

Mladá veda

Young Science



Mladá veda

Young Science

MEDZINÁRODNÝ VEDECKÝ ČASOPIS MLADÁ VEDA / YOUNG SCIENCE

Číslo 3, ročník 14., vydané v júni 2026

ISSN 1339-3189, EV 167/23/EPP

Kontakt: info@mladaveda.sk, tel.: +421 908 546 716, www.mladaveda.sk

Fotografia na obálke: Ostrov Mull, Škótska vysočina. © Branislav A. Švorc, foto.branisko.at

REDAKČNÁ RADA

prof. Ing. Peter Adamišín, PhD. (Katedra environmentálneho manažmentu, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Dr. Pavel Chromý, PhD. (Katedra sociálnej geografie a regionálneho rozvoje, Univerzita Karlova, Praha)

prof. Dr. Paul Robert Magocsi (Chair of Ukrainian Studies, University of Toronto; Royal Society of Canada)

Ing. Lucia Mikušová, PhD. (Ústav biochémie, výživy a ochrany zdravia, Slovenská technická univerzita, Bratislava)

PhDr. Veronika Kmetóny Gazdová, PhD. (Inštitút edukológie a sociálnej práce, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Ing. Peter Skok, CSc. (Ekomos s. r. o., Prešov)

Mgr. Monika Šavelová, PhD. (Katedra translitológie, Univerzita Konštantína Filozofa, Nitra)

prof. Ing. Róbert Štefko, Ph.D. (Katedra marketingu a medzinárodného obchodu, Prešovská univerzita, Prešov)

prof. PhDr. Peter Švorc, CSc., predseda (Inštitút histórie, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Ing. Petr Tománek, CSc. (Katedra verejnej ekonomiky, Vysoká škola báňská - Technická univerzita, Ostrava)

doc. Mgr. Michal Garaj, PhD. (Katedra politických vied, Univerzita sv. Cyrila a Metoda, Trnava)

REDAKCIA

Mgr. Branislav A. Švorc, PhD., šéfredaktor (Vydavateľstvo UNIVERSUM, Prešov)

Mgr. Martin Hajduk, PhD. (Banícke múzeum, Rožňava)

PhDr. Magdaléna Keresztesová, PhD. (Fakulta stredoeurópskych štúdií UKF, Nitra)

RNDr. Richard Nikischer, Ph.D. (Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, Praha)

PhDr. Veronika Trstianska, PhD. (Ústav stredoeurópskych jazykov a kultúr FSS UKF, Nitra)

Mgr. Veronika Zuskáčová (Geografický ústav, Masarykova univerzita, Brno)

VYDAVATEĽ

Vydavateľstvo UNIVERSUM, spol. s r. o.

www.universum-eu.sk

Javorinská 26, 080 01 Prešov

Slovenská republika

© Mladá veda / Young Science. Akékoľvek šírenie a rozmnožovanie textu, fotografií, údajov a iných informácií je možné len s písomným povolením redakcie.

ÚROVEŇ PLAVECKÝCH ZRUČNOSTÍ DETÍ PO ABSOLVOVANÍ TÝŽDENNÉHO PLAVECKÉHO VÝCVIKU FRANCÚZSKOU METÓDOU

SWIMMING SKILLS LEVEL OF CHILDREN AFTER COMPLETING A ONE-WEEK
SWIMMING TRAINING USING THE FRENCH METHOD

Olívia Mudráková¹

Autorka pôsobí ako interná doktorandka na Fakulte telesnej výchovy, športu a zdravia Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici. Vo svojom výskume sa venuje problematike výučby plávania detí predškolského a mladšieho školského veku s dôrazom na porovnanie slovenského a francúzskeho prístupu k plaveckým výcvikom.

The author is an internal doctoral student at the Faculty of Sports Science and Health, Matej Bel University in Banská Bystrica. Her research focuses on swimming education for preschool and early school-age children, with emphasis on comparing Slovak and French approaches to swimming instruction.

