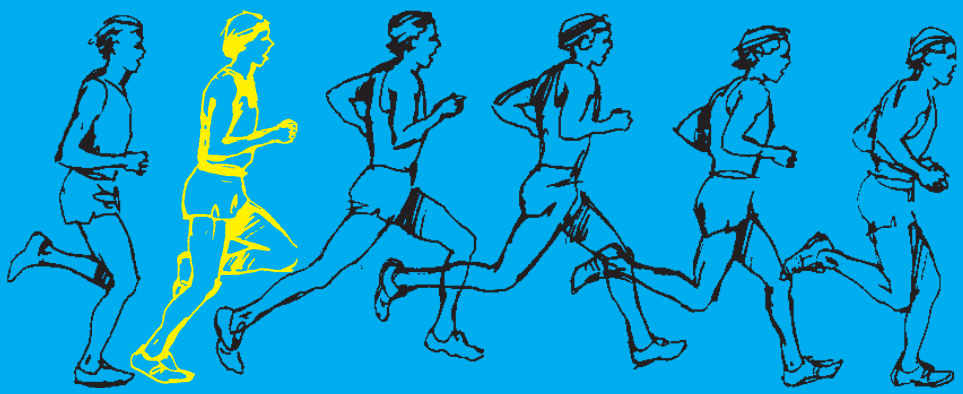
ČESKÁ KINANTROPOLOGIE

ROČNÍK 30

ČASOPIS ČESKÉ KINANTROPOLOGICKÉ SPOLEČNOSTI



1–4 26

ČESKÁ

KINANTROPOLOGIE

Vydává Česká kinantropologická společnost
Published by Czech Kinanthropology Association

Šéfredaktor/Editor in Chief: prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
Zástupce šéfredaktora/Deputy Editor: Mgr. Tomáš Polívka, Ph.D.

Redakční rada/Editorial Board:

Předseda/Chairman: prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D., Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Praha

členové/Members:

doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
doc. PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D., Univerzita J. E. Purkyně Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta
prof. Ing. Václav Bunc, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
doc. Mgr. Ladislav Čepička, Ph.D., Západočeská univerzita v Plzni, Pedagogická fakulta
doc. PhDr. Josef Dovalil, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
prof. PaedDr. Ludmila Fialová, Ph.D.
Mgr. Zdeněk Hamřík, Ph.D., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
prof. MUDr. Jan Heller, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
prof. PhDr. Ivo Jirásek, Ph.D., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
doc. PhDr. Vladimír Jůva, CSc., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc., VŠTVS Palestra, Praha
doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
doc. PhDr. Vilma Novotná, Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
doc. Mgr. Jiří Nykodým, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
prom. trenér Přemysl Panuška, Český veslařský svaz
doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
prof. MUDr. Ladislav Pyšný, CSc., Univerzita J. E. Purkyně Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta
doc. PaedDr. Aleš Suchomel, Ph.D., Technická univerzita v Liberci, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická
doc. PhDr. Zbyněk Svozil, Dr., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc. Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta
doc. RNDr. Jiří Zháněl, Dr., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
doc. Mgr. Martin Zvonař, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií

Zahraniční členové/Foreign Members

prof. Dr. Lubomir Bilek, St. Francis Xavier University, Kanada
prof. Dr. Alexander Ferrauti, Ruhr-Inoversität Bochum, Fakultät für Sportwissenschaft
univ. prof. Dr. Ulrich Hartmann, Universität Leipzig, Sportwissenschaftliche Fakultät
prof. PaedDr. Ľudmila Jančoková, CSc., Univerzita Mateja Bela Banská Bystrica, Filozofická fakulta
prof. Dr. Darlene Kluka, PhD., Barry University, Miami Shores, Florida, USA
prof. Dr. Roland Naul, PhD., University Münster, Germany
prof. PaedDr. Martin Pupiš, PhD., Univerzita Mateja Bela Banská Bystrica, Filozofická fakulta
prof. Mgr. Marián Vanderka, PhD., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
prof. Dr. Zbigniew Waśkiewicz, PhD., Akademia Wychovania Fizycznego, Katovice, Polsko
prof. Dr. Weimo Zhu, PhD., University of Illinois at Urbana-Champaign, USA

Redakce/Editorial Office

Sekretariát/Secretary: PaedDr. Lada Novotná
Grafická úprava/Layout: František Serbus, Ing. Otmar Souček

Návrh obálky/Cover Design: doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc., Mgr. Jakub Kučera

Obsah časopisu i celé texty jsou uveřejněny na internetu www.ceskakinantropologie.cz
Journal is cited in database ERIH+, SPOLIT and database BMČ.
Contents of the journal and abstracts are published on the Internet www.ceskakinantropologie.cz
© Česká kinantropologická společnost, 2026
ISSN 1211-9261 **Ev. č. MK ČR E 21191**

ČESKÁ KINANTROPOLOGIE

2026, vol. 30, no. 1–4

Časopis České kinantropologické společnosti vychází s finanční podporou AV ČR.

Journal of the Czech kinanthropological society is published with financial support of AV CR .

Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

vydává Česká kinantropologická společnost.

Časopis Česká kinantropologie je recenzovaný vědecký časopis zaměřený na kinantropologii. Publikuje příspěvky o výsledcích výzkumu z oblasti teorie, empirického výzkumu a metodologie. Cílem je podporovat rozvoj vědeckého poznání záměrné pohybové činnosti, její struktury a funkcí a jejích vztahů k rozvoji člověka jako biopsychosociálního individua.

Nabídka rukopisů
Redakce přijímá původní výzkumné práce, teoretické studie, přehledové studie, stručné zprávy z odborných akcí (konference, semináře apod.), recenze nových knih a informace o akcích České kinantropologické společnosti v českém (popř. slovenském) jazyce, od zahraničních autorů v anglickém jazyce.
Rukopis dodejte elektronicky do systému na adrese **www.ceskakinantropologie.cz** nebo e-mailem: **ceskakinantropologie@seznam.cz**. Na závěr textu uveďte úplnou kontaktní adresu včetně e-mailové adresy.

Rukopis musí obsahovat název, jména autorů, souhrn s klíčovými slovy v češtině (15–20 řádků), název stati, souhrn a klíčová slova v angličtině, vlastní text, abecední seznam literatury, kontaktní údaje. Bibliografické odkazy musí být úplné a odpovídat požadavkům našeho časopisu. Rukopisy musí používat velikost písma12 a řádkování 1,5. Stati by neměly přesahovat 12 – 15 normostran (tj. 5000 slov, recenze 3 normostrany, zprávy a informace 2 normostrany). Pro grafy a obrázky vyžadujeme zdrojové soubory (soubor, v němž byly vytvořeny, grafy nejlépe v programu Excel, obrázky ve formátu TIF, JPG nebo EPS). Redakce provádí jazykovou úpravu textu.

Recenzní řízení je oboustranně anonymní dvěma nezávislými recenzenty. Redakce si vyhrazuje právo anonymizace textu, tj. odstranění údajů usnadňujících identifikaci autorů předtím, než text postoupí do recenzního řízení. Nabídnout rukopis jinému časopisu, zatímco je posuzován naším časopisem, je považováno za neetické. Autoři budou vyrozuměni o výsledku recenzního řízení a instruováni o případných změnách.

Podrobné pokyny pro autora jsou uveřejněny na internetu: www.ceskakinantropologie.cz

Adresa redakce: Česká kinantropologie,
José Martího 31, 162 52 Praha
Telefon: (+420) 220 172 062
E-mail: ceskakinantropologie@seznam.cz

Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

by Czech Kinanthropology Association.

Journal Česká kinantropologie is reviewed scholarly journal that focuses on kinanthropology. It publishes papers about results of theoretical, empirical and methodological research. The objective is to endorse scientific development of the intentional physical movement, its structure and functions as well as its connections to development of men as bio-psycho-sociological entity.

Manuscript submission
The editors accept original empirical research papers, theoretical studies, short news about conferences and workshops, reviews of new books and information about proceedings of Czech Kinanthropology Association in Czech (eventually in Slovak) language or in English language from foreign authors. Add the manuscript to the system in the electronic form at the address: **www.ceskakinantropologie.cz** or via e-mail: **ceskakinantropologie@seznam.cz**. The end should contain complete information, including contact address and e-mail address.

Manuscript must contain title, name of authors, abstract with key words in Czech language (15–20 lines), title, abstract and keywords in English language, text of the article, alphabetical list of references for literature cited in the text, contact data. Bibliographic references must be fully defined and correspond to Journal standards. Manuscripts must use font size 12 and 1,5 space. The maximum length of original research papers is 12–15 pages (about 5000 words), review 3 pages and information 2 pages. Please submit all tables, graphs and illustrations as separate files in the format, in which they were created, with graphs preferably in Excel and illustrations preferably in TIF, JPG or EPS. The editors review and edit the text.

The editorial review process is anonymous on both sides. The editors reserve the right to ensure the anonymity of the text's content, i.e. to eliminate any information or data that could facilitate identification of the author, before submitting the text to the review process. Submission of a manuscript to another journal while it is under review by the Journal Česká kinantropologie is considered unethical. Review guideline and full guidelines for authors are on the Internet: www.ceskakinantropologie.cz

Address: Česká kinantropologie,
José Martího 31, 162 52 Praha, Czech Republic
Phones: (+420) 220 172 062
E-mail: ceskakinantropologie@seznam.cz

© Česká kinantropologická společnost, 2026 CK

2026, vol. 30, no. 1–4

ČESKÁ
KINANTROPOLOGIE

OBSAH

POLÍVKA, T., SUCHÝ, J. Úvodem 5

BEDNÁŘ, M., JELÍNEK, M., JR. Etická a hodnotová dimenze koučinku 7

PERIČ, T., HRŮŠA, P., SUCHÝ, J. From vertical pyramids to age-specific coaching qualifications: A comparative analysis of entry-level coach education reforms across six sports in the Czech Republic 17

KYSEL, P., VECHETOVÁ, T. Role trenérů ve včasné diagnostice, prevenci a zvládání RED-S 28

FLEMR, L., NOVOTNÁ, A. Edukativní potenciál olympijské výchovy pro děti a mládež 42

KUPILÍK, M., JANDOVÁ, S. Assessment of selected components of physical literacy in primary school pupils using the alpha test battery 55

ŠÁLKOVÁ, T., JANDOVÁ, S. Effect of an eight-week plyometric training program on explosive performance and acceleration in adolescent female basketball players 62

POLÍVKA, T., ŠKOPEK, M. Comparison of physiological demands in elite floorball players based on heart rate analysis during competitive matches 72

POLÍVKA, T., ŠTROSS, O., NECHVÁTAL, J. A historical study of the Sokol Association in Libčice nad Vltavou 1909–1953 83

ŠTUMBAUER, J. Příspěvek k historii našeho plavání, plaveckých bazénů a vybraných koupališť v meziválečném období. 102

2026, vol. , no. 1–4

CZECH
KINANTHROPOLOGY

CONTENT

POLIVKA, T., SUCHÝ, J. Foreword. 5
BEDNÁŘ, M., JELÍNEK, M., JR. The ethical and value dimension of coaching... 7
PERIČ, T., HRŮŠA, P., SUCHÝ, J. From vertical pyramids to age-specific coaching qualifications: A comparative analysis of entry-level coach education reforms across six sports in the Czech Republic. 17
KYSEL, P., VECHETOVÁ, T. The role of coaches in early diagnosis, prevention, and management of RED-S 28
FLEMR,L., NOVOTNÁ, A. The educational potential of olympic education for children and youth..... 42
KUPILÍK, M., JANDOVÁ, S. Assessment of selected components of physical literacy in primary school pupils using the alpha test battery. 55
ŠÁLKOVÁ, T., JANDOVÁ, S. Effect of an eight-week plyometric training program on explosive performance and acceleration in adolescent female basketball players 62
POLÍVKA, T., ŠKOPEK, M. Comparison of physiological demands in elite floorball players based on heart rate analysis during competitive matches 72
POLÍVKA, T., ŠTROSS, O., NECHVÁTAL, J. A historical study of the Sokol Association in Libčice nad Vltavou 1909–1953 83
ŠTUMBAUER, J. A contribution to the history of swimming, swimming pools and selected bathing facilities in interwar Czechoslovakia 102

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 5–6

ÚVODEM

FOREWORD

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

předkládané vydání časopisu Česká kinantropologie tematicky propojuje několik aktuálních oblastí současného kinantropologického výzkumu, které spojuje společný zájem o člověka v kontextu pohybové aktivity, sportu, vzdělávání a výchovy.

Současné pojetí trenérství významně překračuje rámec organizace tréninkového procesu, neboť trenér současně vystupuje jako pedagog, mentor, manažer i facilitátor učení a významně se tedy podílí nejen na sportovním výkonu, ale také osobnostním rozvoji svých svěřenců. Právě z tohoto důvodu jsme jako první článek tohoto vydání zařadili studii zaměřenou na etickou a hodnotovou dimenzi koučinku. Na tento text tematicky navazuje příspěvek věnovaný proměnám systémů základního trenérského vzdělávání ve sportovních svazech. Aktuální diskuse o podobě trenérské přípravy, její profesionalizaci a efektivitě vzdělávacích programů představuje jeden z klíčových předpokladů dalšího rozvoje organizovaného sportu. Význam trenéra jako klíčové osobnosti sportovní přípravy dále potvrzuje článek věnovaný problematice syndromu relativního energetického deficitu ve sportu (RED-S). Prevence i intervence v této oblasti jsou podmíněny nejen spoluprací se zdravotníky, ale rovněž informovaností a kompetencemi trenérů, kteří jsou klíčoví pro včasnou diagnostiku.

Studie zaměřená na edukativní potenciál olympijské výchovy připomíná aktuálnost hodnotového rozměru sportu v době, kdy jsou ve společnosti diskutovány otázky vzájemného respektu, tolerance, spolupráce a odpovědnosti. Olympismus je v tomto kontextu nahlížen nikoli pouze jako historický či institucionální konstrukt, ale relevantní pedagogický rámec s významným potenciálem podporovat komplexní rozvoj osobnosti dětí a mládeže.

Empirickou část tohoto vydání následně reprezentují studie zaměřené na pohybovou gramotnost žáků základních škol, efekt plyometrického tréninku u basketbalistek a analýza srdeční frekvence při utkání ve florbalu. Tyto výzkumy potvrzují význam diagnostiky a současně zdůrazňují potřebu evidence-based přístupů při plánování sportovního tréninku a realizaci pohybových programů.

Tradiční součástí našeho časopisu jsou historicky orientované studie. Tentokrát je pozornost věnována dějinám jednoty Sokol v Libčicích nad Vltavou a historii plavání, plaveckých bazénů a vybraných koupališť v meziválečném období. Historický výzkum je podle našeho důležitý, protože současnou podobu sportu, tělesné výchovy a pohybové kultury nelze plně pochopit bez znalosti jejich společenských, kulturních a hodnotových kořenů.

PhDr. Petra Krásová, Ph.D., která dlouhodobě zásadně přispívala k odbornému rozvoji časopisu ve funkci zástupkyně šéfredaktora, ukončila na vlastní žádost své působení v této pozici. Za její dlouhodobou a odpovědnou práci, která výrazným způsobem spoluutvářela podobu a odbornou úroveň časopisu, jí upřímné děkujeme!

V návaznosti na probíhající diskusi o dalším směřování časopisu, jmenoval Výkonný výbor České kinantropologické společnosti do funkce zástupce šéfredaktora Mgr. Tomáše Polívku, Ph.D., který se intenzivně podílel na přípravě tohoto vydání.

Závěrem tradičně děkujeme všem autorům za jejich články a recenzentům za náročnou a odpovědnou práci, která je základním předpokladem odborné kvality časopisu. Poděkování patří rovněž Ing. Otmaru Součkovi za jazykové korektury a Františku Serbusovi za grafické zpracování.

Mgr. Tomáš Polívka, Ph.D.
zástupce šéfredaktora

prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
šéfredaktor

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 7–16

ETICKÁ A HODNOTOVÁ DIMENZE KOUČINKU

THE ETHICAL AND VALUE DIMENSION OF COACHING

MILOŠ BEDNÁŘ[1,2], MARIAN JELÍNEK JR.[3]

[1] Katedra společenskovědního základu v kinantropologii, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

[2] Vysoká škola NEWTON

[3] Katedra telesnej výchovy a športu, Pedagogická fakulta, Katolícka univerzita v Ružomberku

SOUHRN

Předložená studie navazuje na analýzu podstaty koučinku publikovanou v časopise Česká kinantropologie a soustředí se na jeho dosud méně rozpracovanou etickou a hodnotovou dimenzi. Cílem je vymezit étos koučinku, kriticky posoudit možnosti a limity profesních etických kodexů a ukázat roli svědomí v rozhodování kouče i koučovaného. Studie má teoreticko-interpretační povahu. Využívá hermeneutickou interpretaci odborné literatury a komparativní analýzu aktuálních normativních dokumentů International Coaching Federation, Global Code of Ethics a interního návrhu kodexu programu Mentální koučink ve sportu a businessu na NEWTON University. Výsledkem je pojetí étosu koučinku jako vnitřně přijatého a v praxi uskutečňovaného hodnotového a etického rámce, který propojuje profesní normy, sdílené hodnoty a osobní svědomí. Tento rámec má chránit důstojnost a autonomii klienta, orientovat rozhodování v situacích, jež nelze předem plně kodifikovat, a udržovat důvěryhodnost koučovacího vztahu. Za stěžejní považujeme hodnoty lidskosti, odpovědnosti, integrity, důvěry, respektu, empatie a autenticity; rozvojově se uplatňují rovněž odvaha, resilience a excelence. Etický kodex poskytuje společné minimum a rámec profesní odpovědnosti, nemůže však nahradit praktický úsudek, reflexi, supervizi ani kultivované svědomí. Na základě syntézy navrhujeme doplněnou definici koučinku a třífázový rámec implementace etických nástrojů do koučovací praxe.

Klíčová slova: etika, étos koučinku, hodnoty, etické kodexy, svědomí

ABSTRACT

This study follows up on an analysis of the essence of coaching published in Česká kinantropologie and focuses on its still underdeveloped ethical and value dimension. Its aims are to define the ethos of coaching, critically assess the possibilities and limits of professional codes of ethics, and explain the role of conscience in the decision-making of both coaches and coachees. The study is theoretical and interpretive. It combines a hermeneutic interpretation of the relevant literature with a comparative analysis of current normative documents issued by the International Coaching

Federation, the Global Code of Ethics, and an internal draft code for the Mental Coaching in Sport and Business programme at NEWTON University. The resulting concept understands the ethos of coaching as an internally accepted and practically embodied value and ethical framework that integrates professional norms, shared values, and personal conscience. Its purpose is to protect the client's dignity and autonomy, guide decisions in situations that cannot be fully codified in advance, and sustain the trustworthiness of the coaching relationship. Humanity, responsibility, integrity, trust, respect, empathy, and authenticity are identified as central values, while courage, resilience, and excellence have an important developmental role. A code of ethics provides a common minimum and a framework for accountability, but it cannot replace practical judgement, reflection, supervision, or a cultivated conscience. The synthesis leads to an expanded definition of coaching and a three-stage framework for implementing ethical instruments in coaching practice.

Key words: ethics, coaching ethos, values, codes of ethics, conscience

ÚVOD

Koučink se během posledních desetiletí rozšířil ze sportu do managementu, vzdělávání, osobního rozvoje a dalších oblastí. S růstem jeho společenského významu však narůstá také potřeba přesněji vymezit profesní odpovědnost kouče. V předchozí studii jsme podali přehled hlavních podob koučovací praxe, kriticky interpretovali pokusy o stanovení podstaty koučinku a navrhli definici, která zohledňuje přesah časově omezeného koučovacího procesu do dlouhodobého osobnostního rozvoje (Bednář & Jelínek jr., 2025a). Již tehdy se ukázalo, že samotný popis metod a kompetencí nestačí. Koučink je vztahovou praxí, v níž se pracuje s důvěrou, zranitelností, ambicemi, hodnotovými konflikty i s mocenskou asymetrií mezi profesionálem a klientem. Proto potřebuje vedle metodického také hodnotové a etické zakotvení.

Etická otázka nevstupuje do koučinku až ve chvíli, kdy dojde k porušení pravidla. Je přítomna při uzavírání kontraktu, stanovování cílů, zacházení s důvěrnými informacemi, rozlišování zájmů klienta a zadavatele, práci s hranicemi kompetence i při rozhodnutí spolupráci ukončit nebo klienta odkázat na jinou profesi. Brennan a Wildflower (2010) proto považují etiku za průřezovou součást profesionálního koučování, nikoli za izolovaný dodatek k technikám. Podobně profesní organizace začleňují etické jednání mezi základní kompetence kouče a propojují je s certifikací, vzděláváním a disciplinárními postupy.

Normativní dokumenty ovšem zachycují jen část etické skutečnosti. Nemohou předvídat všechny situace a jejich účinnost závisí na tom, zda jsou hodnoty skutečně internalizovány a zda existují srozumitelné postupy pro řešení dilemat a stížností. Pro individualizovanou praxi koučinku je proto důležitý také fenomén svědomí: schopnost rozpoznat morální význam situace, rozhodnout se a vlastní jednání následně kriticky hodnotit. Svědomí přitom nechápeme jako neomylný soukromý hlas, který stojí nad právem a profesními standardy. Je korektivem a integračním činitelem, jehož úsudek má být kultivován dialogem, vzděláváním, reflexí a supervizí.

Text rozvíjí pojem étosu, jenž umožňuje spojit tři roviny: hodnoty vyjadřující žádoucí orientaci, etické kodexy stanovující společné profesní minimum a svědomí jako osobní instanci rozhodování. Takto chápaný étos nespočívá pouze v deklaraci toho, k čemu se profese hlásí, ale v důvěryhodném způsobu, jakým své hodnoty uskutečňuje v každodenní praxi.

CÍLE

Hlavním cílem studie je prostřednictvím analýzy hodnotové a etické dimenze vymezit étos koučinku a začlenit jej do teoretického rámce i definice koučinku. Dílčími cíli jsou: (1) objasnit vzájemný vztah hodnot, profesních norem a svědomí; (2) porovnat hodnotové zakotvení, rozsah odpovědnosti a sankční mechanismy ve vybraných současných kodexech; (3) navrhnout praktický rámec, v němž mohou být etické nástroje uplatňovány před zahájením, v průběhu i po skončení koučovacího procesu.

METODIKA

Studie má teoreticko-interpretační charakter. V první části používáme hermeneutickou metodu, která pracuje s předporozuměním, významovým kontextem a kritickou interpretací filosofických, psychologických, kinantropologických a profesně-etických zdrojů. Nesnažíme se rekonstruovat úplné dějiny etiky; vybíráme pojmy a koncepce, které jsou funkční pro porozumění hodnotově zatíženým situacím v koučinku.

V dokumentové části porovnáváme tři normativní rámce: Etický kodex International Coaching Federation (dále ICF) účinný od 1. dubna 2025, Global Code of Ethics ve verzi 4 aktualizované v prosinci 2025 a interní návrh Etického kodexu studenta programu „Mentální koučink ve sportu a businessu“ z června 2025. Komparace se soustředí na deklarované hodnoty, okruh chráněných vztahů, práci s důvěrností a střetem zájmů, profesní rozvoj, kontrolní mechanismy a možné sankce. Veřejné dokumenty zachycujeme ve znění dostupném k 4. září 2026. Interní dokument analyzujeme jako návrh, nikoli jako veřejně vyhlášenou a sankčně vymahatelnou normu.

Výsledná syntéza propojuje teoretické poznatky s požadavky profesní praxe. Jelikož studie nezkoumá skutečné chování koučů ani účinnost kodexů empirickými metodami, její závěry je třeba chápat jako konceptuální rámec a východisko pro následný výzkum.

TEORETICKÝ KONTEXT

ETIKA, ÉTOS A HODNOTY

Etika je teoretickou reflexí morálky a lidského jednání z hlediska dobra, zla, povinností, práv, ctností a důsledků. V praktickém životě působí vedle práva a společenských zvyklostí jako regulátor mezilidských vztahů (Anzenbacher, 2001; Hlavinka, 2014; Vaněk, 2010). Právo stanovuje vynutitelné minimum, zatímco etika klade širší otázku, co je v konkrétní situaci správné, odpovědné a důstojné. V profesní praxi se obě roviny doplňují: legální jednání nemusí být samo o sobě eticky dostatečné a dobrý úmysl nezbavuje profesionála povinnosti respektovat zákon.

Slova etika a étos mají společný původ v řeckém ethos, tedy ve zvyku, obyčeji či mravu. Jejich dnešní význam však není totožný. Etika označuje systematické tázání po správném jednání, zatímco étos vyjadřuje žitou hodnotovou a mravní orientaci jednotlivce nebo společenství. Étos jednotlivce specifikuje teolog Hans Küng jako vnitřní mravní postoj (Küng, 2000). Na úrovni společenství zahrnuje étos sdílené hodnoty, ideály, normy, ustálené způsoby rozhodování a představu o tom, jaký člověk má danou roli vykonávat. O étosu lze proto mluvit jen tehdy, jestliže jsou deklarované principy přítomny v kultuře a jednání, nejen v případných kodifikovaných textech. Küng (tamtéž) obdobně ukazuje, že společný étos nevzniká pouhým soupisem zákazů, nýbrž vyžaduje sdílené základní závazky, které mohou orientovat jednání napříč odlišnými prostředími.

Hodnoty představují relativně trvalé orientační body, podle nichž lidé a instituce posuzují cíle, prostředky i důsledky jednání. Mohou fungovat jako normy, žádoucí cíle, vlastnosti jednajícího nebo kvality vztahů (Dorotíková, 1998). V koučinku je toto rozlišení podstatné. Výkon či úspěch může být cílovou hodnotou, integrita vlastností kouče, respekt kvalitou vztahu a důvěrnost normou jeho chování. Hodnoty přitom nejsou zaměnitelné s osobními preferencemi. Profesní hodnota zavazuje i tehdy, kdy její naplnění není pohodlné nebo výhodné.

Etický význam hodnot se ukazuje zejména při jejich střetu. Autonomie klienta může být v napětí s povinností předcházet újmě, loajalita vůči zadavateli s důvěrností vůči koučovanému a orientace na výkon s péčí o dlouhodobé zdraví. Úkolem kouče není hodnotový konflikt zakrýt technikou, ale učinit jej předmětem uvážlivé reflexe. Právě zde se z obecného seznamu hodnot stává praktický étos.

Kohlbergův model morálního vývoje připomíná, že motivace k jednání může postupovat od vyhýbání se trestu přes konformitu až k orientaci na obecné principy (Kohlberg, 1964; Heidbrink, 1997). Na úrovni organizací obdobně Reidenbach a Robin (1991) rozlišují fáze od jednostranné orientace na zisk přes pouhé dodržování práva až po integraci etických principů do rozhodování a organizační kultury. Přestože jsou oba modely zjednodušující, nabízejí důležitou analogii: kodex plní svou funkci teprve tehdy, když se jeho hodnoty promítnou do úsudku, pracovních návyků a institucionálních procesů.

SVĚDOMÍ JAKO VNITŘNÍ REGULAČNÍ INSTANCE

Myšlenka vnitřní instance, která člověka zastavuje, vyzývá nebo hodnotí, provází evropské myšlení od antiky. Sokratovo daimonion představovalo varovný hlas vstupující do rozhodování. Cicero spojoval conscientia s vědomím povinnosti a s hodnocením vlastního jednání (Cicero, 1970). Seneca doporučoval každodenní sebereflexi, při níž člověk zkoumá své činy, motivy a opomenutí (Seneca, 1969). Tím se vedle rozhodování před činem zřetelně objevuje také hodnocení po činu (conscientia consequens).

Tomáš Akvinský rozlišil vrozenou orientaci rozumu k dobru a svědomí jako aplikaci poznání na konkrétní jednání. Důležitý je jeho závěr, že svědomí zavazuje, ale může se mýlit, zejména je-li úsudek založen na nesprávném poznání (Akvinský, 2010). Tato dvojí povaha je pro koučink zásadní. Odvolání na vlastní přesvědčení nemůže samo o sobě ospravedlnit porušení profesní kompetence, důvěrnosti nebo hranic vztahu. Svědomí potřebuje informovanost a kultivaci.

Heidegger chápe volání svědomí jako výzvu k autentickému převzetí vlastních možností a odpovědnosti (Heidegger, 2018). Frankl je označuje za „orgán smyslu“: schopnost zachytit jedinečný smysl konkrétní situace, který nelze odvodit z univerzálního návodu (Frankl, 2021). Obě pojetí se dotýkají jádra koučovací práce. Kouč nemá za klienta rozhodnout, ale má podporovat takové porozumění situaci, v němž klient převezme autorství a odpovědnost za svou volbu.

V kinantropologickém kontextu bylo svědomí rozpracováno jako zdroj vnitřní motivace a protiváha vnější disciplinace pravidly (Bednář, 2009, 2011, 2012). Ve sportu i koučinku vznikají situace, v nichž rozhodnutí nelze odložit a psaná norma neposkytuje jednoznačnou odpověď. Svědomí zde může mobilizovat zkušenost, citlivost k druhému a praktický rozum. Po skončení situace pak umožňuje reflexi, přiznání chyby a nápravu.

Svědomí však není samostatnou náhradou profesní etiky. Je subjektivní, podléhá sebeklamu, loajalitám i slepým místům. Za zralé je lze považovat tehdy, když je ochotné nechat se korigovat fakty, právem, kodexem, dialogem s klientem, kolegiální konzultací a supervizí. Pro koučink proto navrhujeme chápat svědomí jako poslední osobní instanci odpovědnosti, nikoli jako poslední zdroj pravdy. Jeho úkolem je aktivovat etickou pozornost tam, kde by mechanické splnění pravidla mohlo zakrýt smysl situace.

ETICKÉ KODEXY: MOŽNOSTI, LIMITY A SANKCE

Etický kodex převádí obecné hodnoty do očekávaných standardů profesního jednání. Vymezuje odpovědnost k relevantním aktérům, například ke klientům, zadavatelům, kolegům, vzdělávacím institucím, profesní organizaci a veřejnosti. V koučinku má zvláštní význam trojstranný vztah kouč – koučovaný – zadavatel, v němž je třeba již v kontraktu stanovit cíl, role, nakládání s informacemi a limity důvěrnosti.

Kodex přináší několik typů užitku. Vytváří společný slovník profese, orientuje rozhodování, informuje klienta o legitimních očekáváních, podporuje vzdělávání a poskytuje základ pro projednání stížností. U profesí bez jednotné zákonné regulace může certifikace spojená s kodexem posílit důvěryhodnost a samoregulaci. Srozumitelná pravidla rovněž snižují transakční nejistotu a pomáhají předcházet konfliktům (Seknička et al., 1997; Bláha & Dytrt, 2003).

Kodexy mají zároveň strukturální limity. Bývají příliš obecné, přebírají formulace od jiných organizací, směšují právní povinnost s profesním ideálem nebo slouží především jako reputační deklarace. Mohou vytvářet iluzi, že etika je vyřešena podpisem dokumentu. Ani podrobný kodex nemůže zachytit všechny kulturní odlišnosti, nové technologické situace nebo konflikty rolí. Přílišná kazuistika navíc podporuje otázku „co ještě není zakázáno“ namísto otázky „co je správné“.

Účinnost kodexu proto závisí na jeho institucionálním zakotvení. Potřebuje dostupný výklad, vzdělávání na případových studiích, bezpečný způsob konzultace, transparentní a nestranné projednávání stížností a přiměřené důsledky. Sankce mohou postupovat od upozornění a povinného vzdělávání přes mentoring či supervizi až k pozastavení či ukončení členství nebo odnětí profesní certifikace. Jejich cílem nemá být veřejné zostuzení ani konkurenční boj, ale ochrana klienta, náprava, prevence opakování a důvěryhodnost profese. Proces musí respektovat proporcionalitu, možnost vyjádření dotčeného a odvolání.

Z výše uvedeného plyne, že kodex stanovuje potřebné minimum, ale étos představuje náročnější maximum profesní aspirace. Zatímco sankce odpovídá na otázku, co se stane po porušení normy, étos orientuje jednání ještě předtím, než je vnější kontrola zapotřebí.

VÝSLEDKY A DISKUSE

HODNOTOVÉ ZAKOTVENÍ KOUČINKU

Koučink čerpá z prostředí, v nichž se uplatňuje. V managementu vstupují do popředí odpovědnost, integrita, transparentnost a vztah k zainteresovaným stranám; ve sportu excelence, férovost, respekt, odolnost a práce s výkonem. Přenos hodnot však není automatický. Výkon může podporovat rozvoj, ale také legitimizovat manipulaci nebo přehlížení zdraví. Soutěživost může aktivovat úsilí, ale bez férovosti narušuje důvěru. Hodnotové zakotvení proto musí rozlišovat nejen žádoucí cíle, nýbrž také přijatelné prostředky a dopady na člověka.

Pro kinantropologii je sportovní kontext významný tím, že názorně ukazuje rozdíl mezi hodnotami proklamovanými a uskutečňovanými. Fair play je konstituováno hodnotami dobra, pravdy, spravedlnosti, respektu a solidarity, jejichž naplnění vyžaduje více než formální dodržení soutěžních pravidel (Council of Europe, 2010; Bednář, 2023). Výzkum hodnot v českém basketbalovém koučování navíc ukázal převahu výkonových a vztahových hodnot, zatímco explicitní morální hodnoty se v odpovědích trenérů objevovaly méně často (Crossan & Bednář, 2018). Nelze z toho vyvozovat, že se trenéři chovali neeticky; lze však doložit rozdíl mezi implicitním a výslovným hodnotovým jazykem. Pro profesní koučink z toho plyne potřeba hodnoty nejen žít, ale také je pojmenovat, reflektovat a vztahovat ke konkrétním rozhodnutím.

Aktuální ICF Code of Ethics propojuje etické standardy se čtyřmi základními hodnotami: profesionalitou, spoluprací, lidskostí a rovností. Profesionalitu dále spojuje s odpovědností, respektem, integritou, kompetencí a excelencí (International Coaching Federation, 2025). Global Code of Ethics ve verzi 4 staví na integritě, odvaze, respektu, odpovědnosti a úsilí přinášet pozitivní změnu (Global Code of Ethics, 2025). Průnik obou rámců tvoří zejména odpovědnost, integrita a respekt. ICF nadto výrazně akcentuje lidskost a rovnost; Global Code připomíná odvahu jednat eticky i v nepohodlné situaci.

K těmto institucionálně deklarovaným hodnotám přidáváme hodnoty, které vznikají ve vztahu a podmiňují jeho funkčnost. Důvěra umožňuje klientovi otevřeně pracovat s nejistotou a selháním. Empatie podporuje porozumění jeho perspektivě, nesmí však rušit profesní hranice. Autenticita znamená soulad komunikace a jednání, nikoli neomezené sebeodhalování kouče. Kredibilita není izolovanou ctností, ale výsledkem dlouhodobé konzistence mezi kompetencí, slibem a praxí. Resilience a excelence mají rozvojovou funkci, nesmějí se však proměnit v imperativ nepřetržitého výkonu. V pomáhajících profesích je lidský vztah součástí odborné práce (Kopřiva, 2016); právě proto potřebuje jasné hranice a odpovědnost.

Navrhujeme rozlišovat tři vzájemně propojené vrstvy hodnot koučinku:

1. **Zakládající hodnoty:** lidská důstojnost a lidskost, autonomie, odpovědnost a integrita. Určují, proč a v čí prospěch se koučink uskutečňuje.
2. **Vztahové hodnoty:** důvěra, respekt, empatie, autenticita, spravedlivé zacházení a důvěrnost. Určují kvalitu koučovacího vztahu.

3. **Rozvojové hodnoty:** odvaha, resilience, spolupráce, kompetence a excelence. Orientují proces změny a profesní růst.

Hierarchie neznamená, že rozvojové hodnoty jsou nedůležité. Vyjadřuje, že výkon, resilience či excelence jsou eticky přijatelné jen tehdy, slouží-li důstojnosti a autonomii člověka a jsou-li uskutečňovány v důvěryhodném vztahu.

ETICKÉ KODEXY V KOUČINKU

Etický kodex ICF účinný od 1. dubna 2025 je členěn do pěti částí a dodatku. Vedle účelu, hodnot a závazků vymezuje standardy týkající se smluvního ujednání, důvěrnosti a souladu s právem, profesního chování a střetů zájmů, soustavného poskytování hodnoty klientovi a profesní integrity. Vztahuje se na kouče a další role v ekosystému ICF. Výslovně požaduje pravdivé uvádění kvalifikace, vyjasnění rolí a finančních ujednání, ochranu důvěrných dat, práci s konfliktem zájmů, respektování fyzických a vztahových hranic a ukončení spolupráce, jestliže již klientovi nepřináší hodnotu nebo překračuje kompetence kouče (International Coaching Federation, 2025).

Silnou stránkou kodexu je propojení standardů s postupy pro vyvozování odpovědnosti. Při porušení mohou následovat nápravná opatření, povinné vzdělávání, mentoring nebo supervize a také ztráta členství či certifikace. Dokument současně připouští, že etické jednání přesahuje jeho výslovné znění. Tím otevírá prostor pro praktický úsudek, aniž by rezignoval na kontrolu. Slabinou zůstává závislost dosahu sankcí na dobrovolném členství nebo držení certifikace; vůči osobám mimo systém ICF má kodex především orientační a reputační účinek.

Global Code of Ethics vznikl původně společnou iniciativou britské Association for Coaching a European Mentoring and Coaching Council a postupně se k němu přihlásily další profesní organizace. Verze 4, aktualizovaná v prosinci 2025 a zveřejněná v únoru 2026, pokrývá koučování, mentoring a supervizi. Dokument se výslovně označuje za vodítko, nikoli za právně závazný předpis. Zabývá se kompetencí, kontraktem, důvěrností, integritou, diverzitou, konflikty zájmů, profesními hranicemi, kontinuálním rozvojem a supervizí. Reaguje rovněž na etické otázky používání technologií a umělé inteligence. U signatářských organizací může být porušení základem pro disciplinární řízení, včetně ztráty akreditace nebo členství (Global Code of Ethics, 2025).

Global Code je silný šíří profesního záběru a důrazem na reflexivní praxi. Protože sdružuje více organizací a kulturních prostředí, zůstávají některé formulace záměrně obecné. Jejich praktická účinnost závisí na tom, jak jednotliví signatáři upraví stížnostní řízení, podporu členů a sankce. Rozdíl mezi oběma mezinárodními rámci tedy nespočívá v protikladných hodnotách, ale spíše ve způsobu institucionálního zakotvení: ICF integruje kodex do vlastního certifikačního ekosystému, zatímco Global Code poskytuje společný rámec více organizacím.

Třetím analyzovaným dokumentem je interní Etický kodex studenta programu „Mentální koučink ve sportu a businessu“, který byl zpracován v červnu 2025 na NEWTON University (Bednář & Jelínek jr., 2025b). Staví na odpovědnosti, respektu,

autenticitě a kontinuálním rozvoji a vztahuje povinnosti ke klientům, profesi, ostatním koučům i konkurenčnímu prostředí sportu a managementu. Přínosem je propojení profesní etiky již se vzděláváním budoucích koučů a výslovná pozornost věnovaná prostředí, v němž vznikají tlaky na výkon a konkurenční výhodu.

V době zpracování studie nebyla tato verze veřejně dostupná a dokument neobsahoval účinnost, samostatný proces stížností ani sankční mechanismus. Proto jej nelze prezentovat jako obecně závazný kodex absolventů. Vhodným dalším krokem by bylo určit jeho status a správce, zapojit studenty a absolventy do revize, doplnit pravidla pro konzultaci dilemat a oznámení podnětu, nastavit přiměřená nápravná opatření a zveřejnit schválené znění. Bez těchto kroků plní především vzdělávací a aspirační funkci.

Srovnání potvrzuje, že dobrý kodex potřebuje čtyři vzájemně spojené vrstvy: (1) jasné hodnoty, (2) konkrétní standardy pro typické rizikové situace, (3) podporu etického rozhodování prostřednictvím vzdělávání, konzultace a supervize a (4) důvěryhodné postupy pro projednání porušení a vyvození odpovědnosti. Chybí-li hodnoty, stává se kodex technickým předpisem; chybí-li standardy, zůstává u obecných proklamací; chybí-li podpora, profesionálové řeší dilemata osamoceně; chybí-li odpovědnost, slábne ochrana klienta i reputace profese.

SYNTÉZA: ÉTOS KOUČINKU A JEHO IMPLEMENTACE

Na základě předchozí analýzy definujeme étos koučinku jako vnitřně přijatý a v praxi ztělesněný hodnotový a etický rámec, který propojuje profesní normy, sdílené hodnoty a osobní svědomí kouče i koučovaného. Jeho funkcí je chránit důstojnost a autonomii klienta, orientovat rozhodování v situacích, jež nelze předem plně kodifikovat, a udržovat důvěryhodnost koučovacího vztahu i koučovací profese vůči společnosti.

Definice zdůrazňuje čtyři znaky. Za prvé je étos relační: vzniká v jednání mezi koučem, klientem a případným zadavatelem. Za druhé je praktický: prokazuje se volbou prostředků a reakcí na dilemata, nikoli přihlášením k abstraktním hodnotám. Za třetí je reflexivní: připouští omyl, korekci a učení. Za čtvrté je institucionální i osobní: kodex a profesní společenství poskytují společný rámec, ale odpovědnost za konkrétní rozhodnutí nelze přenést na dokument.

Étos lze do koučovací praxe promítnout ve třech fázích:

1. **Před zahájením spolupráce:** kouč pravdivě sdělí kvalifikaci a meze kompetence, vyjasní očekávání, role, odměnu, vlastnictví výstupů a důvěrnost; při trojstranném kontraktu přesně určí, které informace mohou být sdíleny se zadavatelem. Zároveň posoudí konflikt zájmů, bezpečí klienta a vhodnost koučinku oproti terapii, poradenství či jiné odborné pomoci.
2. **V průběhu procesu:** kouč průběžně ověřuje autonomii a informovaný souhlas klienta, odděluje klientovy cíle od vlastních preferencí a očekávání zadavatele, chrání data a všímá si závislosti, manipulace, diskriminace, překračování hranic či tlaku na neetický výkon. Dilemata dokumentuje a podle potřeby konzultuje v supervizi, přičemž sdílí jen nezbytné a přiměřeně anonymizované informace.

3. **Po sezení a při ukončení:** kouč reflektuje nejen dosažení cíle, ale také použitý způsob, možné dopady a vlastní motivy. Chybu pojmenuje a přiměřeně napraví. Spolupráci ukončí nebo klienta předá, jestliže chybí přínos, kompetence či bezpečné podmínky. Z opakujících se dilemat vyvozuje potřebu dalšího vzdělávání a úpravy praxe.

V každé fázi působí svědomí jako otázka adresovaná vlastní odpovědnosti: Co přehlížím? Čí zájem nyní sleduji? Je můj postup slučitelný s důstojností a autonomií klienta? Byl bych schopen jej transparentně obhájit před klientem, profesní komunitou a sám před sebou? Odpověď nemá zůstat pouze introspektivní. Má být ověřena fakty, normami a tam, kde je to vhodné, také konzultací. Tak se svědomí vymaňuje z libovůle a stává se součástí profesionálního úsudku.

