

## Příloha 1 – Polohování a úchopy



Obrázek č. 1 – poloha na prsou – držení oběma rukama za hrudník (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)



Obrázek č. 2 – poloha na prsou – za ramínko, brada je na rodičovském zápěstí (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)



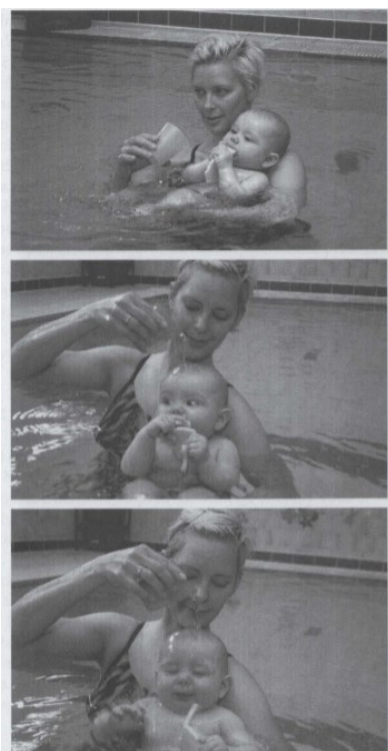
Obrázek č. 3 – poloha na zádech (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)



Obrázek č. 4 – odmítání polohy na zádech (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)



Obrázek č. 5- polohování vertikální (Čechovská, *Plavání dětí s rodiči*, str. 33, 2007)



Obrázek č. 6 – Postup nácvičení zanoření (Nováková, Čechovská, Pathyová, Obytová, *Předpoklady primární plavecké gramotnosti v raném věku*, str. 117, 2015)



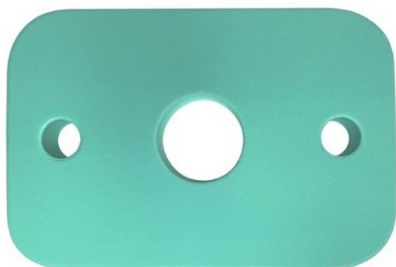


Obrázek č. 7 – ponoření po heslu s rodičem (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)

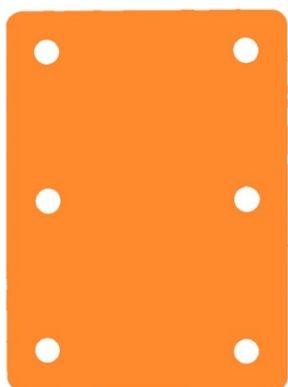


Obrázek č. 8 – potopení „mácháním“ ve svislé poloze (Fotka vlastní – pro zveřejnění fotografie na základě čl. 6 odstavce 1, byl udělen souhlas zákonného zástupce dítěte)

## **Příloha 2 – Nadlehčovací pomůcky používané baby kluby**



Nadlehčovací pomůcka – plavecká deska



Nadlehčovací pomůcka – plavecký ponton



Nadlehčovací pomůcka – vodní nudle



Nadlehčovací pomůcka – plavecký pás

**Zdroje obrázků:**

*Plavecká deska.* MATUSKA-DENA [online]. [cit 2019-11-23]. Dostupné z:  
<https://www.matuska-dena.cz/plavecka-deska-300x200x38mm-83716.html>

*Plavecký ponton.* MATUSKA-DENA [online]. [cit 2019-11-23]. Dostupné z:  
<https://www.matuska-dena.cz/plavecky-ponton-6-otvoru-950x700x38mm-83973.html>

*Vodní nudle.* MATUSKA-DENA [online]. [cit 2019-11-23]. Dostupné z:  
<https://www.matuska-dena.cz/vodni-nudle-kids-1200x60mm-84225.html>

*Plavecký pás.* MATUSKA-DENA [online]. [cit 2019-11-23]. Dostupné z:  
<https://www.matuska-dena.cz/plavecky-pas-600-zeleny-84574.html>

### **Příloha 3 - Anketa**

- 1) Jaké jste pohlaví?
  - a) žena
  - b) muž
- 2) Kolik je Vám let?
  - a) 18–25
  - b) 26 – 30
  - c) 31 - 35
  - d) 36 a víc
- 3) Kolik dětí učíte maximálně ve skupině?
  - a) 2-4
  - b) 5-6
  - c) 7-8
  - d) 8 a více
- 4) Jakou máte plaveckou kvalifikaci?
  - a) Instruktor plavání
  - b) Instruktor dětského plavání
  - c) Trenér plavání III. Třídy
  - d) jiné (doplňte)
- 5) Jak dlouhá je vaše praxe v plavecké výuce? (otevřená)
- 6) Jak jste se dostala k plavání dětí?
  - a) z internetu
  - b) přes známé
  - c) jiné (doplňte)
- 7) Kterou skupinu dětí (nejčastěji) učíte?
  - a) děti v kojeneckém věku (4-6měsíců)
  - b) děti v batolecím věku (1-3 roky)
  - c) děti v předškolním věku (3-6 let)
  - d) všechny skupiny
- 8) Jaké pomůcky nejčastěji používáte? (otevřená otázka)
- 9) Jaké úchopy kojenců preferujete ve vašem baby klubu?
  - a) poloha na zádech (Držení oběma rukama – jedna pod hlavičkou druhá pod zadečkem)

- b) poloha na prsou (Držení oběma rukama – dlaň na hrudníku, palec podpírá bradu)
  - c) poloha vertikální (Držení s podporou hlavičky, ruce přes záda a hrudník)
  - d) poloha relaxační (Poloha v náruči v leže v šikmé poloze na prsou rodiče, nebo v klubíčku)
  - e) polohování rovnovážné (máchání prádla)
- 10) Po ukončení kurzu v kojeneckém věku by mělo dítě zvládat? (Otevřená otázka)
- 11) Po ukončení kurzu v batolecím věku by mělo dítě zvládat? (Otevřená otázka)
- 12) Po ukončení kurzu v batolecím věku by mělo dítě zvládat? (Otevřená otázka)
- 13) Spolupráce s rodiči ve výuce?
- a) ano, bez problémů
  - b) ano, ale někteří potřebují pomoci
  - c) ne, nenechají se pomoci
  - d) jiné (doplňte)
- 14) Jakou metodu výuky plavání využíváte?
- a) Syntetická (komplexní) – Nerozkládáme prvek na části – snaha pohyb maximálně zjednodušit.
  - b) Analyticko-syntetická – Rozložení pohybového celku na dílčí pohybové úseky, které zpětně skládáme
  - c) Synteticko-analytická (smíšená) - Nacvičování hrubé podoby souhry hned po počáteční přípravě a postupném zdokonalování dílčích prvků souhry
- 15) Jaká je vaše nejoblíbenější hra, kterou provozujete se skupinkou dětí při výuce plavání? (otevřená otázka)



## Příloha 4 – Evidenční list

Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta

M. Rettigové 4, 116 39 Praha 1

### Evidenční list žadatelů o nahlédnutí do listinné podoby práce

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř. č.	Datum	Jméno a příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				