Abstract

The aim of the study was to assess the level of swimming skills in children after completing a one-week intensive swimming course using the French method. The study sample consisted of 76 children aged 4–11 who participated in an intensive five-day swimming course in France. The course consisted of 9 training sessions lasting 50–60 minutes, conducted in a deep pool (1.8 m) without floating aids. The children's swimming skills were assessed by three French evaluators during the final afternoon session on Friday, using a three-level evaluation system based on the French Aisance Aquatique methodology. A chi-square test was used to assess the relationship between age and the level of swimming skills achieved. The results showed that 89.4% of the children achieved at least Level 1, 65.7% achieved Level 2, and 28.9% achieved the highest Level 3. Age group analysis revealed statistically significant differences between age groups ($\chi^2 = 38.888$, $p < 0.001$) – preschool children predominantly achieved Level 1, while children of younger and older school age achieved higher levels. The findings indicate that the level of swimming skills achieved after completing a one-week swimming course using the French method increases with the age of the child.

Keywords: swimming instruction, French method, preschool age, swimming skills

¹ Adresa pracoviska: Mgr. Olívia Mudráková, Fakulta telesnej výchovy, športu a zdravia, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici, Tajovského 40, 974 01 Banská Bystrica
Email: omudrakova@umb.sk

Abstrakt

Cieľom štúdie bolo zistiť úroveň plaveckých zručností detí po absolvovaní týždenného intenzívneho plaveckého výcviku francúzskou metódou. Výskumný súbor tvorilo 76 detí vo veku 4-11 rokov, ktoré sa zúčastnili intenzívneho päťdňového plaveckého výcviku vo Francúzsku. Výcvik pozostával z 9 tréningových jednotiek v trvaní 50-60 minút, realizovaných v hlbokom bazéne (1,8 m) bez nadľahčovacích pomôcok. Plavecké zručnosti detí hodnotili traja francúzski hodnotitelia na záverečnej popoludňajšej hodine v piatok, a to trojúrovňovým hodnotiacim systémom vychádzajúcim z francúzskej metodiky Aisance Aquatique. Na posúdenie vzťahu medzi vekom a dosiahnutou úrovňou bol použitý chi-kvadrát test. Výsledky preukázali, že 89,4 % detí dosiahlo minimálne úroveň 1, 65,7 % úroveň 2 a 28,9 % najvyššiu úroveň 3. Veková analýza odhalila štatisticky významné rozdiely medzi vekovými skupinami ($\chi^2 = 38,888$, $p < 0,001$) – predškolské deti dosahovali prevažne úroveň 1, zatiaľ čo deti mladšieho a staršieho školského veku dosahovali vyššie úrovne. Zistenia naznačujú, že úroveň plaveckých zručností po absolvovaní týždenného plaveckého výcviku francúzskou metódou rastie s vekom dieťaťa.

Kľúčové slová: plavecký výcvik, francúzska metóda, predškolský vek, plavecké zručnosti

Úvod

Plávanie patrí medzi základné pohybové zručnosti, ktoré by mal ovládať každý človek. Okrem zdravotných benefitov predstavuje aj dôležitý bezpečnostný aspekt, keďže schopnosť plávať môže v kritických situáciách zachrániť život. Napriek tomu, sa výučba plávania v rôznych krajinách líši nielen metodickými postupmi, ale aj filozofiou prístupu k dieťaťu.

Pri tradičnej výučbe plávania sa vychádza, rovnako ako pri iných športoch, z motorického opakovania pohybov, ale zabúda sa, že pri plávaní vstupuje do hry jeden podstatný element – voda. Predstavme si dieťa v akomkoľvek veku, ktoré prvýkrát stojí pred bazénom. Čo sa odohráva v jeho hlave? Čo cíti? Strach, rešpekt, pud sebazáchovy, prípadne práve naopak necíti žiadny pud sebazáchovy ani radosť s perspektívou zábavy? Je preto veľmi dôležité identifikovať tieto pocity a rozpoznať ich z reakcií dieťaťa.

