

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

**ANALÝZA EFEKTIVITY PLAVECKÉ VÝUKY NA PRVNÍM  
STUPNI ZÁKLADNÍCH ŠKOL PŘI SLUČOVÁNÍ DVOU  
VYUČOVACÍCH HODIN DO JEDNOHO CELKU**

Diplomová práce  
(bakalářská)

Autor: Miroslav Zatloukal, tělesná výchova a sport

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Dub

Olomouc 2013

## Bibliografická identifikace

**Jméno a příjmení autora:** Miroslav Zatloukal

**Název diplomové práce:** Analýza efektivity plavecké výuky na prvním stupni základních škol při slučování dvou vyučovacích hodin do jednoho celku

**Pracoviště:** Katedra sportu

**Vedoucí diplomové práce:** Mgr. Jiří Dub

**Rok obhajoby diplomové práce:** 2013

**Abstrakt:** Bakalářská práce analyzuje efektivitu plavecké výuky na prvním stupni základních škol ve sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodinách. Z důvodu snižování nákladů na dopravu žáků do bazénu dochází u některých venkovských škol ke slučování dvou vyučovacích hodin do jednoho celku s tím, že celkový objem dvaceti vyučovacích hodin za pololetí zůstává zachován. Dopad tohoto slučování vyučovacích hodin na efektivitu výuky je sledován u dvou souborů žáků s rozdílnou délkou vyučovací hodiny. Statistickým vyhodnocením rozdílného rozvoje osmi vybraných plaveckých dovedností u těchto srovnávaných souborů byl prokázán negativní vliv slučování dvou vyučovacích hodin do devadesátiminutového celku.

**Klíčová slova:** plavání, plavecká výuka, školní vzdělávací program, slučování vyučovacích hodin, plavecké dovednosti.

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

## **Bibliographical identification**

**Author's first name and surname:** Miroslav Zatloukal

**Title of the master thesis:** Analysis of swimming tuition efficiency at elementary schools when uniting two lessons into one whole.

**Department:** Department of sport

**Supervisor:** Mgr. Jiří Dub

**The year of presentation:** 2013

**Abstract:** Bachelor thesis analyses the efficiency of swimming tuition at elementary schools in united, ninety minutes long lessons. At some country schools two lessons are being united into one whole, while the total number of lessons during one term is preserved. This happens due to the reduction of expenses of transporting the pupils to the swimming pool. The impact of this lessons uniting is being monitored within two sets of pupils with a different lesson length. A negative impact of uniting two lessons into one ninety minutes long whole was proven by a statistical evaluation of a different development of eight chosen swimming abilities within these compared sets of pupils.

**Keywords:** swimming, swimming teaching, school educational program, uniting of lessons, swimming skills.

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Jiřího Duba, uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 15. dubna 2013

.....

Děkuji Mgr. Jiřímu Dubovi, vedoucímu diplomové práce, za odborné vedení během zpracování mé práce a dále děkuji všem učitelům plavecké výuky, kteří mi poskytli potřebné informace a materiály.

## OBSAH

1 ÚVOD.....	7
2 PŘEHLED POZNATKŮ.....	10
2.1 Historie výuky plavání ve světě.....	10
2.2 Historie výuky plavání na území České republiky.....	12
2.3 Historie výuky plavání v okrese Prostějov.....	16
2.4 Současný stav výuky plavání v okrese Prostějov.....	17
2.4.1 Mimoškolní výuka plavání v okrese Prostějov.....	17
2.4.2 Školní výuka plavání v okrese Prostějov.....	18
2.4.2.1 Výuka plavání na základních školách.....	19
2.4.2.2 Výuka plavání na středních školách.....	21
2.5 Plavání a jeho význam.....	22
2.5.1 Zdravotní význam plavání.....	22
2.5.2 Výchovní význam plavání.....	23
2.5.3 Společenský význam plavání.....	24
2.6 Etapy plavecké výuky.....	25
2.6.1 Přípravná plavecká výuka.....	25
2.6.2 Základní plavecká výuka.....	26
2.6.3 Zdokonalovací plavecká výuka.....	28
3 CÍL.....	31
4 METODIKA.....	32
5 VÝSLEDKY.....	35
6 DISKUSE.....	37
7 ZÁVĚRY.....	38
8 SOUHRN.....	39
9 SUMMARY.....	41
10 REFERENČNÍ SEZNAM.....	43
11 TABULKY.....	45
12 PŘÍLOHY.....	60

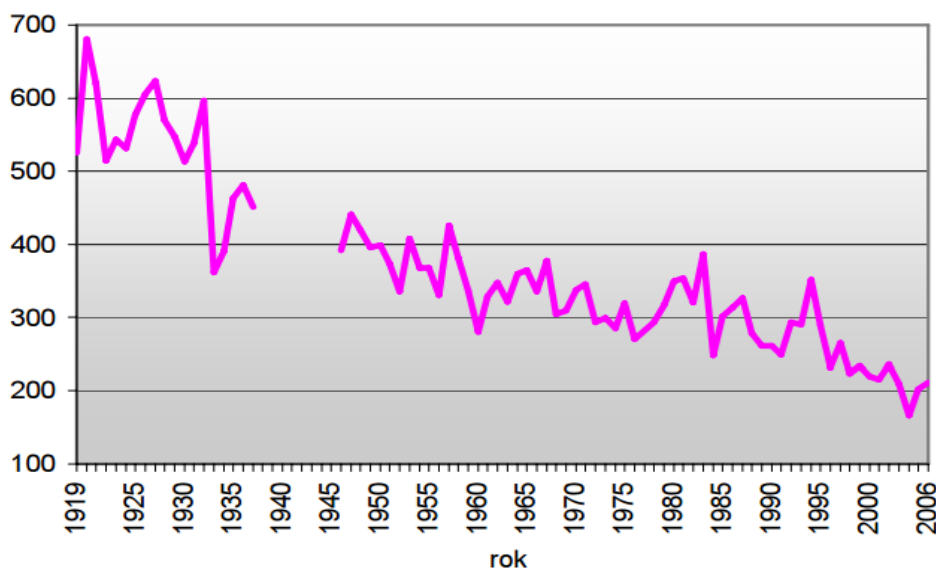
## 1 ÚVOD

Ve starém Řecku platilo pravidlo, že vzdělaný člověk musí umět číst, psát a plavat. Čtení i psaní se dnes učíme v rámci povinné školní docházky a pokud se týká plavání, nemělo by to být jinak.

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV) sice v kapitole 5.8.2 doporučuje v rámci učiva pro základní školy základní plaveckou výuku, prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu, avšak teprve pokud je toto doporučené učivo zahrnuto do školního vzdělávacího programu (ŠVP) dané základní školy stává se závazným (Výzkumný ústav pedagogický, 2005). Při zařazování plavecké výuky do školního vzdělávacího programu dané školy rozhoduje vedení školy nezdědk na základě ekonomických faktorů, zejména nákladů na dopravu dětí do plaveckého bazénu. Některé školy výuku plavání do svých školních vzdělávacích plánů nezařazují, nebo z ekonomických důvodů slučují dvě hodiny do devadesátiminutových celků.

Předkládaná práce v přehledu poznatků mapuje počet základních škol v okrese Prostějov, které ve školním roce 2012/2013 do svých školních vzdělávacích programů výuku plavání nezařadily. Výzkumná část práce sleduje rozdílný rozvoj osmi vybraných plaveckých dovedností u vybraného souboru žáků ve sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodinách a srovnávacího souboru žáků ve vyučovacích hodinách s normální délkou.

K zařazení výuky plavání do vzdělávacího programu všech základních škol by nás měla přivést nejen snaha přiblížit se ideálům antického Řecku, ale také statistika počtu utonulých v České republice (Obrázek 1).



Obrázek 1. Počet zemřelých utonutím 1919 – 2006 (Český statistický úřad, 2007, 33)

Jak vyplývá z výše uvedeného grafu, počet osob zemřelých utonutím na území našeho státu se až do roku 2006, který byl posledním rokem povinné plavecké výuky na základních školách stále snižoval. Z historického maxima v roce 1920, kdy bylo zaznamenáno 681 utonulých klesl počet utonulých i přes oscilace v jednotlivých letech až na hodnoty kolem 200 utonulých osob ročně. I když výše uvedený graf Českého statistického úřadu (ČSÚ) nezohledňuje snížení četnosti sledovaného souboru způsobené rozdělením Československa v roce 1992, je z něj patrná sestupná tendence i po vzniku samostatné České republiky od 1.1.1993. Statistiku utonulých po roce 2006 nevydal zatím ČSÚ v podobě grafu. Vývoj počtu utonulých po roce 2006 dokládám v přehledu vodní záchranné služby Českého červeného kříže, ze kterého je patrná stagnace počtu utonulých na hodnotách 211-259 utonulých osob ročně v letech 2007-2011 (Příloha 1).



I kdyby informace z této bakalářské práce posloužily pouze jako argumenty k zařazení plavecké výuky na základních školách mezi povinné předměty myslím, že její sepsání mělo smysl.

## 2 PŘEHLED POZNATKŮ

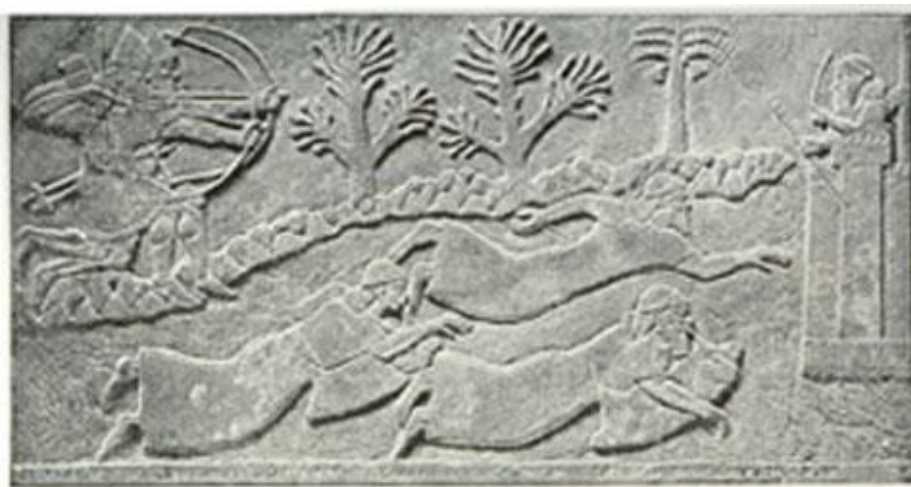
### 2.1 Historie výuky plavání ve světě

Plavání jako existenční podmínka přežití je těsně spjata s vývojem lidského druhu od jeho prvopočátků. „K tomu, aby muži, ženy a děti rodu Homo erectus přeplavali před 1,5 milionem nebo 1 milionem let 5 nebo 20 km, museli být dobrými plavci a s dobrou technikou plavání...“(Motyčka et al.,2001, 17).

První historicky doložené doklady o výuce plavání pocházejí z období otrokářské společnosti. V staroegyptských papyrech je zmínka o učiteli plavání, který vyučoval děti faraonů. Motiv plavajícího člověka se často objevuje na soškách, vázách i nástěnných malbách starého Egypta (Hoch et al., 1987).

V starověké Číně vznikaly první plavecké školy, které byly součástí škol normálních. Čínský lékař Fu-su, se zabýval vlivem klimatu na lidský organismus a nutností otužování (Blatný, 1996).

