

## ABSTRAKT

**Název práce:** Motivace žen ke kultivaci plaveckých sebezáchranných dovedností.

**Cíl práce:** Definování souboru základních plaveckých sebezáchranných dovedností, zjišťování motivace žen ve věkovém rozmezí 18-60 let ke kultivaci těchto dovedností. Zjišťování povědomí o významnosti plaveckých dovedností u dotazovaných žen.

**Metody:** Rešerše odborné literatury, konstrukce dotazníku, realizace dotazníkového šetření, analýza a vyhodnocení dat, grafická prezentace výsledků.

**Výsledky:** Dotazované ženy si uvědomují důležitost a význam sebezáchranných plaveckých dovedností. Vzhledem k faktu, že se hodnotí z hlediska úrovně plaveckých a sebezáchranných dovedností vysoko, nejsou motivovány tyto dovednosti zdokonalovat.

**Klíčová slova:** motivace, pohybová aktivnost, plavecké sebezáchranné dovednosti