Pedagóg a teoretik telesnej výchovy Raymond Catteau, ktorý sa v rámci svojej celoživotnej práce zaoberal skvalitnením plaveckých výcvikov vo Francúzsku, je považovaný za tvorca inovatívnej metodiky výučby plávania. Jeho dlhoročné praktické experimenty sa opierajú o filozofické myšlienky z oblasti detskej psychológie a pedagogiky významných vedcov 20. storočia ako Lev Vigotski, Henri Wallon či Jean Piaget (Catteau et al., 2008). Sám Catteau vydal viacero odborných publikácií ako *L'enseignement de la natation* (Vyučovanie plávania, 1971) alebo *Natation de demain* (Plávanie zajtraška, 2008).

Motto francúzskeho pedagogického postupu znie: Naučiť sa plávať, ako sme sa naučili chodiť, aby sa z nás stali lepší plavci. Používanie tradičných pomôcok ako plavecká doska, slíž, nadľahčovací pás či plavecký pontón, ktoré uľahčujú vznášanie a rôzne varianty hier v plytkom bazéne, nie sú v tomto prípade práve prínosom. Ako píše Catteau, dieťa by nemalo byť infantilizované. V bazéne s dostatočnou hĺbkou je dieťa priamo konfrontované aj s rešpektovaním jeho integrity, so skutočnými problémami (Catteau et al., 2008).

Základný plavecký výcvik vo Francúzsku sa uskutočňuje v troch cykloch. Ide o intenzívny plavecký výcvik v trvaní jedného alebo dvoch týždňov, kde žiaci absolvujú 8-12

vyučovacích jednotiek v každom cykle. Prvý a druhý cyklus sa uskutočňuje v druhej a tretej triede materskej školy, tretí v prvom ročníku na základnej škole. Žiaci majú v každom bloku jasne stanovené ciele definované prostredníctvom troch úrovní (*Enseignement de la natation scolaire*, n.d.).

V súvislosti s francúzskym modelom výučby sa doposiaľ nepodarilo získať dostatočné množstvo publikovaných vedeckých dát. Štatistiky z celého územia Francúzska, kde bolo zapojených viac ako 69 rôznych lokalít vrátane detí z oblastí, kde nikdy predtým nemali prístup k bazénu, z obdobia 9.12.2020 – 16.12.2024, hovoria o úspešnosti výučby na materských školách. Realizovali 133 päťdňových výcvikov s 6 756 deťmi vo veku 4-6 rokov, pričom 89,25 % detí dosiahlo prvú úroveň (P. Neuhaus, metóda rozhovoru, pred realizáciou výskumu). Táto skutočnosť zároveň poukazuje na značný potenciál pre realizáciu systematického výskumu, ktorý by umožnil porovnať efektívnosť výučby v rozdielnych podmienkach s rozdielnou metodikou.

Cieľ

Cieľom výskumnej práce bolo zistiť úroveň plaveckých zručností detí po absolvovaní týždenného intenzívneho plaveckého výcviku realizovaného francúzskou metódou Aisance Aquatique, na základe trojúrovňového francúzskeho hodnotiaceho systému.

Metodika

Výskumný súbor tvorilo 87 detí zapísaných do intenzívneho plaveckého výcviku vo Francúzsku. Z celkového počtu bolo 76 detí prítomných počas celého výcviku (11 detí bolo z hodnotenia vyradených z dôvodu absencie). Vekové rozpätie detí bolo 4-11 rokov. Deti pochádzali z rôznych škôl a sociálnych prostredí.

