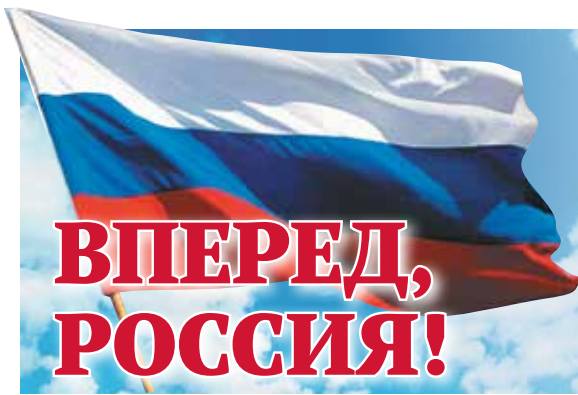




**ВФП**

Всероссийская  
федерация плавания



«Практика последних лет лишний раз подтвердила простую истину: только через спорт массовый, через скрупулезный поиск и дальнейшую профессиональную подготовку юных «звездочек» мы сумеем обеспечить нашему плаванию преемственность поколений и крепкие тылы для достойного выступления на тех же Олимпийских играх».

**Владимир САЛЬНИКОВ, президент ВФП, 4-кратный олимпийский чемпион**

В Ф П п р е д с т а в л я е т

# ПЛАВАНИЕ

первую общероссийскую газету о плавании

№ 56-2019

ДЛЯ ВСЕХ



## ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР СБОРНОЙ РОССИИ СЕРГЕЙ ЧЕПИК: МЫ ДАЛЕКИ ОТ ЭЙФОРИИ

**Российское плавание стойко ассоциируется с человеком, вполне состоявшимся и уверенным в себе. У которого есть все основания высоко держать голову. Что и подтвердил чемпионат мира.**

Из южнокорейского Кванджу наша команда вернулась с 16 медалями (3 золотыми, 7 серебряными и 6 бронзовыми). Успех небывалый! Напомним: в 1982 году советские пловцы завоевали в Эквадоре 14 наград (4-7-3). Чем еще, кроме впечатляющих цифр, отмечен главный турнир предолимпийского сезона?

Тем, что россиянам удалось повторить «золотой день» предыдущего чемпионата в Будапеште, когда за полчаса мы «козолотились» тремя победами.

Триумфом и еще двумя подиумами Юлии Ефимовой, для которой это золото стало уже шестым по счету (на одно больше, чем в активе четырехкратного олимпийского чемпиона Александра Попова).

Рекордным финишем её коллеги по брассу Антона Чупкова.

Неукротимой энергией Евгения Рылова, который не только отстоял титул чемпиона, но еще четырежды поднимался на пьедестал, включая кролевою и комбинированную эстафеты.

Ярким букетом медалей Олега Костина и Мартина Малютина, совсем юных Андрея Минакова и Дарьи Васькиной, или же 23-лет-

него Владислава Гринева, бронза которого на стометровке кролем, между прочим, – наша первая награда со времен того же Попова.

**Подробности – в комментарии главного тренера нашей команды Сергея ЧЕПИКА.**

– Владимир Сальников, выигравший, кстати, в далеком Эквадоре два золота, оценил выступление команды на четыре с половиной балла из пяти возможных. Сергей Геннадьевич, вы согласны с президентом ВФП?

– Не совсем. Я более придирчив. Мы явно недобрали в эстафетах. Досадная осечка произошла с Колесниковым на дистанции 50 м. Рекордсмен мира в плавании на спине был готов обновить своё же достижение, однако финишировал лишь третьим. Нелепая случайность: нога соскользнула со стартовой платформы. Но это минусы, лежащие на поверхности. А когда ты находишься внутри процесса, то принимаешь в расчет и менее очевидные нюансы. Например, чтобы выйти на оптимальный уровень, кому-то не хватило времени при подготовке. Другим – лишь опыта. К тому же в борьбе случается всякое.

– Все же издержки с лихвой перекрыты плюсами. Я о медалях, которые не значились в листе ожидания.

– Да, они тоже были. Скажем, бронза Малютина на 200 м вольным стилем. Он её получил уже после дисквалификации литовца

Рапшиса. Или бронза на «полтиннике» на спине еще 16-летней к тому моменту Васькиной.

– Давненько, замечу, баланс «ожидаемого» не складывался в нашу пользу. По крайней мере, победное трио, повторившее успех Будапешта, взяло, что называется, свое.

– Стопроцентная гарантия – это вообще не про спорт. Да, свое золото они отстояли, но опять же, далеко не играючи. Ефимова – единственная, кому удалось победить с большим преимуществом. Однако, если бы не дисквалификация американки Кинг, которой она проиграла и 50, и 100 м, борьба на 200 могла бы получиться не столь предсказуемой.

– А то и вовсе «нулевой». Ведь на этой дистанции Юлия не прошла отбор.

– В этом случае федерация решила отступить от сугубо спортивного принципа. Мы не стали спешить со взрослым дебютом 14-летней чемпионки страны Чикуновой, а её место отдали Ефимовой. И оказались правы: юношеское первенство Европы уже добавило, а грядущее первенство мира, уверен, еще добавит Жене полезного опыта, Ефимова же вполне отработала аванс.

– Победа Чупкова выглядела менее эффектно, но оказалась более эффективной.

– Потому что он был готов к испытаниям любой трудности. Даже на уровне мирового

рекорда. Именно такой темп задал его совладелец Уилсон (предыдущий мировой рекорд Чупкова был повторен австралийцем. – Прим ред.). Антон опередил Уилсона на полсекунды. Хотя рисковал, когда слишком далеко его отпустил, чтобы сберечь силы на финиш.

– А какое впечатление на вас произвел Рылов?

– Самое положительное. Хотя у Жени не все получилось. Тем более что ему пришлось вынести такие нагрузки и столь жесткий соревновательный режим, с какими прежде никогда не встречался. Чего стоила только кролевая эстафета 4x100 м! Где на последнем этапе ему пришлось прыгнуть гораздо выше головы.

– Тем не менее, он остался недоволен корейской главой карьеры. Ограничился тройкой с плюсом в свой адрес. Впрочем, другие наши чемпионы тоже не выказывали признаков эйфории.

– О какой эйфории речь! Да, чемпионат оставил яркие впечатления, но до неё нам еще далеко. Думаю, все понимают, что самое трудное – впереди.

– Где было наиболее вероятно четвертое золото, которого не хватило, чтобы догнать по этой части сборную образца 1994 года?

– В кролевой эстафете 4x100 м. Настолько, что Рылов начал было настигать американца, однако тот не дался и финишировал с рекордом чемпиона.

Продолжение на стр. 2

### КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

#### ТЕМЫ ЭТОГО НОМЕРА – ЧЕМПИОНАТ МИРА И ВСЕОБУЧ

Две важнейшие грани российского плавания – обязательное обучение плаванию школьников и выступление лучших пловцов на чемпионате мира – определили «рамки» этого номера «ПД». Темы сами по себе важнейшие, а тут еще и визуально расположенные рядышком. Громкий успех российской плавательной сборной в рамках чемпионата мира по водным видам спорта мало кого оставил равнодушным. Свидетельство тому – поздравительные телеграммы от Президента России Владимира Путина в адрес наших золотых медалистов; поздравления от заместителя Председателя Правительства РФ Ольги Голодец, министра спорта России Павла Колобкова, председателя Высшего наблюдательного совета ВФП Дениса Мантурова, президента ВФП Владимира Сальникова; сотни, если не тысячи «личных» поздравлений как от известных россиян, так и простых любителей плавания. Из сердец идущие слова не только в адрес наших замечательных спортсменов, но и их тренеров; обращенные также ко всем, кто в той или иной мере принял участие в подготовке столь долгожданного прорыва. Ведь корни этого успеха по-любому произрастали в регионах, где под опекой своих первых тренеров сегодняшние наши лауреаты мирового чемпионата делали начальные шаги в освоении плавания. И что еще очень важно, что подобные победы, когда за ребята переживали и болели чуть ли не всей страной, вносят ощутимую лепту в единение нации, в тот дух истинного патриотизма, которым и сильна наша держава.

Я не сторонник громких слов. Однако в нашем случае они имеют отношение не к «громкости», а к истине. Потому и стопроцентно уместны.

Если же говорить о спортивной значимости сделанного российскими пловцами в Кванджу, то показанные там результаты (и не только взвошедшими на пьедестал чемпионата) вселяют надежду на медальные открытия через год на Олимпиаде в Токио. Как со стороны опытных спортсменов, так и их юных коллег. Сейчас предполагать что-то более конкретное не вижу смысла. Во-первых, не хотелось бы сплунуть удачу (или как говорят в спорте – пружку). Вы скажете – суеверие. Да. Как говорится, что есть – то есть. Но давайте дождемся хотя бы середины следующего сезона, чтобы понять, как складываются у наших сборников и их визави из других стран этап предфинишной олимпийской подготовки, и тогда хоть что-то можно будет предположить, основываясь на результатах контрольных и отборочных соревнований. Хотя и это – не догма. Но хоть что-то... В общем, подождем до «понедельника» олимпийской страды.

Вторая часть нынешнего номера «ПДВ», как уже сказал, посвящена ВСЕОБУЧУ. Делу истинно государственному и архиважному. Причем не имеющему временных рамок (это когда «от» и «до») и призванному трудиться как вечный двигатель. Потому и вниманием нашей газеты эта тема никогда не будет обделена.

**Александр Елисейкин**



МЫ ДАЛЕКИ  
ОТ ЭЙФОРИИ

Окончание. Начало на стр. 2

– А кто из оставшихся без медалей достоин высокой оценки?

– Все без исключения из тех, кто готовился в обойме сборной и, справившись с планом, доплыл до финалов и полуфиналов. По крайней мере, явных провалов не наблюдалось. Если вопросы и были, то лишь к тем, кто готовился автономно. Например, к Егоровой и Кирпичниковой, выступавшим в эстафете: они тренировались во Франции.

– Накануне чемпионата вы не скрывали, что опасаетесь подводных камней: проблем с акклиматизацией, сюрпризов корейской кухни.

– Рад, что они не подтвердились. Кухня была достаточно разнообразна. С климатом и переменной часовой поясов тоже справились без осложнений.

– Это говорит в пользу выбранной модели подготовки?

– Да, и мы воспроизведем ее на подходах в олимпийскому Токио. С небольшими, понятно, коррективами.

– И последний вопрос. Которого, уверен, вам еще не задавали и вряд ли зададут. В этом номере целая подборка посвящена теме всеобща. Как думаете, принятие этой программы на федеральном уровне на руку высшему мастерству?

– Сама по себе программа, если останется на бумаге, ничего не даст. Нужно, чтобы она заработала, набрала обороты. В плавании я не с Луны свалился, к всеобщу имел отношение еще в 70-х годах. Впрочем, укрепление фундамента системы отбора талантов – лишь желаемый, но вовсе не гарантированный побочный эффект. Главное, всеобщ гарантирует сохранение жизни. Уже одно это полностью его оправдывает.

