

Abstrakt

- Název:** Vliv přírodního prostředí na rozvoj gymnastických dovedností
- Cíle:** Cílem práce bylo zjistit, zda má přírodní prostředí vliv na rozvoj gymnastických dovedností.
- Metody:** Studie se účastnilo 26 gymnastek z TJ Sokol Velký Osek. Tento výzkum byl výzkumem experimentálním. Dívky byly rozděleny do 2 skupin. Skupina experimentální trénovala výhradně v přírodním prostředí a skupina kontrolní v tělocvičně. Obě skupiny se před zahájením experimentu účastnily vstupního testu a po uplynutí 2 měsíců testu výstupního. Naměřená data byla analyzována prostřednictvím základních statistických operací.
- Výsledky:** Částečné potvrzení pravdivosti nulové hypotézy, stanovené pro účely této práce. Nulová hypotéza byla potvrzena pro kladinu a prostná. Alternativní hypotéza H1 se potvrdila pro hrazdu a přeskok.
- Závěry:** Gymnastický trénink ve ztížených podmínkách přírodního prostředí má pozitivní vliv na rozvoj gymnastických dovedností. Výzkum nám napomohl ke zjištění, že je více než vhodné do tréninku sportovní gymnastiky zařazovat aktivity v přírodním prostředí.
- Klíčová slova:** gymnastika, příroda, pohybové dovednosti