Plavecký výcvik prebiehal počas 5 dní (pondelok až piatok). Celkovo bolo realizovaných 9 tréningových jednotiek – 2 jednotky denne (dopoludnia a popoludní), pričom v stredu sa uskutočnila iba dopoludňajšia tréningová jednotka. Dĺžka jednej tréningovej jednotky bola 50-60 minút. Výcvik sa realizoval v hlbokom bazéne s hĺbkou 1,8 metra, čo zodpovedá základnému princípu francúzskej metodiky – deti nemajú možnosť stáť na dne bazéna.

Výučba prebiehala podľa francúzskej metodiky založenej na princípoch aktívnej pedagogiky. Kľúčové charakteristiky metodiky zahŕňali: výučbu bez akýchkoľvek nadľahčovacích pomôcok, pozíciu inštruktora mimo vody (na brehu bazéna) s odstupom od skupiny, zadávanie úloh formou výzvy (napríklad „kto zvládne túto úlohu“, alebo „vedel by si...“), dôraz na samostatné objavovanie a experimentovanie dieťaťa a postupné budovanie vodnej pohody prostredníctvom definovaných etáp.

Na hodnotenie plaveckých zručností bol použitý trojúrovňový systém vychádzajúci z francúzskej metodiky Aisance Aquatique. Hodnotenie prebiehalo na záverečnej popoludňajšej hodine v piatok formou štruktúrovaného pozorovania. Francúzska metóda definuje tri úrovne plaveckých zručností. Úroveň 1 predstavuje základné stotožnenie sa s vodným prostredím – žiak dokáže samostatne vojsť a vyjsť z vody, premiestňovať sa s ponorenými ramenami a absolvovať kompletný ponor hlavy na niekoľko sekúnd. Úroveň 2 rozširuje tieto zručnosti o dotyk nôh s dnom bazéna, pasívny výstup a skok do vody s následným pasívnym výstupom

na hladinu. Najvyššia, úroveň 3, zahŕňa vstup do vody hlavou napred (šípku) a splývanie na niekoľko metrov, preplávanie 10 metrov s pokojom a bez opory, zvrät vzad z brehu, vznášanie sa v polohe na prsia s rukami v predĺžení tela a hlavou pod úrovňou rúk niekoľko sekúnd.

Hodnotenie každého dieťaťa prebiehalo individuálne formou štruktúrovaného pozorovania počas záverečnej popoludňajšej hodiny v piatok. Hodnotili traja francúzski hodnotitelia, ktorí zaznamenávali dosiahnutú úroveň každého dieťaťa samostatne. Kritériom úspešnosti bolo splnenie všetkých pohybových úloh definovaných pre danú úroveň bez asistencie inštruktora.

Získané dáta boli spracované pomocou deskriptívnej štatistiky. Pre každú úroveň plaveckých zručností bola vypočítaná absolútna a relatívna početnosť. Na posúdenie vzťahu medzi vekovou skupinou a dosiahnutou úrovňou plaveckých zručností bol použitý chi-kvadrát test (χ^2). Štatistická analýza bola realizovaná pomocou softvéru IBM SPSS Statistics. Za hladinu štatistickej významnosti bola zvolená hodnota $\alpha = 0,05$. Na účely vekovej analýzy boli deti rozdelené do troch skupín: predškolský vek (do 6 rokov), mladší školský vek (6–10 rokov) a starší školský vek (nad 10 rokov). Výsledky boli následne porovnané s dostupnými údajmi z francúzskych národných štatistík a domácimi aj zahraničnými obdobnými štúdiami.

Výsledky

V nasledujúcej kapitole prezentujeme výsledky hodnotenia plaveckých zručností detí po absolvovaní týždenného plaveckého výcviku francúzskou metódou.

