



ИСТОРИЯ МОДЕРНИЗАЦИИ АТЛАНТИЧЕСКОГО ПЛАВАНИЯ

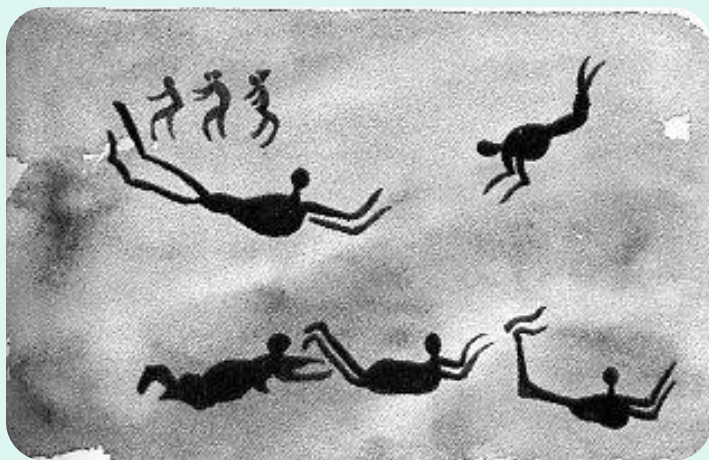
# План



- Плавание в древности
- I период с 1860 по 1919 г.
- II период: 1920-1952 гг.
- III период: 1953-1972 гг.
- IV период: с 1973 г. по настоящее время
- Динамика мировых рекордов на 100 м в/ст (мужчины)
- Важные даты
- Контрольные вопросы



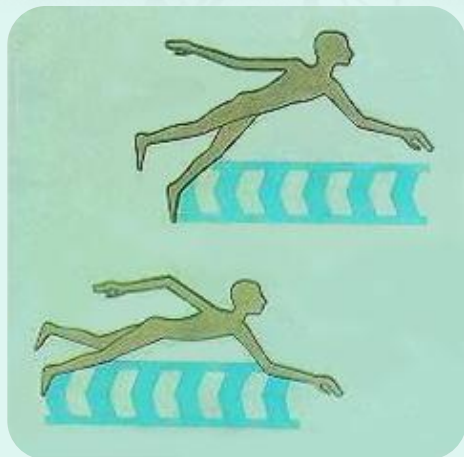
# Плавание в древности



Одно из наскальных изображений из «Пещеры пловцов»



Фрагмент фрески 5 века до н.э. с вышкой для прыжков в воду



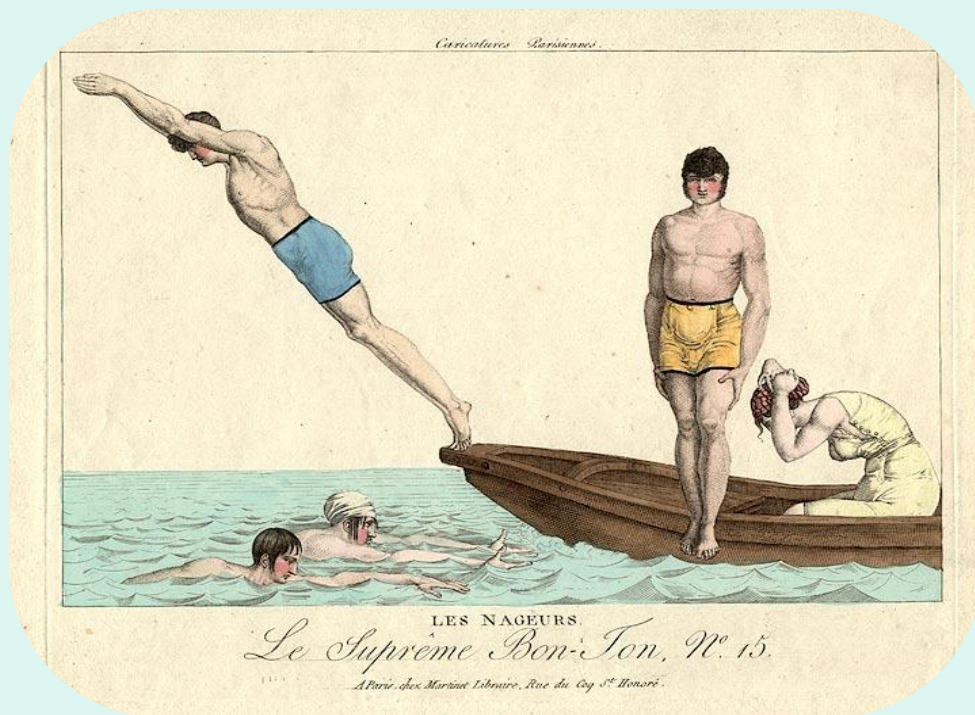
Древние египтяне, плывущие кролем



Туалетная ложечка из слоновой кости в форме купальщицы

“Не умеет ни читать, ни плавать” - такую замечательную формулу-характеристику давали некультурному человеку древние греки.