**Евгений МАЛКОВ**  
Фото из архива ВФП

# «БОЙЦЫ ВСПОМИНАЮТ МИНУВШИЕ ДНИ...»

«...И битвы, где вместе рубились они». Вечные слова великого поэта. Идеально подходящие и к современности, к выяснению отношений в спорте высших достижений. Например, на чемпионате мира по плаванию. В Кванджу наши рубились и выигрывали. А если и уступали, то все равно рубились, зачастую устанавливая личные и всероссийские рекорды. Как говорится, с прицелом на будущее. На токийское олимпийское будущее, которое наступит уже через год. Ну, а пока есть что вспомнить из недавно ими свершенного. И тут к нашей традиционной рубрике «ПРЯМАЯ РЕЧЬ» ДОБАВИМ НЕМНОЖКО АНТУРАЖА – для большей информативности. ИТАК, СЕДЛАЕМ ВОЛНУ НАШЕЙ ПАМЯТИ...

**В**зключительный день соревнований по плаванию на открытой воде Кирилл Беляев завоевал серебряную медаль на дистанции 25 км. Судьбу золота определил фотофиниш, который показал, что Кирилл проиграл 0,3 секунды французскому Акселю Реймону (4:51.06,2 против 4:51.06,5). И это – после двадцати пяти километров изнуряющего водного пути! С ума сойти, какая несправедливость. Нет, чтоб округлить до секунды и дать обоим по золоту. Ведь достоин же Кирилл этого равноправия, чего там говорить. Но, увы, спортивный принцип, которого никто не отменял...

«Конечно, обидно проиграть касание, но я рад, что смог завоевать медаль чемпионата мира. Мы с самого начала стали плыть на высоких скоростях, чего раньше на этой дистанции не было. На протяжении всей гонки были постоянные рывки, и это было очень тяжело. Но под конец дистанции я набрал такой темп и скорость, что у меня появилась уверенность, что смогу завоевать медаль. Видел, что француз на финише начал уходить влево, стал его контролировать. Надо было еще немного отсидеться, но, пытаясь вырваться вперед, я на последних гребках закрепостился. Видимо, удача в этот день была на его стороне. Что касается испортившейся погоды и проливного дождя, то я не обращал на это внимания... Спа-



сибо моему тренеру и по совместительству маме Анне Анатольевне Тулуповой, которая вложила все свои силы в мою подготовку, но, к сожалению, не смогла присутствовать на этих соревнованиях. Старшему тренеру сборной Сергею Васильевичу Буркову, массажисту Сергею Николаевичу Тулаеву, врачу Татьяне Константиновне Сазоновой, Лидии Геннадьевне Власевской, Дарье Валерьевне Колесниковой, которая помогла мне на этих соревнованиях, всей команде за поддержку и всем, кто оказывал помощь в моей подготовке», – сказал Кирилл.



Кролевая эстафета 4x100 м (слева направо): Евгений Рылов, Владислав Гринёв, Владимир Морозов, Климент Колесников

**А** теперь перенесемся в бассейн, ибо основной сбор медалей происходил именно на его 50-метровых дорожках. И попытаемся сохранить хронологию событий – это когда день за днем, начиная с первого. Хотя, если вспомнить, то стартовые дни чемпионатов мира для пловцов сборной России почти никогда не бывали урожайными. Это, к слову, о резерве в видах программы, над которыми предстоит еще немало потрудиться. Хотя эстафеты стоят особняком. И среди них поистине королевская – кролевая 4x100 м, где наши нынче стали серебряными. **Владислав Гринёв, Владимир Морозов, Климент Колесников и Евгений Рылов** (заметьте, два последних – это спинисты с мировыми именами) уступили лишь американцам (3.09,06 и 3.09,97) но зато аж на полторы секунды опередили австралийцев (3.11,22).

«Начало неплохое – второе место. На прошлом чемпионате мира мы были четвертыми. Сейчас нам не хватило нескольких сотых секунды до рекорда России, но все ребята проплыли по своим лучшим результатам», – сказал **Владимир Морозов**.

Серебряная медаль чемпионата мира стала хорошим подарком **Владиславу Гринёву**, которому в этот день исполнилось 23 года: «Я еще никогда не выигрывал медаль в свой день рождения, но и соревно-

ваний в этот день у меня тоже до этого не было. Это первая моя медаль чемпионата мира на длинной воде, поэтому подарок получился очень хороший. С американцами бороться можно, не такой уж и большой отрыв получился. Надеюсь, в Токио они окажутся позади нас».

Эта награда стала первой и для вчерашнего юниора **Климента Колесникова**, завоеванной им на чемпионате мира на длинной воде: «Я рад, что смог внести свой вклад в эту медаль для команды. После второго этапа американцы ушли немного вперед, но я смог подсесть на волну и проплыть свой этап довольно неплохо. Конечно, жаль, что не выиграли, но сегодня мы задали хороший настрой для всей нашей команды».

**Евгений Рылов** на заключительном этапе показал второй результат среди всех(!) 32 участников финала – 47,02: «Я решил плыть ва-банк, так как терять уже было нечего. Да мне и тренер поставил задачу проплыть этап за 47,0. Хотя такое время я показал впервые. Если так дальше пойдет, то стоит задуматься, чтобы включить в свою программу и личную дистанцию на «сотне» кролем, но, конечно, не забывая о спине». Тут еще важно отметить, что серебряным призером стал и участник предварительного этапа эстафеты юный Андрей Минаков.

Повторение пройденного

## КАЗАНЬ ВЫИГРЫВАЕТ ГОНКУ!

Чемпионат мира по водным видам спорта – это не только «голы-очки-секунды». Это еще и судьбоносные решения, принятые Международной федерацией плавания. Так, на специально созванной пресс-конференции президент FINA Хулио Мальоне объявил города, где пройдут чемпионаты мира в 2025 и 2027 годах: Казань и Будапешт. Символично, что международные плавательные форумы состоятся здесь ровно через 10 лет после их успешного проведения в 2015 и 2017 годах соответственно.

Президент Всероссийской федерации плавания, член бюро FINA Владимир Сальников подчеркнул, что решение по выбору места проведения данных чемпионатов на заседании бюро FINA было принято единогласно: «Изначально претендовало семь городов-кандидатов, но до финала дошли только два, Казань и Будапешт. А практикой уже не раз доказано, что в Казани и Будапеште умеют проводить соревнования на самом высоком международном уровне».

Что касается более ранних чемпионатов мира, то в 2021 году соревнования примет Фукуока (Япония), в 2023-м – Доха (Катар).

**Хулио Мальоне (справа) и Владимир Сальников** представляют собравшимся плакетку с надписью «Казань» как итог решения бюро FINA.

Фото Артема Кузнецова (ТАСС)





Не знаю, как спалось перед финалом на 50 м баттерфляем **Олегу Костину**, но, похоже, с нервами и психологической подготовкой у этого молодого человека полный порядок. Ведь он не просто выиграл серебро, а с рекордом России – 22,70, уступив лишь непревзойденному на этом чемпионате по суммарному количеству высших наград американцу Калебу Дресселу (22,35 – рекорд чемпионатов мира). «В мировом рейтинге я имел третий результат, поэтому в финале ставил задачу зацепиться за третье место, а зацепился за второе, чему очень рад. На этом чемпионате мира – это моя основная и единственная дистанция, поэтому старался сделать все, что мог, чтобы уйти в отпуск максимально счастливым и максимально порадовать своих близких и тренера Татьяну Анатольевну Буслаеву. Мне все сегодня желали удачи, верили в меня. Рад, что не подвел и что все получилось. На сегодняшний день это мой главный успех в спортивной карьере, – подчеркнул Олег. – Я понимаю, что 50 метров баттерфляем – не олимпийская дистанция, поэтому буду готовить «сотню».



Олег Костин

На секундочку отвлечемся от соревнований и вспомним о том, что большой спорт с его яростью и непримиримостью к соперникам, когда дело касается борьбы за победу, всегда был и остается с человеческим лицом. У женщин на дистанции 100 м баттерфляем чемпионкой мира стала канадка Маргарет Макнил, серебряным призером – шведка Сара Шёстрем, бронзовым – австралийка Эмма Маккеон. Во время награждения они поддержали многократную чемпионку мира среди юниорок, призера чемпионата мира на короткой воде 19-летнюю японку Рикако Икее, у которой диагностировали лейкомию, написав на ладонях: «Рикако Икее, никогда не сдавайся».

Первую медаль – бронзовую – третьего дня соревнований завоевал для сборной России **Мартин Малютин** на дистанции 200 м вольным стилем. Финал в этом виде программы обещал серьезную борьбу, на что указывала высокая плотность результатов, показанных в полуфинальных заплывах. В итоге первым финишной стенки коснулся литовец Данас Рапшис. Однако затем был дисквалифицирован за фальстарт.

Победителем назвали китайца Сунь Яна (1.44,93). На второе место переместился японец Кацухиро Мацумото (1.45,22), а на третью ступень пьедестала поднялись сразу двое, показав одинаковый результат вплоть до сотых долей секунды, Мартин Малютин и британец Дункан Скотт (1.45,63). «Рассчитывал проплыть по своему лучшему результату, – сказал Малютин, – но немного не получилось. Когда финишировал, то увидел, что только четвертый. Расстроился, так как хотелось побороться за более высокие места. Потом смотрю – третий, правда, не понял, почему дисквалифицировали литовца. Тем не менее, я рад, что смог завоевать медаль, так как она у меня первая со взрослого чемпионата мира».



Мартин Малютин

Чего там говорить, финал на 100 м на спине у мужчин все мы ждали с надеждой. **Евгений Рылов** готовился побороться за золото, хотя его конек – дистанция вдвое больше. То, что другой наш звездный спинист Клим Колесников не выступит в Кванджу на своей «коронке», было известно заранее. После недавнего врачебного вмешательства выставлеть вчерашнего юниора, даже если бы он сам этого очень захотел, на все его дистанции (учитывая и нагрузку отборочных заплывов) было бы верхом безрассудства. Особенно в преддверии Олимпиады. Поэтому в сложившейся ситуации медальные планы связывали с Рыловым. И ведь что интересно, «золотым» он не стал по нелепости, чего даже не мог предположить, и был безумно огорчен своим серебром. «Конечно, я недоволен результатом. Сделал плохой старт: сильно дернул руки, меня потащило вниз, что привело к большой потере скорости. Получается, что сам отдал победу, поскольку все проплыли хуже, чем в полуфинале, а я был готов плыть быстрее, если бы не старт», – признался Евгений. Добавим, что стартовая нелепость вскоре подстержет и Климента Колесникова. Но об этом чуть позже. Хотя хочется верить, что список обидных случайностей наши исчерпали в Кванджу, и в олимпийском Токио их минет чаша сия.