Navržený rámec nepřináší algoritmus pro každé dilema. Poskytuje však postup, který snižuje riziko impulzivního rozhodování a propojuje prevenci, reflexi a odpovědnost. Je rovněž použitelný ve vzdělávání: studenti mohou na případových studiích rozlišovat právní povinnost, standard kodexu, hodnotový konflikt a osobní motivaci, formulovat varianty řešení a zpětně posuzovat jejich důsledky.

ZÁVĚR

Etická kvalita koučinku nevzniká samotným přijetím kodexu ani dobrou vůlí jednotlivce. Je výsledkem propojení jasných profesních norem, žitých hodnot, odborné kompetence, institucionální odpovědnosti a kultivovaného svědomí. Kodex chrání společné minimum, pojmenovává typická rizika a může nabídnout nápravu a sankce. Nemůže však předem rozhodnout za kouče ve všech jedinečných situacích. Svědomí tuto mezeru pomáhá překlenout, jen pokud je informované, sebekritické a otevřené korekci prostřednictvím dialogu a supervize.

Za jádro étosu koučinku považujeme respekt k lidské důstojnosti a autonomii, odpovědnost a integritu. Ve vztahové rovině se uskutečňuje důvěrou, respektem, empatií a autenticitou; v rozvojové rovině odvahou, resiliencí, spoluprací a úsilím o excelenci. Taková hierarchie brání tomu, aby se výkon nebo úspěch stal cílem ospravedlňujícím jakékoli prostředky.

Na předchozí vymezení podstaty koučinku (Bednář & Jelínek jr., 2025a) proto navrhujeme navázat touto doplněnou definicí: Koučování je partnerská metoda odkrývání a rozvoje lidského potenciálu, která v bezpečném, hodnotově zakotveném a eticky odpovědném vztahu provází koučovaného k tomu, aby si ve studijních, sportovních, vztahových, osobních či pracovních situacích dokázal postupně poradit sám a nacházel optimální cesty dlouhodobého osobnostního rozvoje. Kouč i koučovaný se přitom opírají o profesní standardy, étos koučinku a vlastní svědomí.

Omezením studie je její konceptuální povaha a práce především s deklarovaným obsahem kodexů. Další výzkum by měl empiricky ověřit, jak kouči a klienti hodnotám rozumějí, jaké typy dilemat skutečně řeší, zda a jak využívají supervizi a nakolik jsou jim stížnostní a sankční mechanismy dostupné. Zvláštní pozornost si zaslouží trojstranné kontrakty ve sportu a managementu, digitální ochrana důvěrných dat a proměna profesní odpovědnosti při používání umělé inteligence.

LITERATURA

AKVINSKÝ, T. (2010). *Otázky o svědomí*. Praha: Krystal OP.

ANZENBACHER, A. (2001). *Úvod do etiky*. Praha: Academia.

BEDNÁŘ, M. (2009). *Pohyb člověka na biodromu: Cesta životem z pohledu* (*nejen*) *kinantropologie*. Praha: Karolinum.

BEDNÁŘ, M. (2011). Education with conscience: "Conscientia mille testes". In: J. Dovalil et al. (Eds.), *Fair Play Education in Schools: A Shared Responsibility. The 16th European Fair Play Congress* (pp. 114–118). Prague: Czech Olympic Committee.

BEDNÁŘ, M. (2012). Fair play and moral education of/through conscience. LASE *Journal of Sport Science*, 3(2), 79–87.

BEDNÁŘ, M. (2023). The constitutive values of fair play. *AUC Kinanthropologica*, 59(2), 79–92. https://doi.org/10.14712/23366052.2023.5.

BEDNÁŘ, M. & JELÍNEK jr., M. (2025a). Koučink: přehled praxe a hledání podstaty. *Česká kinantropologie*, 29(1–4), 69–84.

BEDNÁŘ, M. & JELÍNEK jr., M. (2025b). *Etický kodex studenta programu „Mentální koučink ve sportu a businessu*". Interní nepublikovaný dokument, Praha: NEWTON University.

BLÁHA, J. & DYTRT, Z. (2003). *Manažerská etika*. Praha: Management Press.

BRENNAN, D. & WILDFLOWER, L. (2010). Ethics in coaching. In: E. Cox, T. Bachkirova & D. Clutterbuck (Eds.), *The Complete Handbook of Coaching* (pp. 369–380). London: SAGE.

CICERO, M. T. (1970). *O povinnostech*. Praha: Svoboda.

COUNCIL OF EUROPE (2010). *The Code of Sports Ethics: Fair play – the winning way*. Dostupné z: https://rm.coe.int/16804cf400 [cit. 4. 9. 2026].

CROSSAN, W. & BEDNÁŘ, M. (2018). A critical evaluation of the development and use of values in coaching. *AUC Kinanthropologica*, 54(2), 96–117. https://doi.org/10.14712/23366052.2018.8.

DOROTÍKOVÁ, S. (1998). *Filosofie hodnot*. Praha: Karolinum.

FRANKL, V. E. (2021). *Léčba smyslem: Základy a aplikace logoterapie*. Praha: Portál.

GLOBAL CODE OF ETHICS (2025). *Global Code of Ethics for Coaches, Mentors and Supervisors*, version 4, updated December 2025. Dostupné z: https://globalcodeofethics.org/ [cit. 4. 9. 2026].

HEIDBRINK, H. (1997). *Psychologie morálního vývoje*. Praha: Portál.

HEIDEGGER, M. (2018). *Bytí a čas*. Praha: OIKOYMENH.

HLAVINKA, P. (2014). *Dobro a ctnost pohledem etických a náboženských koncepcí*. Praha: Triton.

INTERNATIONAL COACHING FEDERATION (2025). *ICF Code of Ethics*. Dostupné z: https://coachingfederation.org/credentialing/coaching-ethics/icf-code-of-ethics/ [cit. 4. 9. 2026].

KOHLBERG, L. (1964). Development of moral character and moral ideology. In: M. L. Hoffman & L. W. Hoffman (Eds.), *Review of Child Development Research* (Vol. 1, pp. 381–431). New York: Russell Sage Foundation.

KOPŘIVA, K. (2016). *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál.

KÜNG, H. (2000). *Světový étos pro politiku a hospodářství*. Praha: Vyšehrad.

REIDENBACH, R. E. & ROBIN, D. P. (1991). A conceptual model of corporate moral development. *Journal of Business Ethics*, 10(4), 273–284. https://doi.org/10.1007/BF00382966.

SEKNIČKA, P. et al. (1997). *Úvod do hospodářské etiky*. Praha: CODEX Bohemia.

SENECA, L. A. (1969). *Výbor z listů Luciliovi*. Praha: Svoboda.

VANĚK, J. (2010). *Obecná, ekonomická a informační etika*. Praha: Wolters Kluwer, Česká republika.

doc. PhDr. Miloš Bednář, Ph.D.

Katedra společenskovědního základu v kinantropologii, FTVS UK

J. Martího 31, 162 52 Praha 6

e-mail: milos.bednar@ftvs.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 17–27

FROM VERTICAL PYRAMIDS TO AGE-SPECIFIC COACHING QUALIFICATIONS: A COMPARATIVE ANALYSIS OF ENTRY-LEVEL COACH EDUCATION REFORMS ACROSS SIX SPORTS IN THE CZECH REPUBLIC

TOMÁŠ PERIČ[1], PETR HRŮŠA[1], JIŘÍ SUCHÝ[2,3]

[1] Department of Sport Games, Faculty of Physical Education and Sport, Charles University, Prague, Czech Republic

[2] Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, Prague, Czech Republic

[3] Methodological Commission of the Cross-Country Skiing Section of the Czech Ski Association

ABSTRACT

Background and Purpose: Entry-level coaching qualifications play an important role in preparing coaches to support the development, learning, and well-being of children and youth participating in organized sport. This study aimed to compare the regulatory frameworks, curricular structures, and educational approaches underpinning entry-level coaching qualifications across six sports in the Czech Republic – ice hockey, football, athletics, basketball, judo, and cross-country skiing – and to examine these systems in relation to the USA Hockey Coaching Education Program.

Methods: A qualitative comparative research design was employed, combining systematic document analysis with semi-structured expert interviews. Official federation regulations, qualification requirements, and coach education curricula were analyzed using four predefined categories: organizational and technical characteristics, curricular orientation and developmental appropriateness, safeguarding and safety standards, and recognition of prior elite athletic experience. Documentary findings were supplemented by interviews with coach education representatives from the national ice hockey, basketball, and judo federations.

Results: Considerable variation was identified in the duration, entry requirements, assessment procedures, and renewal conditions of coaching qualifications. The principal introductory courses ranged from 10 to 56 hours, while more advanced stages within age-specific qualification pathways required substantially greater training commitments. The findings suggest an emerging shift from traditional vertically structured qualification systems toward more age-specific approaches to coach education. Differences were also identified in the recognition of previous elite athletic experience and in the formal integration of athlete safeguarding and concussion-management education.

Conclusions: The findings highlight opportunities to strengthen entry-level coach education through more developmentally differentiated curricula, wider implementation of blended learning, more systematic safeguarding and safety education, and the retention of essential pedagogical components within accelerated qualification pathways former elite athletes. Further empirical research is needed to determine whether these structural and curricular approaches translate into measurable improvements in coaching practice and youth sport participation.

Key words: coach education, entry-level coaching qualifications, age-specific coaching qualifications, Long-Term Athlete Development, multilateral motor development, athlete safeguarding, blended learning

INTRODUCTION

Coach education is an important component of the quality and safety of organized sport, particularly in programs serving children and adolescents. Entry-level coaching qualifications are intended to establish a foundation for planning and delivering training, teaching movement skills, communicating with young athletes, and managing developmentally appropriate participation. Their organization nevertheless differs substantially across sports and national regulatory environments (International Council for Coaching Excellence [ICCE], 2017; Perič, 2012).

In the Czech Republic, it is important to distinguish federation-issued coaching licences from state-recognized occupational qualifications. National sports federations define licence requirements and coaching eligibility within their respective sporting structures. State-recognized professional competence, including requirements relevant to regulated commercial activities, is governed by a separate legislative and qualification framework (Czech Republic, 1991, 2001; National Register of Qualifications, 2024). These arrangements are related but should not be treated as interchangeable.

Historically, many Czech federations have organized coach education through vertically structured qualification hierarchies, frequently designated as C, B, and A licences or Level III, II, and I qualifications. Entry-level federation licences can be functionally compared with participation-oriented coaching roles described in international frameworks, but they are not formally equivalent to a particular ICCE level. Similarly, the European Qualifications Framework comprises eight reference levels and should not be conflated with federation-specific coaching hierarchies (Council of the European Union, 2017; ICCE, 2017; International Council for Coaching Excellence et al., 2013).

The responsibilities of coaches working with children extend beyond the transmission of sport-specific technical and tactical skills. Developmentally appropriate instruction, broad-based motor development, motivational climate, safe practice, and the management of age-related differences are central concerns in youth sport (Balyi et al., 2013; Perič, 2012). The organization of introductory coach education therefore raises questions about whether curricula sufficiently prepare coaches for the populations with whom they work.

An additional challenge concerns accessibility. Short introductory courses may reduce the time commitment for volunteers and parents entering coaching, while more extensive qualifications can provide greater opportunities for practical instruction,

feedback, and assessment. Course duration alone, however, does not establish educational effectiveness. The recognition of prior elite athletic experience and the integration of athlete safeguarding requirements introduce further variation between federation systems.

This study aimed to compare the organizational requirements, curricular orientation, assessment procedures, safeguarding provisions, and recognition of prior athletic experience across entry-level coaching qualification pathways in six Czech sports: ice hockey, football, athletics, basketball, judo, and cross-country skiing. USA Hockey's Coaching Education Program served as a selected international reference for examining age-specific education and safeguarding arrangements.

METHODS

Research design and selection of sports

The study used a qualitative comparative design combining systematic documentary analysis with supplementary semi-structured expert interviews. Six sports were purposively selected to represent contrasting organizational and pedagogical contexts: ice hockey, football, athletics, basketball, judo, and cross-country skiing. These sports encompass team and individual disciplines, combat sport, and endurance sport, with different technical requirements and qualification traditions. USA Hockey was included as an international reference model rather than as a statistically representative sample of North American coach education.

The unit of comparison was the federation-defined qualification pathway serving introductory or early-stage coaching responsibilities. Because qualification labels and authorization levels vary across sports, nominally similar licences were not assumed to represent identical competencies or scopes of practice.

Data sources and collection procedures

Primary documentary sources comprised official federation regulations, coaching qualification rules, course descriptions, educational curricula, and assessment and renewal requirements, with emphasis on materials applicable during 2023–2026. Earlier documents were considered when relevant to the development or continued operation of qualification pathways. Relevant national legislation and international coaching frameworks were reviewed for contextual interpretation.

Three semi-structured expert interviews were conducted in spring 2026 with representatives involved in coach education at the Czech ice hockey, basketball, and judo federations. The interviews addressed the organization of qualification pathways, the rationale for educational reforms, curriculum design, and recognition of previous competitive experience. All three experts were informed in advance about the study purpose, audio recording, and intended use of interview information in a scientific publication, and all consented to participation and recording.

All three semi-structured expert interviews were audio-recorded and subsequently transcribed verbatim. The verbatim transcripts constituted the primary interview data and were subjected to qualitative content analysis alongside the documentary materials. This approach enabled a systematic examination of the experts' perspectives and their comparison with the formal qualification requirements and curricular provisions established in the respective federation documents. Football, athletics, and cross-country skiing were analyzed using documentary sources only.

Data analysis and comparative framework

The analysis followed four stages: identification and selection of relevant materials; extraction of qualification and curriculum characteristics from documents and verbatim interview transcripts; thematic categorization using a predefined comparative framework; and cross-sport synthesis. The approach drew on principles of qualitative content analysis (Hendl, 2016).

Four categories guided comparison: (1) organizational and technical parameters, including admission, course duration, assessment, validity, and renewal; (2) curricular orientation and developmental appropriateness, including the balance of theoretical and practical education; (3) safeguarding, safety, and ethical standards; and (4) recognition of prior elite athletic experience. Interview statements were treated as expert perspectives and distinguished from documentary provisions. No formal interrater reliability analysis or direct observation of coaching practice was conducted.

RESULTS

Comparison of organizational and structural characteristics of coaching qualifications

The analysis identified substantial differences in the organization of entry-level coaching qualifications across the six sports. Course duration, entry requirements, assessment procedures, validity periods, and continuing education arrangements are summarized in Table 1 (provided as a separate file). Qualification titles are not necessarily equivalent across sports.

Introductory modules ranged from 10 hours for basketball TB-I (Baby Basket) and the judo Instructor qualification to 56 hours for the Level III athletics qualification. The national football C Licence comprised 23 hours, the ice hockey qualification 36 hours, and cross-country skiing Level III 50 hours (15 theoretical and 35 practical). The basketball pathway also included TB-II (45 hours) and TB-III (approximately 130 hours, including placement). These are distinct stages and should not be treated as interchangeable with the shortest introductory modules. (Czech Athletic Federation, 2025a; Czech Basketball Federation, 2024; Czech Ice Hockey Association, 2024; Czech Judo Federation, 2023; Football Association of the Czech Republic, 2017; Ski Association of the Czech Republic, Cross-Country Skiing Division, n.d.).

Eligibility criteria varied. Athletics required applicants for Level III to be at least 20 years old and to hold a prior Youth Coach qualification. The standard minimum age was generally 18 years elsewhere, although national football C admission was possible from age 15 with appropriate permission. Judo additionally required federation membership and a specified technical grade. Assessment combined theoretical and practical components across the systems; athletics also required a seminar paper and defense.

Qualification validity was generally time-limited, ranging from approximately three to five years, with federation-specific renewal or credit requirements. An exception was the introductory judo Instructor qualification, which had no fixed expiry period, unlike the full Level III coaching qualification. The basketball representative described the short TB-I course as a way to reduce barriers for volunteer and parent coaches; the judo introductory course likewise supported an assistant role under qualified supervision. (Czech Athletic Federation, 2025a; Czech Basketball Federation, 2024; Czech Judo Federation, 2023).

Table 1
Comparison of coaching qualification requirements across six sports in the Czech Republic

Sport / federation	Qualification pathway	Admission requirements	Course duration	Assessment	Validity / renewal
Ice hockey (ČSLH)	C Licence; C+ Youth; C Player	Age 18; Czech citizenship; Coach Manager registration	36 h (online and practical)	Theory and practical examinations; final training session	3–4 years; ≥ 12 credits / 4 years
Football (FAČR)	National C; UEFA Grassroots C	National C: age 18 (15 with permission); Grassroots C: national C prerequisite	23 h / 3 days (national C); 40 h / 4 days (Grassroots C)	Theory and practical tests	3 years; ≥ 8 h continuing education
Athletics (ČAS)	Level III Coach	Age 20; prior Youth Coach qualification; federation/club membership	56 h, generally two blocks	Practical demonstration; knowledge test; seminar paper defense	4 years; ≥ 10 credits / 4 years
Basketball (CZ. BASKETBALL)	TB-I Baby Basket; TB-II MiniBasketball; TB-III	TB-I and TB-III: no prior qualification; TB-II: TB-I prerequisite	TB-I: 10 h; TB-II: 45 h; TB-III: approx. 130 h incl. placement	Theoretical tests; practical coaching	3 years; credit-based renewal
Judo (ČSJu)	Instructor; Level III Coach	Age 18; federation membership; technical grade 5th–3rd kyu	Instructor: 10 h; Level III: usually 4 days (two weekends)	Practical and theoretical examinations; technique demonstration	Instructor: unlimited; Level III: 3 years, 10 credits
Cross-country skiing (SLČR)	Level III Coach	Age 18; federation membership	50 h (15 theory + 35 practice)	Practical and theoretical examinations	5 years; coaching activity and continuing education seminars

Note: Qualification pathways and responsibilities are not necessarily equivalent across sports. TB-II and TB-III are subsequent stages, not alternative durations of the TB-I introductory module. The judo Instructor qualification is distinct from the full Level III Coach qualification.

Source: Authors' comparative synthesis of the federation qualification documents and the supplied Czech comparison table (2026).

Curricular content and the balance between theoretical and practical education

The reviewed curricula combined general educational content – such as anatomy, physiology, pedagogy, and first aid – with sport-specific methodology and practical instruction. Three broad orientations were apparent in the available detailed documents: a pedagogical and game-based emphasis on football and basketball; a technical and methodological emphasis in athletics and judo; and a structured sport-specific approach in ice hockey.

Football and basketball placed emphasis on engaging learning environments and game-based activities for younger athletes. Athletics and judo emphasized accurate demonstration and teaching of movement techniques; judo additionally integrated falling skills (ukemi), technical instruction (waza), and ethical principles. Ice hockey used organized modules linking skating and sport-specific skills with practical instruction.

Cross-country skiing allocated 35 of its 50 course hours to practical education, although the available material did not permit the same detailed classification of its curricular philosophy. Ice hockey and football incorporated blended learning, combining online theoretical material with in-person practical activities. Basketball TB-III included an extended practical coaching placement. The study did not directly test the effectiveness of these formats.

Structural transformation: From vertical qualification hierarchies to age-specific coaching education

Documentary and interview findings suggested an emerging shift toward age-specific coach education in selected sports. The basketball federation introduced TB-I for ages 6–10, TB-II for ages 11–15, and TB-III for older youth and adults. The basketball expert described this differentiation as a response to the mismatch between the instructional needs of children and adult participants within conventional vertical qualification structures.

Ice hockey's C+ Youth Licence similarly emphasized the preparation of coaches for children and adolescents. The ice hockey representative described concern about the transfer of adult-oriented tactical and training approaches into youth settings. These changes were consistent with an increased emphasis on developmentally appropriate coaching and multilateral motor development.

The basketball representative reported that approximately 90% of the TB-I curriculum concerned broad-based motor development, fundamental movement skills, gymnastics, and introductory combat-sport activities, with approximately 10% focused on basketball-specific preparation. In judo, the Kyu Cup was described as an alternative youth format incorporating technical demonstrations rather than relying exclusively on conventional bouts. The study did not assess whether this initiative affected retention or dropout. Available cross-country skiing documents did not establish an equivalent shift to age-specific modules.

Safeguarding, safety, and ethical standards

The reviewed systems addressed aspects of safety and ethical coaching, including injury prevention, first aid, respectful conduct, and supportive learning environments. However, the explicit treatment of broader safeguarding concerns – such as bullying,

psychological abuse, inappropriate coach – athlete relationships, and reporting procedures – varied in the available entry-level education documents.

This variation in documentary visibility does not establish that safeguarding policies are absent from federations. The materials available for cross-country skiing did not permit a detailed assessment of safeguarding-specific curriculum content.

Recognition of prior elite athletic experience

Ice hockey, football, and judo provided modified or accelerated pathways recognizing selected forms of prior competitive experience. In ice hockey, the C Player Licence acknowledged an established playing background while retaining theoretical education relevant to child development and coaching methodology. Football provided arrangements for eligible professional players, and the judo expert described recognition of certain formal sport-related educational experiences. (Czech Ice Hockey Association, 2024; Czech Judo Federation, 2023; Football Association of the Czech Republic, 2014).

Basketball placed greater emphasis on completing prescribed introductory pedagogical education regardless of previous playing experience. Athletics permitted recognition of relevant formal academic study rather than treating elite competitive results alone as an equivalent educational qualification. Available documentation was insufficient to classify the approach of cross-country skiing. (Czech Athletic Federation, 2025b; Czech Basketball Federation, 2024).

International comparison and the influence of international governing bodies

The USA Hockey Coaching Education Program combined general coaching certification with age-specific education and documented safeguarding and safety requirements, including SafeSport-related provisions, background screening, and concussion education. These requirements were more explicitly integrated in the reviewed USA Hockey framework than in several of the Czech entry-level curricula. Differences in document scope and accessibility prevent conclusions about the comparative effectiveness of athlete protection. (USA Hockey, 2024a, 2024b; U.S. Center for SafeSport, 2024).

Experts also described differing views on international governance. Ice hockey and football documentation reflected the influence of international coaching frameworks, while the judo representative raised concerns about additional certification demands associated with the IJF Academy. The basketball representative likewise expressed concern about national educational autonomy. These statements represent expert perspectives, not independently evaluated economic or institutional effects.

DISCUSSION

The findings demonstrate considerable variation in entry-level coach education across sports operating within the same national environment. Differences concern not only course duration and assessment but also the intended coaching role, developmental orientation, and relationship between introductory and subsequent qualification stages.

The paradox of short introductory courses and the challenge of broad-based motor development

The contrast between 10-hour introductory modules and more extensive Level III qualifications should not be interpreted as a direct comparison of educational quality. In basketball and judo, shorter programs fulfill specific introductory or assistant functions, whereas other qualifications authorize broader responsibilities. Reduced time commitments may improve access for volunteers, but the present design cannot determine whether these courses achieve comparable pedagogical outcomes.

The reported emphasis on broad-based motor development in basketball TB-I is consistent with developmental approaches that prioritize diverse movement experiences during childhood (Balyi et al., 2013; Perič, 2012). Yet the proportions reported by the federation representative were not independently measured in this study. Future evaluation should examine competencies achieved rather than relying on instructional hours alone.

From vertical qualification hierarchies to age-specific coaching education

Age-specific pathways in basketball and ice hockey may better align educational content with the needs of young athletes than undifferentiated qualification structures. The distinction between coaches of young children and coaches of adult teams is pedagogically meaningful, even when both groups share foundational competencies. The approach is compatible with Long-Term Athlete Development principles (Balyi et al., 2013).

However, age-specific modules need not replace vertical licence hierarchies: the two structures can be complementary. Neither the existence of a specialized module nor the use of alternative competition formats, such as judo's Kyu Cup, establishes a reduction in early specialization or athlete dropout. Such effects require direct evaluation. The evidence also does not support extending the observed trend uniformly to all six sports.

Recognition of elite athletic experience: Balancing sporting expertise and pedagogical competence

Prior elite athletic experience can provide sport-specific technical and tactical knowledge, but it does not necessarily demonstrate pedagogical competence in communication, developmental psychology, or instruction of children. The different federation approaches reveal a tension between recognizing relevant expertise and preserving essential educational requirements.

Accelerated pathways may be appropriate when they exempt applicants only from competencies already demonstrated while retaining assessment and instruction in youth coaching, safeguarding, and teaching methods. The present study did not evaluate the subsequent coaching performance of candidates entering through such pathways.

Safeguarding, safety standards, and international governance

The USA Hockey comparison suggests the value of explicitly incorporating safeguarding, screening, and concussion-management requirements within coach eligibility frameworks (U.S. Center for SafeSport, 2024; USA Hockey, 2024a, 2024b).

Nevertheless, formal documentation cannot establish implementation quality or comparative safety outcomes. The study did not comprehensively audit the full safeguarding systems of Czech federations.

International standards may facilitate consistency and qualification recognition but can also generate concerns about cost and national autonomy. The interviewed judo and basketball representatives articulated such concerns. Their statements are useful for understanding stakeholder perspectives but do not independently demonstrate systemic economic effects.

Practical implications for entry-level coach education

Four development priorities emerge from the comparative findings. First, age-specific modules could be integrated within existing licence hierarchies to align coach preparation with athlete developmental stages. Second, safeguarding, ethical conduct, reporting procedures, and concussion education could be made more explicit within introductory curricula. Third, well-designed blended learning may reserve more in-person time for supervised practical teaching and feedback. Fourth, recognition of prior elite experience should preserve mandatory pedagogical competencies.

These implications should be treated as options for educational development rather than interventions whose effectiveness has already been established. Their value will depend on the design, delivery, assessment, and implementation of individual federation programs.

Study limitations and directions for future research

The study was based on documentary analysis and three supplementary expert interviews rather than direct observation of coaching behavior. Interviews covered ice hockey, basketball, and judo only; football, athletics, and cross-country skiing relied on documentary evidence. Differences in document availability limited comparisons, particularly for cross-country skiing. The international reference was restricted to USA Hockey and does not represent all North American coaching systems.

No conclusions can be drawn about causal effects on coach competence, athlete development, retention, or dropout. Future research should combine direct observation, competency assessment, and longitudinal evaluation to examine whether curricular and structural reforms influence coaching practice and youth sport outcomes.

CONCLUSION

This comparative study identified substantial variation in the structure, duration, curricular content, and qualification requirements of entry-level coach education across six sports in the Czech Republic. Although the examined systems operate within a shared national regulatory environment, their educational approaches reflect distinct sport-specific priorities and organizational arrangements. The findings indicate that differences in course duration should be interpreted in relation to intended coaching responsibilities and the broader qualification pathway rather than as direct indicators of educational quality.

An important emerging trend is the development of age-specific coaching qualifications, particularly in basketball and ice hockey. These approaches reflect an

increasing emphasis on developmentally appropriate coaching practices and broad-based motor development, consistent with the principles of Long-Term Athlete Development. However, the extent to which such curricular reforms influence coaching behavior and youth sport participation remains to be established empirically.

The findings also highlight opportunities to strengthen entry-level coach education through more systematic integration of athlete safeguarding and safety education, wider use of appropriately designed blended learning, and the retention of essential pedagogical competencies within accelerated qualification pathways for former elite athletes. The comparison with USA Hockey provides an additional reference for considering how age-specific education and safeguarding requirements may be incorporated into formal coaching qualification systems.

Overall, the study suggests that future development of coach education should prioritize the alignment of educational requirements with the developmental characteristics of athletes and the competencies required for their effective and safe coaching. Further research examining actual coaching practices and athlete-related outcomes is needed to determine the effectiveness of the qualification structures and curricular approaches identified in this study.

ETHICS STATEMENT

The study was conducted in accordance with the ethical principles and standards of the Faculty of Physical Education and Sport, Charles University, Prague, Czech Republic. All experts participating in the semi-structured interviews were informed in advance about the purpose of the study, the audio recording of the interviews, and the intended use of the collected information for scientific publication. Participation was voluntary, and informed consent was obtained from all participants prior to data collection.

All interviews were audio-recorded and subsequently transcribed verbatim. To limit direct identification, the findings are presented using the participants' institutional roles rather than their names. The documentary component was based on official regulations, qualification frameworks, and educational materials issued by the respective sports federations.

REFERENCES

BALYI, I., WAY, R., & HIGGS, C. (2013). *Long-term athlete development*. Human Kinetics.

Council of the European Union (2017). *Council recommendation of 22 May 2017 on the European Qualifications Framework for lifelong learning* (*2017/C 189/03*). Official Journal of the European Union, C 189, 15–28. https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:32017H0615(01).

Czech Athletic Federation (2025a). *Prováděcí pokyn k prodloužení/obnovení trenérské licence* [Implementing guidelines for the extension or renewal of coaching licences]. https://www.atletika.cz/.

Czech Athletic Federation (2025b). *Prováděcí pokyn k udělení trenérské kvalifikace a jmenování trenérem na základě uznání tělovýchovného studia* [Implementing guidelines for awarding coaching qualifications based on recognition of sport-related academic education]. https://www.atletika.cz/.

Czech Basketball Federation (2024). *Trenérský řád* [Coaching regulations]. https://www.cz.basketball/.

Czech Ice Hockey Association (2024). *Vnitřní směrnice Českého svazu ledního hokeje z. s. č. 153 upravující trenérské licence* [Internal directive No. 153 governing coaching licences]. https://www.ceskyhokej.cz/.

Czech Judo Federation (2023). *Zásady a předpisy pro vzdělávání trenérů juda v rámci ČSJu* [Principles and regulations governing judo coach education]. https://www.czechjudo.org/.

Czech Republic (1991). Act No. 455/1991 Coll., on trade licensing (Trade Licensing Act), as amended. https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1991-455.
Czech Republic (2001). Act No. 115/2001 Coll., on the promotion of sport, as amended. https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-115.
DOVALIL, J. (2008). *Lexikon sportovního tréninku* [Lexicon of sports training] (2nd rev. ed.). Praha: Karolinum.
Football Association of the Czech Republic (2014). *Směrnice pro udělování trenérských licencí* [Guidelines for awarding coaching licences]. https://facr.fotbal.cz/.
Football Association of the Czech Republic (2017). *Řád trenérů Fotbalové asociace České republiky* [Coaching regulations of the Football Association of the Czech Republic]. https://facr.fotbal.cz/.
HENDL, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace* [Qualitative research: Fundamental theory, methods, and applications] (4th rev. and expanded ed.). Praha: Portál.
International Council for Coaching Excellence (2017). *European sport coaching framework*. CoachLearn. https://icce.ws/wp-content/uploads/2024/03/European-Sport-Coaching-Framework.pdf.
International Ice Hockey Federation (2025). *IIHF coach education framework*. https://blob.iihf.com/iihf-media/iihfmvc/media/downloads/sport%20files/development-guide/coaching/iihf_coacheducationframework_digital_12052025-v1.pdf.
KILLING, W., SIEGEL, M., & WEIß, S. (2023). *Atletika – základní trénink* [Athletics: Fundamental training]. Universum.
National Register of Qualifications (2024). *Kvalifikační standard: Trenér* (*kód: 74-008-M*) [Qualification standard: Coach (Code 74-008-M)]. https://www.narodnikvalifikace.cz/.
PERIČ, T. (2012). *Sportovní příprava dětí* [Sports training for children] (Updated ed.). Praha: Grada Publishing.
Ski Association of the Czech Republic, Cross-Country Skiing Division. (n.d.). *Kvalifikační řád – trenéři běžeckých disciplín* [Qualification regulations for cross-country skiing coaches]. https://www.czech-ski.com/beh-na-lyzich/metodika.
U.S. Center for SafeSport (2024). *The SafeSport code for the U.S. Olympic and Paralympic Movement*. https://uscenterforsafesport.org/.
UEFA (2020). *UEFA coaching convention 2020*.
USA Hockey (2024a). *Coaching Education Program (CEP): Annual guide*. https://www.usahockey.com/coachingcertification.
USA Hockey (2024b). *USA Hockey concussion management program*. https://www.usahockey.com/safety-concussions.

doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D.
Department of Sport Games, Faculty of Physical Education and Sport, Charles University
J. Martího 31, 162 52, Praha 6
e-mail: peric@ftvs.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 28–41

ROLE TRENÉRŮ VE VČASNÉ DIAGNOSTICE, PREVENCI A ZVLÁDÁNÍ RED-S

THE ROLE OF COACHES IN EARLY DIAGNOSIS, PREVENTION, AND MANAGEMENT OF RED-S

PAVEL KYSEL, TEREZA VECHETOVÁ

Katedra biomedicíny, Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, spol. s.r.o.

SOUHRN

Syndrom relativní energetické nedostatečnosti ve sportu (Relative Energy Deficiency in Sport, RED-S) představuje závažný zdravotní a výkonnostní problém, který vzniká v důsledku dlouhodobě nedostatečného energetického příjmu vzhledem k nárokům tréninku. Nízká energetická dostupnost (Low Energy Availability, LEA) může negativně ovlivňovat řadu fyziologických funkcí organismu, včetně hormonálního systému, metabolismu, imunity, zdraví kostní tkáně i psychické pohody sportovce. Přestože je problematika RED-S v posledních letech stále více diskutována, její včasná identifikace zůstává v praxi obtížná. Významnou roli v prevenci a rozpoznání prvních varovných příznaků přitom sehrává trenér, který je se sportovcem v každodenním kontaktu a může zachytit změny ve výkonnosti, regeneraci nebo celkovém zdravotním stavu.

Cílem článku je zhodnotit úroveň informovanosti sportovců o syndromu RED-S a analyzovat roli trenéra v procesu jeho prevence a včasné identifikace. Současně jsou sledovány faktory, které mohou komplikovat rozpoznání příznaků LEA a komunikaci zdravotních obtíží v tréninkovém prostředí.

Výsledky ukázaly nízkou úroveň povědomí o syndromu RED-S mezi sportovci, přestože 71,2 % respondentů uvedlo zkušenost s některým z typických symptomů LEA. Bylo rovněž zjištěno, že většina sportovců systematicky nesleduje svou energetickou bilanci a nevyužívá odborné poradenství v oblasti sportovní výživy. Rozhovory s trenéry poukázaly na převažující využívání tělesné hmotnosti a tělesné kompozice jako hlavních ukazatelů při monitorování možných zdravotních rizik. Současně byly identifikovány komunikační bariéry, které mohou snižovat ochotu sportovců sdílet problémy spojené s únavou, regenerací nebo stravovacími návyky.

Získané poznatky poukazují na potřebu systematické edukace sportovců i trenérů, rozvoje preventivních strategií zaměřených na energetickou dostupnost a podpory otevřené komunikace v tréninkovém procesu. Práce zároveň upozorňuje na význam komplexního přístupu k monitorování zdraví sportovce, který přesahuje pouhé sledování tělesné hmotnosti a zohledňuje širší souvislosti sportovní výkonnosti a dlouhodobého zdraví. Studie zároveň představuje jedno z prvních systematických zmapování problematiky RED-S v českém sportovním prostředí, kde dosud chyběla

data reflektující zkušenosti sportovců i trenérů, a poskytuje tak podklad pro tvorbu cíleně zaměřených edukačních a preventivních programů přizpůsobených tuzemským podmínkám.

Klíčová slova: RED-S, relativní energetická nedostatečnost ve sportu, nízká energetická dostupnost, trenér, sportovec, prevence

ABSTRACT

Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S) is a serious health and performance-related condition resulting from insufficient energy intake relative to the demands of training and competition. Low energy availability can negatively affect multiple physiological systems, including endocrine function, metabolism, immunity, bone health, and psychological well-being. Although RED-S has received increasing attention in recent years, its early identification remains challenging in everyday sports practice. Coaches play a crucial role in the prevention and recognition of early warning signs, as they are often the first to observe changes in an athlete's performance, recovery, and overall health status.

The aim of this article is to evaluate athletes' awareness of RED-S and to analyse the role of coaches in its prevention and early identification. The study also explored factors that may hinder the recognition of symptoms associated with low energy availability and complicate communication about health-related concerns within the training environment.

The findings revealed a low level of awareness of RED-S among athletes, despite the fact that 71.2% of respondents reported experiencing at least one symptom commonly associated with low energy availability. The results further showed that most athletes do not systematically monitor their energy balance and rarely seek professional nutritional support. Interviews with coaches indicated that body weight and body composition remain the primary indicators used to monitor potential health risks. In addition, several communication barriers were identified that may reduce athletes' willingness to discuss issues related to fatigue, recovery, or nutritional habits.

The findings highlight the need for systematic education of both athletes and coaches, the development of preventive strategies focused on energy availability, and the promotion of open communication within the training process. The study also emphasizes the importance of a comprehensive approach to athlete health monitoring that extends beyond body weight assessment and considers the broader relationships between athletic performance, recovery, and long-term health. The study also represents one of the first systematic accounts of RED-S awareness and practice within the Czech sporting environment, where data reflecting the experience of both athletes and coaches have so far been lacking, thereby providing a basis for developing targeted educational and preventive programmes adapted to local conditions.

Key words: RED-S, Relative Energy Deficiency in Sport, low energy availability, coach, athlete, prevention

ÚVOD

Relativní energetická nedostatečnost ve sportu (Relative Energy Deficiency in Sport; RED-S) představuje v současné sportovní medicíně významný problém ovlivňující zdraví i výkonnost. Původní koncept ženské atletické triády (nízká energetická dostupnost, amenorea, snížená kostní denzita) byl na základě konsenzuálního stanoviska Mezinárodního olympijského výboru rozšířen do podoby syndromu RED-S, který vzniká v důsledku nedostatečného energetického příjmu vzhledem k nárokům fyzické aktivity a vede k narušení metabolických, endokrinních, imunologických a reprodukčních funkcí (Mountjoy et al., 2018). RED-S má výrazně multisystémový charakter – chronická nízká energetická dostupnost zasahuje také kardiovaskulární stabilitu, syntézu proteinů a buněčný energetický metabolismus a zvyšuje náchylnost k muskuloskeletálním poraněním (Logue et al., 2020). Zároveň se již netýká pouze estetických či vytrvalostních disciplín ani výhradně žen – jeho výskyt je potvrzen napříč širokým spektrem sportů a stále více pozornosti se věnuje i dopadům u mužských sportovců, kteří byli v dřívějších konceptech energetické nedostatečnosti opomíjeni (Heikura et al., 2018).

Z pohledu sportovní diagnostiky je RED-S zákeřný v tom, že sportovec může krátkodobě podávat vysoký výkon, zatímco jeho fyziologické funkce se postupně zhoršují. Plíživý rozvoj symptomů – zvýšená únava, častější nemocnost, zhoršená regenerace či hormonální dysbalance – bývá v prostředí vrcholového sportu často mylně interpretován jako přirozený důsledek tréninkového zatížení, což oddaluje adekvátní intervenci a zvyšuje riziko chronifikace obtíží (Tenforde et al., 2016). Klíčovou roli ve včasném rozpoznání rizikových signálů přitom sehrává trenér, který je se sportovcem v pravidelném kontaktu a jako první může zaznamenat změny ve výkonnosti, regeneraci či celkovém zdravotním stavu (De Souza et al., 2014).

Navzdory rostoucímu množství poznatků o RED-S zůstává jejich implementace do trenérské praxe problematická. Přetrvávající tendence spojovat energetickou nedostatečnost především se ženskou atletickou triádou může vést k podcenění rizik u mužů i ve sportech tradičně nepovažovaných za rizikové (Heikura et al., 2018). Roli hraje i nedostatečná připravenost trenérů vést rozhovory o citlivých tématech, jako je tělesné složení, výživa nebo únava, což může snižovat ochotu sportovců sdílet zdravotní obtíže (Mountjoy et al., 2018) a v důsledku vést k jejich záměrnému nekomunikování z obavy před omezením tréninku.

Výše uvedené poznatky a bariéry vymezují prostor pro realizaci této studie. Zatímco mezinárodní literatura přináší stále více poznatků o klinických projevech, důsledcích a prevenci RED-S, v českém sportovním prostředí dosud chybí studie reflektující zkušenosti samotných sportovců a trenérů, zejména pokud jde o komunikaci rizik spojených s energetickou dostupností, přístupy k prevenci a roli trenéra v procesu včasné identifikace zdravotních komplikací.

CÍLE A VÝZKUMNÉ PŘEDPOKLADY

Cílem této studie bylo zhodnotit úroveň informovanosti sportovců o problematice RED-S a analyzovat roli trenéra v prevenci a rozpoznávání příznaků LEA. Současně byly identifikovány diagnostické a komunikační bariéry, které mohou ovlivňovat efektivní management tohoto syndromu v českém sportovním prostředí.

Cíle byly rozpracovány do následujících oblastí:

- zmapovat úroveň znalostí o problematice RED-S mezi aktivními sportovci a identifikovat výskyt symptomů souvisejících s LEA,
- analyzovat přístup trenérů k monitorování zdravotního stavu sportovců a k prevenci energetické nedostatečnosti,
- posoudit komunikační aspekty vztahu trenér-sportovec v kontextu sdílení zdravotních obtíží,
- identifikovat případné rozdíly mezi zkušenostmi sportovců a deklarovanými postupy trenérů v oblasti prevence RED-S.

Výzkumný problém se soustředí na roli trenéra v prevenci a detekci syndromu RED-S, konkrétně na analýzu rozporu mezi postoji trenérů, informovaností sportovců a reálnou komunikací v tréninkovém procesu. Z této hlavní výzkumné otázky a na základě současných teoretických poznatků (Mountjoy et al., 2018; Mountjoy et al., 2023; Logue et al., 2020; Melin et al., 2019) byly formulovány následující výzkumné předpoklady:

Hraniční hodnota 80 % u prvního výzkumného předpokladu vychází z opakovaně dokládané nízké informovanosti o syndromu RED-S i mezi odbornou sportovní veřejností. Logue et al. (2020) ve svém přehledu uvádějí, že zatímco povědomí o starším konceptu ženské atletické triády dosahovalo mezi sportovními trenéry (athletic trainers) téměř 99 % (98,6 %), samotný pojem RED-S znala jen třetina z nich (33 %; Logue et al., 2020). Hodnota 80 % byla proto zvolena jako konzervativní odhad odrážející očekávaně ještě výraznější informační deficit u samotných sportovců v obecné sportující populaci ve srovnání s touto odbornou skupinou.

1. Více než 80 % respondentů nebude znát odborný termín syndrom relativní energetické nedostatečnosti ve sportu (RED-S).
2. Hlavní bariérou při sdílení symptomů únavy s trenérem bude obava z omezení tréninkového procesu nebo negativního dopadu na sportovní výkonnost.
3. Trenéři budou při identifikaci energetické nedostatečnosti upřednostňovat především viditelné somatické ukazatele, zejména změny tělesné hmotnosti nebo tělesné kompozice, před funkčními projevy LEA.
4. Mezi vnímáním komunikačního prostředí trenéry a zkušeností sportovců bude existovat nesoulad, přičemž sportovci budou vykazovat nižší ochotu sdílet zdravotní obtíže, než předpokládají samotní trenéři.

