

«Плавання - це те, що робить мене кращим»

інформаційний бібліографічний список



Укладач: бібліотекар природничого
факультету Бурчинська А. В.

Дата відбору матеріалу: 09.01.20 р.

Кількість відібраних джерел: 32.

Плавання – унікальний вид спорту, корисний, як для дорослих, так і для дітей. Плавання дозволяє не тільки зміцнити здоров'я, а й покращити зовнішній вигляд. Воно позитивно впливає на основні показники фізичного розвитку людини: ріст, вагу, зміцнення серцево-судинної й нервової системи, розвиток дихального апарату та м'язової системи. Плавання також є прекрасним засобом профілактики та виправлення порушень постави, сколіозів, плоскостопості. Психологами встановлено, що заняття плаванням розвивають такі риси особистості, як цілеспрямованість, наполегливість, самостійність, рішучість, сміливість, дисциплінованість, уміння співпрацювати в колективі. Саме тому плавання сприятливо впливає не тільки на фізичний розвиток людини, а й на формування її особистості.

Плавання — пересування в різних напрямках, тримаючись на поверхні води або в воді; пересування по воді на човні, пароплавом тощо. Плавання існує як професія, як спосіб переміщення, вид розваги чи спорту.

Спортивне плавання — вид спорту, мета якого якнайшвидше проплисти зазначену відстань, не порушуючи при цьому техніки способу плавання, який використовується. Спортивне плавання почало набувати популярності ще в XIX столітті. З 1896 року плавання олімпійський вид спорту.

Плавання було відомо ще з доісторичних часів. До перших згадок про плавання належать наскельні малюнки, що датуються близько 7000 років до нашої ери та перші письмові згадки близько 2000 років до нашої ери, у Іліаді та Одиссеї, Біблії.

У 1538 році німецький професор мов Ніколаус Вінман опублікував працю «Плавець або розмова про плавання».

Перші змагання з плавання почали проводитись на початку 19 століття у Європі в основному з використанням стилю брас.

У 1896 році на Олімпійських іграх у Афінах плавання ввійшло в програму змагань. У 1908 році була створена Міжнародна федерація плавання (FINA).

Впровадження різних стилів плавання.

В 1873 році Джон Артур Треджен ввів у західні змагання по плаванню стиль треджен, який він перейняв у корінних американців. У них аналогічний стиль плавання називався кролем. У зв'язку з тим, що англійці в цей час зневажливо відносились до сильного розбрискування при плаванні, в треджені використовувались ножицеподібні горизонтальні рухи ніг, а не коливальні вертикальні рухи, які використовували індіанці в кролі.

В 1902 році Річард Кавілл ввів кроль в західному світі.

Батерфляй був розроблений у 1930-х роках, на перших порах вважався окремим видом брасу. На Олімпійських іграх з 1935 по 1953 рік брасисти і прихильники батерфляю змагалися разом. Першим його продемонстрував Джіммі Хіггінс. У 1953 році батерфляй став самостійним стилем плавання, одночасно (замість почергового) було дозволено синхронний рух ногами вгору-вниз.

Список складений за матеріалами каталогів і картотек бібліотеки ЖДУ ім. І. Франка (книги, статті з періодичних видань) та містить 32 джерела.