Юлия Ефимова

К сожалению, Юлия Ефимова уступила в борьбе со своей принципиальной соперницей американкой **Лилли Кинг**, на дистанции 100 м брассом, став второй (1.04.93 против 1.05.49): «Конечно, никто не любит проигрывать. Думала о том, чтобы плыть максимально быстро и разложиться так, как сказал тренер. Но немного не дотянула последние 15 метров, есть над чем работать».

Окончание на стр. 4

## ЧЕМПИОНАТ МИРА ЯЗЫКОМ ЦИФР

На чемпионате мира FINA в Кванджу наша сборная команда по плаванию завоевала 16 медалей. Напомним еще раз – по количеству завоеванных наград этот результат стал лучшим в истории выступления советских и российских пловцов на чемпионатах мира.

В командном зачете, который определялся по сумме набранных рейтинговых очков, сборная России по плаванию – на третьем месте (592). Трофеем чемпионата мира в командном первенстве достался сборной США (931), на втором месте – команда Австралии (711).

Трофей FINA в личном первенстве завоевали американец Калеб Дрессел, набрав 22 очка, и шведка Сара Шёстрем – 15 очков. Юлия Ефимова – вторая в рейтинге лучших спортсменов чемпионата (10 очков), у мужчин Евгений Рылов занял 4 строчку рейтинга (11 очков), Антон Чупков – седьмую (7).

Антон Чупков стал обладателем рекорда мира на дистанции 200 м брассом – 2.06,12, попутно обновив европейский и национальные рекорды.

Всего же российские спортсмены установили: рекорд мира и Европы, два рекорда чемпионатов мира, 11 рекордов России, юношеский европейский рекорд и 3 юношеских рекорда России.

### МЕДАЛИ СБОРНОЙ РОССИИ ПО ПЛАВАНИЮ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ

**СЕРЕБРО**  
1. Кирилл Беляев – 25 км.

**МЕДАЛИ, ЗАВОЕВАННЫЕ  
В БАССЕЙНЕ**

### ЗОЛОТО

1. Юлия Ефимова – 200 м брасс  
2. Евгений Рылов – 200 м на спине  
3. Антон Чупков – 200 м брасс

### СЕРЕБРО

1. Олег Костин – 50 м баттерфляй  
2. Юлия Ефимова – 100 м брасс  
3. Евгений Рылов – 50 м на спине  
4. Евгений Рылов – 100 м на спине  
5. Андрей Минаков – 100 м баттерфляй  
6. Мужская эстафета 4x100 м вольный стиль – Владислав Гринёв, Владимир Морозов, Климент Колесников, Евгений Рылов, а также участник предварительного заплыва Андрей Минаков

7. Мужская эстафета 4x200 м вольный стиль – Михаил Довгалоук, Михаил Вековищев, Александр Красных, Мартин Малютин, а также участник предварительного заплыва Иван Гирев.

### БРОНЗА

1. Юлия Ефимова – 50 м брасс  
2. Климент Колесников – 50 м на спине  
3. Мартин Малютин – 200 м вольный стиль  
4. Дарья Васькина – 50 м на спине  
5. Владислав Гринёв – 100 м вольный стиль  
6. Комбинированная эстафета 4x100 м – Евгений Рылов, Кирилл Пригода, Андрей Минаков, Владимир Морозов, а также участники предварительного заплыва Климент Колесников, Антон Чупков, Михаил Вековищев и Владислав Гринёв.

### РЕКОРДЫ, УСТАНОВЛЕННЫЕ НА ЧМ-2019 ПО ВОДНЫМ ВИДАМ СПОРТА

#### РЕКОРД МИРА И ЕВРОПЫ

1. Антон Чупков – 200 м брасс – финал – 2.06,12.

#### РЕКОРДЫ РОССИИ

1. Олег Костин – 50 м баттерфляй – финал – 22,70  
2. Евгений Рылов – 100 м на спине – полуфинал – 52,44  
3. Антон Чупков – 200 м брасс – финал – 2.06,12  
4. Кирилл Пригода – 50 м брасс – финал – 26,72  
5. Андрей Жилкин – 200 м комплекс – полуфинал – 1.58,16  
6. Андрей Минаков – 100 м баттерфляй – полуфинал – 50,94  
7. Андрей Минаков – 100 м баттерфляй – финал – 50,83  
8. Мария Каменева – 100 м вольный стиль – полуфинал – 53,45  
9. Смешанная комбинированная эстафета – Евгений Рылов, Кирилл Пригода, Светлана Чимрова, Мария Каменева – финал – 3.40,78  
10. Женская эстафета 4x200 м вольный стиль – Анна Егорова, Анастасия Гуженкова, Валерия Саламатина, Вероника Андрусенко – финал – 7.48,25  
11. Комбинированная эстафета 4x100 м – Евгений Рылов, Кирилл Пригода, Андрей Минаков, Владимир Морозов – финал – 3.28,81.

#### ЮНОШЕСКИЕ РЕКОРДЫ РОССИИ

1. Дарья Васькина – 50 м на спине – финал – 27,51  
2. Андрей Минаков – 100 м баттерфляй – полуфинал – 50,94  
3. Андрей Минаков – 100 м баттерфляй – финал – 50,83.

#### ЮНОШЕСКИЙ РЕКОРД ЕВРОПЫ

1. Дарья Васькина – 50 м на спине – финал – 27,51.



ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ВСЕРОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ



**«БОЙЦЫ ВСПОМИНАЮТ МИНУВШИЕ ДНИ...»**

Окончание. Начало на стр. 2

Теперь – о приятных для нас событиях следующего дня. И не просто приятных, а приятных очень. **Владислав Гринёв** выиграл бронзовую медаль чемпионата мира на 100 м вольным стилем с результатом 47,82 секунды, уступив лишь Калебу Дресселу (46,96) и Кайлу Чалмерсу (47,08). Но соль в том, что эта его награда стала для российской сборной первой на стометровке кролем с чемпионатов мира за последние 16 лет. В 2003 году золото выиграл Александр Попов. *«Это очень важная и значимая медаль для меня.*



**Владислав Гринёв**

*Перед стартом мой тренер Владимир Нуцубидзе говорил, что проделано много работы, и я должен выдать все, на что сейчас способен. В конце дистанции я разозлился, делал финиш из последних сил. Удивился, что показал результат сотую в сотую, как в полуфинале... Каждый старт я плыл по максимуму. Это не те соревнования, где нужно экономить силы. Дрессел здесь улучшил время, но и я останавливаться не собираюсь, у меня есть резервы для улучшения результата. Постоянно анализирую свою технику, сравниваю с другими, стараюсь сделать лучше. Надо стремиться превзойти своего соперника, поэтому будем работать дальше.»*

Сюрприз преподнесла совсем юная **Дарья Васькина**, став во взрослой и звездной компании бронзовым призером на дистанции 50 м на спине, обновив принадлежавший ей юношеский рекорд Европы и России – 27,51. *«Признаюсь, что не ожидала такого результата. Ехала с мыслью, что пьедестал – это пока все-таки что-то недостижимое. В финале была готова ко всему, кроме медали. Очень довольна результатом. На этом чемпионате у меня уже было много стартов, поэтому к заплыву относилась спокойно. То, что я самая младшая в финале, больше чувствовала на «сотне», чем сейчас. В основном из-за нехватки опыта».* А вот что она сказала днем раньше, после финала на 100 м, где стала восьмой. Заодно напомним, что в конце августа Даше предстоит выступить на юниорском первенстве мира в Будапеште: *«На данный момент я сделал все, что могла. Два раза проплыть по 59 – это дорогого стоит. Это мой первый взрослый чемпионат мира и первый финал на соревновании такого уровня, поэтому считаю, что я уже молодец».* И кто сказал, что похвалить себя, это «не в масть»? Сильные люди (пускай и совсем юные по возрасту), всегда осознающие, что и как делают, точно знают, когда – «молодец», а когда – не очень.

Сюрприз преподнесла совсем юная **Дарья Васькина**, став во взрослой и звездной компании бронзовым призером на дистанции 50 м на спине, обновив принадлежавший ей юношеский рекорд Европы и России – 27,51. *«Признаюсь, что не ожидала такого результата. Ехала с мыслью, что пьедестал – это пока все-таки что-то недостижимое. В финале была готова ко всему, кроме медали. Очень довольна результатом. На этом чемпионате у меня уже было много стартов, поэтому к заплыву относилась спокойно. То, что я самая младшая в финале, больше чувствовала на «сотне», чем сейчас. В основном из-за нехватки опыта».* А вот что она сказала днем раньше, после финала на 100 м, где стала восьмой. Заодно напомним, что в конце августа Даше предстоит выступить на юниорском первенстве мира в Будапеште: *«На данный момент я сделал все, что могла. Два раза проплыть по 59 – это дорогого стоит. Это мой первый взрослый чемпионат мира и первый финал на соревновании такого уровня, поэтому считаю, что я уже молодец».* И кто сказал, что похвалить себя, это «не в масть»? Сильные люди (пускай и совсем юные по возрасту), всегда осознающие, что и как делают, точно знают, когда – «молодец», а когда – не очень.



**Дарья Васькина**



Вот так плавно подошли ко Дню России в бассейне Кванджу. Причем по качеству и количеству наград – три золота и серебро, – а также по авторам-исполнителям он стал копией нашего Дня на чемпионате мира двухлетней давности. Счет золотым медалям открыла **Юлия Ефимова**, одержав убедительную победу на дистанции 200 м брассом. И это была шестая золотая медаль, которую Юля завоевала на чемпионатах мира. *«Да, непросто быть на протяжении десяти лет постоянно в тройке на чемпионате мира. Этот год был тяжелый, и я рада, что все закончилось хорошо. Сегодняшним временем я довольна, выжала из себя все, на что была способна».*

Самокритичный **Евгений Рылов** продолжил победную серию шестого дня соревнований, выиграв финал на 200 м на спине, оставив позади олимпийского чемпиона американца Райана Мёрфи (1.53,40 против 1.54,12). *«Медали рад, но временем недоволен. Три года плыл 1.53, и не смог сегодня побить свой личный рекорд. Спорт строится не только на победах, но и на прогрессе. А я на 200 м не прогрессирую. Но понимаю, почему так происходит, поэтому буду над этим работать».* – подытожил он.



