

PŘÍKAZNÍ SMLOUVA

O OBSTARÁNÍ ZÁLEŽITOSTI, UZAVŘENÁ PODLE OBČANSKÉHO ZÁKONÍKU § 2430 A NÁSL.

kterou uzavřely tyto smluvní strany:

1: Příkazník:

Plavecká škola Mořinglová, s.r.o. - poskytování tělovýchovných a sportovních služeb v oblasti výuky plavání

Nerudova 1036/58, 697 01 Kyjov

IČO: 196 55 185

E-mail: vyukaplavani@email.cz

Internet: www.plavecka-vyuka.cz

dále jen obstaratel

a

2: Příkazce:

Základní škola Hodonín, Vančurova 2, příspěvková organizace

zastoupena ředitelem: Mgr. Andrejem Pavlík, MBA

se sídlem: Vančurova 2, 695 04 Hodonín

IČO: 49418823

E-mail: reditelstvi@zsvancur.cz

dále jen objednatel

t a k t o:

I.

Předmět smlouvy

Předmětem této smlouvy je závazek obstaratele zabezpečit objednateli plaveckou výuku pro jejich žáky v požadovaném rozsahu a místě. Tyto služby je poskytovatel oprávněn vykonávat na základě výpisu z obchodního rejstříku, vedeného Krajským soudem v Brně oddíl C, vložka 135535.

II.

Cena plnění a její splatnost

1. Objednatel plavecké výuky se zavazuje za předmět smlouvy uvedený v čl. I této smlouvy zaplatit poskytovateli plavecké výuky částku, jejíž výše vychází z ceny za pronájem bazénu a z provozních nákladů obstaratele.

Dále se objednatel zavazuje zaplatit obstarateli náklady na mzdy, mzdové náhrady a odvody z mezd, podle počtu žáků zapsaných na výuku plavání.

Cena plnění je uvedena v příloze č.1 „PŘIHLÁŠKA“. Tato příloha bude každoročně objednateli písemně doručena do 15. dubna a bude obsahovat aktuální ceny pro další školní rok.

2. Zrušení objednané hodiny plavání ze strany obstaratele při nepředvídaných provozních výlukách oznámí objednateli ihned, nejpozději však v den výuky, pověřený pracovník poskytovatele. Takto zrušené hodiny nebudou účtovány, nebo bude sjednán náhradní termín.

3. Zrušení objednané hodiny ze strany objednatel je možné provést bez úhrady ceny plnění jen v případě nepředvídaných okolností, které musí objednatel oznámit obstarateli nejpozději jeden den předem, ve výjimečných situacích (porucha autobusu.) 15 minut před zahájením výuky a za předpokladu, že nelze stanovit náhradní termín zrušené výuky ze strany obstaratele. V případě,

že objednatel výuku ve stanovených lhůtách neodvolá, bude mu účtována plná cena plnění bez nároku na náhradní termín.

4. Ceny za pronájem bazénů se odvíjí od smlouvy mezi poskytovatelem plavecké výuky a vlastníkem bazénu, ceny poskytovaných služeb se odvíjí od smlouvy mezi obstaratelem a objednatelem. Délka vyučovací hodiny je 45 minut.

5. Splatnost ceny plnění je do 14 dnů po vystavení faktury poskytovatelem plavecké výuky.

III.

Doba plnění

Smlouva se uzavírá na dobu neurčitou a nabývá platnosti v den podpisu smlouvy. Plavecká výuka bude realizována v průběhu školního roku dle účastníky vzájemně odsouhlaseného časového rozvrhu (příloha číslo 6).

IV.

Místo plnění

Místem plnění je podle požadavku objednatele plavecké výuky plavecký bazén uvedený v přihlášce (příloha č.:1).

V.