Na pět tisíc let starém babylónském nástěnném reliéfu z oblasti „Nagoda“ (Obrázek 2) je vidět použití nafouknutých měchů jako nadlehčovacích pomůcek při plavání.



Obrázek 2. Plavci na reliéfu Nagoda, (www.hellas-glana.nl, 2013)

V období antiky dosáhla výuka plavání největšího rozmachu v Řecku. Plavání bylo jedním z nejdůležitějších vyučovacích předmětů v gymnáziích. Patřilo k základním znalostem člověka, kdo neuměl číst a plavat byl považován za nevzdělance. Výuka plavání byla neoddelitelnou součástí vojenského výcviku. Speciálně vycvičení plavci při námořních bitvách měli za úkol přiblížit se pod vodou k nepřátelským lodím, způsobit tam paniku ještě před zahájením bojů. Řecký způsob výchovy vojáka se později přenesl i do Říma. Obdobou gladiátorských zápasů ve vodě byly tzv. naumachie, při kterých se snažil jeden zápasník utopit druhého. Z římské epochy se zachovaly přepychové lázně a bazény. Caracallové lázně měly bazén o rozměrech 55 x 20 metrů s ohřívanou vodou (Hoch et al., 1987).

V období středověku dochází k úpadku tělesné výchovy a tím i výuky plavání. Příčinou tohoto stavu byla křesťanská ideologie, která v péči o tělo viděla odvádění pozornosti člověka o čistotu duše. Výjimku tvořil jen rytířský stav, který mělo zařazeno plavání mezi tzv. sedm rytířských ctností. (Kössl, Štumbauer & Waic, 2006)

Teprve v období humanismu a renesance dochází k návratu k antickým ideálům a uvolnění od církevní upjatosti. V roce 1538 vydal Mikuláš Wynmann z Ingolstadtu první učebnici plavání. J. A. Komenský ve svém spise Orbis pictus zobrazil pod heslem „plavání“ různé způsoby překonávání vodních toků člověkem (Hoch et al., 1987).

Počátky sportovního plavání jsou spjaté s výkony vytrvalostního charakteru. Popud k těmto výkonům dal anglický básník lord G. G. Byron, který přeplaval r. 1810 Dardanelskou úžinu (asi 1400 metrů). Chtěl tím ověřit pravdivost řecké báje

o Leandrovi, podle které Leandros každý večer plaval přes Dardanelskou úžinu za svou milenkou Hérónou (Hoch et al., 1987).

Čin lorda Byrona ovlivnil další vývoj světového plavání. V roce 1875 přeplaval anglický kapitán M. Webb jako první člověk kanál La Manche. Jeho výzvu přijal téměř o sto let později, v roce 1971, i náš František Venclovský, který pokořil kanál La Manche v čase 15 hodin 26 minut. (Židek, 1997).

K renesanci výuky plavání dochází v Evropě až v období kapitalismu. Doba vyžadovala hlubší a komplexnější vzdělání. Na nově zakládaných pedagogických ústavech se vyučovala i tělesná výchova a plavání.

První novodobý plavecký bazén (nepočítáme-li lázně ve starém Římě) byl otevřen v roce 1828 v Anglii (Johnson, 2006). V roce 1837 bylo v Londýně už šest krytých bazénů a pořádaly se soutěže mezi plaveckými kluby a studentskými kolejiemi. Anglie se stala kolébkou novodobého sportovního plavání a metody výuky plavání se odtud rozšiřovaly do ostatních zemí Evropy (Hoch et al., 1987; Kössl, Štumbauer & Waic, 2006).

## **2.2 Historie výuky plavání na území České republiky**

Na rozdíl od antického Řecka a Říma nebyl na území našeho státu v období starověku rozvinutý otrokářský stát, který by pro privilegovanou vrstvu otrokářů zajistil komplexní vzdělání včetně výuky plavání. V období feudalismu byla v našich zemích péče o tělo a o rozvoj tělesných dovedností potlačena vlivem křesťanské ideologie stejně jako v celé Evropě. O organizované výuce plavání na území našeho státu můžeme tedy hovořit až v první polovině devatenáctého století.

„Snahy po organizování plaveckého výcviku v českých zemích se projevují od poloviny 19. století, a to nejdříve po linii školské, později též po linii klubové“.  
(Preislerová, 1983, 13).

Plavecké závody konané v těchto dobách probíhaly na otevřených vodách a měly exhibiční charakter. První historicky dochovaná zmínka je o plaveckých závodech konaných v roce 1845 při příležitosti příjezdu prvního parního vlaku z Olomouce do Prahy (Hoch et al., 1987).

Na základních školách se plavání začalo vyučovat až počátkem dvacátého století. Prvním pedagogem, který se věnoval výuce plavání, byl pražský učitel František Grafnetter (1890-1949), který organizoval kurzy plavání pro děti pražských škol a pro učitele pořádal kurzy plaveckých instruktorů (Puš, 1996).

„V Brně podobnou úlohu sehrál František Majda (1886-1960), který vedl plavecké kurzy pro brněnskou mládež a vydal celkem šest plaveckých publikací“  
(Preislerová, 1983, 15).

K masovému rozšíření výuky plavání přispěla také organizace YMCA (Young Men's Christian Association), která ji zavedla v plaveckém výcviku na letních prázdninových táborech. Odtud se přenesla i do praxe Sokola. Po první světové válce v Praze roku 1919 vznikl Československý amatérský plavecký svaz (Čs. APS), který se dál staral o rozvoj závodního plavání. Tím, že se stal členem FINA (Fédération Internationale de Natition Amateur), byla vytvořena pevná základna pro další rozvoj plavání v tehdejším Československu (Preislerová, 1983).

Školní výuka plavání byla počátkem dvacátého realizována převážně na otevřených koupalištích, což znamenalo značné omezení výuky plavání pouze na teplé období roku před začátkem prázdnin a po jejich skončení. Masový rozvoj

výuky plavání na základních školách byl podmíněn výstavbou krytých bazénů s celoročním provozem.

V období první republiky bylo na území Československa postaveno šest krytých bazénů, v letech 1945-1960 jen čtyři, v letech 1960-1970 už jich bylo 16 a v letech 1970-1980 bylo celkem postaveno 79 krytých bazénů (Sklenář, 1992).

Po dokončení výstavby bazénů ve všech okresech mohla být výuka plavání zařazena jako povinné učivo pro žáky základních škol, protože největší počet utonulých byl v tehdejší ČSSR právě v kategorii žáků základních škol. Dne 20. září 1980 byla přijata směrnice Ministerstva školství č. 15 „Cíl plaveckého výcviku, organizace základního plaveckého výcviku, odborné zabezpečení, bezpečnost a ochrana zdraví žáků při plaveckém výcviku a finanční zabezpečení“. Přijetím této směrnice byl uzákoněn plavecký výcvik pro žáky základních škol jako povinný (Bank, 1991).

Tato směrnice zajišťovala, že plavecká výuka byla pevně zakotvena v osnovách a byla organizována v rozsahu dvaceti vyučovacích hodin, nejpozději ve 4. ročníku základních škol. Organizačně, včetně každoročního vyhodnocení, zajišťoval výuku ve spolupráci s Ministerstvem školství Český svaz plaveckých sportů (ČSPS). V roce 1984 přestala výuku plavání podporovat Česká státní pojišťovna (Puš, 1996).

Stav, kdy výuka plavání byla neoddělitelnou součástí základního vzdělání, byla zajištěna pro všechny děti základních škol a garantovaná státem u nás trval přesně čtvrt století. Od prvního září 1982 se začalo plavání vyučovat povinně na všech základních školách dle směrnice Ministerstva školství č. 15/1980, což trvalo až do 1. 9. 2007, kdy se začalo na našich školách učit podle Školních vzdělávacích programů (ŠVP). V ŠVP už nemusí být výuka plavání povinně zařazena, protože

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV), Č. j. 31504/2004-22 sice v kapitole 5.8.2 doporučuje v rámci učiva pro základní školy i základní plaveckou výuku, ale teprve pokud je toto doporučené učivo zahrnuto do školního vzdělávacího programu (ŠVP) dané základní školy stává se závazným. (Výzkumný ústav pedagogický, 2005).

Rozhodně netrpím nostalgií za minulým totalitním režimem, ale myslím, že když tento fungující systém mohl úspěšně přispívat k prevenci dětí před utonutím i sedmnáct let po pádu komunismu (1990-2007), nebylo třeba jej rušit.

Při zařazování plavecké výuky do školního vzdělávacího programu dané školy dnes rozhoduje vedení školy nezhřídka na základě ekonomických faktorů, zejména nákladů na dopravu dětí do plaveckého bazénu. U některých škol hradí dopravu dětí do bazénu rodiče, ale školy se tak dostávají do konfliktu se zákonem 561/2004 (školský zákon), který v § 2, odst. d), zaručuje zásadu bezplatného základního a středního vzdělávání státních občanů České republiky nebo jiného členského státu Evropské unie ve školách, které zřizuje stát, kraj, obec nebo svazek obcí.

Část základních škol z výše uvedených důvodů výuku plavání vůbec nerealizuje. Poměr škol bez plavecké výuky a škol s výukou plavání v okrese Prostějov, zjištěný vlastním šetřením ve školním roce 2012/2013 uvádím v kapitole 2.4.2.1

## 2.3. Historie výuky plavání v okrese Prostějov

První prostějovský plavecký oddíl vznikl v roce 1951 pod Tělovýchovnou jednotou Československé stavební závody (TJ ČSSZ) Prostějov. Mezi prvními průkopníky byli Knězek, Režňák, Svoboda a Vachek spolu s Jaroslavem Šalamounem. Plavci trénovali na otevřeném bazénu koupaliště Sokola I. za Kosteleckou ulicí, který měřil 25 metrů. V roce 1952 Plavecký oddíl TJ ČSSZ Prostějov začíná pořádat zájezdy do krytých bazénů okolních měst, což vede ke zvýšenému zájmu o plavání v Prostějově a následovnému náboru nových uchazečů do plaveckého oddílu.

V roce 1954 se v Prostějově konaly první přebory Československé republiky pod záštitou prostějovského oddílu, který přebírá nové jméno - Tatran Prostějov. V roce 1958 Tatran Prostějov změnil své zázemí z bazénu koupaliště Sokola I., na otevřený bazén TJ Gala v Drozdovicích s délkou 50 metrů a přijal nové jméno TJ Slovan Prostějov (TJ Gala, 1981).

V roce 1963 dostal rozvoj plavání v Prostějově zcela nové možnosti. V květnu 1963 byl zkolaudován nový krytý plavecký bazén na Floriánském náměstí.

Stavba je umístěna v místě silného podzemního zdroje vody, který využívá i nedaleká městská sladovna. Bazén má objem sedm set osmdesát metrů krychlových a je rozdělen do šesti plaveckých drah po pětadvaceti metrech délky. Areál je navržen jako víceúčelový komplex, ve kterém je kromě bazénu umístěna i sauna, masáže, kosmetika, kadeřnictví a prádelna (Odbor pro výstavbu a vodní hospodářství města Prostějova, 1959).

V roce 1963 se plavecký oddíl přejmenoval na Tělovýchovnou jednotu Gala Prostějov a začal využívat nových tréninkových možností v krytém bazénu. Krytý



plavecký areál umožnil celoroční trénink plavců a vznik dalších plaveckých aktivit v Prostějově. Při plaveckém oddíle vzniká plavecká příprava. V krytém bazénu probíhá plavecká výuka prostějovských základních škol i plavecká výuka speciálních plaveckých tříd (TJ Gala, 1981).