**Евгений Рылов**

А затем был тот самый «валидольный» для всех нас финал на 200 м брассом с участием **Антон Чупков**, в котором российский пловец установив рекорд мира – 2.06,12. Следом финишировали прежние обладатели мирового достижения: австралиец Мэттью Уилсон (2.06,68) и японец Иппеи Ватанабэ (2.06,73). Почему «валидольный», сейчас поймете. Хотя к своей выжидательной так-



**Антон Чупков**

тике Антон, казалось бы, приучил всех нас давно, но не до такой же степени... Первую половину дистанции он шел восьмым при отставании в полторы секунды (!). Затем, перед последним «полтинником», сократил отставание до 0,96, стал пятым. Но все равно, это очень большая форa, если учесть, что не дети с ним рядом, а звезды мирового плавания. Однако в итоге опять финишировал первым – уму непостижимо, как он это делает! – причем сбросив с прежнего мирового рекорда аж полсекунды! *«Последние 25 метров постарался пройти сильно. Японец плыл по крайней дорожке, и я его не видел. Возможно, он специально так квалифицировался. Я плыл рядом с австралийцем и знал, что он так же быстро начинает, как и Ватанабэ. Поэтому мне нужно было только дотерпеть. О рекорде не думал, просто хотел показать свой лучший результат. А если я его покажу, то рекорд будет по-любому».* Оказывается, как всё просто для этого фантастического парня: «дотерпеть» – и в дамках. Но в болельщицкой голове его уверенность все равно не укладывается. Словом, он умеет то, чего никто не умеет, да и не может себе позволить, пожалуй, из современных топ-пловцов.

Мужская команда в эстафете 4x200 м вольным стилем в составе **Михаила Довгалюка, Михаила Вековищева, Александра Красных и Мартина Малютина** завоевала серебряную медаль с результатом 7.01,81, опередив команду США на 0,17 секунды. Чемпионами мира в этом виде программы стали австралийцы (7.00,85). *«В Будапеште мы тоже были вторыми, но у нас есть прогресс: мы значительно улучшили свой результат. Думали, что главными соперниками будут британцы, потому что именно они нас опередили на прошлом чемпионате, но им не удалось попасть даже в призы. Хорошо, что у американцев выиграла, но до австралийцев немного не дотянули».* – сказал **Михаил Вековищев**.



**Наша серебряная эстафета 4x200 м вольным стилем.**

В предпоследний день соревнований **Андрей Минаков** завоевал с рекордом России (50,83) серебряную медаль на 100 м баттерфляем

Победителем здесь стал американец Калеб Дрессел (49,66), бронза – у южноафриканца Чада ле Кло (51,16). *«Дрессел сейчас недостижим, поэтому мы с ребятами, с которыми плыли, иронично шутили, что для нас серебро будет как золото. Но я всегда настраиваю себя на победу. Как говорил мой первый тренер, есть только одно место для спортсмена – первое. Мне нужно отрабатывать старты, выходы, повороты, тогда смогу его обгонять».*

**Владимир Морозов** вновь чуть-чуть не дотянул по пьедестала, оставшись четвертым на 50 м вольным стилем (21,53), где первенствовал все тот же Дрессел (21,04). *«Четвертый год подряд показываю четвертый результат. Видимо, соперники тренируются чуть больше. Проигрываю сотые. Не хочется, чтобы так*

было на Олимпийских играх. Акцент в подготовке однозначно буду делать на дистанцию 50 метров, но и «сотню» буду готовить для эстафет, чтобы не подвести команду»...



**Андрей Минаков**

Вот и подошел к концу рассказ о рекордном для российского плавания чемпионате мира в Корее. Да, в завершающий день мы надеялись минимум еще на одно золото. Увы, не вышло. Но ничего страшного. Лишь бы через год на Играх в Токио не приключились те нелепицы, одна из которых и свела здесь на нет победный порыв **Климента Колесникова** на 50 м на спине. А ведь он не просто был готов побеждать, но при этом и с мировым рекордом. *«Мог выигрывать спокойно, но нога соскочила на старте. Не знаю, почему так произошло. Пришлось всех догонять. Но получилось догнать только на третье место».* Очередное свое серебро взял **Женя Рылов**. А победу праздновал совершенно неожиданный для всех южноафриканец Зейн Уодделл. И прямо скажем, после финиша наши ребята выглядели отнюдь не радостными.

**Юлия Ефимова** отметила пьедесталом и в очередной дисциплине брассом – на сей раз 50 м. Она стала третьей после Кинг и итальянки Бенедетты Пилато. *«Рада, что завоевала бронзу и время показала неплохое. «Полтинник» – не олимпийская дистанция. И она – лотерея. Специально ее не готовила. Но я почти всегда*

умудряюсь попадать в призы. Примерно представляла, что будет именно такой пьедестал».

В мужской комбинированной эстафете 4x100 м **Евгений Рылов, Кирилл Пригода, Андрей Минаков и Владимир Морозов** завоевали бронзовую медаль, установив рекорд России – 3.28,81. Бронзовыми призерами также стали участники предварительного заплыва Климент Колесников, Антон Чупков, Михаил Вековищев и Владислав Гринёв.



**Рылов слева, Колесников справа, ну и настроение подстать**

Победили британцы с рекордом Европы (3.28,10), серебро – у американцев (3.28,45). *«Только к концу чемпионата мира я начал расплываться. На прошлом чемпионате была похожая ситуация. Улучшал время с каждым заплывом и показывал в последней эстафете лучший результат».* – сказал Владимир Морозов. *«У нас были все шансы выиграть. Будем усердно готовиться к следующему году. Огромное спасибо всем, кто нам помогал – тренерам, массажистам, специалистам. Без них мы бы не смогли показывать такие высокие результаты».* – подчеркнул Андрей Минаков.

На этом – пока всё. Меньше чем через месяц после чемпионата мира кандидаты в олимпийскую сборную России начали важнейший цикл подготовки перед Токио-2020. Так пожелаем им успеха!



Публикуя подробный рассказ об успехе национальной сборной в главном старте нынешнего сезона – на чемпионате мира в Кванджу, – конечно же, не забыли и о достижениях наших юных спортсменов. К слову, мы уже привыкли, что они не первый год обосновались на лидирующих позициях в Европе среди сверстников. Вот и ныне в Баку, где завершился Европейский юношеский олимпийский фестиваль, вновь оказались первыми в медальном зачете, выиграв 14 золотых, 2 серебряные и 3 бронзовые награды.

## РЕБЯТА, БРАВО!

Наибольшее количество медалей завоевала Александра Сабитова – 5 золотых и серебряную. По четыре золота в активе Алексея Ткачева и Евгении Чикуновой; трехкратными победителями стали Илья Бородин, Дмитрий Асхабов, Дарья Трофимова, Дарья Клепикова. Добавим, что из 16 наших пловцов, участвовавших в фестивале, 14 уехали домой с медалями различного достоинства. И что еще приятно – в бассейне юными спортсменами России было установлено 15 рекордов соревнований.

### ПЬЕДЕСТАЛ РОССИЙСКИХ ПЛОВЦОВ: ЗОЛОТЫЕ МЕДАЛИ

1. Алексей Ткачев – 100 м на спине
2. Алексей Ткачев – 200 м на спине
3. Илья Бородин – 200 м комплекс
4. Илья Бородин – 400 м комплекс
5. Александра Сабитова – 100 м вольный стиль
6. Александра Сабитова – 100 м баттерфляй
7. Евгения Чикунова – 100 м брасс
8. Евгения Чикунова – 200 м брасс
9. Дмитрий Асхабов – 200 м брасс
10. Вадим Клименищев – 200 м баттерфляй
11. Женская эстафета 4x100 м, вольный стиль – Александра Сабитова, Дарья Трофимова, Дарья Клепикова, Александра Курилкина, участницы предварительного заплыва Анастасия Маркова и Маргарита Варульникова
12. Смешанная комбинированная эстафета 4x100 м – Алексей Ткачев, Евгения Чикунова, Александра Сабитова, Илья Бородин, участники предварительного заплыва Дмитрий Асхабов,



Евгения Чикунова

13. Мужская комбинированная эстафета 4x100 м – Алексей Ткачев, Илья Шилкин, Андрей Чулков, Вадим Клименищев, участник предварительного заплыва Дмитрий Асхабов
14. Женская комбинированная эстафета 4x100 м – Рената Гайнуллина, Евгения Чикунова, Александра Сабитова, Дарья Трофимова, участницы предварительного заплыва Дарья Клепикова и Александра Курилкина

### СЕРЕБРЯНЫЕ

1. Смешанная эстафета 4x100 м, вольный стиль – Андрей Чулков, Алексей Ткачев, Дарья Трофимова, Александра Сабитова, участники предварительного заплыва Дарья Клепикова, Александра Курилкина и Вадим Клименищев



Александра Сабитова

РАСТЕТ ДОСТОЙНАЯ СМЕНА

4. Алексей Ткачев – 200 м на спине – финал – 2.01,24
5. Александра Сабитова – 100 м вольный стиль – финал – 55,58
6. Александра Сабитова – 100 м баттерфляй – полуфинал – 59,31
7. Александра Сабитова – 100 м баттерфляй – финал – 59,07
8. Евгения Чикунова – 200 м брасс – предварительный заплыв – 2.27,64
9. Евгения Чикунова – 200 м брасс – полуфинал – 2.25,50
10. Евгения Чикунова – 200 м брасс – финал – 2.24,14
11. Илья Бородин – 200 м комплекс – финал – 2.01,55
12. Илья Бородин – 400 м комплекс – финал – 4.20,05
13. Вадим Клименищев – 200 м баттерфляй – финал – 1.58,06
14. 4x100 м, вольный стиль – Александра Сабитова, Дарья Трофимова, Дарья Клепикова, Александра Курилкина – финал – 3.45,10
15. 4x100 м комбинированная эстафета – Рената Гайнуллина, Евгения Чикунова, Александра Сабитова, Дарья Трофимова – финал – 4.07,55.

Маргарита Балакирева  
Фото из архива ВФП

### НЕ ОСТАЛИСЬ В СТОРОНЕ

Наши юные пловцы, представители «открытой воды», в рамках первенства Европы соревновались в Рачице (Чехия). И тоже не остались без наград. Соревнования у юношей и девушек проводились в трех возрастных группах: 14-15 лет, 16-17 лет и 18-19 лет. Российские спортсмены заняли третье место в медальном зачете, выиграв золотую, серебряную и бронзовую медали. Победителем первенства Европы стал Александр Степанов на дистанции 7,5 км; серебро завоевала команда в смешанной эстафете 4x1250 м – Полина Истомина, Иван Моргун, Екатерина Рыбакова и Александр Степанов; бронзу – Екатерина Сорокина на дистанции 10 км.

В командном зачете, который определялся по количеству набранных очков, наши юные пловцы-марафонцы также расположились на третьем месте (163). Трофей LEN выиграла команда Венгрии (212).



**ВФП** Всероссийская федерация плавания

Официальную сувенирную продукцию Всероссийской федерации плавания вы можете приобрести на сайте **ASTRASPORT.ru** в разделе **ВФП**





**Брасс** – один из четырех спортивных способов плавания, но он имеет и большое прикладное значение. Этот способ позволяет человеку в случае необходимости плыть в одежде, плыть в большую волну, поддерживать во время плавания хорошую видимость перед собой, преодолевать большие расстояния, сохраняя силы. С помощью движений ногами брассом удобно буксировать большой предмет (например, плотик), толкая его перед собой. При оказании помощи при несчастных случаях на воде брассом удобно транспортировать пострадавшего.