Podmínky plnění

1. Obstaratel není oprávněn pověřit plněním předmětu této smlouvy jiný subjekt bez souhlasu objednatele.

2. Obstaratel se zavazuje:

- ✧ vypracovat a doručit objednateli rozvrh hodin výuky plavání nejpozději do 15. června
- ✧ zajišťovat pro objednatele výuku plavání v dohodnutém rozsahu
- ✧ zajistit výuku odborně, kvalifikovanými zaměstnanci a řídit se příslušnými předpisy, které se vztahují k výuce plavání
- ✧ organizovat plaveckou výuku v plaveckém bazénu, který splňuje veškeré hygienické a bezpečnostní předpisy
- ✧ řídit se ustanoveními vnitřního předpisu k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví žáků objednatele plavecké výuky.
- ✧ provádět výuku v rozsahu stanoveném školním vzdělávacím programem objednatele plavecké výuky, případně osnovami obstaratele plavecké výuky, příloha č.7 smlouvy.
- ✧ dodržovat ujednání obsažené v příloze 3, zejména s ohledem na bezpečnost žáků v průběhu výuky

3. Objednatel se zavazuje:

- ✧ dodržet stanovený rozvrh hodin plavecké výuky vypracovaný obstaratelem
- ✧ ověřit způsobilost žáků k výuce plavání podle § 51 zákona č. 373/2011 Sb. o specifických zdravotních službách.
- ✧ před zahájením výuky poučit žáky o BOZ a seznámit je s jejich právy a povinnostmi, jak jsou uvedeny v příloze č. 2 (je vhodné s tímto seznámit i zákonné zástupce žáků).
- ✧ při zahájení plavecké výuky předat seznam všech žáků na záznamovém listu (vzor příloha č.4) a předávací protokol podepsaný objednavatelem (vzor příloha č. 5), s připomínkami ke zdravotní způsobilosti každého přihlášeného žáka.
- ✧ v průběhu výuky dodržovat veškeré hygienické a bezpečnostní předpisy a zdržet se nepřiměřených zásahů do plavecké výuky, jak je uvedeno v příloze číslo 3.

VI.

Ukončení smlouvy

Ukončení smlouvy je možné odstoupením od smlouvy, pokud některá ze smluvních stran opětovně poruší povinnosti vyplývající z této smlouvy. Odstoupením od smlouvy se smlouva ruší ode dne, kdy je oznámení o odstoupení od smlouvy prokazatelně doručeno druhé smluvní straně a byly splněny závazky obou stran.

VII.

Závěrečná ujednání

1. Práva a povinnosti smluvních stran touto smlouvou výslovně neupravené se řídí ustanoveními § 2430 a následujícího zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník v platném znění, kromě § 2432 odst. 2.
2. Jakékoliv změny této smlouvy lze činit pouze písemnou formou, jinak jsou neplatné.
3. Tato smlouva byla uzavřena na základě pravé, vážné a určité vůle, nikoliv v tísní, za nápadně nevýhodných podmínek, účastníci si smlouvu přečetli a s jejím obsahem souhlasí, což stvrzují svými vlastnoručními podpisy.
4. Tato smlouva byla vytištěna ve dvou vyhotoveních, z nichž každá ze smluvních stran obdržela po jednom výtisku.
5. Tato smlouva nahrazuje smlouvu ze dne: 13. 9. 2019

Smlouva byla podepsána dne: 24.10.2021

Přílohy:

1. Příhláška
2. Práva a povinnosti žáků
3. Povinnosti zúčastněných stran
4. Záznamový list třídy
5. Předávací protokol
6. Rozvrh výuky
7. Osnovy

Nabídka výuky plavání pro ZŠ na školní rok 2024–2025

Předmětem poskytovaných služeb je výuka plavání dle osnov, které najdete na: www.plavecka-vyuka.cz, výuku provádí instruktoři plavání s potřebnou kvalifikací: vysokoškolské, popřípadě středoškolské pedagogické vzdělání, středoškolské s pedagogickým minimem, s odborností instruktora školního plavání a vodního záchranáře.

