



История развития спортивного плавания

О.И. Попов

Лекция для студентов I курса

ТиМ ИВС (плавание)

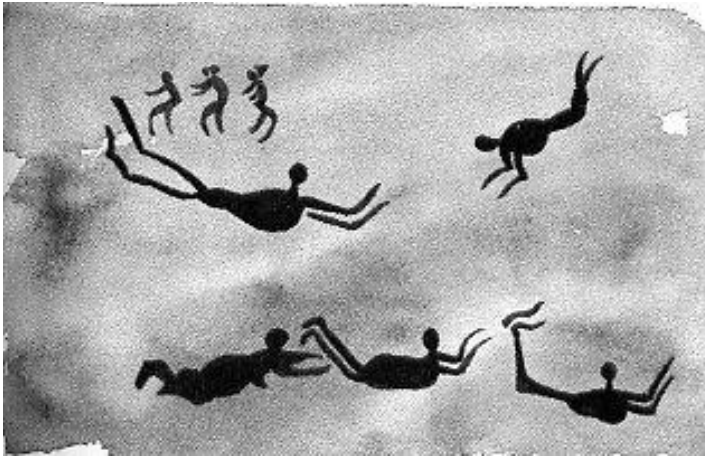
Москва – 2017

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



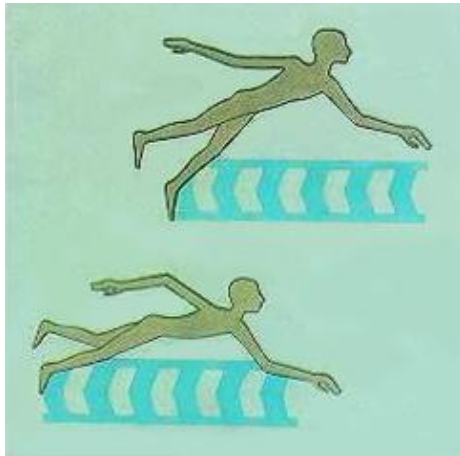
Плавание в древности



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

Плавание в древности



Термы Каракала (примерно 55x20 м)



Термы Диоклетиана (примерно 100x50 м)

Древнеримские бани (термы) со специальными искусственными плавательными бассейнами, наполняемыми подогретой водой



Развитие плавания как вида спорта

I период

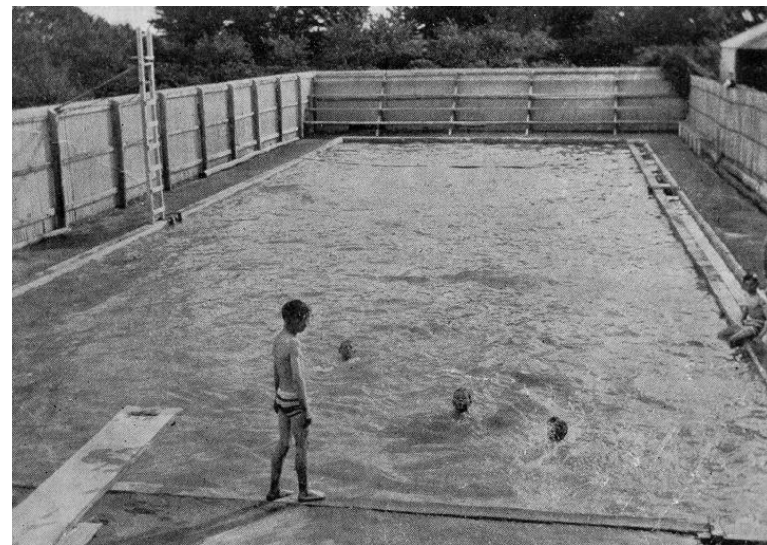
Ранее, в средние века отдельные соревнования проводились от случая к случаю (в честь каких-либо событий, на ярмарках и т.п.) Они были эпизодическими и на дальнейшее развитие плавания как вида спорта существенного влияния не оказали.



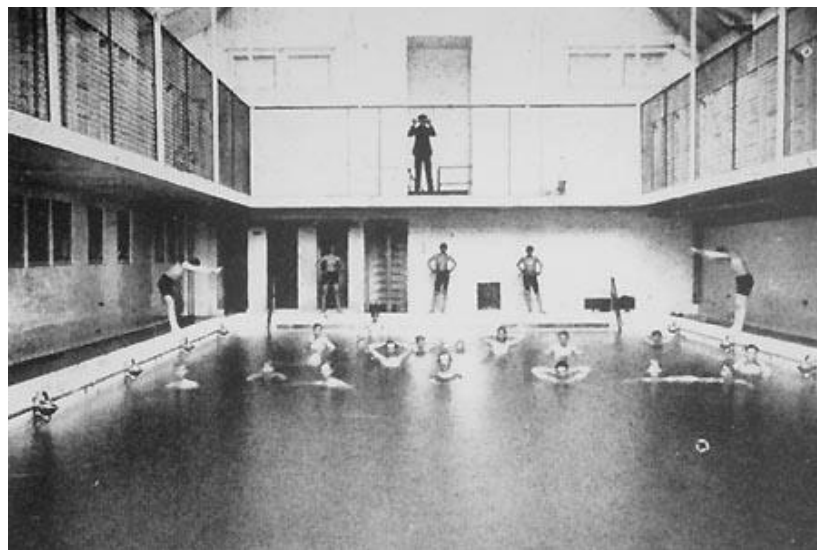
В 1860-1870 гг. любители плавания (прежде всего в Англии) начали объединяться в спортивные организации, а соревнования стали сравнительно регулярными.