METODIKA

Studie využívala design smíšeného výzkumu, který kombinoval kvantitativní a kvalitativní přístup s cílem získat komplexnější pohled na problematiku syndromu RED-S v českém sportovním prostředí. Zvolený metodologický rámec umožnil propojit zkušenosti sportovců s perspektivou trenérů a současně identifikovat potenciální nesoulady mezi oběma skupinami respondentů.

Výzkumný soubor

Kvantitativní část výzkumu zahrnovala n = 252 aktivních sportovců různých výkonnostních úrovní. Respondenti byli získáváni kombinací účelového výběru prostřednictvím spolupracujících trenérů a otevřené distribuce dotazníku ve sportovních komunitách na sociálních sítích. Soubor zahrnoval sportovce z vytrvalostních, estetických, silových (i úpolových) disciplín. Jedinou vstupní podmínkou pro zařazení do souboru byla aktivní sportovní činnost, bez omezení věku, pohlaví nebo výkonnostní úrovně.

Kvalitativní část byla realizována se sedmi (n = 7) trenéry působícími ve sportech s vysokými energetickými nároky nebo zvýšeným důrazem na tělesnou kompozici. Kritériem zařazení byla minimálně tříletá trenérská praxe. Do souboru byli zařazeni trenéři plavání, dálkového plavání, atletiky, běžeckého lyžování, tance, boxu a krasobruslení. Věkové rozpětí jejich svěřenců zahrnovalo kategorie od staršího žactva po dospělé sportovce. Přehled souboru trenérů shrnuje tabulka 1.

Tabulka 1

Charakteristika souboru trenérů

Sportovní odvětví	Riziková kategorie
Plavání	Vytrvalostní
Dálkové plavání	Vytrvalostní
Atletika	Vytrvalostní
Běžecké lyžování	Vytrvalostní
Tanec	Esteticko-koordinační
Box	Sport s hmotnostní kategorií
Krasobruslení	Esteticko-koordinační

Kritérium zařazení: minimálně tříletá trenérská praxe (rozmezí v souboru 3–13 let); věkové rozpětí svěřenců od staršího žactva po dospělé sportovce. Zdroj: vlastní.

Sběr dat

Sběr dat probíhal v období od listopadu 2025 do ledna 2026.

Kvantitativní data byla získána prostřednictvím elektronického dotazníku vlastní konstrukce distribuovaného pomocí platformy Google Forms. Před zahájením hlavního sběru dat byl dotazník pilotně ověřen a následně upraven s cílem zvýšit srozumitelnost a jednoznačnost jednotlivých položek. Finální verze obsahovala 21 otázek zaměřených na informovanost o syndromu RED-S, výskyt symptomů LEA, výživové návyky, způsoby monitorování energetické bilance a psychosociální aspekty sportovní přípravy. Dotazník kombinoval uzavřené otázky s výběrem jedné odpovědi, škálové otázky vyjadřující míru souhlasu či frekvence a jednu otevřenou otázku umožňující respondentům volně formulovat doporučení pro trenéry a sportovní kluby.

Kvalitativní data byla získána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory byly realizovány osobně nebo formou zabezpečeného videohovoru a jejich délka se pohybovala mezi 40 a 60 minutami. Rozhovorový scénář zahrnoval témata týkající se znalostí o problematice RED-S, preventivních strategií, diagnostických postupů a komunikace se sportovci.

Zpracování dat

Kvantitativní data byla analyzována pomocí metod deskriptivní statistiky. Výsledky jsou prezentovány formou absolutních a relativních četností s důrazem na identifikaci trendů souvisejících s informovaností, výskytem symptomů a přístupy k prevenci energetické nedostatečnosti. Data byla po exportu z platformy Google Forms zpracována v tabulkovém procesoru Microsoft Excel. Vzhledem k explorativnímu charakteru studie a velikosti dílčích podskupin byla zvolena výhradně deskriptivní

statistika (absolutní a relativní četnosti); inferenční testování rozdílů mezi skupinami (např. intervaly spolehlivosti, testy statistické významnosti) nebylo předmětem této práce a představuje směr pro navazující výzkum.

Kvalitativní data byla zpracována metodou tematické analýzy. Jednotlivé rozhovory byly opakovaně pročítány a následně kódovány do tematických kategorií reflektujících oblasti povědomí o RED-S, diagnostiky, prevence, komunikace a faktorů ovlivňujících trenérskou praxi.

V závěrečné fázi byla provedena triangulace dat spočívající v porovnání výsledků kvantitativní a kvalitativní části výzkumu. Tento postup umožnil identifikovat shody i rozdíly mezi zkušenostmi sportovců a perspektivou trenérů a poskytl širší interpretační rámec pro formulaci závěrů studie.

Etické aspekty

Výzkum byl realizován v souladu s principy etického výzkumu. Všichni účastníci byli před zapojením do studie informováni o jejím účelu a poskytli informovaný souhlas. Současně byla zajištěna anonymita respondentů a důvěrné nakládání se všemi získanými daty. Projekt byl před zahájením sběru dat schválen Etickou komisí VŠTVS PALESTRA (jednací číslo VŠP/8841/2025, ze dne 16. 12. 2025), která neshledala žádný rozpor s platnými předpisy a mezinárodními směrnicemi pro výzkum s lidskými účastníky. Zpracování osobních údajů probíhalo v souladu s nařízením GDPR.

VÝSLEDKY

Charakteristiku výzkumného souboru sportovců (n = 252) shrnuje tabulka 2. Soubor vykazoval převahu žen (61,5 %; n = 155) a byl věkově rozložen poměrně rovnoměrně se zvýšeným zastoupením kategorie nad 36 let (31,8 %; n = 80). Z hlediska výkonnostní úrovně tvořili nejpočetnější skupinu výkonnostní sportovci (52,8 %; n = 133), následováni rekreačními (42,5 %; n = 107) a vrcholovými sportovci (4,8 %; n = 12). Soubor byl sportovně velmi heterogenní (celkem 394 individuálních zmínek o sportovních aktivitách); nejvíce zastoupenými disciplínami byly běh (57 zmínek), triatlon (49), posilování a fitness (34), plavání (23), cyklistika (20) a tanec (19).

Tabulka 2

Demografická a sportovní charakteristika souboru sportovců

Sledovaný parametr	Kategorie	n	%
Pohlaví	Ženy	155	61,5
	Muži	97	38,5
Věk	Do 18 let	56	22,2
	19–25 let	53	21,0
	26–35 let	63	25,0
	Nad 36 let	80	31,8
Výkonnostní úroveň	Výkonnostní	133	52,8
	Rekreační	107	42,5
	Vrcholová	12	4,8
Celkem		252	100,0

Zdroj: vlastní.

Analýza úrovně informovanosti o syndromu relativní energetické nedostatečnosti ve sportu (RED-S) poukázala na výrazný deficit znalostí napříč sledovaným souborem. Celkem 78,2 % respondentů (n = 197 z n = 252) uvedlo, že se s tímto pojmem dosud nesetkalo. Vzhledem k charakteru výzkumného souboru, v němž byly významně zastoupeny vytrvalostní disciplíny spojované se zvýšeným rizikem LEA, představuje tento výsledek závažné zjištění z hlediska preventivní praxe; je jej však třeba interpretovat v kontextu tohoto konkrétního výzkumného souboru, nikoli jako obecně platný epidemiologický údaj. Nedostatečná znalost problematiky může vést k opožděnému rozpoznání varovných příznaků a současně snižovat pravděpodobnost včasného vyhledání odborné pomoci.

Přestože povědomí o samotném pojmu RED-S je nízké, řada sportovců uvádí zkušenost s příznaky, které s nízkou energetickou dostupností souvisejí. Celkem 71,2 % respondentů potvrdilo výskyt alespoň jednoho ze sledovaných symptomů, nejčastěji zhoršení sportovního výkonu (47,6 %; n = 120), sníženou imunitu (29,8 %; n = 75) a chronickou únavu (29,0 %; n = 73). Přehled výskytu jednotlivých symptomů shrnuje tabulka 3.

Tabulka 3

Výskyt subjektivně vnímaných symptomů LEA u sportovců (n = 252)

Symptom	n	%
Ztráta menstruačního cyklu (u žen)	26	10,3
Chronická únava	73	29,0
Zhoršení sportovního výkonu	120	47,6
Opakovaná zranění	20	7,9
Snížená imunita (časté nemoci)	75	29,8
Náhlé změny hmotnosti	25	9,9
Žádné z výše uvedených	73	29,0

Poznámka: respondenti mohli zvolit více možností, součet proto přesahuje n = 252.
Zdroj: vlastní.

Mezi respondenty, kteří uvedli alespoň základní znalost syndromu RED-S, dominovala jako hlavní zdroj informací média a sociální sítě (69,1 %; viz tabulka 4). Tabulka 4 se vztahuje pouze k podskupině informovaných respondentů (n = 55), nikoli k celému souboru (n = 252). Odborné vzdělávací zdroje, sportovní lékaři nebo nutriční specialisté byly zastoupeny výrazně méně. Tento trend naznačuje, že informace o energetické dostupnosti jsou ve sportovním prostředí často získávány neformální cestou, jejíž kvalita a odborná správnost nemusí být vždy zaručena. Z rozhovorů s trenéry zároveň vyplynulo, že jejich vlastní znalosti byly nejčastěji získány prostřednictvím vysokoškolského studia, odborných kurzů nebo dlouhodobé praxe. Lze tedy předpokládat existenci určité informační asymetrie mezi trenéry a sportovci, kdy jednotliví aktéři pracují s odlišnou úrovní odborných poznatků a rozdílnými zdroji informací.

Tabulka 4

Primární zdroje informací o syndromu RED-S u informovaných sportovců

Zdroj informací	Absolutní počet (n)	Relativní počet (%)
Média a sociální sítě	38	69,1
Odborník na výživu	6	10,9
Odborné studium / Škola	3	5,5
Trenér/Sportovní prostředí	2	3,6
Jiný zdroj	6	10,9
Celkem	55	100,0

Tabulka 5 poukazuje na zjištěnou poměrně nízkou úroveň informovanosti a odráží se také v oblasti výživových návyků. Největší skupina sportovců (36 %; n = 91) hodnotí úroveň informovanosti jako průměrnou. Za spíše dobré či velmi dobré považuje své znalosti bezmála 42 % respondentů (n = 105).

Tabulka 5

Subjektivní hodnocení celkové úrovně informovanosti o výživě ve sportovním prostředí

Hodnocení úrovně	Absolutní počet (n)	Relativní počet (%)
Velmi dobrá	29	11,5
Spíše dobrá	76	30,2
Průměrná	91	36,1
Spíše špatná	48	19,0
Velmi špatná	8	3,2
Celkem	252	100,0

V kontextu prevence syndromu RED-S je klíčové porozumět tomu, jak sportovci vnímají vlastní nutriční management. Jak dokládá tabulka 6, respondenti volili mezi pravidelným stravováním bez sledování hodnot, vyváženým jídelníčkem reflektujícím tréninkové zatížení, či se potýkali s problémy při slaďování stravy a tréninku. Identifikace těchto vzorců je pro trenéry zásadní; zatímco vyvážený přístup přizpůsobený tréninku svědčí o dobré nutriční gramotnosti, skupina sportovců uvádějící problémy se sladěním těchto dvou oblastí představuje rizikovou populaci, u které by měla být role trenéra v oblasti nutričního poradenství či včasného doporučení odborníka posílena. 23,5 % respondentů (n = 59) uvedlo, že jejich stravovací režim je cíleně přizpůsobován tréninkové zátěži a energetickým nárokům sportovní přípravy. Nejpočetnější skupinu (47 %; n = 118) tvořili sportovci, kteří sice uvedli pravidelný příjem potravy, avšak bez systematického sledování jejího složení nebo energetické hodnoty. Významná část souboru tak vykazuje absenci základních strategií, které by umožňovaly efektivní regulaci energetické dostupnosti v závislosti na objemu a intenzitě tréninku.

Tabulka 6

Přístup respondentů ke stravování a kontrole nutričního příjmu

Kategorie přístupu ke stravě	Absolutní počet (n)	Relativní počet (%)
Pravidelná strava bez sledování hodnot	118	47,0
Vyvážený jídelníček přizpůsobený tréninku	59	23,5
Problémy se sladěním stravy a tréninku	58	23,1
Jiný přístup / Nevyhraněno	17	6,4

Dalším významným zjištěním je minimální využívání odborné podpory – shrnuje tabulka 7. 82,5 % (n = 208) respondentů nevyužívá služeb nutričního terapeuta, sportovního dietologa ani jiného specialisty zaměřeného na výživu a regeneraci. Pojmem „odborné vedení“ je zde myšlena podpora ze strany kvalifikovaného nutričního terapeuta, sportovního dietologa nebo obdobného specialisty na výživu a regeneraci, nikoliv trenérská péče jako taková; trenér byl v dotazníku hodnocen jako samostatná kategorie. Tento výsledek naznačuje, že většina sportovců je při rozhodování o stravovacích návycích odkázána především na vlastní zkušenosti, doporučení trenérů nebo informace získané z veřejně dostupných zdrojů. V kombinaci s nízkou úrovní znalostí o problematice RED-S může tento stav představovat významný rizikový faktor pro rozvoj dlouhodobé energetické nedostatečnosti.

Tabulka 7

Komunikace varovných signálů únavy a dostupnost odborné podpory v oblasti výživy

Sledovaný parametr	Kategorie	Absolutní počet (n)	Relativní počet (%)
Hlášení únavy trenérovi	Ano (vždy + ne vždy)	89	35,3
	Ne (nekomunikuje)	63	25,0
	Nemá trenéra	100	39,7
Odborná podpora	Má odborné vedení	44	17,5
	Nemá odborné vedení	208	82,5

Obdobný obraz poskytují i data týkající se monitorování energetické bilance – viz tabulka 8. Téměř polovina respondentů (49,8 %; n = 126) uvedla, že při hodnocení energetického příjmu a výdeje spoléhá výhradně na subjektivní odhad, zatímco dalších 32,3 % (n = 81) energetickou bilanci nesleduje vůbec. Pouze 17,9 % (n = 45) sportovců využívá některou z přesnějších metod monitoringu, například specializované mobilní aplikace, nutriční software nebo jiné nástroje umožňující kvantifikaci energetického příjmu a výdeje. Získaná data tak ukazují, že systematické sledování energetické dostupnosti není ve sledovaném souboru běžnou součástí sportovní přípravy.

Tabulka 8

Metody monitoringu energetického příjmu a výdeje u výzkumného souboru

Metoda monitoringu	Absolutní počet (n)	Relativní počet (%)
Orientační odhad (neměří přesně)	126	49,8
Energetický příjem nesleduje vůbec	81	32,3
Využití aplikací a přesných metod	45	17,9
Celkem	252	100,0

Souhrnně lze konstatovat, že výsledky poukazují na existenci několika vzájemně propojených rizikových faktorů. Nedostatečná informovanost o syndromu RED-S, omezené využívání odborné podpory, absence systematického monitorování energetické bilance a nízká míra individualizace výživových strategií vytvářejí prostředí, ve kterém mohou příznaky LEA zůstávat dlouhodobě nerozpoznány. U sportovců vystavených pravidelné tréninkové zátěži tak vznikají podmínky pro rozvoj subklinických forem energetické nedostatečnosti, které se mohou projevit poklesem výkonnosti, narušením regenerace i dalšími zdravotními komplikacemi.

Kvalitativní zjištění z rozhovorů s trenéry

Tematická analýza sedmi hloubkových rozhovorů s trenéry identifikovala čtyři hlavní okruhy témat: komunikační styl trenéra, praktický monitoring únavy a energetické dostupnosti, přístup k tělesnému složení a bariéry v prevenci zdravotních rizik. V oblasti komunikace trenéři shodně deklarovali otevřený přístup k tématům výživy a únavy, zároveň však popisovali reaktivní komunikační styl – o výživě a hmotnosti hovoří převážně až tehdy, když sportovec sám projeví zájem nebo se objeví konkrétní problém. V oblasti monitoringu se ukázalo, že trenéři napříč disciplínami (atletika, plavání, box) spoléhají primárně na viditelný úbytek tělesné hmotnosti nebo výsledky bioimpedančního měření (InBody), zatímco systematické sledování energetického příjmu není v trenérské praxi běžné; jak uvedl trenér plavání, „moc s nimi o výživě nemluvím, maximálně řešíme výsledky měření na InBody“. Přístup k tělesnému složení se výrazně lišil podle typu sportu – v esteticky orientovaných disciplínách (tanec) je tělesné složení vnímáno jako přímá součást estetického dojmu, ve sportech s váhovými kategoriemi (box) je hmotnost svázána se sportovní kategorizací. Jako zásadní bariéru prevence trenéři identifikovali nedostatek systémového vzdělávání – téma RED-S je podle jejich vyjádření v trenérských kurzech zmiňováno jen okrajově nebo zůstává redukováno na koncept ženské atletické triády, což vede k opomíjení rizika u mužských sportovců. Rozhovory tak potvrzují zjištění z dotazníkového šetření: ačkoliv trenéři disponují solidní teoretickou znalostí syndromu RED-S, jejich reálná diagnostická praxe zůstává založena spíše na pozorování somatických změn než na systematickém sledování funkčních a subjektivních ukazatelů.

DISKUZE

Předložená studie se zaměřila na problematiku syndromu relativní energetické nedostatečnosti ve sportu v českém sportovním prostředí se zvláštním důrazem na roli trenéra v procesu prevence a včasné identifikace rizikových stavů. Získaná data

poukazují na existenci významného nesouladu mezi současnými vědeckými poznatky o energetické dostupnosti a jejich implementací do každodenní sportovní praxe. Tento rozpor se projevil jak na úrovni znalostí samotných sportovců, tak v diagnostických a komunikačních postupech trenérů.

Jedním z nejvýznamnějších zjištění byla nízká míra informovanosti sportovců o syndromu RED-S. Přestože se jedná o problematiku, která je v posledních letech intenzivně diskutována v oblasti sportovní medicíny a fyziologie zátěže, většina respondentů uvedla, že se s tímto pojmem dosud nesetkala. Tento výsledek je v souladu se zahraničními studiemi, které opakovaně upozorňují na skutečnost, že povědomí o energetické dostupnosti bývá nízké nejen mezi rekreačními, ale i mezi výkonnostními a elitními sportovci (Logue et al., 2020; Melin et al., 2019). Současně však výsledky naznačují, že problém nespočívá pouze v neznalosti odborné terminologie. Mnohem závažnější je skutečnost, že sportovci často nerozpoznávají ani samotné projevy LEA a považují je za běžnou součást náročného tréninkového procesu. Tento jev lze interpretovat prostřednictvím konceptu normalizace symptomů popsaného Mountjoy et al. (2018). Dlouhodobá únava, zvýšená nemocnost, poruchy regenerace nebo kolísání výkonnosti jsou ve sportovním prostředí často vnímány jako očekávaný důsledek vysokého zatížení, nikoliv jako potenciální signály fyziologické dysbalance. Takové nastavení může významně oddalovat okamžik, kdy sportovec nebo jeho okolí identifikují potřebu intervence. V praxi tak dochází k situaci, kdy jsou první projevy energetické nedostatečnosti přehlíženy nebo bagatelizovány až do okamžiku rozvoje závažnějších zdravotních komplikací. Tento nález naznačuje, že problém nespočívá pouze v nedostatečné teoretické edukaci, ale především v absenci mechanismů, které by informace o RED-S systematicky převáděly do každodenní tréninkové praxe a screeningových postupů.

Významným tématem studie byla rovněž otázka diagnostiky energetické nedostatečnosti v trenérské praxi. Rozhovory s trenéry ukázaly, že navzdory základní znalosti problematiky RED-S zůstává monitorování sportovců převážně orientováno na viditelné somatické ukazatele, zejména změny tělesné hmotnosti nebo tělesné kompozice. Tento přístup lze považovat za pozůstatek tradičního pojetí sportovní diagnostiky, které dlouhodobě spojovalo riziko energetické nedostatečnosti především s extrémní štíhlostí nebo výrazným úbytkem hmotnosti. Současné poznatky však ukazují, že LEA může existovat i při relativně stabilní tělesné hmotnosti a že řada fyziologických adaptací umožňuje organismu dočasně kompenzovat energetický deficit bez zjevných změn zevního vzhledu (Heikura et al., 2018). Právě zde se ukázal jeden z nejvýraznějších rozporů mezi perspektivou trenérů a zkušeností sportovců. Zatímco trenéři popisovali úbytek hmotnosti jako hlavní varovný signál, sportovci nejčastěji uváděli subjektivní symptomy, jako jsou únava, pokles výkonnosti nebo zhoršená regenerace. Tento nesoulad naznačuje, že v současné praxi mohou být nejčasnější projevy energetické nedostatečnosti přehlíženy, protože neodpovídají tradičním diagnostickým kritériím, na která jsou trenéři zvyklí. Výsledky tak podporují současné doporučení odborných společností, které zdůrazňují potřebu využívání funkčních ukazatelů zdraví a pravidelného sledování subjektivního stavu sportovce vedle klasických antropometrických parametrů.

Významnou oblast představovala také komunikace mezi trenérem a sportovcem. Přestože většina trenérů v rozhovorech uváděla otevřený přístup a ochotu řešit

zdravotní problémy svých svěřenců, data od sportovců ukázala odlišný obraz. Velká část respondentů uvedla, že své obtíže s trenérem aktivně nesdílí. Tento rozpor naznačuje, že otevřenost komunikace nelze hodnotit pouze z perspektivy trenéra, ale je nezbytné zohlednit také subjektivní prožívání sportovce a jeho pocit bezpečí při sdílení citlivých informací. Výsledky odpovídají poznatkům Kroshus et al. (2015), podle nichž mohou hierarchické vztahy ve sportovním prostředí vytvářet podmínky, ve kterých sportovci upřednostňují skrývání zdravotních obtíží před rizikem ztráty své pozice, omezení tréninku nebo negativního hodnocení. V kontextu RED-S představuje tato skutečnost významný problém, protože syndrom je často doprovázen symptomy, které jsou subjektivní povahy a nelze je bez aktivní spolupráce sportovce snadno identifikovat.

Zajímavým zjištěním byla rovněž role tlaku na tělesnou kompozici. V rozporu s tradiční představou nebyl jako hlavní zdroj tohoto tlaku identifikován trenér, ale samotní sportovci. Tento výsledek podporuje současné poznatky o významu internalizovaných výkonnostních a estetických ideálů ve sportu. Sportovci často přebírají normy svého prostředí a postupně je začínají vnímat jako vlastní očekávání, která následně ovlivňují jejich stravovací chování i vztah k vlastnímu tělu. Trenéři přitom nemusí vyvíjet přímý nátlak, aby se tento mechanismus aktivoval. Již samotný důraz na pravidelné monitorování tělesné kompozice může být některými jedinci interpretován jako implicitní požadavek na dosažení určitého vzhledu nebo hmotnosti. Tento poznatek je důležitý zejména z preventivního hlediska. Současné přístupy ke vzdělávání trenérů bývají často zaměřeny na rozpoznávání rizikového chování sportovců, avšak méně pozornosti je věnováno tomu, jak mohou každodenní komunikační strategie trenéra ovlivňovat vnímání vlastního těla a výživy. Výsledky naznačují, že efektivní prevence RED-S vyžaduje nejen odborné znalosti o energetické dostupnosti, ale také rozvoj komunikačních kompetencí a schopnosti vytvářet prostředí podporující otevřený dialog o únavě, regeneraci a výživě.

Všechny stanovené výzkumné předpoklady tak byly potvrzeny.

Při interpretaci výsledků je nutné zohlednit několik limitů studie. Dotazníkové šetření bylo založeno na sebehodnocení respondentů, což může být spojeno s rizikem zkreslení vyplývajícího z nepřesného vybavování informací nebo subjektivního posuzování vlastního zdravotního stavu. Současně nelze vzhledem k charakteru výzkumného souboru výsledky bez dalšího zobecňovat na celou populaci českých sportovců. Přínosem studie je však kombinace kvantitativního a kvalitativního přístupu, která umožnila zachytit problematiku z perspektivy obou hlavních aktérů a identifikovat oblasti, které by při využití pouze jedné metodologie mohly zůstat skryty. Celkově lze konstatovat, že výsledky studie podporují současný trend vnímání syndromu RED-S jako komplexního biopsychosociálního problému, jehož řešení přesahuje oblast výživy a fyziologie. Efektivní prevence vyžaduje propojení odborné edukace, funkční diagnostiky, multidisciplinární spolupráce a otevřené komunikace mezi všemi členy sportovního týmu. Právě schopnost propojit tyto oblasti se jeví jako klíčový předpoklad pro ochranu zdraví sportovců a současně pro dlouhodobou udržitelnost sportovní výkonnosti.

ZÁVĚR

Cílem této studie bylo analyzovat roli trenéra v procesu prevence a včasné identifikace syndromu relativní energetické nedostatečnosti ve sportu v českém sportovním prostředí a současně identifikovat bariéry, které mohou bránit efektivnímu managementu LEA. Kombinace kvantitativního šetření mezi sportovci a kvalitativních rozhovorů s trenéry umožnila zachytit problematiku z perspektivy obou klíčových aktérů a posoudit jejich vzájemnou provázanost.

Výsledky studie ukázaly, že povědomí o problematice RED-S mezi sportovci zůstává nízké, přestože 71,2 % respondentů vykazovalo zkušenost s příznaky typickými pro LEA (viz tabulka 3). Současně bylo zjištěno, že monitorování energetické dostupnosti není ve většině případů systematickou součástí sportovní přípravy a že sportovci často postrádají odborné vedení v oblasti výživy a regenerace. Tyto skutečnosti mohou přispívat k opožděnému rozpoznání rizikových stavů a zvyšovat pravděpodobnost rozvoje zdravotních komplikací spojených s dlouhodobým energetickým deficitem.

Významným zjištěním bylo rovněž přetrvávající zaměření trenérské praxe na somatické ukazatele, zejména tělesnou hmotnost a tělesnou kompozici. Přestože tyto parametry mohou poskytovat důležité informace o aktuálním stavu sportovce, výsledky naznačují, že jejich dominantní postavení v diagnostickém procesu může vést k přehlížení časných funkčních a subjektivních projevů energetické nedostatečnosti. Studie tak podporuje současné odborné poznatky zdůrazňující význam komplexního monitorování zahrnujícího nejen antropometrické ukazatele, ale také kvalitu regenerace, toleranci tréninkové zátěže, vývoj výkonnosti a subjektivně vnímaný zdravotní stav.

Další důležitou oblast představovala komunikace mezi trenérem a sportovcem. Získaná data poukázala na existenci rozdílu mezi deklarovanou otevřeností komunikace ze strany trenérů a ochotou sportovců sdílet své obtíže. Tento nesoulad naznačuje, že samotná dostupnost komunikace nemusí být dostatečnou podmínkou pro efektivní prevenci zdravotních rizik. Klíčovým faktorem se jeví vytváření prostředí charakterizovaného psychologickým bezpečím, ve kterém jsou únava, pokles výkonnosti nebo problémy spojené se stravováním vnímány jako legitimní součást péče o zdraví sportovce, nikoliv jako známka nedostatečné výkonnosti či odolnosti.

Na základě získaných poznatků lze konstatovat, že prevence syndromu RED-S vyžaduje širší přístup, než jaký bývá tradičně uplatňován v tréninkové praxi. Efektivní management energetické dostupnosti by měl být založen na multidisciplinární spolupráci trenérů, sportovních lékařů, nutričních specialistů a dalších odborníků podílejících se na péči o sportovce. Současně je nezbytné posílit vzdělávání trenérů v oblasti energetické dostupnosti a rozvíjet jejich kompetence v oblasti komunikace a práce s psychosociálními aspekty sportovní přípravy. Přínos studie spočívá především v propojení perspektivy sportovců a trenérů v českém sportovním prostředí, které dosud nebylo v souvislosti s problematikou RED-S systematicky zkoumáno. Získané poznatky mohou sloužit jako podklad pro tvorbu vzdělávacích programů, preventivních strategií a metodických doporučení zaměřených na podporu zdraví sportovců a dlouhodobou udržitelnost sportovní výkonnosti. Budoucí výzkum by se měl zaměřit na ověření účinnosti konkrétních preventivních intervencí a na hlubší analýzu faktorů ovlivňujících komunikaci o zdravotních rizicích v různých typech sportovního prostředí.

LITERATURA

DE SOUZA, M. J., NATTIV, A., JOY, E., MISRA, M., WILLIAMS, N. I., MALLINSON, R. J., GIBBS, J. C., OLMSTED, M., GOOLSBY, M., MATHESON, G., & EXPERT PANEL (2014). 2014 Female Athlete Triad Coalition Consensus Statement on Treatment and Return to Play of the Female Athlete Triad: 1st International Conference Held in San Francisco, California, May 2012 and 2nd International Conference Held in Indianapolis, Indiana, May 2013. *British Journal of Sports Medicine*, 48(4), 289–300. https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-093218.

HEIKURA, I. A., UUSITALO, A. L. T., STELLINGWERFF, T., BERGLAND, D., MERO, A. A., & BURKE, L. M. (2018). Low Energy Availability Is Difficult to Assess but Outcomes Have Large Impact on Bone Injury Rates in Elite Distance Athletes. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 28(4), 403–411. https://doi.org/10.1123/ijsnem.2017-0313.

KROSHUS, E., GARNETT, B., HAWRILENKO, M., BAUGH, C. M., & CALZO, J. P. (2015). Concussion Under-Reporting and Pressure from Coaches, Teammates, Fans, and Parents. *Social Science & Medicine*, 134, 66–75. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.04.011.

LOGUE, D. M., MADIGAN, S. M., MELIN, A., DELAHUNT, E., HEINEN, M., DONNELL, S. M., & CORISH, C. A. (2020). Low Energy Availability in Athletes 2020: An Updated Narrative Review of Prevalence, Risk, Within-Day Energy Balance, Knowledge, and Impact on Sports Performance. *Nutrients*, 12(3), 835. https://doi.org/10.3390/nu12030835.

MELIN, A. K., HEIKURA, I. A., TENFORDE, A., & MOUNTJOY, M. (2019). Energy Availability in Athletics: Health, Performance, and Physique. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 29(2), 152–164. https://doi.org/10.1123/ijsnem.2018-0201.

MOUNTJOY, M., ACKERMAN, K. E., BAILEY, D. M., BURKE, L. M., CONSTANTINI, N., HACKNEY, A. C., HEIKURA, I. A., MELIN, A., PENSGAARD, A. M., STELLINGWERFF, T., SUNDGOT-BORGEN, J. K., TORSTVEIT, M. K., JACOBSEN, A. U., VERHAGEN, E., BUDGETT, R., ENGEBRETSEN, L., & ERDENER, U. (2023). 2023 International Olympic Committee (IOC) Consensus Statement on Relative Energy Deficiency in Sport (REDs). *British Journal of Sports Medicine*, 57(17), 1073–1097. https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-106994.

MOUNTJOY, M., SUNDGOT-BORGEN, J. K., BURKE, L. M., ACKERMAN, K. E., BLAUWET, C., CONSTANTINI, N., LEBRUN, C., LUNDY, B., MELIN, A. K., MEYER, N. L., SHERMAN, R. T., TENFORDE, A. S., TORSTVEIT, M. K., & BUDGETT, R. (2018). IOC Consensus Statement on Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S): 2018 Update. *British Journal of Sports Medicine*, 52(11), 687–697. https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-099193.

TENFORDE, A. S., BARRACK, M. T., NATTIV, A., & FREDERICSON, M. (2016). Parallels with the Female Athlete Triad in Male Athletes. *Sports Medicine*, 46(2), 171–182. https://doi.org/10.1007/s40279-015-0411-y.

PhDr. Pavel Kysel, Ph.D., DiS.

Katedra biomedicíny

Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, spol. s.r.o.

Slovačíkova 400/1, 197 00 Praha 19 – Kbely

e-mail: kysel@palestra.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 42–54

EDUKATIVNÍ POTENCIÁL OLYMPIJSKÉ VÝCHOVY PRO DĚTI A MLÁDEŽ

THE EDUCATIONAL POTENTIAL OF OLYMPIC EDUCATION FOR CHILDREN AND YOUTH

LIBOR FLEMR, ANNA NOVOTNÁ

Katedra pedagogiky a psychologie, Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, spol. s.r.o.

SOUHRN

Olympijská výchova představuje klíčovou součást moderního olympijského hnutí a slouží jako nástroj pro šíření základních olympijských hodnot, jako jsou výjimečnost, respekt a přátelství, ve společnosti. Tento koncept vychází z přesvědčení, že sport má schopnost formovat nejen fyzické schopnosti, ale také morální a společenské vlastnosti jednotlivců. Prostřednictvím olympijské výchovy se tyto hodnoty přenášejí na různé generace a napomáhají budování harmonické společnosti, která uznává principy fair play, tolerance a spolupráce. Olympijská výchova nachází uplatnění nejen ve sportovním prostředí, ale také ve školních a komunitních programech, kde podporuje rozvoj osobnosti a společenské odpovědnosti. Prostřednictvím různorodých aktivit, jako jsou olympijské festivaly, vzdělávací workshopy a tematické školní programy, umožňuje mladým lidem i dospělým osvojit si hodnoty, které přesahují sportovní kontext a nacházejí své místo v každodenním životě. Tímto způsobem olympijská výchova nejen šíří povědomí o olympijských ideálech, ale také přispívá k vytváření stabilnější a spravedlivější společnosti.

Klíčová slova: olympijské hodnoty, výjimečnost, respekt, přátelství

ABSTRACT

Olympic Education is a key component of the modern Olympic Movement and serves as a tool for promoting fundamental Olympic values – such as excellence, respect, and friendship – within society. This concept is based on the belief that sport has the power to shape not only physical abilities but also the moral and social qualities of individuals. Through Olympic education, these values are passed down through generations and help build a harmonious society that recognizes the principles of fair play, tolerance, and cooperation. Olympic education is applied not only in sports settings but also in school and community programs, where it supports personal development and social responsibility. Through a variety of activities, such as Olympic festivals, educational workshops, and themed school programs, it enables both young people and adults to embrace values that transcend the sporting context and find their place in everyday life. In this way, Olympic education not only raises awareness of the Olympic ideals but also contributes to the creation of a more stable and just society.

Key words: Olympic values, excellence, respect, friendship

ÚVOD

Olympijská výchova představuje významný nástroj pro šíření hodnot olympismu a jejich začlenění do vzdělávacího procesu. Jejím cílem není pouze podpora sportovní výkonnosti, ale především rozvoj osobnostních, etických a sociálních kompetencí jednotlivce prostřednictvím hodnot, jakými jsou respekt, výjimečnost a přátelství (Mezinárodní olympijský výbor, 2019; Naul et al., 2017).

Význam olympijské výchovy přesahuje oblast sportu. Prostřednictvím školních, mimoškolních i komunitních aktivit přispívá k rozvoji odpovědnosti, týmové spolupráce, tolerance a respektu k pravidlům. Tyto principy podporují nejen pozitivní sportovní prostředí, ale současně napomáhají formování občanských postojů a sociálních dovedností využitelných v každodenním životě (Binder, 2012; Parry, 2006).

Současně olympijská výchova vytváří prostor pro rozvoj mezikulturního porozumění a sociální inkluze. Sport představuje univerzální prostředek komunikace, který překonává kulturní, národnostní i sociální rozdíly a podporuje vzájemnou spolupráci. Vzdělávací programy založené na principech olympismu vedou děti a mladé lidi k respektu k odlišnostem, schopnosti spolupracovat a přijímat společenskou odpovědnost (Müller, 2004; Naul et al., 2017).

Vedle hodnotového rozměru přispívá olympijská výchova také k podpoře pravidelné pohybové aktivity a zdravého životního stylu. V období narůstající fyzické inaktivity dětské populace představují sportovní aktivity spojené s olympijskou výchovou významný motivační prvek podporující pravidelný pohyb a zdravé návyky (Mezinárodní olympijský výbor, 2019).

Přestože jsou přínosy olympijské výchovy v odborné literatuře opakovaně zdůrazňovány, dosud existuje pouze omezené množství studií hodnotících úroveň znalostí olympijských hodnot u českých dětí a jejich postoje k této problematice. Cílem předkládaného výzkumu proto bylo zhodnotit úroveň znalostí základních olympijských hodnot, zjistit zájem dětí o tuto problematiku, identifikovat hlavní zdroje informací a analyzovat vztah mezi pohybovou aktivitou a postoji k olympijským hodnotám. V českém prostředí se těmito tématy zabývali tito autoři Hartmannová (2022), Mirovský (2022), Blažek (2023), Petřinová (2023), Smržová (2026). V mezinárodním kontextu Kelmendi et al. (2024), kteří mezi olympijské hodnoty řadí mj. i fair play, radost z úsilí a rovnováhu mezi tělem a myslí.

Olympijské hodnoty ve vzdělávacích programech

Základní olympijské hodnoty – výjimečnost, respekt a přátelství – představují důležitou součást současných vzdělávacích programů zaměřených na rozvoj osobnostních i sociálních kompetencí dětí a mládeže. Jejich cílem není pouze podpora sportovní výkonnosti, ale také utváření odpovědného chování, schopnosti spolupracovat a respektovat druhé (Binder, 2012; Mezinárodní olympijský výbor, 2019). V rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání (2023) jsou olympijské myšlenky a ideály uvedeny hned pětkrát.

Ve školním prostředí jsou tyto hodnoty prakticky rozvíjeny prostřednictvím tematických projektů, olympijských dnů, sportovních soutěží i běžné výuky tělesné výchovy. Praktické aktivity umožňují žákům osvojovat si principy fair play, týmové

spolupráce a respektu k pravidlům přímo během sportovních činností. Důležitou součástí jsou rovněž diskuse o historických osobnostech olympijského hnutí a příkladech etického jednání ve sportu (Binder, 2012; Naul et al., 2017).

Olympijské hodnoty jsou zároveň začleňovány i do dalších vzdělávacích oblastí, například občanské výchovy, etiky nebo dějepisu. Mezioborový přístup umožňuje žákům chápat olympismus jako soubor univerzálních hodnot využitelných nejen ve sportu, ale také v mezilidských vztazích a občanském životě (Müller, 2004; Parry, 2006).

Účinnost těchto programů závisí především na aktivním zapojení žáků, propojení teoretických poznatků s praktickou zkušeností a dlouhodobé podpoře ze strany školy i sportovního prostředí. Právě zážitkové formy vzdělávání jsou považovány za nejúčinnější prostředek rozvoje olympijských hodnot u dětí a mládeže (Binder, 2012; Naul et al., 2017).

Vzdělávání k olympijským hodnotám ve školním prostředí

Školní prostředí představuje klíčové místo pro systematické rozvíjení olympijských hodnot. Vedle podpory pohybové aktivity umožňuje vytvářet postoje založené na respektu, spolupráci, odpovědnosti a fair play, které mají význam nejen pro sport, ale i pro každodenní život žáků (Binder, 2012; Český olympijský výbor, 2023).

Významnou oporu učitelům poskytují metodické materiály Českého olympijského výboru, zejména publikace *Olympijské hodnoty a fair play* a *Desatero fair play*. Tyto materiály nabízejí praktické aktivity, modelové situace a doporučení pro začlenění olympijských hodnot do výuky i mimoškolních činností (Český olympijský výbor, 2023).

Největší prostor pro praktické uplatnění olympijských hodnot nabízí tělesná výchova, kde žáci získávají zkušenosti se spoluprací, dodržováním pravidel, respektem k soupeři i odpovědným přístupem ke společnému cíli. Současně lze olympijské principy efektivně začleňovat také do výchovy ke zdraví, občanské výchovy, etiky nebo dějepisu, kde slouží jako příklady řešení etických a společenských situací.

Účinnost hodnotového vzdělávání významně podporují aktivizační metody výuky, zejména skupinové projekty, diskuse, dramatizace nebo modelové situace. Tyto přístupy umožňují žákům nejen porozumět významu olympijských hodnot, ale také je prakticky uplatňovat při řešení běžných situací ve školním kolektivu.

Olympijské festivaly v České republice

Olympijské festivaly představují významnou součást popularizace olympijských hodnot v České republice. Organizovány jsou zejména Českým olympijským výborem ve spolupráci se školami, sportovními organizacemi a místními partnery. Jejich cílem je přiblížit veřejnosti atmosféru olympijských her a současně podporovat hodnoty fair play, respektu, spolupráce a zdravého životního stylu (Český olympijský výbor, 2021).

Festivaly nabízejí návštěvníkům možnost vyzkoušet si široké spektrum olympijských sportů pod vedením zkušených trenérů a současně se zapojit do vzdělávacích aktivit zaměřených na historii olympijského hnutí a filozofii olympismu. Sportovní činnost je doplňována workshopy, diskusemi a setkáními s olympioniky, které podporují propojení sportovní zkušenosti s hodnotovým vzděláváním.

Mezi významné projekty patří například Olympijský běh nebo Sazka Olympijský víceboj, jejichž cílem je motivovat děti i dospělé k pravidelné pohybové aktivitě a současně rozvíjet principy fair play, spolupráce a osobní odpovědnosti. Setkávání s úspěšnými sportovci navíc představuje významný motivační prvek, který přispívá k pozitivnímu vztahu mladých lidí ke sportu i olympijským ideálům (Český olympijský výbor, 2021; T-Mobile Olympijský běh, 2023).

Olympijské festivaly tak představují účinný nástroj neformálního vzdělávání, který propojuje sportovní zážitky s osvojováním hodnot důležitých nejen pro sportovní prostředí, ale i pro každodenní život.

Olympijská zóna EDA jako příklad zážitkového vzdělávání

Olympijská zóna EDA je vzdělávací projekt Českého olympijského výboru zaměřený na děti předškolního a mladšího školního věku. Prostřednictvím zážitkového učení seznamuje účastníky se základními hodnotami olympismu a propojuje pohybové aktivity s rozvojem sociálních a morálních dovedností (Český olympijský výbor, 2023).

Charakteristickým prvkem projektu jsou maskoti Eda a Ola, kteří dětem přístupnou formou představují principy fair play, respektu, spolupráce a osobní odpovědnosti. Využití herních prvků a příběhů zvyšuje motivaci dětí a usnadňuje pochopení abstraktních hodnot prostřednictvím konkrétních situací.

Program kombinuje sportovní aktivity s interaktivními workshopy, při nichž se děti seznamují s historií olympijského hnutí i možnostmi uplatnění olympijských hodnot ve škole, rodině a běžném životě. Obsah jednotlivých aktivit je přizpůsoben věku účastníků, což umožňuje zapojení širokého spektra dětí a podporuje jejich aktivní účast.

Význam projektu spočívá především v propojení pohybových činností s hodnotovým vzděláváním. Díky zážitkovému charakteru programu si děti osvojují principy spolupráce, čestného jednání a respektu přirozenou formou, což přispívá k jejich dlouhodobému rozvoji (Binder, 2012; Český olympijský výbor, 2023).

Sportovní akce a iniciativy s podporou olympijských hodnot

Sportovní akce a vzdělávací iniciativy představují významný prostředek šíření olympijských hodnot mezi dětmi, mládeží i širokou veřejností. Prostřednictvím organizovaných sportovních aktivit vytvářejí příležitosti nejen k rozvoji pohybových dovedností, ale také k osvojování principů fair play, respektu, spolupráce a osobní odpovědnosti (Český olympijský výbor, 2021).