Náklady na výuku: 60,- Kč: 1 žák/1 vyučovací hodina. **V PŘÍPADĚ RÚSTU PLATŮ PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ SE CENA BUDE V DALŠÍCH LETECH NAVYŠOVAT O STEJNÉ PROCENTO.**

Přihlášený počet žáků bude upřesněn na předávacím protokolu při nástupu na výuku. Tento počet je závazný a dle uvedeného počtu bude účtována platba za výuku plavání. **Vrácení platby za žáka je možné pouze v případě, že se žák neúčastnil výuky plavání ze zdravotních důvodů, které budou potvrzeny lékařem.**

Provozní náklady (pronájem bazénu): jsou rozdílné podle jednotlivých bazénů:

Současné ceny jednotlivých bazénů:

Bzenec – kapacita 40 žáků, cena 800,- Kč/1 vyučovací hodina CENA PLATÍ PRO ŠKOLNÍ ROK

Ratiškovice – kapacita 50 žáků, cena 900,- Kč/1 vyučovací hodina CENA PLATÍ PRO ŠKOLNÍ ROK

Hodonín – **NUTNO VYBRAT VARIANTU. UVEDENÁ CENA PLATÍ K DATU ZASLÁNÍ PŘIHLÁŠKY. CENA SE BUDE MĚNIT PO PROJEDNÁNÍ VEDENÍ LÁZNÍ HODONÍN, S.R.O. O ZMĚNĚ CENY ZA PRONÁJEM BAZÉNU VÁS BUDEME INFORMOVAT BEZPROSTŘEDNĚ PO OBDŘŽENÍ INFORMACE OD PROVOZOVATELE BAZÉNU.**

velký, malý bazén a vířivky, kapacita 95 žáků 3 800,- Kč/1 vyučovací hodinu

velký i malý bazén, kapacita 80 žáků, cena 3 200,- Kč/1 vyučovací hodina

velký bazén, kapacita 60 žáků, cena 2 100,- Kč/1 vyučovací hodina

malý bazén, kapacita 30 dětí/žáků, cena 1 500,- Kč/1 vyučovací hodina

jedna dráha 500,- Kč/1 vyučovací hodina

V případě účasti více škol se cena dělí poměrem počtu žáků z jednotlivých škol.

AQUA V PARKU KYJOV

Kyjov – **NUTNO VYBRAT VARIANTU. CENA PLATÍ PRO ŠKOLNÍ ROK**

velký i malý bazén, kapacita 70 žáků, cena 3 520,- Kč/1 vyučovací hodina

velký bazén, kapacita 50 žáků, cena 2 310,- Kč/1 vyučovací hodina

malý bazén, kapacita 30 dětí/žáků, cena 1 650,- Kč/1 vyučovací hodina

jedna dráha 550,- Kč/1 vyučovací hodina

V případě účasti více škol se cena dělí poměrem počtu žáků z jednotlivých škol.

Ostatní provozní náklady: 6,- Kč: 1 žák/1 vyučovací hodina

V objednávce plavecké výuky výrazně označte bazén, ve kterém chcete, aby výuka probíhala.

Osnovy učiva, aktuální tiskopisy a všechny další informace najdete na: www.plavecka-vyuka.cz

Jednu přihlášku zašlete nejpozději do 15. dubna 2024 na e-mailovou adresu vyukaplavani@email.cz nebo hana.moringlova@plavecka-vyuka.cz. Případně na adresu: Jana Cahlíková, Nerudova 1036, 697 01 Kyjov. Kopii (originál) přihlášky si založte ke smlouvě.

Stále platí možnost sjednání prezentace pro rodiče k výuce plavání. V případě zájmu se obračejte na číslo: [REDACTED]
příp. e-mail: vyukaplavani@email.cz.