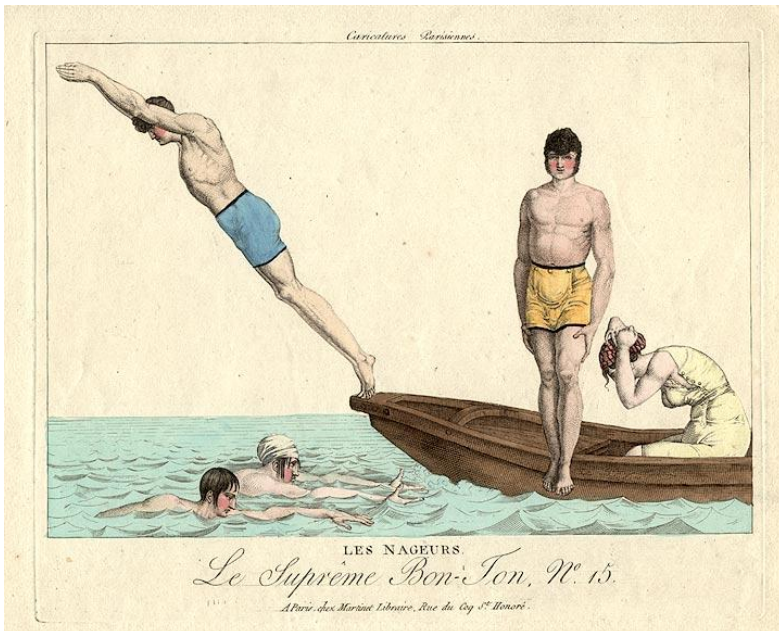
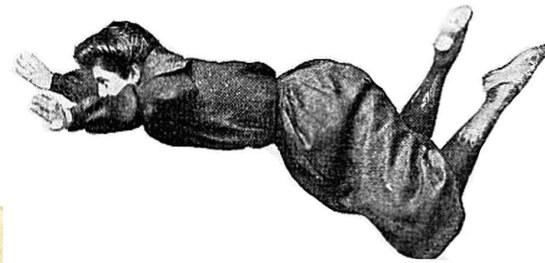
Открытые бассейны конца XIX – начала XX века



Закрытыя басейны конца XIX – пачатка XX века



Обучение плаванию, нырянию и спасанию на водах в конце XIX – начале XX века



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, проплывшей 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:

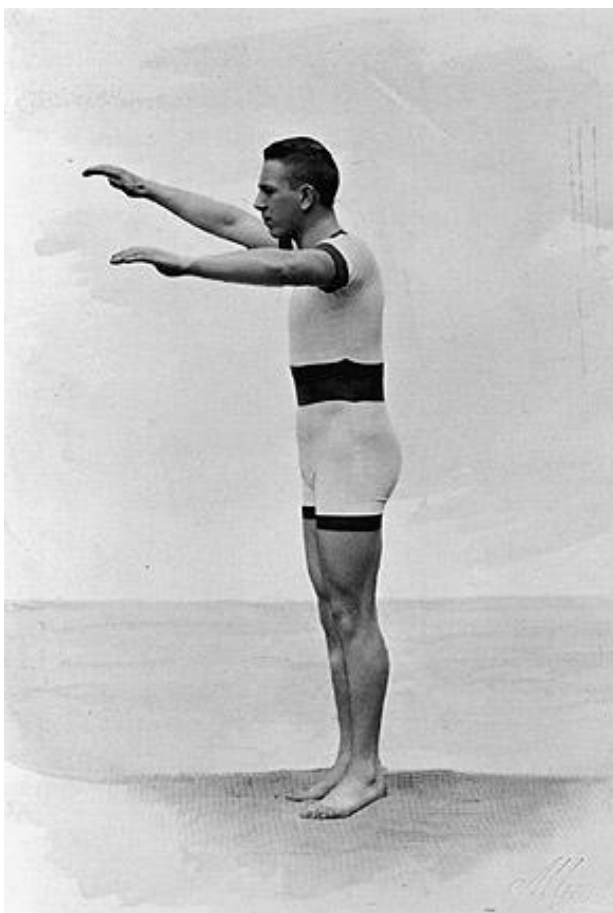
100, 500, 1200 в/с и 100 м в одежде для матросов

Открытое море, вода 13°C.

Старт и финиш обозначены канатами, прикрепленными к поплавкам



I Олимпиада – Афины 1896 г.



1-й Олимпийский чемпион –
Альфред Хайош (Венгрия), 100 и
1200 м в/с



Результат на 100 м в/с – 1.22,2

II Олимпиада – Париж, 1900 г.



Старт пловцов на реке Сена

Участники: около 76 пловцов из 12 стран.
8 дистанций:

200, 1000, 4000 в/с, командные
соревнования 5×40 м в/с,

200 н/с,

200 с препятствиями,

ныряние (оценивалась длина и время
ныряния)

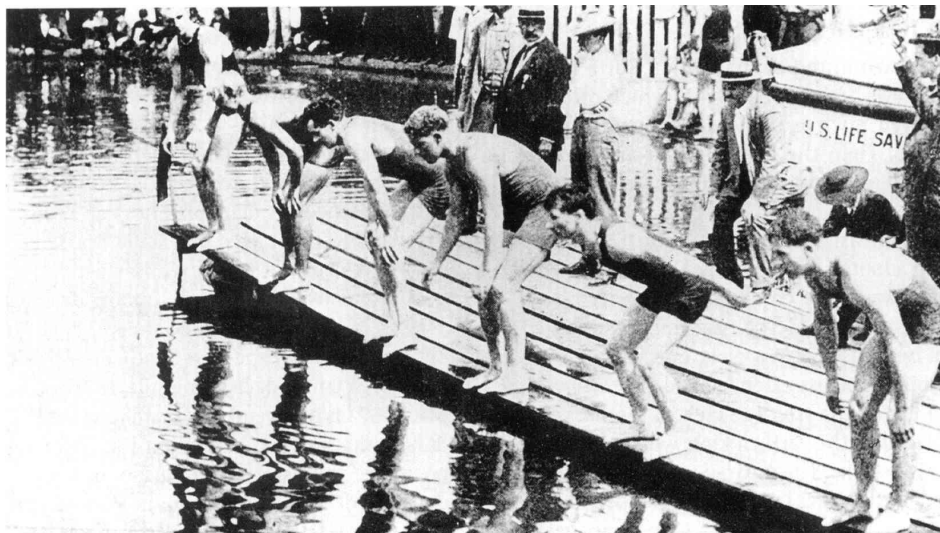
Чемпион на 200 м
в/с Ф. Лайн
(Австралия) и 200 м
с препятствиями



Д. Ярвис
(Великобритания)
завоевал 3 золотые
медали: 100, 1000 и
4000 в/с



III Олимпиада – Сент-Луис, 1904 г.



