

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Plavecká úroveň žáků
městských a vesnických základních škol**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce

Mgr. Jitka Pokorná

Vypracovala:

Bc. Dita Bolomská, Dis

Praha, květen 2021

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne

podpis diplomantky:

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Chtěla bych tímto poděkovat vedoucí mé diplomové práce Mgr. Jitce Pokorné za odborné vedení a cenné připomínky při jejím vypracování. Dále bych chtěla poděkovat vedení Plavecké školy Aquasvět Chomutov za vstřícný postoj a poskytnutí záznamových materiálů k vypracování diplomové práce.

Abstrakt

Název: Plavecká úroveň žáků městských a vesnických základních škol

Cíl: Cílem této práce je zhodnocení záznamů sledované evidence vstupních a výstupních hodnot plavecké úrovně dětí mladšího školního věku v rámci povinné plavecké výuky na základní škole. Základním kritériem posouzení bude, zda děti budou absolvovat plaveckou výuku v rámci vzdělávání na městské škole nebo na vesnické škole. Výsledky budou sledovány u dětí různých tříd a u hochů a dívek.

Metody: V této práci jsem aplikovala smíšený typ výzkumu, při kterém jsem využila jak kvalitativní tak kvantitativní prozkoumání tohoto problému. Kvalitativní část práce vychází ze studia dostupné literatury, respektive studia tištěných i elektronických zdrojů. Kvalitativní část vychází ze zkoumání materiálu, záznamů výuky od lektorek v plavecké škole Aquasvět Chomutov. Data získaná z těchto materiálů byla analyzována pomocí popisu, grafů a tabulek. Zkoumaná data byla nasbírána během školního roku 2018/2019. Hodnocení dokumentů probíhalo v roce 2020.

Výsledky: Z výsledků vyplývá, že neexistuje podstatný rozdíl mezi výkonností žáků městské základní školy a vesnické základní školy.

Klíčová slova: plavecká výuka, mladší školní věk, městské školy, vesnické školy

Abstract

Title: Swimming level of pupils of urban basic schools and village basic schools

Objectives: The aim of this work is to evaluate the records of the monitored records of input and output values of the swimming level of children of younger school age in compulsory swimming lessons at primary school. The basic criterion for the assessment will be whether the children will complete swimming lessons as part of their education at a city school or a village school. The results will be monitored in children of different classes and boys and girls.

Methods: In this work, I used a mixed type of research, in which I used both qualitative and quantitative research of this problem. The qualitative part of the work is based on the study of available literature, respectively the study of printed and electronic sources. The qualitative part is based on the examination of the material, teaching records from teachers at the swimming school Aquasvět Chomutov. Data obtained from these materials were analyzed using descriptions, graphs and tables. The researched data were collected during the school year 2018/2019. The evaluation of the documents took place in 2020.

Results: The result shows that there is no significant difference between the performance of urban primary school pupils and rural primary school pupils.

Keywords: swimming lessons, younger school age, city schools, village schools

OBSAH

1 ÚVOD.....	1
2 TEORETICKÁ ČÁST	3
2.1 Historické souvislosti	3
2.1.1 Historie plavání na území České republiky	3
2.1.2 Vývoj přístupů k výuce plavání.....	5
2.2 Plavecká výuka v ČR.....	8
2.2.1 Pojetí výuky.....	8
2.2.2 Mladší školní věk – optimální věk pro plaveckou výuku.....	10
2.3. Plavání na základních školách v ČR.....	12
2.3.1 Organizace a zajištění plavecké výuky před rokem 2000	12
2.3.2 Organizace a zajištění plavecké výuky po roce 2000.....	13
2.4 Východiska pro didaktiku plaveckých způsobů	14
2.4.1 Základní plavecké dovednosti a jejich hodnocení.....	14
2.4.2 Plavecký způsob kraul	15
2.4.2.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky.....	16
2.4.2.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením.....	17
2.4.3 Plavecký způsob znak.....	20
2.4.3.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky.....	21
2.4.3.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením	23
2.4.4 Plavecký způsob prsa.....	25
2.4.4.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky.....	25
2.4.4.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením	28
3. CÍL, ÚKOLY PRÁCE, VÝZKUMNÉ OTÁZKY	31
3.1 Cíl a úkoly	31
3.2 Úkoly	31
3.3 Výzkumné otázky	32

3.4	Postup práce.....	32
4.	METODIKA PRÁCE	33
4.1	Základní charakteristika.....	33
4.2	Charakteristika sledovaného souboru dětí.	33
4.3	Výuka plavání v plavecké škole Aquasvět Chomutov	34
4.4	Vstupní a závěrečné zkušební požadavky.....	35
4.5	Metody získávání a zpracování dat.....	36
5	VÝSLEDKY.....	37
5.1	Vstupní údaje	37
5.1.1	Městské školy	37
5.1.1.1	Žáci 2. třídy ZŠ.....	37
5.1.1.2	Žáci 3. třídy ZŠ.....	39
5.1.1.3	Žáci 4. třídy ZŠ.....	39
5.1.2	Vesnické školy.....	40
5.1.2.1	Žáci 2. třídy ZŠ.....	41
5.1.2.2	Žáci 3. třídy ZŠ.....	41
5.1.2.3	Žáci 4. třídy ZŠ.....	42
5.1.2.4	Shrnutí vstupní úrovně žáků městských a vesnických základních škol	43
5.2	Výstupní údaje	44
5.2.1	Městské školy	45
5.2.1.1.	Žáci 2. třídy ZŠ.....	45
5.2.1.2	Žáci 3. třídy ZŠ.....	46
5.2.1.3	Žáci 4. třídy ZŠ.....	47
5.2.2	Vesnické školy.....	48
5.2.2.1.	Žáci 2. třídy ZŠ.....	48
5.2.2.2.	Žáci 3. třídy ZŠ.....	49
5.2.2.3	Žáci 4. třídy ZŠ.....	49

5.3	Dílčí hodnocení výstupní úrovně.....	50
5.3.1	Dílčí hodnocení - městské školy.....	51
5.3.1.1	Plavecký způsob	52
5.3.1.2	Uplavaná vzdálenost.....	54
5.3.1.3	Dívky a hoši.....	55
5.3.2.	Vesnické školy.....	56
5.3.2.1	Plavecký způsob	57
5.3.2.2	Uplavaná vzdálenost.....	59
5.3.2.3	Dívky – hoši.....	60
6	DISKUZE	62
7	ZÁVĚR.....	66
8	SEZNAM LITERATURY	68
8.1	Tištěné zdroje.....	68
8.2	Internetové zdroje	71
9	Seznam grafů a tabulek.....	73
10	Přílohy	74

1 ÚVOD

Plaveckou lokomoci jako pohybovou dovednost se musí člověk naučit. Na rozdíl od mnohých pohybových činností s plaváním začínáme velmi brzy. Některé děti si úspěšně osvojují základní plavecké dovednosti a následně vlastní plavecké pohyby již v předškolním věku. Velká část dětí se naučí plavat ale až v mladším školním věku. Většinou se však nejedná o náhodné učení. Děti procházejí nejrůznějšími kurzy v rámci školního i mimoškolního vzdělávání.

V České republice je zavedena povinnost základních škol zařadit do svých školních vzdělávacích programů hodiny plavání jako součást plánů pro tělesnou výchovu. Děti tak absolvují plavání na prvním stupni, většinou v rozsahu dvou kurzů ve dvou po sobě jdoucích ročnících. Výhodu mají školy, které mají svůj vlastní školní bazén. Převážná část základních škol však musí výuku plavání uskutečňovat ve spolupráci s nejbližším plaveckým zařízením a děje se tak často ve spolupráci s místní plaveckou školou.

Téma z oblasti výuky plavání bylo zvoleno autorkou práce z několika důvodů. Autorka práce na základě své plavecké kariéry v mládí a dosavadní profesní praxe v nedávné době pracovala a věnovala se výuce plavání dětí předškolního a školního věku. Aktivně se zajímala o problematiku plavání v širším kontextu a kladla si i řadu otázek, na které v teoretických podkladech nenalezala odpověď.

Jedním z těchto nezodpovězených témat se stala úspěšnost osvojování si plaveckých dovedností u dětí, které žijí ve městech a dětí, kteří pocházejí z vesnického prostředí.

Je možné se domnívat, že ve vztahu k příhodnějším podmínkám v okolí bydliště z hlediska přirozených a volných pohybových aktivit mohou být děti z vesnice lépe motoricky vybaveny a všeobecně lépe zvládat nové a obtížnější pohybové situace, tzn. i plaveckou výuku.

Je ale také možné, že naopak méně nabídek pro organizované sportovní vzdělávání vlivem dostupnosti sportovišť nebo nižší finanční zázemí rodin na venkově mohou naopak vést k menším specifickým zkušenostem dětí s vodním prostředím a tím i pomalejšímu postupu v plaveckém vzdělávání v rámci školní docházky.

Pravdou může být oboje. Proto jsme se rozhodli, pojmu tuto problematiku jako téma závěrečné práce magisterského studia diplomatky. Pro účely práce z hlediska objektivitu posouzení úspěšnosti dětí v plaveckých dovednostech byla snaha získat podpůrná data většího zkoumaného souboru dětí z různých městských a vesnických škol a totožný systém plaveckého vzdělávání.

Pro účely naší práce jsme zvolili k posouzení záznamy dětí jednotlivých kurzů v rámci Plavecké školy Aquasvět Chomutov. Tato plavecká škola zajišťuje školní plavání pro chomutovské základní školy, ale i pro školy v přilehlých obcích. Zdroji dat pro naše posouzení budou záznamy úrovně vstupních a výstupních plaveckých dovedností dětí, které zde absolvovaly kurzy plavání v rámci školního plavání v období školního roku 2018/19.

V návaznosti na výše uvedené v teoretických kapitolách stručně přiblížíme některé souvislosti s plaveckou výukou z hlediska historického a současného pohledu, didaktické přístupy ve výuce a hodnocení plaveckých způsobů a charakterizujeme věkové období mladšího školního ve vztahu k motorickému vzdělávání,

Prací bychom chtěli přispět k rozšíření pohledu na plaveckou výuku z hlediska úspěšnosti dětí a to ve vztahu k rozdílnosti bydliště, ale i pohlaví. Za obohacující pro plaveckou praxi by se mohly stát i využitá hodnotící kritéria, které využívá zvolená plavecká škola a které se staly zdroji dat pro vypracování této práce.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Historické souvislosti

2.1.1 Historie plavání na území České republiky

“Plavání na našem území prošlo odlišným historickým vývojem, než jaký známe u Řeků či Římanů. Otrokářský řád se u nás plně nerozvinul a naše kmeny přecházely většinou od prvobytně pospolné společnosti přes období předfeudální k feudalismu.”(Hoch, 1983)

Dle stejné publikace Hocha (1983) je patrné, že z historických pramenů, které popisují Slované, se lze domnívat, že Slované byli dobrými plavci a dokázali tuto dovednost využít ve svůj prospěch například i při bitvách a tím zvítězit nad překvapeným nepřítelem. V období feudalismu plavání, stejně jako jiné sporty, vlivem křesťanství upadalo. O organizované formě plavání lze nalézt zmínky až v první polovině 19. století.

Dne 19. ledna 1919 byl založen samostatný plavecký svaz, Československý amatérský plavecký svaz (ČSAPS). Jeho začátky byly zprvu velmi obtížné, jelikož neexistovala žádná podpora od státu. Svaz byl tak odkázán na dary od bohatých mecenášů. Velkým problémem bylo například zajištění různých zahraničních zájezdů, účasti na mistrovství Evropy, ale i olympijských her. Pro získání finančních prostředků se proto běžně pořádaly pouliční sbírky.

Závody v této době měly exhibiční charakter, pořádaly se zejména v rámci lidových slavností. V roce 1895 byl založen nejstarší sportovní klub, AC Praha, který se zasloužil o pořádání plaveckých závodů mezi Střeleckým a Slovanským ostrovem v Praze. Soutěžilo se na trati 2000 m, později také v závodě na 500 m. Délky tratí byly odrazem dřívějších pokusů o přeplavání mořských úžin.

Kromě plavání se na těchto akcích se pořádaly závody v neckách či v sudu, proto lidé pohlíželi na plavání jako na atrakci. První mistrovství Československa se konalo v roce 1919 na Vltavě na Císařské louce. Závodilo na 100 m po proudu řeky (Ružbarský, Turek, 2006).

Plavecké spolky na našem území se však potýkaly v této rané době s finančními či politickými nesnázemi. Plavecké sporty se tak na našem území rozvíjely jen velmi pomalu. Svědčí o tom například i fakt, že první 25m bazén na našem tehdejší území byl postaven v Bratislavě v roce 1895. Nicméně další plavecká zařízení byla budována a otevírána až po roce 1927.

V mezidobí mezi lety 1895 a 1927 plavecké aktivity a snahy na našem území neustaly. I přes řadu úskalí v této době se mnoho závodů pořádalo na otevřené vodě. Problém však bylo skloubení závodů s průjezdy parníků nebo přepouštění plavebních komor. Jediným řešením bylo budovat samostatná plavecká zařízení.

V roce 1938 bylo na našem území postaveno už 8 krytých 25m bazénů. V roce 1980 se počet krytých bazénů pohyboval již kolem 120. V době po roce 1989 některé bazény zanikly, ale řada se jich dočkala rekonstrukce, buď z hlediska ekonomiky provozu, nebo v souvislosti s rozšiřováním služeb pro návštěvníky. Z tohoto hlediska můžeme kladně hodnotit i budování nových aquacenter, jejichž součástí bývají i klasické nebo výukové bazény. Zdá se, že současný počet veřejných nebo soukromých krytých bazénů a aquaparků umožňuje pokrýt potřeby výuky plavání žáků základních škol (Bolomská, 2018).

Dle Hocha (1983) je počátek plaveckého výuky, dnes plavecké výuky, v Čechách spojen se zavedením tělesné výchovy a plavání do škol. „Tělocvik“ byl nejprve zaveden na školy nižšího stupně a postupem času i na gymnázia. Během první poloviny 20. století bylo také vydáno několik publikací s plaveckou tematikou, které popisovaly jednotlivé plavecké způsoby, ale také návody pro samotné učení plaveckým pohybům.

K rozvoji elementárního plavání na školách nižšího stupně docházelo výrazně až koncem šedesátých let minulého století. V rozšíření plavecké výuky sehrála významnou roli organizace YMCA (největší mládežnická organizace na světě), která zavedla na letních prázdninových táborech, kolektivní metodu v plavecké výuky. Z tohoto prostředí byla přenesena i do praxe Sokola.

2.1.2 Vývoj přístupů k výuce plavání

V následujících kapitolách se budeme zabývat různými metodami pro nácvik plavecké lokomoce, které zejména předcházely a ovlivnily přístupy učení plaveckým pohybům a vyústily v dnešní didaktiku plavání. Touto problematikou se zabírala v daných obdobích řada učitelů i teoretiků plavání.

Ve shodě se Stloukalovou (2012) můžeme obecně konstatovat, že historické záznamy o učení plavání můžeme vnímat již prakticky od starověku, kdy se lidé ve vodě snažili napodobovat pohyby zvířat, aby mohli z praktických důvodů překonávat vodní překážky. Nicméně za první učebnici plavání je považována publikace Mikuláše Winmamma z roku 1553, v které najdeme návod, jak se naučit plavat prsa, znak, bok. Jsou zde poznámky i k záchraně a skokům do vody nebo k plavání žen.

Po vydání této učebnice se výuka plavání rozvíjela především v souvislosti s postupy při samotném učení jedince plaveckých pohybů. Můžeme zde rozeznat několik didaktických přístupů, které z hlediska vývoje plavecké výuky měly zásadnější význam a byly v době využívání více rozšířeny.

Samouci

V počátcích vývoje plavání šlo pouze o individuální snahy jednotlivců, které byly motivovány různě. U některých jedinců to byla otázka přežití (námořníci, rybáři, lovci perel apod.), u jiných snadná příležitost k pohybové aktivitě, či nezbytná potřeba (obyvatelé povodí řek, přímořských oblastí a ostatních vodních ploch) nebo zvědavost a snaha zkoušet nepoznané (cestovatelé). Po celém světě bylo známo mnoho způsobů, jakými různí domorodci plavali. Podle způsobu plavání domorodců v Africe, Jižní Americe a jižním Pacifiku lze usoudit, že někde plavali i střídavou prací paží, tedy způsobem připomínajícím dnešní kraul. Tak zvaným “havajským kraulem”, šokovali havajští Američané Duke a Rhoa Kahanamoku v r. 1912 na OH ve Stockholmu, kde díky této technice zvítězili (Stloukalová, 2017).

Metoda individuální, povrchová, metoda bidla

Tato metoda byla zavedena na počátku 19. století v německé armádě, kde bylo nezbytné, aby její členové uměli plavat. Bidlo pro nácvik plavání zavedl Guts-Muts, který napsal v r. 1798 knihu pro filantropinum v Schneefenthalu, kde se plavání vyučovalo od r. 1790. Kniha se jmenovala Kleines Lehrbuch der Schwimmkunst a Guts-Muts v ní uváděl tři složky nácviku plavání. První složkou bylo seznamování s vodou, druhou byl individuální nácvik na suchu a až poslední byl nácvik ve vodě. Velká pozornost byla věnována nácviku na suchu, cvičilo se jak ve stoji na zemi, tak na různém nářadí. Guts-Muts také vynalezl dřevěnou konstrukci známou jako „plavecká koza“, na které se neplavec učil souhře pohybů. Tento postup se plavec pokoušel přenést do vody právě prostřednictvím bidla, které si lze představit například jako rybářský prut. Neplavec byl v pase zavěšen do připraveného postroje, připevněného na bidlo, které vyučující držel v patřičné poloze, čímž neplavce nadlehčoval. Neplavec se tedy mohl plně soustředit na souhru paží a nohou a nemusel se obávat hloubky vody pod ním.

Tuto metodu plně rozvinul pruský důstojník Ernest von Pfuel, který ji přenesl do armády a zcela podřídil výuku plavání typickému německému drilu. Úplně ignoroval etapu seznámení s vodou. Kládl důraz na nácvik rozloženého pohybu na suchu podle počítání a tento postup přenesl i do vody, kde vyučoval v závěsu v pevném bodě, na bidle, i více neplavců současně (tzv. kolotoč). Dále byly sestrojovány různé „učící stroje“, kde neplavci byli zavěšeni na konstrukce, které vedly jejich končetiny a napodobovaly plavání na prsou (Hoch, 1983).

U nás byla první příručka plavání napsána pod vlivem německého vzoru. Jmenovala se Nauka o plování a jejím autorem byl Z. J. Veselý. Metoda bidla na našich plovárnách převládala ještě ve dvacátých letech 20. století. Někde sice byla kombinována i s fází seznámení s vodou nebo s užitím nadlehčovacích pomůcek, ale stále převládalo mechanické opakování pohybů na suchu, později na mělčině a v neposlední řadě na hluboké vodě. V této době byl důkladný nácvik na suchu zdůvodňován zvýšením odvahy pro přesun do vodního prostředí.

Výsledkem této metody byl často „pasivní plavec“, který neuměl dýchat do vody, neuměl se vypořádat s vodním prostředím a případným chvilkovým pobytem pod vodní hladinou.

Metoda nadlehčení

Byly nalezeny kresby lidí z dob staré Mezopotámie, plavajících na měchu ze zvířecích kůží. Měchy se pravděpodobně používaly v armádě a tuto metodu přejímaly další generace a národy. Některé plavecké pomůcky navrhl Leonardo da Vinci. Byla to například plavecká okružní a rukavice s blánami. Z toho důvodu lze tuto metodu označit jako nejstarší metodu výuky plavání, tedy i starší než je metoda bidla.

V pozdějších letech byly využívány plavecké rukávky, kruhy, plavecké desky, kroužky na paže, dolní končetiny a krk, plavecké vesty, nadlehčovací pásy a jiné nadlehčovací pomůcky. Využití těchto pomůcek, jednotlivě či v kombinaci, někdy znemožňovalo výuku správných plaveckých pohybů. Občas se tato metoda využívala i ve spojení s metodou bidla. Většinou však byla využívána s kolektivní metodou důvěry a sebedůvěry (Neuls, Viktorejník, 2017).

Kolektivní metoda důvěry a sebedůvěry

Tato metoda se poprvé objevila v USA. Vznikla na hromadných rekreacích americké mládeže v letních táborech Červeného kříže a dále se rozvíjela v americké armádě v době 1. světové války, v které bylo nutno vycvičit větší množství vojáků v plavání.

Kolektivní se nazývala proto, že se jednalo o hromadnou výuku, důvěry a sebedůvěry proto, že byla velká pozornost věnována etapě seznámení s vodou. Vycházela tedy z poznání vlastností vody. Američané ponechali učencům pouze plaveckou desku. Neplavci poznávali vodní prostředí, hlavně vztlak vody, prostřednictvím her, plavecké dovednosti a pohyby se učili nápodobou (Ružbarský, 2006).

Tato metoda se v období 1. světové války rozšířila i do Evropy a byla zde obvykle spojována s metodou bidla. I na našem území dlouhou dobu přetrvávala metoda bidla, někdy v kombinaci s jinými výše uvedenými metodami. Teprve po roce 1940 autoři Očenášek, Mecl a First přejali tuto metodu v celém jejím rozsahu (Stloukalová, 2017).

Současné pojetí výuky plavání

Současné pojetí výuky plavání vychází z kolektivní metody důvěry a sebedůvěry. Důraz je kladen zejména na důkladné seznámení s vlastnostmi vody a na adaptaci jednotlivce na pobyt ve vodě. Snahou je vyhnout se jednotvárným a neměnným metodickým řadám tím, že

se více přihlíží k věkovým zvláštnostem neplavců a materiálním podmínkám výuky. Při učení se využívají nadlehčovací a jiné pomůcky, které vedou u jednotlivců ke zlepšení schopnosti udržet se v době počátku nácviku ve vodorovné poloze na vodní hladině. Veškeré snažení se podřizuje co největší efektivitě učení a optimálním postupům vzhledem k úrovni a věku plavců (Linhart, 1986; Ružbarský, Turek, 2006).

2.2 Plavecká výuka v ČR

2.2.1 Pojetí výuky

Výuka plavání v současném pojetí vychází z kolektivní metody důvěry a sebedůvěry. Cílem je aktivní plavec, což je plavec, který je plně adaptován na vodní prostředí, umí se ve vodě pohybovat různými plaveckými způsoby, i za ztížených podmínek, a v případě ohrožení je schopen pomoci sobě, případně druhým (Stloukalová, 2019).