Из истории известно, что знаменитыми пловцами были, например, Александр Македонский и Юлий Цезарь, что более 2000 лет назад в Японии соревновались в плавании на скорость.



# I период, 1860-1919 гг.

1

Начали проводиться регулярные соревнования по плаванию

2

Большое количество экспериментов в технике плавания, которая быстро прогрессировала в эти годы. Возник прообраз кроля

3

Образование ФИНА в 1908 г.

4

Тренировка: 2-3 раза в неделю, 4-6 месяцев в году.  
Основной метод – проплывание длинных дистанций от 400 до 3000 м равномерно в среднем темпе

# Развитие плавания как вида спорта

## I период

Ранее, в средние века отдельные соревнования проводились от случая к случаю (в честь каких-либо событий, на ярмарках и т.п.) Они были эпизодическими и на дальнейшее развитие плавания как вида спорта существенного влияния не оказали.

В 1860-1870 гг. любители плавания (прежде всего в Англии) начали объединяться в спортивные организации, а соревнования стали сравнительно регулярными.



# Плавание через Ла-Манш



Первым Ла-Манш преодолел в 1875 г. 27-летний капитан английского флота Матью Вебб (Matthew Webb). Он сделал это со второй попытки, проплыв брассом на груди 34,6 км за 21 час 44 мин. 55 сек



Первой женщиной, проплавшей через пролив стала олимпийская чемпионка Гертруда Эберле в 1926 г.

# I Олимпиада – Афины 1896 г.



1-й заплыв в истории Олимпийского плавания – 100 м вольным стилем. Зрителей на берегу – около 40 тысяч

Участники: 13 пловцов из 4 стран\*.

4 дистанции:

100, 500, 1200 в/с и 100 м в одежде для матросов

Открытое море, вода 13°C.

Старт и финиш обозначены канатами, прикрепленными к поплавкам



# Создание ФИНА



Первый генеральный секретарь  
(с 1920 г. - президент) ФИНА  
адвокат Георг Херн

19 июля 1908 г. в Лондоне в дни Олимпиады представители национальных плавательных организаций 10 европейских стран (Англии, Ирландии, Уэльса, Бельгии, Венгрии, Германии, Дании, Франции, Финляндии и Швеции) решили создать международную федерацию любителей плавания ФИНА (FINA).

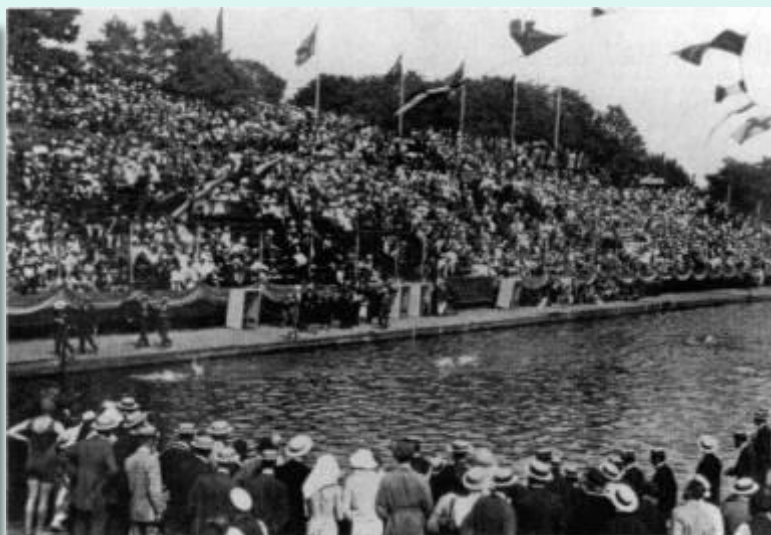
## Соревнования до 1908 г.