Старт пловцов на 100 ярдов

Участники: 50 пловцов преимущественно из США, несколько – из Австрии, Венгрии и Германии.

10 номеров программы, в том числе – скольжение после старта. Впервые включены заплывы брассом, эстафеты



Победный финиш венгра З. Халмаи

По две золотых медали завоевали З. Халмаи (Венгрия, 50 и 100 ярдов в/с) и Ч. Даниелс (США, 220 и 440 ярдов)



IV Олимпиада – Лондон, 1908 г.



Старт заплыва на 200 м брассом



3-х кратный чемпион Г. Тейлор

Соревнования проводись в бассейне, имевшем стартовый плот, поворотные щиты, разделительные дорожки, специальные места для судей, комнаты отдыха для пловцов и медицинский кабинет. Бассейн размером 100x15 м, с глубиной от 1,2 до 3,7 м с вышкой для прыжков был сооружен на стадионе (внутри легкоатлетической дорожки) и после соревнований был разобран



Создание ФИНА



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

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.;

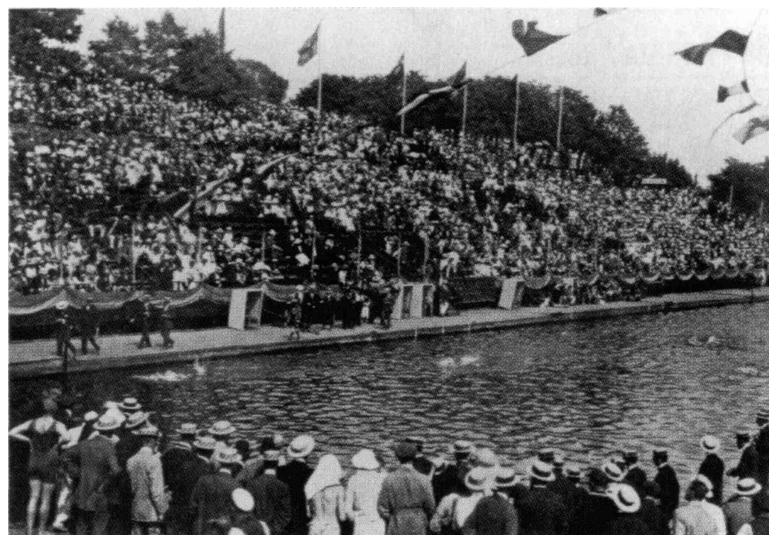
19 июля 1908 г. в Лондоне в дни Олимпиады представители национальных плавательных организаций 10 европейских стран (Англии, Ирландии, Уэльса, Бельгии, Венгрии, Германии, Дании, Франции, Финляндии и Швеции) решили создать международную федерацию любителей плавания ФИНА (FINA).

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



1. Состоялся дебют женского плавания

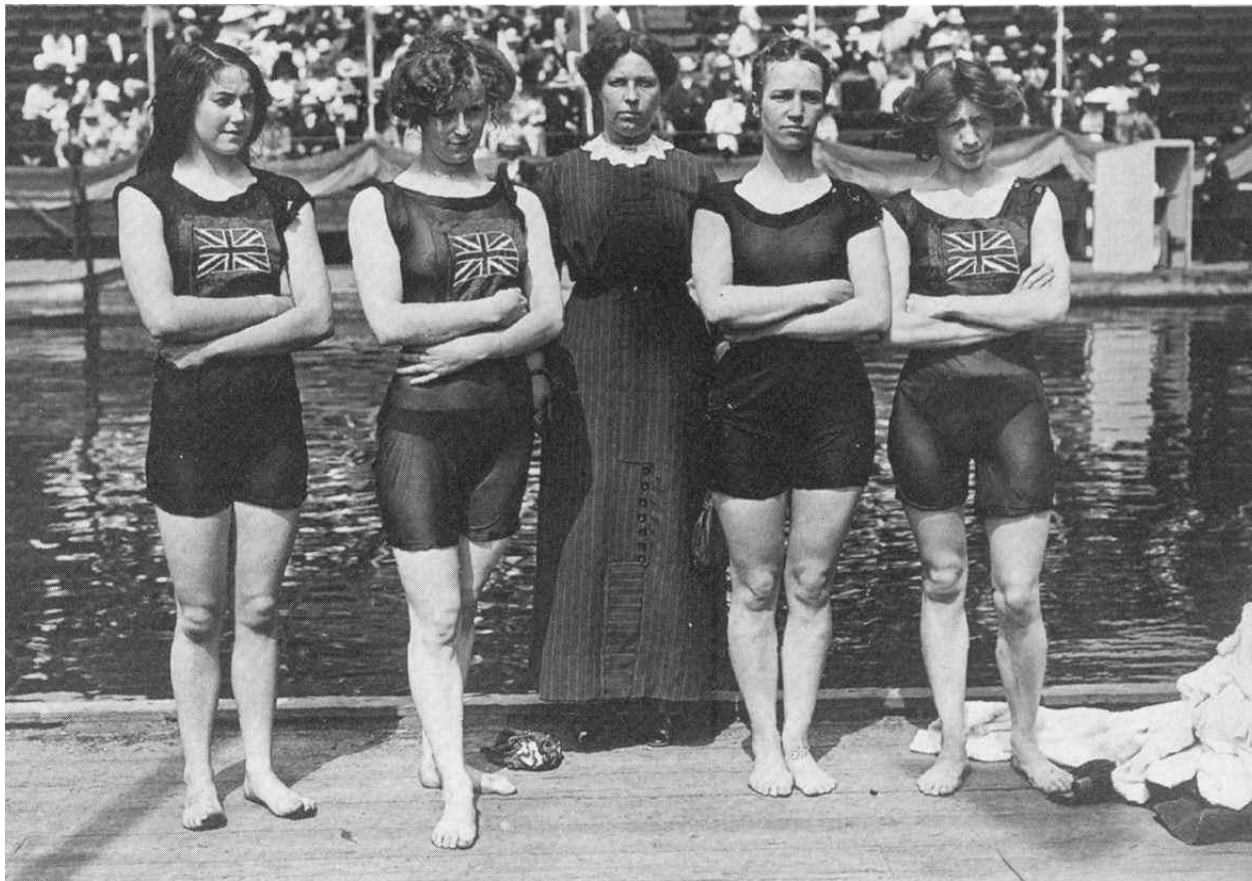
2. Впервые участвовали пловцы из России

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

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



V Олимпиада – Стокгольм, 1912 г.