Jednotlivé etapy plavecké výuky, přípravná, základní a zdokonalovací plavecká výuka, mají své dílčí cíle, které se odrážejí v postupových krocích nácviku a osvojování si jednotlivých dovedností i celkové plavecké lokomoce. Zároveň prostřednictvím odborného vedení zajišťují dílčí etapy výuky akceptaci individuálních rozdílů jedinců z hlediska počátečních dovedností i z hlediska rychlosti postupu v učení.

Snahou je eliminovat při plavecké výuce stresové situace, které mohou být u některých dětí z počátku spojeny například se samotným, pro ně neznámým, vodním prostředím nebo mohou vzniknout jako důsledek negativní zkušenosti při jakémkoliv pobytu a činnostech ve vodě. Proto i při běžné skupinové plavecké výuce je zdůrazňován individuální přístup učitele a pozitivní zkušenosti plavců.

U začátečníků je často při plavecké výuce využíváno kontaktní vedení či dopomoc učitele při různých nácvičných činnostech, které napomáhají zvládat jednotlivé úkoly méně disponovaným plavcům. Za důležité je považováno poskytovat učitelem pozitivní informace o vykonávaných činnostech a využívat pochval tak, aby se eliminovaly negativní pocity plavců z vodního prostředí či obecně z plavecké výuky (Colwin, 1992).

Podstatným znakem současné plavecké výuky je využití her a hrových činností, především v přípravné plavecké výuce při adaptaci na vodní prostředí a osvojování si základních plaveckých dovedností. Využíváme tak často známé činnosti ze sucha pro vykonání pohybů a poloh těla nebo končetin ve vodě. Využití různých plaveckých pomůcek pak rozšiřuje škálu možností činností ve vodě o specifická plavecká cvičení pro rozvoj jednotlivých základních plaveckých dovedností.

Zvládnutí základních plaveckých dovedností plavci je nutný předpoklad současných didaktických postupů pro výuku plaveckých způsobů. K základním plaveckým dovednostem v širším pojetí řadíme splývavou polohu na hladině v provedení na břicho a na zádech, zanoření obličeje do vody s otevřením očí, výdech do vody (plavecké dýchání), plavecký kotoul, orientace pod hladinou a vynesení předmětu z hloubky, pád (skok) do vody z okraje bazénu a zaujmutí vznášecí polohy u hladiny jako sebezáchrané dovednosti (Čechovská, Miler, 2008).

Například začátečníci se nejdříve pomocí hry učí správně zaujmout splývavou polohu na hladině, na zádech i na břicho. Tuto dovednost propojují s dovedností plaveckého dýchání. Následně využijí střídavou činnost dolních končetin, která vychází z přirozeného lokomočního pohybu na suchu, k pohybu na vodní hladině. Při vlastním nácviku kraulu nebo znaku dále zdokonalují činnost dolních končetin, optimalizují polohu těla a učí se pohyby paží v součinnosti například s dýcháním nebo rotací těla (Pokorná, 2015).

Využití plaveckých pomůcek významně napomáhá procesu učení u plavců. Při plavecké výuce se využívají nadlehčovací pomůcky uchopovací nebo nadlehčovací pomůcky, které se připevňují na tělo. Jejich využití v počátku nácviku nebo při zdokonalování dílčích pohybů usnadňuje plaveckou polohu na hladině či fixuje končetiny, které se neúčastní pohybů při cvičeních. Odebráním nadlehčovací pomůcky zvyšuje poté dovednostní požadavky na plavce (Puš, 1996).

Praxe ukazuje, že je u malých dětí předškolního a mladšího školního věku lépe zahajovat plaveckou výuku plaveckými způsoby se střídavou činností dolních končetin, kraul a znak. Plavecký způsob kraul je doporučován například autory Čechovská, Miler (2008), naopak Asociace plaveckých škol spíše preferuje zahájení výuky plaveckým způsobem znak. Shodný názor je pro plavecký způsob prsa. Učit ho také v období mladšího školního věku, ale u starších dětí. Jsou však plavecké školy, které učí jako první plavecký způsob právě prsa.

2.2.2 Mladší školní věk – optimální věk pro plaveckou výuku

Mladší školní věk se označuje období ve vývoji člověka od 6 let do 11let věku dítěte. Dá se říci, že toto období se počítá od nástupu jedince k povinné školní docházce, až po věk, v kterém se u něj začínají projevovat první známky pohlavního dospívání. V novějších publikacích se toto období dělí na mladší školní věk (6-8 let) a střední školní věk (9-11), na který navazuje v rámci základní školní docházky vyšší (starší) školní věk (12-15 let) (Říčan, 2004).

Charakteristika tělesného a motorického vývoje

Tělesný vývoj se v období mladšího školního věku vyznačuje pravidelným přírůstkem tělesné výšky a mnohdy i váhy. Tělesné proporce se celkově mění. Paže dětí se vzhledem k tělu prodlužují, ovšem hlava roste pozvolněji, proto ztrácí velikostní podíl, který měla v předchozím období. Při tomto růstu se ustaluje zakřivení páteře a mohou se projevit mnohé deformace způsobené růstovou vadou či vadným držením těla. Kloubní spojení je i nadále měkké a pružné jako v předchozím vývojovém období, ovšem pružnost kostí se snižuje kvůli osifikaci kostí. Kromě rovnoměrného růstu těla, také rovnoměrně rostou vnitřní orgány. Toto se projevuje zejména zvětšením krevního oběhu a vitální kapacity plic.

Perič (2012) k vývoji centrální nervové soustavy poznamenává, že mozek dítěte mladšího školního věku je plně vyvinut již z období předškolního věku, ovšem počet nervových spojení se neustále rozvíjí. Vznikají a rozvíjí se podmíněné reflexy, díky nimž je jedinec schopen zvládat složitější a koordinačně náročnější pohyby.

Motorického vývoje dítěte mladšího školního věku je přirozeně nejvíce spojen se spontánní aktivitou, prostřednictvím které si dítě osvojuje v tomto období nejvíce nových pohybových dovedností. U nově učených pohybů je jedinec neobratný, vynakládá mnoho energie a pohybů navíc. V konkrétních činnostech může struktura pohybu vykazovat zásadní nepřesnosti, které pro pozdější využití dovednosti mohou být kontraproduktivní. Proto se zdá, že řízená pohybová aktivita je z hlediska efektivity a kvality pohybu výhodnější.

Dítě je již schopno v mladším školním věku vnímat a konat pohyb podle instrukcí a zároveň je schopné vydržet v pohybu delší dobu. To umožňuje začít s dětmi v tomto období rozvíjet

cíleně různé pohybové dovednosti. V plavání můžeme vidět souvislost s osvojování si základů plaveckých technik, včetně korekcí nežádoucích pohybů. (Benčuriková, 2011)

Charakteristika psychického vývoje

Jedinec v období mladšího školního věku získává nespočet nových vědomostí, významně se rozvíjí paměť a představivost. Co se vnímání svého těla týče, jedinci v tomto věku jsou schopni vnímat a soustředit se zejména na jednotlivosti. Tedy na jednotlivé jednoduché úkoly, od čehož se odvíjí i opravování chyb během plavecké výuky. Jedince upozorňujeme na jednu podstatnou a výraznou chybu a následně ji procvičujeme. Pokud shledáme, že se projev chyby změnil, potažmo zlepšil, zaměříme se na další chybu a opět korigujeme jen jednu chybu.

Pokud je jedinec pohybově nadaný, můžeme ve výjimečných případech korigovat chyby dvě. Může se však stát, že se plavec stejně zaměří na opravu jedné chyby, která je pro něj snazší na korigování. Vzhledem k tomu, že dítě v tomto období chápe především reálné věci a situace, je více než vhodné, aby učitel korekce chyb prováděl přímo na plavci, ideálně mimo vodní prostředí a přímo ho provedl správným pohybem, který po plavci požaduje. Kromě toho je velmi vhodné, aby učitel využíval příklady pohybů, a to buď vlastním předvedením, nebo ukázkou jiným plavcem. (Masaryková, 2011)

Děti v období mladšího školního věku jsou hodně emotivní a přílišná kritika by mohla vést k demotivaci ohledně učení nových dovedností. Proto je zdůrazňován spíše pozitivní a individuálně citlivý přístup učitele (Perič, 2012).

2.3. Plavání na základních školách v ČR

2.3.1 Organizace a zajištění plavecké výuky před rokem 2000

Výuka plavání na základních školách se u nás organizuje již od 60. let 19. století. V počátcích se tato výuka realizovala zejména na gottwaldovských školách, na kterých byla zavedena Jaroslavem Černým. Masová výuka plavání začala až v 80. letech minulého století. Teoretické zázemí a stanovení didaktických postupů v tomto období spojujeme zejména se jmény Otakara Záboje z Brna a Miloslava Hocha z Prahy.

Cílem vytvořeného systému bylo zajistit takové podmínky a výuku plavání v českých bazénech, které by vedly k plavecké gramotnosti u všech dětí. Plavecký svaz, který tehdy zajišťoval a řídil plaveckou výuku u nás, usiloval o zapojení všech školských zařízení přes ministerstvo školství. Díky tomu se dařilo, aby víceméně všechna dětská populace u nás prošla základní plaveckou výukou.

Puš (1992) v této souvislosti uvádí, že důležitou a pro další vývoj plavání na ZŠ nezbytnou se stala směrnice č. 15 Ministerstva školství z 20. 9. 1980. Tato směrnice řešila finanční zabezpečení: “náklady na plaveckou výuku jsou hrazeny ze státního rozpočtu, který hradí náklady na nájem bazénu, mzdové náklady a poskytuje příspěvek na dopravu žáků do bazénu”.

Další podstatné změny nastaly až na počátku roku 1990. Začátkem tohoto roku se sešli zástupci Střediska plavecké výuky a měli za úkol vytvořit novou organizační strukturu plavecké výuky v ČSR, dosáhnout právní a ekonomické samostatnosti a zahájit jednání se zástupci ministerstva školství. Zde byly odsouhlaseny a přijaty tyto změny:

- Střediska plavecké výuky se přejmenovala na Plavecké školy tří typů (účelové školské zařízení, pedagogické zařízení tělovýchovné organizace nebo jiného zřizovatele, soukromé školy),
- na základě pokynů náměstka ministra školství došlo k rozšíření školní TV o 3. hodinu TV; bylo doporučeno realizovat plaveckou výuku ve dvou po sobě jdoucích ročních, vždy v rozsahu 20 hodin,

- byla zřízena Rada plaveckých škol, jako poradní orgán MŠMT (bez právní subjektivity).

Následně pokračovaly snahy o osamostatnění Rady plaveckých škol. Toto úsilí bylo završeno v roce 1992 založením Asociace plaveckých škol, která získala právní subjektivitu. Tím bylo také završeno oddělení problematiky plavecké výuky od působnosti Českého svazu plaveckých sportů. Je nutné podotknout, že ne všechny plavecké školy a subjekty, které zajišťovaly tehdy plaveckou výuku, do Asociace plaveckých škol vstoupily.

Přestože se část nákladů na zajištění plavecké výuky přesunula na rodiče a zřizovatele, plavecká výuka na přelomu tisíciletí stále probíhala v doporučeném rozsahu téměř na všech základních školách.

2.3.2 Organizace a zajištění plavecké výuky po roce 2000

Důležitými legislativními dokumenty pro organizování a zajištění plavecké výuky po roce 2000 se staly Vyhláška č. 48/2005 a její následná novelizace z roku 2005 a zavedení rámcových vzdělávacích programů resp. školních vzdělávacích programů na základních školách v České republice.

Plavecká výuka se sice nestala povinnou součástí vzdělávacích programů, ale pokud ji ředitelé zařadili do svého vzdělávání na škole v rámci výuky na prvním stupni, měli ji uskutečnit nejméně v rozsahu 40 vyučovacích hodin. Většina škol i přes onu nepovinnost plaveckou výuku ve svých vzdělávacích programech zachovala i přesto, že zodpovědnost za její organizaci a všechny náležitosti spojené s plaveckou výukou, včetně zajištění dílčího financování, přešly na samotné ředitele škol.

Přelomová změna z hlediska povinnosti plavecké výuky na prvním stupni základních škol nastala v roce 2017, v kterém MŠMT ČR upravuje, resp. doplňuje v rámcovém vzdělávacím programu výstupy pro tělesnou výchovu pro druhé období, které předpokládají absolvování plaveckého vzdělávání. Současně je řešeno i dofinancování plavání především z hlediska dopravy žáků na bazény, které různými formami doposud zabezpečovaly školy samostatně. Tímto se plavání a plavecká výuka stala povinnou součástí vzdělávání na základních školách (Čechovská, 2019).

K dořešení však zůstává vlastní obsah plavecké výuky, který většinou naplňují subjekty, které na základě smlouvy s příslušnou školou zabezpečují samotnou výuku žáků. Jedná se např. o volbu plaveckého způsobu jako osvojované plavecké lokomoce a praktické výstupy výuky (Čechovská, 2019).

2.4 Východiska pro didaktiku plaveckých způsobů

2.4.1 Základní plavecké dovednosti a jejich hodnocení

Základní plavecké dovednosti umožňují jedinci získat důvěru ve vodní prostředí a pobyt v něm. Každá plavecká škola klade důraz na jiné základní plavecké dovednosti a jejich formy. Obecně se lze setkat se základním výčtem: splývání, vznášení, plavecké dýchání, orientace pod hladinou, skoky a pády do vody a vnímání vodního prostředí. Kromě výše uvedených přímých plaveckých dovedností se do základní plavecké gramotnosti řadí i bezpečný vstup do vody a výstup z ní.

Čechovská (2006) poskytla standardizovanou baterii plaveckých dovedností pro dětskou populaci začátečníků pro ověření zvládnutí základních plaveckých dovedností. Škála obsahuje deset položek a každá položka se hodnotí od 1 do 3 bodů, přičemž 3 body jsou nejlepší splnění dané dovednosti. Následně se body sečtou a podle počtu získaných bodů je možné určit, zda je jedinec velmi dobrý ve zvládnutí základních plaveckých dovedností, či je dle hodnocení úplný začátečník.

Posuzované položky:

- potopení obličeje do vody
- otevření očí pod vodou
- výdech do vody
- hvězdice v poloze na břiše
- hvězdice v poloze na zádech
- kotoul ve vodě
- vynesení 2 předmětů z hloubky 2m

- pád (skok) do vody z plaveckého startovního bloku
- vznášení ve vodě v poloze na zádech
- splývání

Pokud máme například skupinu školních dětí, můžeme je dle těchto kritérií rozdělit do přibližně stejných výkonnostních skupin. Vytvořené skupiny by měly být homogenní plaveckými zkušenostmi a dovednostmi.

U jedince, který zvládá základní plavecké dovednosti na velmi dobré úrovni, můžeme přejít k posuzování samotné plavecké lokomoce. Zde si musíme sestavit hodnotící škálu, které bude odpovídat věku plavce, jeho plavecké zkušenosti a etapě výuky.

V praxi se obvykle nehodnotí všechny výše uvedené dovednosti, ale každá plavecká škola si vybírá jen ty dovednosti, které považuje za nejpodstatnější, dle kterých lze poznat základní plaveckou úroveň žáků. Celkové hodnocení probíhá tedy spíše subjektivně.

Např. v šetřené plavecké škole Aquasvět Chomutov se pro prvotní rozřazení do skupin využívá hodnocení zanoření obličeje do vody, splývání no břiše a splývání na zádech. Pokud žák tyto dovednosti bezpečně zvládá, zkouší se jeho plavecká lokomoce, bez vyžadování správného technického provedení. Na základě celkového hodnocení jsou žáci rozděleni do 5 skupin, ve kterých následně všechny uvedené dovednosti rozvíjí a prohlubují.

2.4.2 Plavecký způsob kraul

Pomocí techniky s cyklicky střídavými pohyby je kraul plavecký způsob, kterým se člověk pohybuje na hladině nejpřirozeněji a nejrychleji. Člověk se pravděpodobně v minulosti učil plavat tím, že napodoboval pohyby plavajících zvířat. Tato primitivní technika se připodobňuje ke kraulu bez vytahování paží nad hladinu vody (McCloud, 2015).

2.4.2.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky

Poloha těla: Tělo je v poloze u hladiny na břicho. Poloha je mírně šikmá, ramena jsou výše než boky. Nejnižší je spodní část hrudníku. Během plavání zároveň tělo rotuje kolem podélné osy. Při výdechu plavec hledí pod hladinou dolů a případně mírně vpřed, hladinu vody proráží temeno hlavy. Poloha se mění s rychlostí plavání, úhel náběhu mezi hladinou a podélnou osou těla se v závislosti na rychlosti mění od 5-10°. Při vyšších rychlostech vystupují záda a část hýždí nad hladinu (Hofer, 2016).

Zásadní chyby: poloha hlavy mimo linii těla (obvykle záklon hlavy), přílišné vychylování hlavy při vdechu.

Činnost dolních končetin: Dolní končetiny mají význam při udržení vodorovné polohy těla u hladiny, podíl na celkové hnací síle je malý. Střídavé pohyby dolních končetin vychází z kyčelních kloubů a postupně se přenáší až do kloubů hlezenních, které se vyznačují při pohybu svoji uvolněností. Pohyb bérců je vždy opožděn za pohyby stehů. V sestupné fázi dolní končetina přechází z mírného pokrčení do natažení a vytváří propulsní sílu, ve vzestupné fázi naopak je dolní končetina propnutá a svalstvo uvolněné.

Zásadní chyby: "trojflexe" dolní končetiny, šlapavý pohyb z kolen, neuvolněnost hlezenního kloubu a nártu nohy, vysazení pánve (Jurák, 2013).

Činnost horních končetin. Pohyby se pravidelně střídají ve smyslu - jedna paže zabírá a druhá paže se uvolněně přenáší nad hladinou. Při záběrovém pohybu má velký význam pokrčená paže s vysokou polohou lokte. Loket musí být po celou dobu záběru vždy výše než dlaň. Zanoření paže v přípravné fázi probíhá v prodloužení úrovně souhlasného ramene ve směru pohybu plavce. Dlaň následně „hledá“ oporu vody během přechodné fáze, při které se mění celkový směr pohybu paže. V záběrové fázi se paže začíná pohybovat proti směru pohybu, zároveň se krčí v lokti. V úrovni břicha se ruka stáčí a přibližuje se k podélné ose těla. Záběrový pohyb dokončuje paže na úrovni stehů. V začátku záběru paže vodu tzv. přitahuje, od druhé poloviny záběru tzv. vodu odtlačuje. Pohybový cyklus je ukončen vytažením paže nad hladinu a přenosem pokrčené uvolněné paže nad hladinou. Důležitá je návaznost záběru obou paží – jedna záběr končí, druhá už záběr začíná (Hofer, 2016).

Zásadní chyby: loket je v záběrové i přenosové fázi níže než dlaň, brzké zahájení záběrové fáze, nedokončení záběrové fáze u stehen, natažené nebo příliš pokrčené paže, dobíhající se paže ve vzpažení.

Dýchání: Dýchání v technice kraul velmi souvisí s činností horních končetin. Plavec zahajuje dostatečně ale krátce vdech ústy, když souhlasná paže ukončuje záběr a vynořuje se z vody. Vdech je ukončen v první části přenosu souhlasné paže. Poté se obličejová část hlavy opět plně zanořuje pod hladinu. Výdech je do vody pozvolný ústy i nosem. (Čechovská, 2019; Brtník, 2014)

Zásadní chyby: nedostatečný vdech a výdech, přílišné vychylování hlavy nebo obličejové části při vdechu nad hladinu.

Souhra: Souhra představuje propojení činnosti horních a dolních končetin a dýchání. Doporučuje se provádět šest kopů nohou na jeden cyklus paží (Hofer, 2016; Jurák, 2013).

Dětská technika

Při dětské technice plaveckého způsobu kraul akceptujeme drobné uvolnění v bocích, ne však kývání se ze strany na stranu i nedostatečně silovou práci nohou. V případě dětské techniky nohy plní spíše funkci stabilizační, aby se dítě nepřetáčelo do polohy na záda. Také tolerujeme natažené paže, variabilitu záběru např. méně důrazný záběr, drobné nedotažení záběru, nastavení záběrových ploch apod. Poloha hlavy může být mírně nadzvednuta v tom smyslu, že temeno hlavy je mírně zvednuto nad hladinu a brada přitažena k hrudi (Čechovská, 2012, 2013, 2016, 2019; Brtník, 2014).

2.4.2.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením

Kraulařská poloha

Pro zaujetí správné polohy využíváme nácviku splývání. Zdůrazňujeme splývavou polohu s pažemi ve vzpažení a hlavou v prodloužení trupu. Dolní končetiny jsou u sebe, propnuté a směřují vzad. Jako výborné provedení hodnotíme takové provedení, při kterém se cvičenec nepřetáčí na bok či záda (Brtník, Čechovská, 2019).

Činnost dolních končetin

- nácvik u okraje bazénu

V sedu na okraji bazénu učíme základní lokomoční pohyb a opravujeme hlavní chyby. Cvičenec sedí na okraji bazénu v mírném záklonu, ideálně opřen o lokty, abychom dosáhli plynulého náklonu trupu a minimalizovali vysazení pánve. Opravujeme především dorzální flexi v kotníku (požadujeme natažené špičky) a krčení nohou v kolenou (jízda na kole).

- nácvik ve vodě u okraje bazénu.

Při tomto cvičení je cvičenec ve vodě, drží se okraje bazénu, snaží se mít paže nataženy a hlavu v prodloužení páteře, pánev je u hladiny. Vdech provádí vpřed. Dolní končetiny aktivně pracují u hladiny a důsledkem by měl být tlak cvičence na stěnu. Opět klademe důraz na natažené špičky, kolena a práci nohou na úrovni hladiny. Opravujeme šikmou polohu a krčení nohou v kolenou.

- nácvik na břicho s nadlehčovacími pomůckami za pohybu

S malou plaveckou deskou. Vyžadujeme volné položení rukou plavce na desku. Paže se v průběhu činnosti nekrčí a tělo setrvává ve splývavé poloze u hladiny. Dále klademe důraz na aktivní, technicky správnou práci dolních končetin. Nádech je prováděn vpřed.

S podkovou. Podkovu drží plavci v natažených pažích za střed, volné konce směřují k loktům. Klademe stejný důraz na technické provedení jako v předchozím případě

S plaveckou tyčí. Lze ji použít obdobně jako podkovu nebo destičku. Technické provedení zůstává neměnné.