Dne 1.9.1977 byla otevřena nová základní škola na ulici Dr. Horáka, s vlastním bazénem o délce 12,5 metru a třemi plaveckými dráhami. Tato škola začala zajišťovat výuku plavání i pro okolní základní a mateřské školy (Základní škola Prostějov, ul. Dr. Horáka 24, 2013).

## **2.4. Současný stav výuky plavání v okrese Prostějov**

Prostějov s méně než 45 000 obyvateli disponuje dvěma krytými bazény a jedním speciálně upraveným bazénem pro kojenecké plavání. Všechna tato zařízení fungují celoročně. Díky této vybavenosti může v současné době probíhat v Prostějově přípravná, základní i zdokonalovací plavecká výuka jak ve sféře školní, tak i ve sféře mimoškolní.

### **2.4.1 Mimoškolní výuka plavání v okrese Prostějov**

Mimoškolní přípravná plavecká výuka je v Prostějově zastoupena plaveckými kluby Krokodýlek a Chobotnička s.r.o., které organizují plavání kojenců, batolat a přípravnou plaveckou výuku předškoláků v bazénu základní školy na ulici Dr.Horáka.

Základní a zdokonalovací plavecká výuka neorganizovaná ve školním sektoru probíhá v plaveckém oddíle TJ Prostějov o. s.. Tato tělovýchovná jednota je

nástupnickou organizací TJ Pozemstav Prostějov (TJ PoPro [sic]) a její plavci trénují v pětadvacetimetrovém bazénu městských lázní na Floriánském náměstí.

Oddíl plavání se člení podle různých cílových skupin na pět částí: přípravka, kondiční oddíl „Delfín“, přípravné družstvo, žákovské tréninkové družstvo a dorostenecké tréninkové družstvo (TJ PoPro, 2013).

Přípravka poskytuje dětem od 6 do 11 let základní a zdokonalovací plavecký výcvik, kde se dítě naučí tři základní plavecké způsoby a bezpečně zvládne uplavat až 1 000 metrů (TJ PoPro, 2013).

## **2.4.2 Školní výuka plavání v okrese Prostějov**

Významný podíl na zajištění školní plavecké výuky v okrese Prostějov má Základní škola Prostějov, ul. Dr. Horáka 24, která disponuje vlastním krytým bazénem. Škola zajišťuje základní plaveckou výuku pro svoje žáky a na základě smluvního vztahu i pro žáky jiných základních škol. K tomuto účelu využívá jak vlastního bazénu, tak i pětadvacetimetrového bazénu městských lázní na Floriánském náměstí.

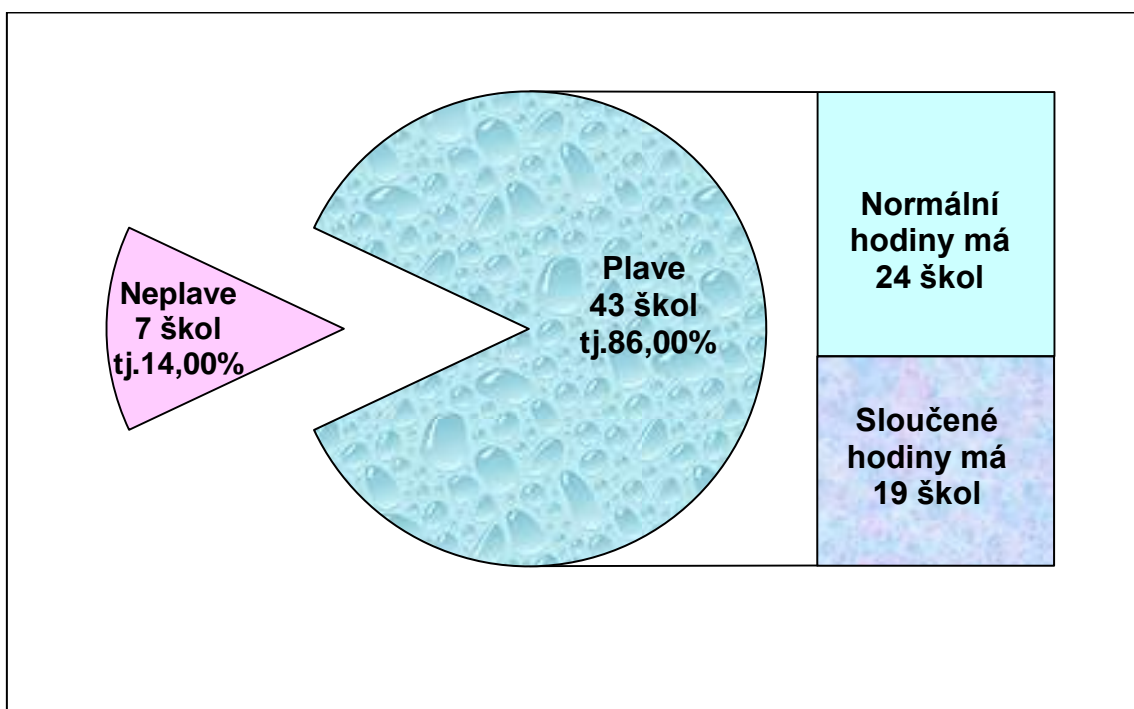
Zdokonalovací plaveckou výuku realizuje ZŠ Dr.Horáka ve svých speciálních plaveckých třídách. „V plavecké třídě je posílena hodinová dotace o 4 disponibilní hodiny, a to v 1. až 4. ročníku o 1 disponibilní hodinu v předmětu Plavecký výcvik. V 5. ročníku mají žáci plavecké třídy předmět Plavecký výcvik jako nepovinný (NP)“ (Základní škola Prostějov, ul. Dr. Horáka 24, 2007, 13).

Část základních škol realizuje základní plaveckou výuku vlastními silami tak, že si od domovní správy města Prostějova pronajímá část bazénu v městských

lázních a výuku zabezpečuje vlastními učiteli tělesné výchovy, kteří absolvovali rekvalifikační kurz a získali kvalifikaci cvičitele plavání a tím splnili podmínky § 22 zákona č. 563/2004 Sb. o pedagogických pracovnících.

### 2.4.2.1 Výuka plavání na základních školách

V okrese Prostějov je kromě základní umělecké školy a zvláštní školy celkem padesát základních škol. Ve školním roce 2012/2013 probíhal základní plavecký výcvik na čtyřiceti třech základních školách, což jest 86 % z celkového počtu (z padesáti) základních škol na okrese Prostějov. Z důvodu snižování nákladů na dopravu přistoupilo 19 základních škol ke slučování dvou vyučovacích hodin do devadesátiminutových celků (Obrázek 3).



*Vysvětlivky:* Celkový počet zákl.škol v okrese (n=50), číselné podklady ke grafu jsou v kapitole 11 Tabulky, (Tabulka 1).

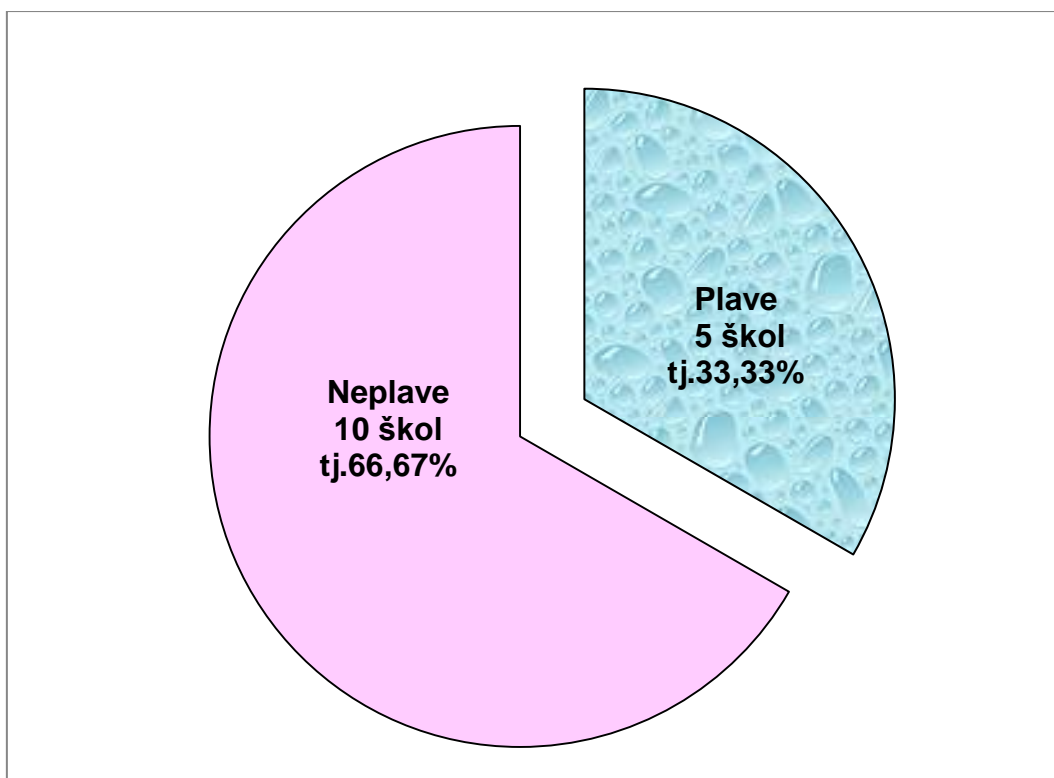
Obrázek 3. Počet škol se sloučenými a normálními hodinami plavání

Výuka probíhá ve druhých a třetích ročnících základních škol. Žáci druhých ročníků absolvují základní plavecký výcvik většinou ve školním bazénu na Základní škole Dr.Horáka. Žáci třetích ročníků plavou v pětadvacetimetrovém bazénu městských lázní v Prostějově.

Doprava žáků druhých a třetích ročníků probíhá většinou společně jedním autobusem, přičemž nejprve vystoupí žáci druhých ročníků u bazénu Základní školy Dr.Horáka a žáci třetích ročníků pokračují autobusem dál k většímu bazénu městských lázní. Žáci absolvují 20 hodin výuky plavání ve druhém ročníku a 20 hodin ve třetím ročníku.

### 2.4.2.2 Výuka plavání na středních školách

V okrese Prostějov je celkem patnáct středních škol a středních odborných učilišť s maturitou. Naprostá většina (14 středních škol) se nachází přímo v Prostějově, kde je pětadvacetimetrový krytý bazén. Přesto mělo ve školním roce 2012/2013 výuku plavání ve svém školním vzdělávacím plánu pouze pět středních škol (Obrázek 4).



*Vysvětlivky:* Celkový počet středních škol a SOÚ v okrese (n=15), číselné podklady ke grafu jsou v kapitole 11 Tabulky, (Tabulka 2).

Obrázek 4. Počet středních škol s výukou plavání

Plavecká výuka středních škol probíhá v pětadvacetimetrovém bazénu městských lázní v Prostějově jedenkrát týdně po dobu jednoho pololetí. Jedna vyučovací hodina trvá 45 minut. U žádné ze středních škol nedochází ke slučování vyučovacích hodin do devadesátiminutových celků. Studenti středních škol

absolvují celkem dvacet vyučovacích hodin, ve kterých zdokonalují pohybovou souhru u tří základních plaveckých způsobů (kraul, znak a prsa) metodou prvkového plavání, učí se starty a obrátky základům záchrany tonoucího ve vodě, včetně skoku do neznámé vody.