Závazná přihláška
na plaveckou výuku ve školním roce 2024-25

Škola: ŠK VARNÉROVA 2, HODONÍN

Bazén: _____

1. A Počet žáků: 24

3. A Počet žáků: 19

5. A Počet žáků:

1. B Počet žáků:

3. B Počet žáků: 24

5. B Počet žáků:

3. C Počet žáků: 20

3. D Počet žáků:

2. A Počet žáků: 21

4. A Počet žáků:

Jiné ročníky: Počet žáků:

2. B Počet žáků: 23

4. B Počet žáků:

2. C Počet žáků: 23

2. D Počet žáků:

Celkem přihlášeno žáků: 130 žáků

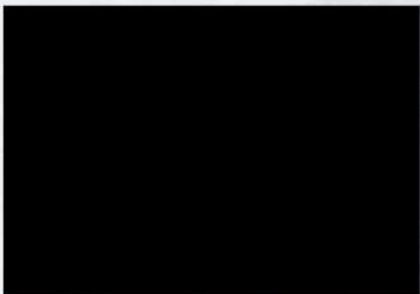
Další připomínky a požadavky školy: (den výuky, doba výuky, spojení s jinou školou z důvodu návaznosti přepravy aj.)

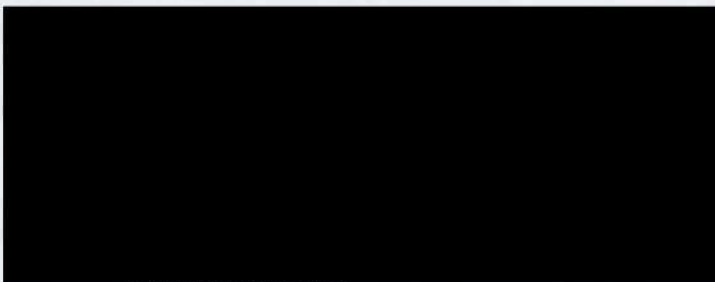
Uveďte okolností, které by mohly narušovat plaveckou výuku: např.: školy v přírodě, dojíždění dětí a jiné. Prosím o vypsání termínů akcí v příštím školním roce, která máte již pevně sjednané pro výše přihlášené žáky. V tyto dny Vám nebudeme plánovat výuku. Další akce prosím plánujte tak, aby nezasahovaly do dnů plavecké výuky, které Vám budou rozvrhem stanoveny.

PROSÍME O TERMÍN PLAVÁNÍ PRO OBA ROČNÍKY
VE STEJNÝ DEN Z DŮVODU NÁVAZNOSTI DOPRAVY

Případné dotazy: 

Vaše požadavky budou zohledněny v rámci možnosti sestavení rozvrhu, personálních možností plavecké školy a podle náležitosti. Případné změny budou dohodnuty telefonicky.


obstaratel plavecké výuky


obstaratel plavecké výuky

Pozn.:

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA (STR.2) JE NEODDĚLITELNOU SOUČÁSTÍ NABÍDKY VÝUKY PLAVÁNÍ (STR.1).

Práva a povinnosti žáků při plavecké výuce

Práva žáků:

1. Znat cíl, úkol a průběh hodiny (možnost získání obrázků u mladších žáků)
2. Odcházet v průběhu výuky na WC (svůj odchod ohlásí svému instruktorovi školního plavání).
3. Po dohodě se svým instruktorem školního plavání se posadit na lavičku a ohřát se, nebo si odpočinout v případě pocitu chladu nebo únavy.
4. Své případné obavy z prováděného cviku sdělit svému instruktorovi školního plavání, požádat o nadlehčovací pomůcku.
5. V případě nepochopení požadovaného cviku požádat instruktora školního plavání o podrobnější vysvětlení.
6. Nosit si dva ručníky (jeden ručník zůstává v šatně pro řádné vysušení po skončení výuky).
7. Vzít si na bazén velkou osušku nebo froté župan pro potřebu zahřátí
8. V případě nutnosti (zdravotní doporučení u žáků trpících cukrovkou, aj.) odejít pod dozorem dospělé osoby do šatny.