Významnou roli v tomto směru sehrávají akce organizované Českým olympijským výborem, například Národní olympijské dny, Olympijský běh nebo Sazka Olympijský víceboj. Tyto projekty propojují sportovní činnost s hodnotovým vzděláváním a motivují děti i dospělé k pravidelné pohybové aktivitě a zdravému životnímu stylu. Současně vytvářejí prostor pro praktické uplatnění principů fair play, týmové spolupráce a respektu k pravidlům (Český olympijský výbor, 2021).

Významnou součástí systému podpory olympijských hodnot jsou také školní sportovní kluby, regionální sportovní organizace a Český klub fair play. Vedle oceňování příkladných sportovních výkonů a etického jednání se zaměřují na vzdělávací aktivity, které podporují odpovědný přístup ke sportu i mezilidským vztahům (Hátlová, Hošek, & Slepička, 2006).

Přestože jednotlivé projekty využívají odlišné formy práce, spojuje je společný cíl – vytvářet prostředí, ve kterém jsou olympijské hodnoty osvojovány prostřednictvím vlastní zkušenosti. Právě propojení sportovní činnosti se zážitkovým učením představuje jeden z nejúčinnějších způsobů rozvoje hodnotových postojů u dětí a mládeže.

METODIKA

Pro realizaci výzkumného šetření byl zvolen kvantitativní přístup prostřednictvím strukturovaného online dotazníku. Sběr dat probíhal formou online nestandardizovaného dotazníkového šetření prostřednictvím platformy Google Forms. Tento nástroj byl zvolen z důvodu své snadné dostupnosti, uživatelské přívětivosti a časové efektivity. Umožnil rychlé oslovení širokého spektra respondentů a pohodlné vyplnění dotazníku na různých zařízeních. Před zahájením ostrého sběru dat bylo provedeno pilotní testování dotazníku. Na základě zpětné vazby byly provedeny drobné úpravy formulací některých otázek s cílem zvýšit jejich jednoznačnost a usnadnit vyplňování dotazníku. Dotazník byl aktivní v období od 11. 3. do 12. 4. 2025 a distribuován prostřednictvím cílených i veřejných distribučních kanálů (základní i střední školy, různé sportovní kluby), s cílem zajistit co největší pestrost a rozmanitost respondentů.

Pohybová aktivita respondentů byla zjišťována těmito otázkami: Děláš nějaký sport nebo pohybovou aktivitu? Jaké sporty nebo pohybové aktivity děláš? Jak často sportuješ nebo cvičíš? Na jaké úrovni sportuješ?

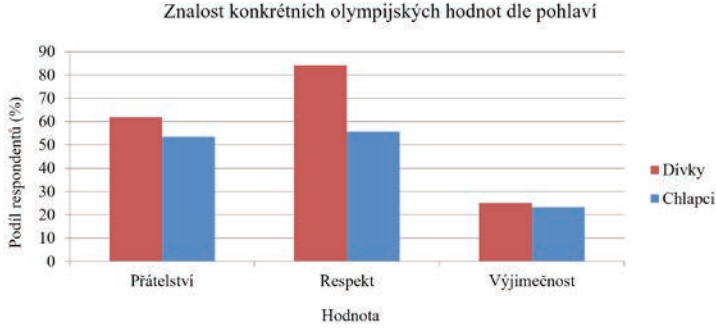
Před zahájením analýzy byla provedena kontrola kvality nasbíraných dat. Na základě vyhodnocení byly ze souboru vyřazeny odpovědi, které vykazovaly známky neseriózního nebo nekonzistentního vyplnění (např. nesmyslné odpovědi, vzory odpovědí odporující logice dotazníku). Odpovědi byly sbírány anonymně a data byla následně exportována k analýze.

Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem 315 dětí, z toho bylo 127 chlapců (40,32 %) a 188 dívek (59,68 %), průměrný věk byl 14,9 roku, při SD 2,3. Etická stránka výzkumu byla řešena pomocí etické komise fakulty.

VÝSLEDKY

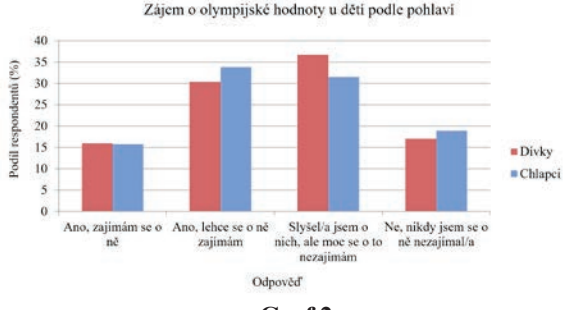
Jedním z úvodních zjišťovaných údajů byla základní znalost olympijských hodnot. Mezi dětskými respondenty odpovědělo kladně 119 dětí (37,8 %), zatímco 196 (62,2 %) uvedlo, že olympijské hodnoty neznají. Při podrobnějším pohledu na rozdělení odpovědí podle pohlaví se ukázalo, že mezi dětmi uvedlo „ano“ 76 dívek (40,4 %) a 43 chlapců (33,9 %). Respondenti, kteří uvedli, že znají pojem olympijských hodnot, byli dále vyzváni, aby konkrétně uvedli, které hodnoty mají na mysli. Respekt uvedlo 73,9 % respondentů (88 odpovědí), přátelství 58,8 % (70 odpovědí) a výjimečnost 24,4 % (29 odpovědí). Často byla zmiňována také hodnota „fair play“, která sice oficiálně nepatří mezi základní olympijské hodnoty, ale je veřejností běžně spojována s olympismem. Tuto hodnotu uvedlo 16,8 % dětí (20 odpovědí). Kromě toho respondenti uváděli i další hodnoty a s olympismem související pojmy (čestnost, férovost, rovnost, úcta, mír, spolupráce). Při podrobnějším pohledu na odpovědi podle pohlaví se ukazuje, že mezi dětmi uvedlo respekt 84,2 % dívek oproti 55,8 % chlapců. Přátelství zmínilo 61,8 % dívek a 53,5 % chlapců, výjimečnost 25 % dívek a 23,3 % chlapců. Z uvedených odpovědí také vyplývá, že většina respondentů, kteří tvrdili, že

olympijské hodnoty znají, dokázala alespoň jednu z nich pojmenovat, konkrétně šlo o 73,9 % (88 ze 119 dětí). Výsledky tedy ukazují, že nejčastěji uváděnými hodnotami byly skutečně tři základní olympijské hodnoty – respekt, přátelství a výjimečnost. Přestože celková znalost těchto konkrétních hodnot není u všech respondentů vysoká, data potvrzují, že většina z těch, kteří hodnoty znají, je schopna je konkrétně identifikovat. V odpovědích se zároveň objevovaly rozdíly podle pohlaví i věku, přičemž dívky uváděly jednotlivé hodnoty častěji než chlapci.



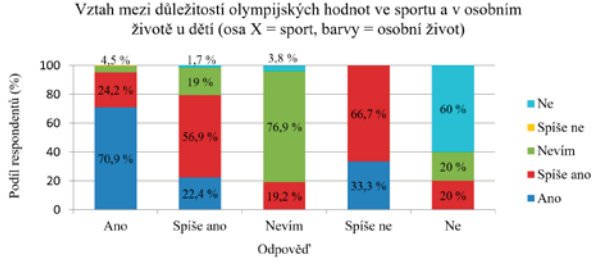
Graf 1
Znalost konkrétních olympijských hodnot

Další sledovanou oblastí byl zájem respondentů o olympijské hodnoty. V dětské skupině uvedlo aktivní zájem 15,9 % respondentů (50 dětí), zatímco dalších 31,8 % (100 dětí) projevilo alespoň částečný zájem. Zhruba 34,6 % respondentů (109 dětí) uvedlo, že o hodnotách slyšeli, ale příliš se o ně nezajímají, a 17,8 % (56 dětí) odpovědělo, že se o olympijské hodnoty nikdy nezajímali. Při podrobnějším rozdělení podle pohlaví vyšlo najevo, že aktivní zájem uvedlo 16,0 % dívek a 15,8 % chlapců. Mezi dívkami byla nejčastější odpovědí varianta „slyšela jsem o nich, ale příliš se o ně nezajímám“ (36,7 %), zatímco u chlapců dominoval mírný zájem (33,9 %). Odpovědi obou skupin byly celkově poměrně vyrovnané, bez výrazné převahy některé z možností. Aktivní zájem o olympijské hodnoty uvedla pouze menšina respondentů. Zároveň přibližně polovina všech respondentů vykazuje alespoň určitý, byť ne příliš intenzivní zájem.



Graf 2
Zájem o olympijské hodnoty u dětí podle pohlaví

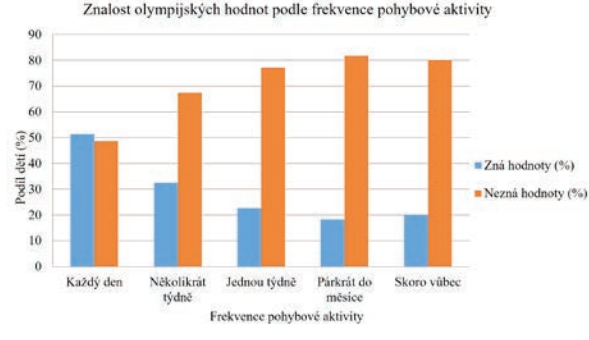
U dětských respondentů, kteří označili hodnoty jako „velmi důležité“ ve sportu (n = 158), uvedlo 74,1 % (n = 117), že jsou pro ně velmi důležité i v osobním životě. Dalších 21,5 % (n = 34) z této skupiny odpovědělo „spíše důležité“. Obdobně mezi těmi, kteří hodnoty ve sportu označili jako „spíše důležité“ (n = 54), uvedlo 40,7 % (n = 22), že jsou pro ně „velmi důležité“, a 44,4 % (n = 24), že jsou „spíše důležité“. Naopak děti, které hodnoty ve sportu považovaly za „spíše nedůležité“ nebo „vůbec nedůležité“ (n = 6), je jen výjimečně označovaly za důležité i v osobní rovině – pouze 16,7 % (n = 1) uvedlo, že jsou pro něj velmi důležité osobně. Děti, které považovaly olympijské hodnoty za důležité ve sportovním prostředí, je ve většině případů označily jako důležité i v osobním životě. Je však třeba upozornit, že nejnižší kategorie důležitosti byly zastoupeny jen minimálně, a jejich výsledky je nutné interpretovat s opatrností.



Graf 3

Vztah mezi vnímáním důležitosti olympijských hodnot ve sportu a v osobním životě u dětí

Mezi dětmi, které se pohybové aktivitě věnují každý den, uvedlo, že znají základní olympijské hodnoty, 51,4 % (n = 19). Ve skupině „několikrát týdně“ to bylo 32,5 % (n = 27) a u frekvence „jednou týdně“ 22,7 % (n = 5). Nižší znalost vykazovaly méně aktivní skupiny – v kategorii „párkrát do měsíce“ šlo o 18,2 % (n = 2) a ve skupině „vůbec“ o 20,0 % (n = 1). Je však nutné zdůraznit, že v nejméně aktivních kategoriích byl počet respondentů velmi nízký (n = 11 a n = 5), což výrazně snižuje výpovědní hodnotu těchto údajů.

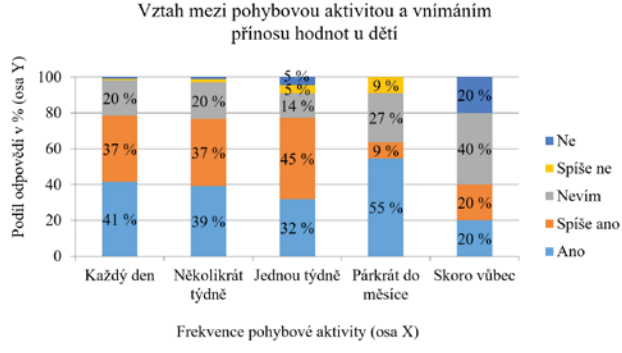


Graf 4

Znalost olympijských hodnot podle frekvence pohybové aktivity

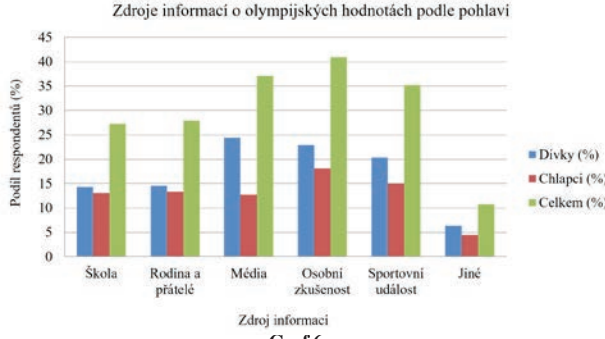
Nejvyšší povědomí bylo zaznamenáno u těch, kteří se věnují pohybové aktivitě každý den – znalost hodnot uvedlo 68,3 % (n = 56). Ve skupině „několikrát týdně“ to bylo 59,3 % (n = 102), u „jednou týdně“ 48,4 % (n = 15) a u „párkrát do měsíce“ 45,5 % (n = 10). V kategorii „zřídka“ uvedlo znalost olympijských hodnot 60,0 % (n = 6), avšak vzhledem k velmi nízkému počtu respondentů nelze tuto hodnotu považovat za směrodatnou. Nejnižší znalost byla u dětí, které se pohybové aktivitě nevěnují vůbec – pouze 20,0 % (n = 1). I zde je nutné počítat s velmi nízkým počtem respondentů v této kategorii (n = 5), což omezuje výpovědní hodnotu výsledku.

Ve skupině dětí, které sportují každý den, odpovědělo souhlasně s tvrzením, že olympijské hodnoty mohou pomoci zlepšit svět („ano“ nebo „spíše ano“) 78,4 % (n = 87 ze 111). U skupiny „několikrát týdně“ šlo o 76,5 % (n = 127 ze 166 respondentů) a u skupiny „jednou týdně“ 77,3 % (n = 17 z 22). Nižší podíl souhlasných odpovědí byl zaznamenán v kategoriích s nižší aktivitou – „párkrát do měsíce“ 63,6 % (n = 7 z 11) a „vůbec“ 40,0 % (n = 2 z 5). Vzhledem k velmi malému počtu respondentů v těchto skupinách však nelze tyto výsledky považovat za spolehlivě vypovídající (viz graf 4). Výsledky naznačují, že vyšší frekvence pohybové aktivity může souviset s pozitivnějším vnímáním přínosu základních olympijských hodnot.



Graf 5
Vztah mezi pohybovou aktivitou a vnímáním přínosu hodnot u dětí

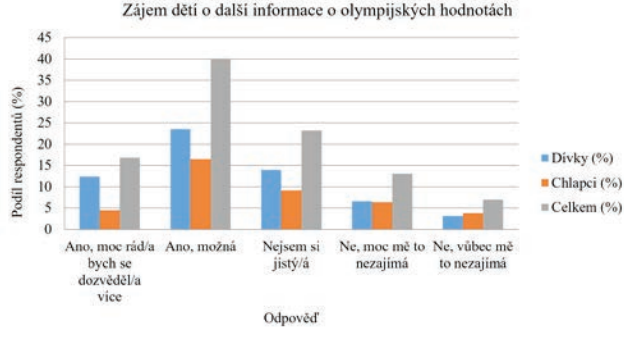
Mezi respondenty (n = 315) byl nejčastějším zdrojem informací o olympijských hodnotách vlastní prožitek, například účast na sportovní akci, tréninku, závodě nebo soutěži (41,0 %, n = 129). Druhým nejčastějším zdrojem byla média, jako jsou sociální sítě, internet, televize nebo noviny (37,1 %, n = 117), následovaná sportovními událostmi, při nichž děti vystupovaly v roli diváků (35,2 %, n = 111). Výuku ve škole uvedlo 27,3 % respondentů (n = 86) a informace od rodiny a přátel zmínilo 27,9 % (n = 88). Při rozdělení podle pohlaví byla osobní zkušenost uvedena 22,9 % dívek (n = 72) a 18,1 % chlapců (n = 57). Média jako zdroj zmínilo 24,4 % dívek (n = 77) a 12,7 % chlapců (n = 40), sportovní události 20,3 % dívek (n = 64) a 14,9 % chlapců (n = 47). Možnost „jiné“ uvedlo 10,8 % respondentů (n = 34), přičemž 15 dětí uvedlo, že se o olympijských hodnotách dozvěděly právě prostřednictvím tohoto dotazníku (viz graf 6).



Graf 6

Zdroje informací o olympijských hodnotách podle pohlaví

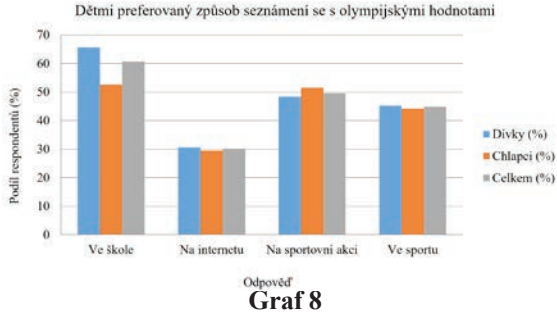
Většina respondentů projevila zájem dozvědět se více o olympijských hodnotách. Přibližně 57 % dětí uvedlo některou z pozitivních odpovědí, kdy 16,8 % (n = 53) odpovědělo „Ano, moc rád/a bych se dozvěděl/a více“ a 40,0 % (n = 126) uvedlo „Ano, možná“. Nejistotu ohledně svého zájmu vyjádřilo 23,2 % respondentů (n = 73). Zájem o tuto oblast neprojevilo přibližně 20 % dětí. Při rozdělení podle pohlaví měly dívky obecně vyšší zájem než chlapci. Například, odpověď „Ano, moc rád/a bych se dozvěděl/a více“ uvedlo 12,4 % dívek (n = 39) oproti 4,4 % chlapců (n = 14). Nejmenší zájem vyjádřili respondenti odpovědí „Ne, vůbec mě to nezajímá“, která se objevila u 3,2 % dívek (n = 10) a 3,8 % chlapců (n = 12) (viz graf 7).



Graf 7

Zájem dětí o další informace o olympijských hodnotách

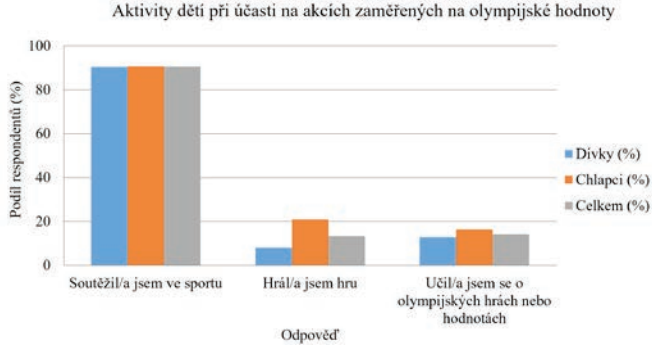
Preferovaný způsob seznámení se s olympijskými hodnotami – této otázky se účastnili pouze dětští respondenti (n = 252), kteří v předchozí části projevili zájem nebo nejistotu ohledně seznámení s olympijskými hodnotami. Nejčastěji by se děti chtěly o těchto hodnotách dozvídat ve škole (60,7 %, n = 153). Druhou nejčastější volbou byla účast na sportovních akcích, například olympijských festivalech (49,6 %, n = 125), a třetí preferovanou možností bylo povídání o hodnotách v rámci sportu, například prostřednictvím trenérů (44,8 %, n = 113). Internetové zdroje, jako videa, hry nebo weby, by si vybralo 30,2 % dětí (n = 76). Rozdělení podle pohlaví ukázalo, že školu preferovalo více dívek (65,6 %, n = 103) než chlapců (52,6 %, n = 50). U ostatních možností byly rozdíly mezi dívkami a chlapci malé, například sportovní akce zvolilo 48,4 % dívek a 51,6 % chlapců (viz graf 8).



Graf 8

Dětmi preferovaný způsob seznámení se s olympijskými hodnotami

Dětských respondentů (n = 315) jsme se dotazovali, zda se někdy zúčastnili soutěže nebo akce, kde se hovořilo o olympijských hodnotách. Účast potvrdilo 33,3 % respondentů (n = 105), zatímco 66,7 % dětí (n = 210) uvedlo, že takovou zkušenost nemají. Rozdíly mezi pohlavími byly minimální – účast potvrdilo 33,0 % dívek (n = 62) a 33,9 % chlapců (n = 43). Děti, které účast potvrdily, specifikovaly svou aktivitu na těchto akcích. Nejčastěji šlo o sportovní soutěže (90,5 %, n = 95), následované herními aktivitami (13,3 %, n = 14) a vzdělávacími programy zaměřenými na olympijské hodnoty (14,3 %, n = 15). Výsledky naznačují, že většina těchto akcí měla především sportovní charakter, zatímco vzdělávací rozměr byl zastoupen v menší míře (viz graf 9).



Graf 9

Aktivity dětí při účasti na akcích zaměřených na olympijské hodnoty

DISKUZE

Cílem studie bylo posoudit úroveň znalostí olympijských hodnot u dětí, identifikovat hlavní zdroje informací o olympismu a zjistit jejich postoje k možnostem seznamování se s těmito hodnotami. Výsledky ukázaly, že většina respondentů základní olympijské hodnoty zná, avšak jejich znalosti nejsou vždy systematické a významně závisejí na prostředí, ve kterém se s olympijskou problematikou setkávají. Významným zjištěním je skutečnost, že hlavním zdrojem informací jsou škola a internet, zatímco přímá účast

na vzdělávacích či sportovních akcích zaměřených na olympijské hodnoty byla potvrzena pouze přibližně třetinou respondentů. Tento výsledek naznačuje, že potenciál zážitkového vzdělávání není v současnosti plně využíván. Přitom právě aktivní zapojení dětí je podle odborné literatury jedním z nejúčinnějších způsobů osvojování hodnotových postojů (Binder, 2012; Naul et al., 2017).

Z výsledků dále vyplývá, že děti preferují seznamování s olympijskými hodnotami prostřednictvím sportovních aktivit a školního prostředí. Tento poznatek podporuje dlouhodobě prosazovaný koncept olympijské výchovy, který zdůrazňuje propojení teoretických poznatků s praktickou zkušeností. Samotné předávání informací bez možnosti jejich prožití totiž nemusí vést k dlouhodobému osvojení hodnot, jako jsou respekt, spolupráce nebo fair play (Binder, 2007).

Relativně nízká účast respondentů na organizovaných akcích zaměřených na olympijské hodnoty současně poukazuje na prostor pro intenzivnější spolupráci škol, sportovních klubů a Českého olympijského výboru. Rozšíření vzdělávacích programů a jejich systematické začlenění do školní praxe by mohlo přispět nejen ke zvýšení informovanosti dětí, ale také k lepšímu pochopení významu olympijských hodnot v každodenním životě.

Výsledky studie jsou obecně v souladu s pracemi Bindera (2012), Naula et al. (2017) i Mezinárodního olympijského výboru (2019), které zdůrazňují význam školy jako hlavního prostředí pro rozvoj olympijských hodnot. Současně potvrzují, že samotná znalost olympijských ideálů nemusí automaticky znamenat jejich praktické uplatňování. Úspěšnost olympijské výchovy závisí především na kvalitě vzdělávacích programů, aktivním zapojení žáků a dlouhodobé podpoře ze strany učitelů, trenérů i rodiny.

Za omezení předložené studie lze považovat skutečnost, že výzkum byl založen na dotazníkovém šetření, které zachycuje subjektivní postoje respondentů. Výsledky mohou být ovlivněny sociálně žádoucím způsobem odpovídání i regionálním složením výzkumného souboru. I když online forma šetření přináší řadu výhod, bylo třeba zohlednit i její omezení. Mezi hlavní rizika patří nižší návratnost, možnost nedokončení dotazníku. A lze také předpokládat, že reagovaly spíše děti, které mají nějaký vztah k olympijským hodnotám. Další výzkum by proto měl zahrnout širší a geograficky pestřejší soubor respondentů a doplnit dotazníkové metody o kvalitativní přístupy nebo dlouhodobé sledování účinnosti jednotlivých vzdělávacích programů.

Přesto výsledky naznačují, že olympijská výchova představuje perspektivní nástroj hodnotového vzdělávání dětí. Pro její další rozvoj bude klíčové podporovat aktivní formy výuky, propojovat školní vzdělávání se sportovní praxí a vytvářet příležitosti, při nichž budou děti olympijské hodnoty nejen poznávat, ale také prakticky prožívat.

ZÁVĚR

Předložená studie se pomocí nestandardizovaného dotazníku zaměřila na znalosti olympijských hodnot u dětí, jejich postoje k olympijské problematice a zdroje informací, ze kterých tyto poznatky získávají. Výsledky ukázaly, že základní olympijské hodnoty zná 38 % dětských respondentů, avšak jejich úroveň znalostí i zkušeností s organizovanými vzdělávacími aktivitami se liší.

Za nejvýznamnější zdroje informací lze považovat vlastní prožitek ze sportovní akce (41 %), sportovní diváctví (35 %), internet, média (37 %), informace od rodiny a přátel (28 %) a školní prostředí (27 %). Současně se potvrdil zájem dětí o seznamování s olympijskými hodnotami prostřednictvím sportovních aktivit a zážitkových forem vzdělávání. Výsledky podporují význam a velký potenciál systematického začleňování olympijských hodnot do školní výuky i mimoškolních aktivit. Účinná olympijská výchova by měla propojit teoretické poznatky s praktickou zkušeností a vytvářet příležitosti, při nichž děti mohou principy fair play, respektu a spolupráce aktivně uplatňovat.

Lze konstatovat, že olympijská výchova představuje významnou součást hodnotového vzdělávání dětí a mládeže. Její přínos však nespočívá pouze v předávání informací o olympijském hnutí, ale především ve vytváření podmínek pro praktické osvojování hodnot, které mohou pozitivně ovlivňovat chování mladých lidí ve sportu i v běžném životě.

LITERATURA

BINDER, D. (2012). Olympic values education: Evolution of a pedagogy. *Educational Review*, 64(3). https://www.researchgate.net/publication/254249563.

BLAŽEK, D. (2023). *Sport jako výchovný prostředek.* Diplomová práce. Praha: FTVS UK.

COUBERTIN, P. (1977). *Olympijské paměti.* Praha: Olympia.

Český olympijský výbor (2021). *Olympijské festivaly.* https://www.olympijskytym.cz.

Český olympijský výbor (2023). *Olympijská zóna Eda.* https://www.olympijskytym.cz/eda.

DOVALIL, J., et al. (2004). *Olympismus.* Praha: Olympia.

GIRGINOV, V., & PARRY, J. (2005). *The Olympic Games Explained: A Student Guide to the Evolution of the Modern Olympic Games.* London: Routledge.

GUTTMANN, A. (2002). *The Olympics: A History of the Modern Games.* Urbana: University of Illinois Press.

HARTMANNOVÁ, L. (2022). *Olympijské vzdělávání pro žáky základních škol v České republice.* Diplomová práce. Praha: VŠE.

HÁTLOVÁ, B., HOŠEK, V., & SLEPIČKA, P. (2006). *Psychologie sportu.* Praha: Karolinum.

JEŘÁBEK, J., et al. (2023). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání.* Praha: MŠMT.

KELMENDI, D., HVZIU, B., & ARIFI, F. (2024). Olympism and role of Olympic Values in Sport. *Journal of Anthropology of Sport and Physical Education*, 8(2), 13–17.

LENSKYJ, H. J. (2013). *Gender Politics and the Olympic Industry.* Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Mezinárodní olympijský výbor (2019). *Olympic Charter.* https://olympics.com/ioc/olympic-charter.

MIROVSKÝ, T. (2022). Dobrovolníci na sportovních akcích jako aktivní účastníci nových výzev trvalé udržitelnosti. *Diagnostika a poradenství v pomáhajících profesích*, 6(1), 41–50. https://doi.org/10.58743/dap2022vol6no1.298.

MÜLLER, N. (Ed.). (2000). *Olympism-Selected Writings.* Lausanne: International Olympic Committee.

MÜLLER, N. (2004). *Olympic education: University lecture on the Olympics.* Olympia: International Olympic Academy.

NAUL, R., BINDER, D., RYCHTECKÝ, A., & CULPAN, I. (2017). *Olympic education: An international review.* New York: Routledge.

PARRY, J. (2006). Sport and Olympism: Universals and Multiculturalism. *Journal of the Philosophy of Sport*, 33(2), 188–204. https://www.researchgate.net/publication/233429539.

PARRY, J. (2012). *Olympism for the 21st Century*. London: Routledge. https://www.researchgate.net/publication/228506316.

PETŘINOVÁ, V. (2023). *Postoje a vnímání sportovních hodnot předávaných mezinárodními organizacemi.* Bakalářská práce. Praha: FTVS UK.

REID, H. L. (Ed.). (2020). *Olympic Philosophy: The Ideas and Ideals behind the Ancient and Modern Olympic Games*. Sioux City, IA: Parnassos Press.
Sazka Olympijský víceboj (2022). *O projektu.* https://www.sazkaolympijskyviceboj.cz.
SMRŽOVÁ, A. (2026). *Olympijské hry v Paříži 2024: udržitelnost jako nástroj společenské transformace*. Bakalářská práce. Praha: FSV UK.
T-Mobile Olympijský běh (2023). *O běhu.* https://www.olympijskybeh.cz.

PhDr. Libor Flemr, Ph.D.
Katedra pedagogiky a psychologie
Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, spol. s.r.o.
Slovačíkova 400/1, 197 00 Praha 19 – Kbely
e-mail: flemr@palestra.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 55–61

ASSESSMENT OF SELECTED COMPONENTS OF PHYSICAL LITERACY IN PRIMARY SCHOOL PUPILS USING THE ALPHA TEST BATTERY

MICHAEL KUPILÍK, SOŇA JANDOVÁ

Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, Prague, Czech Republic

ABSTRACT

The aim of the study was to map the level of selected components of physical literacy in third-grade primary school pupils using the ALPHA (High Priority Health-Related Fitness Test Battery) and to verify the feasibility of its application within the environment of Czech primary schools. The study was designed as quantitative research with a single-group pre-test/post-test design. A partial aim was to propose a four-week intervention program, the effect of which was monitored by comparing pre-test and post-test results.

The research involved 20 pupils (11 girls and 9 boys) aged 8–10 years. Parameters of body composition (BMI, waist circumference), muscular strength (handgrip strength, standing long jump), and cardiorespiratory fitness (20m shuttle run) were monitored.

Pre-test results indicated a below-average level of the monitored parameters compared to available reference data. Following the intervention, improvements were observed particularly in cardiorespiratory fitness, where the lowest performances had been recorded during the pre-test.

The study further demonstrates that the ALPHA test battery represents a practically applicable tool for diagnosing health-related fitness in the context of school physical education. Simultaneously, the results highlight the need for the development of national reference norms for younger school-age children.

Key words: cardiorespiratory fitness, muscular strength, school physical education, 20m shuttle run, pre-test/post-test design

INTRODUCTION

In recent years, the concept of physical literacy has become established in both sports theory and practice. This holistic approach, pioneered by Margaret Whitehead (2001, 2010), transcends the traditional understanding of physical fitness as a set of mechanical skills. Physical literacy is defined as "the motivation, confidence, physical competence, knowledge and understanding that individuals develop and maintain to engage in physical activities for life" (Whitehead, 2010, p. 11). This concept integrates affective, cognitive, and physical domains and represents a crucial prerequisite for a lifelong active and healthy lifestyle.

The school environment, particularly physical education (PE) at the primary school level, represents a key space for the development of physical literacy. During the younger school age, significant changes occur in physical, motor, and cognitive

development (Vilímová, 2009; Chládková, 2019), while basic movement competencies and attitudes toward physical activity are simultaneously formed. The quality and systematic nature of physical education during this period thus fundamentally influence an individual's future movement behavior.

Current data, however, point to an unfavorable trend in the level of physical activity and physical fitness among Czech children. Reports by the Czech School Inspectorate (2023) highlight a decline in physical fitness and an increase in overweight and obesity. The results also indicate that a significant portion of primary school pupils do not reach the expected level of physical fitness, with the most pronounced deficit long being recorded in the area of cardiorespiratory endurance. These findings correspond with the trend of decreasing physical activity and a worsening health profile of the pediatric population. The National Report on Physical Activity of Children and Youth (Gába et al., 2022) simultaneously documents that a substantial part of children does not meet the World Health Organization recommendations for daily movement. This state is associated with a sedentary lifestyle and leads to a decline in components of health-related fitness, such as endurance, muscular strength, and body composition (Měkota & Cuberek, 2007).

Given these facts, it is essential to utilize standardized tools that allow for the objective diagnosis of motor skill levels and health-related fitness. Among the most frequently used test batteries are the Canadian CAPL-2 system (Longmuir et al., 2018), which focuses on multiple domains of physical literacy, or the TGMD-3, oriented toward gross motor skills (Shearer et al., 2021). In the European context, the ALPHA (High Priority Health-Related Fitness Test Battery) is considered a practically suitable tool, focusing on key components of health-related fitness – cardiorespiratory fitness, muscular strength, and body composition. Its advantage lies in its simple administration, low equipment requirements, and time efficiency. However, a limiting factor for its use with the younger school age is the absence of reference norms for this age category in the Czech environment (Sjöström et al., 2009).

AIM OF THE STUDY

The aim of this study was to map the level of selected components of physical literacy in primary school pupils using the ALPHA test battery. The partial aims were to verify its practical feasibility within the context of school physical education and to assess changes in the monitored parameters following a short-term physical intervention.

METHODS

The research was designed as a quantitative experimental study using a single-group pre-test/post-test design. The objective was to pilot-diagnose the baseline level of physical literacy, apply a targeted intervention program, and subsequently evaluate its effectiveness based on changes in the monitored parameters.

Participants

The research group consisted of 20 pupils (11 girls and 9 boys) in the third grade of primary school. The age of the respondents on the day the research commenced was 8.5 ± 0.59 years. Body height was 1.37 ± 0.05 m and body weight was 36.67 ± 7.50 kg. Purposive sampling was employed. A prerequisite for participation in the measurements

was a signed informed consent form from a legal guardian. The study was approved by the Ethics Committee of the Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, under reference number 18/24.

Data collection

Data collection took place during standard physical education lessons and was divided into three consecutive phases.

- Pre-test (2 lessons): During the initial two lessons, baseline measurements were conducted using the ALPHA test battery (Sjöström et al., 2009), which included the following tests in the given order:

1. *Measurement of body height and weight*: Performed using a mechanical medical scale with a stadiometer (Seca 711). Subsequently, the Body Mass Index (BMI) [$kg \cdot m^{-2}$] was calculated.
2. *Waist circumference measurement*: Performed using a non-elastic tape measure at the narrowest point of the torso, between the lower edge of the ribs and the upper part of the iliac crest, at the end of a normal expiration.
3. *Handgrip strength test*: Measured using a digital handheld dynamometer (Camry EH 101). The respondent stood with their arm fully extended along the body and squeezed the dynamometer with maximum force for 2–3 seconds. The test was performed for both hands, and the best result for each hand was recorded.
4. *Standing long jump*: Used to measure the explosive strength of the lower limbs. The better of two attempts was recorded.
5. *20m shuttle run test*: The respondent ran between two lines 20 meters apart in a rhythm set by an acoustic signal, the frequency of which gradually increased. The test ended when the respondent failed to reach the line in time twice in succession. The number of completed intervals (stages) was recorded.

Intervention program (4 weeks, 2 lessons per week): Based on the pre-test results analysis, an eight-hour intervention program was designed and integrated into physical education lessons. Each intervention unit (45 min) was structured into an introductory part (5–10 min, game-based warm-up), a main part (25–30 min, interval and game-based loading focused on the development of cardiorespiratory fitness and explosive strength), and a final part (5 min, cool-down). Exercise intensity was managed subjectively at a moderate to high intensity level (depending on the nature of the games and running intervals). Methods of games and competitions were utilized, such as relay and shuttle runs with object collection, movement games like "tag" with modifications (e.g., two-footed jumping), combative preparatory exercises, and interval training (alternating running and walking).

- Post-test (1 lesson): Following the completion of the four-week intervention, final measurements were taken. The procedure was identical to the pre-test; however, due to the short time interval and the assumption of minimal changes, measurements of body height, weight, and waist circumference were omitted.

Statistical analysis

The obtained data were recorded in Microsoft Excel and further processed using SPSS statistical software. Basic descriptive statistics (mean, standard deviation) were calculated. A paired t-test was used to compare the pre-test and post-test results. To

assess the practical impact of the intervention, effect size was calculated using Cohen's *d*. The interpretation of the effect size was established as follows: $d \approx 0.2$ as a small effect, $d \approx 0.5$ as a medium effect, and $d \geq 0.8$ as a large effect (Cohen, 1988). The level of statistical significance was set at $\alpha = 0.05$. The results were compared with available reference data from international studies (Ploegmakers et al., 2013; LeBlanc et al., 2016) and WHO norms (2025).

RESULTS

The results of the baseline measurement (pre-test) revealed that the monitored group of pupils exhibited below-average values in several key components of physical literacy compared to available norms (Table 1). Following the completion of the intervention program, positive changes were recorded, the extent of which varied depending on the tested component and gender.

Although BMI was monitored only marginally, as it has limited predictive value at this age, we found that the average BMI for boys was 19.56 ± 2.15 $kg \cdot m^{-2}$, and for girls, 18.84 ± 3.53 $kg \cdot m^{-2}$. The average waist circumference was 70.78 ± 7.68 cm for boys and 65.00 ± 9.82 cm for girls.

In the pre-test handgrip strength test for boys, an average performance of 16.33 ± 3.60 kg was recorded. After the completion of the intervention program, very similar values were measured in the post-test (16.24 ± 2.78 kg). This difference was not significant ($p = 0.43$) and the effect size was negligible ($d = -0.03$); thus, it cannot be concluded that a change in performance occurred.

For girls, an average performance of 14.62 ± 3.58 kg was recorded in the pre-test handgrip strength test. After the intervention, the post-test value increased to 15.72 ± 3.84 kg. This increase was statistically significant ($p = 0.03$) and was accompanied by a small to medium effect size ($d = 0.30$).

In the standing long jump test, no significant change in average performance was demonstrated for boys (123.0 ± 13.78 cm vs. 122.0 ± 20.03 cm; change −0.81%; $p > 0.05$; $d = -0.06$). Similarly, no significant change was recorded for girls (131.91 ± 20.36 cm vs. 133.64 ± 23.19 cm; change +1.31%; $p > 0.05$; $d = 0.08$). In both cases, the effect size was negligible.

In the 20m shuttle run endurance test, the average performance for boys increased from 3.1 ± 0.9 stages to 4.1 ± 1.7 stages ($p = 0.02$; $d = 0.70$). For girls, there was also a significant increase in performance from 2.9 ± 0.8 stages to 4.3 ± 1.3 stages ($p < 0.05$; $d = 1.26$).

These findings are consistent with the results of the Czech School Inspectorate (2023), which highlights a decline in the physical fitness of primary school pupils, particularly in endurance capacity. The low performance level in the 20m shuttle run test in the monitored group confirms this trend.

Table 1
Testing results before and after the intervention in the monitored group of girls and boys

Variable	Group	Pre-test (mean ± SD)	Post-test (mean ± SD)	*p*-value	Cohen's *d*
Standing long jump [cm]	Boys	123.00 ± 13.78	122.00 ± 20.03	0.40	–0.06
	Girls	131.91 ± 20.36	133.64 ± 23.19	0.35	0.09
Handgrip strength [kg]	Boys	16.33 ± 3.60	16.24 ± 2.78	0.43	–0.03
	Girls	14.62 ± 3.58	15.72 ± 3.84	**0.03***	0.30
Endurance run [stages]	Boys	3.10 ± 0.9	4.10 ± 1.7	**0.02***	0.70
	Girls	2.90 ± 0.8	4.30 ± 1.3	**< 0.01***	1.26

* $p < 0.05$

DISCUSSION

The primary aim of this study was to conduct a pilot analysis of the physical literacy level of primary school pupils using the ALPHA test battery, as recommended by the WHO (2025), and to pilot-verify the effectiveness of a subsequent physical intervention. The results of the study bring several important findings within the context of the current state of physical activity among children in the Czech Republic.

The level of pupils' motor skills in this research proved to be lower compared to the recommended standards. This result is consistent with a number of recent studies and reports (Czech School Inspectorate, 2023; Gába et al., 2022). The recorded below-average values, particularly in cardiorespiratory fitness, combined with above-average BMI and waist circumference values, point to an alarming trend where decreasing physical activity and a sedentary lifestyle lead to a disruption of energy balance and a decline in physical fitness as early as the primary school level. This condition is multifactorial, with the increasing influence of digital technologies and social networks playing a significant role, leading to passive leisure time and limiting natural spontaneous movement (Sigmundová & Sigmund, 2015).

The results of the intervention part of the study showed that a short-term but targeted and systematically led physical intervention led to both statistically and substantially significant improvements in the monitored parameters, thereby confirming the assumption of its positive influence. The most pronounced effect was observed in cardiorespiratory fitness, which confirms that endurance capacities are highly trainable in children of this age (Perič, 2012). This result demonstrates that even a short-term, targeted physical intervention can significantly influence the level of physical fitness, especially in girls. We assume that a key factor is the fact that for many pupils, school physical education may represent a major source of physical activity.

The less pronounced results in strength tests (handgrip strength, standing long jump) can be interpreted in several ways. The development of muscular strength, and particularly explosive strength, is a more complex process and may require a longer intervention period or higher frequency and intensity of training. Gender differences may be related to varying responses to loading at this age, which this study, however, cannot reliably assess.

Limitations of the study

It is necessary to reflect on several limitations of this study. The small sample size (N = 20) does not allow for the generalization of the results to the entire population of primary school pupils. The relatively short duration of the intervention (four weeks, twice a week) may have been insufficient to induce more permanent and significant changes in all monitored components, especially in strength and motor coordination. Another methodological limitation of the study is the absence of a control group that would have undergone standard physical education lessons without the application of the intervention program. Thus, the influence of other factors on the observed changes in the monitored parameters cannot be entirely ruled out.

CONCLUSION

The study highlights a below-average level of physical literacy, or components of health-related fitness, in the monitored group of third-grade primary school pupils. Statistical analysis revealed significant changes, particularly in cardiorespiratory fitness (20m shuttle run), for both boys ($p = 0.02$; $d = 0.70$) and girls ($p < 0.01$; $d = 1.26$), while no statistically significant changes were recorded in the other monitored parameters.

At the same time, the results suggest that even a short-term, systematically led physical intervention implemented within school physical education can lead to improvements in selected parameters, particularly in the area of cardiorespiratory fitness.

Furthermore, the results indicate that the ALPHA test battery is a practically applicable tool for diagnosing and monitoring changes in physical literacy levels within the conditions of a standard primary school. Its simple administration, low equipment requirements, and time efficiency make it well-suited for use in school practice.

A limiting factor for its wider application remains the absence of official reference norms for the 6–11 age category, which restricts the possibility of accurately comparing children's performance with population standards.

Based on the findings, it is recommended to introduce regular physical literacy diagnostics into physical education lessons, for example, by utilizing the ALPHA battery. Simultaneously, it is desirable for future research to focus on the creation and validation of national norms, work with larger sample sizes, and the inclusion of control groups.

