

Abstrakt

Název: Strach při nepřevratových skocích v disciplíně přeskok

Cílem diplomové práce bylo provést výzkum a popsat metody pro zvládnutí strachu při realizaci nepřevratových skoků v disciplíně přeskok. Dále definovat rozdíly mezi postupy dotazovaných trenérů sportovní gymnastiky a učitelů tělesné výchovy. V teoretické části jsem stručně nastínil charakteristiku problematických emocí a pojmů s touto tematikou spojených, což byl určitý „odrazový můstek“ pro provedení výzkumu. Výzkum byl proveden formou poznávacího polostrukturovaného rozhovoru, tzv. interview, se sedmi učiteli tělesné výchovy a sedmi trenéry sportovní gymnastiky a tento byl podroben kvalitativní analýze.

V následujících kapitolách jsem se věnoval stručně historii přeskoku a formám výuky spojených s disciplínou přeskoku. Zjištěná data od trenérů a učitelů byla porovnána mezi sebou a následně i s literaturou.

Výsledky: Trenéři sportovní gymnastiky a učitelé tělesné výchovy využívají podobné didaktické metody k odstranění strachu při nepřevratových skocích v disciplíně přeskok. Trenéři sportovní gymnastiky mají kladnější postoj k tréninkovým hodinám. U učitelů všeobecně převládají v hodině tělesné výchovy časové nedostatky při výuce přeskoku, následné nedostatky musí řešit žáci vlastní iniciativou, a to doučovacími hodinami. Všichni se shodují v didaktických metodách a postupech, žádný z dotazovaných však nepřikládá psychologickým metodám důležitost, jelikož se o nich při rozhovoru nikdo nezmínil.

Klíčová slova: emoce, strach, úzkost, závodní úzkost, tréma, aktivace, imaginace, sportovní gymnastika, tělesná výchova