- nácvik v poloze na boku s nadlehčovacími pomůckami za pohybu

S plaveckou deskou. Destičku při cvičení používáme na výšku. Dlaň paže ve vzpažení (spodní) volně leží na desce, hlava je položena na paži ve vzpažení. Druhá paže je v připažení. Plavec leží na boku, horní rameno je nad hladinou, bohy jsou u hladiny. Střídavé pohyby dolních končetin probíhají pod hladinou. Klademe důraz na udržení hlavy v blízkosti paže ve vzpažení. Dále vyžadujeme, aby se nedocházelo k přetáčení trupu na břicho nebo na záda. Kontrolujeme rovnoměrný a střídavý pohyb dolních končetin.

S plaveckou tyčí. Tyč je držena za konce a jako při cvičení s deskou je spodní paže ve vzpažení a vrchní paže v připažení. Tyč může být umístěna za tělem plavce nebo před tělem plavce.

Činnost horních končetin

- nácvik na suchu

Nácvik na suchu probíhá v rovném předklonu. Cvičenec zahajuje cvičení ve vzpažení. Pohyb paže směřuje mírně pokrčenou paží částečně pod tělo a dále do připažení a zapažení. Následně se paže krčí v lokti a přenáší se zpět do vzpažení. Nejprve děti slovně instruujeme o správném provedení pohybu a provedeme ukázkou. Následně úchopem za zápěstí provádíme paží požadovaný pohyb. Cvik opakujeme jednou paží, poté druhou paží.

- nácvik ve vodě

S malou plaveckou deskou. Cvičení je obdobné jako při cvičení na suchu, pouze celé tělo je ve vodorovné poloze na hladině. Je vhodné žákům při prvních pokusech pomoci kromě desky i další nadlehčovací pomůckou, například nadlehčovacím páskem. Při prvních pokusech již spojujeme dříve naučené dovednosti - pohyb nohou, dýchání a pohyb paže. Můžeme tedy současně uvažovat i o nácviku souhry.

Při nácviku nacvičujeme nejprve pohyb jedné paže, následně paže druhé. Po zvládnutí pohybu jedné a následně druhé paže přecházíme s plavci k nácviku střídavého pohybu paží. Vyžadujeme tedy střídavě záběr obou paží s výměnou dlaní na desce. Následně odebíráme desku a cvičení realizujeme bez desky. Vdech mohou plavci realizovat na jednu stranu, nebo variačně na obě strany. Využití nadlehčovacího pásu je možné (Pokorná, 2011).

Dýchání

- nácvik u okraje bazénu

Plavci se drží okraje bazénu, nohy jsou zapřeny o stěnu. Žák imituje pohyb paže, který jsme předtím nacvičovali na suchu. V momentě průchodu paže připažením žák otáčí hlavu na souhlasnou stranu a provádí vdech. Klademe důraz na položení hlavy na hladinu, nikoliv její zvedání. Nejprve nacvičujeme separovaně vdech na jednu stranu, poté vdech na druhou stranu (Čechovská, 2012, 2013, 2019).

- ve vodě za pohybu

Při nácviu dýchání využíváme často dovednosti plavání na boku s jednou paží ve vzpažení a druhou paží v připažení. Během prvních pokusů mají žáci základní polohu na boku, z níž se přetočí do polohy na břicho. Vydechnou do vody a následně se vrátí do polohy na boku. Při vdechu v poloze na boku jen mírně natáčejí hlavu do znakařské polohy a realizují vdech. Pokud toto cvičení plavci zvládnou, instruujeme je k tomu, aby v poloze na boku jen jedenkrát nadechli a vrátili se zpět do polohy na břicho. Žáci si tedy postupně zažívají polohu na břicho s výdechem a natočení na bok s vdechem.

Po zvládnutí cvičení bez činnosti paží přecházíme ke cvičení s činností jedné paže. Druhá paže může být fixována ve vzpažení deskou. Cvičení vždy opakovaně plaveme jednou paží, poté druhou paží. Po zvládnutí můžeme odebrat nadlehčovací desku pro oporu paže ve vzpažení, variovat střídání paží, nebo plavat cvičení s nadlehčovacím páskem.

2.4.3 Plavecký způsob znak

Znakařská poloha dříve sloužila více k odpočinku než k vlastnímu plavání. Samotný plavecký způsob se vyznačoval současnými pohyby paží a nohou. Tzv. “znak soupaž” se v současné době uplatňuje jako “základní znak” a slouží například pro účely volného relaxačního plavání.

Ve dvacátém století se začal upřednostňovat “znak soupaž nesoudobý” a vývoj techniky znak se tak ubíral v návaznosti na kralařskou techniku se specifikou polohy na zádech. V padesátých letech minulého století se začal upřednostňovat záběr paží, který probíhal vedle těla. Paží byla v průběhu pohybu pod hladinou postupně krčena a poté opět propínána.

Záběr paží je při znaku anatomicky omezen. Výhodu mají plavci štíhlé a atletické postavy s dlouhými končetinami a pravidelným kopem. Důležitější roli při záběrovém pohybu hraje nastavení záběrových ploch a zrychlení v průběhu záběrové fáze než velikost vynakládané síly (McCloud. 2015).

2.4.3.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky

Poloha. Tělo leží v průběhu plavání znak na zádech, celková poloha je mírně šikmá. Hlava je výše než boky. Poloha hlavy je pevná, stálá v prodloužení trupu. Případné pohyby hlavy negativně ovlivňují proudnicovou polohu celého těla plavce. Drobné vysazení boků není považováno za nedostatek. Sklon podélné osy těla s hladinou je ve srovnání s kraulem větší (5-10° při maximálních rychlostech) (Hofer, 2016).

Zásadní chyby: výrazné vysazení v bocích, přitažení hlavy k trupu, pohyb hlavy ve vertikálním nebo horizontálním směru, porušení polohy – např. pánev je hluboko nebo je pánev příliš podsazená.

Pohyb dolních končetin. Pohyb dolních končetin u znaku je principiálně shodný s kraulařskými. Hlavní rozdíl spočívá v tom, že hnací sílu u znaku vytváří propulzní síla, která se vytváří během akcentovaného pohybu vzhůru k hladině, tzn. ve fázi vzestupné. Prsty hladinu pouze mírně čeří. Naopak fáze sestupná je fází relaxační. Vlivem rotace trupu během pohybových cyklů probíhají některé fáze dolních končetin ve vztahu k hladině ztelně po diagonálách.

Zásadní chyby: šlapavý pohyb (podobný pohybům nohou při jízdě na kole), pohyb vychází z kolen místo z kyčlí, malý rozsah pohybu nohou, flexe v hlezenním kloubu (Pokorná, 2019)

Pohyb horních končetin. Záběry horních končetin se pravidelně střídají. Záběr začíná ponořením paže do vody vně v prodloužení úrovně ramen. Do vody vstupuje paže malíkovou stranou. Pohyb pod hladinou začíná nataženou paží ve fázi přípravné a znovu tak i končí (ve fázi vytažení). Při vlastní záběrové fázi záběru pod vodou paže ovšem natažená není. V průběhu přechodné fáze a první fázi záběrové, při přitahování, se paže postupně krčí v lokti, naopak v druhé fázi záběrové, při odtlačování, se horní končetina opět natahuje. Důležité je postavení lokte v průběhu přitahování. Loket zachovává vzdálenou polohu od trupu plavce a zároveň se vzad pohybuje pomaleji než ruka paže, která naopak pohyb vzad zrychluje. Mluvíme o tzv. vysoké poloze lokte v úrovni ramen. V důsledku přetáčení trupu kolem podélné osy se dostává ruka v první fázi záběrové poměrně do velké hloubky. Naopak v úrovni ramene jsou prsty rukou vlivem pokrčení v lokti v přibližné hloubce jako souhlasné rameno (Pokorná, 2019).

Následná fáze odtlačení probíhá obloukovitou dráhou vzad a vyznačuje se dalším zrychlováním pohybu ruky. Při ukončení záběru je dlaň stočena dolů a mírně vně. Přetáčení těla kolem podélné osy je v rozsahu 20-40° a umožňuje plavci vedení celkové trajektorie záběru horní končetiny po křivce podél těla. Zároveň vysunutí ramena přenosové paže nad hladinu snižuje odpor. Vytažení paže z vody se usnadňuje uvolněností ruky v zápěstí, ruka se přibližuje malíkovou hranou k předloktí. Uvolněná paže se přenáší ve svislé rovině vzhůru do vzpažení v neustálé protilehlé pozici vůči záběrové paži. V první polovině přenosu je dlaň otočená dovnitř, v druhé polovině přenosu se stáčí dlaň vně a připravuje se na zasunutí malíkovou hranou do vody (Pokorná, 2011).

Zásadní chyby: loket veden pohyb paže při záběru, záběr nataženou paží, ramena zůstávají v úrovni hladiny, pokrčení paže při přenosu, protnutí hladiny dlaní při zasunutí, zastavení pohybu paže na konci záběrové fáze.

Dýchání. Obvyklý rytmus dýchání je jeden vdech a výdech na jeden pohybový cyklus paží. Při přenášení levé paže vydechneme, při přenášení pravé paže nadechneme. Vlivem únavy se ale frekvence dýchání může zrychlit nezávisle na záběrech. Dýchání pak není dostatečné. Didakticky však dýchání u znaku není řešeno.

Souhra. Činnost paží je neustále protilehlá, bez zastavení. Zabírající a přenášená paže jsou stále protilehlé poloze. Pohyby nohou je pravidelné, šest kopů na jeden cyklus paží.

Dětská technika

Dětská technika se od základního provedení liší především tím, jak je dítě schopno zaujmout hydrodynamickou polohu, což je závislé především na věku dítěte a jeho vývojových schopnostech (Young, 2011).

Schopnost zaujmout hydrodynamickou polohu záleží na dosavadní zkušenosti s vodním prostředím. Kromě schopnosti zaujmout hydrodynamickou polohu se dětská technika vyznačuje stálou polohou hlavy (pohled vzhůru), přesnosti, stálosti a rytmu provádění pohybů a také v optimální souhře horních a dolních končetin. Nicméně horní končetiny se vyznačují spíše propnutím během celého pohybového cyklu.

Ačkoliv je dětská technika značně nedokonalá, korekci chyb se snažíme co možná nejvíce přiblížit modelové technice dospělého člověka. (Pokorná, 2011).

2.4.3.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením

Činnost dolních končetin

V sedu na okraji bazénu učíme základní lokomoční pohyb a opravujeme hlavní chyby. Plavec sedí na okraji bazénu v mírném záklonu, ideálně opřen o lokty, abychom dosáhli plynulého náklonu trupu a minimalizovali vysazení pánve. Opravujeme především dorzální flexi v kotníku (požadujeme natažené špičky) a krčení nohou v kolenou (jízda na kole).

- **nácvik znakařských nohou v poloze na zádech s nadlehčovacími pomůckami**

S plaveckou tyčí. Plaveckou tyč mají žáci za krkem, volné konce si přidrží na hrudi. Zaujímou splývavou polohu a provádějí znakařské nohy. Klademe důraz na položení hlavy na hladinu a podsazení pánve. Možnou variantou je, že žáci budou mít žízalu pod lopatkami a volné konce tyče budou držet ve vzpažení. Tato poloha je pro děti náročnější v tom, že se dítěti změní poloha těžiště a také v tom, že žáky motivujeme k úplnému propnutí paží ve vzpažení. Pokud bude mít jedinec v této poloze paže pokrčeny, považujeme to za chybu zejména proto, že nedodrží hydrodynamickou polohu.

Nácvik s plaveckou podkovou. Při plavání s podkovou si dáme pozor především na to, aby její střed děti nedávaly za hlavu “jako šálu”, zejména proto, že díky jejímu výtlaku pak děti mají hlavu v předklonu, což není technicky žádoucí. Podkovu tedy při plaveckých cvičeních využíváme tak, že si střed podkovy dají žáci na hrudník, volné konce pod ramena, hlavu položí na hladinu a celé tělo uvedou do splývavé polohy. Následným oddalováním podkovy od středu těla, dětem můžeme upravovat náročnost cvičení. Například tím, že děti uchopí střed podkovy a připaží paže. Podkovu tedy mají na stehnech a volné konce podkovy mají podél paží.

Nácvik s využitím nadlehčovacího pásu. Pásek v tomto případě umístíme tak, aby nadnášecí části byli na bříše a zapínání na zádech. V případě plavců začátečníků, kombinujeme pásek s dalšími nadlehčovacími pomůckami. Pokud se jedná již o zdatnější plavce, můžeme pásek ponechat jen jako jistotu pro nejistého plavce. Pro plavecké cvičení je opět nejdůležitější správné zaujetí hydrodynamické polohy, následně upravujeme náročnost cvičení přesunem paží z připažení do vzpažení. Můžeme požadovat například i

vzpažení jedné a připažení druhé paže apod. Pokud jsou žáci velmi šikovní, můžeme jim cvičení i velmi ztížit tím, že jednu paži předpaží.

Nácvik s využitím plavecké destičky. Opět klademe důraz na základní plaveckou polohu. Při nácviku plavání s deskou začínáme s deskou položenou na hrudníku v blízkosti těžiště (u plavců začátečníků) a postupně ji přesouváme na břicho, stehna a následně do vzpažení.

- nácvik znakařských nohou bez nadlehčovacích pomůcek

U znakařských nohou bez nadlehčovacích pomůcek postupujeme stejným způsobem jako při plavání s páskem. To znamená, že začínáme zaujetím správné hydrodynamické polohy s pažemi v připažení, následně přes vzpažení jedné či druhé paže klademe větší nároky na udržení splývavé polohy na hladině. Cílem je plavání znakařských nohou s oběma pažemi ve vzpažení a s překrytím rukou.

Činnost horních končetin

- nácvik na suchu

Plavci provádějí kroužení paží střídavě vpřed a vzad v bočné rovině s využitím částečné rotace trupu kolem podélné osy těla. Vyžadujeme, aby při kroužení plavci vedli paži za úroveň hlavy malíkovou hranou ruky, naopak při pohybu ruky kolem stehna byla palcová hrana ruky vytočena vpřed a dlaň směřovala k tělu.

- nácvik ve vodě

S využitím nadlehčovacích pomůcek. Využíváme různé nadlehčovací pomůcky. Nejčastěji jsou v tomto případě využívány malé plavecké destičky, které poskytují žákům dostatečnou oporu v nestabilních polohách a zároveň svými rozměry nepřekáží při nacvičovaném pohybu. Plavci jednoduše objasníme pohybový cyklus. Nácvik začínáme s destičkou na břiše plavce, kterou si plavec přidrží jednou rukou. Činnost nacvičuje nejprve jedna paže, poté druhá paže. Můžeme volit i varianty s výměnou rukou v držení desky. Po zvládnutí tohoto cvičení posune žák desku na stehna a nácvik pokračuje stejným způsobem. Po zvládnutí i tohoto cvičení přesuneme paže s deskou do vzpažení a pohybový cyklus začínáme zanořením paže od vody. Pokud tato cvičení žák zvládá s destičkou, můžeme využít

nadlehčovací pásek, kdy žák začíná nácvik s pažemi v připázení (jako když měl desku na stehnech) a následně přesune zahájení pohybového cyklu do vzpažení.

Nácvik bez využití plaveckých pomůcek. V tomto případě postupujeme velmi podobným způsobem jako při nácviku plavání s nadlehčovacím páskem.

Při zvládnutí pohybových cyklů oběma pažemi jednotlivě přecházíme k nácviku souhry paží současnou výměnou poloh jedné paže ve vzpažení a druhé paže v připázení. Snahou je současně provést záběr pod hladinou paží, která byla ve vzpažení a přenos nad hladinou paží, která zahajovala pohyb v připázení.

2.4.4 Plavecký způsob prsa

Jde o nejrozšířenější plavecký způsob, který známe na našich bazénech. Prsařská technika je popisována také i v nejstarších učebnicích plavání. Přesto z pohledu vývoje techniky neustále zaznamenáváme technické změny v parametrech pohybu. Důvodem je, že prsařská technika umožňuje člověku nejpomalejší pohyb na hladině v rámci např. sportovního plavání. Plavci a trenéři se proto neustále snaží stále korigovat některé pohyby, které by umožnili prsařskou techniku zefektivnit. Příkladem může být období s výraznou “vlnivou” technikou prsou (Chrzanovská 2019).

2.4.4.1 Technické parametry, odchylky a zvláštnosti dětské techniky

Poloha. Poloha těla je proměnlivá a sklon trupu vzhledem k hladině se mění. Ve splývavé poloze je tělo plavce natažené a boky jsou blíže k hladině než hlava a ramena. Do nejvyšší polohy nad hladinu se hlava a ramena dostanou ve chvíli, ve které paže ukončují záběr a plavec je mírně prohnutý v kříži. Tělo plavce se tak při plavání pohybuje po mírné sinusoidě (Hubená, 2020).

Zásadní chyby: přílišné napřímení trupu v době vdechu, znatelné zanoření pod hladinu v době výdechu, stálá vodorovná poloha na hladině.

Pohyb dolních končetin. Činnost dolních končetin ve vytváření hnacích sil má rovnocenný význam s činností horních končetin. Pohyby nohou jsou současné a symetrické. Ve fázi přitahování se dolní končetiny aktivně pokrčují v kolenou. Trup je mírně vyzdvižen nad hladinu v důsledku záběrových pohybů paží. Paty se přitahují co nejbližší k hýždím a jsou vně kyčelních kloubů. Naopak kolena zůstávají přibližně v na šíři boků. Chodidla směřují vzhůru, prsty do stran ("fajfky"). Průběh přitahování nohou je pozvolný, nesmí příliš zvyšovat odpor.

Záběrová fáze je zahájena vytrčením chodidel vně, nazad a dolů po polokruhové dráze, a to jen s mírným pohybem kolen do stran. Nohy se v závěru záběrové fáze natahují a zároveň dochází ke spojení. Síla kopu se postupně během záběru zvyšuje a pohyb zrychluje. Následkem pohybu dolních končetin k sobě a dotažení pohybu nártý dolů, plavec vytlačí boky výš k hladině a plavec opět zaujímá splývavou polohu (Hubená, 2020).

Zásadní chyby: kolena se dostávají do širším postavení než kotníky a boky, nedostatečná dorzální flexe, asymetrický pohyb dolních končetin (Chrzanowska, 2019).

Pohyb horních končetin. Pohybový cyklus paží, obdobně jako dolních končetin je symetrický a současný. Pohybový cyklus začíná a končí ve vzpažení ve fázi splývání. Paže jsou vytaženy a směřují vpřed ve směru pohybu plavce (včetně ramen). Ruce leží vedle sebe palci k sobě nebo jsou mírně vytočeny zevnitř. Pohybový cyklus je zahájen přípravnou fází v hloubce 5-15 cm pod hladinou. Paže se pohybují do stran, mírně se krčí a dlaně se stáčejí vzad. Následuje plynule fáze záběrová. Pohyb rukou a předloktí pokračuje dále výrazně v pohybu do stran, dolů a vzad. V úrovni ramen se dráha dlaní stáčí k podélné ose těla. Důležité je postavení loktů v době záběru, které zůstávají pod úrovní ramen, ale zároveň výše než ruce. Toto postavení umožňuje optimálně nastavit záběrové plochy v průběhu vedení záběrové fáze. Vlastní záběr je velmi dynamický, rychle provedený a je ukončen pod úrovní hlavy a ramen.

Fáze přenosu se vyznačuje třením paží od těla ve směru pohybu na hladině nebo mírně pod hladinou. Snahou je, aby ukončení fáze záběrové a zahájení fáze přenosové bylo plynulé, bez zastavení pohybu paží. V první části přenosu využívá plavec pohybu setrvačnosti, který vychází z velké dynamiky pohybu v závěru záběrové fáze. Protože se jedná při tření paží o brzdicí pohyb, musí být přenosová fáze provedena se snahou o hydrodynamiku polohy paží při pohybu do vzpažení (Hubená, 2020).

Zásadní chyby: nesouměrný pohyb paží, pohyb napnutých paží do stran, pohyb paží za úroveň ramen nebo do připažení, pokrčené paže ve splývání, přerušování pohybu paží po dokončení záběru, absence fáze splývání (Chrzanovská, 2019).

Souhra. Souhra v technice prsa je zahájena a rytmizována pohyby paží. Nejprve plavec provede pohybový cyklus horních končetin, během kterého se přitahují paty k hýždím. Při dokončení přenosu paží do vzpažení a položení trupu do splývavé polohy je zahájena záběrová fáze dolních končetin z maximální flexe v kolenou a těsného přitažení pat k hýždím. Po dokončení záběrové fáze dolních končetin následuje splývání. Plavec by měl usilovat o to, aby dráha skluzu prodloužila efekt záběru dolních končetin a tím neklesla rychlost pohybu těla vpřed (Hubená, 2020).

Zásadní chyby: chybné časování souhry – rozložená souhra, současný záběrový pohyb horních a dolních končetin, předčasný záběrový pohyb dolních končetin.

Dýchání. Vdech ústy je hluboký a je zahájen v druhé polovině záběru paží a dokončen na konci záběru. Výdech probíhá po zanoření obličejové části hlavy pod vodní hladinu ústy i nosem. Vdech je kratší než výdech. Frekvence dýchání se řídí frekvencí pohybových cyklů horních končetin.

Dětská technika

Jako hlavní rozdíl mezi dětskou a modelovou technikou plaveckého způsobu prsa je sledován v tom, že dítě není schopno dokonalého provedení pohybů a správného načasování při souhře horních a dolních končetin. Trup se po hladině pohybuje víceméně vodorovně, hlava zůstává v záklonu a výdech je realizován buď jen do hladiny, nebo nad hladinou. Pohyb paží i dolních končetin je obvykle širší, končetiny se méně krčí. Častým problémem je udržení blízkosti kolen a souměrnosti činnosti dolních končetin (Chrzanovská, 2019).

2.4.4.2 Příklady a poznámky k technickým cvičením

Pohyb dolních končetin

- nácvik na suchu

V sedu na vyvýšené podložce nebo v lehu na břiše. V podporu na předloktí vzadu sedmo na vyvýšené např. lavici si opře plavec nohy o zem. Nacvičujeme správný pohyb na počítání dob. 1. doba – pokrčí dolní končetiny co nejvíce v kolenou, v závěru přitáhne nártu k bérům a vytočí špičky vně. 2. doba – plavec oddálí paty od sebe více než je šíře boků. 3. doba – plavec opíše vnější půlkruh do natažení dolních končetin. 4. doba – plavec setrvá ve výdrži nataženými dolními končetinami. Plavci provádí cvičení pod zrakovou kontrolou a mohou se plně soustředit na správný pohyb a případné korekce chyb. Důležité je udržet přímou linii trup – stehna.

