

Cílem této bakalářské práce je ukázat pedagogický a sociální rozměr v moderní gymnastice. První část popisuje obecně moderní gymnastiku a její historii. V teoretické části práce jsou popsány momenty v tréninku, které je dobré si před samotným trénováním uvědomit a připravit se na jeho případná úskalí. Klíčovou částí této práce je následující kapitola, ve které jsou popsány pedagogické metody a didaktické principy užívané v tréninku moderní gymnastiky. Tyto metody jsou popsány i v kapitole 9. „Vlastní praxe“, kde je nastíněna vlastní zkušenost s trénováním dívek, které s moderní gymnastikou teprve začínají, a gymnastek mladšího školního věku. Užití těchto principů je popsáno na konkrétním tréninku zmíněných dívek. Jeden z nejdůležitějších faktorů tréninku je samotná trenérka a její vztah ke svými svěřenkyním, čemuž je věnována následující část. Je v ní též nastíněna charakteristika ideální trenérky. Moderní gymnastika je trénována ve sportovním klubu a proto věnuji další část jeho struktuře, vztahům a specifickým vlastnostem cvičení společných skladeb.