

Abstrakt

- Název:** Sledování motorických schopností a dovedností u dívek 8 – 10 let v kurzu dětského rekreačního aerobiku.
- Cíl práce:** Cílem práce je zjištění úrovně motorických schopností a dovedností na počátku kurzu dětského rekreačního aerobiku a následné porovnání po 6 měsících jeho pravidelného navštěvování. Úroveň rozvoje se zjišťovala vybranými motorickými testy (T1-T10) u skupiny dívek (n = 62) z kurzu dětského rekreačního aerobiku.
- Metoda:** Pro naplnění cíle práce bylo použito měření dílčích motorických schopností a dovedností na základě Iowa Brace testu, Eurofit testu a Unifit testu 6-60. Dále byla provedena analýza výsledků pomocí matematicko-statistických metod.
- Výsledky:** Přes malý výzkumný soubor byl výsledek u jednoho testovacího cviku ze čtyř, který je kvantitativně hodnocen, určen jako statisticky významný. Ostatní výsledky testů se zlepšily, případně přiblížily průměrným hodnotám vzhledem ke zbytku výzkumného souboru. Výsledky testovacích cviků hodnotící motorické dovednosti, které byly vyhodnoceny kvalitativním způsobem, dopadly pozitivně. Všechny dovednosti zaznamenaly nárůst probandů, kteří si je osvojili. Testování vypovídá o zlepšení motorických schopností a dovedností po 6 měsících absolvování kurzu dětského rekreačního aerobiku.
- Klíčová slova:** Dětský rekreační aerobik; motorické schopnosti; motorické dovednosti; testování; tréninková jednotka.