Úroveň	Počet žiakov	%
< Úroveň 1	8	10,5
Úroveň 1	18	23,7
Úroveň 2	28	36,8
Úroveň 3	22	28,9
Spolu	76	100

Tabuľka 1 – Rozdelenie detí podľa dosiahnutej úrovne plaveckých zručností
Zdroj: vlastné spracovanie

V Tabuľke 1 zobrazujeme absolútnu a relatívnu početnosť detí a ich dosiahnutú úroveň po absolvovaní plaveckého výcviku. Z celkového počtu 76 prítomných detí dosiahlo prvú úroveň, alebo vyššiu, 68 detí, čo predstavuje 89,4 % úspešnosť. Iba 8 detí (10,5 %) nedosiahlo minimálnu úroveň 1 po absolvovaní výcviku. Najvyššiu úroveň 3 dosiahlo 22 detí (28,9 %). Najvyššie zastúpenie malo dosiahnutie úrovne 2 (36,8 %), čo naznačuje, že väčšina detí zvládla nielen základné stotožnenie sa s vodným prostredím, ale aj komplexnejšie zručnosti ako skok do vody, pasívne vznášanie a ovládanie polohy tela na hladine. Dosiahnutie úrovne 3 takmer tretinou detí (28,9 %), možno považovať za pozitívny výsledok, vzhľadom na krátkosť intervencie. Títo žiaci preukázali schopnosť preplávať 10 metrov bez opory.

Skutočnosť, že 10,5 % detí nedosiahlo ani minimálnu úroveň 1, poukazuje na heterogenitu vstupných predpokladov v sledovanom súbore. Tento výsledok je relevantný pre

plánovanie budúcich výcvikov – deti, ktoré nedosiahli úroveň 1, pravdepodobne potrebujú dlhšiu alebo individualizovanejšiu intervenciu.

Analýza podľa vekových skupín odhalila štatisticky významný vzťah medzi vekom a dosiahnutou úrovňou plaveckých zručností ($\chi^2 = 38,888$, $p < 0,001$). Výsledky sú podrobne uvedené v Tabuľke 2.

Veková skupina	Počet detí	< Úroveň 1	Úroveň 1	Úroveň 2	Úroveň 3
Predškolský vek (do 6 r.)	16	7	8	1	0
Mladší školský vek (6-10 r.)	49	1	9	21	18
Starší školský vek (nad 10 r.)	11	0	1	6	4
Spolu	76	8	18	28	22

Tabuľka 2 – Rozdelenie detí podľa vekovej skupiny a dosiahnutej úrovne plaveckých zručností

Zdroj: vlastné spracovanie

V predškolskej vekovej skupine dominovala úroveň 1 (50,0 %), pričom žiadne dieťa nedosiahlo úroveň 3. V skupine mladšieho školského veku boli výsledky výrazne vyššie – úroveň 2 alebo 3 dosiahlo 79,6 % detí. Skupina staršieho školského veku dosiahla najvyššie výsledky, pričom 90,9 % detí dosiahlo úroveň 2 alebo 3. Tieto rozdiely potvrdzujú, že s rastúcim vekom dieťaťa rastie aj úroveň plaveckých zručností dosiahnutá po absolvovaní týždenného plaveckého výcviku.

Diskusia

Cieľom predkladanej štúdie bolo zistiť úroveň plaveckých zručností detí po absolvovaní týždenného plaveckého výcviku realizovaného francúzskou metódou. Francúzska metóda sa od tradičného slovenského prístupu k plaveckému výcviku líši predovšetkým svojou filozofiou – namiesto primárneho zamerania na techniku plaveckých spôsobov (kraul, prsia, znak), kladie dôraz na celostné stotožnenie sa dieťaťa s vodným prostredím. Cieľom základného plaveckého výcviku v slovenskom kontexte je naučiť žiaka plávať prostredníctvom postupných etáp.

Dosiahnutá úroveň plaveckých zručností – 89,4 % detí na minimálnej úrovni 1 – korešponduje s údajmi z francúzskych národných štatistík, kde pri realizácii 133 päťdňových výcvikov s 6 756 deťmi vo veku 4–6 rokov dosiahlo prvú úroveň 89,25 % detí (P. Neuhaus, metóda rozhovoru, pred realizáciou výskumu). Táto zhoda výsledkov naznačuje konzistentnosť a spoľahlivosť francúzskej metodiky naprieč rôznymi lokalitami a skupinami detí.