Команда Великобритании – чемпион в эстафете 4×100 м в/с



Шуваловская школа плавания

Первым спортивным центром плавания в России считается созданная в 1908 г. «Шуваловская школа плавания Российского общества спасения на водах» на Суздальском озере близ Санкт-Петербурга в местечке Шувалово. Водносportивная база включала 32-метровую подковообразную купальню, 50-метровый бассейн для тренировочных занятий и соревнований с трибунами на 200 мест, бассейн для обучения плаванию, вышки и трамплины для прыжков в воду (до 10 м). В течение летнего сезона в школе занималось до 400 человек. Занимавшиеся сдавали экзамен на звание магистра плавания, выполнив 12 довольно трудных упражнений. Магистры Шуваловской школы участвовали в Олимпиаде 1912 г.

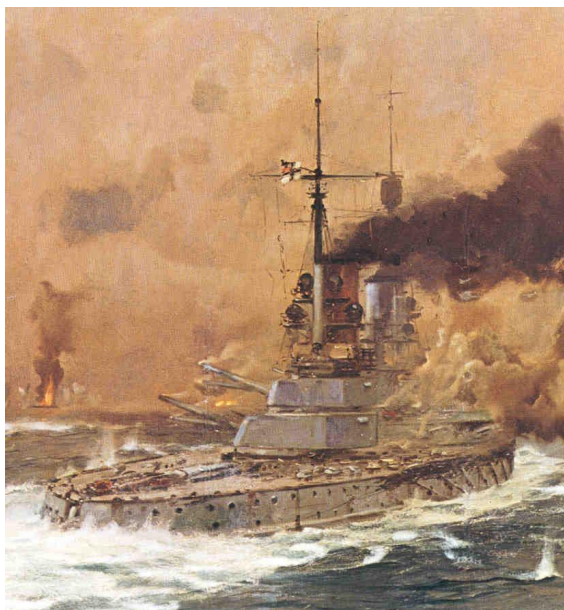


Нормативы:

- ✓ 3000 м брассом и 1500 м на спине;
- ✓ 1350 м в одежде;
- ✓ 30 м с камнем весом не менее 2 кг;
- ✓ Прыжок с 7-метровой вышки;
- ✓ Приемы спасения тонущих и др.



VI Олимпиада, 1916 г.



**Игры VI
Олимпиады не
проводилась из-за
I Мировой войны**



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



VII Олимпиада – Антверпен, 1920 г.

Бассейн 100 м, 8 дорожек.
Участники: 116 пловцов из 19 стран.

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

Женщины: 100, 300 и 4×100 в/с



100 м в/с. По 5-й дорожке стартует чемпион Д. Каханомуку (США)



Д. Каханомуку вместе с участниками Олимпиады



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.

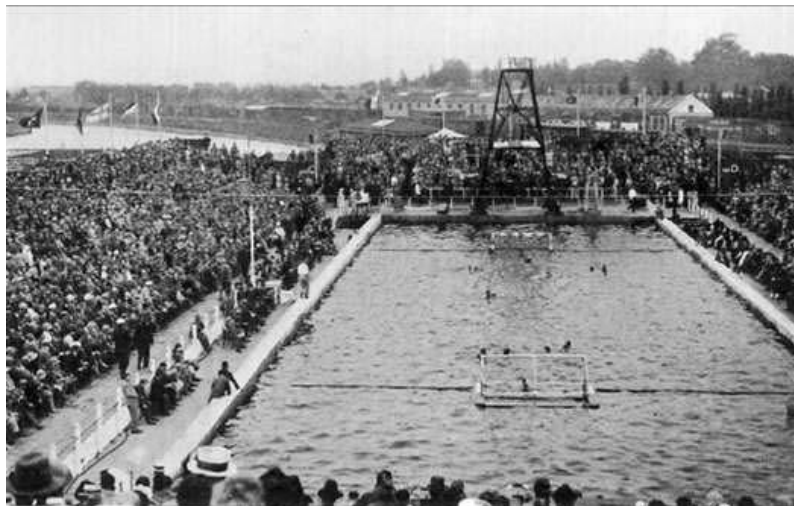
11 дистанций:

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.



IX Олимпиада – Амстердам, 1928 г.



Олимпийский бассейн

Участники: 182
пловца из 28
стран, программа
1924 г.

Завоевав золотую
медаль на 100 м, из
спорта ушел Д.
Вайсмюллер,
снявшийся в фильме
«Приключения
Тарзана»



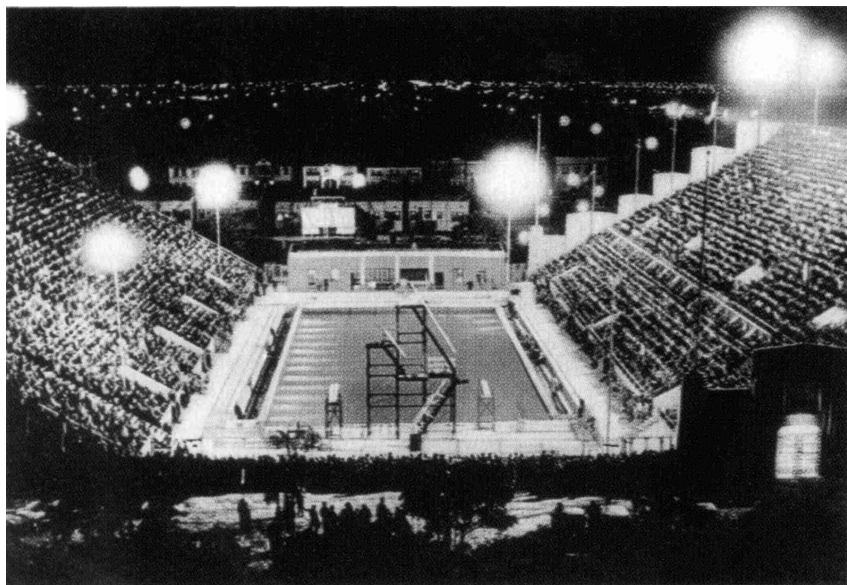
Д. Вайсмюллер - Тарзан



Олимпийская чемпионка и
рекордсменка мира М.
Норелиус (США, 400 м в/с)



X Олимпиада – Лос-Анджелес, 1932 г.