Variantou může být cvičení v lehu na břiše. Cvičení však neprobíhá pod zrakovou kontrolou cvičícího. Z druhé strany je zde možno velmi efektivně využít při pohybu dopomoci učitele.

- nácvik u okraje bazénu

V sedu nebo lehu na okraji bazénu. V sedu na okraji bazénu provádíme nácvik stejným způsobem, jako při nácviku na suchu. Opět využíváme počítání dob a zrakovou kontrolu. Když žáci pohyb zvládají, změním polohu. Žáci leží přes okraj bazénu, hýždě a dolní končetiny ve vodě. Opět počítáme doby jako při nácviku na suchu. Nyní ale nácvik probíhá bez zrakové kontroly. Učitel nebo spoluplavec může žákovi pomoci se správným pohybem dopomocí z vody.

- Nácvik ve vodě s nadlehčovacími pomůckami

S plaveckou podkovou či tyčí. Plavec drží pomůcku u hrudi. Položí se na záda do vody a na nacvičené počítání provádí prsařský kop. Pokud cvičení jedinec zvládá, přetočí se do polohy na břiše a opět na počítání provádí pohybové cykly dolními končetinami (jako u okraje bazénu).

S využitím plavecké desky. Výše uvedené cvičení lze provádět i s velkou plaveckou deskou. Využíváme větší desku a úchop rukou za přední část desky. Lokty plavce setrvávají na desce

a plavec stále hledí vpřed. Výsledkem je, že tělo plavce je při cvičení mírně nad hladinou a naopak stehna více pod hladinou. Vytvořená poloha těla umožňuje dolním končetinám výhodněji fázi skrčování.

Cvičení je možno modifikovat na plaveckém pontonu, na kterém proti sobě jsou položeny trupem dva plavci a synchronně provádějí prsařské kopy.

Pohyb horních končetin

- nácvik prsařských paží na suchu

Pohyb prsařských paží se nejnázne nacvičuje v předklonu, při kterém plavec dítě imituje pohyb paží. Menší děti instruujeme k “malování srdíčka” a průběžně děti opravujeme, abychom dosáhli požadovaného pohybu paží. Starší děti instruujeme například počítáním dob a nápodobou.

- nácvik u okraje bazénu

V lehu přes okraj bazénu. Prsařské paže nacvičujeme v lehu přes okraj bazénu tak, že ramena a hlava přesahují okraj bazénu a jsou nad vodní hladinou. Cvičení je obdobné jako při cvičení v předklonu na suchu. Okrajová stěna bazénu zamezuje pohybu paží do polohy za úroveň ramen. Toto cvičení většinou již spojujeme se zařazením dýchání v rámci pohybového cyklu horních končetin.

- nácvik ve vodě s nadlehčovacími pomůckami

S plaveckou podkovou či tyčí. Plavec v sedu na nadlehčovací pomůcce provádí pohyb paží. Při cvičení nevyžadujeme výdechy do vody.

Na mělčině ve stoji nebo za chůze. Cvičení můžeme modifikovat v rámci chůze na mělčině. Také při této variantě nevyžadujeme výdechy do vody. Pokud cvičení budeme provádět na místě v mírném předklonu, výdechy do vody můžeme zařadit.

S plaveckou podkovou či tyčí. Plaveckou pomůcku si žák umístěnu před hrudníkem a v podpaží, je poloze na břicho a individuálně nacvičuje pohyb paží stejným způsobem jako u okraje bazénu.

Souhra

Souhru paží a nohou obvykle nacvičujeme s využitím slovních pokynů k pořadí záběrových pohybů horních a dolních končetin a splývání. Variantou je využití přiložení nadlehčovací pomůcky pod tělo, která zajišťuje polohu na hladině. Plavec se tak může více soustředit na propojení pohybů v pomalejším režimu (Macejková, Benčuriková, 2014; Hubená, 2020).

3. CÍL, ÚKOLY PRÁCE, VÝZKUMNÉ OTÁZKY

3.1 Cíl a úkoly

Cílem práce je zhodnocení záznamů sledované evidence vstupních a výstupních hodnot plavecké úrovně dětí mladšího školního věku v rámci povinné plavecké výuky na základní škole. Základním kritériem posouzení bude, zda děti budou absolvovat plaveckou výuku v rámci vzdělávání na městské škole nebo na vesnické škole. Výsledky budou sledované u dětí různých tříd a hochů a dívek.

3.2 Úkoly

Na základě cíle práce byly stanoveny úkoly práce:

- Získat a zpracovat dostupnou literaturu pro teoretické zázemí práce.
- Stanovit si metodologický postup práce.
- Vybrat plaveckou školu, která zajišťuje výuku různým typům škol.
- Získat a utřídit data pro účely práce.
- Sumarizovat data dle hodnotících kritérií.
- Zpracovat, analyzovat a vyhodnotit data.

3.3 Výzkumné otázky

Ve shodě s cílem práce a úkoly práce jsme si položili následující výzkumné otázky.

- Jaká je počáteční plavecká úroveň na začátku plavecké výuky v jednotlivých ročnících a typech škol? Vyrovnávají se rozdíly plavecké úrovně s postupovým ročníkem?
- Je patrný rozdíl v plavecké úrovni žáků městských a vesnických škol napříč jednotlivými ročníky na konci plavecké výuky?
- Je patrný rozdíl v plavecké úrovni mezi chlapci a dívkami mladšího školního věku v jednotlivých ročnících na prvním stupni základní školy, případně žáky a začkami městských a vesnických škol?
- Jak se mění délka uplavané vzdálenosti v jednotlivých ročnících?
- Je patrný rozdíl v uplavaných vzdálenostech mezi městskými a vesnickými školami?

3.4 Postup práce

- Studium dostupné literatury, která se zabývá problematikou plavecké výuky.
- Sestavení teoretické části diplomové práce, na základě prostudované literatury
- Oslovení zástupců Plavecké školy Aquasvět Chomutov s žádostí o spolupráci a nahlédnutí do záznamových listů v archivu plavecké školy a celkového systému výuky této školy.
- Vyhledávání relevantních podkladových záznamů.
- Třídění a sumarizace dat.
- Hodnocení dat.
- Vyvození závěrů ze zpracovaných na základě cíle práce a výzkumných otázek.

4. METODIKA PRÁCE

4.1 Základní charakteristika

Práce má charakter smíšeného typu výzkumu. Použila jsem tedy jak kvalitativní, tak kvantitativní zkoumání problému. Teoretická část práce obsahuje vybraná obecná témata z výuky plavání a specifická témata výuky plavání v ČR jako základní souvislosti s výukou ve zvolené plavecké škole Aquasvět Chomutov. Například sestavení kapitoly „Východiska pro didaktiku plaveckých způsobů“ vychází z náhledu na způsob výuky ve zvolené plavecké škole. Práce dále obsahuje analýzu dat na základě studia archivních záznamů plavecké výuky během školního roku 2018/2019. Získaná data byla analyzována pomocí popisu, grafů a tabulek.

4.2 Charakteristika sledovaného souboru dětí.

Předmětem zkoumání se staly výsledky dětí v rámci povinné plavecké výuky, jejich vstupní a výstupní plavecké dovednosti, které jsou evidované ve zvolené plavecké škole. Povinná výuka plavání probíhá ve většině případů na prvním stupni základních škol. Jedná se tak o děti mladšího školního věku, které již lépe akceptují řízenou pohybovou činnost.

Některá specifika mladšího školního věku byly naznačeny v teoretické části práce. V tomto věku děti začínají dospívat. Jak uvádí Kocourek, Jůva (2012) dochází ke změně tělesných proporcí, prodlužují se končetiny a i kostra pozvolna osifikuje. Např. Suchomel (2004) hovoří o zlatém věku motorické docility, která se váže na celkové zlepšení pohybové koordinace v závislosti na projevy jemné a hrubé motoriky. Na základě rozvoje psychiky již ustupuje do pozadí nutnost herního základu učení a je možné stavět učení na základě cílených pohybových cvičení (Votík, 2013).

V práci jsou cíleně zkoumány děti druhého, třetího a čtvrtého ročníku základních škol, v kterých nejčastěji probíhá povinná plavecká výuka. Kritéria sledování a posuzování se staly:

- školní docházka v městské škole
- školní docházka ve vesnické škole
- chlapec
- dívka
- postupový ročník školní docházky
- zvolené parametry evidence plavecké úrovně.

Všechny sledované skupiny realizovaly plaveckou výuku v rámci plavecké školy Aquasvět Chomutov.

4.3 Výuka plavání v plavecké škole Aquasvět Chomutov

Organizovaná výuka plavání v Chomutově sahá až do roku 1980, kdy zde byla založena plavecká škola Regena. Regena svou výuku realizovala v městských lázních až do roku 2012, v kterém byly městské lázně zavřeny. Po zavření městských lázní bylo otevřeno plavecké centrum Aquasvět Chomutov, jehož vedení se rozhodlo, že bude plaveckou výuku realizovat pod svým vedením.

Plavecká škola Aquasvět Chomutov zabezpečuje plaveckou výuku od kojenců až po mladší školní věk. Snahou je, aby byla výuka zajišťována kvalifikovanými lektory, kteří dnes většinou vlastní kvalifikaci instruktor plavání či instruktor dětského plavání v rámci Národní soustavy kvalifikací ČR.

Výuka plavání pro základní školy je realizována v deseti 90 minutových lekcích. První lekce je vždy věnována seznámení dětí s prostředím Aquasvěta Chomutov, upozornění na riziková místa a seznámení s pravidly chování během výuky a pohybu po Aquasvětě. Následuje rozdělení dětí do 5 učebních skupin. Jeden z lektorů je ve vodě a asistuje u dítěte, které postupně předvádí vybrané základní plavecké dovednosti, případně plaveckou lokomoci. Ostatní lektoři dozorují ostatní žáky a ze břehu hodnotí plaveckou úroveň jedince ve vodě.

Oproti ideálnímu modelu lekce plavecké výuky jak uvádí Pokorná (2015) jsou lekce v Aquasvět Chomutov dlouhé 90 minut, nikoliv 45 minut. Nevýhodou je únava z činnosti u některých dětí. Výhodou je naopak možnost déle procvičovat jednotlivé dovednosti. Z tohoto důvodu jsou často v lekcích zařazovány odpočinkové herní části. Pohybové hry,

kteřé jsou v této části lekce využívány, popsala mimo jiných i Benčuriková (2008, 2011). Tato část obvykle trvá 20 minut.

Také je třeba zmínit, že každá lekce je jiná, záleží především na složení a úrovni výukové skupiny, jejich možnostech a dovednostech. Jak uvádí Lukášová (2010) obsah jednotlivých částí lekcí či tematických celků sestavuje lektor, v plavecké škole Aquasvět hlavní lektor skupiny. V některých případech dostávají žáci možnost individuálního objevování určité oblasti, ovšem vždy je vyžadováno striktní dodržování bezpečnostních pravidel, obecná bezpečnostní pravidla popsala například Svobodová (2017).

Základní filosofií výuky ve sledované škole je učení znaku jako prvního plaveckého způsobu, pokračuje se výukou plaveckého způsobu prsa a plaveckého způsobu kraul. Důležitou součástí je osvojování a zdokonalování základních plaveckých dovedností.

4.4 Vstupní a závěrečné zkušební požadavky

Přezkušovaná škála obsahuje v úvodu plaveckého kurzu:

- bublání do vody se zanořeným obličejem
- hvězdice na bříše s výdrží ve splývavé poloze a se zanořeným obličejem
- hvězdice na zádech s výdrží
- plavání libovolným plaveckým způsobem podél břehu bez doteku okraje bazénu.

Na základě úspěšnosti jsou žáci rozděleni do pěti učebních skupin.

1. D - žáci v této skupině bezpečně a samostatně zvládají bublání do vody, hvězdici na bříše i na zádech a bezpečně přeplavou bazén (25 m) bez chytání okraje, plavecký způsob se blíží základní technice zvoleného plaveckého způsobu
2. Cpl - žáci v této skupině bezpečně a samostatně zvládají bublání do vody, hvězdici na bříše i na zádech a přeplavou alespoň polovinu délky bazénu (12,5 m) bez chytání okraje, technika plaveckého způsobu obsahuje značné odchylky od základní provedení plaveckého způsobu

3. C0 - žáci v této skupině zvládají bubláni do vody, hvězdicí na břiše, hvězdicí na zádech a uplavou méně než 12,5 m, technika zvoleného plaveckého způsobu nerozhoduje
4. B - žáci zařazení do této skupiny bezpečně zvládají bubláni do vody a jednu z hvězdic (na břiše nebo na zádech - nikoliv obě), nejsou schopni doplatit k okraji bazénu nebo neodplavou od okraje bazénu
5. A - žáci zařazení do této skupiny nejsou schopni ponořit obličej do vody ani zabublat.

Hodnotící kritéria v závěru plaveckého kurzu:

dovednost plavecké lokomoce znak, prsa, kraul ve vztahu k délce uplavané vzdálenosti 10 m, 25 m, 50m, 200 m.

4.5 Metody získávání a zpracování dat

Základní námi využitou metodou pro získání dat se stalo studium dokumentů. Dokumenty jsou veškeré napsané a uložené texty v archívech a spisových databázích. Mohou to být knihy, novinové články, různé druhy psaných a elektronických záznamů, deníky a řada dalších forem, které uchovávají informace o již proběhlých událostí. Tyto dokumenty poskytují výzkumníkovy potřebná data pro zkoumání zvolené skutečnosti (Hendl, 2008).

V této práci využíváme kvantitativní i kvalitativní typ výzkumu. Kvantitativní výzkum je založen na práci s číselnými údaji. Zjišťujeme určité množství, rozsah nebo frekvenci výskytu jevů (Gavora, 2010). Získané číselné údaje byly v naší práci následně analyzovány graficky, pomocí tabulek a komentována popisem.

5 VÝSLEDKY

5.1 Vstupní údaje

Sledovaný soubor se skládal z žáků 2., 3. a 4. třídy základní školy z městských a vesnických škol. Nejprve jsme přistoupili k hodnocení vstupních plaveckých dovedností. Na základě dovedností jsou žáci přiřazováni do výukových skupin (hodnotící kritéria a charakteristika skupin jsou uvedeny v metodologii práce). Vstupní údaje považujeme za počáteční plaveckou úroveň žáků.

V rámci počáteční úrovně, je nezbytné si uvědomit, že hodnotíme ty dovednosti, které žáky naučil ve většině případů někdo jiný, než lektoři plavání, zejména ve 2. ročníku. Proto nelze striktně hodnotit plaveckou techniku a spíše vnímat tyto dovednosti jako předpoklad pro charakter a postup v následné plavecké výuce.

5.1.1 Městské školy

Městskými školami rozumíme školy situované ve městě. Žáci těchto škol jsou především žáci, kteří bydlí na sídlištích v Chomutově, Jirkově a Kadani. Z níže uvedených škol, se za školy, které nejsou v sociálně vyloučené lokalitě, považují pouze školy Na Příkopech a Školní. Tyto školy nejsou považovány za sociálně vyloučené zejména z toho důvodu, že jsou situovány v blízkosti centra města Chomutova. Sociální úroveň žáků škol se v určité míře projevuje v jejich vztahu k vodě, pohybové aktivitě a mimo jiné i k plavání

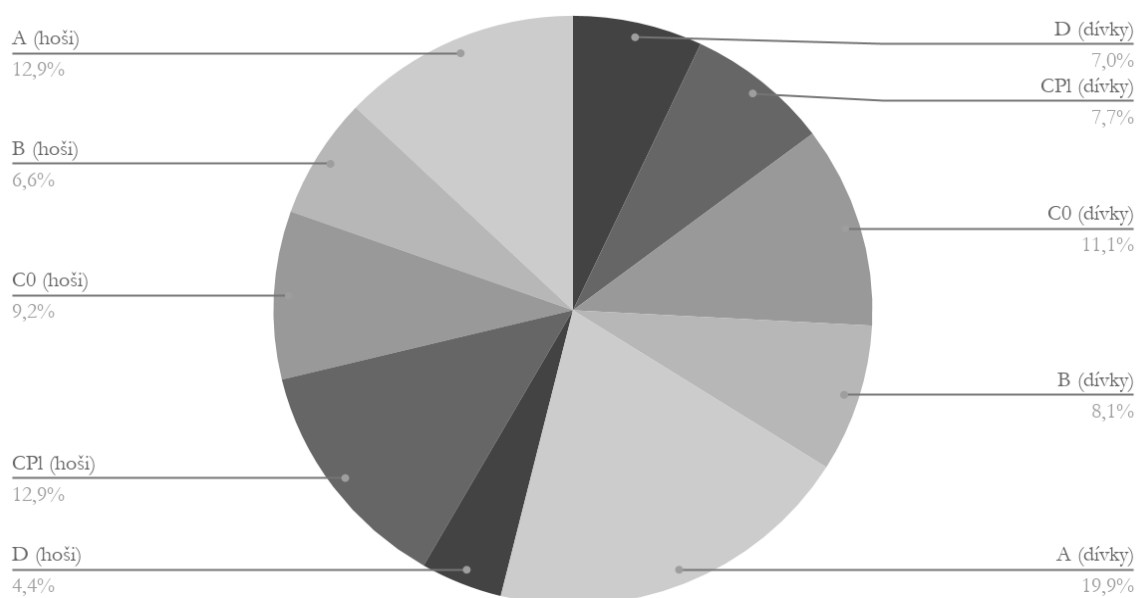
5.1.1.1 Žáci 2. třídy ZŠ

Z grafu 1 vyplývá, že počet žáků 2. tříd, kteří měli plavecké dovednosti na vysoké úrovni při počátečním testování, je velmi málo. Naopak žáků, kteří se při počátečním testování např. báli vkročit do vody, případně zanořit obličej, bylo více.

Z celkového počtu 274 žáků 2. tříd v počátku umělo výborně plavat 12 chlapců a 19 dívek, velmi dobře plavat 35 hochů a 21 dívek, průměrně plavat 25 hochů a 30 dívek. Neplavců, kteří zvládli bublat do vody, bylo 18 hochů a 22 dívek a žáků kteří nezvládli ani bublat do vody bylo 38 hochů a 54 dívek.

Počet neplavců v této skupině je opravdu vysoký, zejména z toho důvodu, že žáci mají pravděpodobně jen malé zkušenosti s plaváním. Lze se domnívat, že řada žáků a jejich rodin nenavštěvuje z různých důvodů plavecký bazén nebo otevřenou vodní plochu. V této oblasti může být souvislost i se sociálním zázemím rodin.

Plavecká úroveň žáků 2. třídy městských základních škol

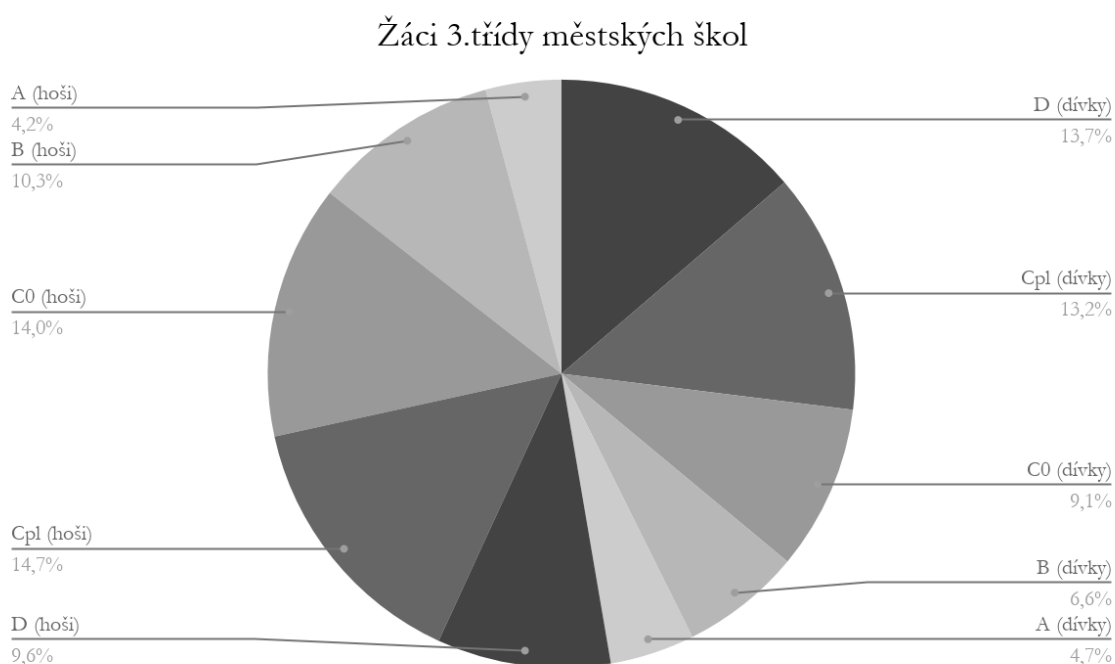


Graf 1 Vstupní plavecká úroveň žáků 2. třídy městských základních škol

Z grafu 1 dále vyplývá, že dívek, které na počátku uměli výborně plavat, bylo více než 7%, oproti 5 % chlapců. Procentuální poměr hochů a dívek, kteří uměli alespoň průměrně plavat, byl opačný, tedy 19,1 % dívek a 22,1 % hochů. 47,5 % nemělo téměř žádnou zkušenost s plaváním. Tito žáci neuměli plavat a na počátku výuky uměli jen potopit obličej do vody, ovšem bublat již mnozí z nich nezvládli.

5.1.1.2 Žáci 3. třídy ZŠ

Plavecká úroveň žáků třetích tříd městských škol je do velké míry ovlivněna již proběhlou plaveckou výukou ve druhém ročníku ZŠ. Oproti předchozímu grafu, se v tomto případě plavecké výuky účastnilo více hochů než dívek. V tomto případě již z celkového počtu 408 žáků, bylo 23,3 % všech účastníků zařazeno do skupiny, která uměla výborně plavat. Dalších 28,7 % hochů zvládalo bublání do vody a splývavou polohu, kdežto dívek jen 22,3 %. 11,3 % dívek na počátku zvládlo maximálně zabublat do vody, hochů 14,5 % (Graf 2).

