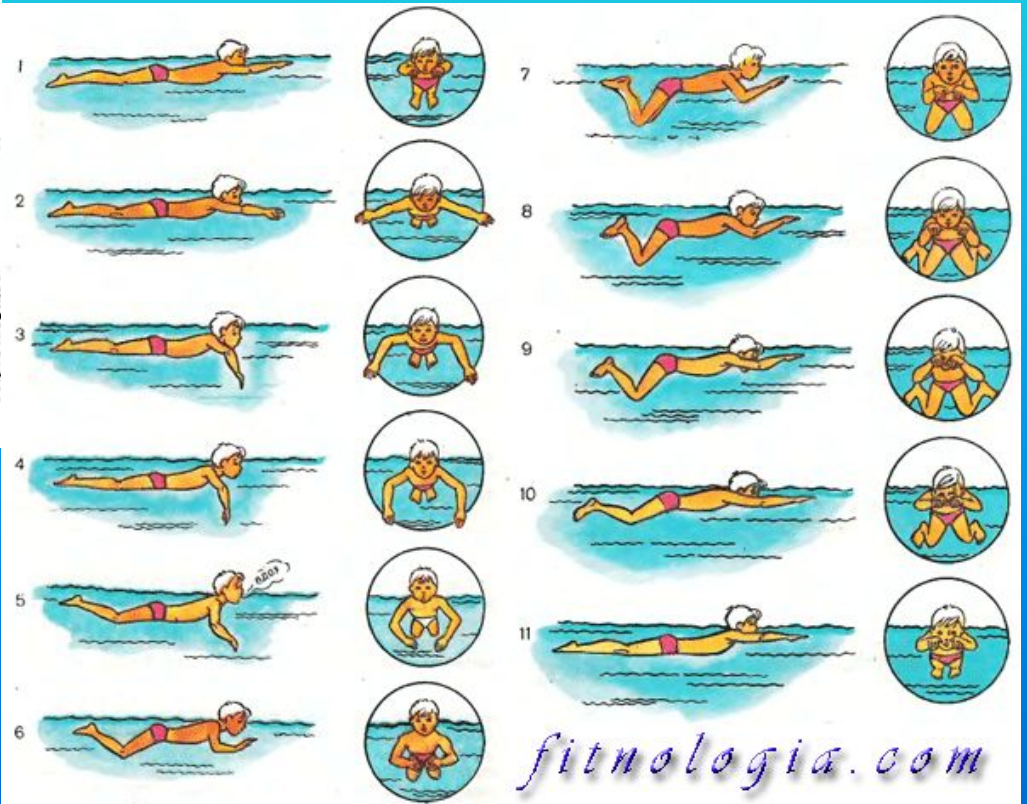
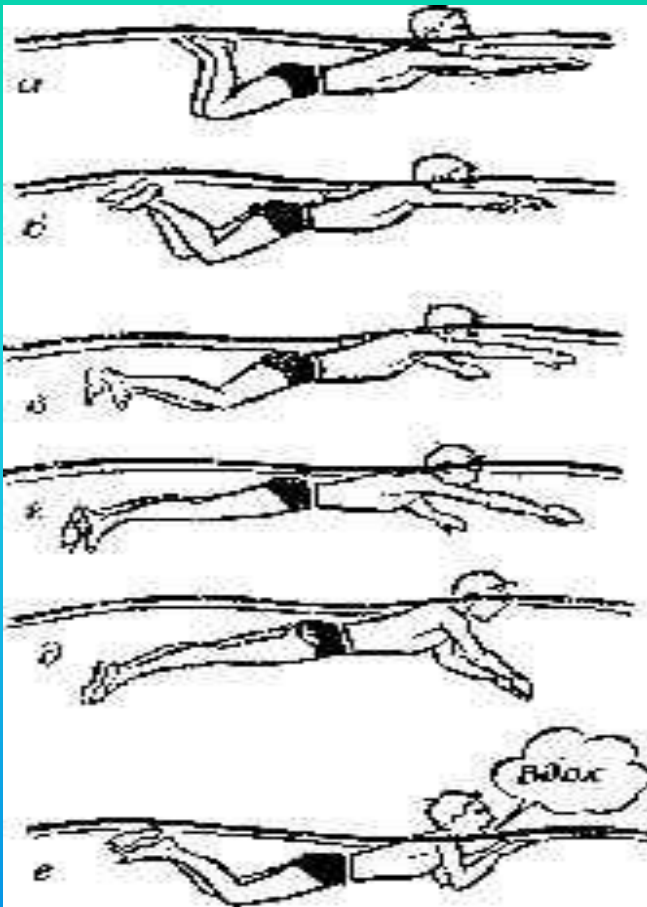


# *Плавание . Брасс.*

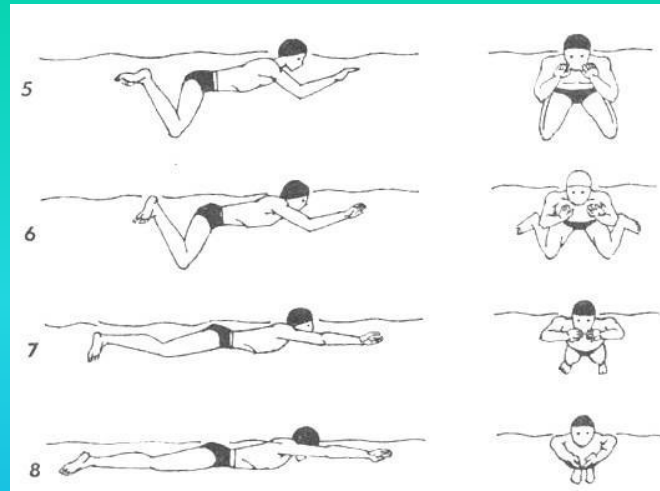




- Брасс является самым древним из спортивных способов плавания, его история насчитывает более, чем десять тысяч лет. Очень похожий стиль изображен в египетской «Пещере Пловцов», наскальная живопись которой относится к 9 тыс. до н. э. Известен ассирийский рисунок 1292—1225 годов до н. э., изображающий плывущего брассом