Олимпийский бассейн

Участники: 128 пловцов из 20 стран, программа 1924 г.

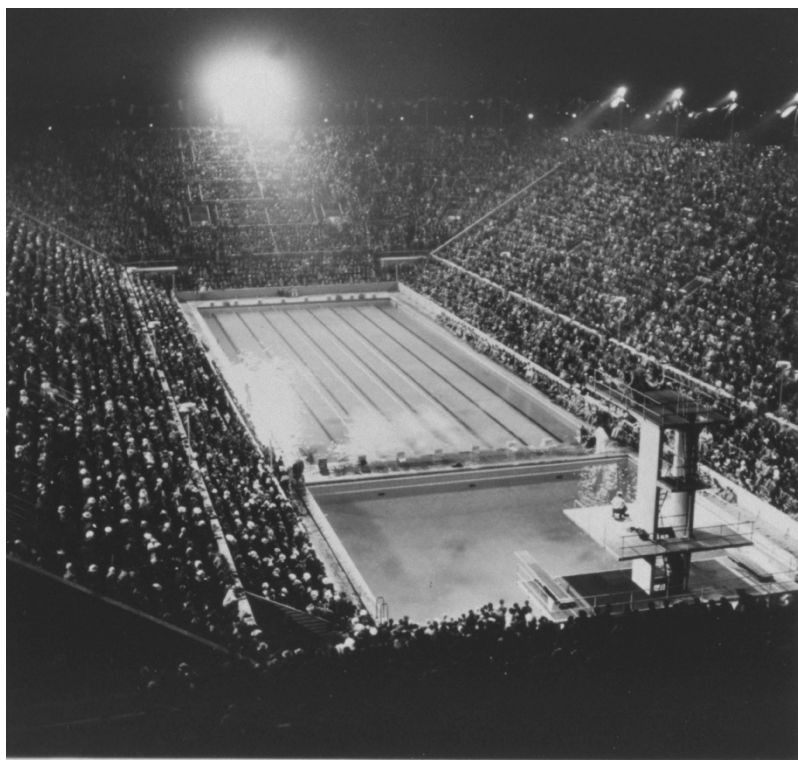
Победа японских пловцов: 12 из 33 медалей, 5 золотых



Олимпийская чемпионка Е. Медисон (США)



XI Олимпиада – Берлин, 1936 г.



Олимпийский бассейн



Олимпийская чемпионка Х. Мастерброок (Голандия) и ее тренер Ма Браун



Олимпийский чемпион Х. А. Кифер (США)

Участники: 248
пловцов из 29
стран, программа
1924 г.

А. Кифер и его тренер Р. Кифут придумали поворот «кувырком»



Достижения советских пловцов до II Мировой ВОЙНЫ

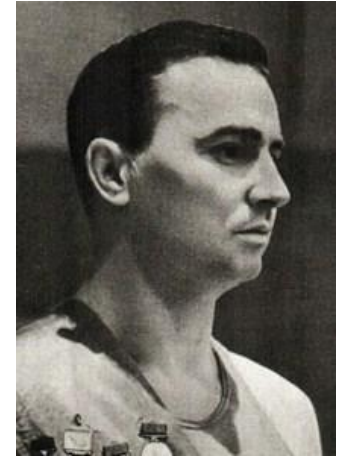


Семен
Бойченко



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



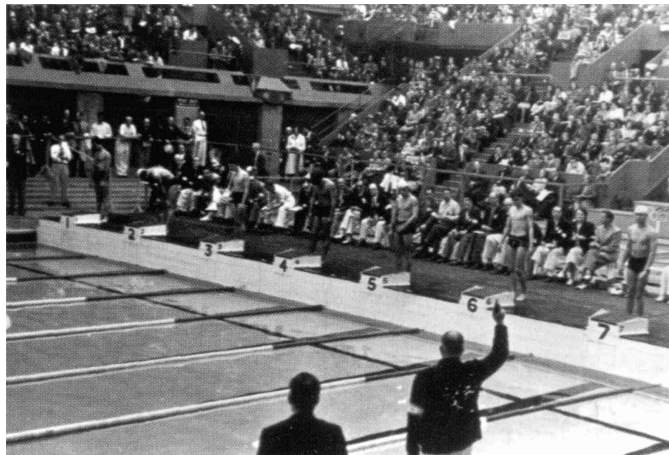
XII и XIII Олимпиады



Игры XII и XIII Олимпиад не проводились из-за II Мировой войны



XIV Олимпиада – Лондон, 1948 г. XV Олимпиада – Хельсинки, 1952 г.



Участники:
249/318 пловцов
из 34/48 стран,
программа 1924 г.

Олимпийский бассейны: 1948 г. и 1952 г.



Советские пловцы впервые участвовали в Олимпийских играх. Прорвалась в финал и заняла 6-е место лишь одна М.Гавриш на дистанции 200 м брассом

Олимпийские чемпионы
1952 г. Д. Дэвис и Ф. Коно.



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



Олимпиады 1956-1972 гг.



