

ABSTRAKT

- Název:** Metodika plavání s překážkami.
- Cíl práce:** Cílem práce je vymezit požadavky na plavání s překážkami a prezentovat metody efektivního zvládnutí této disciplíny vojenského pětiboje.
- Metody:** Metody pedagogického výzkumu.
Metody teoretického a empirického zkoumání.
- Výsledky:** Výsledkem této diplomové práce je vytvoření metodiky pro plavání s překážkami, poukázat na chyby v překonávání překážek a uvést příklady tréninků jak pro plavání samotné, tak i pro plavání s překážkami.
- Klíčová slova:** metodika, plavecká překážková dráha, plavecký způsob kraul, trénink, vojenský pětiboj, překonávání překážek