

Со времени своего появления на Земле человек всегда был связан с водой. Именно в долинах больших рек - Нила, Тигра и Евфрата, Хуанхе и Янцзы, Инда и Ганга - зародилась человеческая цивилизация. Вода имела огромное значение в жизни первобытных людей, что послужило причиной обожествления этой стихии, внушавшей слабому еще в борьбе с природой человеку чувство преклонения и страха. Культ воды существовал практически у всех народов с самых древних времен. Одним из главных олимпийских богов, владыкой морей у древних греков был Посейдон; много позднее (III в. до н.э.) у древних римлян он стал отождествляться с Нептуном.

В 1782 г. было впервые опубликовано, а в 1809 г. переиздано руководство по обучению плаванию Г. Тевенота. Оно имело пространное название "Искусство плавать с рассуждением, в котором открывается знание древних в искусстве плавания, важность полезного сего упражнения и польза бани как в здоровом, так и в болезненном состоянии. Позже выходили другие руководства и пособия таких авторов, как Гейнц, Паули, П. Плахов, Л. Конкин, Полторацкий, Шеманский и др.

Большую роль в распространении и популяризации плавания сыграли частные и городские купальни, имевшиеся почти во всех российских городах, расположенных вблизи водоемов. Здесь можно было искупаться и поплавать за сравнительно небольшую плату.

В конце XIX в. в России начинают строиться закрытые бассейны для плавания. В 1891 г. открывается бассейн при центральных банях в Москве, а в 1895 г.- при Сандуковских. Сооружаются также бассейны при военно-учебных заведениях - в Военно-морском, 1-м и 2-м кадетском корпусах, в Пажеском корпусе в Петербурге, в Киевском кадетском корпусе и т. д.

История развития техники спортивного плавания показывает, что в рамках существующих правил соревнований постоянно возникали новые, более скоростные способы. В 1788 г. на первых официальных соревнованиях по плаванию в Англии пловцы применяли только способы брасс и на боку - без выноса рук из воды. Брасс - самый "старый" способ плавания: первые рекордные достижения как на коротких, так и на

длинных дистанциях были показаны именно этим способом.

Конкуренцию брассу составил способ на боку после того, как англичане заимствовали у жителей Индии техническую деталь при плавании этим способом - пронос одной руки над водой. Его называли "оверарм" ("удар через руку" или "удар одной рукой сверху"), поскольку в то время, когда одна рука выполняла гребок, другая двигалась над водой, а ноги при этом совершали движение "ножницами".

В 1873 г. появился новый способ плавания, завезенный в Англию из Южной Америки Д.А. Тредженом и названный его именем. В способе "треджен" (у нас этот способ называют "саженки") пловец лежит на груди, держа голову над водой; руки попеременно выполняют гребки и выносятся вперед над поверхностью воды. В 1905-1908 гг. при плавании способом "треджен" стали применять более эффективное скрестное движение ногами - "ножницы". Наибольших успехов в этом способе достиг Х. Тейлор - победитель Олимпийских игр 1908 г. и чемпион мира 1906-1908 гг.

Начало XX в. совпало с появлением нового, самого скоростного способа плавания - кроля. Первым, кто продемонстрировал этот способ на соревнованиях, был А. Викхем, родившийся на Соломоновых островах и научившийся этому способу у местных жителей. Уже в 1898 г. Викхем плавал почти современным шестиударным кролем, но так как к концу дистанции он выдыхался, то его техника не пользовалась популярностью.

Дальнейшее совершенствование техники плавания во многом продолжил победитель Олимпиад 1912 и 1920 гг. на дистанции 100 м вольным стилем, уроженец Гавайских островов Дуг Каханамоку, многократно улучшавший мировой рекорд и впервые вплотную приблизившийся к заветному минутному рубежу (1.00,4). Неоспоримые преимущества шестиударного кроля были подтверждены в 1922-1940 гг. рекордными достижениями американского пловца, пятикратного олимпийского чемпиона Джонни Вейсмюллера, широко известного как исполнителя главной роли в популярнейших фильмах о приключениях Тарзана. Вейсмюллер более 50 раз улучшал мировые рекорды, первым преодолел минутный рубеж на стометровке и довел технику плавания кролем до совершенства. Уже тогда, более 60 лет назад, его техника практически не отличалась от стиля современных олимпийцев.