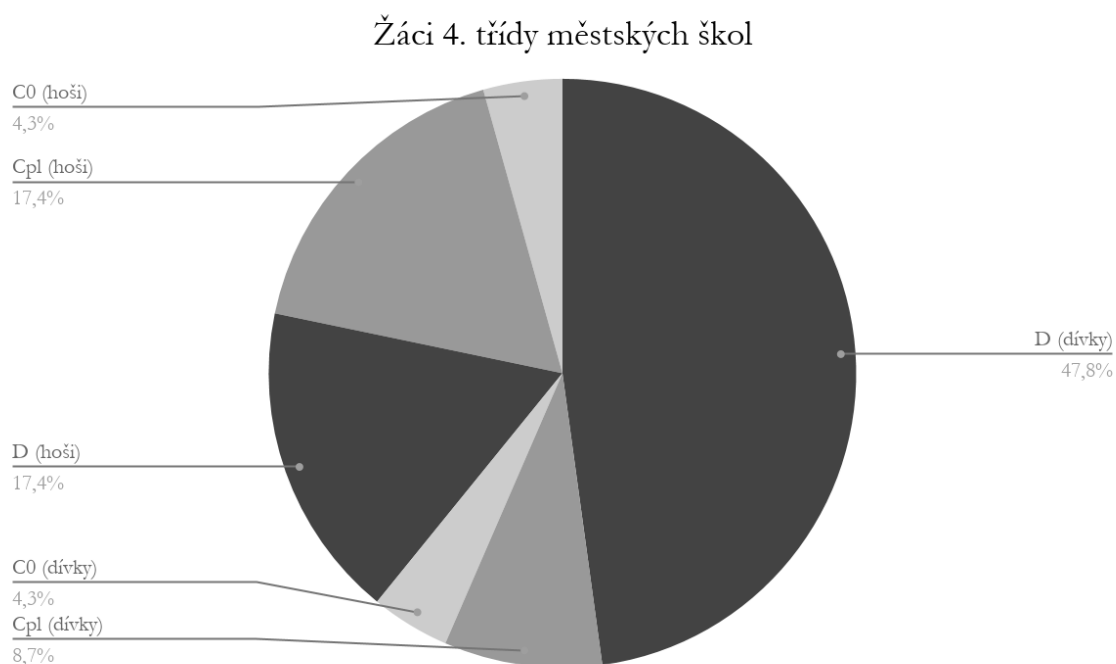


Graf 2: Vstupní plavecká úroveň žáků 3. třídy městských základních škol

5.1.1.3 Žáci 4. třídy ZŠ

Plavecké výuky se ve 4. ročníku zúčastnila pouze jedna základní škola a to základní škola Rudolfa Koblíce z Kadaně. V tomto ročníku se tedy výuky účastnil jen velmi malý počet žáků, celkem 23 žáků, z toho 9 hochů a 14 dívek.

Všichni účastníci uměli bublat do vody, uměli udělat hvězdičku na břiše i na zádech a zvládli uplavat alespoň pár metrů. Z toho důvodu se v níže uvedeném grafu neobjevují plavecké skupiny B a A. Více než 65 % žáků bylo zařazeno do plavecké skupiny D a jejich počáteční plavecké dovednosti byly na výborné úrovni. Zbýlých méně než 35 % žáků neumělo plavat výborně, ale alespoň průměrně. V této skupině žáků byla již bezpochyby patrná předchozí plavecká výuka.



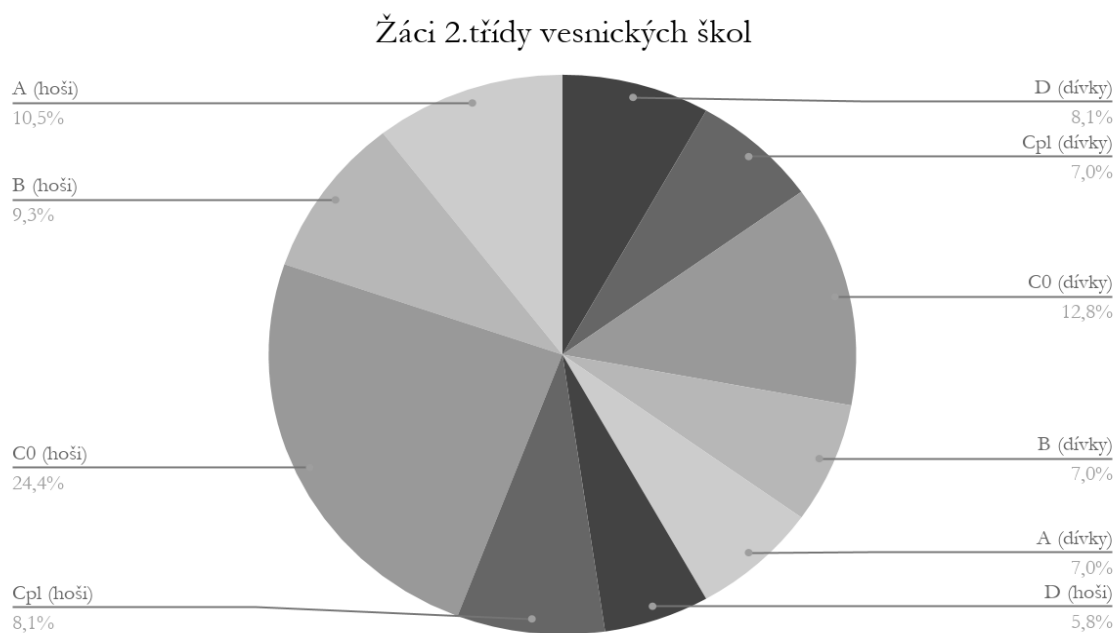
Graf 3: Vstupní plavecká úroveň žáků 4. třídy městských základních škol

5.1.2 Vesnické školy

Vesnickými školami rozumíme školy situované na vesnici a tady žáci těchto škol bydlí na vesnici nebo v jiném menším sídle. Děti z vesnických škol bylo celkově méně. Obdobně jako v případě městských škol je za počáteční úroveň považována taková úroveň, se kterou žáci vstupují do výuky. Tedy jsou to takové plavecké dovednosti, které se žáci naučili například díky rodičům nebo při předcházející plavecké výuce.

5.1.2.1 Žáci 2. třídy ZŠ

Z celkového počtu 86 žáků druhých tříd vesnických škol bylo celkem 50 hochů a 36 dívek. Graf 4 ukazuje, že 12 žáků umělo výborně plavat, 13 žáků velmi dobře a 32 zvládalo pouze základní plavecké dovednosti a 29 žáků bylo neplavců.

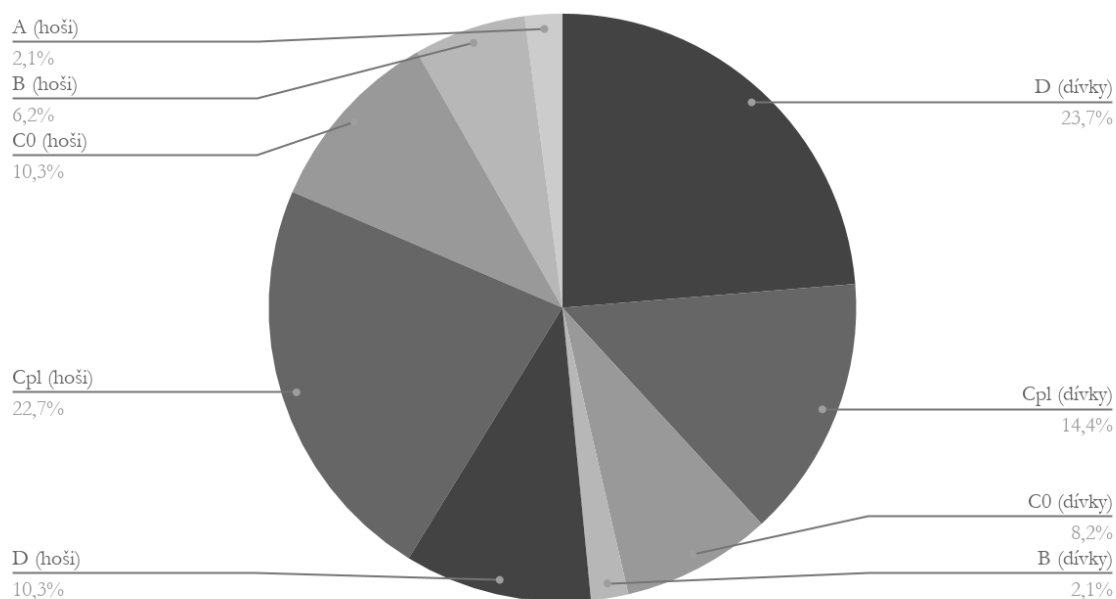


Graf 4: Plavecká úroveň žáků 2. třídy vesnických základních škol

5.1.2.2 Žáci 3. třídy ZŠ

Stejně jako tomu bylo u městských škol i žáci 3. ročníků vesnických škol měli lepší počáteční úroveň plaveckých dovedností než předcházející ročník. V tomto případě byl počet hochů a dívek téměř vyrovnaný. Je velmi potěšující zjištění, že více než 71 % žáků na počátku plavecké výuky umělo plavat velmi dobře až výborně a ve skupinách s nedostatky (C0, B, A) bylo zařazeno necelých 30 % všech žáků vesnických škol, které se zúčastnili plavecké výuky v roce 2018/2019 (Graf 5).

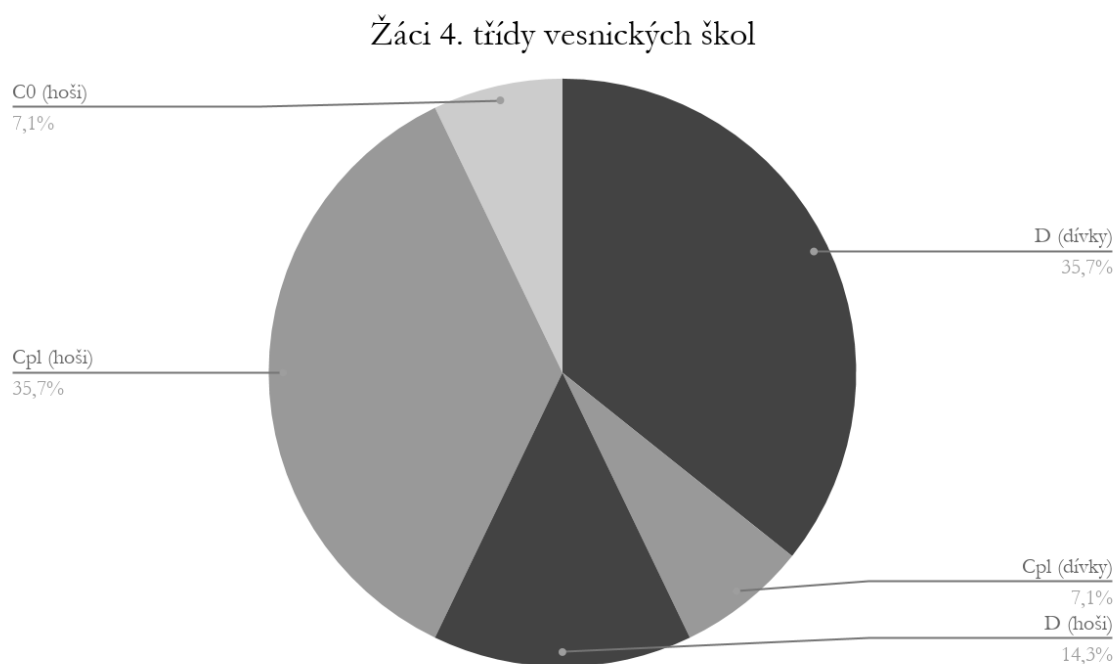
Žáci 3. třídy vesnické základní školy



Graf 5: Vstupní plavecká úroveň žáků 3. třídy vesnických základních škol

5.1.2.3 Žáci 4. třídy ZŠ

Ve 4. ročníku vesnických škol se již projevuje nízký celkový počet žáků, díky čemuž je velmi nízká pravděpodobnost, že se mezi těmito žáky objeví jedinec, který se dosud s plaváním nesetkal. I z níže uvedeného grafu 6 vyplývá, že méně než 10 % žáků umělo pouze bublat do vody a udělat hvězdičku na břicho i na zádech. Ovšem tyto žáky neuměli příliš plavat. Zbýlých více než 90 % žáků umělo plavat dostatečně pro překonání požadované vzdálenosti.



Graf 6: Plavecká úroveň žáků 4. třídy vesnických základních škol

5.1.2.4 Shrnutí vstupní úrovně žáků městských a vesnických základních škol

Při porovnání vstupní úrovně žáků městských a vesnických škol můžeme pozorovat, že u dětí z vesnických škol je vstupní úroveň, která značí menší zkušenosti v plaveckých dovednostech (skupiny A a B), v jednotlivých ročnících diagnostikována v nepatrně menším procentuálním zastoupení. Naopak diagnostika vyšší úrovně plaveckých dovedností (skupiny D a Cpl) je procentuálně lépe zastoupena zase opět u vesnických tříd (Tab 1 a 2)

Tabulka 1: Vstupní plavecká úroveň žáků městských škol

skupina	Městské školy					
	2. třída		3. třída		4. třída	
	Hoši (%)	Dívky (%)	Hoši (%)	Dívky (%)	Hoši (%)	Dívky (%)
D	4,3	6,9	9,5	13,2	17,3	47,8
Cpl	12,7	7,6	14,7	13,2	17,3	8,6
C0	9,12	10,9	13,9	9	4,3	4,3
B	6,5	8	10,2	6,6	0	0
A	13,8	19,7	4,1	4,6	0	0

Tabulka 2: Vstupní plavecká úroveň žáků vesnických škol

skupina	Vesnické školy					
	2. třída		3. třída		4. třída	
	Hoši (%)	Dívky (%)	Hoši (%)	Dívky (%)	Hoši (%)	Dívky (%)
D	5,8	8,3	10,3	23,7	14,2	35,7
Cpl	8,1	6,9	22,6	14,4	35,7	7,1
C0	24,4	12,7	10,3	8,2	7,1	0
B	9,3	6,9	6,1	2	0	0
A	10,4	6,9	2	0	0	0

5.2 Výstupní údaje

Výstupní údaje se skládaly z počtu žáků každé zúčastněné školy a počty žáků, kteří uplavali sledovanou vzdálenost určitým plaveckým způsobem, případně byli hodnoceni z více plaveckých způsobů. Byly hodnoceny i data žáků, kteří po skončení plaveckého kurzu nebyli hodnoceni. Tyto údaje lze také nazvat konečnou úrovní žáků. Konečnou úrovní rozumíme plavecké dovednosti na konci plavecké výuky. V případě konečné úrovně nelze říci, že sečtením výsledků získáme stejný počet, jako je celkový počet účastníků kurzu. V tomto případě mohl jeden žák získat více různých hodnocení, to znamená, že jeden žák byl hodnocen za získané dovednosti v plaveckém způsobu kraul i znak, případně prsa.

5.2.1 Městské školy

Tabulka 3: Výstupní plavecká úroveň žáků městských základních škol

		Městské školy											
		2. třída				3. třída				4. třída			
		Hoši		Dívky		Hoši		Dívky		Hoši		Dívky	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Znak	Celkem	117		115		193		175		37		31	
	200	53	45,3	45	39,1	125	64,8	130	74,3	21	56,8	21	67,7
	50	29	24,8	32	27,8	40	20,7	31	17,7	6	16,2	2	6,5
	25	21	17,9	27	23,5	21	10,9	11	6,3	9	24,3	6	19,4
	10	14	12,0	11	9,6	4	2,1	3	1,7	1	2,7	2	6,5
Prsa	Celkem	91		86		170		156		29		30	
	200	25	27,5	14	16,3	59	34,7	66	42,3	5	17,2	11	36,7
	50	16	17,6	16	18,6	42	24,7	33	21,2	2	6,9	3	10,0
	25	31	34,1	28	32,6	45	26,5	25	16,0	14	48,3	7	23,3
	10	19	20,9	28	32,6	24	14,1	32	20,5	9	31,0	9	30,0
kraul	Celkem	39		22		52		68		11		13	
	200	3	7,7	4	18,2	3	5,8	3	4,4	-	-	-	-
	50	8	20,5	6	27,3	13	25,0	21	30,9	2	18,2	1	7,7
	25	9	23,1	3	13,6	19	36,5	23	33,8	5	45,5	3	23,1
	10	19	48,7	9	40,9	17	32,7	21	30,9	4	36,4	9	69,2

5.2.1.1. Žáci 2. třídy ZŠ

Z Tab 3 je patrné, že ne všechny dívky mohly být hodnoceny uplavanou vzdáleností. 21 dívek zůstalo bez jakéhokoliv hodnocení (po skončení plavecké výuky stále neuměly bez plaveckých pomůcek uplavat ani 10 m). Zbylé žačky uplavaly minimálně 10 m jedním z plaveckých způsobů. Nejvíce žaček bylo hodnoceno podle předpokladů znakem, nejméně kraulem. Pokud žačky zvládly plavecký způsob znak, učily se další plavecký způsob a z něj byly následně také hodnoceny, pokud jejich plavecký projev splňoval parametry daného plaveckého způsobu. Znakem tedy uplavalo 10 - 200 m celkem 115 dívek, z toho 45 uplavalo 200 m bez zastavení. Plaveckým způsobem prsa plavalo 86 dívek, z toho 14 jich uplavalo celých 200 m. Jen 22 dívek zvládlo uplavat 10 - 50 m kraulem a pouze 4 dívky zvládly uplavat 200 m kraulem.

Mimo toto hodnocení lze postavit i fakt, že nejvíce žaček, které se nenaučily plavat a zůstaly bez hodnocení, bylo na ZŠ Krušnohorská.

Hoši obdobně jako dívky byli v některých případech hodnoceni z více než jednoho plaveckého způsobu. Celkem 27 žáků nebylo hodnoceno ani z jednoho plaveckého způsobu. Nejvíce nehodnocených hochů bylo v ZŠ Školní, v tomto případě nelze vyvodit jednoznačný důvod tak nízkého úspěchu.

V plaveckém způsobu znak bylo celkově hodnoceno 117 hochů, z nich 53 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa zvládlo 91 žáků, z nichž nadpoloviční většina zvládla uplavat alespoň 25 metrů. 28 žáků zvládlo uplavat alespoň 50 m plaveckým způsobem kraul. Pouze 3 hoši zvládli uplavat 200 m kraulem (Příloha 1 a 2).

5.2.1.2 Žáci 3. třídy ZŠ

Z Tab 3 je patrné, že 14 dívek 3 třídy zůstalo bez jakéhokoliv hodnocení, tedy po skončení plavecké výuky stále neuměly bez plaveckých pomůcek uplavat ani 10 m žádným z plaveckých způsobů. Zbylé žáčky uplavaly minimálně 10 m jedním z plaveckých způsobů. Nejčastěji byl tímto plaveckým způsobem znak.

Vzhledem k tomu, že se v plavecké škole Aquasvět Chomutov, vyučuje jako první plavecký způsob znak, všechny žáčky, které byly hodnoceny, plavaly plavecký způsob znak. Znakem tedy uplavalo 10 - 200 m celkem 175 dívek, z toho 130 dívek zvládlo uplavat celých 200 m. Plaveckým způsobem prsa plavalo a bylo hodnoceno 156 dívek, z toho 66 dívek uplavalo celých 200 m. 68 dívek zvládlo uplavat mezi 10 a 50 m kraulem a pouze 3 dívky zvládly uplavat 200 m kraulem.

Chlapci stejně jako dívky byli v některých případech hodnoceni z více než jednoho plaveckého způsobu. Celkem 16 žáků nebylo hodnoceno ani z jednoho plaveckého způsobu. Nejvíce nehodnocených hochů bylo v ZŠ Zahradní.

Za plavecký způsob znak bylo celkově hodnoceno 193 hochů, z nich 125 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa zvládlo 170 žáků, z nichž nadpoloviční většina zvládla uplavat alespoň 25 metrů. Téměř 60 žáků zvládlo uplavat 200 m znakem. 49 žáků plavalo maximálně 50 m plaveckým způsobem kraul. Pouze 3 hoši zvládli uplavat 200 m kraulem (Příloha 3 a 4).

5.2.1.3 Žáci 4. třídy ZŠ

Z pravidla se plavecké výuky účastní žáci 2. a 3. ročníků, z toho důvodu se ve čtvrtých ročnících neúčastnily základní školy Krušnohorská (Jirkov), Na Příkopech (Chomutov), Hornická (Chomutov), Zahradní (Chomutov) a Školní (Chomutov). Z toho důvodu je nižší počet sledovaných žáků v tomto ročníku.

Z výše vedené Tab 3 je patrné, že pouze 2 děvčata zůstala bez jakéhokoliv hodnocení. Zbylé žačky uplavaly minimálně 10 m jedním z plaveckých způsobů. Nejčastěji byl tímto plaveckým způsobem znak.

Znakem uplavalo 10-200 m celkem 31 dívek z toho 21 uplavalo 200 m. Plaveckým způsobem prsa zvládlo uplavat celkem 30 dívek alespoň krátkou vzdálenost, z toho 11 dívek uplavat celých 200 m. Pouze 13 dívek plavalo kraulem a uplavalo alespoň krátkou vzdálenost kraulem. Uplavat 200 m kraulem nezvládla žádná z žaček.

Chlapci stejně jako dívky byli v některých případech hodnoceni z více než jednoho plaveckého způsobu. Na rozdíl od dívek každý žák byl hodnocen alespoň z jednoho plaveckého způsobu.

Plaveckým způsob znak plavalo celkově 37 hochů, z nich 21 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa předvedlo 29 žáků, z nichž téměř polovina zvládla uplavat 200 m. 11 žáků uplavalo i kraulem a zvládlo maximálně 50 m. 200m kraulem nezvládl uplavat žádný hoch (Příloha 5 a 6).