Declaration on the use of AI in the translation process

Artificial intelligence was utilized for the translation of this manuscript. The authors reviewed and verified the final text for scientific and terminological accuracy.

REFERENCES

ALTMANOVÁ, J., FALTÝN, J., NEMČÍKOVÁ, K., & ZELENDOVÁ, E. (Eds.) (2010). *Gramotnosti ve vzdělávání: příručka pro učitele*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický.

ČERVINKA, P. (2015). Případová studie dlouhodobého sledování změn ve vztahu dětí k pohybové aktivitě. *Česká kinantropologie*, 19(3), 53–61.

Česká školní inspekce (2023). *Tělesná zdatnost žáků na základních a středních školách – Výuka tělesné výchovy a podpora pohybových aktivit*.

COHEN, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. vyd.). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

GÁBA, A., BAĎURA, P., DYGRÝN, J., HAMŘÍK, Z., JAKUBEC, A., KUDLÁČEK, M. et al. (2022). *Národní zpráva o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže 2022*. Olomouc: UP, Active Healthy Kids Czech Republic.
CHLÁDKOVÁ, I. (2019). *Aspekty působící na oblast plavecké gramotnosti u žáků málotřídní školy*. Diplomová práce. Praha: PedF UK.
LEBLANC, A. G., et al. (2016). International normative 20 m shuttle run values from 1,142,026 children and youth representing 50 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 50(8), 464–471. https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096024.
LONGMUIR, P. E., GUNNELL, K. E., BARNES, J. D., et al. (2018). Canadian Assessment of Physical Literacy Second Edition: a streamlined assessment of the capacity for physical activity among children 8 to 12 years of age. *BMC Public Health*, 18(Suppl 2), 1047. https://doi.org/10.1186/s12889-018-5902-y.
MĚKOTA, K., & CUBEREK, R. (2007). *Pohybové dovednosti – činnosti – výkony*. Olomouc: Univerzita Palackého.
PERIČ, T. (2012). *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada Publishing.
PILOUSKOVÁ, V. (2016). *Koordinační schopnosti fotbalistek a možnosti jejich zlepšování.* Bakalářská práce. Vedoucí práce M. Hronzová. Praha: PedF UK.
PINKASOVÁ, L. (2018). *Hodnocení motorické výkonnosti a držení těla u dětí mladšího školního věku.* Diplomová práce. Vedoucí práce V. Bunc. Praha: FTVS UK.
PLOEGMAKERS, J. J. W., HEPPING, A. M., GEERTZEN, J. H. B., BULSTRA, S. K., & STEVENS, M. (2013). Grip strength is strongly associated with height, weight and gender in childhood: a cross sectional study of 2241 children and adolescents providing reference values. *Journal of Physiotherapy*, 59(4), 255–261. https://doi.org/10.1016/S1836-9553(13)70202-5.
SHEARER, C., GOSS, H. R., BODDY, L. M., KNOWLES, Z. R., DURDEN-MYERS, E. J., & FOWEATHER, L. (2021). Assessments Related to the Physical, Affective and Cognitive Domains of Physical Literacy Amongst Children Aged 7-11.9 Years: A Systematic Review. *Sports Medicine – Open*, 7(1), 37. https://doi.org/10.1186/s40798-021-00324-8.
SIGMUND, E., & SIGMUNDOVÁ, D. (2011). *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého.
SIGMUNDOVÁ, D., & SIGMUND, E. (2015). *Pohybová aktivita a sedavé chování českých dětí a dospívajících: souhrnná zpráva z let 2012–2015 v rámci mezinárodních studií HBSC, IPAQ a GPAQ*. Olomouc: Univerzita Palackého.
SJÖSTRÖM, M., et al. (2009). *ALPHA-Fitness Test Manual for Children and Adolescents*. The ALPHA Project. Test Manual.
VAŠÍČKOVÁ, J., POLÁKOVÁ, M., & ČAPKOVÁ, M. (2021). Pohybová gramotnost v prostředí českého vzdělávání. In: *Gramotnost, pregramotnost a vzdělávání*. https://pages.pedf.cuni.cz/gramotnost/files/2021/11/Gramotnost_02_2021_Vasickova.pdf.
VILÍMOVÁ, V. (2009). *Didaktika tělesné výchovy (2. vyd.)*. Brno: Masarykova univerzita.
VRBA, J. (2016). *Referenční hodnoty indexu svalové hmoty a síly stisku ruky korigované BMI pro děti od 4–12 let v závislosti na pohlaví v České republice*. Bakalářská práce. Vedoucí práce M. Šteffl. Praha: FTVS UK.
WHITEHEAD, M. E. (2001). The concept of physical literacy. *European Journal of Physical Education*, 6(2), 127–138. https://doi.org/10.1080/1740898010060205.
WHITEHEAD, M. (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. London: Routledge.
World Health Organization (2025). *BMI-for-age* (*5-19 years*). https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age.

Mgr. Michael Kupilík
Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University
Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1
e-mail: michael.kupilik@pedf.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 62–71

EFFECT OF AN EIGHT-WEEK PLYOMETRIC TRAINING PROGRAM ON EXPLOSIVE PERFORMANCE AND ACCELERATION IN ADOLESCENT FEMALE BASKETBALL PLAYERS

TEREZA ŠÁLKOVÁ, SOŇA JANDOVÁ

Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, Prague, Czech Republic

ABSTRACT

Purpose: The aim of the study was to evaluate the effectiveness of an eight-week plyometric training program on selected performance parameters in U17 female basketball players.

Methods: The sample consisted of 20 female basketball players (age 16.25 ± 0.79 years) who were randomly assigned to an experimental group (n = 10) and a control group (n = 10). The experimental group completed a structured plyometric program over eight weeks, while the control group continued with their standard training routine. Performance changes were assessed using a pretest-posttest design, including vertical jump, standing long jump, and 10-m sprint tests. Nonparametric statistical methods (Wilcoxon signed-rank test and Mann-Whitney U test) were applied.

Results: Significant improvements were observed in the experimental group in all monitored variables: vertical jump (+6.5 cm; $p = 0.006$), standing long jump (+15.5 cm; $p = 0.006$), and 10-m sprint time (–0.13 s; $p = 0.006$). No significant changes were found in the control group. Significant between-group differences were identified for all performance parameters ($p < 0.001$). Effect sizes were large ($r = 0.84$–0.90).

Conclusions: The findings suggest that an eight-week plyometric training program may be an effective method for improving explosive strength and acceleration in adolescent female basketball players. However, the results should be interpreted with caution due to the sample size and the use of field-based measurement methods.

Key words: stretch-shortening cycle, neuromuscular adaptations, reactive strength, youth training, physical conditioning

INTRODUCTION

Basketball is a dynamic team sport characterized by high-intensity activity and the frequent alternation of short-duration explosive actions, such as sprinting, changes of direction, and jumping tasks. These movement patterns reflect the intermittent nature of game demands, placing considerable stress on the neuromuscular system and particularly on the ability to rapidly generate muscular force. Consequently, game performance is substantially determined by the level of lower-limb explosive capabilities, which are essential for jumping, landing, and accelerating during both offensive and defensive situations (Dovalil et al., 2002; Perič & Dovalil, 2010; Lehnert et al., 2014).

In this context, explosive strength is defined as the ability to produce high levels of muscular force within the shortest possible time interval. Its importance increases in movement tasks where the time available for force production is limited. In basketball, this ability directly influences vertical jump performance, take-off velocity, and acceleration capacity, all of which represent key determinants of competitive performance (Měkota & Novosad, 2005; Dovalil & Choutka, 2012).

In team sports, standardized testing batteries are commonly used to evaluate performance potential and assess fundamental physical and motor abilities. These testing batteries typically include measures of explosive strength, speed, and agility that reflect the specific physiological and biomechanical demands of sport performance. Among the most frequently employed assessments are vertical jump tests, standing long jump tests, and short sprint tests, which constitute valid and practically applicable tools for evaluating athletic abilities in team-sport athletes (Měkota & Novosad, 2005; Lehnert et al., 2014).

From a training perspective, plyometric training is considered one of the most effective methods for developing explosive strength. This type of exercise is based on the utilization of the stretch-shortening cycle (SSC), which enables the efficient storage and subsequent release of elastic energy within the muscle-tendon unit. As a result, mechanical power output can be enhanced without a substantial increase in metabolic cost, an important advantage during the repeated explosive actions characteristic of team sports (Janura & Janurová, 2007; Ševionek et al., 2007).

Existing research indicates that plyometric training can improve a wide range of performance-related variables, including vertical jump performance, sprint speed, and change-of-direction ability. These adaptations are primarily attributed to enhanced neuromuscular coordination, faster motor unit recruitment, and more efficient utilization of the elastic properties of skeletal muscle (Meylan & Malatesta, 2009; Perič & Dovalil, 2010). Furthermore, systematic reviews and meta-analyses have consistently demonstrated that plyometric training produces significant improvements in lower-limb explosive power and performance during both vertical and horizontal jumping tasks (Markovic & Mikulic, 2010). Meta-analytic evidence also suggests that the magnitude of improvement in vertical jump performance is influenced by factors such as intervention duration, training frequency, and the specific types of plyometric exercises employed (de Villarreal et al., 2009).

Despite the considerable body of evidence supporting plyometric training, several gaps remain regarding its application in youth sport settings. Much of the existing literature has focused on adult athletes or heterogeneous samples without clearly defined age categories and training backgrounds. Furthermore, relatively few studies have been conducted within authentic club-based basketball environments, limiting the practical transferability of research findings to the conditioning programs of adolescent female athletes.

Adolescence is widely recognized as a sensitive developmental period for the enhancement of strength and speed capacities due to the high plasticity of the neuromuscular system (Lloyd & Oliver, 2012). Training adolescent female athletes represents a particularly important area of interest, as substantial changes occur in neuromuscular coordination, postural stability, and movement patterns during this

stage of development. Targeted training interventions aimed at improving explosive performance may therefore contribute not only to enhanced athletic performance but also to the optimization of movement mechanics and the reduction of injury risk, which is often associated with sex-specific biomechanical characteristics of the lower extremities (Janda, 2004; Janura & Janurová, 2007).

In female athletes, special consideration should be given to biomechanical factors such as an increased tendency toward knee valgus during landing tasks, which has been associated with a higher risk of anterior cruciate ligament (ACL) injury (Hewett et al., 2006). Targeted neuromuscular and plyometric training may contribute to reducing lower-extremity injury risk through improvements in dynamic stability and movement control (Sugimoto et al., 2015).

Based on these considerations, further investigation of the effectiveness of systematically structured short-term plyometric interventions in youth basketball appears warranted. Therefore, the aim of the present study was to evaluate the effects of an eight-week plyometric training program on vertical jump performance, horizontal explosive power, and acceleration ability in U17 female basketball players.

MATERIALS AND METHODS

Study design

The study was conducted as a controlled intervention trial employing a pretest-posttest design. The research design included an experimental group that participated in a plyometric training program and a control group that continued its regular training routine without any specific intervention. The primary objective was to compare changes in selected performance variables both within and between groups following an eight-week training period.

Participants

The study sample consisted of U17 female basketball players from two clubs competing in the highest national league in the Czech Republic (BK Lvice Litoměřice and BK Sluneta Ústí nad Labem). A total of 20 athletes participated in the study (n = 20) and were randomly assigned to either an experimental group (EXP; n = 10) or a control group (CON; n = 10) using a simple randomization procedure based on a lottery draw.

The groups were comparable with respect to basic anthropometric characteristics (age, body height, and body mass), enabling a more objective evaluation of the intervention effects.

The inclusion criteria were: (a) active participation in the U17 national basketball league, (b) regular attendance at team training sessions, (c) medical clearance allowing unrestricted physical activity, and (d) completion of both pre- and post-intervention testing. Exclusion criteria included: (a) injury or medical complications occurring during the study period, (b) absence from the intervention program on more than one occasion, and (c) failure to complete the testing procedures. No participants were excluded during the course of the study.

The study was conducted in accordance with established ethical principles for scientific research (Ethics Committee of the Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University; Ref. No. 25/017). All participants and their

legal guardians received detailed information regarding the aims, procedures, and potential risks of the study and provided written informed consent prior to participation. Participant anonymity was ensured, and all collected data were used exclusively for research purposes.

Intervention program

The plyometric training program was implemented over an eight-week period (October – December 2025) as part of the regular training process of the experimental group. The program was structured according to the principle of progressive overload and incorporated a variety of plyometric exercises targeting different aspects of explosive performance.

During the initial phase (Weeks 1–2), emphasis was placed on learning proper jumping and landing techniques and on gradually adapting the musculoskeletal system to plyometric loading. During the subsequent phase (Weeks 3–8), training intensity was progressively increased through the inclusion of more demanding exercises, including unilateral jumping tasks and drills designed to enhance reactive strength.

The program included exercises targeting:

- Vertical explosive power (e.g., countermovement jumps, drop jumps);
- Horizontal explosive power (e.g., bounding drills, standing long jumps);
- Acceleration and movement coordination (e.g., jump-to-sprint combinations);
- Landing stability and movement control.

The progressive increase in training load and exercise variability reflected the specific movement demands of basketball and was intended to promote comprehensive development of sport-specific physical abilities. The control group followed its standard basketball training program throughout the intervention period without the addition of structured plyometric exercises. The selection, volume, and frequency of exercises within the intervention were designed to reflect the practical requirements of youth basketball training and were progressively increased over the course of the program.

Testing procedures

The testing battery was based on standardized protocols commonly used for the assessment of motor abilities in sport settings (Měkota & Novosad, 2005; Lehnert et al., 2014).

The effectiveness of the intervention program was evaluated using a standardized performance-testing battery focused on lower-limb explosive power and acceleration ability. All assessments were performed before the intervention (pretest) and immediately following the completion of the eight-week training period (posttest).

Vertical jump test

The vertical jump test was used to assess lower-limb explosive power. Jump height was measured using a Vertec device (Sports Imports, USA). Each athlete completed two attempts, and the highest jump height recorded in centimeters was retained for analysis.

Standing long jump test

The standing long jump test was used to assess horizontal lower-limb explosive power. Performance was measured as the distance from the take-off line to the nearest point of landing. Each athlete performed two attempts, and the better result, expressed in centimeters, was recorded.

10-m sprint test

The 10-m sprint test was used to evaluate acceleration performance. Sprint time was measured using a digital stopwatch with an accuracy of 0.01 s. Each athlete completed two trials, and the fastest time was included in the analysis.

Measurement standardization

To minimize the influence of external factors, all measurements were conducted under standardized conditions. Testing sessions were performed before the start of regular training sessions and in the same training environment. Each testing session was preceded by an identical standardized warm-up.

All participants received the same instructions, completed the tests in the same order, and were provided with sufficient recovery intervals between attempts. The same equipment was used throughout the study. Nevertheless, because the assessments were conducted under field conditions, the results should be interpreted with consideration of the potential limitations associated with the precision of the measurement instruments employed.

Data processing and statistical analysis

Data were processed using Microsoft Excel and Jamovi statistical software. For each performance variable, change scores were calculated as the difference between posttest and pretest values (POST − PRE).

Descriptive statistics included means, standard deviations, and medians. Data normality was assessed using the Shapiro-Wilk test. As the assumption of normal distribution was violated, nonparametric statistical procedures were applied. Within-group differences were evaluated using the Wilcoxon signed-rank test, whereas between-group differences were examined using the Mann-Whitney U test.

The level of statistical significance was set at $\alpha = 0.05$. Practical significance was evaluated using the effect size coefficient (r). Effect sizes were interpreted according to Cohen's (1988) recommendations: small effect ($r = 0.10$), medium effect ($r = 0.30$), and large effect ($r \geq 0.50$).

RESULTS

The results for all monitored performance variables are presented in Table 1. The experimental group demonstrated greater absolute changes across all assessed parameters compared with the control group.

Table 1

Summary of changes in performance variables in the experimental (EXP) and control (CON) groups between pre-intervention (PRE) and post-intervention (POST) assessments

Variables	Group	PRE (Mean ± SD)	POST (Mean ± SD)	Median PRE	Median POST	Δ (difference)	Z	*p*	*r*
Vertical jump (cm)	EXP	36,5 ± 2,87	43,0 ± 4,10	36,5	43,5	+6,5	2,80	0,006*	0,90
	CON	36,0 ± 2,45	37,0 ± 2,98	36,0	36,5	+1,0	1,90	0,053	0,90
Standing long jump (cm)	EXP	179,6 ± 8,02	195,1 ± 11,76	179	196	+15,5	2,80	0,006*	0,90
	CON	178,6 ± 7,47	179,3 ± 7,41	178,5	178,5	+0,7	1,70	0,095	0,60
10-m sprint (s)	EXP	2,04 ± 0,08	1,92 ± 0,08	2,04	1,91	−0,13	−2,80	0,006*	−0,90
	CON	2,05 ± 0,08	2,05 ± 0,08	2,05	2,05	0,00	−0,80	0,442	−0,30

Note: Δ = difference between POST and PRE measurements; Z = Wilcoxon signed-rank test statistic; p = level of statistical significance ($p < 0.05$); r = effect size

Significant improvements were observed in the experimental group across all measured variables. Vertical jump height increased from 36.5 ± 2.87 cm to 43.0 ± 4.10 cm, corresponding to a median improvement of 6.5 cm ($Z = 2.80$, $p = 0.006$, $r = 0.90$). Similarly, standing long jump performance improved from 179.6 ± 8.02 cm to 195.1 ± 11.76 cm, representing a median increase of 15.5 cm ($Z = 2.80$, $p = 0.006$, $r = 0.90$). Sprint performance over 10 m also improved significantly, with sprint time decreasing from 2.04 ± 0.08 s to 1.92 ± 0.08 s, corresponding to a median reduction of 0.13 s ($Z = -2.80$, $p = 0.006$, $r = -0.90$). These findings indicate large intervention effects across all assessed performance measures. In contrast, the control group showed only minimal, non-significant changes. Vertical jump height increased by 1.0 cm ($p = 0.053$), standing long jump performance improved by 0.7 cm ($p = 0.095$), and no meaningful change was observed in 10-m sprint time ($p = 0.442$). To further compare the effectiveness of the intervention, change scores (Δ) were examined across groups. The experimental group demonstrated substantially greater improvements than the control group for all performance variables (Table 2).

Table 2

Comparison of change scores (Δ) between groups

Variables	EXP (Mean)	CON (Mean)
Vertical jump (cm)	+6.5	+1.0
Standing long jump (cm)	+15.5	+0.7
10-m sprint (s)	−0.13	0.00

The comparison of change scores revealed markedly greater performance gains in the experimental group across all variables, supporting the effectiveness of the eight-week plyometric training intervention in improving explosive power and acceleration performance in adolescent female basketball players.

DISCUSSION

The aim of the present study was to evaluate the effects of an eight-week plyometric training program on vertical jump performance, horizontal explosive power, and acceleration ability in U17 female basketball players. The findings demonstrated improvements across all assessed performance variables in the experimental group, whereas only minimal changes were observed in the control group.

The observed improvements in vertical jump height, standing long jump distance, and 10-m sprint performance may be attributed to neuromuscular adaptations induced by plyometric training. These adaptations primarily include more efficient utilization of the stretch-shortening cycle (SSC), enhanced motor unit recruitment, and improved intermuscular coordination (Janura & Janurová, 2007; Macek & Radvanský, 2011). Collectively, these mechanisms increase the ability to generate high levels of force within a short time frame, which subsequently translates into superior performance in explosive movement tasks characteristic of basketball.

The present findings are consistent with previous research demonstrating the positive effects of plyometric training on explosive performance. For example, Meylan and Malatesta (2009) reported significant improvements in explosive athletic abilities among young athletes following the incorporation of plyometric exercises into regular training programs. Similarly, the systematic review by Markovic and Mikulic (2010) concluded that plyometric training effectively enhances lower-limb performance across a range of age groups. Furthermore, meta-analytic evidence indicates that intervention duration, training frequency, and exercise selection are key determinants of the magnitude of performance adaptations (de Villarreal et al., 2009), which is consistent with the structured progression of training load implemented in the present study.

The substantial improvement in vertical jump performance further supports the importance of plyometric training for the development of lower-limb explosive power, which is widely recognized as a critical determinant of basketball performance (Měkota & Novosad, 2005; Dovalil & Choutka, 2012). The concurrent improvement in standing long jump performance suggests that these neuromuscular adaptations were effectively transferred to horizontal force-production capabilities, which are particularly relevant to acceleration and basketball-specific movement patterns.

The enhancement in acceleration performance, reflected by the reduction in 10-m sprint time, may be explained by a more effective transfer of force into horizontal movement and improved neuromuscular coordination during sprinting. Plyometric training has been shown to reduce ground contact time while increasing the rate of force development, both of which are critical determinants of sprint-start performance (Suchomel et al., 2018; Young et al., 2001). These adaptations are of direct practical importance in basketball, where rapid acceleration frequently determines success in offensive and defensive game situations.

Within the context of female sport, it is important to emphasize that plyometric training may provide benefits beyond performance enhancement, particularly with respect to injury prevention. Adolescent female athletes exhibit an increased risk of anterior cruciate ligament (ACL) injury, which has been linked to suboptimal landing

mechanics and insufficient neuromuscular control (Hewett et al., 2006). Targeted neuromuscular and plyometric training may improve dynamic stability and movement control, thereby potentially reducing the risk of lower-extremity injuries (Sugimoto et al., 2015).

A notable strength of the present study is its focus on an adolescent population, a developmental stage characterized by high neuromuscular plasticity. Adolescence is widely regarded as a sensitive period for the development of strength and speed capacities (Lloyd & Oliver, 2012). The present findings suggest that even a relatively short-term intervention can produce substantial performance improvements during this stage of development, supporting the systematic inclusion of plyometric training within youth athletic development programs.

Nevertheless, several limitations should be acknowledged when interpreting the results. First, the relatively small sample size may limit the generalizability of the findings. Second, field-based assessment methods were used, including the Vertec device for vertical jump testing and manual stopwatch timing for sprint performance assessment. Although these methods may be influenced by measurement error and execution variability, they are widely used in applied sport settings and provide practical means of evaluating athletic performance under real-world training conditions.

Another factor that may have influenced the results is the absence of detailed monitoring of training load outside the intervention program. Although the control group followed a standardized basketball training routine, potential individual differences in training volume, intensity, recovery strategies, and lifestyle factors cannot be entirely excluded.

Despite these limitations, the present findings provide meaningful implications for coaching practice. The results suggest that a structured plyometric training program may represent an effective strategy for enhancing explosive power and acceleration performance in adolescent female basketball players. Because these abilities are among the primary determinants of basketball performance, their development may contribute to improved competitive success in game-specific situations.

CONCLUSIONS

Based on the findings obtained in U17 female basketball players, it can be concluded that the experimental group demonstrated improvements across all assessed performance variables, whereas only minimal changes were observed in the control group. Improvements were evident in vertical jump performance, standing long jump distance, and 10-m sprint performance, indicating a positive effect of plyometric training on lower-limb explosive power and acceleration ability during adolescence.

These performance enhancements may be attributed to neuromuscular adaptations, particularly more efficient utilization of the stretch-shortening cycle and improved coordination of muscular activity. Such adaptations are likely to enhance the ability to rapidly generate force, thereby improving performance in explosive movement tasks commonly encountered in basketball.

From a practical perspective, the present findings suggest that a relatively short-term plyometric training program can be effectively integrated into the training process

of youth basketball teams. The implementation of structured plyometric exercises may contribute to improved performance in movement actions that are fundamental to successful basketball play, including jumping, sprinting, and rapid acceleration.

However, the results should be interpreted in light of several study limitations, particularly the relatively small sample size and the use of field-based assessment methods. Future research should therefore include larger cohorts and employ more sophisticated measurement technologies to provide a more comprehensive understanding of the effects of plyometric training in young athletes. Such investigations may further clarify the mechanisms underlying training-induced adaptations and help optimize evidence-based conditioning practices in youth sport.

Practical applications

The findings of the present study indicate that an eight-week plyometric training program may represent an effective and practical strategy for enhancing explosive performance and acceleration ability in adolescent female basketball players. Coaches and strength and conditioning practitioners working with youth athletes may consider incorporating progressive plyometric exercises into regular training programs to support sport-specific performance development. Furthermore, because plyometric training may also contribute to improvements in movement control and landing mechanics, its systematic implementation may provide additional benefits related to lower-extremity injury prevention.

REFERENCES

COHEN, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New York: Lawrence Erlbaum.

DOVALIL, J., & CHOUTKA, M. (2012). *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia.

Dovalil, J., et al. (2002). *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia.

HEWETT, T. E., MYER, G. D., & FORD, K. R. (2006). Anterior cruciate ligament injuries in female athletes: Part 1: Mechanisms and risk factors. *American Journal of Sports Medicine*, 34(2), 299–311. https://doi.org/10.1177/0363546505284183.

JANURA, M., & JANUROVÁ, E. (2007). *Fyzikální základ biomechaniky*. Olomouc: Univerzita Palackého.

JANDA, V. (2004). *Svalové funkční testy*. Praha: Grada Publishing.

LEHNERT, M., NOVOSAD, J., & NEULS, F. (2014). *Kondiční trénink ve sportovních hrách*. Olomouc: Univerzita Palackého.

LLOYD, R. S., & OLIVER, J. L. (2012). The youth physical development model: A new approach to long-term athletic development. *Strength and Conditioning Journal*, 34(3), 61–72. https://doi.org/10.1519/SSC.0b013e31825760ea.

MACEK, M., & RADVANSKÝ, J. (2011). *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galén.

MARKOVIC, G., & MIKULIC, P. (2010). Neuro-musculoskeletal and performance adaptations to lower-extremity plyometric training. *Sports Medicine*, 40(10), 859–895. https://doi.org/10.2165/11318370-000000000-00000.

MĚKOTA, K., & NOVOSAD, J. (2005). *Motorické schopnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého.

MEYLAN, C., & MALATESTA, D. (2009). Effects of in-season plyometric training within soccer practice on explosive actions of young players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23(9), 2605–2613. https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181b1f330.

PERIČ, T., & DOVALIL, J. (2010). *Sportovní trénink*. Praha: Grada Publishing.

SUCHOMEL, T. J., NIMPHIUS, S., BELLON, C. R., & STONE, M. H. (2018). The importance of muscular strength: Training considerations. *Sports Medicine*, 48(4), 765–785. https://doi.org/10.1007/s40279-018-0862-z.

SUGIMOTO, D., MYER, G. D., FOSS, K. D. B., & Hewett, T. E. (2015). Specific exercise effects of preventive neuromuscular training intervention on anterior cruciate ligament injury risk reduction in young females. *British Journal of Sports Medicine*, 49(5), 282–289. https://doi.org/10.1136/bjsports-2014-093461.

ŠIMONEK, J., DOLEŽAJOVÁ, L., & LEDNICKÝ, A. (2007). *Rozvoj výbušnej sily dolných končatín v športe*. 1. vyd. Brno: Lékařské knihkupectví.

YOUNG, W. B., MCDOWELL, M. H., & Scarlett, B. J. (2001). Specificity of sprint and agility training methods. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 15(3), 315–319.

DE VILLARREAL, E. S., KELLIS, E., KRAEMER, W. J., & IZQUIERDO, M. (2009). Determining variables of plyometric training for improving vertical jump height performance: A meta-analysis. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23(2), 495–506. https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318196b7c6.

prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.
Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University
Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1
e-mail: sona.jandova@pedf.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 72– 82

COMPARISON OF PHYSIOLOGICAL DEMANDS IN ELITE FLOORBALL PLAYERS BASED ON HEART RATE ANALYSIS DURING COMPETITIVE MATCHES

TOMÁŠ POLÍVKA[1], MARTIN ŠKOPEK[2]

[1] Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, Prague

[2] Department of Physical Education and Sport, Faculty of Education, Jan Evangelista Purkyně, Ústí nad Labem

ABSTRACT

The aim of the study was to analyze the physiological load of floorball players during competitive matches based on heart rate data and to assess its variability throughout the game and in relation to playing position.

The sample consisted of 15 players from an elite team competing in the Czech Livesport Superliga. Data were collected using Polar H10 heart rate monitors during competitive Matches in the 2022/2023 season. Heart rate parameters and selected indicators of external load were analyzed. Statistical analysis included repeated measures ANOVA, two-way ANOVA (playing position × period), and post hoc tests.

A statistically significant effect of match. Period on heart rate values was found ($p < 0,05$, $\eta^2_p = 0,31$) with the highest intensity observed in the third period. In contrast, playing position did not have a significant effect on physiological load. The interaction effect between playing position and match period approached statistical significance. However, differences between positions were observed in external load indicators, particularly in total distance covered. The results indicate that player load is dynamic and primarily influenced by the temporal structure of the match. From a practical perspective, training processes should emphasize simulation of high-intensity conditions in the final stages of matches and consider the specific demands of different playing positions.

Key words: floorball, heart rate, load, playing position, match

INTRODUCTION

Floorball is a rapidly developing sport with substantial participation at both the European and global levels. Within the classification of sports games, it belongs to the category of invasion games characterized by an intermittent pattern of physical load, determined by alternating short periods of high-intensity activity and phases of relative recovery (Kysel, 2010). Performance in floorball depends on a combination of technical and tactical skills as well as a high level of physical fitness.

Contemporary sports training research emphasizes the objective quantification of training and match loads and their relationship to performance. Consequently, the

concepts of internal and external load have become increasingly important as a fundamental framework for assessing both training and competitive performance in team sports (Impellizzeri et al., 2005).

Floorball represents an appropriate model for studying intermittent exercise. The typical duration of a shift ranges from approximately 40 to 70 seconds, while exercise intensity fluctuates between moderate and maximal levels (Bernaciková et al., 2010). Energy supply during performance is mixed, with a predominance of anaerobic processes supplemented by aerobic metabolism, which facilitates recovery during interruptions in play (Bernaciková, 2013; Havlíčková, 1999).

From a physiological perspective, heart rate reaches high values during competitive play, often corresponding to 80–90% of maximal heart rate, highlighting the considerable demands placed on the cardiovascular system (Benson & Connolly, 2012). In this context, heart rate is considered a valid indicator of internal load.

Recent years have seen a significant development in the use of monitoring technologies that enable detailed analyses of athlete load under real match conditions. These approaches contribute to a deeper understanding of the structure of game demands and players' physiological responses.

Current floorball research increasingly focuses on quantifying internal and external load through wearable monitoring technologies. Existing studies indicate that players' physiological responses are influenced not only by playing position but also by opponent quality, tactical systems, and the specific characteristics of different phases of a match. Nevertheless, the number of studies examining changes in internal load during competitive matches remains relatively limited, particularly in elite floorball settings. Therefore, further investigation of the physiological demands of floorball competition under real match conditions is warranted.

Previous research in team sports has primarily focused on analyses of movement patterns and physiological responses during matches (e.g., Belka et al., 2014). In floorball, studies have examined game-related activities (Prieto-Gomez et al., 2013) and players' motor performance (Švátora et al., 2022). However, studies investigating the variability of internal load in relation to playing position and match progression in floorball are lacking.

This gap in empirical knowledge creates opportunities for further research aimed at quantifying physiological load under authentic match conditions. Therefore, the aim of the present study was to analyze and compare selected indicators of internal load in floorball players competing in the highest national league using heart rate monitor data collected during competitive matches.

Research questions and hypotheses

RQ1: Does the intensity of physiological load differ between individual periods of a competitive match?

RQ2: Does physiological load differ between defenders and forwards?

RQ3: Is there an interaction between playing position and match period with respect to load intensity?

H1: Mean heart rate values will differ significantly between individual match periods.

H2: Forwards will exhibit higher heart rate values than defenders.

H3: The effect of match period on heart rate will differ according to playing position.

METHODOLOGY

Participants

The study sample consisted of 15 male players from an elite team competing in the Livesport Superliga, including 6 defenders and 9 forwards. The participants had a mean age of 25.1 ± 3.7 years, a mean body height of 182.3 ± 5.2 cm, and a mean body mass of 82.5 ± 6.0 kg.

Study design and data collection

The study employed an observational research design conducted under competitive match conditions. Data were collected during the first half of the regular season of the 2022/2023 Livesport Superliga, specifically across 10 matches (a total of 30 match periods).

Players' heart rates were continuously monitored during matches using Polar H10 chest-strap heart rate monitors. Data were recorded via the Polar Flow software and subsequently exported for further analysis.

The load analysis was based on the actual duration of each match period, including game stoppages (total match duration including stoppages). This approach enabled the assessment of the overall physiological response throughout the match; however, it also required consideration of load variability resulting from differences in individual playing time.

Each player was monitored repeatedly over the course of 10 competitive matches. For statistical analyses, mean values of the selected load indicators were calculated for each match period. The data therefore had a repeated-measures structure, with the factor *match period* serving as a within-subject factor. This approach enabled the evaluation of changes in physiological responses throughout the match while reducing the influence of random variability between individual games.

Variables assessed

The following indicators of internal load were analyzed:

- mean heart rate (HRmean),
- maximal heart rate (HRmax),
- relative time spent in individual heart rate zones (%).

Maximal heart rate (HRmax) was determined individually using the Yo-Yo Intermittent Recovery Test. Heart rate zones were defined relative to the individual HRmax value:

- Zone 1: 50–60% HRmax,
- Zone 2: 60–70% HRmax,
- Zone 3: 70–80% HRmax,
- Zone 4: 80–90% HRmax,
- Zone 5: 90–100% HRmax.

The analysis was performed separately for each match period (1st, 2nd, and 3rd period).

Additionally, indicators of movement speed and total distance covered were recorded. Due to the technical limitations of the Polar H10 device, these variables were considered only indicative and were interpreted with caution.

External load variables were included as supplementary measures to facilitate a broader interpretation of players' physiological responses. Given the technical limitations of the monitoring device, they were not considered primary outcomes of the study. Their interpretation focused mainly on providing an indicative assessment of differences between playing positions. The inclusion of these variables was intended to offer a more comprehensive perspective on the relationship between internal and external load during competitive floorball matches.

The selected variables represent standard indicators of internal load in team sports (Impellizzeri et al., 2005; Halson, 2014). Heart rate monitoring was performed using Polar H10 devices, whose reliability and validity have been demonstrated in previous studies (Plews et al., 2017). Heart rate is widely recognized as a valid indicator of the physiological response to exercise, particularly in intermittent sports.

Statistical analysis

Statistical analyses were performed using the Jamovi software package. Basic descriptive statistics, including the mean, median, and standard deviation, were calculated to characterize the sample.

Prior to inferential analyses, the assumptions underlying parametric statistical procedures were examined. Data normality was assessed using the Shapiro-Wilk test. For the repeated-measures analysis of variance (ANOVA), the assumption of sphericity was evaluated. In cases of sphericity violation, the Greenhouse-Geisser correction would have been applied. Due to the nature of the data, no variable transformations were required.

Differences between the observed groups (playing positions and match periods) were assessed using inferential statistical methods, specifically repeated-measures analysis of variance (ANOVA). Effect sizes were evaluated using partial eta squared (η^2p) and Cohen's d. The level of statistical significance was set at $\alpha = 0.05$.

When interpreting the results, inter-individual variability among players and differences in playing time were considered, as both factors may influence the values of the observed load indicators.

Ethical considerations

The study was conducted in accordance with the ethical principles of scientific research. All participants provided informed consent for the processing and analysis of anonymized data.

Study limitations

The findings should be interpreted with caution because the sample included players from only one elite team. Consequently, the results may not be fully generalizable to other levels of competition or to teams employing different playing systems.

Furthermore, the relatively small sample size reduced the statistical power of the analyses and may have contributed to some effects not reaching statistical significance.

Measures of movement speed and distance covered should be regarded as approximate due to the technological limitations of the monitoring equipment used. In

addition, the results may have been influenced by contextual factors such as opponent quality and match dynamics, which were not explicitly controlled in the analyses.

Finally, the load analysis was based on the total duration of each match period, including stoppages in play, which should also be taken into account when interpreting the findings.

RESULTS

Descriptive characteristics of match load

The analysis was conducted on a sample of n = 15 players. Table 1 presents the basic heart rate characteristics recorded during the monitored matches. The mean heart rate (HR_mean) throughout the entire match was 144 ± 14.91 bpm (median = 145 bpm). The average minimum heart rate was 87 bpm, while the average maximum heart rate reached 193 bpm, indicating a high exercise intensity during competition.

The following mean heart rate values were recorded across the individual match periods:

- 1st period: 146 ± 11.62 bpm
- 2nd period: 142 ± 12.47 bpm
- 3rd period: 148 ± 19.30 bpm

Table 1

Mean heart rate values during matches

Match phase	Mean HR (bpm)	Standard deviation	Mean minimum HR (bpm)	Mean maximum HR (bpm)
Whole match	144	14.91	87	193
1st period	146	11.62	87	195
2nd period	142	12.47	89	194
3rd period	148	19.30	88	188

Note: HR = heart rate.

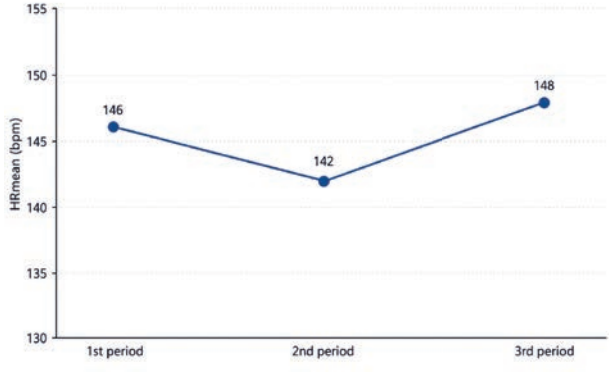


Figure 1

Mean heart rate across individual match periods

The lowest mean heart rate was observed during the second period, whereas the highest value was recorded during the third period. The standard deviation was greatest in the third period (SD = 19.30 bpm), indicating increased inter-individual variability during the final stage of the match.

Variability of load during the match

To examine differences between match periods, a repeated-measures analysis of variance (ANOVA) was performed. Prior to the analysis, data normality was assessed using the Shapiro-Wilk test:

- 1st period: $W = 0.96$; $p = 0.64$
- 2nd period: $W = 0.95$; $p = 0.52$
- 3rd period: $W = 0.94$; $p = 0.41$

The Shapiro-Wilk statistics varied slightly across match periods ($W = 0.94–0.96$), reflecting normal variability in the data. However, no statistically significant deviation from normality was detected in any case ($p > 0.05$), allowing the application of parametric statistical methods.

The repeated-measures ANOVA revealed a statistically significant effect of match period on heart rate values, $F(2, 28) = 6.84$, $p = 0.004$, $\eta^2p = 0.31$. The effect size ($\eta^2p = 0.31$) indicates a moderate-to-large effect, suggesting that approximately 31% of the variance in heart rate can be explained by the match period.

Post hoc analysis revealed:

- a statistically significant difference between the 2nd and 3rd periods ($p < 0.01$; $d \approx 0.50$, moderate effect),
- no statistically significant difference between the 1st and 2nd periods ($p = 0.12$; $d \approx 0.30$, small effect),
- no statistically significant difference between the 1st and 3rd periods ($p = 0.41$; $d \approx 0.15$, small effect).

These findings suggest that exercise intensity reaches its lowest level during the second period and subsequently increases during the third period.

Load according to playing position

Following data aggregation, basic heart rate characteristics were calculated according to playing position. Forwards demonstrated a mean heart rate of 146.2 ± 15.1 bpm, whereas defenders exhibited a mean heart rate of 143.5 ± 13.8 bpm.

From a descriptive perspective, forwards tended to display slightly higher heart rate values than defenders; however, the difference between groups was relatively small (approximately 2–3 bpm).

Statistical comparison using an independent-samples t-test yielded the following result:

$t(13) = 0.39$; $p = 0.54$; $d = 0.18$

The effect size corresponds to a small effect, indicating minimal differences between playing positions. From a practical standpoint, physiological load appears to be relatively homogeneous across player roles during competitive matches.

Interaction between playing position and match period

To further examine the characteristics of physiological load, a two-factor repeated--measures ANOVA (playing position × match period) was conducted.

Table 2

Two-factor analysis of variance (playing position × match period)

Effect	SS	df	MS	F	p	η^2p
Match period	824.3	2	412.1	7.12	0.003	0.34
Playing position	48.7	1	48.7	0.39	0.54	0.03
Match period × Position	186.5	2	93.2	3.21	0.056	0.19
Error	1620.4	28	57.9	–	–	–

Note: SS = sum of squares; df = degrees of freedom; MS = mean square; η^2p = partial eta squared.

A statistically significant main effect of match period was found, $F(2, 28) = 7.12$, $p = 0.003$, $\eta^2p = 0.34$. In contrast, the main effect of playing position was not statistically significant, $F(1, 14) = 0.39$, $p = 0.54$, $\eta^2p = 0.03$.

The interaction effect between playing position and match period did not reach statistical significance ($p = 0.056$). Nevertheless, the effect size suggests the possibility of differing load patterns across playing positions, warranting further investigation using a larger sample.

The results indicate that:

- the phase of the match represents the primary factor influencing players' physiological load;
- the highest load occurs during the third period, whereas the second period represents a phase of relatively reduced intensity,
- playing position does not significantly influence the overall level of physiological load,
- a trend exists suggesting potential differences in load progression among player roles.

From a practical perspective, physiological load appears to be relatively homogeneous across playing positions during competition, while the temporal dynamics of load across match periods constitute the key determinant of exercise intensity. These findings may be useful for training-load planning and for modelling the intensity demands of competitive floorball matches.

DISCUSSION

The aim of the present study was to analyze the physiological load experienced by players during competitive floorball matches and to examine its variability across match periods according to playing position. The findings indicate that physiological load is dynamic in nature and is primarily influenced by match progression, whereas the effect of playing position on heart rate was not statistically significant.

A statistically significant effect of match period on heart rate was identified, with the highest values observed during the third period. This pattern corresponds to the nature of intermittent team sports, in which periods of high-intensity activity alternate with phases of relative recovery. Such a load pattern is consistent with the concept of intermittent performance in team sports, characterized by the repeated alternation of

high- and low-intensity activities (Mohr et al., 2003; Spencer et al., 2005). The increase in load observed during the third period may be interpreted as a consequence of accumulated fatigue and increased competitive pressure toward the end of the match. Elevated exercise intensity during the final stages of competition has also been reported in studies of ice hockey and other team sports, where this phenomenon has been associated with increased psychophysiological stress (Smith et al., 2015). Furthermore, the greater variability observed during the third period suggests individual differences in load tolerance and the ability to maintain performance under fatigue. Variability in physiological load throughout a match is often linked to individual fitness levels and recovery capacity between repeated high-intensity efforts (Buchheit & Laursen, 2013).

However, the higher load observed during the third period may not be explained solely by physiological fatigue. The final stages of a match are often accompanied by tactical adjustments, increased pressing intensity, more frequent transition situations, and a greater effort to influence the final outcome. Elevated physiological demands may also be affected by psychological factors associated with the importance of the result and time pressure in the closing stages of competition. Consequently, the observed changes are likely attributable not to a single isolated factor but rather to a combination of physiological, tactical, and psychological influences.

