

ГЛАВАНІЕ

Учебник
для
институтов
физической
культуры

«ФИЗИКУРА И СПОРТ»

ББК 75.717.5
П37

Рецензенты: В. П. Шаповалов, Ю. В. Чуксин

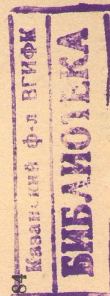
Плавание: Учебник для пед. фак. ин-тов физ. П37 культ./Под ред. Н. Ж. Булгаковой. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 288 с., ил.

Учебник написан в соответствии с программой для студентов педагогического факультета институтов физической культуры. Он предназначен также для студентов тренерского факультета, специализирующихся по плаванию и другим видам спорта.

4202000000—093

П 009(01)—84

ББК 75.717.5
7А5.1



© Издательство «Физкультура и спорт», 1984 г.

ВВЕДЕНИЕ

В постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» (1981 г.) содержится развернутая программа реализации решений XXVI съезда КПСС по дальнейшему развитию физкультурного движения в СССР. В нем указывается, что физкультурное движение должно носить общенародный характер, что развитие массовости физической культуры должно обеспечить повышение ее роли во всестороннем и гармоническом развитии советских людей. В документе подчеркивается, что в решении задач, указанных XXVI съездом КПСС, важная роль принадлежит специалистам физического воспитания и учебным заведениям, готовящим физкультурные кадры.

Конкретные планы по совершенствованию обучения и воспитания квалифицированных специалистов по физическому воспитанию намечены в постановлениях ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем развитии высшей школы и повышении качества подготовки специалистов» (1979 г.) и «О дальнейшем улучшении идеологической, политико-воспитательной работы» (1979 г.). В них подчеркнуто, что главная задача вузов состоит в повышении качества идейно-политического воспитания и профессиональной подготовки специалистов, усилении связи обучения и воспитания студентов с практикой. В связи с этим большое значение приобретает повышение эффективности обучения студентов институтов физической культуры по дисциплинам спортивно-педагогического цикла, обеспечивающим овладение теорией, техникой видов спорта и методикой их преподавания.

Плавание как учебный предмет — одна из важнейших дисциплин спортивно-педагогического цикла в институтах физической культуры. Содержание обучения по этому предмету находится в соответствии с современной теорией плавания.

Теория плавания является частью теории физического воспитания. Она раскрывает вопросы, относящиеся к изучению эффективности применения средств и методов физического воспитания с учетом специфики задач и содержания плавания. В сферу теории плавания входят определение целей и задач плавания, выявление его роли в советской системе физического воспитания, научное обоснование планирования и организация учебно-тренировочного