## **2.5 Plavání a jeho význam**

### **2.5.1. Zdravotní význam plavání**

Plavání má pozitivní vliv na dlouhodobé udržení dobrého zdravotního stavu člověka, který je dán silově vytrvalostním charakterem této pohybové činnosti a také vodním prostředím.

Pohybové aktivity ve vodě jsou často vhodnější než jiné pohybové aktivity doporučené pro podporu zdraví. Plavání zatěžuje většinu hlavních svalových skupin. Na rozdíl od dalších lokomočních činností (chůze, běh, cyklistika, in-line bruslení, běh na lyžích) zatěžuje rovnoměrněji jak dolní končetiny, tak i horní končetiny. Proto je plavání vhodné i pro ty, u kterých samostatný pohyb na suchu již není vhodný nebo možný. Pohybový trénink ve vodě je vhodnější než trénink na suchu pro osoby s nadváhou a obezítí, pro osoby s ortopedickými vadami....Je pro jedince s tělesným postižením často jedinou pohybovou aktivitou, kterou lze provádět bez kompenzačních pomůcek a samostatně (Čechovská, Jurák & Pokorná, 2012, 19).

Plavání není omezeno žádnou věkovou hranicí, do života člověka zasahuje od nejtělejšího dětství až do pozdního stáří. Této sportovní aktivitě se můžeme věnovat celoročně (Bělková, 1994).

Velkou výhodou je možnost provozovat plavání v krytých bazénech nezávisle na ročním období dlouhodobě a pravidelně. Pravidelně prováděné pohybové aktivity vhodné intenzity snižují o 30 až 50% riziko vzniku ischemické choroby srdeční, infarktu, cukrovky typu 2, vysokého krevního tlaku a rakoviny tlustého střeva (Marcus, Forsyth, 2009).

## **2.5.2 Výchovní význam plavání**

„Je třeba upevňovat sílu těla, abychom udrželi sílu ducha.“

Victor Hugo

Tělesná a duševní stránka osobnosti člověka jsou těsně spjaty. U dětí, které naučíme překonat strach z nového prostředí a posunovat hranice svých plaveckých výkonů je předpoklad že si tyto vlastnosti odnesou i do praktického života.

Plavání je vždy spojeno nejen s pocitem radosti, čistoty a krásy prostředí, ale i s pocitem určitého druhu strachu ve změněných podmínkách, které je nutno překonávat vůlí. Překonání větších vzdáleností přináší pocity chladu, únavy, často i bolesti ve svazech. Úspěch při překonání těchto překážek posiluje především sebedůvěru ve vlastní síly, odvahu, a duchapřítomnost. Schopnost a vůle zachránit lidský život i za cenu ohrožení vlastního života pěstuje v člověku kladné povahové vlastnosti, potlačuje sobectví a egoismus. Z výchovného hlediska jsou tyto stránky plavání zatím nedoceněné (Motyčka et al., 2001, 15).

### 2.5.3 Společenský význam plavání

Plavání provází člověka od prvopočátků vývoje lidské společnosti a ve všech kulturách bylo důležitou podmínkou pro přežití a rozvoj lidského druhu.

Plavání je jednou z prvních pohybových aktivit, se kterými se dítě ve svém vývoji seznamuje formou organizované výuky, která má všechny znaky sociálního učení. Interakční charakter této výuky poskytuje dětem první příležitost k navozování společných vztahů mezi pedagogem a dítětem a mezi členy dětského kolektivu navzájem. A právě tyto sociální zkušenosti prvních šesti let života dítěte výrazně ovlivňují sociální zařazení jedince v pozdějším věku a poznamenávají celý vývoj jeho osobnosti (Bělková-Preislerová, 1994).

Podle sociologů se pohybové aktivity zařazují do hodnotového systému rodin, kdy se stávají trvalou součástí životního stylu všech členů rodiny a budou dítě do budoucna pozitivně ovlivňovat. Plavání patří mezi pohybové aktivity s nejvyšší zdravotní účinností a může sloužit jako celoživotní prostředek upevňování zdraví (Hochová & Kaufman, 2007).

„Člověk, který si neosvojil plavání, je nutně ochuzen o celou řadu příjemných, ale i prospěšných činností... a v určitých situacích se nemůže cítit rovnocenným partnerem ostatním. Vyhýbá se proto vodě a často ovlivňuje i celý rekreační a pohybový režim své rodiny“. (Bělková-Preislerová, 1994, 8)

Vzhledem k tomu, že plavání je u mnoha lidí celoživotní sportovní aktivitou, může podle mého názoru plnit stmelující úlohu mezi generacemi v rodině a být jedním z činitelů při socializaci mladé generace.

„Plavání je při zjišťování preferencí pohybových aktivit v dotazníkových šetřeních uváděno na prvních místech u respondentů obou pohlaví, různého stáří, různých profesí a bez ohledu na sledované lokality“ (Čechovská & Miler, 2008, 82).



## 2.6 Etapy plavecké výuky

Výuka plavání může probíhat v rámci povinné školní docházky i jako aktivita mimoškolní. V obou těchto sférách můžeme plaveckou výuku rozdělit tyto tři etapy:

- přípravná plavecká výuka, která by měla proběhnout v předškolním věku
- základní plavecká výuka, která je určena pro žáky 1. stupně ZŠ
- zdokonalovací plavecká výuka pro žáky, kteří již základní plavecký výcvik absolvovali

(Bělková et al., 1998).

### 2.6.1 Přípravná plavecká výuka

Do této etapy plavecké výuky zařazujeme plaveckou výuku nejmenších dětí od tzv. „kojeneckého plavání“ dětí s rodiči až po věkovou kategorii do šesti let.

„Didaktickým záměrem této etapy je zvládnutí základních plaveckých dovedností, tj. potápění, dýchání, splývání, orientace ve vodě event. základních prvků plavecké lokomoce“ (Bělková et al., 1998, 6).

Hlavním cílem přípravné výuky je seznámit dítě s vodním prostředím, vytvořit základy orientace ve vodě a potápění, začít splývat na zádech a na břiše, dýchat do vody. Snažíme se odstranit strach z vody, aby bylo dítě schopno se samo pohybovat ve vodním prostředí pomocí nohou. Jako zásadní prostředek výuky v této etapě je hra. Ta je nejvhodnější metodou. Správně zvolené hry pak velice rychle odstraní strach z vody, naučí dítě více využívat plaveckou – horizontální – polohu s následným návratem do polohy vertikální a v neposlední řadě vytvoří základní nácvik na plavecké dýchání. Proto by měl cvičitel připravovat výcvikové

jednotky takovým způsobem, aby dítě bylo zapojeno co nejvíce do hravých aktivit a tím si snáze osvojovalo nové dovednosti. Využíváme hlavně těch, kde jsou děti neustále v pohybu a neprochladnou. Hry musí odpovídat věku a být organizačně nenáročné, aby měl cvičitel stále přehled o všech dětech. Doporučovanými plaveckými způsoby v této etapě jsou kraul a znak. Doporučovanou metodou je metoda komplexní, kdy se cvičenec ve vodě pokusí o provedení celého plaveckého pohybu. Nepřihlížíme zde k přesnému provedení, ani správnosti dýchání. Jedná se jen o zapamatování hrubé podoby pohybu, která se delším opakováním upevní a zkvalitní. Celková délka cvičební jednotky by neměla přesáhnout 30 min. a to jak z důvodu prochladnutí, tak z důvodu udržení pozornosti. Doporučená teplota vody je 28-30 stupňů. Počet dětí ve skupině se u takto malých dětí - neplavců – doporučuje stejný, jako je jejich věk. Znamená to tedy, že na 1 cvičitele by mělo být 5 dětí pětiletých, šestiletých nejvíce 6 (Bank, 1991; Talpa, 1990).

### **2.6.2 Základní plavecká výuka**

Základní plavecká výuka je nejdůležitější etapou ve výuce plavání. Je provozován na 1. stupni ZŠ v rámci hodin tělesné výchovy u těch základních škol, které zařadily výuku plavání do svého školního vzdělávacího plánu (ŠVP).

Základní plavecká výuka se organizuje u dětí mezi 8. a 10. rokem. To je nejvhodnější období pro učení se pohybovým dovednostem. Děti v tomto věku mají rády vodu a jsou již schopné koncentrace a spolupráce s učitelem. Mají dobře rozvinutou úroveň nervosvalové koordinace a jsou schopné dostatečně zvládnout motorické učení (Čechovská & Miler, 2008; Bělková, 1994).

Obsah učiva základní plavecké výuky je v současné době formulován ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) v novelizované verzi Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání (RVP ZV), č. j. MSMT-2647/2013-210 platné od 1.9.2013, která ho v kapitole 5.8.2. TĚLESNÁ VÝCHOVA v odstavci učivo vymezuje takto: „plavání – (*základní plavecká výuka*) hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu“ (MŠMT, 2013,78).

Rozsah základní plavecké výuky určuje od 1.9.2012 vyhláška č. 256/2012 Sb. takto: „Pokud škola zařadí do školního vzdělávacího programu základní plaveckou výuku, uskutečňuje ji v rozsahu nejméně 40 vyučovacích hodin celkem během prvního stupně“.

Výuka většinou probíhá ve druhém a třetím ročníku v průběhu jednoho pololetí místo jedné hodiny tělocviku týdně. Délka vyučovací hodiny je zpravidla 45 minut. Základní školy, které musí na plavecký výcvik dojíždět, volí někdy z důvodu zvyšujících se nákladů na dopravu spojení dvou výukových jednotek dohromady a výuka pak trvá 90 minut. U lekce trvajících 90 minut se hlavní část hodiny přerušuje krátkou přestávkou, která pomůže udržet pozornost, vnímavost a aktivitu žáků (Puš et al., 1996).

Teplotu vody doporučuje Preislerová (1987) v rozmezí 25 - 28 stupňů Celsia.

Počet dětí ve skupině vychází z platných předpisů. Na jednoho učitele plavání připadá v jednom družstvu maximálně 10 neplavců nebo 15 plavců.

Před zahájením výuky se provádí vstupní rozřazení do družstev na základě věku dětí a úrovně plaveckých dovedností. Každému družstvu je pak přidělen prostor v bazénu podle plavecké vyspělosti. Učitel musí mít stále přehled o počtu dětí ve

skupině a musí stát tak, aby měl dokonalou kontrolu nad všemi žáky svého družstva. I v této fázi plaveckého výcviku je velmi důležitým prostředkem výuky hra. Je dobré, aby děti nebraly hodinu plavání jen jako nudný nácvik, nutné je střídat aktivity, které vyžadují více pozornosti, s aktivitami hravými. Metoda používaná v této fázi je analyticko-syntetická. Celý její postup spočívá v tom, že komplex plaveckých pohybů rozdělíme na část horních a dolních končetin, plavecké dýchání a polohu těla na vodě. Nejpoužívanější je především při nácviku plaveckého způsobu prsa.. (Bělková, 1994; Puš et al., 1996; Talpa, 1990).

Dle Banka (1991) by se dítě v této etapě výcviku mělo naučit plavat jedním plaveckým způsobem a uplavat nejméně 25 m.

### **2.6.3 Zdokonalovací plavecká výuka**

Navazuje na etapu základní plavecké výuky a měly by se s ní tedy setkat děti, které už absolvovaly čtyřicet hodin výuky plavání. Základní školy ji zařazují na druhém stupni většinou jen v případě, pokud mají k dispozici vlastní bazén.