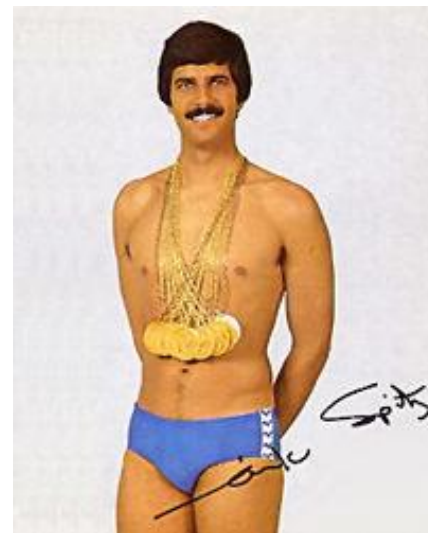
Даун Фрэзер



Дон Шолландер



Шейн Гоулд



Марк Спитц

9  1  2 1  3

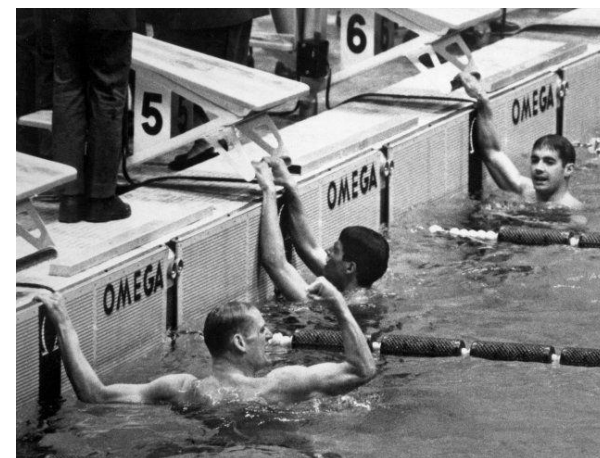
Участники - 532 пловца из 52 стран (1972 г.).

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 впервые появилась на Олимпиаде в 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)

III 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

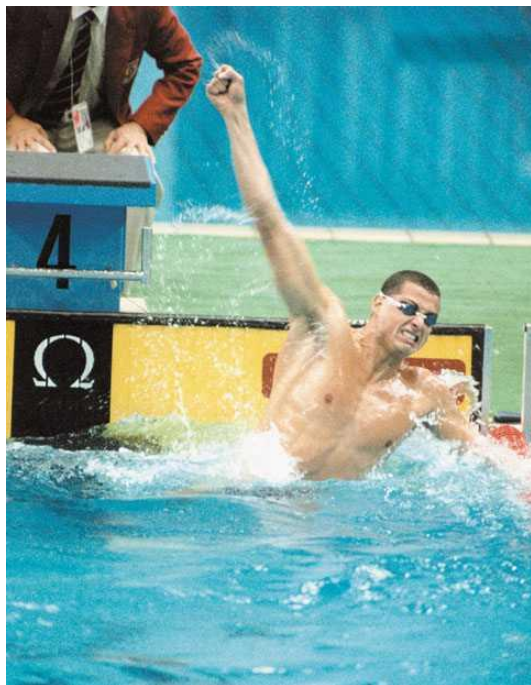
Круглогодичная тренировка с четким делением на периоды

5

Начало применения тренировки в среднегорье



Олимпиады 1976-2016 гг.



Мэтт Бионди

7  2  1 

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

С 1996 г. - 32 дистанции на
Олимпиадах и 40 - на
чемпионатах мира

С 2008 г. + 10 км = 34



Райен Лохти

6  3  3 

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

Кубки мира с 1988/89 г.



Майкл Фелпс

23  3  2 

Олимпиады 1976-2016 гг.

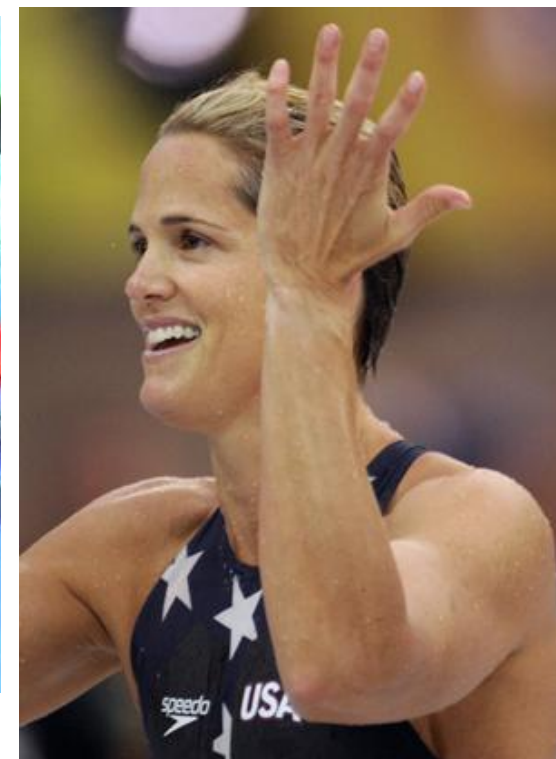


Джанет Эванс



Дженнифер Томпсон

7  3  1 



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 1973-2016 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 50 и 100 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



Советские пловцы 1973-1980 гг.



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



IV 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



Соревнования на Кубок мира

- 1988 г. – 8 команд, представляющих разные регионы: США, Канада, Швеция, СССР, Япония, Океания, Южная Африка и Европа.
- 1991-94 гг. – проведение соревнований на Кубок мира по 6 категориям: спринт (50, 100, 200 м в/с), те же дистанции на спине, брассом и баттерфляем, средние дистанции (400 и 800/1500 м), к/п (100, 200, 400 м). В 1991-92 гг. соревнования проводились в Санкт-Петербурге.
- 1994-96 гг. – соревнования не проводились под эгидой ФИНА.
- 1998/99 г. – серия разбита на географические зоны.
- 1999/2000 г. – классификация не по категориям, а по отдельным дистанциям.