Although the analysis demonstrated a statistically significant effect of match period on heart rate values, the practical significance of the observed differences should also be considered. The absolute difference between the second and third periods was approximately 6 bpm, representing a relatively small change. Nevertheless, in elite sport, even such modest differences may indicate alterations in the intensity of game activities, accumulated fatigue, or psychophysiological stress. Therefore, the findings suggest a meaningful trend in load variation throughout the match, although their interpretation should be considered within the context of the relatively small magnitude of the differences observed.

Despite the absence of a statistically significant difference in heart rate between forwards and defenders, the greater distance covered by forwards suggests differences in external load. Similar findings have been reported in handball, where forwards demonstrate greater volume and intensity of activity compared with defenders (Belka et al., 2014). This discrepancy between internal and external load is consistent with current knowledge in sports science. Differences between internal and external load have been extensively documented in the literature, as heart rate does not necessarily reflect the full extent of the mechanical demands imposed on the body (Impellizzeri et al., 2005). From a practical perspective, these findings support the need for position-specific training approaches.

The results also suggest the possibility of position-dependent differences in load dynamics throughout the match. The progression of physiological load may vary according to player role, with forwards displaying greater variability in exercise intensity than defenders (Scanlan et al., 2012). An interesting finding was the greater load experienced by defenders in the highest speed zones. Defensive players are frequently required to perform high-intensity sprints when responding to counterattacks, which may result in increased demands within the highest speed categories (Prieto-Gómez et al., 2013).

From an applied perspective, the findings highlight several practical implications:

- the importance of simulating end-of-match scenarios during training,
- the need to emphasize interval-based training methods,
- the importance of individualizing training load according to player characteristics and match demands.

Training load individualization is widely recognized as a key factor in optimizing athletic performance in team sports (Buchheit & Laursen, 2013).

The limitations associated with the relatively small sample size and the inclusion of players from a single team are common in applied research conducted within team sport environments (Impellizzeri et al., 2005). These factors should be taken into account when interpreting and generalizing the findings. Future research should include larger samples and multiple teams to enhance the external validity of the results and to further investigate the relationship between playing position, match context, and physiological load in elite floorball.

CONCLUSIONS

The aim of this study was to analyze the physiological load experienced by floorball players during competitive matches based on heart rate monitoring and to assess its variability throughout the match and according to playing position. Based on the analyses conducted, the following conclusions can be drawn.

A statistically significant effect of match period on heart rate values was identified, with the highest exercise intensity observed during the third period. The pattern of physiological load throughout the match demonstrated a dynamic character, with the second period representing a phase of relatively reduced intensity and the third period reflecting a subsequent increase in load.

Playing position did not have a statistically significant effect on heart rate values, suggesting a relatively homogeneous level of internal load across player roles. However, differences between playing positions were observed in external load parameters, particularly in distance covered, with forwards achieving higher values than defenders.

The interaction effect between playing position and match period was not statistically significant. Nevertheless, the moderate effect size suggests a potential differentiation in load progression between player roles that warrants further investigation in larger samples.

Based on the findings of this study, the following practical recommendations can be proposed:

- The training process should account for the variability of load throughout a match, particularly the increased demands observed during the third period.
- Training situations simulating the physiological demands of the final stages of competition should be considered.
- Physical conditioning programs should reflect the specific requirements of different playing positions, especially with regard to external load characteristics.
- Greater emphasis should be placed on developing the ability to maintain high exercise intensity under conditions of accumulated fatigue.

- Training programs should include strategies aimed at optimizing recovery and preventing overload.

The findings indicate that the primary determinant of players' physiological load during competition is not playing position but rather the phase of the match and the specific characteristics of game activities. Although heart rate did not reveal significant differences between positions, the combination of internal and external load indicators provides a more comprehensive understanding of the demands of floorball performance.

These findings may contribute to the optimization of training processes and to more effective load management strategies for elite-level floorball players.

REFERENCES

BĚLKA, J., HŮLKA, K., SAFAR, M., WEISSER, R., SAMCOVÁ, A. (2014). Analyses of time-motion and heart rate in elite female players (U19) during competitive handbal matches. *Acta Gymnica*, 44(4), 217–224.

BENSON, R., CONNOLLY, D. (2012). *Trénink podle srdeční frekvence.* Praha: Grada Publishing.

BERNACIKOVÁ, M. (2013). *Regenerace a výživa ve sportu.* Brno: Masarykova univerzita.

BERNACIKOVÁ, M., KAPOUNKOVÁ, K., NOVOTNÝ, J. (2010). Florbal. In: *Fyziologie sportovních disciplín* [online]. Dostupné z: https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/fyziologie_sport/sport/hry-florbal.html.

BUCHHEIT, M., LAURSEN, P. B. (2013). High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle: Part I: cardiopulmonary emphasis. *Sports Medicine*, 43(5), 313–338. DOI: 10.1007/s40279-013-0029-x.

HALSON, S. L. (2014). Monitoring training load to understand fatigue in athletes. *Sports Medicine*, 44(Suppl 2), S139–S147. DOI: 10.1007/s40279-014-0253-z.

HAVLÍČKOVÁ, L. (1999). *Fyziologie tělesné zátěže I.* Praha: Karolinum.

IMPELLIZZERI, F. M., RAMPININI, E., MARCORA, S. M. (2005). Physiological assessment of aerobic training in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 583–592. DOI: 10.1080/02640410400021278.

KYSEL, J. (2010). *Florbal – kompletní průvodce.* Praha: Grada Publishing.

MOHR, M., KRUSTRUP, P., BANGSBO, J. (2003). Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. *Journal of Sports Sciences*, 21(7), 519–528. DOI: 10.1080/0264041031000071182.

PLEWS, D. J., SCOTT, B., ALTINI, M., WOOD, M., KILDING, A. E., LAURSEN, P. B. (2017). Comparison of heart-rate-variability recording with smartphone photoplethysmography, Polar H7 chest strap, and electrocardiography. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 12(10), 1324–1328. DOI: 10.1123/ijspp.2016-0668.

PRIETO-GÓMEZ, M., PÉREZ-TEJERO, J., GÓMEZ, M. Á. (2013). Offensive performance indicators of high level floorball. *RICYDE – Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 9(32), 114–125. DOI: 10.5232/ricyde2013.03202.

SCANLAN, A. T., DASCOMBE, B. J., REABURN, P., DALBO, V. J. (2012). The physiological and activity demands experienced by Australian female basketball players during competition. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(4), 341–347. DOI: 10.1016/j.jsams.2011.12.008.

SMITH, M., MERLINI, M., DEPREZ, D., LENOIR, M., MARCORA, S. (2015). Mental fatigue impairs soccer-specific physical and technical performance. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(2), 267–276. DOI: 10.1249/MSS.0000000000000762.

SPENCER, M., BISHOP, D., DAWSON, B., GOODMAN, C. (2005). Physiological and metabolic responses of repeated-sprint activities specific to field-based team sports. *Sports Medicine*, 35(12), 1025–1044. DOI: 10.2165/00007256-200535120-00003.

ŠVÁTORA, K., MAŠKOVÁ, M., FAJFRLÍKOVÁ, T., BENEŠOVÁ, D. (2022). International comparison of motor abilities and floorball skills in U-11 to U-14 teams from the Czech Republic and Australia. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports* [online]. 11(2), 45–52. DOI: 10.34256/ijpefs222.

Mgr. Tomáš Polívka, Ph.D.

Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University

Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1,

e-mail: tomas.polivka@pedf.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 83–101

A HISTORICAL STUDY OF THE SOKOL ASSOCIATION IN LIBČICE NAD VLTAVOU 1909–1953

TOMÁŠ POLÍVKA[1], ONDŘEJ ŠTROSS[2], JIŘÍ NECHVÁTAL[2]

[1] Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University, Prague

[2] Department of Physical Education and Sport, Faculty of Education, Jan Evangelista Purkyně University, Ústí nad Labem

ABSTRACT

The aim of this study is to summarize the history of the PE association Sokol in Libčice nad Vltavou, in the time range from its foundation in 1909 to 1953. This local association took an important part not only at sports, but also at cultural and social events in Libčice and the surrounding area. Topics in the work include, for example, the position of the association members in the town, the organization of social events, the construction of local sports facilities, the participation in the resistance, and others. The main source of information is primarily the chronicle of the TJ Sokol Libčice association, period press, and other source materials; the content is based on the general history of the Sokol organization. The expected conclusion is a comprehensive list of the history of the Libčice Sokol association, an insight into the issues of its functioning, and an assessment of its position in the village over the years.

Key words: Sokol, Libčice nad Vltavou, gym, sports club, history

INTRODUCTION

The Sokol Association represents one of the key organizations that shaped the development of physical education in the Czech lands, while its influence extended beyond the national context and gained international significance. Since its establishment in the second half of the nineteenth century, Sokol expanded rapidly and made a substantial contribution to the institutionalization and popularization of physical culture. Its activities had a profound impact not only on the development of physical and sporting activities but also on the construction of physical education infrastructure. Gymnasiums and training facilities were established in numerous municipalities, making organized physical activity accessible to broad segments of the population.

In addition to its role in physical education, Sokol was actively engaged in cultural and educational activities. Through lectures, theatrical performances, and various social events, the organization contributed significantly to the formation of civil society and the promotion of civic values.

The Sokol Association of Libčice nad Vltavou constitutes an example of a local Sokol unit established in an area originally composed of agricultural communities, namely Libčice and Letky. The character of these communities underwent a fundamental transformation as a result of industrialization at the end of the nineteenth century, particularly following the construction of the Prague-Děčín railway line. The

subsequent expansion of industrial production stimulated population growth and urban development, thereby creating favorable conditions for the emergence of voluntary associations, including the local Sokol organization.

METHODOLOGY

The aim of this study is to analyze and interpret the historical development of the Sokol Association of Libčice nad Vltavou from its establishment in 1909 until 1953. This periodization reflects major socio-political transformations, including the First World War, the establishment of Czechoslovakia, the Great Depression, the Second World War, and the advent of the communist regime, all of which significantly affected the activities of voluntary civic organizations.

From a methodological perspective, the study is conceived as a historical investigation based on a qualitative research approach. The principal method employed was content analysis of primary and secondary sources, particularly archival documents, contemporary periodicals, and relevant scholarly literature.

A key source of evidence is the association's chronicle, which documents the everyday activities of the organization. Between 1910 and 1924, the chronicle was maintained by František Český. Following a period of discontinuity, the records were supplemented by Marie Fischerová, who systematically maintained the chronicle from 1934 to 1953. Additional sources include archival materials preserved in the private archive of the TJ Sokol Libčice nad Vltavou and in the State Regional Archives in Prague, as well as contemporary newspapers and supplementary documents, such as vital records.

The interpretation of the findings was guided by the procedures of historical research methodology, particularly the direct method based on source analysis and, to a lesser extent, the indirect method involving comparison and interpretation within the broader context of the development of the Sokol Association. To ensure thematic coherence, the presentation of the findings follows a synchronic approach to the organization and interpretation of the analyzed material.

ESTABLISHMENT OF THE SOKOL ASSOCIATION IN LIBČICE NAD VLTAVOU

Within a relatively short period, the Sokol movement became one of the most popular voluntary associations in the Czech lands. This development is aptly illustrated by the words of František Český, chronicler of the Sokol association in Libčice nad Vltavou. "*The growing expansion of Sokol throughout the Czech lands, its powerful organization, and particularly the remarkable achievements of its members at the All-Sokol Festivals inspired several individuals in Libčice and Letky, already during the 1890s, with the idea of establishing a Sokol physical education association in our communities* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 6)".

In addition to its physical education activities, Sokol played an important social, cultural, and educational role within local communities, organizing public events that contributed significantly to civic life while also generating resources for the association's activities (Hloušek, 1993).

The first initiative to establish a local Sokol unit was proposed by Josef Doubek, an active member of the Sokol Association who regularly traveled to Odolena Voda, approximately five kilometers from Libčice, to participate in physical training. At that

time, this was the nearest available Sokol facility for local residents. According to the chronicler, however, "*the ground had not yet been prepared for Sokol here* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 7)".

Doubek did not live to witness the establishment of the local association. According to municipal records, he died in Letky on 25 April 1905 (Roman Catholic Parish of Libčice nad Vltavou, 2016). Nevertheless, his vision endured among the local population. The idea was later revived by Jaroslav Gruncl and Jarek Křivánek, who discussed the matter during one of their walks together. Owing to increasingly favorable social conditions, they succeeded in gaining support from part of the local population. The fact that the mayor's son was an enthusiastic gymnast may also have contributed to the successful submission of an application for the establishment of a local Sokol association (Český & Fischerová, 1910–2015).

The official founding date of the Sokol association in Libčice nad Vltavou was 18 November 1909. On that day, the Imperial Governor's Office of the Kingdom of Bohemia granted permission to František Michalec, then mayor of Libčice, to establish a local organization under the name „Physical Education Association Sokol". According to the approved statutes, the association was required to remain strictly non-political and was prohibited from engaging in any political activities. "*It is entirely excluded that the association should undertake any activity beyond the scope prescribed by its statutes* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 5)".

By this period, the Habsburg Monarchy was well aware of the political potential of the Sokol movement and viewed with concern its nationally oriented ideology and rapidly expanding membership. At the same time, however, the authorities recognized the value of cultivating a physically fit population that could be mobilized for military purposes in times of conflict. Consequently, the newly established association was not initially permitted to use its own flag, uniform, or insignia, measures intended to limit the development of a strong collective identity and organizational cohesion. To obtain such privileges, Sokol associations were required to submit separate applications to the provincial authorities, which retained the right to reject them (Český & Fischerová, 1910–2015).

On 26 December 1909, a constituent general assembly was convened at Hotel Brejcha, now the municipal office building located on the main square of Libčice nad Vltavou. Representatives of neighboring Sokol units and members of the local public attended the meeting. Among the guests was Karel Schwarz, mayor of the Podbělohorská Sokol District, to which the newly established association was assigned.

During the meeting, the statutes of the Czech Sokol Community were adopted, training facilities were secured within Hotel Brejcha, and the principal officers of the association were elected:

- Mayor (Chairman): Dr. Ing. František Fischer
- Head Instructor: Josef Kučera
- Secretary and Chronicler: František Český
- Deputy Mayor: Gustav Dobravský

Annual membership dues were set at 4.80 Austro-Hungarian crowns, while founding members contributed a one-time payment of 100 crowns (Český & Fischerová, 1910–2015).

The general assembly resolved the immediate issue of securing training premises. Nevertheless, another challenge soon emerged. The lack of equipment and practical experience. During its first months, the association attracted several dozen contributing members, enabling it to purchase gymnastic apparatus. At the beginning of 1910, equipment was acquired from the Josef Vindyš Company in Prague-Smíchov, one of the leading suppliers of gymnastic equipment in the region.

The purchased apparatus included an iron folding structure equipped with a horizontal bar, rings and climbing devices, parallel bars, vaulting horses, high-jump stands, dumbbells, gymnastic mats, and a springboard, with a total value of 1,140 Austro-Hungarian crowns (Český & Fischerová, 1910–2015).

However, once the necessary equipment had been obtained, another deficiency became apparent: few members possessed even a basic knowledge of gymnastic terminology or instruction (TJ Sokol Libčice, 1934). Reflecting on the early years of the association, Josef Dobravský later recalled. "*Only Kučera and I knew from school a few commands such as* '*right face*' *or* '*about turn*'*, but we were delighted simply to be Sokol members, and that was enough for us at the beginning. We were improvising as we went along* (TJ Sokol Libčice, 1934, p. 13)".

As a result, experienced instructors were needed to guide the fledgling organization. Assistance was provided by the Hudec brothers from the Sokol unit in Kralupy nad Vltavou and Skoták from the Holešovice Sokol. Furthermore, Josef Kučera, chief instructor of the Libčice association, regularly attended training sessions in Holešovice to acquire the necessary knowledge and skills. He was later joined by Dr. Jaroslav Urban of Prague, a close friend of the Kučera family, a respected instructor, and the future mayor of the parent organization Sokol Pražský (TJ Sokol Libčice, 1934; Provazníková, 1988).

Dr. František Fischer described his memories of these early training sessions as follows. "*Even today I recall with both horror and delight those endless exercises on the side horse that he drilled into us* (TJ Sokol Libčice, 1934, p. 8)".

Following the arrival of these experienced instructors, regular training sessions were scheduled every Wednesday and Saturday at eight o'clock in the evening in the premises of Hotel Brejcha under the leadership of Josef Kučera. As the chronicler observed."*Everyone eagerly hastened to the beloved gymnasium to strengthen the body and elevate the spirit among the fellowship of brothers* (Český & Fischerová, 1910–2015)".

Financial resources and donations constituted another essential factor in the development of the association. Members sought to economize wherever possible in order to realize their long-term ambition of constructing a dedicated gymnasium. Dependence on rented premises represented a degree of uncertainty, while the facilities available at Hotel Brejcha were not ideally suited to the needs of physical education. At the same time, the association required funds for its day-to-day operation, equipment purchases, and educational activities.

Membership fees represented the principal source of income during the association's formative years. In its first year, the organization had three founding members who paid the one-time contribution of 100 crowns in addition to regular annual membership dues. Notably, these founding members were prominent local industrialists.

The first was the company Dvořák & Fischer of Letky, engaged in the design and construction of industrial chimneys and later in the manufacture of bricks and roofing materials. The name Fischer is of particular significance, as Dr. František Fischer, mayor of the Libčice Sokol association, was the son of the company's owner, Karel Fischer. Several members of the extensive Fischer family also played active roles within the organization.

The second founding member was Ferdinand Donda, owner of a pharmaceutical and drug manufacturing company in Letky. The third founding member was honored posthumously. Brother Procházka died shortly after the association's establishment, and his widow donated assets valued at 100 crowns to the organization. In recognition of this contribution, he was posthumously designated a founding member and permanently commemorated in the history of the Libčice association (Český & Fischerová, 1910–2015).

It may appear surprising that the association's first officers were not among its founding members. The explanation lies in the significant financial burden represented by the founding contribution, which amounted to approximately two to four months' wages for an average citizen at the time (National Library of the Czech Republic, 2012). Without these substantial donations from local businesses and benefactors, the development of the association would have progressed considerably more slowly. In addition to the founding members, the organization counted 20 active members and 71 contributing members during its first year of operation (Český & Fischerová, 1910–2015).

The second major source of income consisted of donations, many of which were made in kind. A number of these donations enriched the association's library. A donor named Křtěn from Volovice, a locality in the Prachatice region, contributed technical publications, while descendants of the Grégr brothers, prominent figures in the establishment of the Sokol movement, donated books to the recreational section of the library.

The connection between the local association and the Grégr family was likely facilitated by Julius Grégr, who spent the final years of his life on the opposite bank of the Vltava River from Libčice. As a renowned nineteenth-century revolutionary and supporter of the Sokol movement, he most likely maintained contact with the local organization. Moreover, both Julius and Eduard Grégr were close associates of Miroslav Tyrš, one of the founders of the Sokol movement (Český & Fischerová, 1910–2015; Dvořáková, 1989).

ACTIVITIES PRIOR TO THE FIRST WORLD WAR

The Sokol association in Libčice nad Vltavou soon began to expand its activities beyond the sphere of physical education. At the general assembly held on 30 March 1910, an entertainment and cultural committee was established under the leadership of František Český. Its purpose was not only to provide entertainment but also to promote education among both members and the wider public. At the same time, it represented an effective and valuable source of additional income for the association (Český & Fischerová, 1910–2015).

The committee became active almost immediately. On 10 April 1910, the association organized its first academy, intended both to support the association

financially and to promote awareness of the Sokol movement among the local population. Most of the programme consisted of musical performances. Participating ensembles included the Dvořák Choral Society, the National Unity of the Pošumaví Region from Tursko, the Tamburitza Ensemble from Podbaba, and the association Krásný můj kraj ("My Beautiful Homeland"). The musical programme was complemented by an engaging and educational lecture delivered by Karel Schwarz, entitled The Significance of Tyrš for the Nation. The primary objective of the event was to familiarize local residents with the ideals of the Sokol movement, strengthen its position within the community, and attract new members. The academy was highly successful and generated a net profit of 179.64 Austro-Hungarian crowns (TJ Sokol Libčice, 1934).

In addition to this academy, the year 1911 saw the organization of an unspecified social evening, the association's first representative Sokol ball, and three public lectures (Český & Fischerová, 1910–2015).

The significance of the academy quickly became evident. Beginning on 4 October 1910, the association introduced physical education classes for children, enrolling 32 pupils, who participated in seven training sessions before the end of January 1911 (TJ Sokol Libčice, 1934). After only one quarter of activity, discussions commenced regarding the establishment of a youth section (Český & Fischerová, 1910–2015). At the same time, women increasingly advocated for the creation of a female division. This section was formally established on 4 December 1911, and 32 female members registered immediately (TJ Sokol Libčice, 1934).

Membership reached its highest pre-war level during this period, and a total of 86 training sessions were conducted in that year. During the following three years, membership figures gradually declined, culminating in a sharp decrease in 1914 (Český & Fischerová, 1910–2015).

In 1912, preparations began for the construction of a permanent gymnasium. On 19 May, following the temporary allocation of the premises of Hotel Brejcha to a local theatre company, the association was forced to relocate its training activities to the U Suků Inn, currently house number 17. This situation served as a reminder of the uncertainty associated with dependence on rented facilities. Consequently, on that very day, a building fund was established. Its initial capital consisted of a donation of 300 Austro-Hungarian crowns provided by Mrs. Procházková, widow of the late founding member Procházka. It was further decided that 10% of the profits from all events and social functions would be allocated to the fund. At that time, the association's total assets amounted to nearly 1,800 crowns, although a suitable site for the proposed gymnasium had yet to be identified (TJ Sokol Libčice, 1934).

A major milestone in the history of the association was the organization of its first public district gymnastics exhibition on 21 June 1914, only days before the outbreak of the First World War. Owing to the significance of the event, extensive preparations were undertaken through numerous meetings and planning sessions, in which the entertainment committee under the leadership of František Český played a particularly prominent role.

The event was held on a meadow situated between Libčice and Dolany, adjacent to the local weir and lock on the Vltava River. The site was generously made available by

the local lock keeper, J. Blažek. Participation was confirmed by several neighbouring Sokol units, including those from Prague-Holešovice, Roztoky, Roztoky-Žalov, Kamýk, Podbaba, Tursko, Dejvice, Smíchov, Kralupy nad Vltavou, Odolena Voda, and Horoměřice (Český & Fischerová, 1910–2015).

When the long-awaited day finally arrived, members of the local association had been preparing the riverside grounds since early morning. The transportation of heavy gymnastic equipment from Hotel Brejcha was provided by the company Dvořák & Fischer in cooperation with the local farmer Mr. Hánl. The weather was exceptionally fine, and the preparations progressed smoothly. Changing facilities for male participants were arranged in Mr. Pelikán's villa, while women and children were accommodated in Mr. Blažek's mill. By midday, all preparations had been completed, allowing local participants to rehearse their performances until lunch was served at one o'clock in the afternoon.

The event attracted not only members of the Sokol movement but also numerous local residents. It represented an important opportunity for local merchants and a matter of civic pride for the inhabitants of both Libčice and Letky. The exercise grounds were carefully decorated, while houses throughout both communities were adorned with flowers and flags in the national colours (Český & Fischerová, 1910–2015).

At precisely 3:00 p.m., a ceremonial procession departed from Letecké Square, beginning at the residence of Dr. František Fischer, mayor of the local Sokol association. The procession marched through Letky and Libčice, following the present-day routes of Letecká Street, 5. května Street, and Vltavská Street before arriving at the riverside venue. Trumpeters accompanied the procession, their music echoing from the surrounding cliffs and carrying for considerable distances.

Upon arrival at the grounds, ticket vendors found themselves fully occupied as attendance exceeded expectations. All available seating was sold out, and the event drew a remarkably large audience. Young women dressed in elegant white summer dresses circulated among spectators, offering commemorative postcards, flowers, and cigars. Various refreshment stalls were also available throughout the venue. Musical accompaniment continued throughout the afternoon, while local police officers and firefighters ensured the orderly conduct of the celebration. According to contemporary accounts, the entire event proceeded peacefully and with great dignity (Český & Fischerová, 1910–2015).

The gymnastics programme itself commenced at 4:00 p.m. Representatives of all participating associations gave performances intended to demonstrate the highest standards of Sokol training. The opening segment featured boys and girls performing floor exercises accompanied by music. Their agility, enthusiasm, and precision were warmly received by the audience, earning prolonged applause (Český & Fischerová, 1910–2015).

The programme then proceeded according to schedule with apparatus routines performed by youth members and women. The female participants received particularly enthusiastic applause. The chronicler emphasized the elegance and aesthetic quality of their performances, contrasting them with the more strength-oriented routines of the men. The final segment of the programme featured the men's divisions. Their muscular physiques, athleticism, and physical power were highlighted

by the chronicler, and their performances were met with tremendous acclaim. The most successful routines of the home team were presented on the horizontal bar, parallel bars, and vaulting horse.

Following the conclusion of the gymnastics exhibition, participants and guests returned to the association's premises at Hotel Brejcha, where refreshments, music, dancing, and evening entertainment had been arranged. Even visitors from more distant localities remained until the departure of the last trains. The event proved highly significant, particularly in terms of its moral, social, and integrative impact on both the association and the wider community. Financially, it generated a net profit of 400 Austro-Hungarian crowns, representing one of the most successful events organized by the association before the outbreak of the First World War (Český & Fischerová, 1910–2015).

ACTIVITIES DURING THE FIRST WORLD WAR

On 28 July 1914, one month after the assassination of Archduke Franz Ferdinand d'Este, the First World War broke out, ushering in a period of profound crisis and suffering. As physically fit young men of military age, many members of the Sokol movement were called up for service in the Austro-Hungarian Army, and the Libčice association was no exception. Daily life became characterized by fear and uncertainty, as no one knew when mobilization orders might arrive. As the chronicler recalled "*We lived through the years of war; one brother after another was called to battle. Of many, little was known. Some fought in Russia, Serbia, or Italy; others had been captured in combat, and so forth* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 34)".

Reports from the front brought tragic news almost from the outset of the conflict. On 6 September 1914, the association learned that Josef Fechtner, chief instructor of the Libčice Sokol unit, had been killed at the age of twenty-three during combat at Šimanovci near Ruma, approximately thirty kilometres from Belgrade (Český & Fischerová, 1910–2015).

Another devastating report reached Libčice the following year. On 26 June 1915, Bohumil Michalec, also a chief instructor of the association, died at the age of twenty-five. After being wounded in military service, he was transferred to a hospital in Nitra, where, despite initially promising medical treatment, he succumbed to typhus (TJ Sokol Libčice, 1934).

As the war progressed, nearly the entire membership of the association was mobilized. Among those called to military service were three sons of the industrialist Karel Fischer, namely Antonín Fischer, Čeněk Fischer, and Václav Fischer, all of whom were devoted members of the organization. Fortunately, all three survived the war unharmed (TJ Sokol Libčice, 1934).

The hardships of war were felt not only on the battlefield but also in civilian life. Fearing the patriotic influence and organizational strength of the Sokol movement, the Austrian authorities formally dissolved the organization in November 1915. The government was concerned that the strong national consciousness cultivated within Sokol could be mobilized in support of activities contrary to the interests of the authorities in Vienna. Beyond the persecution of national organizations, however, the population faced increasingly severe shortages of food, fuel, heating materials, and employment. Many people lived from day to day with little certainty about their future.

In response to the growing threat of state confiscation, it was decided as a precautionary measure to transfer the association's assets temporarily to the administration of the municipality of Libčice, thereby safeguarding its property from possible seizure by the authorities (Český & Fischerová, 1910–2015).

The consequences of the war were clearly evident within the association itself. Only twelve members attended the general assembly held after the first year of the conflict. Morale among the membership declined significantly, and enthusiasm for organizational activities largely disappeared. The only members who continued to participate actively in physical training were Křikavka, Suk, Gruncl, František Fischer, and František Český. Even they, however, were deeply affected by the prevailing atmosphere of uncertainty and loss, and athletic ambitions gave way to concerns about survival (TJ Sokol Libčice, 1934).

The sole activity that sustained the association during the war years was the continued instruction of children. Throughout the conflict, physical education for boys was led by František Fischer, while classes for girls were conducted by V. Grunclová. To support these activities, a Children's Day was organized on 26 September 1915, featuring gymnastics exhibitions, entertainment programmes, competitions, and games. Although the event provided a temporary respite from the pervasive gloom, it could not reverse the continuing decline in participation and public engagement. In the men's section, training sessions were frequently attended by only two or three participants.

Under such circumstances, public events and general assemblies gradually ceased to take place, largely because there was little to discuss and even fewer members available to organize activities. From this period onward, the association's activities were almost entirely suspended, a reality reflected in the chronicle, which contains few entries for the war years (Český & Fischerová, 1910–2015).

The year 1918 brought renewed hope. Reports from the front spoke of the formation of the Czechoslovak Legions and of mounting military setbacks suffered by Austria-Hungary. Among both the Czech population and the Sokol movement, optimism grew that the Czechoslovak national cause would ultimately prevail and that the enforced dormancy of Sokol would soon come to an end (Český & Fischerová, 1910–2015).

As public confidence gradually returned, participation in organizational life increased once more. The general assembly held on 26 January 1918 was attended by thirty-one members, a significant improvement compared with previous wartime years. The association also contributed to local public services, assigning members to assist the municipality in maintaining public order, carrying out repair work, and performing guard duties, particularly at the local railway station (TJ Sokol Libčice, 1934).

Following its involvement in the domestic resistance movement, Sokol members continued to participate in national defense efforts during the Hungarian invasion of Slovakia in June 1919. The Hungarian government strongly opposed the territorial arrangements established after the collapse of Austria-Hungary, particularly the incorporation of present-day Slovakia, formerly known as Upper Hungary, into the newly established Czechoslovak state.

In response to these events, seven members of the Libčice Sokol association voluntarily enlisted for military service and departed enthusiastically to support the defense of the republic. The First World War and its immediate aftermath exacted a heavy toll on the organization. In total, eleven members of the association lost their lives:

Josef Drtina, Josef Fechtner, Jan Fischer, Josef Kučera, František Mára, Bohumil Michalec, Karel Mráček, Josef Pánek, František Válek, Antonín Vik, and František Zavadil (TJ Sokol Libčice, 1934).

Their sacrifice remained an enduring part of the collective memory of the Libčice Sokol association and symbolized the broader contribution of the Sokol movement to the struggle for national self-determination and the establishment of Czechoslovakia.

ACTIVITIES DURING THE INTERWAR PERIOD

The First World War finally came to an end on 11 November 1918, bringing renewed optimism to the members of the Sokol movement. The association quickly resumed its activities, restoring regular physical training sessions and cultural events. Almost immediately after the war, new gymnastic equipment was purchased, excursions were organized, and various theatrical and social events were held. On 16 October, the gymnasium was relocated from the U Suků Inn back to Hotel Brejcha. Preparations also began for the tenth anniversary of the Libčice association, which was to be commemorated by the organization of the local unit's second district gymnastics exhibition. Public enthusiasm for the revival of Sokol was soon evident. During 1919 alone, the association welcomed 113 new members (TJ Sokol Libčice, 1934).

On 5 October 1919, a public gymnastics exhibition was organized in Letky near the Na Přívoze Inn, on the grounds of the local ironworks. Contemporary records indicate that despite the advancing autumn season, the weather was exceptionally favourable. The event effectively served as a rehearsal for the anniversary district exhibition planned for the following day. In the evening, social dances were held at the inns Na Přívoze and U Suků.

The following day, 6 October, a ceremonial general assembly marking the tenth anniversary of the association was convened at 11:00 a.m. Participants reflected on the foundation of the organization, paid tribute to those who had contributed to its establishment, recalled the challenges and successes of its early years, and commemorated the members who had fallen during the First World War. Particular gratitude was expressed to Dr. Jaroslav Urban, who had regularly travelled from Prague to assist the association during its formative period.

At one o'clock in the afternoon, participants proceeded from the assembly to the U Suků Inn, where they joined a large crowd awaiting the ceremonial procession to the exercise grounds. An interesting detail noted in the chronicle is that the procession was delayed while waiting for members from Prague VIII, who had not yet received horses promised by the military administration. The procession was led by a mounted squad, followed by girls dressed in national folk costumes, children, male and female members carrying banners, and finally by Sokol members in civilian attire.

Upon arrival at the exercise grounds, music signaled the commencement of the programme. The sequence closely resembled that of the first district exhibition held in

1914. Floor exercises were performed by children, adolescents, and women, followed by men's floor exercises and apparatus demonstrations. A notable innovation was the presentation of women's rhythmic exercises, choreographed movement compositions combining physical training with aesthetic expression. The highlight of the afternoon was a special performance prepared by the men's division: exercises conducted on a live horse. This unusual display proved exceptionally popular, and spectators particularly appreciated the contrast between the living animal and the traditional gymnastic vaulting horse (Český & Fischerová, 1910–2015).

Despite the economic difficulties of the post-war period, the association experienced a substantial influx of financial support. Once again, the Fischer family, which had supported the association since its establishment, played a pivotal role. As prosperous industrialists and educated members of the local community, they were able to provide considerable financial contributions. In 1921, František, Čeněk, Antonín, Milada, and Václav Fischer each donated 500 Czechoslovak crowns, amounting to a total of 2,500 Czechoslovak crowns. In addition, they contributed 5,150 Czechoslovak crowns to the building fund in memory of the deceased B. Fischerová. The following year, the company Bratři Fischerové a spol. donated a further 5,000 Czechoslovak crowns to the building fund. As the chronicler remarked. "*May more supporters follow this noble example* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 57)".

During the 1920s, plans were announced for the construction of Tyrš House in Prague at Újezd, within the former Michna Palace. For many years, the Sokol movement had lacked a sufficiently spacious and representative headquarters. The Libčice association therefore offered a loan of 40,000 Czechoslovak crowns to support the project, in addition to contributing 2,190 Czechoslovak crowns through obligatory membership levies (TJ Sokol Libčice, 1934). The building, which had suffered severe deterioration as a consequence of approximately 150 years of military use, was to be reconstructed and adapted for the needs of Sokol assemblies and festivals. Planned facilities included a gymnasium, meeting halls, residential and administrative premises, outdoor exercise grounds, and even an indoor swimming pool (Sokol, 2024). The ceremonial opening took place on 23–24 May 1925 in the presence of President Tomáš Garrigue Masaryk and members of the Czechoslovak government.

Although the Sokol movement prospered in the newly established republic, practical difficulties remained. In June 1925, the association received notice terminating its lease agreement at Hotel Brejcha. The replacement contract offered by the owner contained conditions considered excessively restrictive and therefore unacceptable (Český & Fischerová, 1910–2015). The association consequently faced the urgent question of where its activities should continue.

The only viable alternative appeared to be the Na Přívoze Inn in Letky, to which the association eventually relocated, resuming training activities there in November. However, the move soon revealed significant disadvantages. The building was situated approximately 1.2 kilometres from the centre of Libčice, where most members resided. Furthermore, the available facilities proved inadequate, suffering from insufficient space, poor flooring conditions, and excessive dust (TJ Sokol Libčice, 1934). Several members ceased their participation due to the inconvenient location. Shortly after the relocation had been completed, the proprietor discontinued business operations and

terminated the lease. Left with no practical alternative, the association was forced to accept the conditions previously proposed by Hotel Brejcha and return, albeit with a reduced membership base (Český & Fischerová, 1910–2015).

This episode intensified calls for the construction of a permanent gymnasium. Nevertheless, financial realities remained prohibitive. As the chronicler noted. "*With pencil in hand, we arrived at the unavoidable conclusion that, for the time being, we could afford only the purchase of land* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 106)". A general assembly convened on 12 September 1926 considered potential building sites. Two options emerged. The first was a parcel owned by Brother Suk, located opposite the present-day Catholic cemetery. Measuring approximately 5,470 m², it was offered at a price of 40 Kčs per square sazhen. The second option was a plot owned by Brother Stádník opposite Hotel Brejcha, measuring approximately 580 m².

Following extensive discussion, the larger and more advantageous property belonging to Brother Suk was purchased on 22 September 1926 for 59,000 Czechoslovak crowns, with the outstanding balance lent by Antonín Fischer. Subsequent legal arrangements were completed by Václav Fischer, and the land was soon prepared for use. Approximately 2,000 m³ of soil were moved within three months to level the former meadow. Even before the work was fully completed, public exercises were organized on the site on 19 June 1927, involving 22 men, 18 women, 11 adolescent boys, 6 adolescent girls, 17 boys, and 17 girls. The event was also used as a recruitment opportunity, with informational leaflets distributed to spectators. Membership subsequently increased noticeably following the summer months (Český & Fischerová, 1910–2015).

Beginning in 1928, the Libčice association further diversified its activities. The new sports grounds enabled the establishment of sections devoted to various games and sports. According to a leaflet dated 20 August 1928, a department dedicated to Czech handball was created. The game was described in the chronicle as "our fine Czech game," which had rapidly gained popularity. Training sessions were held three times weekly at the outdoor sports grounds near the cemetery and were restricted to Sokol members. An annual participation fee of 5 Czechoslovak crowns was introduced (Český & Fischerová, 1910–2015).

Calls for the construction of a gymnasium re-emerged in 1929, although insufficient financial resources continued to impede progress. Three years later, however, the situation changed significantly. Despite the ongoing Great Depression, the construction committee began seriously preparing for the erection of a Sokol hall. Appeals were distributed among members requesting donations and loans. Contributions amounting to 12,050 Czechoslovak crowns were collected, while an additional 43,800 Czechoslovak crowns was secured through loans bearing 4% interest. Following a detailed review of the association's financial position by Kasalický, Křížek, and Antonín Fischer, it was concluded that construction valued at approximately 300,000 Czechoslovak crowns could be undertaken (Český & Fischerová, 1910–2015).

Membership growth accelerated dramatically after 1932, with approximately ten new members being reported at each meeting. As a result, the district educational officer Bartoň ranked the Libčice association among the most successful units within the district (Český & Fischerová, 1910–2015). This reputation was further confirmed

when the association achieved second place within the district in attendance at a mass gathering organized by the Czech Sokol Community in Prague on 29 October 1932 (TJ Sokol Libčice, 1934).

The economic crisis persisted longer than expected, and by 1933 its effects were increasingly felt in Libčice. In response, a Social Affairs Committee was established to register unemployed members and provide assistance during periods of hardship. Support included financial aid, material assistance, and help in finding employment opportunities. Beyond direct relief efforts, the association sought to educate the local population on social welfare issues. On 22 June 1933, Dr. Barsch from Prague delivered a public lecture on social assistance. Additional charitable initiatives, including food and clothing collections, were organized throughout the year.

The year 1933 also proved crucial for the association's long-awaited building project. On 22 June, an extraordinary general assembly approved the purchase of land belonging to the local ironworks. Located in the centre of the town, the site cost 16,000 Czechoslovak crowns and represented a far more suitable location for future development than the property near the cemetery. Shortly thereafter, an unexpected opportunity emerged: the purchase of an unfinished gymnasium building, together with adjacent sports grounds and a restaurant, from the Federated Workers' Physical Education Association (FDTJ). The complex, situated on the site of the present Sokol hall, occupied approximately 8,640 m² and was acquired for 223,000 Czechoslovak crowns. Since this purchase exhausted most of the association's available resources, reconstruction and completion work proceeded largely through borrowed funding (Český & Fischerová, 1910–2015).

The building and its equipment were officially transferred to the association on 1 January 1934, and renovation work commenced on 17 March. Approximately 2,000 m³ of soil had to be moved in preparation for the first public events scheduled only weeks later. Remarkably, after nearly twenty-five years of existence, the association had finally obtained a permanent home. On 4 January 1934, its first general assembly was held under its own roof (TJ Sokol Libčice, 1934).

During the same year, the original property near the cemetery was sold, having become redundant. Further improvements to the new Sokol hall continued, including the addition of a stage and adjoining rooms intended for theatrical, educational, and instructional activities. These additions remain part of the building to the present day.

At the 1935 general assembly, L. Fischerová, head of the women's section, announced that the female members had independently commissioned a ceremonial banner as a surprise gift to the association. After extensive discussion, the following motto was selected. "*Sokol, thrive and flourish, and the nation shall flourish with you* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 138)".

From 1936 onward, the tone of the chronicle became increasingly apprehensive. The resignation of President Masaryk and debates surrounding his successor, Edvard Beneš, generated disagreement among members. Although the Czech Sokol Community strongly supported Beneš's election, some members believed that Sokol should avoid political involvement and consequently withdrew from the organization (Český & Fischerová, 1910–2015).

The year 1938, marked both by the Tenth All-Sokol Festival and the twentieth anniversary of Czechoslovak independence, was characterized by growing concerns over the threat posed by Nazi Germany under Adolf Hitler. The festival adopted the motto "To Build and Defend", becoming a powerful demonstration of national unity and readiness to defend the republic (Kozáková, 1994). Members of the Libčice association participated actively in preparations and organized public exhibitions in advance of the event. The festival itself demonstrated the extraordinary scale of the Sokol movement and its importance within Czechoslovak society.

The atmosphere changed dramatically in 1939. The dissolution of Czechoslovakia and the establishment of the Slovak State on 14 March 1939, followed by the German occupation of Bohemia and Moravia on 15 March, brought an abrupt end to the optimism of the preceding decades. Members feared not only for the future of the republic but also for the preservation of the Sokol ideal itself. Rumours circulated concerning attempts to merge Sokol with other physical education organizations, a prospect firmly rejected by the Czech Sokol Community (Český & Fischerová, 1910–2015).

The association suffered another severe blow on 7 April 1939, when Dr. František Fischer, the first and only chairman in the unit's history, passed away after leading the organization for three decades. A ceremonial funeral was held at the Sokol hall in his honour. At the same time, increasing political pressure led some members to transfer to other organizations, including the Workers' Gymnastics Association (DTJ), Orel, and the Scout movement. Nevertheless, activities continued. Educational programmes for new members were organized, although censorship increasingly affected lectures, speeches, and public events (Český & Fischerová, 1910–2015).

ACTIVITIES DURING THE SECOND WORLD WAR

The Second World War officially began on 1 September 1939. As a consequence of increasing repression by the occupying authorities, life within Sokol associations was brought almost to a standstill. Many events that had been carefully planned were ultimately cancelled. As the chronicler observed, reading the newspapers became increasingly distressing, as they reported almost exclusively on German military successes, minimized the achievements of other nations, and frequently contained disparaging references to the Czech people (Český & Fischerová, 1910–2015).

The persecution of both the Czech nation and the Sokol movement continued to intensify throughout the early years of the war. Disruptions in coal supplies made it impossible to heat gymnasiums, and physical education activities had to be suspended for more than three months during the winter season. Regular training resumed only in March, when members were forced to exercise in unheated premises (Český & Fischerová, 1910–2015).

The dramatic arts section faced similar difficulties. Rehearsals had to take place in inadequately heated facilities, and in June an additional setback occurred when lightning struck the curtain of the outdoor stage, causing it to catch fire. Although the blaze was extinguished without major consequences, the curtain itself suffered considerable damage. By this period, organizational life within the Libčice association had reached its lowest point. Participation declined significantly, public interest in activities diminished, and an increasing number of restrictions and regulations affected

virtually every aspect of everyday life. The realities of the war were reflected in all spheres of society (Český & Fischerová, 1910–2015).