- бассейны различных размеров (от 25 до 100 м или ярдов) сооружались на естественных водоемах;
- правила и программа соревнований определялись организаторами.
- дистанции выбирались организаторами: от 50 до 4000 м, плавание с препятствиями, ныряние и др.;

## Цели и задачи ФИНА

- разрабатывает правила и регламент соревнований, утверждает рекорды;
- организовывает и проводит чемпионаты мира и другие мероприятия по водным видам спорта;
- осуществляет меры по развитию плавания в мире, стимулирует увеличение числа бассейнов;
- организует семинары судей и тренеров

# V Олимпиада – Стокгольм, 1912 г.



Старты пловцов в бассейне 100-метровой длины



Австралийки Ф. Дюрек (справа) и В. Вэйль (1-е и 2-е места на 100 в/с)

1. Состоялся дебют женского плавания

2. Впервые участвовали пловцы из России

Чемпион на 100 м в/с Д. Каханомуку (США)



## II период, 1920-1952

1

Совершенствование техники кроля, появление баттерфляя, эксперименты в брассе

2

Появились элементы интервальной тренировки, переменного и повторного плавания, началась специализация тренировки для спринтеров и стайеров

3

Начинает формироваться понимание необходимости круглогодичной тренировки, увеличилось количество тренировочных занятий

4

Пловцы начали выполнять специальные упражнения на суше

# VIII Олимпиада – Париж, 1924 г.



Олимпийский чемпион  
Д. Вайсмюллер (США)



Д. Вайсмюллер и А. Борг  
(Швеция, слева)



Команда США – победитель в  
эстафетном плавании

Бассейн:

50 м, 8 дорожек.  
Участники: 169  
пловцов из 23  
стран.

11 дистанций:

Мужчины: 100, 400,  
1500 и 4×200 в/с,  
100 н/сп, 200 бр.

Женщины: 100, 400  
и 4×100 в/с, 100  
н/сп, 200 бр.

# Достижения советских пловцов до II Мировой войны

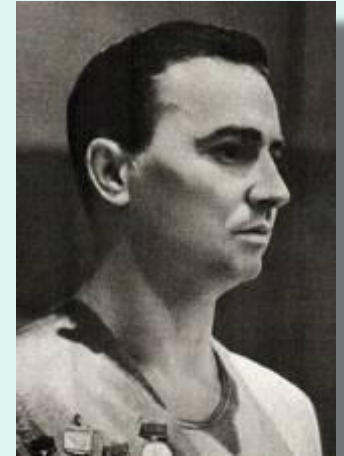


Семен  
Бойченко



Бойченко и Мешков

В 1927 г. в Ленинграде и в 1930-31 годах в Москве открылись первые закрытые бассейны



Леонид Мешков



Семен Бойченко и Леонид Мешков в 1935-1941 гг. неоднократно показывали результаты выше мировых рекордов на дистанции 100 м брассом (используя баттерфляй). Высокие результаты в те годы показывали кролисты Виталий Ушаков и Клавдия Алешина

# III период, 19III период, 1953III период, 1953-19III период, 1953-197III период, 1953-1972

1

«Эпоха» интервальной тренировки и быстрого роста объемов

2

Обоснование многолетней тренировки и дифференциации подготовки в возрастных группах

3

Формируется понимание необходимости медико-биологического обеспечения, в частности фармакологической коррекции восстановления

4

Круглогодичная тренировка с четким делением на периоды

5

Начало применения тренировки в среднегорье

# Олимпиады 1956-1972 гг.



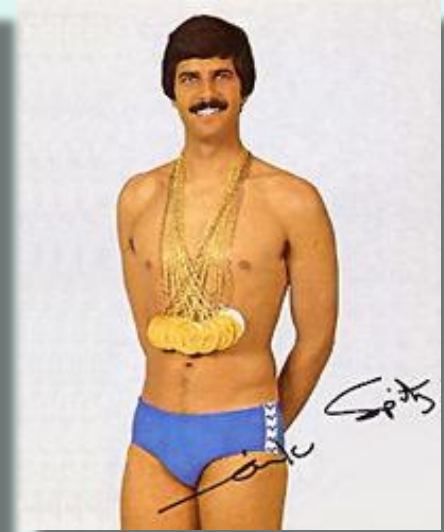
Даун Фрэзер



Дон Шолландер



Шейн Гоулд



Марк Спитц

Участники - 532  
пловца из 52 стран  
(1972 г.).

Программа - 31  
дистанция (1968 г.).  
Регистрация рекордов  
на этих же дистанциях  
вместо 105

Сложилась конструкция ванн  
бассейнов, волногасящие  
дорожки, наступила эра  
электронной регистрации  
времени

Система Омега на  
Олимпиаде 1968 г.