Dôležitým aspektom francúzskej metodiky je dôraz na psychologickú prípravu dieťaťa a postupné odbúravanie strachu z vody. Ako uvádza Catteau (2008), je potrebné identifikovať a analyzovať prekážky dieťaťa – fyzické, psychologické a fyziologické. Strach zo zmiznutia, strach z naplnenia, strach z pohltienia a strach z pádu predstavujú základné psychologické bariéry, ktoré francúzska metodika systematicky odbúrava prostredníctvom definovaných etáp výučby.

Podobný výskum uskutočnili autori Invernizzi et al. (2021), ktorí porovnávali 15-týždňový plavecký výcvik tradičný/lineárny – učiteľom riadený, s inovatívnym/nelineárnym – orientovaným na žiaka. Štúdie sa zúčastnilo 100 žiakov, 50 v každej skupine. Deti vo veku 5–6 rokov plávali 2-krát do týždňa po dobu 50 minút. Výsledky preukázali, že deti v lineárnej skupine dosiahli vyššiu úroveň skutočnej motorickej zručnosti, pričom štatisticky významné zlepšenie zaznamenali najmä v kontrole dychu, ponáraní, pohybe nôh a koordinácii pohybov. Nelineárna skupina naopak vykazovala lepšie výsledky vo vnímanej kompetencii – deti sa cítili vo vode istejšie, 93 % z nich dokázalo zostať vo vode bez pomôcok oproti 60 % v lineárnej skupine. Autori uzatvárajú, že nelineárny prístup bol deťmi vnímaný pozitívnejšie, zatiaľ čo lineárny prístup viac zodpovedal očakávaniam rodičov.

Pri porovnaní so slovenským systémom výučby plávania možno identifikovať niekoľko zásadných rozdielov. Mandzáková (2014) uvádza, že po absolvovaní 25 výcvikových jednotiek trvajúcich tri mesiace, s využitím nadľahčovacích penových pomôcok u detí vo veku 4–7 rokov, dokázalo ponoriť hlavu 90 % žiakov a v teste vznášania na prsiach splnilo úlohu 66,6 % žiakov. V našom výskume dosiahlo po 9 tréningových jednotkách bez pomôcok úroveň 1 (zahŕňajúcu kompletný ponor a premiestňovanie pod vodou) 89,5 % detí. Je však potrebné poznamenať, že náš výskumný súbor zahŕňal aj staršie deti, čo mohlo ovplyvniť celkové výsledky.

Mandzák (2014) realizoval výskum žiakov 3. ročníka ZŠ v dotácii 20 vyučovacích hodín plávania v rámci jedného týždňa a zistil, že schopnosť ponoriť sa pod vodu so zadržaným dychom zvládlo na konci výcviku 88 % žiakov. V našom výskume táto zručnosť tvorila súčasť úrovne 1, ktorú zvládlo 89,5 % detí. Ak porovnáme aj 3. úroveň dosiahnutých zručností – v našom výskume ju dosiahlo 28,9 % detí – zahŕňa testy ako vstup do vody hlavou napred, splývanie, preplávanie 10 metrov a vznášanie v polohe na prsia. Posledný test zvládlo na konci výcviku v uvedenej štúdii 71 % detí, skok šípku 44,1 %.

