

ПОЛІТ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XX Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. – Т. 2 (м. Київ, 1-3 квітня 2020 р.) / [ред. кол.: В.М. Ісаєнко та ін.]; Національний авіаційний університет. – К.: НАУ, 2020. – С. 346-347.

УДК 93: 796.011.14:797 (043.2)

Руденко В.О.

Національний авіаційний університет, Київ

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ПЛАВАННЯ В УКРАЇНІ ТА КРАЇНАХ ЄВРОПИ

Плавання – це такий вид спорту, метою якого є якнайшвидше проплисти зазначену відстань, при цьому не порушуючи техніки способу плавання, який використовується. Воно почало набувати популярності ще в XIX столітті, а з 1896 року олімпійський вид спорту (Плавання на Олімпійських іграх).

З численних археологічних розкопок ми дізнаємось, що купання й плавання з давніх-давен було поширене серед народів, котрі населяли землі України, і насамперед серед слов'ян. Виникненню і поширенню плавання сприяло своєрідне географічне положення, особливо в південних районах, де були перші поселення слов'ян (на берегах морів, рік, озер тощо). Слов'яни постійно мали справу з водними шляхами, які використовувались для сполучення між собою та іншими народами, для торгівлі та обміну. Це примушувало їх навчатись плавати. Також, за ви знаннями візантійських письменників, одна з найчисленніших груп народів світу – слов'яни з успіхом застосовували вміння плавати і у військовому мистецтві.

У системі фізичного виховання слов'ян, які відзначались силою, сміливістю і витривалістю, плавання займало значне місце. Окрім, того в той час, коли на Заході заборонялось миття й купання, релігія, яку прийняли слов'яни від Візантії, за так званим православним обрядом, допускала купання й зв'язане з ним оголення, не вважаючи це гріхом.

Отже, серед народів, які населяли нашу країну, плавання застосовувалось у трудовій і воєнній діяльності, а також як гігієнічний засіб. Воно було також однією з улюблених фізичних вправ населення і засобом фізичного виховання.

Сучасний етап розвитку в Україні характеризується зміною політичного стану нашої держави. У 1991 році Україна вийшла зі складу СРСР і придбала статус незалежної Держави. На початку цього етапу Україна перебувала в економічній кризі, у зв'язку з цим на спорт відводилося дуже мало. Заняття в басейнах стали платними, тому набір дітей значно зменшився і, як результат усього цього, досягнення українських плавців значно знизилися.

Україна живе турботами становлення й подальшого розвитку плавання, як самостійна і суверенна Держава. Істотні зміни відбуваються у структурі українського спорту. Утвердження статуту України як повноправного члена Міжнародної Федерації плавання, безумовно, сприятиме подальшому розвитку й примноженню славних традицій спортивного плавання.

В Європі, плавання було найбільш поширене в країнах, які мали виходи до океанів, морів, озер (Франція, Іспанія, Німеччина, Польща тощо). Там воно, як і в Україні, розвивалося поступово. На сьогоднішній день цей вид спорту там більш вдосконалений та розвинений.

Тривалий час лідерами були французи, які в основному вдосконалювали вже існуючі способи плавання. Потім прославились японці. Їх тренери застосували так звані високі навантаження, які здобули назву «потогінної системи» в плаванні найбільше виступали на водних доріжках два роки, досягали за цей час високих результатів, а потім назавжди залишали басейн – у спортсменів не вистачало сил для подальшого підвищення результатів. Значний вклад у підвищення спортивно-технічних результатів жінок внесли голландські тренери. Вони також застосовували підвищене навантаження, але йшли

правильним шляхом, прагнучі насамперед домогтися хорошого загально фізичного розвитку спортсменок. Відразу після другої світової війни відзначилися американські плавці, але вони не внесли нічого істотного в розвиток техніки плавання і методики тренування.

На ХУІ Олімпійських іграх особливо відзначилися австралійські плавці; вони ж встановили мало не всі світові рекорди в наступні роки. Метод австралійців у тренуванні заслуговує на увагу. Їх тренери вважали, що відмінні результати можуть показувати переважно підлітки: у них найкраще співвідношення між порівняно високим ростом і невеликою вагою.

Окрім того, такому віці в людини рухові всі суглоби, що також має важливе значення в плаванні. І з 1956 р. плавання стає спортом юних. У 60-90р. ХХ ст. плавання набуває неймовірного розвитку в багатьох країнах світу. Творча робота спеціальність так званих “ плавальних країн” (США, Австралії, Німеччини, СРСР) значно збагатили теорію і методику підготовки плавців високого рівня і привели до бурхливого прогресу результатів на всіх без винятку дистанціях. Але лідерами в плаванні на протязі цих років були американські спортсмени. По-перше, вони почали розвивати дитяче плавання. По-друге – прийняли ряд спеціальних заходів щодо поширення масового плавання в своїй країні (промислове виробництво басейнів, обов’язкові заняття з плавання в усіх школах та коледжах, підготовка тренерських кадрів та ін.).

І саме головне – розробили свою «Програму розвитку» спортивного плавання, поставивши за ціль – завоювати світову першість в цьому виді спорту. В програму увійшли такі пункти, як: повсемісна агітація і пропаганда занять з плавання; проведення змагань між різними віковими групами; методика початкової підготовки з дитинства і рекомендації щодо різкого збільшення об’єму та інтенсивності тренувальних навантажень як на воді, так і на суші; фінансова підтримка державних органів та різних власних фірм і ін. Ясна річ, що така програма принесла і ще й до сих пір приносить свої позитивні плоди.

Список літератури

1. http://3w.ldufk.edu.ua/files/kafedry/kaf_vodnykh_ta_neolimp_vydiv_sportu/ti_movs/1kurs/6.pdf
2. <https://studfile.net/preview/5188532/page:9/>
3. http://3w.ldufk.edu.ua/files/kafedry/kaf_vodnykh_ta_neolimp_vydiv_sportu/ti_movs/1kurs/6.pdf

Науковий керівник: Хачатрян В.В., ст. викладач