Povinnosti žáků:

1. Před vstupem na bazén se řádně osprchovat bez plavek.
2. Po každém použití WC se řádně osprchovat bez plavek.
3. Na bazén vstupovat pouze v plaveckém úboru (žáci po nemoci mohou být ve cvičebním úboru).
4. Nenosit na bazén řetízky, prsteny, náramky, kruhové náušnice nebo neuzamčené náušnice.
5. Nenosit na bazén pití a jídlo – především **žvýkačky** (velké nebezpečí vdechnutí).
6. Nenosit do prostoru bazénu mýdla, šampony, hřebínky, hračky, brýle.
7. Dlouhé vlasy pevně sepnout, popřípadě použít plaveckou čepici, aby se vlasy nemohly dostat do obličeje.
8. Zkontrolovat plavecký úbor – chlapci navléknou šňůrku na utažení, aby plavky nepadaly, dívky si mezi volná ramínka na plavkách přišijí gumu, nebo je sváží šňůrkou.
9. **Neběhat!!!**
10. Chovat se tiše.
11. Neodcházet do šatny bez svolení instruktora školního plavání a doprovázejícího učitele a pouze pod dohledem dospělé osoby.
12. Neskákat do vody bez svolení instruktora školního plavání.
13. Provádět pouze cviky požadované instruktorem školního plavání.
14. Používat pomůcky určené instruktorem plavání.
15. Při plavání udržovat rozestupy, nepotápět, nežduchat a nepředbíhat spolužáky.
16. Stále sledovat svého instruktora školního plavání očima (z důvodu velkého hluku v prostoru bazénu je **nutná zraková komunikace**).

Povinnosti zúčastněných stran

pro zajištění bezpečnosti žáků v průběhu plavecké výuky

Plavecká výuka je součástí vyučování tělesné výchovy a probíhá v době dohodnuté se školou. Rozvrh škol je zpracován na základě písemných přihlášek a je závazný.

Dodržování hygieny:

- všichni příchozí se zouvají v prostoru před šatnami - možno použít vlastní přezůvky
- žáci se před vstupem do bazénu a po použití WC řádně umyjí mýdlem - bez plavek !
- v prostoru bazénu není přípustné žvýkat nebo požívat potraviny
- doprovázející učitel v době pobytu na KPB respektuje provozní řád provozovatele bazénu.

• Dodržování bezpečnosti

• Doprovázející učitel:

- dohlédne na uložení obuvi
- dohlédne na kázeň při převlékání žáků a uzamčení odložených oděvů
- po celou dobu výuky je přítomen na viditelném místě, u žáků odcházejících na WC v průběhu výuky dohlédne na bezpečnost a umytí po použití WC
- dohlédne, aby žáci nenosili na bazén nepovolené předměty (viz. Povinnosti žáků bod č. 4, 5, 6)
- vykonává dozor nad žáky, kteří se přímo neúčastní plavecké výuky (po nemoci aj.)

• Instruktor plavání:

- přebírá žáky od doprovázejících učitelů v prostoru vchodu do sprch v době stanovené rozvrhem
- po dobu výuky je trvale přítomen u svěřených žáků

• Je přísně zakázáno na bazéně běhat!!! Žáci se chovají tiše!!!

• Organizační pokyny

• Před zahájením výuky třídní učitel:

- seznámí žáky s jejich právy a povinnostmi a provede proškolení o hygieně a bezpečnosti na KPB
- vyplní záznamový list třídy, v abecedním pořadí
- připraví předávací protokol potvrzený školou
- pokud je žákovi přidělen asistent pedagoga a je nutná spolupráce tohoto asistenta při výuce plavání (autismus, LMO, poruchy chování aj.), je důležité, uvést tuto skutečnost v PLÁNU PEDAGOGICKÉ PODPORY a přidat tuto povinnost do náplně práce asistenta.