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)



Сайт Университета и кафедры

Образование	Спорт	Наука
Учёный совет	Студенческий спорт	НИИ Спорта
Институты	Зал славы	НИИ Спортивной медицины
Кафедры	Спортивные залы	Научная деятельность
Учебный процесс	Спартианский гуманитарный центр	Конференции
Практика		Диссертационный совет
Центральная отраслевая библиотека ГЦОЛИФК		Молодым учёным и специалистам
Учебно-методическое объединение		Информационно-аналитические материалы
Технология спортивной тренировки		
Абитуриенту	Студенту	Специалисту
Приёмная комиссия	Расписание занятий	Институт повышения квалификации

<http://www.sportedu.ru/>

Образование → кафедры

Главная	Спортивно-педагогические
Теории и методики баскетбола	
Теории и методики бокса и кикбоксинга	
Теории и методики велосипедного спорта	
Теории и методики волейбола	
Теории и методики единоборств	
Теории и методики гандбола	
Теории и методики гимнастики	
Теории и методики гребного и парусного спорта	
Теории и методики индивидуально-ипровых видов спорта	
Теории и методики танцевального спорта	
Теории и методики легкой атлетики	
Теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках	
Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности	
Теории и методики спортивного и синхронного плавания, акваразбики, прыжков в воду и водного поло	
Теории и методики тенниса	
Теории и методики тяжелой атлетики	
Теории и методики хоккея	
Теории и методики футбола	
Теории и методики гольфа	

<http://www.sportedu.ru/chair/>

Раздел «Объемные требования»

Для I курса специализации плавание



Методические указания для подготовки к занятию

Программы дисциплин



Рабочая программа дисциплины "Теория и методика избранного вида спорта (плавание)". Направление 034300.62 (ФГОС 3-е поколение)

Раздел «Презентации»

