

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 2 п.г.т. Безенчук муниципального района Безенчукский Самарской области структурное подразделение

«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Методическая разработка

Тема разработки: История развития плавания, как вида спорта.

Адресат: воспитанники отделения «Учусь плавать»

подготовил тренер-преподаватель:
Леопеева И. С.

п. Безенчук 2022 г

История развития плавания, как вида спорта

Введение.

Плавание – вид спорта очень красивый и увлекательный. К тому же это очень полезный и одновременно приятный вид спорта, так как укрепляет все группы мышц, а также способствует расслаблению организма и вероятность получения травмы здесь достаточно мала. Плавание также одно из эффективных средств закаливания человека, способствующее формированию стойких гигиенических навыков. Температура воды всегда ниже температуры тела человека, поэтому, когда человек находится в воде, его тело излучает на 50--80% больше тепла, чем на воздухе. Купание и плавание воспитывают стойкость к простудным заболеваниям. Если плавание проводится в естественном водоеме, то закаливающий эффект оказывают и естественные факторы природы -- солнце и воздух. Занятия плаванием устраняют нарушения осанки, плоскостопие, гармонично развивают почти все группы мышц -- особенно плечевого пояса, рук, груди, живота, спины и ног. Плавание отлично тренирует деятельность сердечно--сосудистой и дыхательной систем.

История плавания.

Плавание имеет необычайно давнюю историю. Ещё Древними славянами проводились соревнования по плаванию, суть их была такова: люди плавали в реке и ловили рыбу руками, тот кто приносил на берег самую крупную рыбу, того и считали победителем. Эти соревнования совсем не похожи на современные, но тем не менее, умение плавать имело в них решающее значение. История развития плавания имеет очень давние корни. В древности культ воды был у всех народов. Люди почитали богов, которые повелевали водами (Посейдон, Нептун). Наиболее ранние изображения, на которых показаны люди плывущие способами, похожими на брасс и кроль, относятся к IV – II вв. до н.э. Очень ценилось искусство плавания. Каждый год в Гермоне в честь праздника, посвященному богу морей, а с 1300 г. на Играх, устраиваемых на Истме у святилища Посейдона раз в два года, всегда проводились соревнования по плаванию. В средние века рыцарь на своем посвящении, должен был продемонстрировать своё умение плавать в броне. Первая любительская школа плавания была основана в 1785 году в Париже. В России подобное заведение впервые появилось в 1825 году в Петербурге.

История развития плавания, как вида спорта Первые соревнования международного уровня по плаванию состоялись в 1889 году в столице

Румынии городе Будапешт. Плавание дебютировало на Олимпиадах современности уже на первой из них в 1896 году в Афинах. Особую популярность плавание приобрело в конце 19 века. В 1890 было проведено первое первенство Европы по плаванию. С 1896 плавание включено в программу Олимпийских игр. В 1908 году была создана Международная федерация любительского плавания (ФИНА). В 1973 году эта организация объединяла 96 национальных федераций. В России же плавание в древности развивалось в основном как прикладной вид, и только в конце 19 начале 20 века оно становится отдельным видом спорта. Первые крупные состязания по плаванию в России были проведены на русской олимпиаде в Киеве в 1913 году они вошли в историю как первое первенство России по плаванию. В нем участвовало около 60 человек. Вторая русская олимпиада, в программу которой входило и плавание, состоялась в 1914 году в Риге. На соревнования прибыло около 70 пловцов из Москвы, Петербурга, Киева и других городов. Спортивные результаты по плаванию на этой олимпиаде также были невысокими. В 1922 году было образовано общество плавания “Дельфин” ставшее вскоре своеобразным центром спортивного плавания в стране. В 1928 году в Москве состоялась Всесоюзная спартакиада, которая способствовала дальнейшему распространению и развитию плавания в нашей стране. В период 1926-1929 гг. советские спортсмены проводят свои первые международные соревнования по плаванию. В Олимпийских играх в 1952 году впервые приняли участие советские пловцы. Выступили они слабо, лишь М. Гавриш заняла в финале на 200 м брассом 6-е место. Первое участие советских пловцов в чемпионате Европы приходится на 1954 год. На тот момент, женщины очень уступали по уровню развития мужчинам. Поэтому чемпионате принимали участие только мужчины. Самый большой успех на международной спортивной арене советских пловцов приходится на 60-е годы. Выступая Олимпийских играх в городе Токио которые проводились в 1964 году, Г.Прозуменщикова 16-ти летняя школьница из Севастополя стала первой олимпийской чемпионкой по плаванию на 200 м брассом.



Галина Прозуменщикова в период с 1966 по 1968 гг. на счёту у советских пловцов было 1-е место в Европе и 3-е место в мире. Вообще за период с

1947 по 1975 годы наши пловцы 41 раз устанавливали новые мировые рекорды, 128 раз – европейские, а также завоевали на олимпийских играх: 1 золотую, 13 серебрянных и 26 бронзовых медалей и около 40 титулов чемпиона Европы.