

# Obsah

Úvod.....	5
1 Hudba a pohyb .....	6
1.1 Cvičení s hudebním doprovodem .....	6
1.1.1 Funkce hudby .....	7
1.1.2 Základní hudební pojmy.....	8
1.1.3 Didaktika hudebně – pohybové výchovy .....	11
2 Tanec jako základní forma cvičení s hudbou .....	13
2.1 Akrobatický rock and roll.....	13
2.1.1 Historický vývoj ve světě.....	15
2.1.2 Historie českého rock and rollu .....	16
2.1.3 Sportovní výkon v akrobatickém rock and rollu .....	17
2.1.4 Využití akrobatického rock and rollu pro vysokoškolské studenty.....	18
2.1.5 Návčik základního kroku.....	20
2.1.6 Návčik základních tanečních kroků.....	25
2.1.7 Návčik práce v párovém držení .....	30
2.1.8 Základní motoricko-funkční příprava pro akrobacii v páru .....	32
2.1.9 Návčik jednoduchých akrobatických cvičebních tvarů.....	37
2.2 Taneční sport .....	41
2.2.1 Historický vývoj tanečního sportu.....	42
2.2.2 Standardní tance .....	44
2.2.3 Latinskoamerické tance.....	44
2.2.4 Taneční sport pro vysokoškolské studenty.....	44
2.2.5 Vídeňský valčík v TV pro vysokoškolské studenty .....	45
2.2.6 Cha-cha v TV pro vysokoškolské studenty.....	52

Závěr .....	60
Literatura .....	61