

Abstrakt

Název: Základy pole dance

Cíle: Cílem práce je vytvoření souboru cvičebních tvarů určených pro úplné začátečníky pole dance a vytvoření odborné terminologie vycházející ze základů a principů gymnastického názvosloví.

Metody: Pro řešení cíle práce bude použita metoda kvalitativního výzkumu. Informace o problematice budou získávány především prostřednictvím internetových zdrojů, českých i cizojazyčných publikací a dále budou analyzovány názory předních odborníků. Pro sestavení výsledného souboru cvičebních tvarů budou použity komparativní metody a metody interpretační. Z hlediska hodnocení začátečníka v pole dance a jeho vybraných dovedností budou vybrána kritéria získaná prostřednictvím řízeného rozhovoru.

Výsledky: Soubor vybraných cvičebních tvarů pro úplné začátečníky v praktické části, je kombinací teoretických poznatků, mých osobních zkušeností z vedení lekcí a názorů dotazovaných v rámci rozhovorů. Výsledkem je nejen soubor cvičebních tvarů, jejich detailní popis s obrazovou dokumentací, ale i jednotné názvosloví inspirované gymnastikou.

Klíčová slova: pole dance, tanec, tyč