Б. Н. Никитский

ПЛАВАНИЕ

ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ПЛАВАНИЯ

О. ГОРЛОВ, Е. БОРИСОВ

БИБЛИОТЕКА
СПОРТИВНОГО
АРБИТРА

ОРГАНИЗАЦИЯ
И СУДЕЙСТВО
СОРЕВНОВАНИЙ
ПО ПЛАВАНИЮ



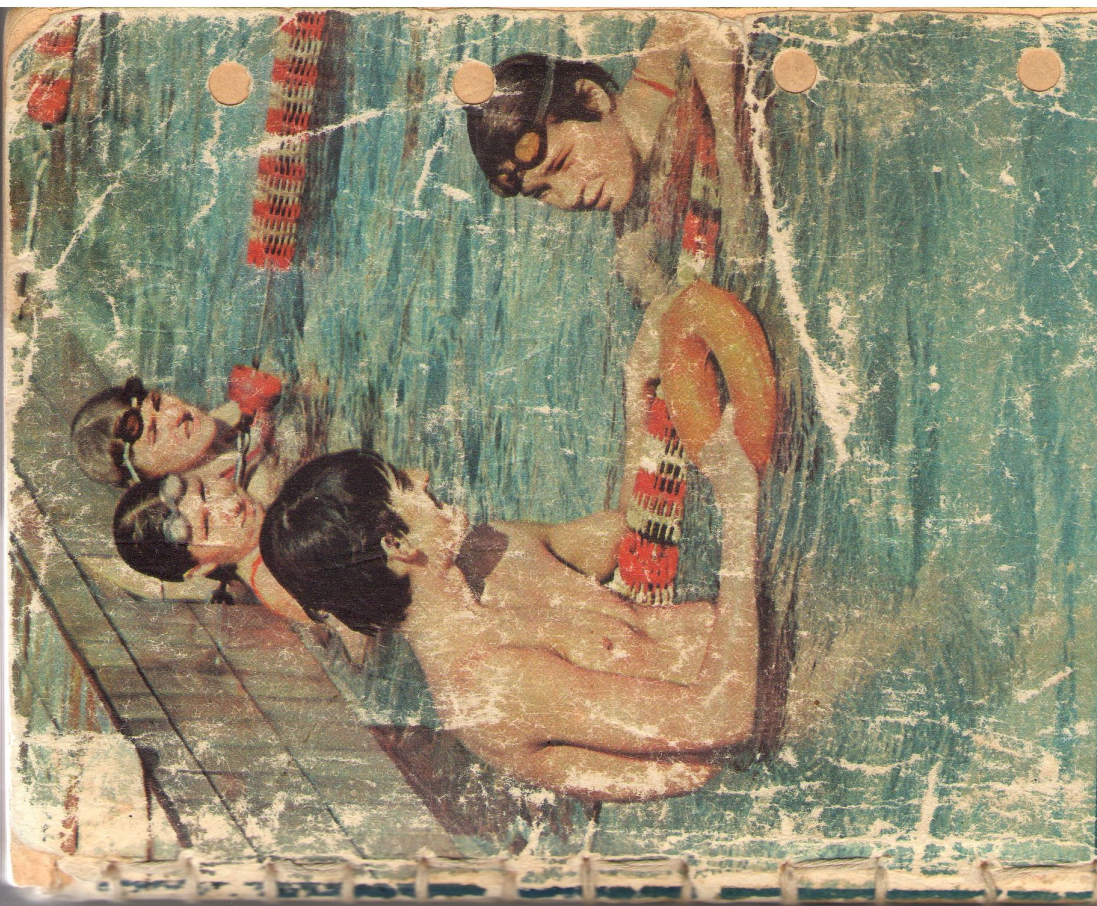
И. М. КОРОТКОВ

Подвижные игры детей



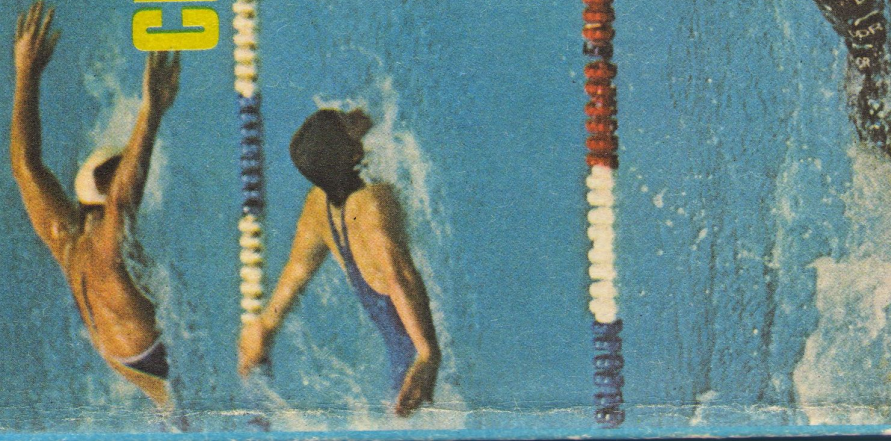
Л. П. МАКАРЕНКО

ЮНЫЙ ПЛОВЕЦ



В.Н.Платонов
С.П.Фесенко

СИЛЬНЕЙШИЕ ПЛОВЦЫ МИРА



ФИЗИКУЛЬТУРА И СПОРТ

ПОДГОТОВКА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

В.Н.Платонов



ПЛАВАНИЕ

СПРАВОЧНИК

7А5.1
П 37

Составитель З. П. Фирсов

П 37 Плавание. Справочник. М., «Физкультура и спорт», 1976.

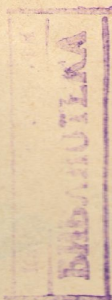
383 с. с ил.

На обороте тит. л. сост.: З. П. Фирсов.