**Брасс** рекомендуют во многих случаях оздоровительного плавания (например, на занятиях с лицами пожилого возраста), брасс является также основным способом плавания для лечения сколиоза у детей и подростков.

Тело пловца при плавании брассом сохраняет на протяжении большей части полного цикла вытянутое и хорошо обтекаемое положение (после отталкивания ногами и скольжения). В конце гребка руками, когда плечевой пояс и голова приподнимаются над поверхностью воды, возрастает сопротивление воды, и поэтому необходимо быстро выйти из этого положения. Это не будет иметь столь отрицательного влияния, если пловец будет удерживать бедра в хорошо обтекаемом положении.

Ноги при плавании брассом выполняют движения одновременно и симметрично. В цикле

движений ног выделяются две фазы: *подтягивание и отталкивание (после отталкивания в движениях ног наблюдается пауза).*

**Подтягивание** – подготовительные движения. Они начинаются с плавного сгибания ног в коленях. При этом бедра сохраняют обтекаемое положение и не опускаются вниз, расслабленные стопы движутся у самой поверхности воды, колени расходятся в стороны примерно на ширину таза. В заключительный момент подтягивания бедра, голени и стопы быстро выходят в исходное положение для начала отталкивания: колени разводятся несколько шире таза, стопы приближаются к ягодицам, голени почти перпендикулярны к поверхности воды. За этим следует быстрый разворот стоп носками наружу и отталкивание назад. Подтягивание выполняется плавным движением с ускорением к моменту разворота стоп.

**Отталкивание** – рабочая фаза движений. Она начинается мгновенным разворотом стоп носками наружу и энергичным движением стоп и голени в стороны и назад-внутрь. Во время отталкивания стопы и голени хорошо опираются о воду, стопы движутся по дугам, ноги разгибаются в коленных и тазобедренных суставах. В конце отталкивания ноги смыкаются вместе и расслабляются, бедра направляются к поверхности воды.

Затем следует непродолжительная пауза, во время которой пловец скользит вперед, ноги – у поверхности воды в хорошо обтекаемом положении.

**Практикум от Елены Мехтелевой**

# ЛЕТО: ЗНАКОМИМСЯ С БРАССОМ

## ИМИТАЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА СУШЕ:

**1** Стоя боком к стенке, держась за нее рукой – согнуть одну ногу в коленном суставе, отвести голень в сторону и захватить с внутренней стороны стопу этой ноги одноименной рукой; опустить ногу и сделать толчок ею до соединения с другой, как при плавании брассом. То же повторить другой ногой.



**2** Сидя на краю скамьи или на полу с опорой руками сзади – движения ногами, как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки в стороны; сделать толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу.



Следует обратить внимание на согласование движений ног и дыхания при выполнении имитационных упражнений на суше. Вдох и выдох при имитационных упражнениях должен быть форсированным.

**3** Лежа на скамье или на полу – движения ногами как при плавании брассом: медленно согнуть ноги в коленях, стопы подтянуть к ягодицам, носки стоп на себя. Выполнить одновременное отталкивание стопами в стороны и назад, ноги соединить вместе.



## ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА



**МЕХТЕЛОВА Елена Александровна**

Мастер спорта России по плаванию, призёр чемпионатов и Кубков России по плаванию. Доцент кафедры плавания РГУФКСМиТ. Кандидат педагогических наук. Активный участник движения «Мастерс». Чемпион и рекордсмен России, призёр чемпионата мира по плаванию в категории «Мастерс».

## УПРАЖНЕНИЯ В ВОДЕ С НЕПОДВИЖНОЙ ОПОРОЙ:

**4** Сидя на краю бассейна, упор руками сзади, выполнить движения ногами как в брассе.



**ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ:** опускание таза; слишком широкое разведение коленей перед толчком ногами; носки ног и голени не разворачиваются в стороны перед толчком.

## Методические указания

Не разводить колени в стороны больше, чем на ширину плеч; перед толчком ногами делать остановку, фиксируя положение – носки в стороны; не начинать подтягивания ног после толчка, пока ноги не всплыли на поверхность. При подтягивании ног колени разводить в стороны; перед толчком фиксировать положение «носки в стороны»; толчок ногами делать единым слитным движением, после толчка сохранять длительную паузу (время для «скольжения»), напрягая ягодицы и мышцы задней поверхности бедра, чтобы не тонули ноги.



**5** Стоя боком к стенке бассейна, взявшись рукой за бортик – согнуть ногу в коленном суставе, отвести голень в сторону и взяться за стопу рукой (если правая нога, то и правая рука). Отпустить ногу, выполнив имитационное движение как при плавании брассом. То же другой ногой.





**6** Лежа на груди у бортика, держась за него руками – движения ногами как при плавании брассом. В начале упражнения локти прижаты к бортику, голова на поверхности, далее вытянуть руки и выполнять движения ногами на задержке дыхания и после на каждое отталкивание ногами выполнять один вдох. При опускании головы в воду выполнять выдох.



#### УПРАЖНЕНИЯ В ВОДЕ С ПОДВИЖНОЙ ОПОРОЙ:

**7** Плавание при помощи движений ног брассом с доской. После отталкивания ногами обязательно соблюдать паузу, стараясь скользить как можно дольше.



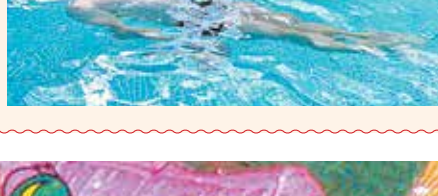
**ВНИМАНИЕ!** Еще и еще раз напоминаем: обучение плаванию в бассейне или на водоеме должно обязательно контролироваться подготовленным специалистом (например, инструктором или тренером по плаванию), кто не растеряется, если с вами возникнет нештатная ситуация. Задача же обучающих уроков на страницах газеты – ввести вас в курс дела, наметить канву обучения, рассказать из чего оно состоит и подчеркнуть нюансы.

#### УПРАЖНЕНИЯ БЕЗ ОПОРЫ:

**8** Плавание на груди при помощи движений ногами брассом, руки вытянуты вперед.



**9** Плавание на спине при помощи движений ногами брассом, руки вдоль туловища.



**10** Плавание брассом на груди при помощи ног, руки прижаты к туловищу.



#### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ НОГАМИ И ДЫХАНИЯ:

При обучении движений ногами и дыхания брассом используется предыдущий комплекс упражнений (с 7 по 10), но с акцентом на выполнение дыхания. Вдох в брассе выполняется во время подтягивания ног в исходное положение, а выдох – одновременно с отталкиванием ногами.

#### ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ

Во время паузы тонут ноги; подтягивание и толчок ногами делаются с одинаковой скоростью; после толчка ноги не соединяются вместе.

#### Методические указания

После толчка ногами напрягать мышцы ягодиц и задней поверхности бедра, чтобы ноги не тонули во время скольжения; подтягивание делать медленно и мягко; носки разводить в стороны быстро и энергично; толчок ногами выполняется сильно, но мягко до соединения ног.

## ГЛАВНАЯ ТЕМА

Перевернув эту страницу газеты, вы в очередной раз откроете тему, которая считается на сегодняшний день одной из главнейших в организации физкультурной жизни России. В практическом воплощении которой уже задействованы сотни организаций и тысячи россиян!

# ВСЕОБУЧ – ЗАДАНИЕ НА ЗАВТРА

**ПРЕЗИДЕНТ РФ  
ВЛАДИМИР  
ПУТИН  
ДАЛ  
ПРОГРАММЕ  
ВСЕОБУЧА  
ЗЕЛЕНый  
СВЕТ.  
ЧТО НУЖНО  
ДЛЯ ЕЁ  
ЗАПУСКА НА  
ФЕДЕРАЛЬНУЮ  
ОРБИТУ?**



Никогда прежде плавание в нашей стране не было объектом столько пристального внимания. Нет, не спортивное. Хотя интерес и к нему, подогреваемый успехами россиян на мировой арене, тоже растет. В данном же случае имеется в виду плавание в контексте всеобуча. Причем, что самое примечательное, эта тема, выйдя далеко за рамки плавательного сообщества, обсуждается на уровне не только региональных властей, но и федеральных. Где и принимаются решения по вопросам масштабной реализации программы. Ниже приведем высказывания людей, кто своим должностным положением и просто человеческим отношением принимает активное участие в продвижении этого не просто полезного, а необходимого стране Дела.

**Ольга ГОЛОДЕЦ, вице-премьер правительства РФ (из выступления на международном экономическом форуме в Санкт-Петербурге):**

«У нас произошли очень серьезные изменения в структуре занимающихся спортом среди детей и молодежи... Плавание становится одним из самых популярных видов спорта, мы нацеливаем регионы на развитие инфраструктуры, надо посмотреть, где у нас есть бассейны, где их нет. Нужно предусмотреть для наших детей возможности для занятия плаванием — не может быть в РФ ситуации, когда ребенок не умеет плавать. Плавать должен уметь каждый, и для этого должны быть созданы условия».

**Владимир САЛЬНИКОВ, президент ВФП:**

«Сейчас идет рост развития плавания, достаточно ощутимый не только в спортивной сфере, но и в социальной. Позиция нашей федерации не раз была выражена и в моих выступлениях, и в различных публикациях. Плавание среди всех циклических видов спорта стоит особняком. Потому что это фактор, помогающий не только уберечь свою жизнь, но и спасти чью-то чужую. И наша инициатива, направленная на то, что плавать в стране должен каждый, нашла отклик и поддержку. Прорабатывается вопрос о включении плавания в школьную программу. Мы постоянно консультируемся с Министерством образования, каким образом это может быть обеспечено. Уверен, что программа начнет действовать, пусть сначала и не повсеместно. Всеобуч — вещь не новая, но, к сожалению, она не была обеспечена государственной поддержкой. Мы хотим, чтобы ряд регионов продемонстрировал готовность к новому формату; уверен, их число будет расти».

**Хулио МАЛЬОНЕ, президент FINA (из послания в поддержку участников VII Меж-**

# В ФОКУСЕ ВНИМАНИЯ



Город Гуково Ростовской области. Урок всеобуча в спортшколе «Прометей». (Фото с сайта спортшколы).

**В РОССИИ, ПО ДАННЫМ МЧС, ЗА ПОСЛЕДНИЕ ПЯТЬ ЛЕТ ЗАФИКСИРОВАНО БОЛЕЕ 60 ТЫСЯЧ (!) СЛУЧАЕВ ГИБЕЛИ НА ВОДЕ, ОКОЛО 14 ТЫСЯЧ ПОГИБШИХ – ДЕТИ**

**дународного форума «Россия – спортивная держава»):**

«Привитие населению, начиная со школьного возраста, устойчивого и жизненно необходимого навыка уметь плавать – одна из благороднейших задач современности. И

если мы будем активно действовать вместе, то сможем не только сохранить много жизней, но и обеспечить лучшее будущее нашим детям, давая им возможность заниматься спортом, вести здоровый образ жизни, воспитывая их лучшими гражданами своих стран».