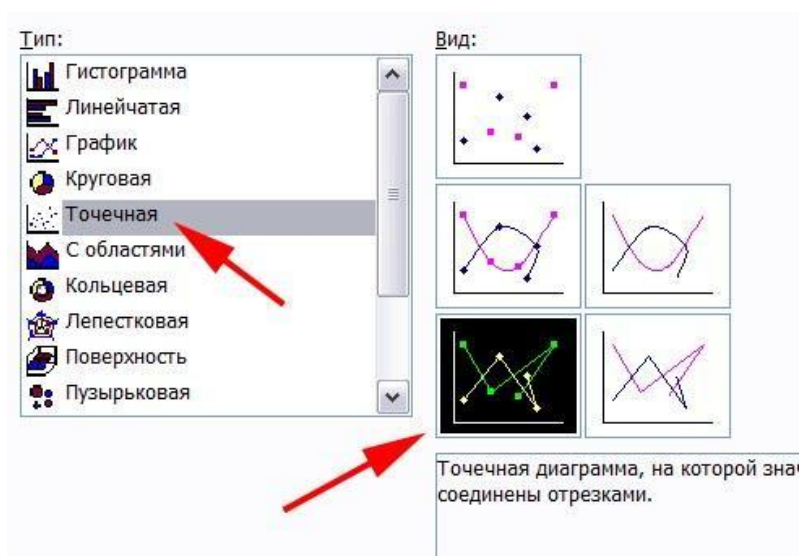


История плавания. Лекция для I курса

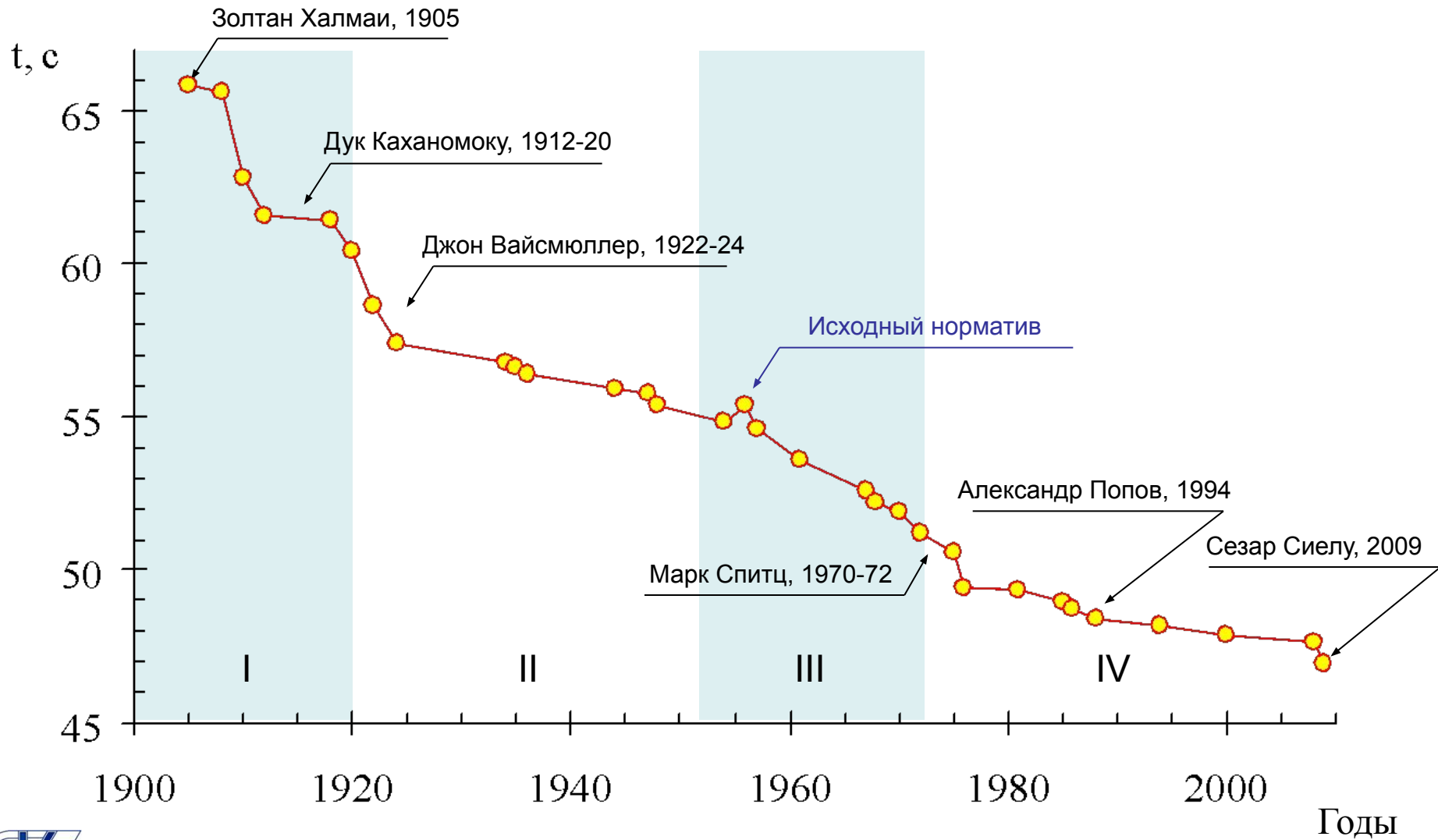
Построение графика рекордов мира

- составить таблицу рекордов мира, источник: http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_records;
- результат **лучше** перевести в секунды, 1 год – 1 результат (сильнейший)
- график строится в Excel или на листе бумаги (из тетради либо А4). Примерная высота 15 см, ширина 20 см;
- временную ось продлить до 2020 г. и отметить свой прогноз мирового рекорда на этот год;
- отметить рекорды 3-5 наиболее выдающихся пловцов;
- при использовании Excel следует выбирать Точечную диаграмму (**не график!**)

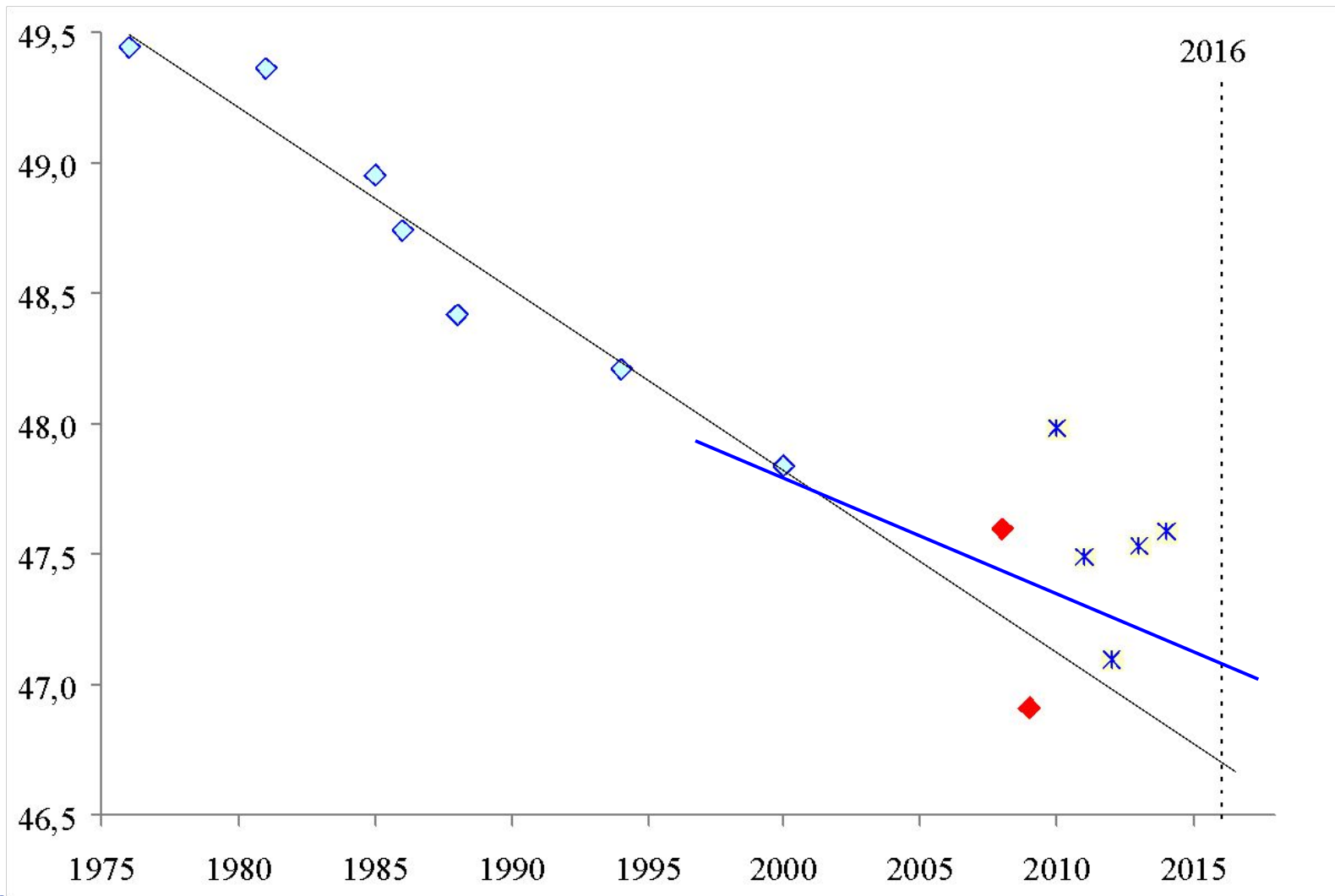
Год	Время, мин. с	Время, с
1905	1.05,8	65,8
1908	1.05,6	65,6
1910	1.02,8	62,8
1912	1.01,6	61,6
...



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



Прогнозирование на 2016 г.



Литература

1. Воронцов А.Р. История спортивного плавания. Лекция для студентов специализации и слушателей ВШТ. – М.: ГЦОЛИФК, 1990. – 40 с.
2. Лопухин В.Я. История развития плавания. Методическая разработка для студентов и слушателей факультета усовершенствования ГЦОЛИФКа. – М.: ГЦОЛИФК, 1985. – 40 с
3. Плавание: Справочник / Сост. З.П. Фирсов. – М.: ФиС, 1976.
4. Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Партыка Л.И. Плавание в XXI веке: прогнозы и перспективы // Теория и практика физ. культуры. – 2002. – № 4. – С. 29-34.
5. Волков Н.И., Попов О.И. Современное состояние и перспективы развития спортивных рекордов /Учебное пособие. – М., РГАФК: 1999. – 67 с.