Je zařazována do výuky hlavně na víceletých gymnáziích a nižších ročnících dalších středních škol (Bělková et al., 1998).

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy formuluje v aktuální verzi RVP ZV obsah zdokonalovací plavecké výuky v kapitole 5.8.2. TĚLESNÁ VÝCHOVA takto: Učivo...plavání (*podle podmínek školy – zdokonalovací plavecká výuka, pokud neproběhla základní plavecká výuka, musí předcházet adaptace na vodní prostředí a základní plavecké dovednosti*) – další plavecké dovednosti, další plavecký způsob (plavecká technika), dovednosti záchranného a branného plavání, prvky zdravotního plavání a plaveckých sportů, rozvoj

plavecké vytrvalosti (MŠMT, 2013,79).

Bělková et al. (1998) konkretizuje tyto obecné cíle v těchto úkolech: prohloubit adaptaci na vodní prostředí, zdokonalit první určený plavecký způsob a naučit a zdokonalit plavecké způsoby další, odstranit zbytečné a neúčelné pohyby, nepřiměřené svalové úsilí, zdokonalit plavecké dýchání, zafixovat automatizaci správného pohybového rytmu.

Plavecká vyspělost dětí staršího školního věku je v zdokonalovací plavecké výuce velmi diferencovaná. Podle stupně osvojení plaveckých dovedností je třeba rozdělit žáky do tří skupin:

- a) neplavci – je jich malé procento, ale je nutné s nimi počítat, rekrutují se převážně z řad dětí dříve nemocných, osvobozených z TV nebo nově na školu příšlých, souhrnně z dětí, které dříve neprošly nebo naprosto neuspěly v základním výcviku
- b) slabí plavci – prošli základním výcvikem s nepřiliš dobrými výsledky a získali Mokré vysvědčení želva 10 m nebo kapr – 25 m
- c) dobří plavci – ze základního výcviku si odnesli dobrou plaveckou výkonnost – Mokré vysvědčení delfín – 200 m (Talpa, 1990).

Rozdílné úrovně plaveckých dovedností je třeba přizpůsobit výuku a rozčlenit žáky do tří družstev – začátečníky, pokročilé a zdatné plavce. Doporučený počet žáků v družstvu je nejvíce 8-12 dětí na jednoho učitele plavání. Důležité je přesné poznání, zafixování a automatizace techniky cílového pohybu. Pro odstraňování chyb se proto doporučuje zpočátku plavat kratší úseky (25-50 m) pomalu. Při rychlém plavání nemusí dojít k sebekontrolě a postupnému vytěšňování chybných návyků. V této fázi se hojně využívá tzv. prvkového plavání, kdy se plave jen horními nebo jen dolními končetinami nebo je záběr prováděn jen jednou paží

s využitím nohou k danému plaveckému způsobu. Při rozdělení žáků do tří družstev se začátečníci učí jednomu základnímu plaveckému způsobu, eventuálně prvkům způsobu dalšího. Pokročilí se věnují zdokonalování osvojených dovedností a nácviku dalších plaveckých způsobů, technických prvků (starty, obrátky) a přípravě k záchraně tonoucích. Program zdatných plavců bude zaměřen více kondičním směrem (Bělková, 1998).

Dle Banka (1991) by dítě v této etapě výcviku mělo uplavat bezpečně jedním plaveckým způsobem nejméně 200 metrů.

### 3 CÍL

Cílem předkládané bakalářské práce bylo prokázat negativní vliv slučování vyučovacích hodin do devadesátiminutových celků na efektivitu výuky plavání u žáků základních škol.

Výzkumné otázky:

Otázka 1:

Jaká bude míra zlepšení plaveckých dovedností u žáků s normální délkou vyučovacích hodin (celkem 20 vyučovacích hodin v délce 45 minut) ?

Otázka 2:

Jaká bude míra zlepšení plaveckých dovedností u žáků ve sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodinách (celkem 10 vyučovacích hodin v délce 90 minut) ?

Otázka 3:

Má slučování vyučovacích hodin plavání do devadesátiminutových celků negativní vliv na rozvoj plaveckých dovedností při zachování celkového objemu vyučovacích hodin?

## 4 METODIKA

Výzkumu byli podrobeni žáci třetích ročníků základních škol okresu Prostějov, absolvující ve školním roce 2012/2013 základní plavecký výcvik v rozsahu dvaceti vyučovacích hodin. Věk žáků byl 8-9 let. Jednalo se o smíšené třídy s obvyklým poměrem chlapců a děvčat. Z hlediska zaměření výzkumu nebyl poměr mezi chlapci a děvčaty podstatný. Byly vybrány dva výběrové soubory probandů :

První výběrový soubor tvořili žáci základních škol: Klenovice, Pivín a Určice. Četnost tohoto souboru byla 52 žáků (n=52). Výuka plavání probíhala ve sloučených vyučovacích hodinách. Žáci absolvovali celkem deset sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodin.

Druhý výběrový soubor - kontrolní skupinu, tvořili žáci základních škol: Bedihošť, Brodek u Prostějova a Hrubčice . Četnost druhého souboru byla 51 žáků (n=51). Žáci této kontrolní skupiny absolvovali celkem dvacet vyučovacích hodin o délce 45 minut.

Způsob výběru probandů byl volen tak, aby oba výběrové soubory byly kromě délky vyučovací hodiny a intervalu mezi vyučovacími hodinami srovnatelné. Žáci z obou výběrových souborů absolvovali rok před výzkumem (ve druhém ročníku základní školy) stejný základní plavecký výcvik ve stejném bazénu na Základní škole Dr. Horáka v Prostějově. Vlastní výzkum probíhal u obou výběrových souborů ve stejném prostředí, v pětadvacetimetrovém bazénu městských lázní Prostějov a se stejnými učiteli plavání. Celkový objem vyučovacímho času byl za sledované období u obou výběrových souborů stejný – 900 minut.



Vstupní úroveň osmi vybraných plaveckých dovedností jsem vyzkoušel u testovaného souboru a kontrolní skupiny žáků ve druhé hodině plavání na začátku školního roku v září 2012. Zjištěnou vstupní úroveň plaveckých dovedností (pretest) jsem zapsal do připravených formulářů: záznamová tabulka plaveckých dovedností – PRETEST, SLOUČENÉ HODINY (Tabulka 3) a záznamová tabulka plaveckých dovedností – PRETEST, NORMÁLNÍ HODINY (Tabulka 4).

Následně jsem provedl přezkoušení po skončení výuky plavání v lednu 2013 a dosažené výsledky u obou sledovaných souborů jsem zaznamenal do tabulek : záznamová tabulka plaveckých dovedností – POSTTEST, SLOUČENÉ HODINY (Tabulka 5) a záznamová tabulka plaveckých dovedností – POSTTEST, NORMÁLNÍ HODINY (Tabulka 6).

Předmětem hodnocení byly tyto plavecké dovednosti.

- kraulové nohy bez použití nadlehčovací pomůcky
- plavecký způsob kraul
- znakové nohy bez použití nadlehčovací pomůcky
- plavecký způsob znak
- prsařské nohy s použitím nadlehčovací pomůcky
- plavecký způsob prsa
- skok po hlavě
- uplavání vzdálenosti 25 m jedním plaveckým způsobem

Výše uvedené plavecké dovednosti jsem hodnotil v těchto bodech:

- poloha těla
- pohyby dolních končetin
- pohyby horních končetin
- souhra pohybu dolních a horních končetin s dýcháním

Jestliže žák plaveckou dovednost úspěšně zvládl ve všech výše uvedených bodech, zaznamenal jsem do tabulky 1. Při nezvládnutí alespoň jednoho bodu, jsem do tabulky zaznamenal 0.

Souhlas probandů s provedením výzkumu byl získán od jejich zákonných zástupců na prvních třídních schůzkách. Anonymita a ochrana osobních dat probandů byla zajištěna způsobem získávání a zpracování dat. Záznamové tabulky plaveckých dovedností byly v záhlaví označeny pouze názvy výběrových souborů: „Sloučené hodiny pretest“ a „Sloučené hodiny postest“, bez uvedení názvu školy a bez uvedení příjmení probanda.

Takto získaná data byla dále anonymně sumarizována do výsledkových tabulek, ve kterých byla dále porovnávána procentuální míra zlepšení plaveckých dovedností celých výběrových souborů bez jakékoli vazby na osobní data probandů.

Pro zjištění počtu škol, ve kterých plavecká výuka neprobíhá (kapitola 2.4.2.1) jsem použil dotazníkovou metodu šetření. Formulář dotazníku přikládám v příloze číslo.2. Dotazníky jsem rozeslal na e-mailové adresy všech základních škol v okrese Prostějov. Vzhledem k jednoduchosti dotazníku byla návratnost poměrně vysoká (87%). U škol, které na e-mail neodpověděly jsem zjistil odpovědi na otázky formou telefonického rozhovoru a ve dvou případech bylo nutno vykonat osobní návštěvu.

## 5 VÝSLEDKY

Tabulka 7. Rozvoj plaveckých dovedností u žáků ve sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodinách.

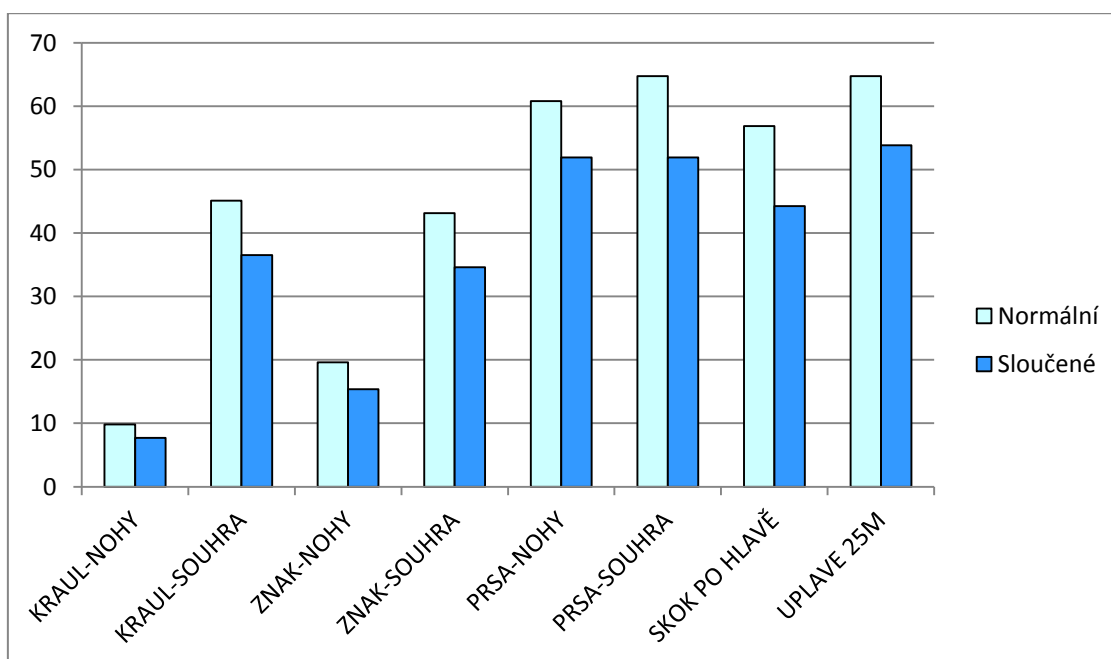
ROZVOJ PLAVECKÝCH DOVEDNOSTÍ VE SLOUČENÝCH HODINÁCH				
	PLAVECKÁ	ÚSPĚŠNOST (%)		MÍRA ZLEPŠENÍ
	DOVEDNOST	PRETEST	POSTTEST	(%)
1	Kraul – nohy	88,46	96,15	7,69
2	Kraul - souhra	21,15	57,69	36,54
3	Znak – nohy	78,85	94,23	15,38
4	Znak - souhra	32,69	67,31	34,62
5	Prsa - nohy	34,62	86,54	51,92
6	Prsa - souhra	26,92	78,85	51,93
7	Skok po hlavě	30,77	75,00	44,23
8	Uplave 25 m	26,92	80,77	53,85