• Při zahájení výuky doprovázející učitel:

- předá žáky učiteli plavání
- zúčastní se porady s ředitelkou nebo vedoucí instruktorkou a odevzdá vyplněný záznamový list třídy a předávací protokol

• V průběhu plavecké výuky doprovázející učitel:

- provádí dozor nad žáky, kteří se přímo neúčastní plavecké výuky
- spolupracuje s instruktory plavání v případech problémových žáků a u tříd speciálních škol, pokud je přidělen asistent, zajistí, aby přidělený asistent dbal pokynů instruktora plavání
- dohlíží na hygienu a bezpečnost žáků při používání sprch a WC v průběhu výuky

• Při ukončení každé hodiny doprovázející učitel:

- přebírá žáky od instruktorů plavání v prostoru vchodu do sprch v době stanovené rozvrhem
- dohlédne na řádné osušení žáků
- dohlédne na bezpečnost při převlékání žáků v šatně a při odchodu z budovy

Při závěrečné hodině obdrží doprovázející učitel záznamový list třídy s dosaženými výsledky, které jsou podkladem pro klasifikaci z TV a dokladem o absolvování plavecké výuky.



Záznamový list třídy

Škola:

školní rok:

Dny výuky:

Jméno doprovázejícího učitele:

závěrečné dovednosti

Poř. č.	Příjmení a jméno v abecedním pořadí	plavecká skupina	počáteční plavání (m)	přehled docházky	vytrvalost ní plavání (m)	hodnocení plavání (%)	plavecké dýchání (%)	splývání (%)	skok (%)	lovění (%)	Hodnocení	
											%	Zn
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
11.												
12.												
13.												
14.												
15.												
16.												
17.												
18.												
19.												
20.												
21.												
22.												
23.												
24.												
25.												
26.												
27.												
28.												
29.												
30.												

Záznamový list bude v poslední hodině předán zpět doprovázejícímu učiteli.

Uvedené údaje jsou dokladem o absolvování plavecké výuky a výsledky jsou podkladem pro klasifikaci z tělesné výchovy.

Předávací protokol

Škola:

Třída:

Školní rok:

Poř. č.	Příjmení a jméno v abecedním pořadí !!!	Zdravotní stav
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		

Potvrzuji, že výše uvedení žáci jsou schopni absolvovat plaveckou výuku.

Předal(a): _____

Razítko a podpis ředitele ZŠ:

Převzala:

**Základní škola
Vančurova 2
605 04 Hodonín**

V Kyjově 13. května 2024

Věc: Rozvrh výuky plavání ve školním roce 2024–2025

Dobrý den,

níže zasílám rozvrh výuky plavání pro příští školní rok. Z důvodu zajištění personálního obsazení a kvality výuky prosím o akceptaci daných rozvrhů.

Prosím o zařazení níže uvedených termínů do plánovacího kalendáře školy, aby vaše další školní akce nenarušovaly průběh plavecké výuky.

Osnovy výuky plavání a všechny tiskopisy najdete: www.plavecka-vyuka.cz

V případě dotazů či nejasností volejte na číslo:

nebo piště na e-mail: vyukaplavani@email.cz

hana.moringlova@plavecka-vyuka.cz

Bazén Hodonín

čtvrtek

II. cyklus: 9.,16.,23. ledna, 6.,20,27. února, 6.,13.,20.,27. března 2025

Základní škola	Třída	Počet ž.	Doba výuky	
Hodonín, Vančurova	2.ABC	67	8.00 – 9.30	M+VB
Hodonín, Vančurova	3.ABC	63	9.40 – 11.10	VB
Prušánky	2. + 3.	68	11.20 – 12.50	

M + VB – malý a velký bazén

MB – malý bazén

VB – velký bazén

Děkuji a přeji hezký den



Učivo základní plavecké výuky

Učivo je určeno žákům 2. popřípadě 3. třídy (první část povinné výuky)