Американцам принадлежит приоритет и в освоении техники плавания кролем на спине. На Играх 1912г. Гарри Хебнер впервые применил "перевернутый кроль" с поочередными

движениями руками и "порхающими" ударами ногами и значительно опередил соперников, которые плыли брассом на спине. В 30-е годы современную технику кролем на спине продемонстрировал другой американец - олимпийский чемпион 1936 г. Адольф Кифер. Этот пловец первым выполнил поворот сальто, что обеспечило ему на Играх в Берлине явное преимущество перед соперниками. Рекорд Кифера в плавании на спине на дистанции 100 м, установленный в 1936 г., продержался в таблице мировых достижений 12 лет.

Плавание брассом известно с древнейших времен: его техника впервые была описана еще в 1538 г. в упомянутой ранее книге датчанина Н. Винмана. Возможно, человек заимствовал этот способ у лягушки, поскольку техника брасса очень напоминает ее движения. Долгие годы он и был известен как "плавание по-лягушачьи", и лишь в XX в. французское слово "brasse" (производное от глагола "разводить руками") дало новое название старому способу.

За время существования брасса в его технике произошли существенные изменения, которые отражают непрерывный поиск новых ее вариантов, позволяющих увеличить скорость плавания. Эти изменения в технике плавания брассом объяснялись недостаточно четким описанием в правилах соревнований допустимых движений при плавании этим способом.

На Олимпиаде 1928 г. И. Индельфонсо показал высокий результат в плавании брассом, применив гребок руками до бедер, а в 1954 г. М. Петрусевиц установил рекорд мира, проплыв часть дистанции под водой. Так возник "ныряющий брасс", при плавании которым в дальнейшем стали применять гребок руками до бедер. Этот способ можно считать более скоростным вариантом техники плавания брассом, хотя в связи с изменением правил соревнований в 1957 г. его применение в спортивном плавании было запрещено.

В середине 30-х годов прошлого столетия некоторые спортсмены, стремясь увеличить скорость, стали проносить руки над водой, Так родился баттерфляй (от англ. "butterfly" - бабочка) - способ, названный так из-за сходства движений человека и крыльев бабочки. 22 февраля 1935 г. американец Джимми Хиггинс впервые преодолел на официальных соревнованиях дистанцию 100 м этим стилем, установив при этом мировой рекорд (1.10,8) в плавании... брассом. Осенью того же года черноморский матрос С. Бойченко проплыл стометровку за 1.08,0.

Дальнейшее совершенствование техники плавания этим способом связано с именами выдающихся советских пловцов - Семена Бойченко и Леонида Мешкова. Лишь через пять лет после того, как на Играх 1948 г. спортсмен, применивший в финальном заплыве на 200 м брассом его классический вариант, финишировал последним, ФИНА официально разделила брасс и баттерфляй, предоставив каждому способу самостоятельное место в олимпийской программе. Именно с брассом связаны первые олимпийские успехи советских пловцов - олимпийских чемпионки Галины Прозуменщиковой и Марины Кошевой.

В эти же годы появилась новая скоростная разновидность техники плавания баттерфляем - дельфин: вместо движений ногами брассом выполнялись волнообразные движения всем телом и ногами. Впервые этот способ (и рекордную для баттерфляя скорость) продемонстрировал в 1935 г. американец Д. Зиг. В 1953 г. венгерский пловец Д. Тумпек установил мировой рекорд, впервые применив технику плавания дельфином. С тех пор спортсмены, стартующие в плавании баттерфляем, применяют его скоростную разновидность.