Obdobný výskum realizovali aj Kováčová, Czaková a Broďáni (2019), ktorí skúmali efekt 5-dňového intenzívneho plaveckého výcviku na plaveckú gramotnosť 60 žiakov tretieho ročníka základnej školy s priemerným vekom 8,63 rokov. Výcvik prebiehal každý deň po dobu 45 minút. Vo vstupnom meraní až 46 z 60 detí nedokázalo preplávať 25 metrov žiadnym plaveckým spôsobom, vo výstupnom meraní ich bolo už len 18. Po absolvovaní výcviku zaznamenali štatisticky významné zlepšenie vo všetkých štyroch testoch ($p < 0,01$) s veľkým efektom. Autori uzatvárajú, že aj takto skrátenej intenzívny plavecký výcvik má pozitívny vplyv na plaveckú gramotnosť žiakov a každodenný kontakt s vodou urýchľuje učenie a buduje sebadôveru detí.

Pupišová (2025) hodnotila úroveň plaveckých zručností 332 žiakov 2. a 3. ročníka ZŠ v bansko-bystrickom regióne po absolvovaní základného plaveckého výcviku v rozsahu 10 hodín počas 5 dní. Priemerná vstupná úroveň žiakov bola 1,2 bodu, výstupná 2,36 bodu (na škále 0–3). V jednotlivých testoch plaveckých zručností dosiahlo skok do vody 96,4 % žiakov, dýchanie do vody 84,6 % a vylovenie predmetov z hĺbky 1,5 m zvládlo 63,3 % žiakov. Dievčatá vykazovali celkovo lepšie výsledky ako chlapci (2,1 / 1,7 bodu). Autorka hodnotí dosiahnutú úroveň ako adekvátnu vzhľadom na časovú dotáciu výcviku, zároveň však upozorňuje, že v praxi sa základný plavecký výcvik najčastejšie realizuje v rozsahu 10 hodín, čo považuje za nedostatočné na pokrytie celého obsahu výcviku. Na rozdiel od francúzskej

metodiky bol výcvik realizovaný s využitím nadľahčovacích pomôcok, čo predstavuje zásadný metodický rozdiel oproti prístupu sledovanému v našom výskume.

Výsledky vekovej analýzy potvrdzujú, že vek je kľúčovým faktorom ovplyvňujúcim úroveň plaveckých zručností po absolvovaní plaveckého výcviku ($\chi^2 = 38,888$, $p < 0,001$). Predškolské deti dosiahli nižšie úrovne, no skutočnosť, že 56,2 % z nich zvládlo aspoň úroveň 1 po deviatich tréningových jednotkách bez pomôcok, možno považovať za pozitívny výsledok. Francúzska metodika počíta s predškolským vekom ako s prvým cyklom výučby – cieľom tohto cyklu nie je preplávanie, ale práve základné stotožnenie sa s vodou.

Ako hlavný limit výskumu vnímame absenciu vstupného testovania, ktoré by umožnilo presnejšie posúdiť, aká bola počiatočná úroveň zručností detí pred výcvikom. Ďalším limitom je heterogenita výskumného súboru z hľadiska veku (4–11 rokov), čo sťažuje porovnanie s inými štúdiami zameranými na konkrétnu vekovú kategóriu. Do budúcnosti odporúčame realizovať výskum s homogénnejším výskumným súborom, vstupným aj výstupným testovaním a kontrolnou skupinou.

Je však potrebné upriamiť pozornosť aj na limity a možné riziká francúzskej metodiky. Výučba v hlbokéj vode (1,8 m) bez nadľahčovacích pomôcok predstavuje zvýšené nároky na bezpečnosť, nepretržitý dohľad a prítomnosť kvalifikovaných záchranárov. Samotná metodika tento aspekt rieši dôsledným dodržiavaním bezpečnostných protokolov, avšak jej implementácia v podmienkach slovenských škôl by si vyžadovala úpravu organizačných a personálnych štandardov. Ďalším limitom francúzskej metodiky je jej náročnosť na psychologickú prípravu. Deti s výrazným strachom z vody alebo špecifickými potrebami môžu mať ťažkosti s adaptáciou na hlbokú vodu bez pomôcok v krátkom časovom horizonte jedného týždňa.