# Советские пловцы 1953-1972 гг.



Харис Юничев

Первую олимпийскую медаль завоевал Харис Юничев – бронза на 200 м брассом в 1956 г. Первую золотую олимпийскую медаль привезла из Токио Галина Прозуменщикова (Степанова) на этой же дистанции.

Впервые на чемпионатах Европы советские пловцы приняли участие в 1954 г., первую медаль завоевал Леонид Баландин (2-е место на 100 м в/с). Первым чемпионом Европы в 1968 г. стал Леонид Колесников (200 м брассом)



Галина Степанова  
(Прозуменщикова)



# IIIV период, с IV период, с 1973IV период, с 1973 по н.в.

1

Профессионализация и коммерциализация спорта

2

Применение гидрокостюмов и их совершенствование

3

Широкомасштабное применение внутренировочных факторов: фармакологических средств, специализированное питание, использование среднегорья и т.п.

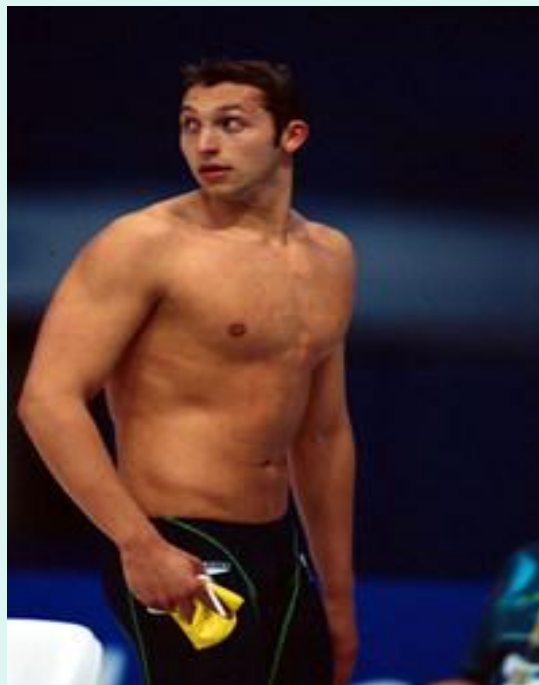
4

Разнообразные тренажеры для развития силы и специальный инвентарь для ее переноса на воду

# Олимпиады 1976-2008 гг.



Мэтт Бионди



Ян Торп



Майкл Фелпс

Участники - 1032  
пловца из 163 стран  
(2008 г.).

Программа - 32  
дистанции на  
Олимпиадах и 40 - на  
чемпионатах мира

Чемпионаты мира: с 1973 г.  
(50 м), с 1993 г. (25 м).

Кубки мира с 1988/89 г.

# Олимпиады 1976-2008 гг.



Джанет Эванс



Яна Клочкова



Дара Торрес

С 80-х годов рост объемов нагрузки практически прекратился

Рост рекордов с середины 80-х годов и до 2004 г. несколько замедлился

# Советские и российские пловцы 1973-2008 гг.



Владимир Сальников



Александр Попов



Денис Панкратов

Владимир Сальников, великий советский стайер, первый преодолевший рубежи 8 и 15 минут на 800 и 1500 м в/с.

Александр Попов, лучший спринтер планеты, в 1992-1996 гг. победил на двух Олимпиадах подряд на дистанциях 100 и 200 м. В 1994-2003 гг. завоевал 6 золотых медалей на чемпионатах мира

Денис Панкратов, первый дельфинист в мире после М. Спитца, который выиграл дистанции 100 и 200 м на одной Олимпиаде

В 1976 г. на Олимпиаде в Монреале впервые весь пьедестал заняли спортсменки из СССР: Марина Кошечая, Марина Юрченя и Любовь Русанова, которые были лучшими на дистанции 200 м брассом. В 1980 г. это повторили Лина Качушите, Светлана Варганова и Юлия Богданова