5.2.2 Vesnické školy

Tabulka 4: Výstupní plavecká úroveň žáků vesnických základních škol

		Vesnické školy											
		2.třída				3. třída				4. třída			
		Hoši		Dívky		Hoši		Dívky		Hoši		Dívky	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Znak	Celkem	45		31		47		44		9		6	
	200	24	53,3	23	74,2	34	72,3	37	84,1	7	77,8	4	66,7
	50	8	17,8	3	9,7	6	12,8	2	4,5	2	22,2	2	33,3
	25	8	17,8	4	12,9	6	12,8	5	11,4	-	-	-	-
	10	5	11,1	1	3,2	1	2,1	-	-	-	-	-	-
Prsa	Celkem	33		26		38		41		8		6	
	200	6	18,2	8	30,8	10	26,3	22	53,7	3	37,5	6	100,0
	50	11	33,3	8	30,8	16	42,1	11	26,8	2	25,0	-	-
	25	12	36,4	4	15,4	6	15,8	5	12,2	1	12,5	-	-
	10	4	12,1	6	23,1	6	15,8	3	7,3	2	25,0	-	-
kraul	Celkem	9		10		22		26		5		5	
	200	-	-	1	10,0	1	4,5	-	-	-	-	-	-
	50	3	33,3	3	30,0	4	18,2	10	38,5	-	-	-	-
	25	2	22,2	4	40,0	7	31,8	8	30,8	2	40,0	1	20,0
	10	4	44,4	2	20,0	10	45,5	8	30,8	3	60,0	4	80,0

5.2.2.1. Žáci 2. třídy ZŠ

Z Tab 4 a z Příloh 7 a 8 je patrné, že pouze 5 dívek zůstalo bez jakéhokoliv hodnocení, Ostatní žačky uplavaly minimálně 10 m jedním z plaveckých způsobů. Nejčastěji byl tímto plaveckým způsobem znak.

Znakem tedy uplavalo 10-200 m celkem 31 dívek, z toho pouze 1 dívka uplavala 10 m. Všechny ostatní uplavaly delší vzdálenost. 200 m zvládlo uplavat 23 dívek. Plaveckým způsobem prsa plavalo 26 dívek, z toho 8 dívek uplavalo 200 m. 10 dívek také plavalo kraulem a zvládlo uplavat 10-50 m. Pouze 1 dívka zvládla uplavat kraulem 200 m.

Celkem 6 žáků nebylo hodnoceno ani z jednoho plaveckého způsobu. V plaveckém způsobu znak bylo celkově hodnoceno 45 hochů, z nich 24 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa plavalo 33 žáků, z nichž 6 zvládlo uplavat 200 m. Pouze 9 žáků plavalo kraulem a to maximálně 50 m. Žádný z hochů neuplavoval plaveckým způsobem kraul více než 50 m.

5.2.2.2. Žáci 3. třídy ZŠ

Z výše uvedené Tab 4 je patrné, že všichni žačky 3. tříd byly hodnoceny alespoň z jednoho plaveckého způsobu, tedy všechny žačky se dají označit za plavce bez specifikace vzdálenosti. Znakem uplavalo 25-200 m celkem 44 dívek, z toho pouze 7 dívek uplavalo jen 25-50 m. 200 m znakem zvládlo uplavat 37 dívek. Plaveckým způsobem prsa plavalo 41 dívek, z toho 22 dívek uplavalo 200 m. Kraulem bylo hodnoceno 26 dívek, které však uplavaly pouze mezi 10 a 50 m. Žádná z dívek nezvládla uplavat delší vzdálenost.

Celkem 2 žáci nebyli hodnoceni ani z jednoho plaveckého způsobu.

Za plavecký způsob znak bylo celkově hodnoceno 47 hochů, z nich 34 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa plavalo 38 žáků a 10 žáků zvládlo uplavat 200 m. Celkem 21 plavalo i kraulem, ale překonali maximálně 50 m. Pouze jeden chlapec uplavalo 200 m (Příloha 9 a 10).

5.2.2.3 Žáci 4. třídy ZŠ

Plavecké výuky se ve čtvrtém ročníku základního vzdělávání účastnila pouze jedna vesnická základní škola. V tomto ročníku se tedy plavecké výuky účastnilo jen velmi malé množství žaček, takže sledovaný soubor je malý.

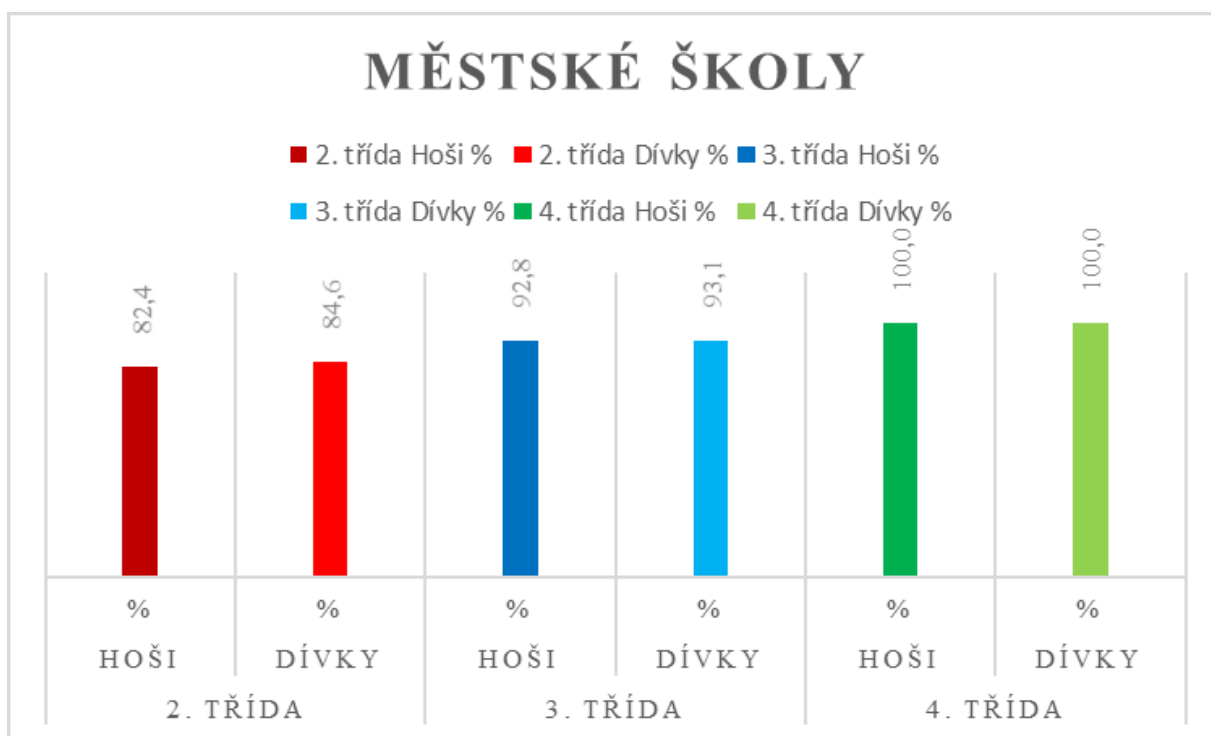
Z uvedené Tab 4 je patrné, že všichni žačky byly hodnoceny alespoň z jednoho plaveckého způsobu, tedy všechny žačky se dají označit za průměrné až nadprůměrné plavkyně. Všechny žačky byly hodnoceny z plaveckého způsobu prsa, znak i kraul. Na základě předchozí zkušenosti (výuka v jiné plavecké škole), dosáhly dívky lepších výsledků v plaveckém způsobu prsa. Znakem uplavaly všechny dívky 100-200 m. Plaveckým způsobem prsa zvládly 200 m všechna děvčata. Naopak kraulem pouze 5 dívek uplavalo 10-25 m. Žádná z dívek nezvládla uplavat delší vzdálenost.

Za plavecký způsob znak bylo celkově hodnoceno 9 hochů, z nich 7 zvládlo uplavat 200 m. Plavecký způsob prsa plavalo 8 žáků a 3 žáků zvládlo uplavat 200 m. Kraulem plavalo pouze 5 žáků a žádný žák neuplavalo 200 m. (Příloha 11 a 12).

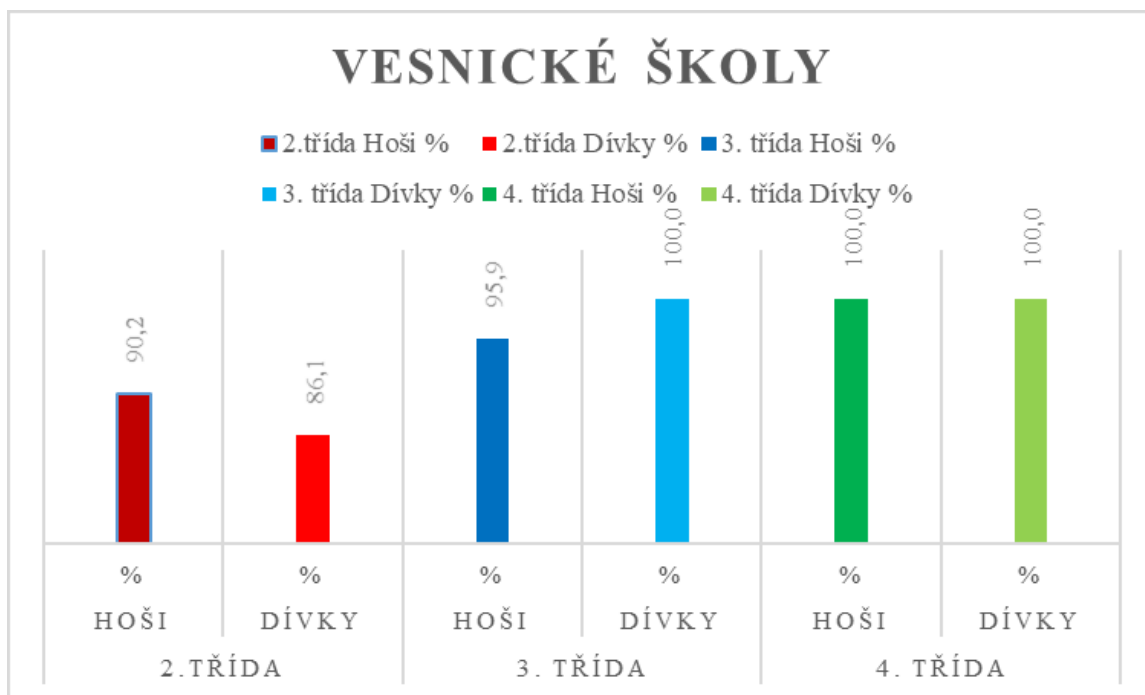
5.3 Dílčí hodnocení výstupní úrovně

Z Grafů 7 a 8. vyplývá, kolik procent žáků z celkového počtu uplavalo na konci plavecké výuky alespoň 10 m jedním z vybraných plaveckých způsobů. Uplavanou vzdálenost 10 m nelze považovat za vzdálenost, při které bychom mohli žáka/žákyni považovat za plavce, ovšem oproti počátečnímu stavu nastal alespoň drobný pokrok.

Z těchto grafů také vyplývá, že žáci vesnických škol byli ve druhých a třetích ročnících vždy o 2-7 % úspěšnější než žáci městských základních škol. O trochu vyšší úspěšnost vesnických tříd nám také ukázaly Tab 1 a 2 při zjišťování vstupní úrovně. Podrobnější rozbor lze nalézt v následujících podkapitolách.



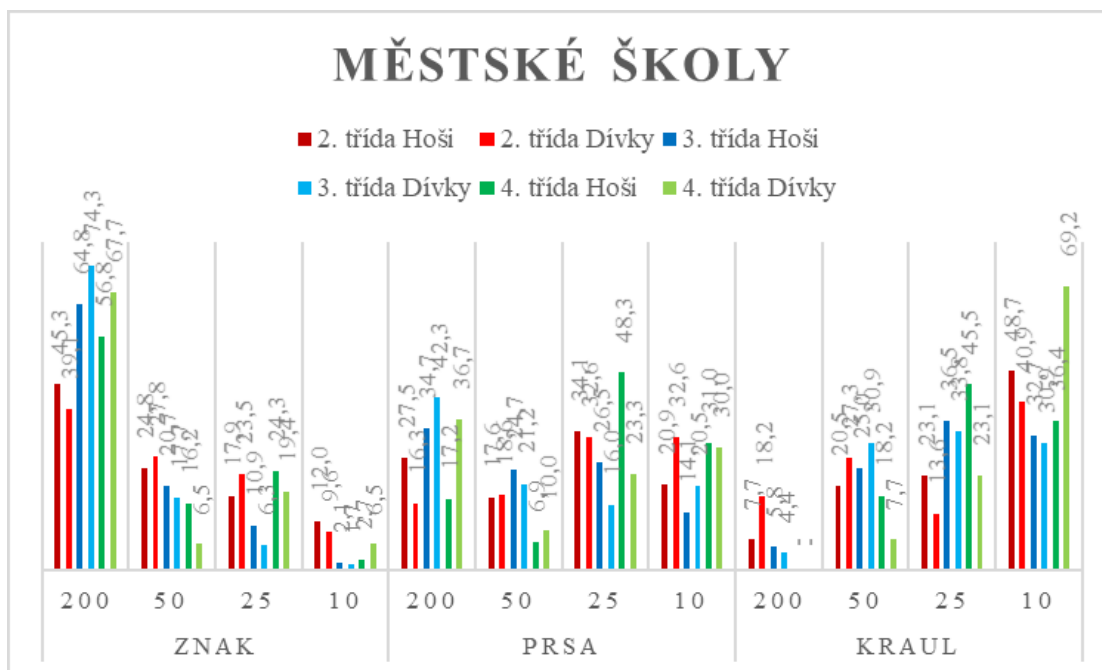
Graf 7: procentuální úspěšnost žáků městských základních škol



Graf 8: procentuální úspěšnost žáků vesnických základních škol

5.3.1 Dílčí hodnocení - městské školy

V tomto Grafu 9 jsou barevně odděleny ročníky. Hoši a dívky jsou poté vyznačeny rozdílným odstínem zvolené barvy. Uvedená čísla jsou procentuální hodnoty žáků, kteří uplavali danou vzdálenost daným plaveckým způsobem. Tato hodnota je vztažena k celkovému počtu žáků, kteří úspěšně uplavali alespoň 10m vzdálenost



Graf 9 Výstupní úroveň žáků městských základních škol

5.3.1.1 Plavecký způsob

Každý žák plaval dle svých možností nejprve plaveckým způsobem znak, poté prsa a nakonec kraul. Testování žáků bylo situováno do závěru kurzu plavecké výuky.

2. třída

Ve druhých ročnících byl velký rozdíl mezi žáky, kteří na počátku uměli plavat (32 %) a těch, kteří na počátku zvládli jen bubláni do vody či hvězdičky na břicho či zádech, ovšem plaveckou lokomocí již nezvládli (68 %). Při konečném hodnocení bylo z celkového počtu 274 žáků hodnoceno alespoň z jednoho plaveckého způsobu 84,6 % (232 žáků). Všichni žáci, kteří byli hodnoceni, byli hodnoceni z plaveckého způsobu znak. 46 žáků na konci výuky nebylo hodnoceno ze žádného plaveckého způsobu.

3. třída

Ve třetích ročnících byl větší počet žáků, kteří na počátku uměli plavat. Konkrétně se jednalo o 51,2 % z celkového počtu 408 žáků ve třetích ročnících. Tito žáci byli na počátku o 19,2 % úspěšnější než žáci druhých tříd. Většina žáků na počátku plavala znakem, který se naučili v předchozí plavecké výuce.

Nehodnoceno bylo celkem 30 žáků z celkového počtu 408. Ostatní žáci byli hodnoceni alespoň z jednoho plaveckého způsobu. Téměř 75 % všech žáků, kteří byli hodnoceni z plaveckého způsobu znak, tímto způsobem uplavalo 200 m.

326 žáků bylo hodnoceno z plaveckého způsobu prsa a 120 žáků bylo hodnoceno z plaveckého způsobu kraul. Kraulem zvládlo 200 m uplavat pouze 6 žáků třetích ročníků. Ostatní uplavali vzdálenost 50 m a kratší. Plaveckým způsobem prsa zvládlo 200 m uplavat celkem 125 žáků. Ostatní žáci, kteří byli hodnoceni z plaveckého způsobu prsa, uplavali 50 m a méně.

4. třída

Ve čtvrtých ročnících žáci v hodnocení dopadli ještě o poznání lépe než v předchozích ročnících. Z celkového počtu 70 žáků pouze 2 žáčky nebyly hodnoceny. U hochů byli hodnoceni všichni. Všichni žáci (kromě dvou žaček) byli hodnoceni z plaveckého způsobu znak. Z celkového počtu žáků, kteří byli hodnoceni jich 42 (61 %) uplavalo 200 m. Zbylí žáci uplavali znakem 50 m a méně. Plaveckým způsobem prsa bylo z celkového počtu hodnocených žáků (68) hodnoceno 59. Jedná se tedy o 86,7 % z celkového počtu hodnocených žáků. Z plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 24 žáků, žádný žák neuplavoval touto technikou 200 m, ale 50 m a méně (procentuální vyjádření Graf 9).

5.3.1.2 Uplavaná vzdálenost

2. třída

Na konci výuky zvládlo znakem uplavat 45 dívek uplavat 200 m, 27 zvládlo uplavat 50 m, 32 zvládlo uplavat 25 m a 11 zvládlo uplavat 10m. U hochů byla situace podobná. Zde zvládlo znakem uplavat 200 m 53 hochů, 29 jich uplavalo 50 m, 21 uplavalo 25m a 14 uplavalo alespoň 10 m.

Prsa plaval menší počet žáků. 200 m prsa zvládlo uplavat 14 dívek, 50 m zvládlo uplavat 16 dívek, 25m uplavalo 28 dívek a 10 m též 28 dívek. Hoši v tomto případě byli hodnoceni o něco lépe. U hochů zvládlo 200 m prsa uplavat 25 žáků, 50 m 16 žáků, 25 m 31 žáků a 10 m 19 žáků.

Plaveckým způsobem kraul zvládlo nějakou vzdálenost uplavat celkem 22 dívek a 39 hochů. Z toho 7 žáků zvládlo uplavat 200 m, 14 zvládlo uplavat 50 m, 12 zvládlo uplavat 25 m a 28 žáků zvládlo uplavat 10 m plaveckým způsobem kraul.

3. třída

Znakem zvládlo jakoukoliv vzdálenost uplavat celkem 175 dívek a 193 hochů. Z toho 125 hochů a 130 dívek zvládlo uplavat 200 m, 40 hochů a 31 dívek zvládlo uplavat 50 m, 21 hochů a 11 dívek zvládlo uplavat 25 m. 7 hochů a 3 dívky uplavali jen 10 m plaveckým způsobem znak.

Plaveckým způsobem prsa bylo celkem hodnoceno 156 dívek a 170 hochů. Z tohoto počtu zvládlo 66 dívek a 59 hochů uplavat vzdálenost 200 m, 33 dívek a 42 hochů uplavalo vzdálenost 50 m, 25 dívek a 45 hochů uplavalo vzdálenost 25 m, 32 dívek a 24 hochů uplavalo 10 m plaveckým způsobem prsa.

U plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 68 dívek a 52 hochů. Z tohoto počtu 3 hoši a 3 dívky zvládli uplavat 200 m, 21 dívek a 13 hochů uplavalo 50 m kraulem, 23 dívek a 19 chlapců zvládlo uplavat 25 m a 21 dívek a 17 hochů zvládlo uplavat pouze 10 m.

4. třída

Znakem zvládlo jakoukoliv vzdálenost uplavat celkem 31 dívek a 37 hochů. Z toho 21 hochů a 21 dívek zvládlo uplavat 200 m, 6 hochů a 2 dívek zvládlo uplavat 50 m, 9 hochů a 6 dívek uplavalo 25 m, 1 hoch a 2 dívky uplavali jen 10 m.

Z plaveckého způsobu prsa bylo celkem hodnoceno 30 dívek a 29 hochů. Z tohoto počtu zvládlo 11 dívek a 5 hochů uplavat vzdálenost 200 m, 3 dívky a 2 hoši uplavali vzdálenost 50 m, 7 dívek a 13 hochů uplavalo vzdálenost 25 m, 9 dívek a 9 hochů uplavalo 10 m plaveckým způsobem prsa.

Z plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 13 dívek a 11 hochů. Z tohoto počtu nikdo neuplavalo vzdálenost 200 m, 1 dívka a 2 hoši uplavali 50 m kraulem, 3 dívky a 5 chlapců zvládlo uplavat 25 m a 9 dívek a 4 hoši uplavali 10 m (procentuální vyjádření Graf 9).

5.3.1.3 Dívky a hoši

2. třída

Na počátku bylo 7 % dívek a 4,4 % hochů zařazeno do skupiny D, 7,7 % dívek a 12,9 % hochů do skupiny Cpl, 11,1 % dívek a 9,2 % hochů do skupiny C0, 8,1 % dívek a 6,6 % hochů do skupiny B a 19,9 % dívek a 12,9 % hochů do skupiny A.

V tomto případě byli hoši v porovnání s dívkami úspěšnější zejména z toho důvodu, že vyšší počet hochů byl zařazen do skupin s vyšší úrovní plaveckých dovedností.

Z celkového počtu 136 žáčků jich bylo z plaveckého způsobu znak hodnoceno 115, tedy 84,5 %, z toho 29 % uplavalo 200 m a 23 % uplavalo 50 m.

U hochů bylo z celkového počtu 142 žáků hodnoceno z plaveckého způsobu znak 117 žáků, tedy 82,3%. Ze 117 hodnocených hochů jich znakem uplavalo oproti dívkám 45,2 % 200 m a 24,7 % uplavalo 50 m.

3. třída

Na počátku bylo 13,7 % dívek a 9,6 % hochů zařazeno do skupiny D, 13,2 % dívek a 14,7 % hochů do skupiny Cpl, 9,1 % dívek a 14 % hochů do skupiny C0, 6,6 % dívek a 10,3 % hochů do skupiny B a 4,7 % dívek a 4,2 % hochů do skupiny A.

Z celkového počtu 189 žaček jich bylo z plaveckého způsobu znak hodnoceno 175, tedy 92,5 %. Vyjádřeno v procentech 74,2 % dívek uplavalo 200 m a 17,7 % uplavalo 50 m.

U hochů bylo z celkového počtu 208 žáků hodnoceno z plaveckého způsobu znak 193 žáků, tedy 92,7%, z toho 64,7 % hochů uplavalo 200 m a 20,7 % uplavalo 50 m.

