

Abstrakt

Název práce

Historie a současný stav plavání otužilců v Československu a českých zemích

Cíle práce

Shromáždit dostupné informace o historickém vývoji otužování co se plavání týče u nás, tj. v Československu a českých zemích, pomocí literatury týkající se zimního plavání, doplněné o literaturu zdravotní.

Metoda

K zachycení historie otužilectví v Československu a českých zemích v chronologické posloupnosti je použita metoda historická. Konečným cílem této metody je zobrazit celek v jeho hlavních rysech tak, aby bylo možno lépe a přehledněji proniknout k jeho poznání.

Výsledky

Shromáždí neucelenou historii plavání otužilců u nás a přináší podrobnější náhled na význam otužování.

Klíčová slova

Otužování, Historie, Plavání, Sportovní otužování