Tabulka 8. Rozvoj plaveckých dovedností u kontrolní skupiny žáků s normální délkou vyučovací hodiny 45 minut

ROZVOJ PLAVECKÝCH DOVEDNOSTÍ V NORMÁLNÍCH HODINÁCH				
	PLAVECKÁ	ÚSPĚŠNOST (%)		MÍRA ZLEPŠENÍ
	DOVEDNOST	PRETEST	POSTTEST	(%)
1	Kraul – nohy	90,20	100,00	9,80
2	Kraul - souhra	21,57	66,67	45,10
3	Znak – nohy	76,47	96,08	16,91
4	Znak - souhra	31,37	74,51	43,14
5	Prsa - nohy	33,33	94,12	60,79
6	Prsa - souhra	23,53	88,24	64,71
7	Skok po hlavě	25,49	82,35	56,86
8	Uplave 25 m	27,45	92,16	64,71

Tabulka 9. Porovnání rozvoje plaveckých dovedností žáků ve sloučených vyučovacích hodinách s kontrolní skupinou žáků s normální délkou vyučovací hodiny

POROVNÁNÍ ROZVOJE PLAVECKÝCH DOVEDNOSTÍ				
	PLAVECKÁ	SLOUČENÉ	NORMÁLNÍ	ROZDÍL
	DOVEDNOST	HODINY (90min)	HODINY (45min)	90 Δ 45
		ZLEPŠENÍ (%)	ZLEPŠENÍ (%)	(%)
1	Kraul–nohy	7,69	9,80	-2,11
2	Kraul-souhra	36,54	45,10	-8,56
3	Znak–nohy	15,38	19,61	-4,23
4	Znak-souhra	34,62	43,14	-8,52
5	Prsa-nohy	51,92	60,79	-8,87
6	Prsa-souhra	51,93	64,71	-12,78
7	Skok po hlavě	44,23	56,86	-12,63
8	Uplave 25m	53,85	64,71	-10,86



Obrázek 5. Srovnání rozvoje plaveckých dovedností žáků ve sloučených vyučovacích hodinách (90minut) s kontrolní skupinou žáků s normální délkou vyučovací hodiny(45minut)

## 6 DISKUSE

Skupina žáků ve sloučených devadesátiminutových hodinách měla nižší míru zlepšení plaveckých dovedností a to u všech osmi sledovaných plaveckých prvků.

Rozdíl v rozvoji plaveckých dovedností se nejvíce projevil u těch prvků, které vyžadují syntézu dříve naučených, dílčích pohybových dovedností do složitějšího celku. Nejvíce je to patrné u plaveckého prvku „prsa souhra“, (řádek č.6 v tabulce a sloupec č.6 v grafu), kde byla míra zlepšení u žáků ve sloučených hodinách o 12,78 % nižší než u kontrolní skupiny žáků s normální délkou vyučovací hodiny.

Druhá největší diference byla zjištěna u plaveckého prvku „Skok po hlavě“ (řádek č.7) a to o 12,63 %. Startovní skoky z bloku byly nacvičovány vždy v závěrečné fázi vyučovací hodiny. Ve sloučených hodinách oddělili učitelé plavání před patnáctiminutovou pauzou hlubokou část bazénu zábranou a děti strávily tuto čtvrt hodinovou pauzu takzvaným „volňáskem“, kdy se všechna tři družstva spojila v oddělení s malou hloubkou a děti si hrály ve vodě na honěnou nebo provozovaly úpolové aktivity ve vodě. Nácviik startovních skoků tedy u dětí ve sloučených hodinách probíhal po 85 minutách nepřetržité fyzické aktivity. Žáci v této fázi vyučování už většinou nebyli schopni dostatečné koncentrace k osvojení nových pohybových dovedností v takové míře jako děti s normální délkou vyučovací hodiny.

U hlavního sledovaného ukazatele „Uplave 25 metrů“ byla zjištěna diference 10,86 % v neprospěch skupiny žáků ve sloučených devadesátiminutových hodinách plavání.

## **7 ZÁVĚRY**

Porovnáním výsledků výběrového souboru s kontrolní skupinou se potvrdil negativní vliv slučování dvou vyučovacích hodin do devadesátiminutových celků, i když celkový objem vyučovacího času byl stejný u obou srovnávaných souborů.

## 8 SOUHRN

Po zavedení „Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání“ v roce 2005 už výuka plavání není povinnou součástí učebních osnov a některé školy ji do svých školních vzdělávacích plánů nezařazují, nebo z ekonomických důvodů slučují dvě hodiny do devadesátiminutových celků.

Cílem předkládané diplomové práce bylo prokázat negativní vliv slučování vyučovacích hodin do devadesátiminutových celků na efektivitu výuky plavání u žáků základních škol.

V teoretické části práce je popsána obecná historie výuky plavání a historie výuky plavání v městě Prostějově, ve kterém byla prováděna výzkumná část této práce. Dále jsou uvedeny základní informace o významu plavání, etapách plavecké výuky a vyučovacích postupech užívaných při výuce plavání.

Výzkumná část práce sleduje rozdílný rozvoj osmi vybraných plaveckých dovedností u vybraného souboru žáků ve sloučených devadesátiminutových vyučovacích hodinách a srovnávacího souboru žáků v hodinách s normální délkou (45 minut).

Výzkumu byli podrobeni žáci třetích ročníků základních škol okresu Prostějov, absolvující ve školním roce 2012/2013 základní plavecký výcvik. Věk žáků byl 8-9 let. Jednalo se o smíšené třídy s obvyklým poměrem chlapců a děvčat. Vstupní úroveň sledovaných plaveckých dovedností byla zjištěna pretestem na začátku školního roku v září 2012. V lednu 2013 byla posttestem zjištěna úroveň plaveckých dovedností po skončení výuky plavání.

Statistickým vyhodnocením rozdílného rozvoje plaveckých dovedností u obou srovnávaných souborů bylo zjištěno, že žáci ve sloučených devadesátiminutových

hodinách měli nižší míru zlepšení plaveckých dovedností a to u všech osmi sledovaných plaveckých prvků.

Rozdíl v rozvoji plaveckých dovedností se nejvíce projevil u plaveckého způsobu prsa, který vyžaduje syntézu dříve naučených, dílčích pohybových dovedností do složitějšího celku. Byla zde zjištěna diference 12,78 % v neprospěch žáků ze sloučených devadesátiminutových hodin.

U hlavního sledovaného ukazatele „Uplave 25 metrů“ byla míra zlepšení u žáků ve sloučených hodinách o 10,86 % nižší než u kontrolní skupiny žáků s normální délkou vyučovací hodiny.



## SUMMARY

After the implementation of the “Framework Educational Programme for Elementary Education” in 2005, swimming tuition is no longer a compulsory part of the curriculum and is not incorporated into educational plans by some schools, or two lessons are being united into one whole due to economic reasons.

The aim of the presented thesis is to show the negative impact of uniting two lessons into one ninety minutes long whole on the efficiency of swimming tuition on pupils at elementary schools.

In the theoretical part is described general history of swimming tuition as well as history of swimming tuition in the town of Prostějov, where the research part of this thesis was done. Next, there is stated some basic information about the importance of swimming, stages of swimming tuition and teaching methods used in swimming tuition.

The research part of the thesis monitors a different development of eight chosen swimming abilities within a chosen set of pupils in united ninety minutes long lessons and a comparative set of pupils with a normal length of lessons (45 minutes).

Pupils in the third grade at elementary schools in Prostějov district were put in the survey. They were attending a basic swimming training in the extent of twenty lessons during school year 2012/2013. The pupils were 8-9 years old. They came from co-educational classes with a standard ratio of boys and girls. The entrance level of the observed swimming abilities was determined by means of a pre-test at the beginning of the school year in September 2012. The level of swimming abilities was determined by means of a post-test in January 2013 after the end of the swimming tuition.

It was proven by a statistical evaluation of a different development of eight swimming abilities within the two compared groups that pupils in the united ninety minutes long lessons had a lower rate of swimming abilities improvement in all eight observed swimming figures.

The difference in the development of swimming abilities was manifested the most in the swimming style “breaststroke”, which requires a synthesis of formerly acquired, partial motion abilities into a more complex unit. Here, a difference of 12,78 % was found to disadvantage of pupils from the united ninety minutes long lessons.

Within the main observed indicator “A pupil can swim 25 metres” was the improvement ratio of the pupils from the united lessons 10,86 % lower than of the control set of pupils with a normal lesson length.

## 10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Bank, L. (1991). *Plavecký výcvik*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.
- Bělková, T. (1994). *Zdravotní a léčebné plavání*. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
- Bělková et al. (1998). *PLAVÁNÍ zdokonalovací plavecká výuka*. Praha: NS Svoboda
- Bělková-Preislerová, T. (1994). *Didaktika plavecké výuky*. Praha: Univerzita Karlova
- Blatný, R. (1996). *La Manche - kanál slávy a prokletí*. Praha: Author.
- Český statistický úřad (2007). *Vnější příčiny úmrtí v ČR v letech 1994 až 2006*, 33, graf [9,1]. Retrieved 18. 1. 2013 from the World Wide Web: [http://www.czso.cz/csu/2007edicniplan.nsf/t/AE0032403F/\\$File/403507k09.pdf](http://www.czso.cz/csu/2007edicniplan.nsf/t/AE0032403F/$File/403507k09.pdf).
- Čechovská, I., Jurák, D., & Pokorná, J. (2012). *PLAVÁNÍ pohybový trénink ve vodě*. (p19). [Učební texty]. Praha: Karolinum.
- Čechovská, I., & Miler, T. (2008). *Plavání*. Praha: Grada Publishing.
- Hellas-Glana (2013). *Wedstrijdzwemmen Historie*. Retrieved 12. 3. 2013 from the World Wide Web: <http://www.hellas-glana.nl/wedstrijdzwemmen/historie.php>
- Hoch et al. (1987). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Hochová, J., & Kaufman, J. (2007). *Plavání dětí s rodiči*. Praha: Grada Publishing.
- Johnson, T. (2006). *History of open - water marathon swimming*. Buzzards Bay, MA: Captain's Engineering Services, Inc.
- Kössl, J., Štumbauer, J., & Waic M. (2006). *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury* [Učební texty]. Praha: Karolinum.
- Marcus, B. H., & Forsyth, L. A. H. (2009). *Motivating people to be physically active*. (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Motyčka et al. (2001). *Teorie plaveckých sportů*. Brno: Masarykova univerzita.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2013). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. (pp.78,79). Retrieved 28. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-skolstvi/upraveny-ramcovy-vzdelavaciprogramprozakladnivzdelavani?highlightWords=R%C3%A1mcov%C3%BD+vzd%C4%9BI%C3%A1vacC3%AD+program+pro+z%C3%A1kladn%C3%AD>

Odbor pro výstavbu a vodní hospodářství města Prostějova. (1959). *Schvalovací protokol: Zimní lázně*. Prostějov: Author.