1. Ахметов Р. Ф. Подрожитесь с плаванием! / Р. Ф. Ахметов // Рост: генетика или стремление? : монография / Р. Ф. Ахметов. – Житомир, 2007. – С. 111-119.
2. Бережная-Притула М. Динамика функциональной подготовленности студентов 18-19 лет при систематических занятиях оздоровительным плаванием / Бережная-Притула Мария, Иванская Елена // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Вінниця : Планер, 2017. – Вип. 3 (22). – С. 15-18. – Библиогр.: с. 19 (11 назв.).
3. Гагіна, Л. В. Плавання як засіб профілактики та лікування захворювань дихальної системи / Л. В. Гагіна, А. З. Крук // Студентська спортивна наука – 2015 : зб. наук. пр. І Всеукр. студент. наук.-практ. конф., 20 трав. 2015 р. / М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка ; [редкол. Наталія Андріївна Сейко та ін.]. – Житомир, 2015. – С. 44-46.
4. Глазирін І. Д. Плавання : навч. посіб. / І. Д. Глазирін. – К. : Кондор, 2006. – 501 с. : рис., табл. – Дод.: с. 426-468. – Бібліогр.: с. 469-501.
5. Головкина В. Вплив занять плаванням із застосуванням елементів аквафітнесу й інтервального гіпоксичного тренування на аеробну й анаеробну продуктивність організму дівчат 11-12 років / В. Головкина, Ю. Фурман // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир, 2017. – Вип. 4 (23). – С. 167-172. – Бібліогр.: с. 171-172 (10 назв.).
6. Грибан Г. П. Плавання. Прикладні аспекти / Г. П. Грибан ; М-во освіти і науки України, Житомир. нац. агроєколог. ун-т. – Житомир : Рута, 2009. – 156 с. : рис. – Бібліогр.: с. 153-155.
7. Дубовис М. С. Ігри та ігрові вправи для початкового навчання плавання : посіб. для вчителів / М. С. Дубовис, Ю. О. Короп. – Київ : Рад. шк., 1991. – 144 с. : мал.

8. Каунсилмен Д. Наука о плавании / Д. Каунсилмен ; пер. с англ. Э. А. Голубевой = The science of swimming / G. Counsilman. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 429 с. : рис., табл. – Библиогр.: с. 424-426.
9. Клімакова С. М. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до навчання плаванню дітей в літніх оздоровчих таборах / С. М. Клімакова // Теорія та методика фіз. виховання : наук.-метод. журн. – 2012. – № 3. – С. 19-31 : табл.
10. Колгушкин А. Н. Путь к зимнему плаванию / А. Н. Колгушкин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 103 с. : табл.
11. Крамаренко М. І. Методи і вправи навчання плавання учнів молодших класів, які мають порушення постави та сколіоз [Текст] / М. І. Крамаренко // Фіз. виховання в рід. шк. : наук.-метод. журн. – 2014. – № 2. – С. 25-27.
12. Крамаренко М. І. Програми з лікувального плавання для дітей, хворих на сколіоз : 1-9 кл. / М. І. Крамаренко, Т. М. Пономаренко, Л. І. Іванова // Фіз. виховання в сучас. шк. : наук.-метод. журн. – 2013. – № 4. – С. 41-43 : табл.
13. Крук А. Підвищення рівня фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку засобами оздоровчого плавання / Крук Алла // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. - Вінниця : Планер, 2017. – Вип. 3 (22). – С. 109-115. – Бібліогр.: с. 115 (7 назв).
14. Крук М. З. Теорія і методика викладання плавання : навч.-метод. матеріали / М. З. Крук, А. З. Биканов, А. З. Крук ; [рец.: Т. Б. Кутек, С. Л. Фесенко, К. М. Щеглов] ; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с. : мал. – Термінол. слов.: с. 67-79. – Бібліогр.: с. 80-82.
15. Кудрявець Д. Плавання. Підготовка до занять та методика навчання / Денис Кудрявець, Максим Мороз // Здоров'я та фіз. культура : газ. для вчителів фізкультури та основ здоров'я, методистів, тренерів. – 2015. – № 6. – С. 5-12 : табл.
16. Кудрявець Д. Техніка плавання кролем / Денис Кудрявець, Максим Мороз // Здоров'я та фіз. культура : газ. для вчителів фізкультури та основ здоров'я, методистів, тренерів. – 2015. – № 6. – С. 13-19 : іл.
17. Линець М. Фізична підготовка дітей молодшого дошкільного віку в оздоровчих заняттях плаванням з використанням рухливих ігор у воді / Михайло Линець, Лілія Назаркевич // Фіз. активність, здоров'я і спорт = Physical Activity, Health and Sport : наук. журн. – 2017. – № 1(27). – С. 32-44 : табл. – Бібліогр. в кінці ст. (24 назви).