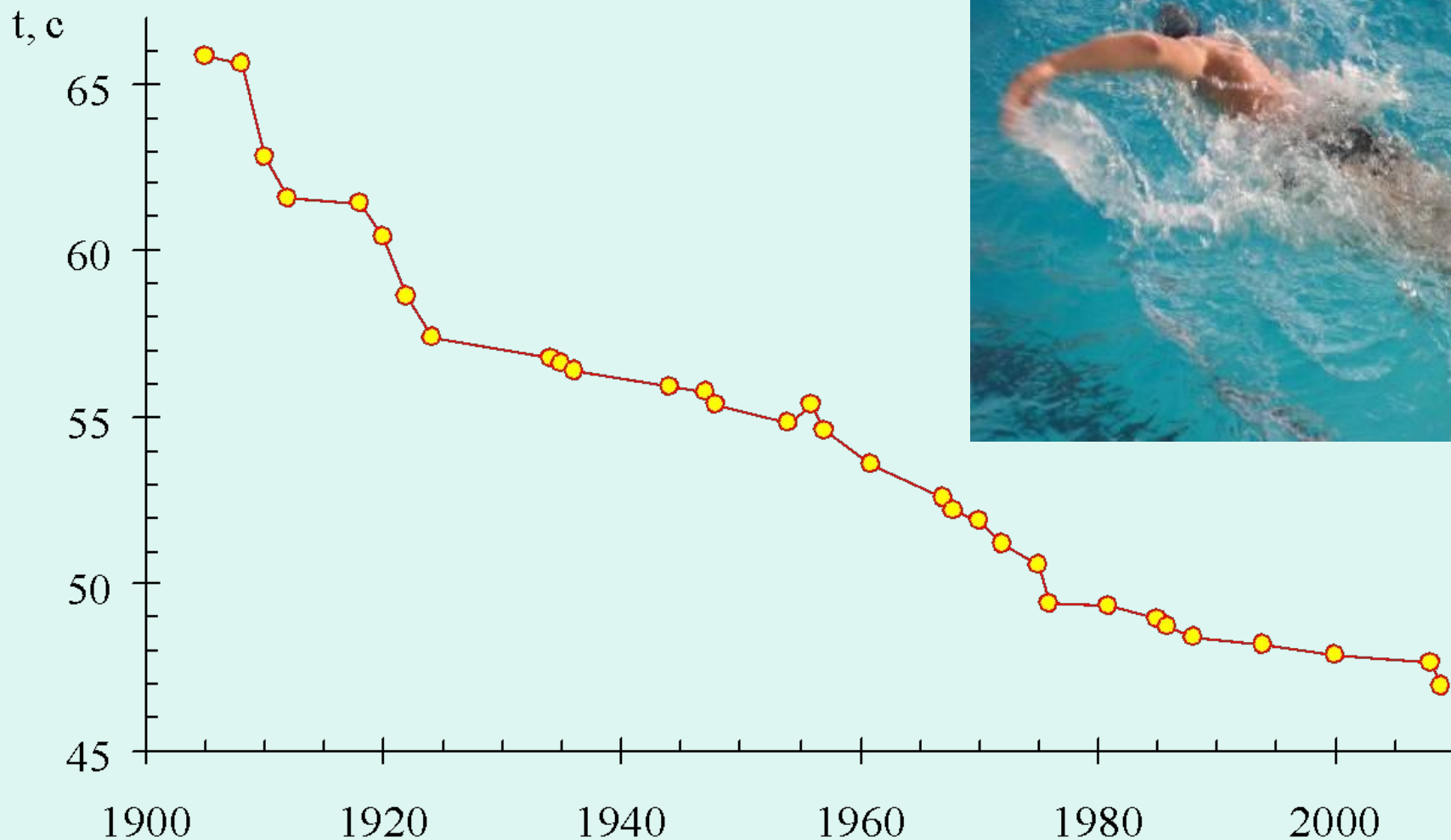


Марина Кошечая



Лина Качушите

# Динамика мировых рекордов на 100 м в/с (мужчины)



# Важные даты

- 1869 г. – первая в мире спортивная организация пловцов в Англии
- 1875 г. – первое преодоление Ла-Манша (Мэтью Вебб, Англия)
- 1889 г. – первая крупная международная встреча по плаванию с участием спортсменов нескольких европейских стран
- 1896 г. – старты пловцов на I Олимпиаде
- 1908 г. – создание ФИНА. Первый президент – Г. Херн, Великобритания
- 1912 г. - первое участие российских пловцов в Олимпийских Играх
- 1926 г. – первый чемпионат Европы (Будапешт)
- 1952 г. – первое участие сборной СССР в Олимпийских Играх
- 1964 г. – первая золотая олимпийская медаль СССР (Г. Прозуменщикова)
- 1973 г. – первый чемпионат мира (Белград)
- 1993 г. – первый чемпионат мира в 25-м бассейне (Пальма-де-Малорка)







Спасибо за внимание



# Ответьте на контрольные вопросы

1. В каком году было образовано ФИНА?
2. Когда впервые участвовали пловцы из России?
3. Где проходила первая олимпиада?
4. Кто лучший спринтер планеты в 1992-1996 гг. ?
5. Кого считают известными пловцами из истории?
6. Когда было первое преодоление Ла-Манша?

