

Причудливое ныряние

Владимир ВАСИЛЬЕВ

Для рядового свердловского болельщика прыжки в воду – один из самых загадочных видов фестивальной программы. Причина проста: до нынешнего лета в области не было ни одного бассейна, где могли бы проводиться более-менее крупные соревнования по этому виду спорта. Теперь, после ввода в строй екатеринбургского Дворца водных видов спорта, ситуация изменилась, и прыжки в воду могут стать навсегда столицей региональной столицы. Так что – давайте знакомиться.

Братья гимнастики

Во второй половине XIX века в Европе получила невероятную популярность гимнастика (которая, по сути, является частью современных прыжков в воду). Гимнастические упражнения в какой-то момент проникли на летние пляжи. Сперва ими занимались на берегу, а потом некоторые элементы спортсмены стали исполнять и во время прыжков в воду. Новшество получило название «причудливое ныряние».

Первые официальные соревнования по прыжкам в воду прошли в 1880 году в Великобритании. В 1890-м состоялся первый чемпионат Европы. А в 1904-м прыжки в воду были включены в программу Олимпиад. Тогда причудливо ныряли только мужчины. Женщины дебютировали на Играх в 1912-м.

Допрыгались до побед

В нашей стране прыжки в воду как вид спорта культивируются ровно 100 лет: первый чемпионат СССР состоялся в 1923-м.

В 1952 году советские прыгуны дебютировали на Олимпийских играх. Они вышли в финал во всех четырех видах программы, но на пьедестал подняться не сумели.

Восемь лет спустя сборная СССР завоевала первую олимпийскую медаль: на Играх в Риме **Нинель Крутова** была третьей в прыжках с вышки. На Олимпиаде-1972 **Владимир Васин** завоевал золото на трамплине.

С той поры советские (а потом и российские) прыгуны в воду регулярно



ПОЛИНА ЗИНОВЬЕВА

побеждают на крупнейших соревнованиях.

Особо следует выделить легендарного **Дмитрия Саутина**, который участвовал в пяти Олимпиадах и завоевал на них восемь медалей, две из которых – золотые.

Уральская – значит уникальная

Прыжки в воду – не самый популярный вид спорта на Среднем Урале (сейчас им в регионе занимаются всего две сотни человек). Зато именно у нас появилась уникальная звезда мировых прыжков в воду. Это екатеринбургенка **Ирина Лашко**, которая выступила на четырех Олимпиадах и завоевала на них три медали (две серебряные и бронзовую), представляя при этом четыре разные страны – СССР (1988), СНГ (1992), Россию (1996) и Австралию (2004). Кроме индивидуальной программы Ирина Лашко выступала и в синхронных прыжках – в паре с **Юлией Пахалиной**. В 1998 году этот дуэт стал чемпионом мира.

Сейчас главная свердловская звезда в прыжках в воду – уроженка Екатеринбурга **Кристина Ильиных**. Она двукратная чемпионка Европы, участница Олимпиады 2016 года в Рио-де-Жанейро. На недавнем чемпионате России, который прошел в Екатеринбурге, Кристина завоевала два золота.

Где можно заниматься

В настоящее время прыжки в воду развиваются только в 17 регионах Российской Федерации (а всего в РФ – 89 регионов). В число этих 17 входит и Средний Урал, причем у нас есть сразу две секции (больше нет ни у кого в стране, а столько же только в Москве, Санкт-Петербурге и Саратове).

Обе наши школы находятся в Екатеринбурге: одна – во Дворце молодежи, другая – в ДЮСШ «Юность».

Теперь, когда вступил в строй Дворец водных видов спорта, в столице Урала, возможно, появится и третья секция прыжков в воду.



ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА

Прыжки в воду могут выполняться как с искусственных сооружений (трамплин, вышка), так и с естественных (например, со скалы). Последний вид называется хайдайвинг.

Прыжки делятся на одиночные, синхронные и парные (два спортсмена – мужчина и женщина, представляющие одну команду, – прыгают по очереди).

Во время прыжка спортсмены выполняют различные акробатические действия – обороты, винты, вращения. Судьи оценивают качество выполнения этих элементов в полетной фазе, а также чистоту входа в воду (чем меньше брызг – тем выше оценка).

Соревнования состоят из серии прыжков (обычно шести), победитель определяется по лучшей сумме баллов.

ТРИ ЛЮБОПЫТНЫХ ФАКТА О ПРЫЖКАХ В ВОДУ

► Чем отличается трамплин от вышки.

Трамплин – пружинящая доска длиной 4,8 м и шириной 0,5 м, один конец которой закреплен на бортике бассейна. При прыжке с трамплина спортсмен сначала раскачивается на нем, а затем мощно отталкивается, получая дополнительное ускорение от трамплина. По всей длине он имеет противоскользящее покрытие. Устанавливается на высоте 1 или 3 м над уровнем воды.

Вышка – сооружение с несколькими непружинящими платформами на различных высотах (1, 3, 5, 7, 5 и 10 метров). На официальных соревнованиях прыгают только с 10-метровой вышки.

► Прыжки в воду на... дальность.

Этот странный вид соревнований (по-английски он называется планжинг) существовал в конце XIX – начале XX века. Спортсмены должны были нырнуть с определенной высоты в воду, а далее двигаться по инерции, ни в коем случае не помогая себе движениями тела, рук или ног. Прыжки в воду на дальность однажды даже были включены в программу Олимпийских игр. Это произошло в 1904 году. Чемпионом стал **Уильям Дики** (США) с результатом 19,05 метра.

► **Синхронные прыжки** впервые были продемонстрированы в начале 1970-х на показательных выступлениях. Придумали этот вид программы советские спортсмены.

Дворец водных видов спорта

Спортивный объект был сдан в апреле 2023 года. Общая площадь Дворца – 60 тысяч квадратных метров, вместимость зрительских трибун – 5 230 мест. Объект включает в себя шесть спортивных зон: бассейн для прыжков в воду, демонстрационный бассейн, тренировочный бассейн, зал для сухого плавания, зал для сухих прыжков, детский бассейн

Соревнования по прыжкам в воду пройдут с 21 по 24 августа.

Будут разыграны 9 комплектов наград:
 • мужчины – 3
 • женщины – 3
 • смешанные пары – 3



АЛЕКСЕЙ КУНИЛОВ