Preislerová, T. (1983). *Didaktika základního a zdokonalovacího plaveckého výcviku na školách*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství

Preislerová, T. (1987). *Didaktika plavání*. Praha: Univerzita Karlova.

Puš, J. et al. (1996). *Plavání – učební text pro cvičitele*. Praha: Asociace plaveckých škol

Sklenář, J. (1992). *Balneotechnika II*. Praha: České vysoké učení technické.

TJ Gala. (1981). *30 let plaveckého oddílu TJ Gala*. Prostějov: Author.

TJ PoPro. (2013). *O nás*. Retrieved 12.3.2013 from the World Wide Web: [http://www.swimmpv.cz/index.php?option=com\\_content&view=article&id=172&Itemid=464](http://www.swimmpv.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=172&Itemid=464)

Talpa, M. (1990). *Sportovní příprava VII. - plavání*. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta.

Vodní záchranná služba ČČK. (2013). *Statistika utonulých v ČR*. Retrieved 15. 2. 2013 from the World Wide Web: [http://www.vzs.cz/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=25](http://www.vzs.cz/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=25)

Výzkumný ústav pedagogický. (2005). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. Praha: Tauris.

Základní škola Prostějov, ul. Dr. Horáka 24. (2007). *Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání*, 13. Retrieved 21.2. 2013 from the World Wide Web: <http://zshor.pvskoly.cz/dokumenty/program.pdf>

Základní škola Prostějov, ul. Dr. Horáka 24. (2013). *Z historie školy*. Retrieved 21.2. 2013 from the World Wide Web: <http://zshor.pvskoly.cz/>

Židek, V. (1997). *Sám ve víru zdymadel*. Beroun: Baroko & Fox.

## 11 TABULKY

Tabulka 1. Výuka plavání na základních školách okresu Prostějov

	Název základní školy	Výuka plavání		Normální	Sloučené
		NE	ANO	hodiny	hodiny
1	ZŠ a MŠ Bedihošť	0	1	1	0
2	ZŠ Bohuslavice	0	1	0	1
3	ZŠ T.G.M Brodek u Konice	0	1	0	1
4	ZŠ Brodek u Prostějova	0	1	1	0
5	ZŠ a MŠ Bystročice	0	1	1	0
6	ZŠ a MŠ Čechovice	0	1	1	0
7	ZŠ a MŠ Čechy pod Kosířem	1	0	0	0
8	ZŠ a MŠ Čelechovice na Hané	0	1	1	0
9	ZŠ Dobromilice	1	0	0	0
10	ZŠ a MŠ Drahaný	0	1	0	1
11	Masarykova ZŠ Horní Štěpánov	1	0	0	0
12	ZŠ Hrubčice	0	1	1	0
13	ZŠ,MŠ,HVOZD	0	1	0	1
14	ZŠ,MŠ KLADKY	0	1	0	1
15	ZŠ Klenovice na Hané	0	1	0	1
16	ZŠ+Gym Konice	0	1	0	1
17	ZŠ a MŠ Kostelec na Hané	0	1	1	0
18	ZŠ Kralice na Hané	0	1	1	0
19	ZŠ Krumsín	0	1	0	1
20	ZŠ Laškov	0	1	1	0
21	ZŠ Lipová	0	1	0	1
22	ZŠ a MŠ Mostkovice	0	1	0	1
23	ZŠ a MŠ Myslejovice	1	0	0	0
24	ZŠ Němčice nad Hanou	0	1	0	1
25	ZŠ a MŠ Nezamyslice	0	1	0	1
26	ZŠ a MŠ Olšany u Pv	0	1	1	0
27	ZŠ a MŠ Otaslavice	0	1	1	0
28	ZŠ a MŠ Pěnčín	0	1	0	1
29	ZŠ Pivín	0	1	0	1
30	ZŠ Plumlov	0	1	1	0
31	ZŠ Protivanov	0	1	0	1
32	ZŠ a MŠ Přemyslovice	0	1	0	1
33	ZŠ a MŠ Ptení	0	1	1	0
34	ZŠ Prostějov, ul. Dr. Horáka	0	1	1	0
35	ZŠ a MŠ Prostějov, Kollárova ul.	0	1	1	0

## Pokračování tabulky 1

	Název základní školy	Výuka plavání		Normální	Sloučené
		NE	ANO	hodiny	hodiny
36	SŠ,ZŠ,MŠ Komenského 10.	1	0	0	0
37	SŠ,ZŠ+DD	1	0	0	0
38	ZŠ Prostějov, ul. VI. Majakovského	0	1	1	0
39	ZŠ a MŠ Prostějov, Melantrichova	0	1	1	0
40	ZŠ a MŠ Prostějov, Palackého tř.	0	1	1	0
41	ZŠ a MŠ J.Železného Prostějov	0	1	1	0
42	RG+ZŠ města Prostějova	0	1	1	0
43	SŠ,ZŠ,MŠ, Tetín	1	0	0	0
44	ZŠ Prostějov, ul. E. Valenty	0	1	1	0
45	ZŠ a MŠ Rozstání	0	1	0	1
46	ZŠ a MŠ Smržice	0	1	1	0
47	ZŠ a MŠ Tištín	0	1	1	0
48	ZŠ a MŠ Určice	0	1	0	1
49	ZŠ Zdeny Kaprálové a MŠ Vrbátky	0	1	1	0
50	ZŠ a MŠ Vrchoslavice	0	1	0	1
	<b>Celkem</b>	<b>7</b>	<b>43</b>	<b>24</b>	<b>19</b>

Tabulka 2. Výuka plavání na středních školách okresu Prostějov

	Název střední školy	Výuka plavání		Normální	Sloučené
		NE	ANO	hodiny	hodiny
1	ART ECON - Střední škola, s.r.o.	1	0	0	0
2	Cyrlometodějské gymnázium a MŠ Pr	0	1	1	0
3	Gymnázium Jiřího Wolkeru Prostějov	0	1	1	0
4	Obchodní akademie Prostějov	0	1	1	0
5	Reálné gymnázium a ZŠ města Prostěj	0	1	1	0
6	SOŠ podnikání a obchodu, spol. s r. o.	1	0	0	0
7	SOŠp a SOUs Prostějov DPM Sš autc	1	0	0	0
8	Střední škola designu a módy Prostěj	1	0	0	0
9	Střední zdravotnická škola Prostějov	1	0	0	0
10	Švehlova střední škola polytechnická	1	0	0	0
11	TRIVIS - SŠ veřejnoprávní Prostějov	0	1	1	0
12	Gymnázium a ZŠ města Konice	1	0	0	0
13	SOU obchodní Prostějov	1	0	0	0
14	Střední škola automobilní Prostějov, s.r	1	0	0	0
15	SOU stavební Prostějov	1	0	0	0
	<b>Celkem</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>0</b>

Tabulka 3 Záznamová tabulka plaveckých dovedností - PRETEST (sloučené hodiny)

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		P
1	A.Marcela		1	0			1		1		1	
2	B.Tereza		1		1		1		1		1	
3	C.Filip		1	0			1	0		0		0
4	C.Adéla		1		1		1		1		1	
5	H.Adéla		1		1		1		1		1	
6	K.Miroslava		1	0			1		1		1	0
7	K.Jana		1	0			1	0		0		0
8	K.Petr		1		1		1		1	0		0
9	L.Soňa		1	0			1		1		1	
10	M.Daniel		1	0			1		1	0		0
11	M.Matěj		1		1		1		1		1	0
12	N.Andrea		1	0			1	0		0		0
13	S.Jan		1	0			1	0		0		0
14	S.Jan		1	0			1	0			1	0
15	Š.Markéta		1		1		1		1		1	
16	Š.Petr	0		0		0		0		0		0
17	V.Jakub		1	0			1	0		0		0
18	V.Veronika		1	0		0		0		0		0
19	V.Jana		1	0			1	0		0		0
20	Z.Eliška	0		0			1	0			1	0



## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy		KRAUL		Znak-nohy		ZNAK		Prsa-nohy		P
		bez desky				bez desky				s deskou		
21	F.Alena		1	0			1		1	0		0
22	L.Luboš		1	0		0		0		0		0
23	S.Adam		1	0		0		0		0		0
24	P.Martin		1	0		0		0		0		0
25	S.Adéla		1	0			1		1		1	
26	O.Nikola		1	0			1	0		0		0
27	P.Richard		1	0		0		0		0		0
28	Š.Pavel		1	0			1	0		0		0
29	V.Ondřej	0		0		0		0		0		0
30	M.Barbora		1	0			1	0		0		0
31	Š.Adam		1		1		1		1		1	
32	P.Vojtěch		1	0		0	1	0		0		0
33	Z.Jakub		1	0		0		0		0		0
34	B.Michael		1		1		1	0		0		0
35	J.Tomáš		1		1		1		1		1	
36	K.David		1	0		0		0		0		0
37	K.Veronika		1	0			1	0		0		0
38	K.Aleš		1		1		1		1		1	
39	K.Dan		1	0		0		0		0		0
40	K.Tomáš		1	0			1	0		0		0

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		P
41	M.Pavčina		1	0			1	0			1	
42	M.Jan		1	0			1	0		0		0
43	N.Adéla	0		0			1	0		0		0
44	N.Eliška		1	0			1	0		0		0
45	P.Ondřej		1		1		1		1	0		0
46	P.Anna		1	0			1	0			1	
47	S-Petr		1	0			1	0		0		0
48	Š.Radka	0		0			1	0		0		0
49	Š.Eliška		1				1	0			1	
50	V.Jakub	0		0		0		0		0		0
51	V-Adéla		1	0			1	0		0		0
52	V.Tereza		1	0			1		1		1	
	<b>SOUČET</b>	Σ :	<b>46</b>	Σ :	<b>11</b>	Σ :	<b>41</b>	Σ :	<b>17</b>	Σ :	<b>18</b>	Σ :
	<b>ÚSPĚŠNOST %</b>		<b>88,46</b>	%	<b>21,15</b>	%	<b>78,85</b>	%	<b>32,69</b>	%	<b>34,62</b>	%

Tabulka 4. Záznamová tabulka plaveckých dovedností - PRETEST (normální hodiny)

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		P
1	B.Viktor		1	0		0		0		0		0
2	Č.Jakub		1	0			1	0		0		0
3	D.Viktorie		1	0			1		1		1	
4	H.Veronika		1	0			1	0		0		0
5	K.Ladislav	0		0		0		0		0		0
6	K.Kateřina		1	0		0		0		0		0
7	K.Eliška		1	0			1	0		0		0
8	M.Iveta		1	0			1	0		0		0
9	M.Nella		1	0			1	0		0		0
10	O.Lucie	0		0		0		0		0		0
11	P.Markéta		1	0			1	0		0		0
12	P.Petra	0		0		0		0		0		0
13	S.Viktorie		1	0			1	0		0		0
14	V.Jan	0		0		0		0		0		0
15	V.Karla		1	0			1	0		0		0
16	V.Tereza		1	0			1	0		0		0
17	B.Alena		1	0			1		1		1	
18	C.Barbora		1		1		1		1		1	0
19	Č.Markéta		1	0			1		1		1	
20	D.Radim		1	0		0		0		0		0