*fitnologia.com*

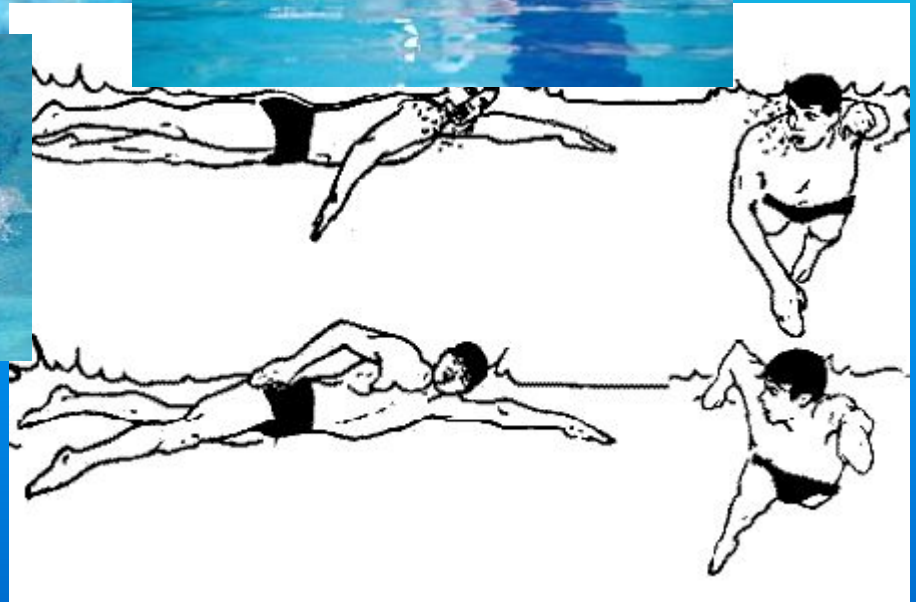


- Одно из первых известных описаний техники брасса приведено в книге датчанина Николя Винмана и восходит к 1538 году. В средневековом брассе, описанном также в книге французского автора Мелкиседека Тевено «Искусство плавания» (1699), голова все время была над водой, а движущая сила создавалась с помощью голеней, а не стоп. Лишь в начале XIX века стал применяться «лягушачий удар» ногами. Одним из самых известных заплывов XIX века было преодоление брассом пролива Ла-Манш капитаном Мэттью Вэббом в 1875 году. Несмотря на то, что брасс очень напоминает движения лягушки и долгое время назывался «плавание по-лягушачьи», современное слово появилось в XX веке и происходит от фр. «brasse» — «разводить руками». Иногда брасс называют «русским стилем», так как на Олимпиадах





- В 1904 году брасс был включен в программу Олимпийских игр в виде заплыва на дистанцию 440 ярдов (402 метра), к состязаниям допускались только мужчины. На следующих играх она была заменена дистанцией 200 метров, которая с тех пор присутствует на каждой Олимпиаде. Второй дистанцией на Олимпийских играх 1912 и 1920 года была 400-метровка. С 1924 года на Олимпиадах проводятся заплывы на дистанцию 200 метров среди женщин, а с 1968 года к 200-метровке как у мужчин, так и у женщин.



- До 1930-х годов спортсмены плавали с головой в надводном положении.  
Представители советской школы одними из первых стали опускать лицо в воду во время выведения рук вперед. В 1935 году появилась разновидность брасса — баттерфляй, который разрешали применять на соревнованиях по брассу. Сначала это был гибрид брасс-баттерфляй, от классического брасса он отличался лишь движениями рук, подобными взмахам крыльев бабочки, этот вариант использовался спортсменами на соревнованиях различного уровня вплоть до середины 1950-х годов. Почти в одно время с упомянутой начала распространяться следующая разновидность баттерфляя, в которой уже и движения ног — отличные от классического брасса, «дельфиньи». Однако, уже в 1938 году Международная федерация плавания первый тип баттерфляя чуть не запретила, а второй запретила использовать брассистам.

- Таким образом, на соревнованиях по брассу было разрешено использовать классический брасс и гибрид брасс-баттерфляй. Тем не менее, «чистый баттерфляй» продолжал развиваться, и превосходство в скорости над брассом обоих видов баттерфляя (чистого и гибрида брасс-баттерфляй), привело к тому, что 1 января 1953 года ФИНА выделила баттерфляй в отдельный вид плавания и разрешила использовать на соревнованиях по нему не только гибрид брасс-баттерфляй, но и чистый баттерфляй. А установив 31 мая 1953 года мировой рекорд, венгр Дьёрдь Тумпек продемонстрировал явное преимущество последнего над гибридом. На соревнованиях по брассу разрешили использовать только классический брасс. Мировые рекорды в плавании брассом в момент разделения были «сброшены» на уровень 1935 года, и первым мировым рекордсменом «обновленного» брасса стал советский пловец Владимир Минашкин, время которого на 100-метровке было на шесть секунд больше мирового рекорда до отделения баттерфляя. Минашкин был одним из родоначальников «брасса с подхватом», при котором гребок руками начинался до завершения движения ногами предыдущего цикла, то есть пропускалась фаза