В справочнике приводятся данные, относящиеся к зарождению и развитию спортивного плавания, публикуются результаты крупнейших международных и всесоюзных соревнований по плаванию, списки рекордсменов СССР и мира, даются краткие сведения о сильнейших советских пловцах и другие материалы, представляющие интерес для работников физической культуры и спорта, спортсменов и любителей плавания. Все справочные материалы приводятся в книге по состоянию на 1 января 1976 г.

П 60902—086 116—76
009(01)—76

7А5.1



© Издательство «Физкультура и спорт», 1976 г.

СОДЕРЖАНИЕ

От составителя	7
Условные сокращения	9
Зарождение и развитие спортивного плавания	12
Зарождение плавания	12
Первые спортивные соревнования пловцов	16
Развитие спортивных способов плавания	18
Создание международной спортивной организации пловцов	25
Развитие спортивного плавания в России и СССР	28
Всесоюзные и европейские соревнования по плаванию	67
Олимпийские игры	—
I Олимпийские игры	71
II Олимпийские игры	73
III Олимпийские игры	74
IV Олимпийские игры	76
V Олимпийские игры	77
VII Олимпийские игры	79
VIII Олимпийские игры	81
IX Олимпийские игры	82
X Олимпийские игры	85
XI Олимпийские игры	85
XIV Олимпийские игры	87
XV Олимпийские игры	89
XVI Олимпийские игры	93
XVII Олимпийские игры	98
XVIII Олимпийские игры	101
XIX Олимпийские игры	106
XX Олимпийские игры	111
	3

45.717.5
С.73

СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ

Учебник
для
вузов
физической
культуры

«ФИЗИКУЛЬТУРА, ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА»

УДК: 797.2

Авторский коллектив: доц. В.З. Афанасьев, член-корр. РАО Н.Ж. Булгакова, доц. А.Р. Воронцов, проф. А.П. Макаренко, доц. С.Н. Морозов, к.п.н. В.Р. Соломатин, д.п.н. Е.А. Ширковец.

СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ

Учебник для вузов физической культуры
Под редакцией проф. Н.Ж. Булгаковой

М.: ФОН, 1996. — 430 с., ил.

Учебник подготовлен известной во всем мире кафедрой плавания РГАФК в соответствии с новой программой по специализации для тренерских факультетов физкультурных вузов. В учебнике представлены основные разделы курса теории и методики спортивного плавания, изложенные с учетом новейших данных в этой области, опубликованных в последние годы как в нашей стране, так и за рубежом. Особую ценность представляет материал, освещающий современные технологии отбора и спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации. Особенно полезен специалистам, занимающимся детско-юношеским спортом и подготовкой пловцов международного класса.

Предлагается студентам высших физкультурных учебных заведений, тренерам, спортсменам.

ISBN 5-890-22-031-4

© Булгакова Н.Ж. с соавторами

© "Физкультура, образование и наука"

Часть первая

Введение в курс специализации

ПЛАВАНИЕ

БИБЛИЯ тренера

Техники

различных
стилей
плавания

Методы

подготовки
пловцов

Советы

мировых
тренеров
по плаванию

Планы

тренировок



УДК 797
ББК 75.717.5
П 37

В оформлении обложки использована фотография:
S.Pytel / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Перевод с английского Евгения Кононова

П 37 **Плавание** / [пер. с англ. Кононова Е.]. — Москва : Эксмо,
2014. — 416 с. : ил.

ISBN 978-5-699-67859-4

Библия тренера по плаванию — советы мировых звезд плавания, собранные в одной книге. Она включает в себя самые важные материалы, которые станут чем-то вроде ориентира для тренеров по плаванию, а также бесценным источником информации для пловцов и их родителей, желающих больше узнать об этом профессиональном виде спорта.