**Алексей КУЛАКОВСКИЙ, секретарь Совета при президенте РФ по развитию физической культуры и спорта:**

«Разрабатывая межведомственную программу „Плавание для всех“ для различных возрастных и социальных групп населения, мы планируем предусмотреть строительство бассейнов в муниципальных образованиях, а также обучение детей плаванию в рамках внеурочной деятельности».

**Олег КОЖЕЯКО, губернатор Приморского края (из выступления на профильном президентском Совете):**

«Ввести обязательное обучение детей плаванию актуально. В Приморье за 2018 год на водных объектах погибло 14 детей, что составляет 20 процентов от всех детских смертей за указанный период. Умение плавать относится к жизненно важным навыкам. Программа «Плавание для всех» уже успешно реализуется в Ростовской области, в Республике Татарстан и получила одобрение Международной федерации плавания. Владимир Владимирович, прошу Вас поддержать данную инициативу, поручить правительству разработать и утвердить аналогичную программу на федеральном уровне, предусмотрев её реализацию в рамках внеурочной деятельности».

**Николай ФЕДЧЕНКО, директор Федерального центра организационно-методического обеспечения физвоспитания Минобрнауки:**

«Механизм внедрения программы обучения плавания в школах должен предусматривать право школ заключать договоры с бассейнами напрямую; строительство бассейнов в школах и детских садах; создание системы методического сопровождения и повышения квалификации учителей физкультуры, а для мотивации педагогов следует разработать систему грантов».

Но для этого надо иметь финансовые возможности. А где их взять регионам, особенно дотационным? И если методики с программами и подготовку физруков они еще «потянут», то массовое строительство детских бассейнов наверняка нет».

**Валентин ШПАГИН, заслуженный учитель Республики Татарстан:**

«К 6-7 годам ребёнок должен уметь плавать. Это, я считаю, второе, чему должны его научить родители после того, как подавили жизнь. Будь моя воля, я запустил бы в масштабах страны всеобуч по плаванию. Этот вид спорта — один из самых полезных и наименее травмоопасных. Развивает весь организм, плюс массу удовольствия доставляет, даёт уверенность в себе, решительность. В жизни ведь разные обстоятельства бывают...»

**Основные результаты Национального проекта (программы)**

- МЧС** → Снижение несчастных случаев на воде
- МИНЗДРАВ** → Укрепление здоровья детей
- МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ** → Повышение роли физической культуры у школьников
- МИНСПОРТА** → Выявление перспективных детей в возрасте 9-10 лет и их отбор в спортивные школы
- МИНОБОРОНЫ** → Создание в регионах условий для подготовки школьников и выполнению норм ГТО

**Условия реализации Национального проекта (программы):**

- I. Формирование необходимого управленческого механизма по организационно-методическому сопровождению процесса обучения плаванию
- II. Кадровый высокопрофессиональный потенциал для обеспечения эффективности процесса обучения
- III. Создание и модернизация современной водноспортивной инфраструктуры, соответствующей международным стандартам

**Национальный проект (программа) «ВСЕОБУЧ ПО ПЛАВАНИЮ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

*От первого урока к спорту высших достижений*

**ВСЕОБУЧ ПО ПЛАВАНИЮ – ВАЖНЕЙШАЯ**



**ВСЕОБУЧ ШАГАЕТ ПО СТРАНЕ. И ХОТЯ ШАГИ ЭТИ ПОКА НЕ ДОСТИГЛИ РАЗМАХА «САЖЕННЫХ» ПО ТЕРМИНОЛОГИИ МАЯКОВСКОГО, ИХ ГЕОГРАФИЯ НЕУКЛОННО РАСШИРЯЕТСЯ. ЧТО САМО ПО СЕБЕ НЕ МОЖЕТ НЕ ВНУШАТЬ ОПТИМИЗМА.**



Открытый всероссийский урок всеобуча в Ульяновске. (Фото из архива ВФП).

# ТОЧКИ НА КАРТЕ

## УЛЬЯНОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

На первых порах проект «Всеобуч по плаванию», запущенный в регионе, должен охватить порядка тысячи учеников начальных классов. В него планируется включить 20 образовательных организаций областного центра и Димитровграда. Причем в обязательном для исполнения порядке. По взаимному согласию как родителей, так и педагогов. Достигнуты также договоренности с администрацией бассейнов «Юность», «Орион» и «Торпедо». В реализации программы примут участие еще несколько школьных бассейнов. Учителя физкультуры пройдут дополнительную подготовку по программе обучения плаванию.

## АЛТАЙСКИЙ КРАЙ

Местные органы власти уже прочно осознали, какова роль плавания в полноценном развитии детей и обеспечении их безопасности. Благодаря в том числе усилиям краевой федерации плавания, возглавляемой членом бюро ВФП и общественной палаты РФ Сергеем Кашниковым. Стоит хотя бы отметить, что все новые школы, открытые в последние годы, имеют бассейны. Причем построены они в шаговой доступности. В регионе появилось немало специализированных рассчитанных на детей плавательных сооружений типа «мать и дитя».

Однако, считает Сергей Кашников, этого явно недостаточно, чтобы запустить на полные обороты программу школьного всеобуча объемом 36 часов, начиная со второго класса. Она стартует в этом году и будет развиваться поэтапно. Предполагается, что на начальном этапе дети смогут осваивать навыки плавания в основном за счет родителей. Один из вопросов реализации – доставка ребят. Чтобы её наладить, требуется согласование с органами МВД и, главное, с преподавателями. Которые неохотно идут на дополнительную нагрузку бесплатно.

Этот вопрос будет снят, когда к финансированию программы по примеру Ростовской области подключатся областной и муниципальный источники. Также рассматривается вариант с пристройкой бассейнов к тем школам, где их пока нет. А в помощь детским лагерям на летний период планируется задействовать мобильные бассейны.

## РЕСПУБЛИКА ЧУВАШИЯ

В рабочей встрече главы региона Михаила Игнатъева с первым вице-президентом ВФП

Игорем Гориним принимал участие широкий круг заинтересованных лиц. Включая заместителя председателя кабинета министров, министра здравоохранения Владимира Викторова, министра образования и молодёжной политики Сергея Кудряшова и министра физкультуры и спорта Михаила Богаратова.

Были обсуждены вопросы реализации задач по дальнейшему развитию физкультуры и спорта, поставленных президентом России.

**ВЛОЖЕННЫЕ СРЕДСТВА В ПРОГРАММУ ВСЕОБУЧА ПО ПЛАВАНИЮ – ЭТО ИНВЕСТИЦИИ В НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ РОССИИ.**

Михаил Игнатъев, входящий в состав рабочей группы Госсовета РФ по этому направлению, уделяет большое внимание данной сфере в своем регионе. Он предложил сделать Чувашию одной из пилотных площадок по реализации межведомственной программы «Плавание для всех».

В ходе обсуждения рассматривались детали механизма финансирования, а также вовлеченности в развитие плавания социально ориентированных НКО.

У органов местной исполнительной власти есть опыт взаимодействия с НКО по реализации других программ. Заключено соглашение о взаимодействии между Чувашской Республикой и общероссийским спортобществом «Трудовые резервы», открывающее дополнительные возможности по вовлечению населения в занятия спортом, в том числе плаванием, которое является приоритетным видом в регионе. «Мы должны создавать реально работающие физкультурно-спортивные клубы. Для этого нужно найти лидеров, которые могут организовать работу», – подчеркнул глава республики.

## РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

Главным вопросом повестки дня заседания постоянной депутатской комиссии Волгодонска по социальному развитию стал проект плавательного всеобуча. Депутаты обсудили его реализацию для учеников младших классов. Начальник управления образования Татьяна Самсонок сообщила, что за пять лет

существования программы в городе в ней приняли участие больше пяти тысяч школьников. Занятия (три раза в неделю в течение месяца для каждого) проводили опытные тренеры на базе двух спортшкол, а также нескольких общеобразовательных. Обсуждалось также предложение вернуть плавательные бассейны в детские сады. Этот вопрос поднимался депутатами еще в прошлом году. Однако ситуация не изменилась. Из 35 дошкольных учреждений лишь несколько имеют внутренние бассейны. Еще в шести садиках они есть, но не используются из-за плохого технического состояния. А наружные бассейны в большинстве случаев и вовсе засыпаны под клумбы. Для ремонта и восстановления необходимы немалые деньги (около двух миллионов на каждый бассейн). Замглавы администрации Светлана Цыба согласилась, что эту проблему надо решать.

## ЛИПЕЦКАЯ ОБЛАСТЬ

Десять лет назад по инициативе губернатора Олега Королева в Липецкой области взят курс на развитие плавания как массового вида спорта. За это время в регионе удалось завершить программу строительства бассейнов в каждом из 44 муниципальных образований. Для занятий плаванием организованным группам школ и высших учебных заведений выделено время в муниципальных бассейнах. Количество жителей, занимающихся плаванием систематически, увеличилось в 2,5 раза.

Областному проекту «Каждый пятиклассник умеет плавать» пять лет. Благодаря ему уже более 50 тысяч пятиклассников овладели этими навыками. Не только из городов и райцентров, но и из самых глубинных сел. Оттуда на тренировки ребят привозят на автобусах, закрепленных за школами. Один из эффектов – резкое сокращение числа несчастных случаев на водоемах.

## КОСТРОМСКАЯ ОБЛАСТЬ

Здесь запущен пробный шар всеобуча. Губернатор Сергей Ситников распорядился за лето обучить определенное число детей в возрасте от 7 до 12 лет, в том числе из неблагополучных семей, свободно держаться на воде. Для занятий отведены бассейны школ №4 и №8, спортивной школы №6 (СК «Заволжье») и детско-юношеского центра ДЮЦ «АРС». Программа рассчитана на лето, но её планируют продолжить до конца года.

## НЕ МОЖЕШЬ? НАУЧИМ

Хороший пример заразителен не меньше дурного. Что и подтверждают отдельные регионы, осваивая плавательный всеобуч. В их числе – Башкортостан. (О том, как это делается в республике, рассказывают информационный портал RB7.ru и наш коллега Роза Хабибуллина (БСТ).

По поручению президента России сейчас разрабатывается межведомственная программа «Плавание для всех». Она предусматривает строительство бассейнов в муниципалитетах и обучение детей плаванию в рамках образовательной программы.

Совсем недавно Аслан Курамшин, ученик 2 класса школы №69, боялся даже заходить в воду. Теперь уверенно плавает и брассом, и кролем, и на спине. Этому мальчик научился в секции спортивного плавания. «К нам в класс пришли тренеры и пригласили в эту секцию. Уже три месяца занимаюсь, и очень хорошо получается».