1. **Hygiena plavání** – vštěpovat žákům hygienické zásady, vytvářet hygienické návyky :
 - vybavení dětí na výuku plavání, základní hygiena před vstupem do bazénu
 - sprchování a otužování, sušení
 - smluvené signály pro dorozumívání v prostředí bazénu
 - zásady bezpečnosti při plavání a při pohybu v areálu bazénu
2. **Adaptace na vodní prostředí** - formou her postupně a nenásilně adaptovat žáky na vodní prostředí, učit žáky nebát se vody. Postupně získávat důvěru v instruktora plavání, podporovat přirozený pohyb ve vodě – chůzi, lezení, poskoky běh, napodobivé činnosti atd.
3. **Základní plavecké dovednosti** - učit žáky popsaným základním plaveckým dovednostem :
 - orientace ve vodě - spojená s ponořením a potápěním, potopení obličeje a postupné otevírání očí, přetočení ve vodě podél osy těla, lovení předmětů z přiměřené hloubky, kotouly ve vodě, proplouvání kruhy apod.
 - plavecká poloha – splývání – vznášení ve vodě, splývání v obou polohách – na břiše a na zádech, splývání s pomůckami, splývání se zadrženým dechem, splývání s výdechem do vody, splývání s odrazem od stěny, splývání bez pomůcek
 - plavecké dýchání – mytí obličeje s výdechem do rukou, výdechy do hladiny, bublání do vody, výdechy s potopením obličeje, dlouhý postupný výdech, výdech s pohybovým úkolem, opakované výdechy do vody při různých pohybových činnostech
 - skoky a pády do vody – skoky a pády do vody z nízkých poloh, ze sedu, dřepu a podřepu, ze stoje, skok po hlavě z nízké polohy
4. **Zvládnout základy jednoho plaveckého způsobu** a uplavat min. 25 metrů, reagovat na pohyb jiného plavce, mít schopnost dosáhnout okraje bazénu z kteréhokoliv místa bazénu.
5. **Bezpečnost** – naučit žáky přivolat záchranu a seznámit je s bezpečnostními zásadami plavání v přírodě.
6. **Základní metoda** – metoda smíšená.

Učivo základní plavecké výuky

Učivo je určeno žákům 3. popřípadě 4. tříd ZŠ (druhá část povinné výuky)

1. **Hygiena plavání** - upevňovat základní hygienické návyky
 - fyzická a psychická připravenost na výuku plavání
 - vybavení žáků na výuku plavání
 - základní hygiena před vstupem do bazénu a po skončení výuky
 - sprchování, otužování a sušení
 - smluvené signály pro dorozumívání v prostředí bazénu
 - zásady bezpečnosti při plavání a pohybu v areálu bazénu
2. **Základní plavecké dovednosti** - výuka dvou plaveckých způsobů v kombinaci prsa – znak, kraul – znak. Volba prvního plaveckého způsobu prsa nebo kraul se řídí dispozicemi a pohybovými schopnostmi žáků. Cílem je uplavat alespoň 25m jedním způsobem a 10m druhým způsobem
 - splývání v obou polohách a po skoku do vody
 - dýchání – opakované, pravidelné výdechy do vody bez pohybu, při prvkovém plavání až po dýchání při souhře
 - skoky a pády do vody z okraje bazénu, se zvýšeného okraje a ze startovních bloků, nácvik jednoduchého startovního skoku z okraje bazénu
 - orientace ve vodě spojená s ponořením a potápěním, potopení obličeje a otevření očí, přetočení ve vodě podél osy těla, lovení předmětů a pod.
3. **Jednoduché prvky sebezáchrany** - využít znakových prvků, plavání na boku, přivolání pomoci, seznámit žáky se zásadami plavání ve volné přírodě.
4. **Základní metoda výuky** - metoda smíšená