Záver

Cieľom výskumnej práce bolo zistiť úroveň plaveckých zručností detí po absolvovaní týždenného intenzívneho plaveckého výcviku realizovaného francúzskou metódou. Výsledky preukázali, že 89,4 % detí dosiahlo minimálne úroveň 1 plaveckých zručností, 65,7 % detí dosiahlo úroveň 2 a 28,9 % detí dosiahlo najvyššiu úroveň 3. Francúzska metodika výučby plávania, založená na princípoch aktívnej pedagogiky, výučbe v hlbokom bazéne bez nadľahčovacích pomôcok a postupnom budovaní vodnej pohody, predstavuje alternatívny prístup k výučbe plávania detí, ktorého výsledky sú porovnateľné s tradičnými metodikami.

Na základe výsledkov výskumu formulujeme nasledovné odporúčania pre prax: zväziť implementáciu prvkov francúzskej metodiky do slovenského systému výučby plávania, realizovať výučbu s postupným obmedzovaním nadľahčovacích pomôcok, klásť väčší dôraz na psychologickú prípravu dieťaťa a odbúravanie strachu z vody a zväziť organizáciu intenzívnych plaveckých výcvikov ako alternatívu k dlhodobým výcvikom s nižšou frekvenciou tréningov.

Predkladaná štúdia prispieva k poznaniu úrovne plaveckých zručností detí po absolvovaní plaveckého výcviku francúzskou metodikou Aisance Aquatique a otvára priestor pre ďalší výskum zameraný na porovnanie rôznych metodických prístupov k výučbe plávania detí.

*Tento článok odporúča na publikovanie vo vedeckom časopise Mladá veda:
PaedDr. Zuzana Pupišová, PhD.*

Použitá literatúra

1. CATTEAU, Raymond, Claude FAUQUET a Carmen MÜLLER, 2008. *La natation de demain: une pédagogie de l'action*. Pantin Biarritz: FSGT Atlantica. ISBN 978-2-7588-0193-1.
2. INVERNIZZI, Pietro Luca, Marco RIGON, Giada SIGNORINI, Giorgio ALBERTI, Gaetano RAIOLA a Aldo BOSIO, 2021. Aquatic Physical Literacy: The Effectiveness of Applied Pedagogy on Parents' and Children's Perceptions of Aquatic Motor Competence. In: *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Roč. 18, č. 20, 10847. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph182010847>
3. KOVÁČOVÁ, Nikoleta, Mária CZAKOVÁ a Jaroslav BROŽÁNI, 2019. Intensive basic swimming courses and their effect on children's swimming literacy. In: *Journal of Physical Education & Health*. Roč. 8, č. 14, s. 18–24. Dostupné z: <https://doi.org/10.5281/zenodo.3746133>
4. MANDZÁK, Peter, 2014. Zmeny plaveckých zručností a plaveckej spôsobilosti na základných školách v stredoslovenskom kraji. In: *Plávanie – Veda v praxi*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, s. 112–119. ISBN 978-80-557-0711-0.
5. MANDZÁKOVÁ, Martina, 2014. Vplyv predplaveckej prípravy na zmeny a kvalitu osvojenia plaveckých zručností detí. In: *Plávanie – Veda v praxi*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, s. 130–137. ISBN 978-80-557-0711-0.
6. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, n.d. *Enseignement de la natation scolaire* [online]. [cit. 5. mája 2026]. Dostupné z: <https://www.education.gouv.fr/bo/22/Hebdo9/MENE2129643N.htm>
7. PUPIŠOVÁ, Zuzana, 2025. Level of swimming ability of primary school pupils. In: *Slovak Journal of Sport Science*. Roč. 10, č. 1, s. 87–94. Dostupné z: <https://doi.org/10.24040/sjss.2025.10.1.87-94>
8. RUŽBARSKÝ, Pavol a Miroslav TUREK, 2006. *Didaktika, technika a tréning v plávaní*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 80-8068-491-0.

Mladá veda

Young Science

ISSN 1339-3189