

Перед началом занятий плаванием для профилактики и лечения опорно-двигательного аппарата, специалистам необходимо тщательно изучить характер нарушения и строго дозировать нагрузку.

Таким образом, плавание является идеальным средством профилактики и исправления нарушений опорно-двигательного аппарата. Во время плавания разгружается позвоночник, улучшается кислородный обмен в клетках, укрепляются мышцы и суставы, а также снижается эмоциональное напряжение.

Библиографический список

1. *Пермяков, О. М.* Использование средств адаптивной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата / О. М. Пермяков, А. В. Ивлева. Текст: непосредственный // Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы: сб. статей. Омск, 2019. С. 89-91.
2. *Щетинина, С. Ю.* Оздоровительное плавание и его влияние на опорно-двигательный аппарат обучающихся / С. Ю. Щетинина, Д. Р. Романюха. Текст: непосредственный // Международный журнал гуманитарных и специальных наук. 2021. С. 207-209.

Степина Т.Ю., Сергеев Е.А., Шухарт Д.В., Ильина Н.С.
*Уральский государственный университет
путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия*

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПУТИ РАЗВИТИЯ ПЛАВАНИЯ В РОССИИ

Аннотация. В статье представлен сравнительный анализ выступлений национальных сборных команд СССР и России по плаванию в период с 1964-2020 годы. В исследовательской работе обобщены данные по результатам выступлений на Олимпийских играх, отражены современные тенденции развития, рассмотрен опыт выступлений сборных команд.

Ключевые слова: плавание, сборная команда страны, Олимпийские игры, призовые места.

Анализ литературных источников. Плавание по сей день является одним из самых красивых и популярных видов спорта. Спортивное плавание дало свое начало в конце 15 века, первое состязание пловцов состоялось в Венеции в 1515 году. Первые школы по плаванию зародились в 19 веке в Германии, Чехословакии, Австрии и Франции, после чего стали создаваться искусственные бассейны. Появление бассейнов в первую очередь было связано с прикладной направленностью и популярностью этого вида спорта.

В России первый закрытый бассейн был построен в 1891 году, первые спортивные соревнования прошли в 1894 году в Павловске. В эти годы плавание в России делало лишь первые шаги, в 1912 году проводилась Олимпиада в Стокгольме, выступление пловцов из России успехом не завершилось, на следующей олимпиаде также призовых мест завоевать не удалось. Развитие плавания в СССР с каждым

годом возрастало и после распада СССР продолжало популяризироваться до нашего времени [1].

Цель исследования: провести сравнительную характеристику выступлений Российской сборной по плаванию и сборной СССР.

Актуальность темы. В СССР была разработана уникальная система присвоения спортивных разрядов и званий с целью допуска к соревнованиям по уровню подготовленности, данная система постоянно дорабатывалась. Самые большие успехи выступлений на международной спортивной арене советские пловцы добились в 60-ые годы, в 1964 году в Токио проводились 18-летние Олимпийские игры. В то время Галина Прозуменщикова оказалась первой чемпионкой, среди советских пловцов в плавании на 200 метров брассом [3].

Состояние современного спортивного плавания находится на этапе совершенствования методических разработок, опираясь, в том числе на многолетнюю целостную систему подготовки спортсменов высших категорий, которые включают в себя планирование, целенаправленный отбор, методы восстановления и тренировочного процесса [4].

При этом происходит распад научно-исследовательских центров, поддерживаемых государством, в частности так было в СССР, научные специалисты и опытные тренеры-преподаватели переезжают работать в другие страны. Можно рассмотреть это на примере Китая, там произошел взлет результатов спортивного плавания, он был тесно связан с применением системы обучения других стран, навыков и использования их опыта [2].

Организация исследования. Проведен анализ призовых мест сборной СССР и России на Олимпийских играх с 1964 года. За основу возьмем количество медалей (золото, серебро, бронза), в расчете одна медаль – одно призовое место.

Сборные команды	Призовые места	Количество соревнований	Победы %
СССР	75	10	75
Россия	20	6	33

Рис. 1. Результаты официальных соревнований сборных команд с 1964 г.

Результаты исследования. На рисунке 1, мы видим, что в сборной СССР количество призовых мест составляло 75%, а у сборной России 33%, тем самым сократились призовые места на 42%, что является отрицательной динамикой.



Рис. 2. Процентное соотношение побед сборных СССР и России

Рассмотрим медальный зачет сборных СССР и России - Олимпийские игры и проведем сравнительную характеристику количества полученных наград.

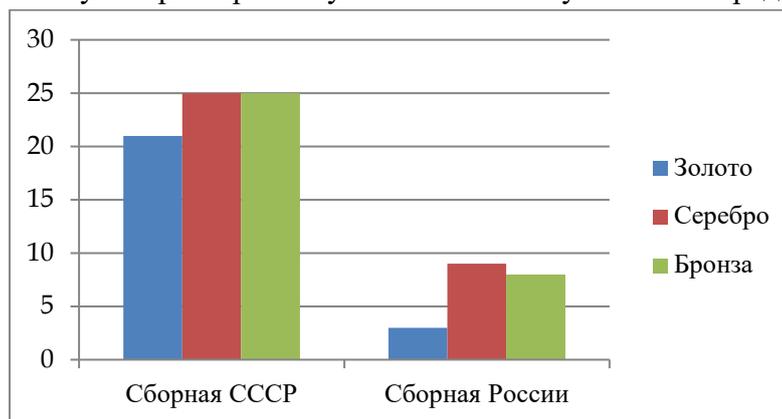


Рис.3. Количество медалей сборных СССР и России

Рассмотрев рисунок 3, можно заметить, что достижения советской сборной в разы превосходят достижения российских спортсменов.

Выводы. Подведя итоги, мы можем сказать, что достижения сборной СССР по плаванию в разы превосходят достижения сборной России. При этом можно отметить, что проблемами современного плавания тесно связаны с проблемами спорта высших достижений. Применяется допинг, ищутся пути превышения человеческих возможностей, поиск форм решения, возникших задач.

В прошлое столетие поддержку на проведение соревнований, в том числе и финансовую брало на себя государство. В наше время финансирование мероприятий такого рода происходит коммерческими структурами. Поэтому развитие плавания, участие в различных соревнованиях возможно там, где есть популяризация и финансирование данного вида спорта.

Библиографический список:

- 1.Екимова В.В. Государственная молодежная политика в области физической культуры и спорта / В.В. Екимова, С.Л. Усольцева // Стратегия развития спортивно-массовой работы со студентами. – 2016. – С. 54–57. Текст: непосредственный.
- 2.Зыкова Е.Е. Проблематика и перспективы развития физической культуры и пути их совершенствования / Е.Е. Зыкова, И.М. Симонова, С.Д. Мишнева // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2015. № 26. – С. 35–38. Текст: непосредственный.
- 3.Киндеев М.А. Необходимость психологической разгрузки в процессе подготовки спортсменов / М.А. Киндеев, Ю.В. Могильников // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в образовательной среде. – 2015. – С.101–106. Текст: непосредственный.
- 4.Мишнева С.Д. Влияние информационных технологий на физическую культуру и спорт / С.Д. Мишнева, Д.В. Шухарт // Инноватика в современном образовании: от идеи до практики. Ярославский филиал ПГУПС. – 2021. – С. 115-117. Текст: непосредственный.

Улитин А. С., Пермяков О. М.

Российский государственный профессионально-