

Тема: Плавание как спортивная дисциплина. История возникновения и развития.

Какие способы плавания и ныряния применяли первобытные люди, сегодня установить практически невозможно. Но по сохранившимся наскальным рисункам можно предположить, что основным приемом было плавание с попеременным движением рук в сочетании с различными вариантами движений ног: от переменных ударов голенью или всей ногой в вертикальной плоскости, как при современном кроле, до горизонтального удара «ножницами», как при современном плавании на боку.

На гробнице правителя города Сиут Сети, жившего в Древнем Египте за 2,5 тыс. лет до н.э., сохранился текст, повествующий о его жизни, в котором, в частности, говорится: «Он давал мне уроки плавания вместе с царскими детьми». Из этого можно заключить, что умению плавать придавалось большое значение, а организованное обучение плаванию было привилегией знати.

Плавание чрезвычайно почиталось у древних греков. В программу Олимпийских игр оно не входило, но было обязательной частью некоторых других соревнований. Плавание считалось важным элементом не только общефизической подготовки подрастающего поколения, но и воспитания вообще. Греческий общественный деятель Солон предписывал в процессе воспитания юношества наряду с чтением и письмом обращать особое внимание на плавание. Его изречение «он не умеет ни плавать, ни читать» применялось для характеристики невежественного человека, недостойного называться гражданином.

На древнеассирийских барельефах встречаются изображения людей, переплывающих реки. На одном из них плывущий человек, выполняя движения ногами, как при способе на боку, транспортирует тростниковую лодку с людьми, а на другом – плывущий направляет ход плота.

Особенно большое значение умение плавать приобрело в связи с войнами. Отменными пловцами были Юлий Цезарь и Александр Македонский. Воины Древней Греции и Рима славились своим мастерством переправ и ведением морских сражений. Сообщение о быстрых переправах через реки армий, насчитывающих до 10 тыс. легионеров, свидетельствует о поразительной выучке этих воинов. Римские императоры устраивали грандиозные морские сражения с демонстрацией абордажных схваток, умения плавать и нырять, сражаться в воде, атаковать корабли, переправляться вплавь при полном вооружении.

Геродот (460 г. до н.э.) писал, как во время греко-персидской войны персидский царь Ксеркс использовал известного греческого пловца Скиллиса для поднятия ценностей с затонувшего корабля. Когда Скиллис поднял все ценности, Ксеркс не отпустил его. Тогда во время бури Скиллис прыгнул за борт из своей плавучей тюрьмы, перерезал якорные канаты всех кораблей, и они разбились о прибрежные камни. Спасаясь от врагов, он проплыл от Афет до острова Эвбея (около 14 км), часто ныряя, чтобы скрыться от глаз врагов. В честь этого подвига греки поставили ему статую в Дельфах.

Первые дистанции и рекорды

На первых Олимпийских играх в 1896 г. спортсмены соревновались без разделения на стили плавания на дистанциях 100, 500 и 1200 м. Проводился также заплыв для матросов – на стометровке в одежде. Пловцы выступали в сложных условиях: в открытом море, в прохладной апрельской воде и при неблагоприятной погоде. Отличился венгр Альфред Хайош, завоевав «золото» в плавании на 100 м. Он стал первым в истории олимпийским чемпионом среди пловцов, а затем повторил свой успех на дистанции 1200 м. На парижской Олимпиаде в 1900 г. были проведены заплывы на 60 м под водой и на 200 м с препятствиями. Эти дисциплины вызвали немалый интерес у зрителей, но в олимпийскую программу их больше не включали. Еще один необычный по современным меркам вид программы – заплыв на

4000 м вольным стилем. Здесь, как и в заплыве на 1000 м, не было равных англичанину Джону Джарвису.

Первым, «выплывшим» на стометровке из минуты, а на четырехсотке – из пяти минут, стал олимпийский чемпион 1924 и 1928 гг. Джонни Вейсмюллер.

Первым, «выплывшим» на стометровке из минуты, а на четырехсотке – из пяти минут, стал олимпийский чемпион 1924 и 1928 гг. Джонни Вейсмюллер.

Одним из самых выдающихся пловцов XX столетия можно назвать американца Марка Спитца, который только на одной Олимпиаде в Мюнхене в 1972 г. завоевал семь золотых медалей!