4. třída

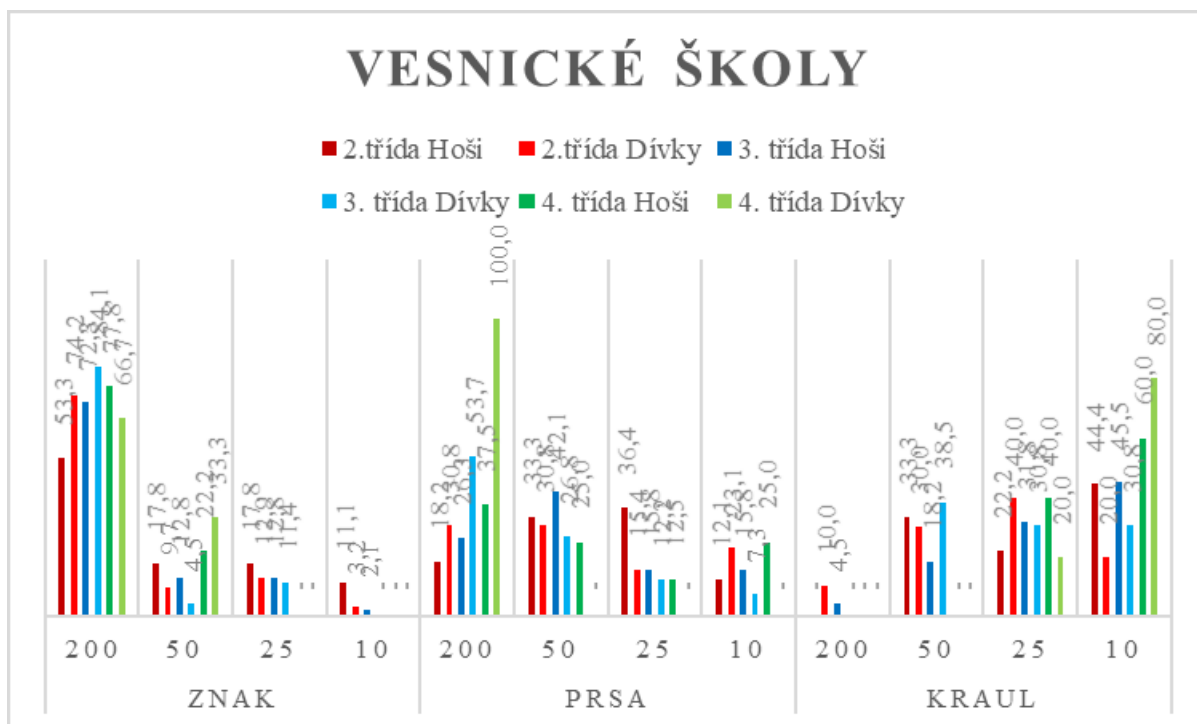
Na počátku bylo 47,8 % dívek a 17,4 % hochů zařazeno do skupiny D, 8,7 % dívek a 17,4 % hochů do skupiny Cpl, a 4,3 % dívek a 4,3 % hochů do skupiny C0. Do následujících skupin nebyli žáci 4. ročníků zařazeni.

Z celkového počtu 33 žaček jich bylo z plaveckého způsobu znak hodnoceno 31, tedy 93,9 %. Z 31 hodnocených žaček jich 67,7 % uplavalo 200 m a 6,4 % 50 m.

U hochů byli z celkového počtu 37 žáků všichni hodnoceni z plaveckého způsobu znak, tedy 100 %. 56,7 % hochů uplavalo 200 m a 16,2 % uplavalo 50 m (Graf 9).

5.3.2. Vesnické školy

Stejně jako tomu bylo u městských škol, i v tomto případě, vychází všechny následujících podkapitoly a data v nich z následujícího grafu , který znázorňuje procentuální hodnoty počtů žáků, kteří uplavali alespoň 10m vzdálenost jedním z plaveckých způsobů.



Graf 10: Výstupní úroveň žáků vesnických základních škol

5.3.2.1 Plavecký způsob

2. třída

Ve druhých ročnících byl velký rozdíl mezi žáky, kteří na počátku uměli plavat (29 %) a těch, kteří na počátku zvládli jen bubláni do vody či hvězdici na břiše či zádech, ovšem plaveckou lokomoci již nezvládli (71 %). Z celkového počtu 86 žáků 2. tříd v počátku umělo výborně plavat celkem 12 žáků, 13 umělo plavat velmi dobře a 32 zvládalo základní plavecké dovednosti a 29 žáků bylo neplavců.

Celkem tedy při konečném hodnocení bylo z celkového počtu 86 žáků hodnoceno alespoň z jednoho plaveckého způsobu 88,3 % (76 žáků). Všichni žáci, kteří byli hodnoceni, byli hodnoceni z plaveckého způsobu znak. 11 žáků na konci výuky nebylo hodnoceno ze žádného plaveckého způsobu.

3. třída

Ve třetích ročnících byl větší počet žáků, kteří na počátku uměli plavat. Konkrétně se jednalo o 71,1 % z celkového počtu 91 žáků ve třetích ročnících. Tito žáci byli na počátku o 42,1 % úspěšnější než žáci druhých tříd. Většina žáků na počátku plavala znakem, který se naučili v předchozím roce. Nehodnoceni byli celkem 2 žáci z celkového počtu 91.

Ostatní žáci byli hodnoceni alespoň z jednoho plaveckého způsobu. Hlavním plaveckým způsobem, který byl hodnocen, byl znak. 78 % všech žáků (71 žáků), kteří byli hodnoceni z plaveckého způsobu znak, tímto způsobem uplavalo 200 m. Pouze 1 žák uplavalo pouze vzdálenost 10 m znakem. Ostatní žáci uplavali vzdálenost 10-25m znakem.

79 žáků bylo hodnoceno z plaveckého způsobu prsa a 48 žáků bylo hodnoceno z plaveckého způsobu kraul. Plaveckým způsobem prsa zvládlo 32 žáků uplavat 200 m, ostatní z 32 žáků uplavali vzdálenost 10-50m. Kraulem zvládl 200 m uplavat pouze 1 žák ze třetích ročníků. Ostatní uplavali vzdálenost 50 m a kratší.

4. třída

Ve čtvrtém ročníku se plavecké výuky účastnila pouze jedna vesnická škola. Každý ze žáků byl hodnocen alespoň z jednoho plaveckého způsobu. Z celkového počtu 17 žáků, pouze 4 žáci (23,5 %) uplavali plaveckým způsobem znak méně než 200 m. 13 žáků (76,5 %) uplavalo znakem 200 m. Vzhledem k tomu, že žáci byli velmi šikovni a v plavecké škole, kterou navštěvovali v předchozích letech, se jako první plavecký způsob učili prsa, tak tímto plaveckým způsobem všichni žáci, kromě jednoho hochy, uplavali alespoň 10 m. Celkem 11 žáků uplavalo 200 m plaveckým způsobem prsa. 2 žáci uplavali 10 m a 3 žáci uplavali 25-50m tímto plaveckým způsobem. Z plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 10 žáků. Žádný žák neuplavalo touto technikou 200 m, ale 25m a méně (Graf 10).

5.3.2.2 Uplavaná vzdálenost

Co se uplavané vzdálenosti týče, na počátku byli žáci hodnoceni především na základě plaveckého projevu, nikoliv dle vzdálenosti. Z toho vyplývá, že je podstatný rozdíl mezi vzdáleností, kterou žáci zvládli uplavat na počátku plavecké výuky a na jejím konci.

2. třída

Na konci plavecké výuky zvládlo znakem uplavat 23 dívek 200 m, 3 zvládly uplavat 50 m, 4 zvládly uplavat 25 m a 1 zvládla uplavat 10 m. U hochů byla situace podobná. Zde zvládlo znakem uplavat 200 m 24 hochů, 8 jich uplavalo 50 m, 8 uplavalo 25 m a 5 jich uplavalo alespoň 10 m.

Prsa plaval menší počet žáků. 200 m prsa zvládlo uplavat 8 dívek, 50 m zvládlo uplavat 8 dívek, 25 m uplavalo 4 dívek a 10 m též 5 dívek. Hoši na tom v tomto případě byli velmi podobní. 200 m prsa uplavalo 6 žáků, 50 m 11 žáků, 25m 12 žáků a 10 m 4 žáci.

Plaveckým způsobem kraul zvládlo nějakou vzdálenost uplavat celkem 10 dívek a 9 hochů. Z toho 1 žačka zvládla uplavat 200 m, celkem 6 žáků zvládlo uplavat 50 m, 6 zvládlo uplavat 25 m a 6 žáků zvládlo uplavat 10 m plaveckým způsobem kraul. Nehodnoceno bylo celkem 11 žáků.

3. třída

Znakem zvládlo jakoukoliv vzdálenost uplavat celkem 44 dívek a 47 hochů. Z toho 34 hochů a 37 dívek zvládlo uplavat 200 m, 6 hochů a 2 dívky zvládlo uplavat 50 m, 6 hochů a 5 dívek zvládlo uplavat 25 m a pouze 1 hoch uplavalo jen 10 m plaveckým způsobem znak.

Z plaveckého způsobu prsa bylo celkem hodnoceno 41 dívek a 38 hochů. Z tohoto počtu zvládlo 22 dívek a 10 hochů uplavat vzdálenost 200 m, 11 dívek a 16 hochů uplavalo vzdálenost 50 m, 5 dívek a 6 hochů uplavalo vzdálenost 25 m, 3 dívky a 6 hochů uplavalo 10 m plaveckým způsobem prsa.

Z plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 26 dívek a 22 hochů. Z tohoto počtu pouze 1 hoch zvládl uplavat 200 m, 10 dívek a 4 hoši uplavali 50 m kraulem, 8 dívek a 7 chlapců zvládlo uplavat 25 m a 8 dívek a 10 hochů zvládlo uplavat 10 m plaveckým způsobem kraul.

4. třída

Znakem zvládlo jakoukoliv vzdálenost uplavat celkem 6 dívek a 9 hochů. Z toho 7 hochů a 4 dívky zvládli uplavat 200 m, 2 hoši a 2 dívky zvládli uplavat 50 m.

Z plaveckého způsobu prsa bylo celkem hodnoceno 6 dívek a 8 hochů. Z tohoto počtu zvládlo všech 6 dívek a 3 hoši uplavat vzdálenost 200 m, 2 hoši uplavali vzdálenost 50 m, 1 hoch uplavat vzdálenost 25 m, 2 hoši uplavali 10 m plaveckým způsobem prsa.

Z plaveckého způsobu kraul bylo celkem hodnoceno 5 dívek a 5 hochů. Z tohoto počtu nikdo neuplavat vzdálenost 200 m ani 50 m, 1 dívka a 2 hoši uplavali 25 m kraulem, 4 dívky a 3 hoši zvládli uplavat 10 m (Graf 10).

5.3.2.3 Dívky – hoši

Porovnání počáteční a koncové úspěšnosti vychází z prvotního rozdělení do výkonnostních skupin a koncová výkonnost vychází z uplavané vzdálenosti plaveckým způsobem znak.

2. třída

Na počátku bylo 8,1 % dívek a 5,8 % hochů zařazeno do skupiny D, 7 % dívek a 8,1 % hochů do skupiny Cpl, 12,8 % dívek a 24,4 % hochů do skupiny C0, 7 % dívek a 9,3 % hochů do skupiny B a 7 % dívek a 10,5 % hochů do skupiny A.

Z celkového počtu 36 žáčků jich bylo z plaveckého způsobu znak hodnoceno 31, tedy 86,1 %. 74,1 % uplavalo 200 m a 9,6% 50 m.

U hochů bylo z celkového počtu 51 žáků hodnoceno z plaveckého způsobu znak 45 žáků, tedy 88,2 %. 53,3 % hochů uplavalo 200 m a 17,7 % uplavalo 50m.

3. třída

Na počátku bylo 23,7 % dívek a 10,3 % hochů zařazeno do skupiny D, 14,4 % dívek a 22,7 % hochů do skupiny Cpl, 8,2 % dívek a 10,3 % hochů do skupiny C0, 2,1 % dívek a 6,2 % hochů do skupiny B a 2,1 % hochů do skupiny A.

Z celkového počtu 44 žaček byly z plaveckého způsobu znak hodnoceny všechny, tedy 100%. 84 % uplavalo 200 m a 4,5 % uplavalo 50 m.

U hochů bylo z celkového počtu 49 žáků hodnoceno z plaveckého způsobu znak 47 žáků, tedy 95,9 %. 72,3 % hochů uplavalo 200 m, 12,7 % uplavalo 50 m.

4. třída

Na počátku bylo 35,7 % dívek a 14,3 % hochů zařazeno do skupiny D, 7,1 % dívek a 35,7 % hochů do skupiny Cpl, a 7,1 % hochů do skupiny C0. Do následujících skupin nebyli žáci 4. ročníků zařazeni.

Z celkového počtu 6 žaček byly všechny hodnoceny z plaveckého způsobu znak, tedy 100%. 66,6 % dívek uplavalo 200 m a 33,3 % uplavalo 100 m.

U hochů byli z celkového počtu 9 žáků všichni hodnoceni z plaveckého způsobu znak, tedy 100%. 77,7 % hochů uplavalo 200 m a 22,2 % uplavalo 100 m (Graf 10).

6 DISKUZE

Diplomová práce byla zaměřena na zjištění plavecké úrovně žáků městských a vesnických základních škol, kteří absolvovali povinnou plaveckou výuku ve druhém, třetím a čtvrtém ročníku prvního stupně v období 2018/19 prostřednictvím plavecké školy Aquasvět Chomutov.

V této plavecké škole probíhá výuka na základě prvního plaveckého způsobu znak. Poté se přechází k plaveckému způsobu prsa a kraul. V této plavecké škole se tento postup osvědčil a jen velmi malé procento žáků není schopno zvládnout plavecký způsob znak.

Z výsledků vyplývá, že žáci byli v plaveckém způsobu znak vždy úspěšnější, než v jiných plaveckých způsobech. Toto je dáno především tím, že je znak vyučován jako první plavecký způsob. Je možné tvrdit, že pokud by v plavecké škole jako první plavecký způsob byl zvolen kraul, žáci by v něm byli určitě úspěšnější, ale není jisté než např. ve znaku. Kromě toho je patrné, že žáci se v meziročním srovnání vždy zlepšili a čím dál tím více žáků bylo na počátku zařazeno do skupiny D a čím dál tím méně žáků do skupiny A

Z této práce vyplývá, že dívky byly obvykle úspěšnější než hoši. Tedy, že se zvládli lépe naučit daný plavecký způsob a dokázaly jím uplavat větší vzdálenost. Zde nezáleželo na tom, zda žáci navštěvovali městskou či vesnickou základní školu. Pokud by toto bylo hodnoceno individuálně, rozdíl by pravděpodobně byl minimální, nicméně v této práci nehodnotíme individuální výkony konkrétních žáků, ale hodnoty jsou vztaženy k celkovému počtu žáků.

Základem pro relevantní výsledky bylo správné počáteční rozdělení dětí do skupin, které probíhalo vždy za dozoru všech lektorů, kteří se na výsledku museli shodnout. Tímto se minimalizovali rozdíly mezi jednotlivými žáky ve skupině a vytvořila se co možná nejvíce homogenní skupina. Ovšem vždy se našli žáci, kteří byli úspěšnější a učili se rychleji než zbytek skupiny. Na tyto výjimky již musel každý lektor reagovat dle svého osobního názoru, buďto přeřazením do lepší či horší skupiny, případně ponecháním žáka ve skupině a individuálním přístupem.

Jak bylo zmíněno, dívky byly obvykle při konečném testování úspěšnější než hoši. Pokud byl výsledek zapsán jen jako počet žáků, kteří zvládli uplavat konkrétní vzdálenost, rozdíly v počtech nebyli téměř znatelné. Ovšem při procentuálním vyjádření byl rozdíl mezi hochy a dívkami již více či méně znatelných. Rozdílného výsledku dosáhli jen hoši ve druhých ročnících městských škol, kteří byli v plaveckém způsobu znak o 16 % úspěšnější než dívky ze stejné skupiny. V ostatních případech byly výsledky vyrovnané či byly dívky úspěšnější než hoši.

Co se týče rozdílu v plavecké úrovni městských a vesnických škol, rozdíl je téměř neznamenný. Napříč ročníky se tento rozdíl mění. U druhých ročníků byli o 4 % úspěšnější vesnické školy. U třetích ročníků bylo hodnoceno 92 % žáků městských základních škol, u vesnických škol bylo hodnoceno 96 % žáků. U čtvrtých ročníků bylo celkem hodnoceno 97 % žáků městských základních škol a u škol vesnických to bylo celých 100 %. Z tohoto srovnání vyplývá, že vždy byli při konečném hodnocení nepatrně úspěšnější vesnické školy. Tento rozdíl je ovšem vždy v hodnotě do 5 % a proto ho nelze považovat za více významný. Podobný náhled bylo možno vysledovat i z pohledu vstupního testování žáků na začátku plaveckého kurzu, po kterém následovalo rozřazení do skupin. Je pravděpodobné, že k tomuto rozdílu přispěl i fakt, že v městských školách se vždy plavecké výuky účastnilo více žáků, což do jisté míry mohlo ovlivnit samotnou výuku i celkové výsledky

Co se uplavaných vzdáleností týče, žáci se vždy zlepšovali jak v průběhu samotné výuky, tak meziročně jednotlivé ročníky. Ve druhých ročnících městských i vesnických škol celkem 59 % žáků uplavalo 200 m znakem, kdežto u městských škol to bylo pouze 42 %. U třetích ročníků 69 % žáků městských škol a 78 % žáků vesnických škol uplavalo 200 m znakem. Ve čtvrtých ročnících 73 % žáků vesnických škol a 69 % vesnických škol uplavalo 200 m znakem. Je tedy patrné, že žáci vesnických škol byli vždy úspěšnější v uplávání 200 m vzdálenosti než žáci škol městských.

Lze tedy říci, že žáci vesnických škol jsou úspěšnější v efektivitě plavecké lokomoce a tím pádem jich větší počet zvládl uplavat 200 m vzdálenost. Ovšem po započítání všech hodnocených žáků vzhledem k jejich celkovému počtu, již tento rozdíl není tak markantní jako u 200 m vzdálenosti.

Je potěšující, že procento žáků, kteří na konci výuky nebyli hodnoceni, je vždy nižší, než procento žáků, kteří uplavali alespoň nějakou vzdálenost. V tomto ohledu dopadli nejhůře

žáci druhých tříd ze ZŠ Zahradní. Stejně tak zanoření obličeje do vody byl u těchto žáků mnohdy problém. I přesto někteří žáci překonali svůj počáteční strach a naučili se alespoň krátkou vzdálenost uplavat. Je samozřejmé, že tyto žáky nelze označit za plavce, ale je chvályhodné, že byli ochotni překonat své obavy.

Výsledky, které byly v této práci zjištěny, považujeme za zajímavé, ovšem ne za převratné. Na začátku práce jsme předpokládali, že bude existovat podstatný rozdíl mezi plaveckou úrovní žáků městských a vesnických škol. Tento rozdíl ovšem není tak velký, i když je. Vhodnější by pro toto porovnání mohlo být pracovat např. s náhodným výběrem, větší skupinou, s delším časovým úsekem. Kromě numerických hodnot také zaznamenat i individuální postřehy pozorovatele z pozice lektora. Tento přístup by dle našeho názoru přinesl komplexnější pohled na jednotlivé probandy, jejichž výsledky by se daly zasadit do širších souvislostí. Například by byl větší rozdíl v tom, jak jednotliví žáci, probandi, přistupují k vodě, jak ji vnímají, zda z ní mají strach či jen respekt, zda se ve vodě pohybují uvolněně či křečovitě, zda v krizové situaci panikaří či se umí racionálně rozhodnout. Tyto aspekty by bylo vhodné zohlednit v individuálním pozorování. Toto individuální pozorování by bylo například vhodné dotazníkovým šetřením, které by bylo zaměřeno na osobní pocity z konkrétní situace. Případně by bylo vhodné, aby vybraní žáci dotazník vyplňovali po skončení každé lekce. Stejně tak by bylo vhodné provést kompletní testování žáků, které by bylo stejné na počátku i na konci výuky.

Otázkou zůstává samotné hodnocení plaveckých dovedností žáků. V našem případě jsme předpokládali jednotnou metodiku v rámci zvolené plavecké školy.

Otázka testování žáků v plaveckých školách je velmi zajímavá, ovšem v praxi jen velmi špatně realizovatelná. Je pravdou, že by takovéto testování přineslo výsledky, které by byly srovnatelné napříč celou Českou republikou a minimalizovaly by se rozdíly mezi přístupy jednotlivých plaveckých škol. Toto by ovšem předpokládalo vznik jednotné metodiky a didaktiky plavání, dle které by musely všechny plavecké školy postupovat. Tato jednotnost ovšem předpokládá součinnost všech plaveckých škol, časté doškolování a proškolování lektorů, ochotu přijmout nové koncepty a především osobu, která tento jednotný koncept sestaví a bude garantovat jeho relevantnost.

Další problém, který by z tohoto konceptu vyvstal je, jaké vzdělání by bylo požadováno po lektorech plavání. Zda by tito lektori museli mít vysokoškolské pedagogické vzdělání, či zda

by stačila úprava požadavků pro instruktora plavání v národní soustavě kvalifikací. Vzhledem k tomu, že ve školách se od roku 2005 zvyšuje počet žáků se specifickými potřebami, měli by být též lektoři plavání vysokoškolsky vzdělaní učitelé.

Dílejšími diskusemi ve výsledkové části a diskusí nad výsledky v této kapitole jsme odpověděli na výzkumné otázky, které jsme si stanovili na začátku práce.

7 ZÁVĚR

Závěrem lze konstatovat, že jsme se v naší práci zabývali hodnocením plavecké úrovně žáků základní škol v rámci povinné plavecké výuky. Plavecká úroveň byla zjišťována z archivních záznamů zvolené plavecké školy. Nalezení všech podkladů určeného školního roku bylo časově náročné, zahrnovalo třídění a sjednocení dat.

Základem pro naše šetření se staly archivované docházkové listy Plavecké školy Aquasvět Chomutov. Následným rozborem těchto listů jsme hodnotili uplavanou vzdálenost u jednotlivých plaveckých způsobů, vztaženou k hochům a dívkám, a zároveň vztaženou k oblastem, kde se tyto školy nacházejí.

Splněním cílů a úkolů práce a jejich následným rozborem jsme došli k závěru, že je minimální či žádný rozdíl v osvojování plaveckých dovedností mezi žáky městských a vesnických škol, přičemž v některých parametrech žáci vesnických škol dosahovali lepších výsledků.

Předtím, než jsme začali diplomovou práci zpracovávat, předpokládali jsme, že bude existovat rozdíl mezi výkonností a schopností se učit novým pohybovým dovednostem mezi městskými a vesnickými základními školami. Ovšem po sestavení tabulek a jejich zhodnocení vyšlo najevo, že tyto rozdíly jsou minimální a předpoklad významného rozdílu byl především subjektivní.