The Sokol units of the Podbělohorská District had long anticipated a festival commemorating the fiftieth anniversary of the district's foundation. However, the event was effectively prevented by government authorities, which imposed conditions so restrictive that organizing the gathering became impractical. The cancellation was officially justified on the grounds that participating units had not sufficiently prepared their exercise programmes. Instead, a smaller cultural performance was organized in Libčice in cooperation with a Sokol unit from Prague III. Although far more modest in scale, the event at least partially revived memories of pre-war Sokol traditions (Český & Fischerová, 1910–2015).

As in the First World War, shortages soon developed in the supply of essential commodities. In addition to coal and fuel, food became increasingly scarce. According to the chronicle. "*Food and clothing are rationed; everything is difficult to obtain* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 171)".

These circumstances inevitably affected participation in association activities. Families were compelled to prioritize their own subsistence, while even children were required to contribute to household survival through work and practical assistance. Nevertheless, despite these hardships, the atmosphere among active members remained notably friendly and supportive. In an effort to maintain at least some form of organized activity, a hockey section was established at the request of younger members, particularly schoolchildren and adolescents. The association assembled its first hockey team and even organized a tournament on an ice rink created near the Sokol hall. Six teams participated in the competition:

- Čechie Kralupy
- LTM Úžice
- AFK Libčice
- Otvovice
- Zlončice
- Sokol Libčice

The Libčice team did not finish among the prize-winning positions. According to the chronicler, the hosts had been "obligingly hospitable" to their guests, a humorous reference to their sporting performance (Český & Fischerová, 1910–2015).

A decisive blow to the Sokol movement came in October 1941, when the Nazi occupation authorities officially dissolved the Czech Sokol Community. In response, many younger members became involved in clandestine resistance activities. Among those associated with the Libčice unit who reportedly participated in resistance networks were Gruncl, Müller, Novák, and Kliment (Český & Fischerová, 1910–2015).

The prohibition of Sokol was accompanied by a large-scale campaign of arrests targeting its membership. According to figures cited by the chroniclers, 11,611 members of the Czech Sokol Community were arrested, while 3,388 were executed. Although these repressive measures affected the movement nationally, the Libčice association appears to have been spared the most severe direct consequences of the arrests (Český & Fischerová, 1910–2015).

Beginning in 1941, the Libčice Sokol hall was occupied by a German military garrison. This development effectively terminated all remaining organizational activities. Regular physical training ceased, cultural programmes were discontinued, and the association's public life came to a complete halt. From that point until the end of the war, the activities of the Sokol Association in Libčice nad Vltavou remained suspended (Český & Fischerová, 1910–2015).

ACTIVITIES IN THE POST-WAR PERIOD UNTIL 1953

Following the end of the Second World War, the activities of the Sokol association began to revive gradually. On 2 September 1945, organizational life resumed to a limited extent; however, the renewed development of the movement proved short-lived. Soon thereafter, preparations were initiated for the unification of physical education under state control, a process that would fundamentally alter the position of Sokol within Czechoslovak society. For some time after the war, the Sokol hall in Libčice remained occupied by a Soviet military garrison that had replaced the retreating German forces. As a consequence, all meetings of the association had to be held on the premises of the local ironworks. When the Soviet troops eventually departed, they left the gymnasium and adjoining sports grounds in a severely deteriorated condition, with considerable damage to both the building and its equipment (Český & Fischerová, 1910–2015).

As early as the summer of 1946, a constituent meeting of the newly unified physical education organization was convened. Representatives of the increasingly influential Communist Party of Czechoslovakia (KSČ) gradually assumed several key positions within the association. Between 1948 and 1953, the nationwide golden era of the Sokol movement came to an end. Following the Communist coup of February 1948, the KSČ consolidated political power throughout Czechoslovakia and introduced a centralized system of physical education. All existing sports and physical education organizations were required to become part of a unified structure operating under the Sokol name.

The implications of these changes became fully apparent to the members of the Libčice association only in 1949. During 1948, the organization still displayed certain signs of vitality. At the beginning of that year, plans were approved for an additional extension of the gymnasium. Responsibilities were assigned and architectural plans prepared. However, in the aftermath of the February political upheaval, the project was ultimately abandoned and never realized (Český & Fischerová, 1910–2015).

Preparations also continued for the Eleventh All-Sokol Festival, held in June 1948, although rehearsals and organizational activities were already conducted under growing political pressure and increasing censorship. Despite these constraints, the festival proved highly successful. It represented an uplifting and dignified demonstration of the continuing vitality of the Sokol ideal and served as evidence that the strength of Czech civil society had not been extinguished.

Shortly thereafter, however, the first politically motivated expulsions of members from the Libčice association took place under the authority of the Action Committee of the National Front. Although no member of the local executive committee voted in favor of these measures, twelve members were expelled from the association. The official justification stated that they had failed to participate actively in the establishment of the new "people's democratic" political order. Following this initial

purge, a new chairman, Karel Kropáček, a representative of the Communist Party, was appointed to lead the association. The process of removing members subsequently continued. An additional twenty-six members were dismissed and replaced by individuals affiliated with the KSČ, while others chose to leave voluntarily in response to the changing circumstances.

As the chronicler noted "*A particularly remarkable directive required those who had been expelled to return their Sokol uniforms, despite having purchased them at their own expense* (Český & Fischerová, 1910–2015, p. 197)".

This situation persisted until the beginning of 1953, when the Sokol organization was formally replaced by the newly established Voluntary Sports Organization (DSO). The Libčice unit was subsequently renamed Baník Libčice nad Vltavou, marking the effective termination of the local Sokol association after more than four decades of existence.

For many years thereafter, organized Sokol activities disappeared from public life. A limited revival became possible during the political liberalization of 1968, but the full restoration of the association did not occur until 1990, following the collapse of the communist regime in Czechoslovakia. Nevertheless, throughout the intervening decades, former Sokol instructors continued to preserve elements of the movement's traditions and sought to instill the values and principles of the Sokol ideology in the younger generations under their care (Český & Fischerová, 1910–2015).

CONCLUSION

Overall, information concerning the general history of the Sokol movement found in the scholarly literature corresponded closely with the data obtained from the archival sources examined in this study. Nevertheless, the archival materials ultimately provided a distinctive and highly personal perspective that scholarly publications, constrained by their scope and purpose, are often unable to convey. This may be regarded as their principal contribution. Examples include vivid descriptions of public gymnastics exhibitions, colorful portrayals of women's costumes and expressions, detailed references to specific commodities that were scarce during the world wars, and similar insights into everyday life. During the research process, only occasional discrepancies were identified in the chronological interpretation of well-known historical events. The chroniclers recorded events according to their contemporary perceptions; consequently, the end of the Second World War was effectively considered to have occurred immediately after May 1945, whereas later historians generally regard 2 September 1945 as the formal end of the conflict.

A particularly interesting aspect of the research involved working with the historical toponymy of Libčice nad Vltavou and its surroundings as employed by the chroniclers of the local Sokol association. Some original place names have survived in the present-day street network, although this was not always the case. Owing to extensive urban development during the first half of the twentieth century, it was often difficult to identify the contemporary addresses or precise locations referred to in historical records. Consequently, the archival investigation had to be supplemented by field research, during which the relevant sites were visited and examined directly.

The chroniclers demonstrated a remarkably high level of literacy, as no grammatical or orthographic errors were identified throughout the examined period. At the same time, they displayed considerable creativity through the composition of original slogans, mottos, illustrations, philosophical reflections, and personal commentaries on contemporary issues. This observation is consistent with findings reported by authors such as Dvořáková (1989) and Waldauf (2007).

A crucial factor in the establishment and development of the association until 1953 was the Fischer family, local industrialists engaged in the production of bricks and roofing materials as well as chimney construction. The family contributed significantly to the day-to-day operation and administration of the association while simultaneously acting as major benefactors, donating thousands of Czechoslovak crowns toward the construction of a permanent gymnasium. Their involvement extended beyond the Sokol movement to the broader technical, urban, and cultural development of Libčice nad Vltavou. Numerous physical reminders of their contribution remain visible within the town today. Following the Second World War, however, their company was nationalized, and the family was gradually dispossessed of its property. Their legacy nevertheless endures in the form of the surviving Sokol hall, the building that now houses the local elementary school of arts, the former brickworks complex currently serving other industrial purposes, and, above all, the cultural traditions they helped establish.

From the very beginning of the association‘s existence, the acquisition of a permanent gymnasium represented one of its principal aspirations. This ambition was finally fulfilled on 1 January 1934, a milestone widely celebrated in contemporary records and rightly regarded as one of the most significant events in the history of the Libčice association. In terms of organizational development, the acquisition of its own premises represented a decisive step forward, enabling the association to organize a wide variety of activities independently, without reliance on rented facilities.

During both world wars, the Libčice association experienced hardships similar to those endured by Sokol organizations throughout the country. Numerous members were either required or volunteered to serve in the military, while regular physical education activities were significantly reduced or temporarily suspended. Members of the Libčice association actively participated both in military operations and in resistance activities during the two world wars. Following periods of repression imposed by occupying regimes, the association successfully resumed its activities on each occasion. In this respect, the information contained in the archival records corresponds closely with evidence presented in the scholarly literature.

There can be little doubt that the Sokol movement laid one of the foundations for the expansion of public physical education in the Czech lands, a development clearly illustrated by the example of the Libčice association. Throughout the period examined in this study, hundreds of participants of all age groups from Libčice and the surrounding area engaged in its activities. The organization provided local residents with new opportunities for meaningful leisure-time pursuits that promoted both physical well-being and personal development, opportunities that were enthusiastically embraced by the community. New facilities and organizational structures were created for activities such as gymnastics, tennis, handball, and hockey.

The importance of the association extended far beyond its membership. Through its extensive programme of activities, Sokol became one of the principal organizers of leisure and cultural life within the town. The association regularly organized balls, cultural evenings, public gymnastics exhibitions, educational lectures, pilgrimages, theatrical performances, celebrations of important anniversaries and public holidays, and numerous other community events. In doing so, it played a significant role in shaping the social and cultural identity of Libčice nad Vltavou during the first half of the twentieth century.

REFERENCES

Books and Monographs

DVOŘÁKOVÁ, Z. (1989). *Miroslav Tyrš: prohry a vítězství*. Praha: Olympia.

KOZÁKOVÁ, Z. (1994). *Sokolské slety 1882–1948*. Praha: Orbis. ISBN 80-235-0029-5.

PROVAZNÍKOVÁ, M. (1988). *To byl Sokol*. Praha: České Slovo.

WALDAUF, J. (2007). *Sokol: malé dějiny velké myšlenky.* Luhačovice: Atelier IM, sv. 1. ISBN 978-80-85948-67-7.

Online resources

SOKOL. *TYRŠŮV DŮM.* Online. 2025c. Dostupné z: https://www.sokol.eu/o-tyrsovedome?page=sg_2015_tyrsuv_dum. [cit. 2025-04-19].

Sokol.cz. *Seznam sokolských žup*. Online. 2021. Dostupné z: https://www.sokol.cz/sokol/index.php?action=orgzupy. [cit. 2025-04-19].

Národní knihovna ČR. *Hodnota zlatky v roce 1910*. Online. In: Ptejseknihovny. 2012. Dostupné z: https://www.ptejteseknihovny.cz/dotazy/hodnota-zlatky-v-roce-1910. [cit. 2025-04-19].

Archival materials

ČESKÝ, F., FISCHEROVÁ, M. a kol. „*SOKOL*“ *v Libčicích n/Vlt*. Kronika jednoty. 1910–2015. Místo: Soukromý archiv TJ Sokol Libčice.

TJ Sokol Libčice nad Vltavou. *DVACETPĚT LET TĚLOCVIČNÉ JEDNOTY SOKOL V LIBČICÍCH 1909–1934*. Výroční sešit. 1934. Místo: Soukromý archiv TJ Sokol Libčice.

Mgr. Tomáš Polívka, Ph.D.

Department of Physical Education, Faculty of Education, Charles University

Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1

e-mail: tomas.polivka@pedf.cuni.cz

Česká kinantropologie 2026, vol. 30, no. 1–4, p. 102– 129

PŘÍSPĚVEK K HISTORII NAŠEHO PLAVÁNÍ, PLAVECKÝCH BAZÉNŮ A VYBRANÝCH KOUPALIŠŤ V MEZIVÁLEČNÉM OBDOBÍ.

A CONTRIBUTION TO THE HISTORY OF SWIMMING, SWIMMING POOLS AND SELECTED BATHING FACILITIES IN INTERWAR CZECHOSLOVAKIA

JAN ŠTUMBAUER

Katedra tělesné výchovy a sportu

Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

SOUHRN

Plavání patří mezi absolutně nejvýznamnější sportovní odvětví, volnočasové plavání a koupání v přírodním prostředí je u nás vůbec nejrozšířenější letní aktivitou. Toto sdělení je zaměřeno na historii československého plavání v období I. republiky a na stav a vývoj materiálně-technické základny tohoto odvětví v tomto období. Tematicky je rozděleno na část zabývající se historií sportovního a závodního plavání, dále na vznik a vývoj krytých plaveckých bazénů, také na bohužel ne příliš významné mezinárodní úspěchy našich plavců a na prezentaci výběrového souboru otevřených bazénů, přírodních a říčních koupališť. Toto sdělení je doplněno celkem 38 obrázky, ve kterých je celkem 68 fotografií.

Klíčová slova: plavání, koupání, bazény, plovárny, přírodní koupaliště

ABSTRACT

Swimming is one of the most significant sports, while recreational swimming and bathing in natural environments are among the most popular summer leisure activities in the Czech Republic. This paper focuses on the history of Czechoslovak swimming during the First Czechoslovak Republic (1918–1938), with particular attention to the state and development of swimming facilities and infrastructure during this period. The paper is thematically divided into several sections covering the history of competitive swimming, the establishment and development of indoor swimming pools, the achievements of Czechoslovak swimmers in international competitions, and an overview of a selected range of outdoor swimming pools, natural bathing sites, and river bathing facilities. The paper is illustrated with 38 figures containing a total of 68 historical photographs.

Key words: swimming, bathing, swimming pools, public bathing facilities, natural bathing sites

ÚVOD

Koupání a plavání se u nás začalo rozvíjet již na začátku 19. století. Zpočátku se k tomu využívala vhodná místa v přírodě, postupem času však začaly být budovány první speciální plovárny, především říční. C. k. vojenská plovárna, která fungovala od roku 1809 u malostranského břehu Vltavy, byla nejstarší v celém Rakousku. Sloužila především k výuce plavání příslušníků pražské vojenské posádky, ale koupali se zde i civilisté. Nedaleko vojenské plovárny byla v roce 1840 založena Občanská plovárna. Také na Žofíně se již v tomto období objevily koupací budky umístěné na vorech. Větší a známé říční lázně, jak se tehdy této plovárně říkalo, zde vznikly v roce 1884. Říční lázně a přírodní koupaliště vznikaly i v dalších českých a moravských městech.



Obrázek **1** Na barevném diapozitivu z roku 1900 uloženém ve sbírkách Národního muzea vlevo je plovoucí plovárna u Žofína v Praze. Vpravo jsou zachyceny proslulé zbraslavské koupelny na Závisti v témže období. Zdroj: Národní muzeum Praha, Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu, http://esbirky.cz.

V roce 1845 se při příležitosti příjezdu prvního parního vlaku z Olomouce do Prahy konaly i první plavecké závody ve Vltavě. V roce 1890 byl založen při sportovním klubu AC Praha plavecký odbor, kde bylo zavedeno i závodní plování. Před I. světovou válkou vznikly plavecké odbory klubů AC Sparta a SK Podolí. V roce 1914 byla založena plavecká sekce při České amatérské atletické unii (ČAAU) za účasti klubů AC Praha, AC Sparta a Moravská Slavia. Později se připojily i SK Podolí, ABC Braník, ČVK Brno a SK Slavia.



Obrázek **2** Dobové pohlednice exteriéru a interiéru v krásné novorenesanční budovy (se znaky nastupující secese) městských lázní v Liberci. Ty byly otevřeny v roce 1902. Jejich součástí byla dvoupodlažní hala s plaveckým bazénem o rozměrech 19 × 7,5 m. Zajímavou technickou novinku představoval otvíratelný světlík v zaklenuté konstrukci střechy bazénu. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

METODOLOGIE

Cílem tohoto sdělení je popsat a také pomocí historických faktů, dobových fotografií a pohlednic přiblížit úroveň a vývoj našeho plavání v meziválečném období a na souboru vybraných otevřených bazénů a přírodních koupališť dokumentovat jejich stav v tomto období.

Z obsahového hlediska je předmět sdělení zaměřen na sportovní plavání, dále na vývoj krytých i otevřených plaveckých bazénů a přírodních koupališť.

Z územního hlediska je předmět sdělení sice zaměřen na území celého meziválečného Československa, ale rozhodná část textu je zaměřena pouze na české země a z věcných důvodů abnormálního významu Prahy je jeho těžiště orientováno na Prahu a její okolí.

Z hlediska časového se jedná o období od roku 1918 do roku 1938 s nezbytným exkurzem do počátečního vývoje našeho plavání ve druhé polovině 19. století a na začátku 20. století.

Pro vypracování tohoto sdělení byla použita převážně přímá metoda, jejíž aplikaci umožnilo shromáždění velkého množství informací z pramenů, relevantní literatury, dobových map, fotografií, pohlednic, tištěných turistických průvodců a dalších zdrojů. Pro sestavení hlavních částí sdělení byla použita metoda synchronní. Pro prezentaci materiálně-technické základny, zejména pak přírodních koupališť, byl použit účelový eklektický soubor těchto zařízení existujících a fungujících v řešeném období. Celé sdělení je doplněno 38 obrázky, ve kterých je použito celkem 68 fotografií.

Vývoj našeho plavání v meziválečném období

Bezprostředně po skončení I. světové války došlo k dalšímu rozvoji sportovního a závodního plavání. Byly založeny první čistě plavecké kluby, ČPK (Český plavecký klub), Praha APK (Amatérský plavecký klub), Praha a silná sekce ŽSK (Židovský sportovní klub) Hagibor Praha. Plavecké kluby dále vznikly v Plzni, Pardubicích, Táboře, Strakonicích, Příbrami, Liberci, Brně, Ostravě, Bratislavě a Košicích.

K oficiálnímu založení celostátního plaveckého svazu pod názvem Československý Amatérský Plavecký svaz (ČsAPS) došlo v roce 1919, kdy se jeho první valná hromada konala 19. ledna. Jeho působnost se vztahovala na celou republiku.[1] V roce 1920 se na kongresu v Antverpách stal ČsAPS členem Mezinárodní plavecké federace FINA (Fédération Internationale de Natation). České kluby z Čech, hlavně z Prahy a Plzně, se staly členy svazu ihned, moravské později. Připojení maďarských klubů ze Slovenska a židovských klubů se dělo postupně až do roku 1922.[2] V roce 1925 se v Praze konal kongres FINA za účasti delegátů z 19 států. V témže roce byl Národnímu shromáždění předložen návrh zákona o zavedení povinného vyučování plavání ve školách pro žactvo ve věku 10–14 let.

---

[1] Do ČsAPS jako jediného zástupce Československa ve FINA se pak postupně začlenily ostatní jinonárodní plavecké svazy působící v Československu. Původní statut byl koncipován tak, aby svaz fungoval jako jediný a hlavní představitel plaveckého sportu v ČSR vůči mezinárodní federaci FINA. Sdružoval nejen ryze české a slovenské plavecké kluby, ale garantoval i autonomní postavení a členství klubům národnostních menšin žijících na území tehdejšího Československa (německým, maďarským či židovským klubům). Zdroj: Národní muzeum Praha – Historické muzeum. *Archiv dějin tělesné výchovy a sportu*. Fond Československý amatérský plavecký svaz (ČsAPS). Stanovy svazu a zakládací listiny (1919).

[2] BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Almanach sportu, s. 310.

ČsAPS se v té době dělil na pět organizačně samosprávných dílů, a to na župy: Pražskou, Plzeňskou, Brněnskou, Bratislavskou a Košickou[3] Zvláštní organizační složku svazu tvořil počtem členů i úrovní činnosti významný Svaz německých plaveckých spolků v ČSR se sídlem v Teplicích (Verband der deutschen Schwimmvereine), který přistoupil k ČsAPS v roce 1925. Plavci německého svazu pak vybojovali řadu čs. mistrovských titulů, drželi řadu čs. rekordů a úspěšně reprezentovali Československo.[4] V roce 1925 bylo v ČsAPS sdruženo 42 klubů a dalších 30 klubů do něj přistoupilo spolu s německým svazem.[5] Celkový počet členů v klubech, sdružených v ČsAPS byl 3 320 mužů, 830 žen, 1 400 dorostenců, 320 hochů a dívek.

Počátky činnosti svazu byly obtížné. Jen velmi těžko se mu dařilo zajistit finance pro zahraniční styky a účast plavců na mistrovstvích Evropy a na olympijských hrách. Výkonnost československého plavání byla ve srovnání se zahraničím sotva průměrná, což nepřímo odráželo tehdejší úroveň našich plaveckých zařízení.

Závody se konaly převážně v přírodních, většinou i mírně tekoucích vodách, a proto výkony byly jen těžko tabulkově srovnatelné. V Praze plavci ještě dlouho po I. světové válce neměli 25metrový bazén a ve výkonnosti byli daleko za mezinárodní špičkou. První mistrovství Československa pro muže a ženy se konalo v Praze na Vltavě u Císařské louky v červenci 1919. Plavalo se po proudu na tratích 100, 200, 400 a 1 000 m. V následujícím roce byla zavedena evidence československých plaveckých rekordů.

---

[3] Hlavním účelem ČsAPS byla propagace plaveckého sportu v nejširších vrstvách, zavedení povinného vyučování plavání a záchranného plavání na školách a ústavech, jakož i rozmnožení příležitostí k provozování plaveckého sportu (lázní a bazénů). Zdroj: Národní muzeum Praha – Historické muzeum. Archiv dějin tělesné výchovy a sportu. Fond Československý amatérský plavecký svaz (ČsAPS).

[4] Nejlepším německým plavcem u nás byl po dlouhou dobu Czegka z brněnského plaveckého klubu SV Aegier Brno. Roku 1925 získal titul v čs. rekordu na 400 m prsa, ve stejné disciplíně zvítězil i o rok později. Double na 100 i 200 m získal v letech 1928, 1929 i 1930 a na obou tratích vytvořil i čs. rekordy. Mezi ženami vítězily Klatschková (1927, 100 m znak, čs. rekord), Krikawová (1930, 100 m prsa, čs. rekord) a Hankeová (1930, 200 m prsa a 1930 čs. rekord na 100 m prsa). Čs. rekord překonal ještě Keiler v roce 1927 (50 m prsa) a několikrát prsařská štafeta Aegiru. a mistrovství republiky 1932 Czegka opět zvítězil na 100 m i 200 m prsa, na 100 m v. zp. zvítězila Brňanka Schramková a ve skocích z prkna Heroldová. Při mezistátním utkání Rakousko – ČSR zvítězil Czegka na 200 m prsa. Roku 1933 získali čs. tituly Czegka na 200 m prsa a ve skocích z prkna i věže teplický Leikert. V utkání ČSR – Anglie ve skocích byl Leikert první z prkna a druhý z věže. Při utkání s Polskem zvítězil Leikert ve skocích z prkna i věže. V roce 1934 byl při MČSR ve skocích opět nejlepší Leikert, který výborného úspěchu dosáhl i na ME, kde obsadil druhé místo ve skocích z věže a třetí ve skocích prkna. Titul mistra republiky Leikert obhájil i roku 1935. Na 200 m prsa zvítězil mezi muži Ebert a mezi ženami Würfelová. Při mezistátním utkání v Itálii zvítězili Leikert ve skocích z věže a Würfelová na 100 i 200 m prsa, ve skocích z prkna byl Leikert druhý a na 200 m prsa Ebert třetí. Würfelová byla první na 200 m prsa v utkání s Maďarskem, druhá na 100 m prsa v utkání s Jugoslávií a druhá v obou disciplínách při utkání s Dánskem. Würfelová se provdala za českého vodního pólistu Boubela. Na mistrovství republiky 1936 zvítězili na 200 m prsa Ebert a Boubelová (Würfelová), ve skocích z prkna i věže Leikert a Hrubeschová. Na OH v Berlíně Boubelová skončila v rozplavbě, Ebert v meziplavbě a Leikert obsadil 9. místo ve skocích z prkna a 16. místo ve skocích z věže. Leikert s Boubelovou se zúčastnili turné po Španělsku, Alžíru a Francii. Podle ŠTUMBAUER, J. (2002). Němečtí sportovci v Československu 1918–1938 II. *Studia Kinanthropologica*, 3, 69–76.

[5] BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Almanach sportu, s. 311.

Mistrovství v plování mužů a žen			
Rok	Místo konání	délka dráhy	Poznámka
1919	Praha – Žofínský ostrov	50 m	Plaváno za pomoci proudu
1920	Praha – u mostu Legií	25 m	
1921	Praha – u mostu Legií	25 m	
1922	Praha – u mostu Legií	25 m	
1923	Praha – u mostu Legií	25 m	
1924	Praha – u mostu Legií	25 m	Plavány jen olympijské disciplíny
1925	Praha – u mostu Legií	25 m	
1926	Praha – u mostu Legií	25 m	
1927	Praha – u mostu Legií	25 m	
1928	Praha – lázně ONP – Klimentská	25 m	Plavány olympijské disciplíny a štafety
	Praha – u mostu Legií	25 m	Jen 1 500 m volný způsob
1929	Bratislava – lázně Lido	33,33 m	
	Praha – lázně ONP – Klimentská	25 m	1 500 m volný zp. + štafety žen
1930	Praha - Barrandov	50 m	
1931	Praha - Barrandov	50 m	
1932	Praha - Barrandov	50 m	
1933	Brno – Zábrdovice	50 m	
	Praha - Barrandov	50 m	Jen 1 500 m volný způsob
1934	Brno – Zábrdovice	50 m	
	Praha - Barrandov	50 m	
1935	Praha - Barrandov	50 m	Poprvé povolen start dorostu
1936	Praha - Barrandov	50 m	
1937	Praha – Barrandov	50 m	Jen 1 500 m volný způsob
	Bratislava – lázně Lido	33,33 m	
1938	Praha – Barrandov	50 m	

Obrázek 3 Tabulka s místy konání mistrovství Československa v plavání v meziválečném období. Tabulka zpracována podle BĚLOHLÁVEK, J. (1959). *Stručné dějiny plaveckého sportu v ČSR.* ÚV ČSTV, příloha 1.

Naše první oficiální mezistátní utkání v plavání a ve vodním pólu, a to proti Rakousku, proběhlo ve Vídni v roce 1924. Skončilo vítězstvím domácích. Z těchto mezinárodních utkání s Rakouskem se pak stala tradice, která pokračovala až do roku 1931.



Obrázek **4** V roce 1925 se mezistátní utkání v plavání Československo – Rakousko uskutečnilo v Českých Budějovicích. Plavalo se v Malši v samotném centru města v prostoru mezi mosty. Fotografie archiv autora.

Ve 20. letech byly velmi populární distanční závody. Jenom v Praze ve Vltavě jich bylo v sezoně pořádáno několik. Nejznámější z nich, napříč Prahou (někdy také napříč Vltavou), byl založen již v roce 1906, a následně se dočkal více než třicetileté tradice. Při tomto závodu účastníci proplavávali i dvě propusti, což byla z dnešních hledisek ne zcela bezpečná záležitost. Závod měl vždy na mostech a nábřežních navigacích velkou diváckou kulisu. Popis tohoto závodu v roce 1919 přinesl i denní tisk. Tehdy zvítězil A. Hora z AC Sparta v čase 51:18,4 min.

„*…Účast startujících byla pěkná, celkem 21 startujících (mezi tím 2 ženy: Divíšková z Brna a Hrbková z Prahy). V závodě ihned od startu získal náskoku Hora A. (AC. Sparta), sledován Parýzkem z téhož klubu, Stiborem a Češkou ze SK Slavia, dále Hora V. (AC. Sparta), Širc, Hrášek, 13letý plavec, Rohlík a Kůrka tvořili další skupinu. Pořad celého závodu zůstal téměř po celou závodní trať nezměněn. Náskok, kterého ten, který plavec dobyl, udržel až k cíli. Hora A. je ve výborné kondici, plave silným tempem a je prvý na jezu za Palackého mostem, přebíhá ho hladce a získává zde lehce dalších 30 m náskoku. Ostatní závodníci, jak následují, Parýzek, Stibor, Češka, Hora V., Širc, Hrášek, ti všichni jdou pomalu přes prvou překážku a ztrácí tím proti prvému v závodě. Totéž opakuje se na druhém jezu před Karlovým mostem. Čtyři první plavou pěkný závod, udržují stále rozdíl, který je dělí a stihnou cíle v tomto pořádku. Závodníci připluli vesměs v dobré kondici, oceniti dlužno výkon třináctiletého hocha Hráška, který připlul jako šestý a sl. Divíškovy z Brna, která nechala za sebou čtyři plavce…* “[6]



Obrázek 5 Vlevo je fotografie s účastníky I. ročníku plaveckého distančního závodu na 2 800 m uspořádaného plaveckým odborem Vysokoškolského sportu v roce 1927. Muž v klobouku vlevo je František Smotlacha. Fotografie byla pořízena na pravobřežní vltavské náplavce nad Čechovým mostem. V pozadí je vidět sídlo Vysokoškolského sportu – Strakovu akademii. Vpravo je fotografie stránky klubové kroniky našeho nejstaršího plaveckého klubu, kterým byl v roce 1890 založený plavecký odbor AC Praha. Tato stránka je věnována distančnímu závodu Napříč Prahou přes jezy v roce 1928. Zdroj: *Památník AC Praha*. Národní muzeum Praha, Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu, http://esbirky.cz.

[6] Národní listy 4. 8. 1919.

Vývoj prvních krytých plaveckých bazénů na našem území

Velmi neutěšený byl na našem území stav krytých plaveckých bazénů. Ty úplně první byly součástí městských očistných lázní a byly určeny hlavně pro lázeňský provoz. Většina z nich také měla atypické a pro sportovní účely nevhodné rozměry.

Lázně Na Ponávce v Brně zvané Charlottiny byly otevřeny v roce 1885. Jejich součástí byl velký mramorový bazén o rozměrech 20 × 8 m se stálým přítokem a odtokem k používání v létě i v zimě.[7] Budova tzv. Ústředních lázní v Rašínově ulici v Brně byla postavena okolo roku 1890 na místě bývalých zahradních lázní Diana. Jejich součástí byl atypický plavecký bazén s délkou 15 m.

Lázně s názvem *Bad Pozsony* (Prešporské lázně) byly postaveny v letech 1893 až 1896 v Bratislavě. Ty ale zprvu sloužily především k očistě těla (vanové a parní koupele). V roce 1914 k nim byla přistavěna krytá plavecká část, čímž vznikl vůbec první krytý plavecký bazén v Bratislavě a na čas i nejdelší bazén v později vzniklém Československu. Tímto byl odstartován následný poválečný vzestup Bratislavského plavání.[8]

Architektonicky jedinečný plavecký bazén s rozměry 19 × 7,5 m byl otevřen v roce 1902 jako součást Městských lázní Františka Josefa I. v Liberci. V roce 1908 byly otevřeny Městské lázně v Ústí nad Labem. Jejich součástí byla hala s bazénem s rozměry 19 × 7,5 m. Taktéž v roce 1908 byly otevřeny tzv. Jubilejní lázně císaře Františka Josefa I. v Teplicích. Jejich krytý plavecký bazén měl identické rozměry 19 × 7,5 m. Tyto bazény nebyly bohužel navrženy podle sportovních standardů, ale odpovídaly tehdejším německým normám pro tzv. *lidové a očistné lázně*. Hloubka bazénové vany byla proměnlivá a svažovala se od 80 cm až do 270 cm v nejhlubší části, což umožňovalo i skoky z můstku.

---

[7] Pojmenovány byly po Charlottě Belgické (1840–1927), manželce mexického císaře Maxmiliána I.

[8] Tytu lázně jsou často uváděny pod názvem Grössling. Historická dokumentace tohoto bazénu uvádí rozměry přibližně 24 × 9 m. Nejčastěji jsou uváděny jako důvody tohoto nezvyklého rozměru jednak tehdy neexistující jednotné mezinárodní standardy pro délku plaveckých drah jako je pozdějších 25 nebo 50 metrů. Dále tyto městské lázně byly tehdy určeny především pro relaxaci, rekreaci a očistu obyvatel a možná hlavním důvodem byly omezené možnosti parcely v centru Bratislavy.

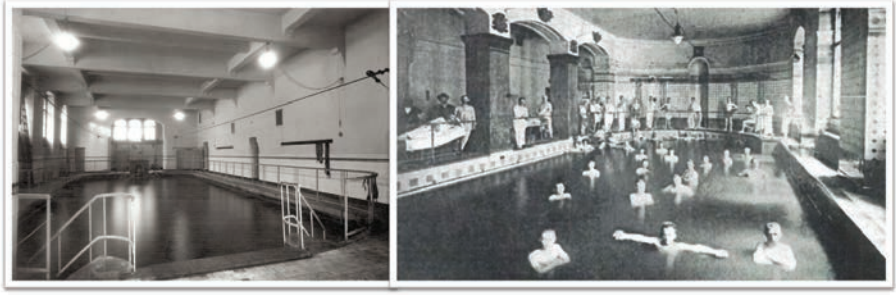


Obrázek 6 Dobové pohlednice exteriéru a interiéru budovy městských lázní v Teplicích, které byly otevřeny v roce 1908. Jejich součástí byl plavecký bazén o rozměrech 19 × 7,5 m. Pohlednice a fotografie převzaty z https://teplice-teplitz.net/stavby/karta/nazev/21-mestske-lazne.

V Praze byl otevřen krytý bazén s rozměry jen 4 × 7 m a hloubkou 1,3–1,7 m ve Strakově akademii dokončené v roce 1896. V roce 1906 byl otevřen v jeho sousedství, v suterénu tzv. Klárova ústavu, bazén s rozměry 19 × 8 m hloubkou cca 2 m, který je považován za nejstarší větší krytý plavecký bazén v Praze. Kromě lázní zde byla otevřena i vůbec první sauna v Praze. V roce 1903 byly dány do provozu tzv. Městské lázně Žižkov v Husitské ulici. Ve své době šlo o nejmodernější a největší očistné lázně v Praze,[9] které navštívil i císař František Josef I. V přízemí byl velký bazén, v patře další menší bazén s prosklenou stěnou, sauny a parní lázně. Ve větším bazénu se dalo i plavat. Obdobné budovy očistných lázní, většinou i s malými bazény, byly budovány ve většině pražských městských čtvrtí a také ve většině dalších měst. Menší bazény s balneologickým určením byly také vybudovány ve většině našich tehdejších lázeňských měst. V období I. republiky pak byly menší výukové bazény zakomponovány do některých z novostaveb školních budov.[10]

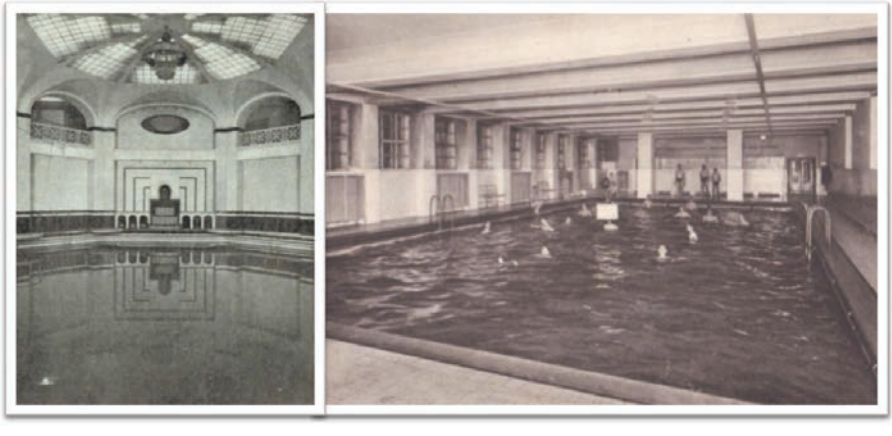
[9] Většina bytů v tehdejších bytových fondech našich měst neměla vlastní koupelny, a tak v nich byly budovány a provozovány za účelem zajištění osobní hygieny veřejné očistné lázně. Ty jednodušší měly jen sprchové a vanové koupele. Součástí řady z nich byly i menší plavecké bazény.

[10] V meziválečném Československu se v rámci rozmachu moderní architektury a důrazu na hygienu a harmonický tělesný rozvoj dětí podle ideálu tzv. zdravé školy, postavilo několik unikátních školních budov, které měly krytý výukový bazén v suterénu či samostatném křídle. Příkladem může být budova dnešní základní školy sv. Voršily v Praze 1 dokončená v roce 1933, jejíž součástí je i původní výukový bazén s rozměry 10 × 5 m. Dále se jednalo Masarykovu pokusnou reformní školu ve Zlíně dokončenou v roce 1928, Školy na náměstí Svornosti v Brně-Žabovřeskách dokončené v roce 1931, Masarykovu základní školu v Plzni dokončenou v roce 1932, Tyršovu obecnou a měšťanskou školu v Praze-Nuslích dokončenou v roce 1933, Francouzskou školu v Praze-Dejvicích dokončenou v roce 1934, či komplex škol ve Zlíně – Čepkově vzniklý taktéž ve 30. letech.



Obrázek **7** Na fotografii vlevo je velký bazén v původně Klárově ústavu slepců na Malé Straně. Fotografie převzata z https://prazdnedomy.cz/domy/objekty/detail/268-klaruv-ustav-ii-dum-kultury-tela. Vpravo je fotografie s motivem bazénu v Městských lázní Žižkov. Fotografie převzata z https://www.opustenamista.cz/ceska-republika-cz/mestske-lazne-zizkov.

Další větší krytý bazén byl otevřen v roce 1914 v lázních Koruna na Václavském náměstí. Měl však atypický tvar šestiúhelníku, ale hloubku až 2,15 m, a tak u něj byly i můstky pro skoky. V roce 1926 byl otevřen již čistě plavecký bazén o rozměrech 20 × 10 m a s hloubkou 1,5–2,5 m, v suterénu pod velkou tělocvičnou Tyršova domu[11]. V tomto roce také byly československé rekordy rozděleny na rekordy ve venkovních (otevřených) a krytých bazénech.



Obrázek **8** Na fotografii vlevo je velký bazén v paláci Koruna. Vpravo je dobová pohlednice s motivem bazénu v Tyršově domě. Ten byl umístěn v suterénu pod velkou tělocvičnou ve dvorní přístavbě tehdejšího ústředí ČOS. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

[11] Tento bazén sloužil v době, kdy byl Tyršův dům v majetku ČOS, hlavně výuce plavání. Ačkoliv se v původních plánech uvažovalo o vybudování až 50metrového bazénu, kvůli náročnému a nestabilnímu písečnému podloží v blízkosti Čertovky a potažmo Vltavy museli stavitelé jeho rozměry zmenšit. V 50. letech byl v souvislosti se založením ITVS prodloužen na 25 m a v zadní části i prohlouben pro skoky z metrového prkna.

Teprve v roce 1927 byl otevřen v Praze v Klimentské ulici první regulérní (tedy s délkou 25 m) krytý plavecký bazén v českých zemích. Ten byl umístěn v suterénu budovy Okresní nemocenské pojišťovny v Praze II.[12] Hlavní bazén měl rozměry 25 × 12 metrů. Jeho hloubka se pohybovala v rozmezí 1–3 m. Okolo bazénu byla i zvýšená galerie, která dokázala pojmout až 1 000 diváků. V roce 1930 byl pod západní částí dvora přistavěn ještě druhý, menší dětský bazén.[13]



Obrázek 9 Na fotografii vlevo je velký bazén v budově Okresní nemocenské pojišťovny v Klimentské ulici. Fotografie převzata z https://www.historicka-praha.cz/klimentska/. Vpravo je fotografie bazénu o velikosti rozměry 12 × 6 m jež byl součástí velmi moderních předměstských parních a vanových lázní, které otevřel v roce 1935 v přízemí vlastní novostavby na Smíchově Karel Černý. Jejich součástí, jak bylo tehdy obvyklé, byly také vanové lázně, pára, odpočívárna a masérna. Fotografie: digitální sbírka *Žijeme moderně 1918–1938*.

„*...Téměř při všech závodech, zvláště při těch, jichž se zúčastní naši plavci v době zimní, jest konstatován naprostý nedostatek trainingu, poněvadž zimní lázně, pokud je v RČS máme, jsou pro účely plaveckého sportu většinou naprosto nedostačující. Počet lázní letních a cvičišť, jež jsou v používání plaveckých klubů, jest 18, zimních 5, k čemuž přistupují plovárny německých klubů v Čechách počtem 11 a zimní lázně počtem 5...*“[14]

Následně byl v roce 1928 otevřen bazén v Paláci YMCA v Praze o rozměrech 25 × 7 m, které dovolovaly vytyčit jen čtyři zúžené dráhy. V roce 1931 otevřela firma Schicht v Ústí nad Labem na úpatí vrchu Sedlo moderní kryté plavecké lázně s bazénem o rozměrech 25 × 12 m a největší hloubkou až 3,5 m. Ve své době šlo o jedno z nejmodernějších zařízení toho druhu v Evropě. Mezi jeho vybavenost patřily vanové koupele, sauna, místnosti pro masáže i perličkové koupele. Součástí budovy byly i další služby jako kadeřnická a holičská provozovna a dětská lékařská poradna. Bazénová hala byla prosklenou stěnou spojena s rozsáhlou zahradou, sloužící jako sluneční lázně s brouzdališti, hřištěm a travnatými plochami. Lázně sice byly primárně určeny pro pracovníky firmy, ale přístup do nich měli i zájemci z řad veřejnosti.

---

[12] BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Almanach sportu, s. 312.

[13] Bazén v Klimentské ulici bohužel fungoval jen velmi krátce. Při celkové přestavbě a adaptaci budovy v roce 1937 byly oba bazény zrušeny. Důvodem byl trvalý nedostatek místa pro administrativu pojišťovny. Unikátní podzemní prostory plovárny pak byly přestavěny na úřadovny a sklady.

[14] BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Almanach sportu, s. 311.



Obrázek 10 Na fotografii vlevo je neoklasicistní budova moderních krytých plaveckých lázní, které nechala postavit firma Schicht v letech 1930–1931 na úpatí kopce Sedlo v Ústí nad Labem – Střekově. Na fotografii vpravo je interiér velkého bazénu těchto lázní. Fotografie: www.youtube.com – Mizející Ústí.

V roce 1932 byl otevřen krytý bazén v budově Městských lázní v Plzni s rozměry 25 × 10 m a také bazén v hotelu AXA v Praze s rozměry 25 × 12 m, ve kterém šlo vytyčit 6 drah.[15]

V roce 1933 byl otevřen krytý bazén s rozměry 30 × 12 m v Hradci Králové. Ten se stal nejenom největším krytým bazénem u nás, ale bohužel na dlouhou dobu i posledním otevřeným. Ostatní města sice kryté bazény plánovala, ale dočkala se jich většinou až dlouho po skončení II. světové války.