Сегодня плавание не входит в обязательную школьную программу. Хотя должно быть доступно и детям, и взрослым. С этой целью в Башкортостане начали разрабатывать собственную программу. Возможности внедрения такой программы руководитель Республики Радий Хабиров обсуждал с президентом Всероссийской федерации плавания Владимиром Сальниковым. Речь шла о создании развитой инфраструктуры для массовых занятий плаванием.

Владимир Сальников предложил параллельно организовать обучение школьников и подростков. «Считаю, мы готовы к внедрению этой программы в тех регионах, где есть интерес, политическая воля, прежде всего. Она предусматривает обязательное строительство спортобъектов при школах, не должны оставаться стороне и существующие».

Глава региона эту идею поддержал и дал соответствующее поручение республиканскому Минспорту. Сейчас работа здесь над проектом «Всеобуч по плаванию» идет полным ходом. Цель – обучить каждого жителя жизненно необходимым навыкам плавания, умению держаться на воде без вспомогательных средств.

Вениамин Таянович, заслуженный мастер спорта: «Ещё древние греки говорили, что нужно одинаково хорошо плавать и ходить. Чтобы легкие начали развиваться, стали сильнее, надо месяц как минимум закреплять плавательные навыки».

Известная пловчиха, паралимпийская чемпионка Оксана Савченко, депутат Госсовета Республики Башкортостан поясняет, что в первую очередь учить плавать планируют детей и работающих взрослых. Причём обучение сотрудников будет проходить за счет работодателя: «Школьная программа рассчитана на 24 часа, я думаю, программа для взрослых будет той же продолжительности. У школьников больше часов уделено теории, а у взрослых – практике».

Республиканская программа «Всеобуч по плаванию» была запущена в 2016 году, за это время её взяли на вооружение несколько районов. По информации министерства образования Республики Башкортостан, финансирование, как правило, производится из муниципального бюджета, организован и подвоз школьников на автобусе, а бассейны находятся либо в самой школе, либо в непосредственной близости.

Марсель Юсупов, руководитель Управления по физическому воспитанию учащихся и подготовке олимпийского резерва РБ: «В Учалинском районе это хорошо выстроено. Там третьим уроком привозят детей на обу-

Продолжение на стр. 10

**ПРОГРАММА ФИЗИКУЛЬТУРНОЙ ЖИЗНИ РОССИИ!**



## НЕ МОЖЕШЬ? НАУЧИМ

Окончание. Начало на стр. 9

чение плаванию. С сентября планируется запускать программу в Кушнаренковском районе, где есть бассейн 50 метров».

Программа начала работать в 2013 году и в Уфимском педагогическом университете на грантовой основе. В её рамках подготовку прошли свыше ста студентов. Светлана Никитина, директор студенческого спортклуба: «Для программы мы набрали в основном тех, кто вообще не умел плавать либо имел негативный опыт обучения. Были сформированы 4 группы по 20 человек, которые занимались в течении месяца как в зале, так и в бассейне».

Но грант был исчерпан, и программу всеобща пришлось свернуть. Но опыт пригодился при её реализации в Уфе и по всей республике. По словам **исполнительного директора федерации плавания Башкортостана Рустема Каримова**, программу осталось только внедрить. А для этого потребуются специалисты: «Одна из проблем – это кадры, кто будет обучать детей плаванию и кто будет доставлять детей от бассейна и обратно. И вторая – это финансирование».

В регионе средняя стоимость разового посещения бассейна для взрослого составляет от 200 до 400 рублей. Для льготных категорий граждан предусмотрены скидки. Согласно официальной статистике, сегодня 78% процентов учеников ходят на различные дополнительные занятия. В

**МАССОВОЕ ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ – ЛУЧШАЯ ГАРАНТИЯ ОТ РИСКОВ НА ВОДЕ, КРАТЧАЙШИЙ ПУТЬ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

Программа всеобща предусматривает также строительство бассейнов в муниципальных образованиях. По данным минспорта, всего в республике функционирует 71 плавательный спорткомплекс. В этом году планируется ввести в строй бассейны еще в шести районах республики и один в Уфе, в микрорайоне Инорс.

Уроки плавания введут (а точнее, уже ввели) в Кушнаренковском районе. Это стало возможным благодаря подписанному соглашению между местной администрацией и республиканской федерацией. Так, в Кушнаренково наряду с российскими регионами начнут реализовывать программу «Всеобщее обучение по плаванию». Благодаря этому ребята из младших классов научатся держаться на воде. И речь идет не об олимпийских рекордах, а об элементарных навыках.

«Несмело и робко – по бортику бассейна в жилете и с доской для плавания. Дети приехали из деревни Калтаево, что недалеко от Кушнаренково. Это группа из летнего лагеря. Здесь им предстоит научиться плавать. Ильмира Ахунова: «Я тут уже второй раз, уже научилась плавать почти...»

Чтобы ликвидировать это «почти», которое фактически опасно для жизни, Всероссийская федерация и создала программу «Всеобщее обучение по плаванию». Ее суть в том, чтобы научить как минимум держаться на воде. Сейчас программу начинают воплощать в Башкортостане. Местная федерация подписала первое в регионе соглашение с администрацией Кушнаренковского района.



Об эффекте проекта, одобренного президентом России Владимиром Путиным, и подводных камнях, мешающих ему пуститься в плавание по федеральным водам, рассказывает инициатор программы **Игорь Горин**.

Что такое плавательный всеобщий и зачем он нужен? В этих вопросах самый, пожалуй, компетентный человек – Игорь Горин, первый вице-президент ВФП и бессменный на протяжении двух десятков лет глава Ростовской федерации плавания. Именно он инициировал этот проект в масштабах области, а убедившись в его действенности, прикладывает массу усилий, чтобы вывести на федеральный уровень.

Когда мы обсуждали эту тему, собеседник обронил: «Можете назвать интервью «Вызываю огонь на себя». Что звучало не слишком оригинально, но вполне отвечало роли, которую взял на себя Горин. Уже несколько лет он ведет себя весьма «вызывающе». Упорно доказывает, что программа всеобща – ключ к решению целого комплекса проблем. Сплачивает союзников и обезоруживает оппонентов, прибегая к убийным аргументам. Короче, сражается. И не утрачивает оптимизма, веры в конечную победу».

## АЙСБЕРГ

**?** Понятие всеобщее обучение далеко не ново. Оно вызывает ассоциации еще с довоенными временами, когда в ходу было массовое овладение навыками, полезными для труда и обороны родины. А как вы, Игорь Викторович, пришли к идее реанимировать всеобщее обучение применительно к плаванию?

– Эта идея лежала на поверхности. В данном случае – водной. Да, умение плавать издавна считалось важным фактором готовности к жизненным испытаниям. Однако у нас оно почему-то не входило в ряд приоритетных. Когда нормальный человек узнает об очередной трагедии на воде, ему становится не по себе. А статистика смертности, в первую очередь детской, не может не вызывать ужас. Но если он имеет к плаванию прямое отношение, как в моем случае, то просыпается чувство гражданской и человеческой ответственности. У меня оно сопровождалось желанием каким-то образом исправить эту несправедливость.

Как было не вспомнить 20-ю статью нашей Конституции. Она гарантирует фундаментальное из прав – право на жизнь, требует от государства создания нормальных условий для существования человека, устранения или хотя бы снижения до минимума разного рода угроз.

Я понимал: возможности федерации, как организации общественной, в этом плане ограничены. Поэтому начал с того, что совместно с первым заместителем Губернатора Ростовской области Игорем Гуськовым, который возглавляет Наблюдательный совет нашей региональной федерации плавания, убедил остальное руководство Ростовской области, включая губернатора Василия Голубева, в том, насколько важно умение держаться на воде, и представил программу массового обучения плаванию школьников. Для ее реализации в 2012 году впервые удалось доказать необходимость выделения 35 миллионов рублей из резервного фонда. Год спустя правительство области внесло наш проект в госпрограмму «Развитие образования» с ежегодным бюджетом в 35 миллионов. А когда всеобщее обучение, получив системную поддержку, набрал обороты и дал первые результаты (из обученных ребят никто не пострадал на водных объектах по причине неумения

плавать), были приняты соответствующие поправки в региональный закон «О бюджете».

**?** Эффективность программы не сводится, надо полагать, только к обнадеживающей статистике. Идет ли она на пользу спорту?

– Безусловно. Мы подсчитали, что из детей, охваченных программой всеобщего обучения, примерно от 10 до 15 процентов продолжили заниматься плаванием в спортшколах. Опрашивали тренеров, те подтвердили: если раньше они были вынуждены ходить по школам, чтобы набрать группы, то по мере того, как внедрялась обучающая программа, все больше ребят приходили в бассейн по собственной и родительской инициативе. Это при том, что в нашей области развиваются многие виды спорта, а конкуренция за пополнение резерва довольно высока. Так что всеобщее обучение, помимо прочего, – это еще и средство расширения базы спортивного резерва. Равно как и основа для повышения эффективности работы специалистов. Ведь им после набора новичков все равно приходится начинать с обучения. А если те уже владеют азами, тренеры могут сразу приступать к работе над техникой.

Что, кстати, и происходит в США, Австралии, Японии, да и в ряде стран Европы, пловцы которых входят в мировую элиту. Когда мы обсуждали эту тему с президентом ВФП Владимиром Сальниковым, другими авторитетными специалистами плавания России, то сошлись во мнении: чем масштабнее будет охват всеобщим обучением, тем выше качество отбора талантов, тем больше перспектив на международную арене.

**?** Всё так. Однако чтобы масштабы эти расширились, одной общественной инициативы, даже при местной административной поддержке, явно недостаточно.

– Вот именно. В нашей области удалось охватить программой свыше ста тысяч школьников. А необученными все еще остаются гораздо больше. Еще хуже ситуация в других регионах, даже тех, где пытаются запустить машину всеобщего обучения. Она едет медленно, с перебоями, поскольку управляется лишь из внебюджетных источников. Многие регионы и такой возможности лишены. Для продуктивной же работы требуется участие, повторяю,



Обучение плаванию в Кушнаренково. (Фото с портала «ИА Башкортостан»)

республике секции по плаванию посещают 12 тысяч школьников. А после того как такие уроки будут включены в обязательную программу, их количество может увеличиться вдвое, а то и втрое, считают в региональной федерации плавания.

В Уфе подобный опыт имеют лишь отдельные вузы и школы. Например, аграрный университет, где есть свой бассейн. **Артур Абдрахманов, студент БГАУ:** «У нас были одноклассники, которые совсем не умели плавать и буквально за 3-4 месяца научились». **Мария Степанова, студентка БГАУ:** «Самое тяжелое было научиться правильно дышать. Сейчас я уже привыкла, чувствую себя уверенно в воде».

Ключевая цель таких программ – профилактика несчастных случаев на воде. Только в 2018-м в республике утонули 4 ребенка. В начале нынешнего лета сотрудники МЧС республики приступили к проведению акции «Научись плавать».

