почти все! От плеч до бедер, подколенных сухожилий и икр. Плавание — это фантастический способ проработать до 50 мышц одновременно.

9. Ян Торп, золотой призер Олимпийских игр

Известный австралийский спортсмен по плаванию и обладатель золотой медали Ян Торп по прозвищу «Торпи» завоевал 5 медалей за свою карьеру на Олимпийских играх. Он был самым молодым золотым призером чемпионата мира и в настоящее время имеет 22 мировых рекорда по плаванию.

10. Самый старый пловец

Японка Миеко Нагаока установила рекорд в 2015 году, став первой 100-летней женщиной, которая проплыла 1500 метров вольным стилем в 25-метровом бассейне. Это был удивительный подвиг, учитывая, что Нагаока начала плавать только в 80 лет, чтобы восстановиться после травмы колена.

