**Плавание**

Плавание имеет необычайно давнюю историю. Находки археологов свидетельствуют о том, что умение плавать воспринималось как жизненно важное в Древнем Египте, Древней Индии, Древней Греции, Древнем Риме. Плавание использовалось и как средство активного отдыха, и как гигиеническая процедура, и в самых разных прикладных целях, включая хозяйственную деятельность на воде, преодоление всевозможных водных преград как в мирное время, так и в ходе военных действий.
Ученые датируют третьим тысячелетием до нашей эры наиболее древние из найденных изображений людей, плывущих способами, чем-то похожими на плавание кролем и брассом - если использовать для сравнения современную терминологию. Хрестоматийно известны слова древнегреческого общественного деятеля Солона, который, характеризуя невежественного человека, говорил, что тот"... не умеет ни плавать, ни читать". Однако, хотя в Древней Греции и проводились соревнования по плаванию, в программу состязаний древнегреческих Олимпийских игр оно не входило.
Спортивное плавание как вид спорта начало развиваться на рубеже XV-XVI в. н. э. Одним из примеров могут служить соревнования пловцов, состоявшиеся в 1515 году в Венеции. Регулярные соревнования по плаванию начались в Европе с середины XIX века. В 1837 году в Англии была создана первая в мире Ассоциация любителей спортивного плавания. В 1889 году в Будапеште прошли первые международные соревнования по плаванию, в которых участвовали спортсмены из Австрии, Венгрии, Германии и Швеции, а в 1890 году состоялся первый чемпионат Европы по этому виду спорта.
В конце XIX в., когда началось строительство искусственных бассейнов, спортивное плавание приобрело широкую популярность в различных странах мира. Отражением этого стало включение соревнований по плаванию в программу первых Олимпийских игр современности, состоявшихся в 1896 году в Афинах и с тех пор этот вид спорта неизменно входит в программу всех Игр Олимпиад.
Участники первых олимпийских соревнований плыли преимущественно способом брасс и способом на боку без выноса рук из воды. Брасс - пожалуй, самый давний из используемых ныне стилей спортивного плавания: он ведет свою родословную еще с последней четверти XVIII в., а его название, по-французски слово "брасс" означает "замах", характеризует основные черты этого стиля - плавание одновременными широкими гребками. Плавание на боку без выноса руки из воды имеет столь же солидный возраст. Затем стал использоваться вариант такого плавания, заимствованный англичанами у жителей Индии, - с проносом одной руки над водой. "овер арм", что обеспечивало заметное возрастание скорости. В 70-х годах XIX века появился так называемый "треджен-стиль", названный по фамилии англичанина, заимствовавшего этот стиль плавания во время своего пребывания в Южной Америке: спортсмен плывет на груди, держа голову над водой, руки попеременно выполняют гребки и выносятся вперед над поверхностью воды, а ноги во время гребка одной из рук выполняют движение "ножницы".
В начале XX века появился новый стиль плавания, оказавшийся самым совершенным и быстрым из известных человеку способов плавания, внешне напоминавший движения ползущего человека и потому получивший название "кроль" - это слово в переводе с английского означает "ползти". Впервые такой стиль плавания продемонстрировал Ален Викхем, родившийся на Соломоновых островах в Тихом океане и научившийся так плавать у местных жителей. В дальнейшем первоначальная техника плавания кролем, вольным стилем - так называемый двухударный кроль, при котором на гребок каждой руки приходится одно движение ноги, - неоднократно совершенствовалась.