**Вильдар Шарипов, заместитель начальника отдела ГУ МЧС РФ по РБ:** «Обучение плаванию проводим в детских оздоровительных лагерях, а также в школьных. В соответствии с договорами, заключенными с бассейнами».

**Руслан Гизатуллин, глава администрации Кушнаренковского района:** «Крайне выгодное соглашение, потому что мы идем первыми, это пилот. Авторская программа предоставляется бесплатно, фактически на нашем районе она проходит обкатку на льготных условиях. Кроме того, у нас есть возможность подключиться к грантам и получить на это дополнительное финансирование».

**Рафис Габдрахманов, ответственный секретарь федерации плавания Республики Башкортостан:** «Мы предоставляем не только программу, где расписано каждое занятие. Если по ней работать, то ребенок через 24 часа занятий должен проплыть бассейн. Это навык. В рамках этой программы мы предоставим тренера, который будет оказывать помощь инструкторам, работающим по этой программе в Кушнаренково». Анастасия Казакевич, к примеру, взяла шефство над коллегами из Кушнаренково. И работа началась сразу после подписания договора.

Инициативу федерации плавания поддержали в республике на высшем уровне. Ведь занятия по обучению плаванию иначе как «уроками спасения» не назвать.







**?** Я присутствовал на прошлогоднем «круглом столе» в Общественной палате. В обсуждении всеобща и вы принимали участие. Собственно, дебатов не получилось. Единственный, кто пытался что-то возразить, это представитель Минпроса. Дескать, школьная программа и без того перегружена, для здоровья детям достаточно физкультуры, а без спорта школы обойдутся.

– Тот оратор, думаю, просто не успел или не захотел вникнуть в суть. Ссылка на перегруженность программы крайне неубедительна. К тому же, повторюсь, всеобща никак на ней не отразится. Так что причины, по которым отдельные сотрудники Минпроса так сопротивляются данному предложению, остаются для меня загадкой.

**?** Параллельно всеобщу и ему в поддержку вы запустили в свое время проект «40 бассейнов Дона». Какова его судьба?

# ПО ИМЕНИ ВСЕОБУЧ

государства, т.к. для повсеместной реализации программы необходимо привлечь средства из федерального бюджета.

**?** Вот об этом, пожалуйста, подробнее. Итак, цена вопроса?

– В Ростовской области базовый курс обучения из 12 часов в среднем обходится порядка 2200 рублей на одного ребенка. Невеликие деньги, если учесть, что в них входят абсолютно все расходы, включая работу тренерского состава, спасателей на бортиках бассейна, школьных координаторов программы и сопровождающих детей в пути к месту обучения плаванию и обратно, услуги бассейнов, транспортные расходы и страховку. Конечно, если прикинуть, то при внедрении полноценного 36-часового курса, стоимость которого составит что-то около 9 000 рублей на ребенка, да в масштабе всей страны цифра получится солидная. И вот это вызывает недопонимание.

Поистине, Россия – широкая душа. Мы можем вкладывать триллионы в грандиозные проекты, не особо задумываясь об их эффективности, и экономить там, где окупаемость затратам гарантирована априори. В нашем случае эффективность проекта – в виде спасенных детских жизней, укрепления здоровья и полноценного развития. Или такой пример: государство поддерживает рождаемость с помощью материнского капитала, который сейчас составляет что-то порядка 450 000 рублей, и это значительно, при таких расходах стоимость спасенной жизни родившегося малыша, который с помощью всеобща будет уметь плавать, уже не покажется столь уж грандиозной.

Я подсчитал: родители выплачивают за всю свою трудовую деятельность бюджету налогов в среднем на шесть миллионов. Так что они вправе ожидать, что государство поможет их ребёнку овладеть жизненно необходимым навыком плавания. Следует также принимать в расчет: примерно четверть наших детей делают это и безо всякого всеобща. Но остальным требуется помощь.

В этой связи вспоминается такая картина. Как-то у нас на Дону проходили Президентские казачьи игры. Собрались ребята со всей страны, демонстрировали свою удаль. Махали шашками, стреляли, прыгали, бегали. Потом

оказались в бассейне. И что же? Одни вообще не подходили к воде, другие прыгали солдатиком, с трудом доплывали до середины, после чего цеплялись за дорожки и, перебирая поплавки, добивались до бортика. И это – будущие вояки! Стати, для армии и полиции мы разработали отдельную программу.

**?** Я знаю, какие усилия прикладывает ВФП для утверждения всеобща на государственном уровне.

– Одна из задач любой федерации – способствовать развитию массовой физической культуры. В рамках возможностей конкретного вида спорта. Плавание в этом плане имеет уникальный потенциал. И Всероссийская федерация уделяет его реализации большое внимание. Владимир Валерьевич Сальников, например, бывая в регионах, неизменно обсуждает связанные с этим вопросы с руководством. Так было и в ходе его недавней поездки на Дальний Восток. Думаю, именно с его подачи Олег Кожемяко, губернатор Приморья, поднял эту тему на заседании Совета по физической культуре и спорту при президенте России. Сергей Кашников, член нашего президиума и глава плавательной федерации Алтайского края, инициировал в прошлом году слушания в Общественной палате. По их итогам были выработаны рекомендации федеральным министерствам и ведомствам. Потом эта тема прозвучала на заседании президентского Совета. Причем не впервые. Еще в 2014 году Владимир Путин, обратив внимание на ростовский опыт, заметил, что он может пригодиться другим регионам. На этот раз Президент пошел дальше: дал соответствующее поручение. Оно оформлено в виде документа, датированного 30 апреля этого года. Цитирую: «Обеспечить обучение детей плаванию в рамках основных общеобразовательных программ, включая внеурочную деятельность».

**?** Что конкретно подразумевается?

– Внеурочной деятельности на уровне начального общего образования в рамках действующего ФГОС отводится 1350 часов. Мы предлагаем 36 из них, запланированных в спортивно-оздоровительном направлении, отдать плаванию. Всего лишь! Но этого вполне достаточно, чтобы организо-

вать полноценное начальное обучение.

**?** Организовать – значит, в том числе, обеспечить условия. Но тут встает проблема дефицита материальной базы. Бассейнами страна обеспечена от силы на треть потребностей. Не станет ли это тормозом всеобща?

– Может стать, если не будут задействованы все ресурсы. А они у нас все же немалые. Ростовская область, к примеру, обладает развитой инфраструктурой, бассейнами мы обеспечены на 80 процентов. И этого вполне достаточно, чтобы увеличить количество обучающихся плаванию как минимум вдвое.

А вот противоположный пример. Недавно побывал в Чувашии и был поражен: в республике – 81 бассейн. В каждом можно обучать как минимум тысячу детей в год. Но далеко не все родители, к сожалению, могут себе позволить такие расходы. В Чувашии же никакие льготы не предусмотрены, им самим приходится оплачивать уроки плавания.

Я встречался с главой республики Михаилом Игнатьевым, к которому отношусь с глубоким уважением. Он член рабочей группы Госсовета РФ по направлению «Туризм, физическая культура и спорт», где возглавляет подгруппу «Развитие физической культуры и спорта». Мы обсудили механизмы финансирования, а также вовлечения в развитие плавания социально ориентированных НКО, договорились, что Чувашия станет одной из пилотных площадок по реализации федеральной программы всеобща. Конечно, губернатор за него двумя руками, но в дефицитном бюджете региона на эти цели пока нет денег. К слову, еще один аргумент в пользу проекта: как показывает практика, при федеральном финансировании проектов до четверти затрат возвращается в местный бюджет.

**?** У меня возникла ассоциация между всеобщем и айсбергом. В том смысле, что у этой программы есть своя подводная часть, не видимые глазу, но неоспоримые бонусы. А что все же требуется, чтобы запустить её на федеральную орбиту?

– Слаженное взаимодействие всех заинтересованных сторон – прежде всего. И в первую очередь, ведомственных структур Министерства просвещения.

– Он так и не набрал, к сожалению, должных оборотов. В первую очередь, потому что реализация предусматривает государственно-частное партнерство. Как на стадии строительства, так и при эксплуатации. Но отладить этот механизм пока не удалось: сказались несовершенства законодательства в этой сфере. Впрочем, после того, как туда внесли поправки, появились надежды, что лёд тронется.

**?** Слово «всеобща» – исконно русское. Не знаю, как его переводят на английский, но знаю, что оно уже прозвучало за рубежом и вызвало положительный резонанс.

– Да, минувшей осенью мы презентовали проект в Лозанне рабочей группе FINA по подготовке программы «Плавание для всех – плавание для жизни». Наш подход был признан полезным и наряду с опытом США, Австралии и стран Европы рекомендован к использованию при разработке глобальной программы, направленной на дальнейшее развитие плавания. Как важного социального фактора. И как вида спорта, который, подчеркну, правит бал не только во всех других водных дисциплинах, но и в ряде видов, в названии которых слово «вода» отсутствует: современному пятиборью, триатлоне. А именитых атлетов, начинавших путь в большой спорт именно с бассейна, вообще не счесть!

**?** Хочу завершить разговор на мажорной ноте и пожелать всеобщу счастливого плавания. Пока решается его федеральная судьба, вы стоите в позе ожидания?

– Что вы! Работаем на перспективу. Создали, например, концепцию передвижного плавательного центра – «Мобильный всеобща по плаванию». Это позволит обучать детей прежде всего там, где нет бассейнов. Достигнута договоренность с Группой ГАЗ и компаниями «ПТК-Спорт» и «БВТ» о создании опытной модели. Она будет представлена осенью, во время Международного форума «Россия – спортивная держава». А когда федеральную программу примут, займемся самым важным делом: будем учить детей плаванию и безопасному образу жизни.

**Евгений МАЛКОВ**

Фото из архива федерации плавания Ростовской области и архива ВФП, открытые источники.







**ВФП** Всероссийская  
федерация плавания


## ПРОГРАММА «Я СТАНУ ЧЕМПИОНОМ!»

Целевая комплексная программа ВФП  
подготовки резерва сборной команды России по плаванию

### ВЫ МОЖЕТЕ СТАТЬ УЧАСТНИКОМ ПРОГРАММЫ, ЕСЛИ:

- 1** Ваш результат входит в 30 лучших результатов Всероссийских соревнований по плаванию «Веселый дельфин» в общем зачете
- 2** Ваш результат на отдельных дистанциях входит в 10-ку лучших результатов Всероссийских соревнований по плаванию «Веселый дельфин»
- 3** Ваш результат входит в общем зачете в 30 лучших результатов Европейского рейтинга на одной из дистанций [www.swimrankings.net](http://www.swimrankings.net)

 г. Волгоград (УТЦ ВФП)

 Тел.: +7(8442) 27 13 44

 e-mail: [swim-fed-volgograd@yandex.ru](mailto:swim-fed-volgograd@yandex.ru)  
с пометкой

**Программа ВФП «Я стану Чемпионом!»**