Прогресс мирового плавания наглядно подтверждает динамика рекордных показателей в различных его видах. К примеру, венгр Альфред Хайош выиграл 100-метровку вольным стилем на Играх 1896 г. со временем 1 мин. 22,2 сек. Чемпион Олимпиады-2000 голландец Питер ван ден Хугенбанд преодолел ту же дистанцию почти в два раза быстрее: за 47,84 сек. (новый олимпийский и мировой рекорды).

42 рекорда мира установила (в период с 1936-го по 1942 г.) датчанка Рагнхильда Хвегер. У мужчин рекордсменом остается швед Арне Борг: 32 рекорда (с 1921-го по 1929 г.).

примеру, венгр Альфред Хайош выиграл 100-метровку вольным стилем на Играх 1896 г. со временем 1 мин. 22,2 сек. Чемпион Олимпиады-2000 голландец Питер ван ден Хугенбанд преодолел ту же дистанцию почти в два раза быстрее: за 47,84 сек. (новый олимпийский и мировой рекорды).

42 рекорда мира установила (в период с 1936-го по 1942 г.) датчанка Рагнхильда Хвегер. У мужчин рекордсменом остается швед Арне Борг: 32 рекорда (с 1921-го по 1929 г.).

Некоторые результаты, показанные нашими пловцами в 30-е годы, превосходили рекордные европейские и мировые показатели. Первой этого добилась многократная чемпионка СССР Клавдия Алешина, в 1935г. установившая всесоюзный рекорд в плавании на спине на 400 м (всего на

счету Алешиной 180 рекордов страны) – 6 мин. 7,2 сек., что более чем на 5 сек. превышало тогдашний мировой рекорд. Семен Бойченко 8 раз превышал мировые рекорды на дистанциях 100 и 200 м брассом и баттерфляем. 13 раз улучшал мировые рекорды Леонид Мешков. Но самые главные победы наших спортсменов не попали в списки официально признанных мировых рекордов, так как Федерация плавания СССР была принята в члены ФИНА только в 1947 г.

Первые школы и бассейны

Первая любительская школа плавания была открыта в Париже в конце XVIII в. Чуть позже подобные школы появились в Германии, Австрии, Чехословакии. В 1844 г. в Лондоне в соревнованиях по плаванию приняли участие несколько североамериканских индейцев и уверенно их выиграли благодаря неведомой европейцам технике плавания «саженками». Но англичане, тем не менее, и после этого не изменили привычной для них «бассовой» технике. В 1875 г. Мэтью Уэбб вплавь преодолел Ла-Манш, положив начало заплывам на сверхмарафонские дистанции.

В середине XIX в. в разных странах началось строительство искусственных (закрытых) бассейнов, первый из которых открылся в 1842 г. в Вене. К концу века плавание приобрело невероятную популярность, которая и обусловила сначала проведение в 1889 г. в Будапеште первых международных соревнований, а через год европейского первенства.

Но прошло еще 83 года, прежде чем в Белграде состоялся первый в истории этого вида спорта мировой чемпионат.

Первой русской школой плавания, где проводилось систематическое обучение, была Шуваловская школа, организованная в 1913 г. в пригороде Петербурга – Шувалово. Занималось в ней около 300 человек, преимущественно учащиеся средних и высших учебных заведений Петербурга. Просуществовала школа до 1917 г.

В 1912 г. в Москве было организовано «Московское общество любителей

плавания», которое вело занятия не только летом, но и зимой в бассейне при Сандуновских банях. Этот год одновременно стал и дебютным для российских пловцов на Олимпиаде в Стокгольме, но успеха они не добились. Спортивное плавание в России делало первые шаги, тренировки шли в открытой воде, результаты были невысокими. Если же говорить о массовости занятий плаванием, то в дореволюционной России едва ли насчитывалось полторы тысячи пловцов.

Олимпийскую прописку (до 1912 г. только для мужчин) плавание получило уже на первых Олимпийских играх современности. Правда, до 1908 г., когда была создана Международная федерация плавания (ФИНА), состязания по плаванию, в том числе и олимпийские, проводились на самых разных участках открытых водоемов, зачастую неточно вымеренных, и по различной программе: то в метровом, то в ярдовом исчислении. С 1924 г. по решению Международной федерации олимпийские состязания проводятся только в 50-метровых бассейнах. Рекорды мира фиксируются отдельно – на «короткой» воде (25 м) и «длинной» (50 м).