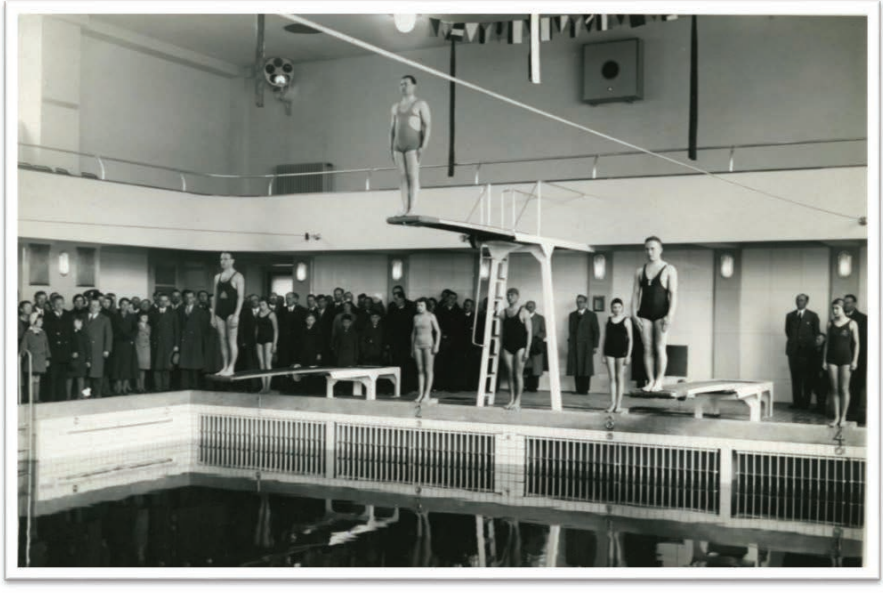


Obrázek **11** Fotografie bazénu v Paláci YMCA uveřejněná v časopisu TEP pražské Ymky v roce 1928, to znamená v roce jeho otevření. Fotografie: TEP pražské Ymky, 1928, č. 1. Na momentce z roku 1936 vpravo pózují během přestávky v tréninku v bazénu hotelu Axa naši reprezentanti v plavání a vodním pólu Ing. Dušek, Kabátník, Miluna, Erb, Boubela, Ing. Schmuck, Koutek, Vondřejc, Bůžek, Medřický, Tomášek. Fotografie: digitální sbírka *Žijeme moderně 1918–1938*.

[15] Funkcionalistická budova hotelu AXA byla projektována a postavena architektem a stavitelem Václavem Pilcem v letech 1930–1932. V této polyfunkční budově byl i plavecký bazén 25 × 12 m s třímetrovým skokanským prknem a hloubkou v rozmezí 0,90–3,50 m. Vliv na koncepci a vybavení hotelu měla především manželka Václava Pilce, špičková sportovkyně a tehdejší reprezentantka Československa v plavání, skocích do vody a lyžování, Běla Friedländerová. Ta zde vedla sportovní a tělovýchovné kurzy určené především ženám a dívkám.



Obrázek 12 V roce 1932 byla dokončena budova Městských lázní v Plzni, jež vznikla s podporou okresu, Městské spořitelny, Škodových závodů a Měšťanského pivovaru. Její součástí byl i 25 m dlouhý krytý plavecký bazén. Na pohlednici vlevo je celkový pohled na budovu lázní na břehu Radbuzy. Vpravo je fotografie interiéru haly s bazénem. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.



Obrázek **13** V roce 1933 byly otevřeny Městské lázně v Hradci Králové, které byly pořízeny nákladem Spořitelny Královéhradecké. Jejich součástí byl tehdy v celé republice ojedinělý bazén vybavený i umělým vlnobitím s rozměry 30 × 12 metrů. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

V roce 1930 byl slavnostně otevřen plavecký stadion v Praze pod Barrandovem a v něm bylo hned uspořádáno mistrovství Československa v padesátimetrovém bazénu. Teprve v roce 1936 bylo uspořádáno v Ústí nad Labem ve zdejším krytém bazénu s délkou 25 m 1. zimní mistrovství Československa. V tomto roce byl také v Mladé Boleslavi uspořádán 1. přebor ČSR klubů bez zimních lázní.[16] Ještě v roce 1938 bylo totiž na našem území pouze 8 větších krytých bazénů.

[16] Tato tradice přeborů oddílů bez zimních lázní bohužel pokračovala až do 60. let.



Obrázek 14 Naše plavání na stránkách časopisu STAR v roce 1931. Vlevo jsou zachyceni v barrandovském plaveckém areálu Rado, Polakoff a Getreuer na mistrovství Československa. Vpravo je pohled do krytého bazénu v Klimentské ulici při závodech plaveckého odboru ŽSK Hagibor Praha. Fotografie převzata z časopisu *STAR*, 1931.

Naše plavání na mezinárodní scéně

Podmínkám, ve kterých fungovalo v meziválečném období naše plavání, odpovídaly i sporadické úspěchy našich plavců na ME a prakticky žádné na OH.

Mezi nejlepší naše plavce patřil v polovině 20. let Rudolf Piowaty[17] z plaveckého klubu Bar Kochba Brno. Ten byl účastníkem OH 1924 v Paříži, kde se dostal na 200 m prsa do semifinále a ve štafetě 4 × 200 m v. zp. (volný způsob) skončil v rozplavbě. Na OH 1924 dosáhla skvělého úspěchu Jarmila Müllerová, když skončila na 5. místě v závodě na 100 m znak.

Na 1. ME v Budapešti v roce 1926 docílil nejlepšího výsledku Julius Balasz,[18] který získal bronzovou medaili ve skocích do vody. Naše štafeta na 4 × 200 m v. zp. skončila čtvrtá. Na 2. ME uspořádaném v roce 1927 v italské Bologni dosáhl velkých úspěchů Václav Antoš. V závodě na 400 m v. zp. skončil třetí s časem 5:16,2 a v závodě na 1 500 m v. zp. pátý.[19] Na 3. ME v Paříži v roce 1931 docílil velmi pěkného úspěchu bratislavský plavec PTE (Pozsonyi Torna Egylet) Bratislava Pavel Steiner.[20] V závodě na 100 m v. zp. skončil třetí. František Getreuer[21] byl čtvrtý na 400 m v. zp., Pavel Steiner v roce 1932 zvítězil v závodě na 100 m v. zp. o Velkou cenu Paříže (Grand Prix

[17] Rudolf Piowaty byl držitelem několika čs. rekordů, a to např. na 1 500 m v. zp. (26:39,8) a na 100 m znak (1:28).

[18] Julius Balasz začal svoji závodní kariéru v Žilině na Slovensku. Jeho disciplínou byly skoky z prkna a potápění. Stal se československým mistrem s olympijskými ambicemi. Později se přestěhoval do Prahy a přestoupil do Hagiboru.

[19] Předchozí výsledky podle BĚLOHLÁVEK, J. (1959). *Stručné dějiny plaveckého sportu v ČSR*. Praha: ÚV ČSTV, příloha 17.

[20] Pavel Steiner z PTE Bratislava na přelomu 20. a 30. let studoval v Paříži na Sorbonně a trénoval zde společně s tehdejším světovým rekordmanem Jeanem Tarisem. Ten se zúčastnil OH 1928, 1932 (2. místo na 400 m v. zp.) a 1936. Byl mistrem Evropy v roce 1934 na 400 m i 1 500 m. Vytvořil světové rekordy 4:47,0 na 400 m v. zp. a 10:15,6 na 800 m v. zp. Oba pod vedením vyhlášeného odborníka Hermanta.

[21] František Getreuer z Hagiboru Praha byl postupně držitelem 25 československých rekordů. Byl také po dlouhou dobu největší hvězdou týmu vodního póla Hagiboru, který čtyřikrát získal mistrovský titul.

de Paris). Na 4. ME v německém Magdeburgu v roce 1934 obsadil druhé místo ve skocích z věže a třetí místo ve skocích z prkna teplický Leikert. Na OH 1936 Leikert obsadil 9. místo ve skocích z prkna a 16. místo ve skocích z věže. Na ME 1934 vybojovala 5. místo na 100 m v. zp. brněnská plavkyně německé národnosti Irma Schramková.[22] Ta se zúčastnila i OH 1936. Na 5. ME v Londýně v roce 1938 jsme skončili bez úspěchu.

Vodní pólo se u nás začalo hrát teprve těsně před I. světovou válkou, a to podle německých pravidel, která se značně lišila od pravidel mezinárodních. První mistrovský titul získala v roce 1919 Slavie Praha[23] před Spartou. Obě tato družstva byla zastoupena ve vznikajícím reprezentačním mužstvu, které se poprvé zúčastnilo OH 1920 v Antverpách. K rozvoji vodního póla a k všeobecné implementaci mezinárodních pravidel došlo po roce 1920, a to po návratu našeho mužstva z OH v Antverpách. Dá se říci, že teprve tam naši hráči porozuměli systému, taktice hry a také jejím pravidlům, a doma pak využili tam získaných zkušeností. V dalších letech se však naše vodní pólo zdokonalovalo a začalo se přibližovat světové úrovni. Naši pólisté se zúčastnili i OH 1924 v Paříži, OH 1928 v Amsterodamu a OH 1936 v Berlíně. Vodní pólo se hrálo svorně v plaveckých klubech českých, slovenských, maďarských, německých a židovských. Kromě Prahy tvořily významná centra vodního póla ještě Brno[24] a Bratislava. Po celé meziválečné období byla organizována nejvyšší soutěž ve vodním pólu – I. československá liga.

Rok	*Vítěz*	*Rok*	*Vítěz*
1919	Slavia Praha	1929	PTE Bratislava
1920	APK Praha	1930	APK Praha
1921	APK Praha	1931	ČPK Praha
1922	Sparta Praha	1932	ČPK Praha
1923	Sparta Praha	1933	Sparta Praha
1924	APK Praha	1934	ČPK Praha
1925	*Výsledky anulovány*	1935	Hagibor Praha
1926	APK Praha	1936	Hagibor Praha
1927	PTE Bratislava	1937	Hagibor Praha
1928	Hagibor Praha	1938	Sparta Praha

Obrázek 15 Přehled vítězů Československé ligy ve vodním pólu mužů v meziválečném období. Někdy byla označována i jako I. československá liga.

[22] Předchozí výsledky na ME v plavání podle KRAJÍČEK, S. (1947). *Po stopách vývoje plaveckého sportu.* Ministerstvo školství a osvěty, s. 83–85.

[23] První mistrovství ve vodním pólu u nás se konalo 16. a 17. srpna roku 1919 a od té doby se koná pravidelně, i když s různými systémy a různým počtem družstev.

[24] Počátky vodního póla v Brně lze datovat do roku 1919. To zde vzniklo v symbióze se závodním plaváním. První velký turnaj za mezinárodní účasti zde byl uspořádán v roce 1922. V roce 1927 zde byl založen plavecký odbor Vysokoškolského sportu, který se následně stal propagátorem této hry. Kromě toho se pólo hrálo v KVS Brno, ČPK Brno, německém SV Aegier a židovském Bar Kochba. Tehdy bylo téměř pravidlem, že plavci těchto klubů byli zároveň hráči vodního póla.



Obrázek 16 Momentka ze zápasu ve vodním pólu ČPK – AC Sparta, který byl sehrán 28. 8. 1936 ve Vltavě u Občanské plovárny. Národní muzeum Praha. Zdroj: Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu, http://esbirky.cz.

Přehled vybraných otevřených plováren a přírodních koupališť v meziválečném Československu

V období I. republiky vzniklo na území Československa velké množství přírodních koupališť, která se těšila velké oblibě a návštěvnosti. Následující popis doplněný dobovými fotografiemi není systémovým, ale pouze výběrovým souborem, který má sloužit pouze k ilustraci stavu a úrovně těchto staveb v tomto období. Obrázky jsou ve valné většině sestaveny z volně dostupných dobových pohlednic.

Naším nejznámějším plaveckým bazénem a koupalištěm sloužícím veřejnosti byl plavecký areál pod Barrandovem. Ten byl otevřen v srpnu 1930 jako součást tehdejší vyhlášené restaurace Barrandovské terasy, s níž byl spojen i schody vinoucími se po skalách. Dopoledne byl bazén určen pro veřejnost a odpoledne a v podvečer pro trénink plavců Českého plaveckého klubu. Hlavní bazén měl rozměry 50 × 18 m a přilehlé tribuny mohly při závodech pojmout až 3 000 diváků. Bazén měl šest startovních bloků a šest regulérních padesátimetrových drah. V severní části byl hluboký až 4,7 m a zde také byla umístěna skokanská prkna a věž s plošinami vysokými 5 a 10 m.[25]

[25] Celý areál zrealizoval Václav M. Havel a spolufinancoval jeho bratr Miloš Havel. O celém areálu se vyjadřovali někteří zahraniční návštěvníci jako o nejkrásnější restauraci v Evropě s bazénem v bývalém lomu. Bazén s okolím byl s horní restaurací spojen lanovkou pro dopravu jídla a nápojů. Kromě hlavního bazénu se závodními drahami a skokanským můstkem tady bylo i brouzdaliště, deset tenisových kurtů, loděnice s jachtami a kánoemi, písečná pláž, klubovna na pontonech, basketbalové a volejbalové hřiště. Nevýhodou bazénu ale bylo, že ležel na západním břehu vltavského údolí těsně pod skalami, takže tam slunce mohlo jen dopoledne a po poledni se celý areál ponořil do hlubokého stínu a od skal zavanul silný chlad. Navíc bazén byl napájen jen jednoduše filtrovanou vodou jímanou z vlastní studny a ta se kvůli jeho poloze nedostatečně prohřívala. Ale plavci, závodníci a skokani byli tenkrát zvyklí jen na přírodní vodu v řekách a koupalištích, a tak byli značně otužilí a něco vydrželi.



Obrázek 17 Na fotografii vlevo je zachycen areál pod Barrandovem za plného letního provozu a vpravo pak při jedněch z mnoha závodů, jež zde ve 30. letech probíhaly. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

V Praze fungovala v meziválečném období řada říčních plováren, jejichž vznik někdy sahá až hluboko do 19. století. Mezi nejrozlehlejší a nejoblíbenější patřily v roce 1910 otevřené Žluté lázně v Praze Podolí s kapacitou až 9 000 návštěvníků nebo ještě více proti proudu ležící říční lázně Na mlýnku. Mezi tradiční pak patřily klasické říční lázně na pontonech u Žofína nebo Občanská plovárna na Klárově.

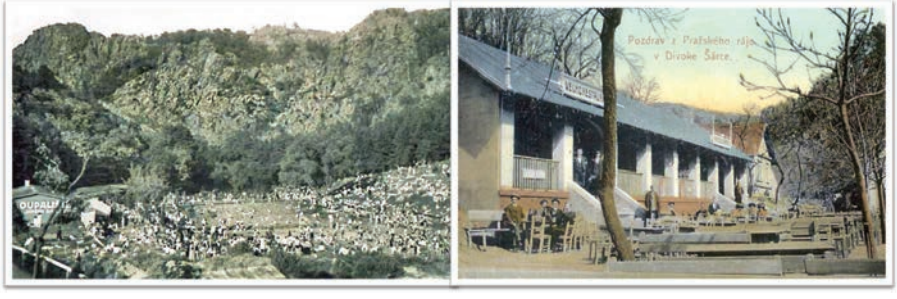


Obrázek 18 Vlevo je momentka ze Žlutých lázní, vpravo pak z lázní Na mlýnku. Fotografie převzata z *Hledání ztraceného času: Vltava v obrazech*.



Obrázek 19 Momentky z plovárny u Žofína. Ta vlevo je z roku 1924, ta vpravo z roku 1926. Fotografie převzata z *Hledání ztraceného času: Vltava v obrazech*.

Velké množství přírodních koupališť fungovalo v okolí Prahy. Na Vltavě nad Prahou to byly parníkem dobře dosažitelné, Vladislavem Vančurou proslavené, říční lázně Antonína Šůry na Zbraslavi. Ty stávaly na levém břehu Vltavy proti vrchu Závist. Ještě více proti proudu byly oblíbené lázně v Měchenicích. Krásnou přírodní scenérii pak mělo koupaliště v Divoké Šárce.



Obrázek 20 Na dobové fotografii vlevo je koupaliště v Divoké Šárce (známé také jako koupaliště U Veselíků). To bylo zřízeno na místě bývalého rybníka v roce 1930. Na fotografii vpravo je restaurace U Veselíků. Fotografie převzaty z https://www.aktualita.cz/stara_sestka/04_sarka/fotografie.htm.



Obrázek 21 Na fotografii vlevo jsou říční lázně na Zbraslavi, na pohlednici vpravo pak říční lázně v Měchenicích. Fotografie převzata z *Hledání ztraceného času: Vltava v obrazech*.

Velmi populární byly v horkých letních dnech, zejména v neděli nebo o prázdninách, velká přírodní koupaliště dobře dosažitelná vlakem. Mezi ně patřilo tzv. České Grado. Takto bylo všeobecně nazýváno říční koupaliště na Káranském ostrově na Labi. To nabízelo překrásné rozlehlé písčité pláže a tehdy i ke koupání vhodnou vodu. Pražané se sem snadno dostávali díky speciálním vlakům se sníženým jízdným. Místní se navíc snažili návštěvníkům cestu z nádraží ke koupališti maximálně ulehčit, proto vybudovali lávku, která ke koupališti vedla. Počty návštěvníků tak narůstaly a šly do tisíců. Místní podnikatelé se navíc činili, vybudovali zde restaurační zařízení a také donášeli občerstvení až na pláž. V roce 1937 ale bylo postaveno zdymadlo s jezem, což znamenalo konec těchto lázní.



Obrázek 22 Dobové pohlednice s motivem lázní Grado u Čelákovic. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Další vlakem z Prahy dobře dostupné lázně byly otevřeny v roce 1926 v Klánovicích. K tomuto vyhledávanému podniku patřil velký bazén se skákacími můstky, park s vodotrysky, vodní kolo, lázeňská kolonáda, restaurace s tanečním parketem, altány, kuželník, penzion a ordinace lékařů.

„*...Klánovice jsou sice ve velké blízkosti Prahy (20 minut autem po nově upravené poděbradské silnici přes Vysočany nebo silnici českobrodskou přes Žižkov, nebo 30 minut vlakem z Masarykova nádraží do stanice Jirny), ale přes to jsou pravým venkovem, do něhož jest vklíněn moderní lázeňský podnik, vyhovující nejnáročnějšímu obecenstvu po všech stánkách. Podnik jest zařízen péčí „Společenského klubu klánovického“, se známým arch. Utěšitelem v čele. Má rozsáhlou klubovnu, taneční síň, taneční parket na pláži, distingované restaurační místnosti, buffet s rozsáhlou verandou, komfort, jenž stále znovu vábí ty, kteří Klánovické lázně jednou navštívili.*

...Velká plovárna s vodní skluzavkou a čertovým kolem jest zařízena pro plavce i neplavce a stejně jako sluneční a sprchové lázně těší se stále vzrůstající oblibě. ... Moderní lékařská ordinace s horským sluncem ovšem v místě nechybí. Lázně v Klánovicích, jež byly zcela oprávněně nazvány „Klánovickou Riviérou“, jsou nejvýhodnějším místem, kde možno stráviti buď polední přestávku v práci a spojiti tak oběd s příjemným osvěžením, koupelí apod. anebo večer po skončeném denním zaměstnání. Lázně jsou jedinečným podnikem toho druhu v republice. V dohledné době bude při nich zřízen též vodoléčebný ústav po příkladu Gräfenberku.[26] *Již nyní jest v nich prováděna úspěšně i léčba Karlovarská. Sportovní podniky lázní budou pak rozšířeny o tenisové dvorce. Pro automobily jsou za lázeňským parkem centrální garáže i otevřená stanoviště. Plovárna jest večer skvěle elektricky osvětlena, lázeňský dům při chladnějším počasí též elektricky vytápěn.*“[27]

[26] Lázně Jeseník. Ovšem správně německy je to psáno Gräfenberg.
[27] Národní listy 1926.



Obrázek 23 Koupaliště v Klánovicích. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Pražané si velmi oblíbili i okolí Kostelce nad Černými lesy. V létě pak zejména rybník Vyžlovka a Jevany.



Obrázek 24 Na pohlednici vlevo je zachycena pláž před oblíbeným hotelem Grand v Jevanech. Vpravo je fotografie koupaliště na rybníku Vyžlovka. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Směrem na západ se nacházelo za hranicemi Prahy dobře dostupné a oblíbené Lidové koupaliště v obci Břve u Hostivic.



Obrázek **25** Pohlednice s motivem Lidového koupaliště Břve u Hostivic. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Krásné plovárny vznikaly v meziválečném Československu i v dalších městech. Významným počinem byla stavba velkoryse pojaté nové Sokolské plovárny v Českých Budějovicích. Ta byla vybudována na Sokolském ostrově blízko centra města v letech 1930–1932. Velký bazén s rozměry 50 × 25 m, se startovními bloky a dostatečnou

hloubkou byl po dokončení největším regulérním plaveckým bazénem v Československu. Menší a mělčí bazén pro děti a neplavce měl rozměr 35 × 22 m. Oba bazény byly propojeny kruhovými otvory v dělicí stěně.[28]



Obrázek 26 Vlevo je fotografie s motivem staré Sokolské plovárny v Českých Budějovicích u Předního mlýna, jež zde fungovala od roku 1899 do konce 20. let. Fotografie archiv autora. Vpravo je pohlednice z roku 1938 s motivem nové českobudějovické Sokolské plovárny. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Říčních a přírodních plováren bylo velké množství i v průmyslové a v meziválečném období se rychle rozvíjející Plzni a v jejím bezprostředním okolí. Nejoblíbenější byla městská plovárna na Radbuze otevřená již v roce 1910. Ve 30. letech byla nejnavštěvovanější ze všech. Příjemné přírodní koupaliště napájené místním pramenem bylo otevřeno v roce 1936 v říční nivě řeky Berounky, v městské části Bukovec. Toto koupaliště se těšilo v době svého vzniku velké přízni a bylo hojně vyhledáváno a navštěvováno obyvateli nejen Bukovce, ale i širšího okolí, včetně města Plzně.



Obrázek 27 Na fotografii vlevo je zachycen letní provoz na městské plovárně na Radbuze v Plzni. Na fotografii z roku 1936 vpravo je přírodní koupaliště v Bukovci. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

[28] Plovárna byla vybavena velkým počtem kabin (300) a převlékáren, dále travnatými plochami, hřišti a písčitou pláží. Návštěvníkům sloužila i letní restaurace se zahradou. Stavební náklad plovárny činil 1,68 mil. Kč. Bazény byly napouštěny vodou jímanou z řeky Malše nedaleko soutoku se znečištěnou Vltavou na jižním cípu ostrova. Říční voda byla ještě upravovaná ve filtrační stanici. Do částečného provozu byla dána již v létě 1931. Slavnostní odevzdání již zcela hotové Sokolské plovárny pak proběhlo 3. června 1933. Tato plovárna patřila ve své době k nejmodernějším zařízením svého druhu v Československu.

Hezká přírodní koupaliště vznikala v řadě dalších míst, a to prakticky ve všech oblastech meziválečného Československa. Patřilo mezi ně i koupaliště Babylon u Domažlic.



Obrázek 28 Přírodní koupaliště Babylon u Domažlic. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Z hlediska vyhřívaných bazénů bylo v období I. republiky nejlépe vybaveným městem u nás Ústí nad Labem. V letech 1929–1933 byly kompletně rekonstruovány původní městské lázně. Regulérní krytý bazén fungoval v Schichtových lázních. Počátkem roku 1930 rozhodlo ústecké zastupitelstvo využít městské pozemky na úpatí Střížovického kopce ke zřízení tzv. Klíšských termálních lázní. Ty byly otevřeny již v červenci tohoto roku. Hlavní železobetonový bazén o rozměrech 50 × 25 m a s největší hloubkou 3,80 m byl ještě obklopen brouzdalištěm. Termální voda získávaná z artéského vrtu měla teplotu 29 stupňů. Lázně měly denní kapacitu až 3 000 návštěvníků. Ve 30. letech je ročně využívalo 70–130 tisíc návštěvníků. Po dobu prázdnin, s výjimkou víkendů, dostávaly ústecké školní děti do těchto lázní volné vstupenky. V roce 1931 bylo postaveno na pravém břehu Labe, v ústecké části Střekov, další termální koupaliště se dvěma bazény. Tento nový ústecký nadstandard termálních bazénů však naopak znamenal postupný úpadek v roce 1922 zřízených dvojích říčních lázní na Labi. Jedny byly ve Střekově, druhé v Olšinkách. Ve 30. letech se tyto staly značně nerentabilními, a proto byl jejich provoz postupně ukončen.



Obrázek **29** Dvoje prvorepubliková otevřená koupaliště v Ústí nad Labem napájená termální vodou. Vlevo termální lázně Klíše, vpravo termální lázně ve Střekově. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

V severních Čechách fungovala v období I. republiky i krásná přírodní koupaliště. Velký rekreační potenciál získalo v meziválečném období zvláště 284 ha velké Máchovo jezero, zvané též Velký rybník (*Hirschberger Großteich*). To má především nádherné okolí, dosahuje hloubky až 12 metrů, ale vstup do vody je velmi pozvolný.



Obrázek 30 Pohlednice z roku 1938 s motivem pláže u Máchova jezera. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Do roku 1920 byl rybník pro rekreaci uzavřen. V tomto roce koupila v souvislosti s pozemkovou reformou obec Doksy od hraběte Adolfa z Valdštejna pozemky na pobřeží Velkého rybníka s tím, že na jeho využívání vznikne akciová společnost. Zároveň město získalo právo provozovat na rybníce koupání a plavbu loděk. Do pláží investovalo město s Valdštejny ve stejném poměru. Po roce 1928 byl Velký rybník plně otevřen rekreaci. Do okolí rybníku byly vynaloženy další velké investice a byla spuštěna reklama. Lákadly byly písečné pláže, členité pobřeží, panoráma s hradním vrchem Bezděz, vodní atrakce i plavby parníčkem. Fungovala zde půjčovna loděk a plachetnic a pořádány byly i plavecké kurzy. Již od počátků se ale dbalo i na ochranu přírody omezením vodní dopravy v některých zátokách. Rozvoj turistiky vedl i ke zvelebení okolí. V samotném městě pak vznikala hřiště a sportovní zařízení, okrašlovací spolek vysazoval háje, aleje a sady a vyznačoval turistické trasy, prosperovalo kino, restaurace i pořadatelé hudebních a tanečních akcí, které se v sezoně konaly každý den. V roce 1930 bylo evidováno 3 818 návštěvníků, kteří zde strávili minimálně dva týdny.[29]

Další velmi pěkné přírodní koupaliště bylo provozováno u Radvaneckého rybníka u turisticky atraktivní obce Sloup v Čechách (*Bürgstein*).[30] V období mezi světovými válkami u tohoto koupaliště fungovala restaurace, půjčovna loděk a plavecká škola.[31]

Přímo v srdci Českého ráje leží v půvabné kotlině mezi starobylým hradem Troskami a horou Kozákovem půvabné Rovensko pod Troskami. V roce 1926 byla v Rovensku místním Okrašlovacím spolkem zřízena plovárna, která měla tři betonové bazény. Ve spodní části koupaliště byl největší a nejhlubší pro plavce, uprostřed mělčí pro neplavce a třetí nejmenší byl pro děti.

---

[29] KLEMENT, M. (2007). Tu je naše Lido! Lázně Doksy mezi lety 1880–1945. *Dějiny a současnost*, 10.

[30] Sloup byl atraktivní díky zdejšímu skalnímu hradu, nové rozhledně, blízkosti Lužických hor a také koupališti zřízenému již v roce 1905.

[31] Areál Radvaneckého rybníka byl Němci, kteří zde měli velkou početní převahu, nazýván Schwalbensee (Vlaštovčí jezero), protože oni zde hnízdící břehule nazývali břehovými vlaštovkami (viz nápis na pohlednici).



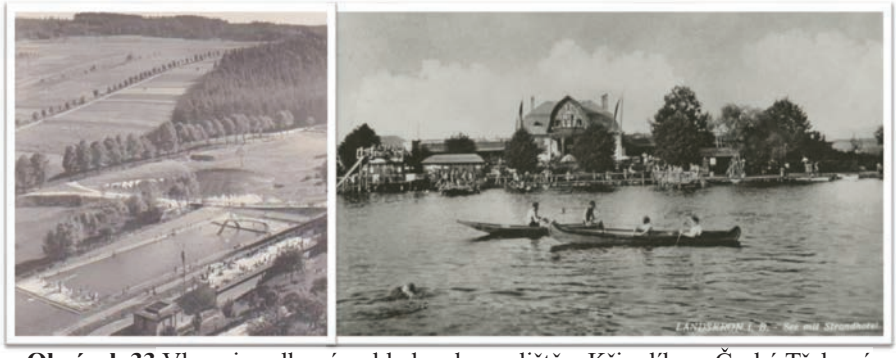
Obrázek 31 Vlevo je pohlednice s motivem koupaliště u obce Sloup v Čechách. Vpravo je fotografie koupaliště v Rovensku pod Troskami. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Řada přírodních i uměle zřízených koupališť fungovala v meziválečném období i v od Prahy vzdálenějších částech středních Čech. Ve 30. letech bylo jedno z nejhezčích zřízeno v místech po bývalé cihelně v Dobrovici na Mladoboleslavsku. Jednalo se o poměrně moderní areál s bazénem s rozměry 50 × 25 m a hloubkou od 0,5 m u vstupu až po 3,2 m u skokanského můstku. Říční koupaliště na Labi pak měly Nymburk a Poděbrady.



Obrázek 32 Vlevo je pohlednice z 30. let s motivem koupaliště v Dobrovici. Vpravo je fotografie části říčního koupaliště na Labi v Nymburce. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Krásná koupaliště byla za I. republiky i ve východních Čechách. Dvě z nich ležela blízko zemské hranice s Moravou. Plovárna v Křivolíku u České Třebové byla postavena v roce 1938 a nabízela velký bazén s proměnlivou hloubkou, skokanský můstek nad hlubokou částí a skluzavku na opačné straně. Součástí areálu bylo půlkruhové dětské brouzdaliště. Od roku 1927 měl hezké přírodní koupaliště Lanškroun. Nacházelo se na břehu Dlouhého rybníku a bylo nazýváno Tereziiny lázně.



Obrázek 33 Vlevo je celkový pohled na koupaliště v Křivolíku u České Třebové těsně po jeho dokončení v roce 1938. Na pohlednici z roku 1930 vpravo je koupaliště u Dlouhého rybníku v Lanškrouně. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

V roce 1925 bylo nedaleko centra tehdy převážně německého Šumperku otevřeno přírodní koupaliště na rybníku Benátky. Hned po otevření se stalo oblíbeným výletním místem obyvatel Šumperku a lidí z jeho blízkého okolí. Byly zde kabiny, restaurace a lidé zde mohli brázdit vodní hladinu na lodičkách z půjčovny.



Obrázek 34 Koupaliště na rybníku Benátky v Šumperku na pohlednicích používaných ve druhé polovině 30. let. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Významným centrem plavání bylo za I. republiky naše druhé největší město – Brno. Hlavním stánkem brněnského plavání a póla tehdy byly v letech 1931–1932 rekonstruované lázně Zábrdovice.[32] Další otevřená plovárna fungovala ve Starém

[32] Historie lázní v brněnské městské části Zábrdovice sahá až do roku 1882. Tehdy se ale jednalo o velmi jednoduché zařízení. Jejich rozsáhlou přestavbou na začátku 30. let, provedenou podle projektu B. Fuchse, však vzniknul pozoruhodný areál, který tehdy patřil k nejmodernějším v Evropě. Jednalo se o velmi zdařile skloubený celek tvořený objektem zimních očistných lázní a letní plovárnou se zázemím. Areálu letních lázní dominoval velký bazén o rozměrech 50 × 50 m rozdělený na oddělení pro neplavce a oddělení pro plavce, které končilo na straně u skokanské věže hloubkou 3 m. Pro výuku plavání byl určen druhý mělký bazén o rozměrech 25 × 10 m. Letní kapacita areálu byla více jak 5 000 návštěvníků. Lázně fungovaly s nevelkým přerušením na konci války až do 90. let 20. století.

Brně.[33] Nejoblíbenější a nejstarší říční plovárnou byly lázně Riviera na řece Svratce. Na této řece se koupalo a plavalo nad jezy v Jundrově a Komíně a na Svitavě nad jezem v Obřanech.



Obrázek 35 Fotografie s motivem letního provozu lázní na Starém Brně. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.



Obrázek 36 Fotografie architektonicky pozoruhodného lázeňského a plaveckého areálu v Brně – Zábrdovicích. Ten se stal po rozsáhlé přestavbě dokončené v roce 1932 nejvýstavnějším nejenom v Brně, ale svého druhu i v celém Československu. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

[33] Na Svrateckém náhonu, který protékal ulicí Rybářskou a Mendlovým náměstím, se již v 19. století nacházely venkovní lázně s bazény. V letech 1927–1928 prošly rekonstrukcí. Podle projektu Bohuslava Fuchse zde byla postavena jednopatrová budova s plochou střechou, kam byly umístěny převlékací kabiny a další zázemí pro návštěvníky. Areál lázní však byl za druhé světové války vážně poškozen a jeho provoz již nebyl obnoven.



Obrázek 37 Již v první polovině 19. století vznikly v Brně na ulici Hlinky postupně vylepšované lázně, jež jsou na fotografii vlevo. Fotografie převzata z *Hledání ztraceného času: Sporty všeho druhu*. Pisárecké lázně Riviéra, jež jsou na pohlednici vpravo, taktéž fungovaly již v 19. století. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

Záhy po svém dokončení začala vodním sportům a rekreaci sloužit Vranovská přehrada na Dyji. Její výstavba probíhala v 1931–1934. Po svém napuštění se stala největším vodním dílem na území Československa. Krásné říční koupaliště na pravém břehu Dyje pak mělo v meziválečném období na dohled od svého centra historické Znojmo.[34]



Obrázek 38 Vlevo je na dobové pohlednici z roku 1935 pohled na hráz vodního díla Vranov nad Dyjí. Na pohlednici vpravo je zachycen letní provoz na koupališti na Dyji ve Znojmě. Fotografie převzata z *Historické pohlednice*, http://www.fotohistorie.cz.

ZÁVĚR

Cílem tohoto příspěvku je popis stavu a vývoje našeho plavání a podmínek pro něj v časově poměrně krátkém a ohraničeném úseku historie Československa. To bylo v meziválečném období jedním z nejúspěšnějších a nejstabilnějších států ve střední Evropě. Tím, že zdědilo více jak 70 % průmyslové základny bývalého Rakouska-Uherska, se řadilo mezi 10 nejvyspělejších průmyslových států světa. Zároveň se však jednalo o silně multietnický stát, ve kterém žilo kromě přibližně 6,5 milionu Čechů i celá řada příslušníků dalších národů a národností. Zejména skutečnost, že v něm žilo 3,2 milionu Němců a 700 tisíc Maďarů vytvářela trvalé vnitřní napětí. Dalším problémem byly velké socioekonomické rozdíly mezi jednotlivými částmi tohoto

[34] Toto koupaliště nenávratně zmizelo pod hladinou vodní nádrže Znojmo, která byla dokončena v roce 1966.

státu. Velmi markantní byl zejména ekonomický, kulturní a vzdělanostní rozdíl mezi Prahou a jádrovým územím Čech či nejbohatšími oblastmi Moravy na jedné straně a velkými částmi Slovenska a celou Podkarpatskou Rusí na straně druhé. Další problém představovala jazyková, kulturní, a částečně i ekonomická autonomie rozsáhlých sudetoněmeckých příhraničních oblastí.

Všechny tyto skutečnosti se samozřejmě promítají do historie plavání a zejména pak do podmínek pro něj. V prvé části, která je zaměřena na vývoj našeho závodního plavání se jasně projevuje až dominantní převaha klubů a závodníků zejména z Prahy, Brna, Bratislavy a několika dalších velkých měst. Je v něm taky zdůrazněna autonomie německých plaveckých klubů, která značně ustoupila po přistoupení Německého plaveckého svazu se sídlem v Teplicích do ČsAPS v roce 1925. Plavci německého svazu pak vybojovali řadu čs. mistrovských titulů, drželi řadu čs. rekordů a reprezentovali Československo.

Velké socioekonomické rozdíly se pak projevují zejména ve druhé části tohoto sdělení zaměřeného na vývoj krytých plaveckých bazénů. Ty v tomto období existovaly a nově vznikaly jen v těch absolutně nejbohatších částech Československa. Zde se také projevuje značná počáteční autonomie a rozhodný německý vliv na charakter, zejména pak netradiční rozměry na svoji dobu jedinečných krytých plaveckých bazénů v Liberci, Ústí nad Labem a Teplicích. Ústí nad Labem v počtu a úrovni krytých a otevřených termálních bazénů pak nemohlo ve 30. letech konkurovat žádné jiné město. V této části je také v poznámce pod čarou zařazena zmínka o výstavbě několika unikátních školních budov, ve kterých vznikly i menší výukové bazény. I když se jednalo celkově malý počet a tyto bazény byly primárně určeny jen pro školní tělesnou výchovu, tak to svědčí o mimořádném rozmachu moderní architektury a důrazu na hygienu a harmonický tělesný rozvoj dětí podle ideálu tzv. zdravé školy v meziválečném Československu. Smělé plány na stavbu krytých plaveckých bazénů, jež existovaly v řadě měst, pak nebyly naplněny zejména v důsledku marasmu II. světové války a jím ovlivněného poválečného období. Tento problém se pak táhl dlouho, prakticky až do 70. let 20 století, kdy došlo k výraznému zlepšení.

Fakta prezentovaná ve třetí části pak nepřímo ukazují či spíše naznačují i pravděpodobnou kauzalitu mezi nepříznivým stavem materiálně-technické základny plaveckých sportů v prvorepublikovém období, zvláště pak naprosto nedostatečným počtem krytých plaveckých bazénů a omezenou mezinárodní konkurenceschopností našich plavců. Zde musíme hledat kořeny dlouhodobého zaostávání našich plavců za evropskou a světovou špičkou, což je zvláště bolestivé i proto, že plavání patří celosvětově mezi absolutně nejvýznamnější sportovní odvětví.

Čtvrtá část, která je zaměřena na průřezovou prezentaci vybraných přírodních koupališť, nemůže být zejména, a to z důvodů omezeného možného rozsahu tohoto sdělení, systematickým popisem všech prvorepublikových přírodních koupališť. V tomto období totiž existovala, či vyrostla plovárna skoro v každém našem městě. Tato skutečnost vyplývá hlavně z toho že plavání či koupání tvořilo již tehdy absolutně nejrozšířenější letní volnočasovou aktivitu. Druhým důvodem je skutečnost, že tehdy byla možnost cestování k moři jen zlomkem naší tehdejší populace. Dále rozhodná část bytového fondu většiny našich měst se sestávala hlavně z činžovních domů bez možnosti užívání zahrad a se zlomkovým množstvím soukromých koupacích bazénů. A tak tlak na návštěvu veřejných koupališť byl tehdy zcela mimořádný. Jedná se tedy o eklektický výběrový soubor založený na velkém množství dobových fotografií.

PRAMENY A LITERATURA

Archivní a muzejní fondy

Národní muzeum Praha – Historické muzeum. *Archiv dějin tělesné výchovy a sportu*. Fond Československý amatérský plavecký svaz (ČsAPS).

Národní muzeum Praha – Historické muzeum. *Archiv tělesné výchovy a sportu.* Fond: Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu. Dostupné z: http://esbirky.cz. (eSbírky – kulturní dědictví on-line).

Periodika

Národní listy, roč. 1919 a roč.1926.

STAR, roč. 1931.

TEP pražské Ymky, roč. 1928.

LITERATURA

BĚLOHLÁVEK, J. (1959). *Stručné dějiny plaveckého sportu v ČSR.* ÚV ČSTV.

BOHÁČ, A. (1926). *Národnostní mapa republiky Československé. Podrobný popis národnostních hranic, ostrovů a menšin.* Praha: Národopisná společnost československá.

BOSÁK, E. (Ed.) (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu I.* Praha: Olympia.

BOSÁK, E. (Ed.) (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu II – Umístění československých sportovců v mezinárodních soutěžích a přehled rekordů.* Praha: Olympia.

BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Almanach sportu.

KLEMENT, M. (2007). Tu je naše Lido! Lázně Doksy mezi lety 1880–1945. *Dějiny a současnost*, 10.

KRAJÍČEK, S. (1947). *Po stopách vývoje plaveckého sportu.* Ministerstvo školství a osvěty.

POLÁČKOVÁ, A. (Ed.) (2015). *První republika 1918–1938.* Extra Publishing.

ŠTUMBAUER, J. (2002). Němečtí sportovci v Československu 1918–1938 II. *Studia Kinanthropologica*, 3, 69–76.

ŠTUMBAUER, J., TLUSTÝ, T., & MALÁTOVÁ, R. (2015). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v českých zemích do roku 1918.* Č. Budějovice: Jihočeská univerzita.

ŠTUMBAUER, J. (2016). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v meziválečném Československu.* Č. Budějovice: Jihočeská univerzita.

Elektronické a internetové zdroje

https://www.aktualita.cz/stara_sestka/04_sarka/fotografie.htm.

https://www.ceskatelevize.cz/porady. *Hledání ztraceného času*, Vltava v obrazech.

https://www.ceskatelevize.cz/porady. *Hledání ztraceného času*, Sporty všeho druhu.

http://www.fotohistorie.cz. *Historické pohlednice*. Internetová databáze historických fotografií a starých pohlednic, které ukazovaly proměny českých měst, obcí a krajiny v průběhu času. Web byl v roce 2024 zrušen.[35]

https://www.historicka-praha.cz/klimentska/

https://www.opustenamista.cz/ceska-republika-cz/mestske-lazne-zizkov.

https://prazdnedomy.cz/domy/objekty/detail/268-klaruv-ustav-ii-dum-kultury-tela.

https://teplice-teplitz.net/stavby/karta/nazev/21-mestske-lazne.

Digitální sbírka Žijeme moderně 1918–1938.

www.youtube.com – Mizející Ústí.

doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc.

JU PF KTVS, Na Sádkách 305/2a, 370 05 České Budějovice

e-mail: stumba@pf.jcu.cz

[35] Autor pracoval s tímto webem dlouhodobě a systematicky. Vytvořil si vlastní digitální archív, ze kterého prezentuje fotografie, ale s odkazem na původní, byť zaniklý web.

Autoři:

BEDNÁŘ, M.; FLEMR, L.; HRŮŠA, P.; JANDOVÁ, S.; JELÍNEK JR., M.; KUPILÍK, M.; KYSEL, P.; NECHVÁTAL, J.; NOVOTNÁ, A.; PERIČ, T.; POLÍVKA, T.; SUCHÝ, J.; ŠÁLKOVÁ, T.; ŠKOPEK, M.; ŠTROSS, O.; ŠTUMBAUER, J.; VECHETOVÁ, T.