18. Носко М. О. Плавання в системі фізичного виховання у ВУЗі / М. О. Носко, О. О. Данілов, В. М. Маслов // Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології : підручник / Носко, М. О., Данілов, О. О., Маслов, В. М. ; М-во освіти і науки, молоді та спорту України. – Київ, 2011. – С. 144-160.
19. Павляшик В. Плавання як ефективний засіб рекреації молоді / Павляшик Віталій // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. - Вінниця : Планер, 2017. – Вип. 3 (22). – С. 377-379. – Бібліогр.: с. 379 (7 назв).
20. Парфенов В. А. Плавание : учеб. пособие / В. А. Парфенов. – Киев : Вища шк., 1978. – 285, [1] с. : рис. – Библиогр.: с. 281.
21. Плавание : учеб. для высш. учеб. завед. / под. ред. В. Н. Платонова. - К. : Олимп. лит., 2000. – 496 с. – Библиогр.: с. 490-495.
22. Родыгин Ю. И. Плавание брассом / Ю. И. Родыгин. – Киев : Здоров'я, 1985. – 61, [1] с. : рис.
23. Ромашенко В. Як навчити дітей плавати : метод. рек. / В. Ромашенко // Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ : газ. для вчителів фізкультури, основ здоров'я, ОБЖ. – 2011. – № 13. – С. 11-22 : іл. – Бібліогр. в кінці ст. (12 назв).
24. Семёнов Ю. А. Навык плавания – каждому : из опыта программир. обучения плаванию / Ю. А. Семёнов . – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 144 с. : рис. – Библиогр.: с. 144.
25. Скалій О. Визначення поняття "вміння плавати" як профілактичний захід в запобіганні утоплень - досвід північно-західних країн Європейського Союзу / Олександр Скалій, Тетяна Скалій // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти та науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. – Вип. 6 (25). – С. 91-99. – Бібліогр.: с. 99 (16 назв).
26. Сливінська І. М'язові судоми (спазми) при плаванні / Інна Сливінська // Безпека життєдіяльності : БЖД : всеукр. наук.-попул. журн. – 2017. – № 7. – С. 5.
27. Спортивное плавание. Путь к успеху : в 2 кн. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. лит., 2011 – 2012.
Кн. 1. – 2011. – 479 с. : ил., табл. – Библиогр.: с. 468-479.
Кн. 2. – 2012. – 543 с. : ил., табл. – Библиогр.: с. 526-543.
28. Степанова Н. Методика развития силы в процессе тренировки пловцов 14-15 лет / Степанова Наталья // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Вінниця : Планер, 2017. – Вип. 3 (22). – С. 438-441. – Библиогр.: с. 441(12 назв).

29. Теорія і методика викладання плавання : курс лекцій / А. З. Крук [та ін.] ; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2018. – 71 с. - Бібліогр.: с. 57-58 . – Дод.: с. 59-70.
30. Фізичний розвиток плавців на початковому етапі спортивної підготовки / Тетяна Яворська, Алла Сидоренко, Алла Крук, Тетяна Кафтанова // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. / М-во освіти та науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. – Вип. 6 (25). – С. 207-212. – Бібліогр.: с. 212 (16 назв).
31. Фирсов З. П. Плавать раньше, чем ходит / З. П. Фирсов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 143 с. : цв. ил.
32. Шкретій Ю. М. Структура фізичної підготовленості плавців. Роль рухових якостей у досягненні високих результатів / Ю. М. Шкретій // Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу / Ю. М. Шкретій. – Київ, 2005. – С. 103-131.