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		P
21	F.Petr		1		1		1	0			1	0
22	T.Samanta		1	0			1	0		0		0
23	J. Pavlína		1	0		0		0		0		0
24	J. Tomáš		1	0			1	0		0		0
25	K.Martin		1	0			1	0		0		0
26	K.Agáta		1	0		0		0		0		0
27	K.Martin		1		1		1		1		1	0
28	M.Vladimír		1	0		0		0		0		0
29	M.Marek		1		1		1		1		1	
30	M.Martin		1	0		0		0		0		0
31	R.Mirek		1		1		1	0		0		0
32	R.Věra		1	0			1		1		1	
33	T.Míša		1		1		1		1		1	0
34	T.Hana		1	0			1		1		1	
35	<i>V.Markéta</i>		1	0			1	0		0		0
36	<i>V.Tomáš</i>		1	0			1	0		0		0
37	<i>Z.Jana</i>		1	0			1	0		0		0
38	A.Nikola		1		1		1		1		1	
39	B.Eliška		1	0			1	0		0		0
40	F.Alena		1	0			1		1		1	

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul- nohy		KRAU L	Znak- nohy		ZNAK	Prsa- nohy		PRSA	Skok po hlavě		UPLA VE 25 m				
		bez desky			bez desky			s desko u									
4 1	F.Marie	1	0		1	0		0		0	0	0					
4 2	G.Tomáš	1		1	1		1	1		0		0	1				
4 3	H.Štěpán	1	0		1	0		0		0		0					
4 4	P.Aneta	1	0		1		1	1		1		1	1				
4 5	P.Tobiáš	1		1	1	0		0		0		0					
4 6	S.Kristýna	1	0		1		1	1		1		1	1				
4 7	Š.Luděk	1	0		1	0		0		0		0					
4 8	V.Liliana	1		1	1		1	1		1		1	1				
4 9	Z.Lukáš	1	0		1	0		0		0		0					
5 0	Z.Josef	0		0		0		0		0		0					
5 1	Z.Tereza	1		1	1		1	1		1		1	1				
	<b>SOUČET</b>	Σ :	46	Σ :	11	Σ :	39	Σ :	16	Σ :	17	Σ :	12	Σ :	13	Σ :	14
	<b>ÚSPĚŠNO ST %</b>		90, 20	%	21, 57	%	76, 47	%	31, 37	%	33, 33	%	23, 53	%	25, 49	%	27, 45

Tabulka 5. Záznamová tabulka plaveckých dovedností - POSTTEST (sloučené hodiny)

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		PP
1	A.Marcela		1		1		1		1		1	
2	B.Tereza		1		1		1		1		1	
3	C.Filip		1		1		1		1		1	
4	C.Adéla		1	0			1		1		1	
5	H.Adéla		1		1		1		1		1	
6	K.Miroslava		1		1		1		1		1	
7	K.Jana		1		1		1		1		1	
8	K.Petr		1		1		1		1		1	
9	L.Soňa		1		1		1		1		1	
10	M.Daniel		1		1		1		1		1	
11	M.Matěj		1		1		1		1		1	
12	N.Andrea		1		1		1		1		1	
13	S.Jan		1		1		1		1		1	
14	S.Jan		1		1		1		1		1	
15	Š.Markéta		1		1		1		1		1	
16	Š.Petr		1	0		0		0		0		0
17	V.Jakub		1		1		1		1		1	
18	V.Veronika	0		0			1	0			1	
19	V.Jana		1	0			1	0			1	0
20	Z.Eliška		1	0			1	0			1	

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		PP
21	F.Alena		1		1		1		1		1	
22	L.Luboš		1	0		0		0			1	
23	S.Adam		1	0			1	0			1	
24	P.Martin		1	0		0		0		0		0
25	S.Adéla		1		1		1		1		1	
26	O.Nikola		1	0			1		1		1	0
27	P.Richard		1	0			1	0			1	
28	Š.Pavel		1	0			1		1		1	
29	V.Ondřej	0		0		0	1	0			1	
30	M.Barbora		1		1		1		1		1	
31	Š.Adam		1		1		1		1		1	
32	P.Vojtěch		1	0			1	0		0		0
33	Z.Jakub		1	0			1	0		0		0
34	B.Michael		1		1		1		1		1	
35	J.Tomáš		1		1		1		1		1	
36	K.David		1	0			1	0			1	
37	K.Veronika		1		1		1		1		1	
38	K.Aleš		1		1		1		1		1	
39	K.Dan		1	0			1	0		0		0
40	K.Tomáš		1	0			1	0			1	0

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		PP
41	M.Pavčina		1		1		1		1		1	
42	M.Jan		1		1		1		1		1	
43	N.Adéla		1	0			1	0		0		0
44	N.Eliška		1	0			1		1		1	
45	P.Ondřej		1		1		1		1		1	
46	P.Anna		1	0			1	0			1	
47	S-Petr		1		1		1		1		1	
48	Š.Radka		1	0		0	1		1		1	0
49	Š.Eliška		1		1		1		1		1	
50	V.Jakub		1	0			1	0		0		0
51	V-Adéla		1		1		1		1		1	
52	V.Tereza		1		1		1		1		1	
	<b>SOUČET</b>	Σ :	<b>50</b>	Σ :	<b>30</b>	Σ :	<b>49</b>	Σ :	<b>35</b>	Σ :	<b>45</b>	Σ :
	<b>ÚSPĚŠNOST</b> %		<b>96,15</b>	%	<b>57,69</b>	%	<b>94,23</b>	%	<b>67,31</b>	%	<b>86,54</b>	%



Tabulka 6. Záznamová tabulka plaveckých dovedností - POSTTEST (normální hodiny)

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy bez desky		KRAUL		Znak-nohy bez desky		ZNAK		Prsa-nohy s deskou		P
1	B.Viktor		1	0			1	0			1	0
2	Č.Jakub		1	0			1		1		1	
3	D.Viktorie		1		1		1		1		1	
4	H.Veronika		1		1		1		1		1	
5	K.Ladislav		1	0		0		0		0		0
6	K.Kateřina		1	0			1		1		1	
7	K.Eliška		1		1		1		1		1	
8	M.Iveta		1		1		1		1		1	
9	M.Nella		1	0			1		1		1	
10	O.Lucie		1	0		0		0		0		0
11	P.Markéta		1		1		1		1		1	
12	P.Petra		1	0			1	0			1	
13	S.Viktorie		1		1		1		1		1	
14	V.Jan		1		1		1		1		1	
15	V.Karla		1		1		1		1		1	
16	V.Tereza		1		1		1		1		1	
17	B.Alena		1		1		1		1		1	
18	C.Barbora		1		1		1		1		1	
19	Č.Markéta		1		1		1		1		1	
20	D.Radim		1	0			1	0			1	

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy		KRAUL	Znak-nohy		ZNAK	Prsa-nohy		P	
		bez desky			bez desky			s deskou			
21	F.Petr		1		1		1		1		
22	T.Samanta		1		1		1		1		
23	J. Pavlína		1	0			1		1		
24	J. Tomáš		1	0			1	0		1	0
25	K.Martin		1	0			1	0		1	
26	K.Agáta		1	0			1		1		1
27	K.Martin		1		1		1		1		1
28	M.Vladimír		1	0			1	0		1	
29	M.Marek		1		1		1		1		1
30	M.Martin		1	0			1	0		1	
31	R.Mirek		1		1		1		1		1
32	R.Věra		1		1		1		1		1
33	T.Míša		1		1		1		1		1
34	T.Hana		1		1		1		1		1
35	V.Markéta		1	0			1		1		1
36	V.Tomáš		1		1		1	0		1	
37	Z.Jana		1		1		1	0		1	
38	A.Nikola		1		1		1		1		1
39	B.Eliška		1	0			1	0		1	
40	F.Alena		1		1		1		1		1

## Pokračování tabulky

	JMÉNO ŽÁKA	Kraul-nohy		KRAUL	Znak-nohy		ZNAK	Prsa-nohy		P	
			bez desky			bez desky			s deskou		
41	F.Marie		1		1		1		1		
42	G.Tomáš		1		1		1		1		
43	H.Štěpán		1		1		1		1		
44	P.Aneta		1		1		1		1		
45	P.Tobiáš		1		1		1		1		
46	S.Kristýna		1		1		1		1		
47	Š.Luděk		1		1		1		1		
48	V.Liliana		1		1		1		1		
49	Z.Lukáš		1		1		1		1		
50	Z.Josef		1	0			1	0		0	
51	Z.Tereza		1		1		1		1		
	<b>SOUČET</b>	Σ :	<b>51</b>	Σ :	<b>34</b>	Σ :	<b>49</b>	Σ :	<b>38</b>	Σ :	<b>48</b>
	<b>ÚSPĚŠNOST</b> %		<b>100,00</b>	%	<b>66,67</b>	%	<b>96,08</b>	%	<b>74,51</b>	%	<b>94,12</b>

## **12 PŘÍLOHY**

### Seznam příloh

Příloha 1 – Statistika utonulých v ČR (Vodní záchranná služba ČČK, 2013)

Příloha 2 – Formulář dotazníku ke zjištění počtu škol bez plavecké výuky

Příloha 1 – Statistika utonulých v ČR (Vodní záchranná služba ČČK, 2013)

**Statistika utonulých v ČR**

V90 Nehoda plavidla jako příčina (u)tonutí a potopení

V92 (U)tonutí a potopení v souvislosti s vodní dopravou

W65 (U)tonutí a potopení při pobytu ve vaně

W66 (U)tonutí a potopení po pádu do vany

W67 (U)tonutí a potopení při pobytu v bazénu

W68 (U)tonutí a potopení po pádu do bazénu

W69 (U)tonutí a potopení v přírodní vodě

W70 (U)tonutí př

W73 Jiné určené

W74 Neurčené (u

X38 Oběť povod

X71 Úmyslné se

X92 Napadení (u

Y21 (U)topení a

		V90	V92	W65	W66	W67	W68	W69	W70	W73	W74	X38
2011	M	1	0	2	1	2	4	22	31	6	71	0
2011	W	0	0	4	2	0	0	3	5	1	32	0
2010	M	1	0	6	1	2	0	26	38	7	88	0
2010	W	0	0	6	1	1	2	5	10	2	31	0
2009	M	0	0	5	1	1	0	22	44	5	79	4
2009	W	0	0	5	0	0	1	4	7	2	23	1
2008	M	0	0	4	2	0	2	11	47	1	66	0
2008	W	0	0	8	1	1	1	0	7	2	17	0
2007	M	0	1	3	3	5	3	19	42	6	62	0
2007	W	0	0	5	1	0	0	6	7	2	18	0

## Příloha 2 – Formulář dotazníku ke zjištění počtu škol bez plavecké výuky

Dobrý den paní ředitelko/pane řediteli

Omlouvám se, že Vás ruším v práci.

Pro dokončení své diplomové práce potřebuji znát jednoduché odpovědi na dvě následující otázky. V odpovědi na tento e-mail vymažte prosím variantu ANO nebo NE a ponechte správnou odpověď.

- 1) Probíhá ve Vaší škole plavecký výcvik na prvním stupni základní školy ?.....ANO / NE
- 2) Probíhá výuka plavání ve Vaší škole ve sloučených dvouhodinových lekcích?...ANO/NE

Děkuji Vám za čas, který jste vyplnění dotazníku věnovali .

Mějte se hezky a zůstávejte zdraví.



Miroslav Zatloukal



Příloha 1 – Statistika utonulých v ČR (Vodní záchranná služba ČČK, 201





