

## Abstrakt

### Název práce:

Návrh a aplikace pohybového programu s využitím tance – akrobatický rokenrol.

### Cíl práce:

Cílem diplomové práce je sestavit a aplikovat pohybový program s obsahem akrobatického rokenrolu, s dílčím cílem ovlivnit úroveň gymnasticko-tanečních kompetencí u vybrané skupiny.

### Metody:

Pozorování, deskripce, komparace, škálování

### Výsledky:

- 1) Pohybový program v rozsahu 10 cvičebních jednotek, s délkou trvání 60min (vybraná a aplikovaná cvičení tvoří obsah gymnastiky a akrobatického rokenrolu).
- 2) Vstupní měření - hodnocení úrovně gymnasticko-tanečních kompetencí
- 3) Výstupní měření - posouzení změn úrovně gymnasticko-tanečních kompetencí

### Klíčová slova:

Akrobatický rokenrol, tanec, tréninková jednotka, pohybový program