Rozdíly se vyskytly zejména mezi jednotlivými žáky. Z individuálního pozorování, které není patrné ze zaznamenaných dat, lze usoudit, že rozdíl mezi žáky by byl patrný, zejména pokud bychom např. porovnávali žáky a jejich sociálně kulturními specifika a jejich zázemí. Pokud by bylo provedeno takovéto pozorování, bylo by vhodné, aby byl pozorovaný vzorek vybrán čistě náhodně a aby pozorování bylo doplněno dotazníkovým šetřením ohledně sociálního zázemí pozorovaného žáka a též jeho subjektivní pocit z každé výukové lekce.

Z takovéhoho šetření by dle našeho názoru bylo možné získat další informace, které by přispěly k individuálnějšímu přístupu lektorů k jednotlivým žákům a větší povědomí o problémech, které mohou plaveckou výuku a též motorické učení významně ovlivnit. Toto

by ovšem předpokládalo zcela odlišné pojetí práce, než je téma a zpracování předkládané diplomové práce.

Z výsledků je tedy patrné, že neexistuje větší rozdíl mezi plaveckými dovednostmi žáků městských a vesnických základních škol. Drobné rozdíly jsou patrné mezi dívkami a hochy, kdy ve většině případů dosáhly dívky lepších výsledků než hoši. Tyto rozdíly ovšem byly do jisté míry ovlivněny tím, že děvčata mnohdy měla lepší vstupní hodnocení. Ovšem v konečném hodnocení již jejich výkony nebyli tak výrazné oproti výkonům hochů.

Výsledky mohou posloužit zejména konkrétní plavecké škole jako zpětná vazba ohledně jejich práce a zároveň jako nástroj motivace pro budoucí práci s žáky. Výsledky mohou posloužit i jiným plaveckým školám jako námět pro realizaci vstupních a výstupních informací o žácích, kteří budou absolvovat nebo absolvovali plaveckou výuku

8 SEZNAM LITERATURY

8.1 Tištěné zdroje

- BOLOMSKÁ, D. *Výuka plavání jako součást povinné školní docházky*. Plzeň, 2018. Bakalářská práce. Pedagogická fakulta ZČU. vedoucí práce Radek Zeman
- BĚLKOVÁ, T. *Plavání zdokonalovací plavecká výuka*, Praha 1998. ISBN 80-205-0550-4.
- BENČURIKOVÁ, LABUDOVÁ, SAKÁČOVÁ. Právne aspekty plaveckej výučby na školách, BENČURIKOVÁ, PUTALA. Plávanie veda v praxi 2014, Bratislava, 2014. ISBN 978-80-8127-121-2
- BENČURIKOVÁ, L. *Vybrané faktory ovplyvňujúce základné plavecké zručnosti detí predškolského veku*. Bratislava, 2011. ISBN 978-80-8127-023.
- BENČURIKOVÁ, L. *Plavecká príprava detí predškolského veku*. Bratislava, 2008. ISBN 978-80-89257-08-9.
- BRTNÍK, T. *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání II: Modelová technika kraul pro dětský věk*, Praha, 2014. ISBN 978-80-87647-18-9
- COLWIN, C. M. (1992). *Swimming into the 21st century*. Champaign, IL. Leisure Press, 1992. ISBN-13: 978-0873224567
- ČECHOVSKÁ, BRTNÍK. Modelová technika kraul. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3
- ČECHOVSKÁ, BRTNÍK. Dětská technika kraul. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3
- ČECHOVSKÁ, I. Aktualizované poznatky z didaktiky plavání. In ČECHOVSKÁ, MILER. (ed.). *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání*. Praha, 2013. ISBN 978-80-87647-02-8.
- ČECHOVSKÁ. Didaktika plaveckého způsobu kraul s využitím plavání na boku. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3

- ČECHOVSKÁ, I. Didaktika kraulu s využitím plavání na boku. In ČECHOVSKÁ, I. (ed.). *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání*. Praha, 2013. ISBN 978-80-87647-02-8.
- ČECHOVSKÁ. Jaké je současné plavecké vzdělávání v České republice. In. BENČURIKOVÁ, MACEJKOVÁ (ed.). *Plávanie v kontexte edukácie a vedy*, Bratislava, 2019. ISBN 978-80-89075-84-3
- ČECHOVSKÁ, I a MILER, T. *Plavání*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2154-5.
- ČECHOVSKÁ I. a MILER, T. *Plavání*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. ISBN 80-247-9049-1
- ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3.
- ČECHOVSKÁ, I. Didaktika kraulu s využitím rotace těla. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2012/78/6. ISSN 1210-7689.
- GAVORA, P. Úvod do pedagogického výzkumu. 1. vyd. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.
- HENDL, J. Kvantitativní výzkum. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-485-4.
- HOFER, Z. *Technika plaveckých způsobů*. 4. vyd. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3263-6.
- HUBENÁ, K. Současná didaktika plaveckého způsobu prsa. *Bazén, Sauna*. 2020, 27(9/10). ISSN 1211-54X.
- HUBENÁ, K. Současná didaktika plaveckého způsobu prsa. *Bazén, Sauna*. 2020, 27(11/12). ISSN 1211-54X.
- CHRZANOWSKÁ, B. *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání: Specifika didaktiky prsou*, Praha, 2013. ISBN 978-80-87647-02-8.
- CHRZANOWSKÁ. Didaktika plaveckého způsobu prsa. Modelová technika znak. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3
- JANSA, P. *Pedagogika sportu*. Praha, 2012. ISBN 978-80-246-2026-8.
- JURÁK. D. Korekce plaveckého způsobu kraul v plavecké výuce a tréninku, *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2013/79/6. ISSN 1210-7689.

- JURÁK, D. Korekce plaveckého způsobu kraul v plavecké výuce a tréninku. Chyby spojené s pohybem dolních končetin a jejich oprava. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2013/80/1. ISSN 1210-7689.
- JURÁK, D. Korekce plaveckého způsobu kraul v plavecké výuce a tréninku. Chyby spojené s pohybem dolních končetin a jejich oprava. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2013/80/2. ISSN 1210-7689.
- JURÁK, D. Korekce plaveckého způsobu kraul v plavecké výuce a tréninku. Chyby spojené s pohybem dolních končetin a jejich oprava. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2013/80/3. ISSN 1210-7689.
- JURÁK, D. Cvičení na rozvoj rotace trupu u kraulu. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2015/81/3. ISSN 1210-7689.
- LAUGHLIN, T a H SMĚLÁ. *Plavání: Total immersion- revoluční metoda, díky níž může každý plavat rychleji a ladněji*. Praha: Mladá fronta, 2013. ISBN 978-80-204-3142-4.
- LINHART, J. *Základy psychologie učení*. Praha: SPN, 1986. ISBN 14-368-86.
- LUKÁŠOVÁ, H. *Kvalita života dětí a didaktika*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-784-8.
- MACEJKOVÁ, Y. *Didaktika plávania*, Bratislava 2005, ISBN 80-969268-3-7
- MACEJKOVÁ, BENČURIKOVÁ. *Plávanie: učebné texty pro trenérov*. Bratislava 2014. ISBN 978-80-8127-100-7
- MACEJKOVÁ, Yvetta. *Vyučovanie plávania v základných školách: Beginning and expert strategies for becoming a better swimmer*. Bratislava, 2015. ISBN 978-80-7164-448-4.
- MASARYKOVÁ, D. *Plávanie v kontexte edukácie a vedy*, Bratislava, 2019. ISBN 978-80-89075-84-3
- MASARYKOVÁ, D. Význam osvojovania základného plávania detí mladšieho školského veku. In: BENČURIKOVÁ, MACEKOVÁ. *Zborník vedeckých prác*, Bratislava, 2011. ISBN 978-80-8127-047-5
- MCCLOUD, Ace. *Swimming made easy: Beginning and expert strategies for becoming a better swimmer*. 2015. ISBN 978-1-64048-076-6.
- M HOCH a kol. *Plavání (teorie a didaktika)*. 1.vyd. Praha:Státní pedagogické nakladatelství, 1983. č. 36-06-20/1. s. 18
- NEULS, VIKTOREJNÍK. *Technická příprava v plavání: Cvičení pro rozvoj a zdokonalení techniky plaveckých způsobů*. Praha: Český svaz plaveckých sportů, 2017. ISBN 978-80-270-3032-3

PERIČ, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. Nové, aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4218-2.

POKORNÁ, J. *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání: Důležité aspekty didaktiky znaku*. Praha, 2013. ISBN 978-80-87647-02-8.

POKORNÁ, J. Jak učit plavecký způsob znak. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2011/77/1. ISSN 1210-7689.

POKORNÁ, J. Jak učit plavecký způsob kraul. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2011/77/4. ISSN 1210-7689.

POKORNÁ, J. Didaktické poznámky pro výuku plaveckých způsobů. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2016/82/5. ISSN 1210-7689.

POKORNÁ, J. Jak učit plavecký způsob kraul. *Tělesná výchova a sport mládeže*. Praha, 2011/77/5. ISSN 1210-7689.

POKORNÁ J. Jak sestavovat lekce plavání pro děti. *Tělesná výchova a sport mládeže*.

Praha, 2015/81/5. ISSN 1210-7689. POKORNÁ. Didaktika plaveckého způsobu znak. In:

ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha:

Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3

POKORNÁ. Modelová technika znak. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3

POKORNÁ. Dětská technika znak, její diagnostika a hodnocení. In: ČECHOVSKÁ, I. A MILER, T. *Didaktika plavání: vybrané kapitoly*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4283-3

SVOBODOVÁ, I. *Tělesná výchova na 1. stupni základní školy: Plavání*. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-3308-4.

VOTÍK, J. Rodina a fotbal. In: Vliv rodiny při vývoji talentovaných fotbalistů. In: Fotbal a trénink, 2013.

YOUNG, M. *How to be a swimming teacher: The definitive guide to becoming a successful swimming teacher*. 2011. ISBN 978-0-9570031-0-1.

8.2 Internetové zdroje

Čechovská, I. *Diagnostika plaveckých dovedností* [online]. [cit. 2020-01-24]. Dostupné z: https://ftvs.cuni.cz/FTVS-1318-version1-11_hodnoceni_plaveckych_dovedn.pdf

Čechovská, I. Diagnostika plaveckých dovedností. Plavání I (2006). Katedra plaveckých sportů UK FTVS (www.ftvs.cuni.cz)

STLOUKALOVÁ, B. *Didaktika plavání aneb skripta nanečisto*. Historický vývoj plavání, 2012 [online]. [cit. 2017-10-05]. Dostupné z: lide.uhk.cz/pdf/ucitel/roztoto1/Skripta%20nanečisto.doc

SUCHOMEL, A. Somatická charakteristika dětí školního věku s rozdílnou úrovní motorické výkonnosti. Liberec: 2004, ISBN 80-7083-???-?

9 Seznam grafů a tabulek

9.1 Seznam grafů

Graf 1 Vstupní plavecká úroveň žáků 2. třídy městských základních škol	38
Graf 2: Vstupní plavecká úroveň žáků 3. třídy městských základních škol	39
Graf 3: Vstupní plavecká úroveň žáků 4. třídy městských základních škol	40
Graf 4: Plavecká úroveň žáků 2. třídy vesnických základních škol	41
Graf 5: Vstupní plavecká úroveň žáků 3. třídy vesnických základních škol.....	42
Graf 6: Plavecká úroveň žáků 4. třídy vesnických základních škol	43
Graf 7: procentuální úspěšnost žáků městských základních škol.....	50
Graf 8: procentuální úspěšnost žáků vesnických základních škol.....	51
Graf 9 Výstupní úroveň žáků městských základních škol.....	52
Graf 10: Výstupní úroveň žáků vesnických základních škol	57

9.2 Seznam tabulek

Tabulka 1: Vstupní plavecká úroveň žáků městských škol.....	44
Tabulka 2: Vstupní plavecká úroveň žáků vesnických škol.....	44
Tabulka 3: Výstupní plavecká úroveň žáků městských základních škol.....	45
Tabulka 4: Výstupní plavecká úroveň žáků vesnických základních škol	48

10 Přílohy

Příloha 1 Konečná plavecká úroveň dívek 2. třídy městských základních škol

Příloha 2 Konečná plavecká úroveň hochů 2. třídy městských základních škol

Příloha 3 Konečná plavecká úroveň dívek 3. třídy městských základních škol

Příloha 4 Konečná plavecká úroveň hochů 3. třídy městských základních škol

Příloha 5 Konečná plavecká úroveň dívek 4. třídy městských základních škol

Příloha 6 Konečná plavecká úroveň hochů 4. třídy městských základních škol

Příloha 7 Konečná plavecká úroveň dívek 2. třídy vesnických základních škol

Příloha 8 Konečná plavecká úroveň hochů 2. třídy vesnických základních škol

Příloha 9 Konečná plavecká úroveň dívek 3. třídy vesnických základních škol

Příloha 10 Konečná plavecká úroveň dívek 4. třídy vesnické základní školy

Příloha 11 Konečná plavecká úroveň hochů 4. Třídy vesnické základní školy

Příloha 1 Konečná plavecká úroveň dívek 2. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 2. Třída - dívky

Škola	bez hodnocení	2. třída											
		Dívky											
		znak				prsa				Kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ Březenecká (Chomutov)	3D	1	11	3	10	8	6	3		3			
ZŠ Krušnohorská (Jirkov)	10D	7	11	7	5	8	1	5		2	1		
ZŠ Na Příkopech (Chomutov)	1D	2	3	7	13		12	2	8	3	2	2	2
ZŠ Zahradní (Chomutov)	1D	1	2	3	1	4	2		1				
ZŠ Školní (Chomutov)	6D		5	7	16	8	7	6	5	1		4	2
Celkem		11	32	27	45	28	28	16	14	9	3	6	4
Dívky	znak	115											
	prsa	86											
	kraul	22											

Tabulka 1: Konečná úroveň žáků 2. třída – městská škola - dívky

Příloha 2 Konečná plavecká úroveň hochů 2. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 2. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	2. třída											
		Hoši											
		znak				Prsa				Kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	200	
ZŠ Březenecká (Chomutov)	2H	4	6	5	20	8	12	2	3	5	5		
ZŠ Krušnohorská (Jirkov)	5H	2	8	1	8	5		2	5	2	1	3	1
ZŠ Na Příkopech (Chomutov)	2H	1	2	7	12		8	3	8	6	1	2	2
ZŠ Zahradní (Chomutov)	3H	2		4	1		5		1				
ZŠ Školní (Chomutov)	13H	5	5	12	12	6	6	9	8	6	2	3	
Celkem		14	21	29	53	19	31	16	25	19	9	8	3
Hoši	Znak	117											
	prsa	91											
	kraul	39											

Tabulka 2: Konečná úroveň žáků 2. třída – městská škola - hoši

Příloha 3 Konečná plavecká úroveň dívek 3. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 3. třída - dívky

Škola	bez hodnocení	3. třída											
		Dívky											
		znak				prsa				Kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ Březenecká (Chomutov)	1D			5	22	4	7	4	12	4	7	1	1
ZŠ Krušnohorská (Jirkov)	3D	1	2	3	21	9	2	8	10	3	2	2	1
ZŠ Na Příkopech (Chomutov)					1			1					
ZŠ Hornická (Choutov)	1D		2	2	4		5	1	1		3		
ZŠ Rudlfa Koblice (Kadaň)		1		2	9	4	1	1	1	2	2		
ZŠ Zahradní (Chomutov)	8D	1	5	10	21	12	3	4	14	3	4	5	
ZŠ Školní (Chomutov)	1D		2	6	30	2	3	11	11	8	4		
ZŠ Heyrovského (Chomutov)				3	22	1	4	3	17	1	1	13	1
Celkem		3	11	31	130	32	25	33	66	21	23	21	3
Dívky	Znak	175											
	Prsa	156											
	Kraul	68											

Tabulka 3: Konečná úroveň žáků 3. třída – městská škola - dívky

Příloha 4 Konečná plavecká úroveň hochů 3. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 3. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	3. třída											
		Hoši											
		znak				prsa				kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ Březenecká (Chomutov)	1H	2	4	6	21		10	6	14	3	10	2	3
ZŠ Krušnohorská (Jirkov)	5H	2	4	3	32	5	1	13	14	5	3	4	
ZŠ Na Příkopech (Chomutov)				1	1			2					
ZŠ Hornická (Choutov)				1	8		7	2		1	1		
ZŠ Rudlfa Koblice (Kadaň)	1H	2		3	16	4	2	2	13	4	1	1	
ZŠ Zahradní (Chomutov)	6H		6	11	21	5	14	6	9	3	3	1	
ZŠ Školní (Chomutov)	2H		4	7	12	5	6	3	3	1	1		
ZŠ Heyrovského (Chomutov)		1	3	8	14	5	5	8	6			5	
Celkem		7	21	40	125	24	45	42	59	17	19	13	3
Hoši	Znak	193											
	prsa	170											
	kraul	52											

Tabulka 4: Konečná úroveň žáků 3. třída – městská škola - hoši

Příloha 5 Konečná plavecká úroveň dívek 4. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 4. třída - dívky

Škola	bez hodnocení	4. třída											
		Dívky											
		znak				prsa				kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ Březenecká (Chomutov)	2D	1	6	2	8	8	6	2		2			
ZŠ Rudlfa Koblice (Kadaň)		1			13	1	1	1	11	7	3	1	
Celkem		2	6	2	21	9	7	3	11	9	3	1	0
Dívky	Znak	31											
	Prsa	30											
	Kraul	13											

Tabulka 5: Konečná úroveň žáků 4. třída – městská škola - dívky

Příloha 6 Konečná plavecká úroveň hochů 4. třídy městských základních škol

Konečná úroveň žáků 4. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	4. třída											
		Hoši											
		znak				prsa				kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25		200
ZŠ Březenecká (Chomutov)		1	6	5	16	8	12	1		4	3		
ZŠ Rudlfa Koblíce (Kadaň)			3	1	5	1	1	1	5		2	2	
Celkem		1	9	6	21	9	13	2	5	4	5	2	0
Hoši	Znak	37											
	Prsa	29											
	Kraul	11											

Tabulka 6: Konečná úroveň žáků 4. třída – městská škola – hoši

Příloha 7 Konečná plavecká úroveň dívek 2. třídy vesnických základních škol

Konečná úroveň žáků 2. třída - dívky

Škola	bez hodnocení	2. třída											
		Dívky											
		znak				prsa				kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ a MŠ Vejprty	1D				10		2	5	2	2	1		
ZŠ a MŠ Březno	1D			2	1	2			1		1		
ZŠ a MŠ Spořice	1D		1	1	3	3			1		1		
ZŠ Údlice	2D	1	3		9	1	2	3	4		1	3	1
Celkem		1	4	3	23	6	4	8	8	2	4	3	1
	znak	31											
	prsa	26											
	kraul	10											

Tabulka 7: Konečná úroveň žáků 2. třída – vesnická škola - dívky

Příloha 8 Konečná plavecká úroveň hochů 2. třídy vesnických základních škol

Konečná úroveň žáků 2. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	2. třída											
		Hoši											
		znak				Prsa				kraul			
		10	25	50	200	10	25	50	200	10	25		200
ZŠ a MŠ Vejprty	3H	4	2	2	8	4	6	1	1	1			
ZŠ a MŠ Březno	1H		1	1	3		1	3			1		
ZŠ a MŠ Spořice		1	1	1	3		1	2	1	3	1		
ZŠ Údlice	2H		4	4	10		4	5	4			3	
Celkem		5	8	8	24	4	12	11	6	4	2	3	0
Hoši	Znak	45											
	Prsa	33											
	Kraul	9											

Tabulka 8: Konečná úroveň žáků 2. třída – vesnická škola - hoši

Příloha 9 Konečná plavecká úroveň dívek 3. třídy vesnických základních škol

Konečná úroveň žáků 3. třída - dívky

Škola	bez hodnocení	3. třída											
		Dívky											
		znak				prsa				kraul			
		10	25	100	200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ a MŠ Vejprty			2	1	12	1	4	1	7	5	3		
ZŠ a MŠ Březno				1	7	1	1	3	3			2	
ZŠ a MŠ Radonice			1		4			4	1	2	1		
ZŠ a MŠ Spořice					5			1	4	1	3		
ZŠ Údlice			2		9	1		2	7		1	8	
Celkem		0	5	2	37	3	5	11	22	8	8	10	0
	Znak	44											
	Prsa	41											
	Kraul	26											

Tabulka 9: Konečná úroveň žáků 3. třída – vesnická škola – dívky

Příloha 10 Konečná plavecká úroveň hochů 3. třídy vesnických základních škol

Konečná úroveň žáků 3. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	3. třída											
		Hoši											
		znak				prsa				kraul			
		10	25		200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ a MŠ Vejprty		1	2		12	1	2	4	1	7	1	1	
ZŠ a MŠ Březno	1h		1	2	5	2		4	2		2		1
ZŠ a MŠ Radonice			1	2	3	2		3					
ZŠ a MŠ Společice	1H			1	6		1	3	3	3	3	1	
ZŠ Údlice			2	1	8	1	3	2	4		1	2	
Celkem		1	6	6	34	6	6	16	10	10	7	4	1
Hoši	Znak	47											
	Prsa	38											
	Kraul	22											

Tabulka 10: Konečná úroveň žáků 3. třída – vesnická škola - hoši

Příloha 10 Konečná plavecká úroveň dívek 4. třídy vesnické základní školy

Konečná úroveň žáků 4. třída - dívky

Škola	bez hodnocení	4. třída											
		Dívky											
		znak				Prsa				kraul			
		10	25	100	200	10	25	50	200	10	25		200
ZŠ a MŠ Radonice				2	4				6	4	1		
Celkem		0	0	2	4	0	0	0	6	4	1	0	0
	Znak	6											
	Prsa	6											
	Kraul	5											

Tabulka 11: Konečná úroveň žáků 4. třída – vesnická škola - dívky

Příloha 11 Konečná plavecká úroveň hochů 4. Třídy vesnické základní školy

Konečná úroveň žáků 4. třída - hoši

Škola	bez hodnocení	4. třída											
		Hoši											
		znak				prsa				Kraul			
		10	25		200	10	25	50	200	10	25	50	200
ZŠ a MŠ Radonice				2	7	2	1	2	3	3	2		
Celkem		0	0	2	7	2	1	2	3	3	2	0	0
Hoši	Znak	9											
	Prsa	8											
	Kraul	5											

Tabulka 12: Konečná úroveň žáků 4. třída – vesnická škola - hoši