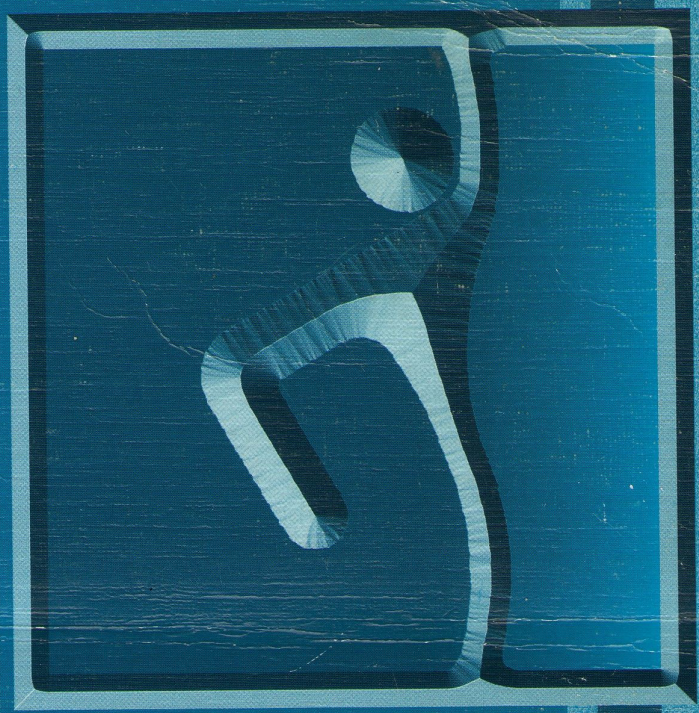
УДК 797
ББК 75.717.5

ISBN 978-5-699-67859-4

© Human Kinetics, Inc., 2001
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2014

ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ,
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ
ШКОЛ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА

ПЛАВАНИЕ



ПРОГРАММА

УДК 796/799

ББК 75.717.5

ПЗ7

Программа подготовлена авторским коллективом кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, акваэробики, прыжков в воду и водного поло Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма в составе:

А.А. Кашкин, профессор, д-р пед. наук;

О.И. Попов, профессор, д-р пед. наук;

В.В. Смирнов, доцент, канд. пед. наук.

Рецензент: Т.М. Абсаямов, профессор, д-р пед. наук.

Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст] / А.А. Кашкин, О.И. Попов, В.В. Смирнов. – М.: Советский спорт, 2008. – 216 с.

ISBN 978-5-9718-0309-6

УДК 796/799

ББК 75.717.5

Плавание:

Примерная программа

Художник Е.А. Ильин

Корректор И.Т. Самсонова

Компьютерная верстка Н.В. Давыдова

Подписано в печать 05.03.2008. Формат 60×90 1/16.

Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 13,5. Уч.-изд. л. 14,8.

Тираж 300 экз. Изд. № 1300. С-17. Заказ № 4759.

ОАО «Издательство «Советский спорт».

105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.

Тел./факс: (495) 267-94-35, 267-95-90.

[Http://www.sovsportizdat.ru](http://www.sovsportizdat.ru)

E-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано с готовых диапозитивов

в ФГУП «Производственно-издательский комбинат ВИНТИИ».

140010, г. Люберцы Московской обл., Октябрьский пр-т, 403.

Тел. (495) 554-21-86

ISBN 978-5-9718-0309-6

© Оформление. ОАО «Издательство

«Советский спорт», 2008

ОБЪЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по плаванию для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) и школ высшего спортивного мастерства (ШВСМ) по плаванию разработана в соответствии с Концепцией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2005 года, нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность спортивных школ¹, и Типовым планом-проспектом учебной программы для спортивных школ².

Настоящая программа предназначена для подготовки пловцов в спортивно-оздоровительных (СО) группах, в группах начальной подготовки (НП) и учебно-тренировочных (УТ) группах, группах спортивного совершенствования (СС) и высшего спортивного мастерства (ВСМ), которые организуются в ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ. Кроме того, программа может быть использована для работы с пловцами в спортивных клубах, училищах олимпийского резерва (УОР) и коллективах физической культуры.

Правовые вопросы данной программы регламентируются различными законами и нормативными актами, к которым относятся отдельные положения Гражданского кодекса РФ (ГК), закона «О физической культуре и спорте в РФ» № 80-ФЗ, закона «Об образовании», закона «Об общественных организациях».

Настоящая программа по плаванию реализует на практике принципы государственной политики в области физической культуры и спорта, декларируемые в ст. 2 № 80-ФЗ:

- непрерывности и преемственности физического воспитания различных возрастных групп граждан на всех этапах их жизнедеятельности;

¹ Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ. – М., 1995.

² Приказ Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму от 28 июня 2001 г. № 390 «Об утверждении Типового плана-проспекта учебной программы для спортивных школ (ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ и УОР).