
Mgr. Jana Černá

- [Konzultační hodiny](#)
- [Výuka](#)
- [Rozvrh](#)
- [Vedené práce](#)
- [Vypsane práce](#)

Profesní charakteristika

Vzdělání, akademické kvalifikace a profesní charakteristika:

- 2015 doposud – doktorské studium na UK FTVS v Praze, obor kinantropologie
- 2006 – 2014 doktorské studium na UK FTVS v Praze, obor kinantropologie (kombinovaná forma) – splněna doktorská zkouška - poté na rodičovské dovolené - studium ukončeno,
- 2004 – UK FTVS – Fakulta tělesné výchovy a sportu v Praze - obor Tělesná výchova a sport se specializací aerobik na katedře gymnastiky

Jsem odbornou asistentkou na katedře gymnastiky UK FTVS v Praze a specializuji se na skupinové pohybové formy. Věnuji se zkoumání problematiky rope skippingových intervenčních programů u dětí. Jsem lektorkou kondičních lekcí pro veřejnost (od 1997). Specializuji se na různé formy aerobiku a rope skippingové pohybové aktivity.

Propaguji závodní formu rope skippingu (trikové a rychlostní skákání přes švihadla).

Spoluzakládatelka ČRSA (Česká rope skippingová asociace - od 2013) a ambasadorka ERSO (Evropská rope skippingová organizace - od 2008). Členka představenstva ERSO (od 2014). Mezi léty (2005 – 2013) trenérka prvního rope skippingového oddílu VSK FTVS v Praze.

Choreografka hromných pohybových skladeb ve spolupráci s ČOS (Všesokolský slet 2006, 2012). V roce 2006 „Výlet s aerobikem“ (skladba pro muže a ženy). Skladba byla prezentována i na Světové Gymnaestrádě (2007). V roce 2012 rope skippingová pohybová skladba „Nebe nad hlavou“ (pro dorostenky a mladší ženy). Ve spolupráci s ČASPV pod vedením doc. Novotné, spoluautorka hromadné pohybové skladby „Prázdniny“ na Světovou Gymnaestrádu (2011) a Všesokolský slet (2012).

Jsem ilustrátorka metodických materiálů, čímž zúročuji své mnohaleté výtvarné vzdělání a několikaletou praxi ve studiu animovaného filmu Bratři v triku v Praze na Barrandově.

Pracovní zkušenosti:

- 2004 - dosud - katedry gymnastiky UK v Praze FTVS – vyučuji základní gymnastiku, rytmickou gymnastiku, kondiční programy a aerobik,
- 2019 – dosud – lektorka kurzu Rope skipping I. a II. – CŽV na UK FTVS
- 2017 – 2020 – výuka aerobiku pro studenty ČVUT
- 2013 – 2017 – rodičovská dovolená
- 2005 – 2013 - vedoucí VSK UK FTVS - oddíl rope skippingu a aerobiku (trenérská činnost), propagátorka nového sportu rope skipping ve spolupráci s ERSO (Evropská rope skippingová organizace), hlavní autorka projektu hromadné skladby (1600 cvičenců) pro XIV. Všesokolský slet 2006, lektor kurzů celoživotního vzdělávání učitelů na UK FTVS, lektorka seminářů TĚLOPRAHA a TĚLOLOMOUC rozšířené vzdělávání pedagogických pracovníků, prezentérka step aerobiku na Světové Gymnaestrádě v Rakousku (2007),
- 2005 – dosud - školení rope skippingu pro Ropeskipling.cz centrum a ČRSA (Česká rope skippingová asociace), ČOS (Česká obec sokolská), ČASPV (Česká asociace sportu pro všechny), ČSAE (Český svaz aerobiku),
- 2004 - World Class Fitness Centrum – group training coordinator, koordinace činností spinningových a aerobikových instruktorů,
- 2003 - 2006 World Class Fitness Centrum – osobní trenérka v posilovně, masérka, instruktorka aerobiku, group training coordinator
- od roku 2003 – ilustrace sportovních metodických materiálů pro ČASPV, Karolinum, UK FTVS), ČOS, Grada),
- 1998 – 2000 – Studio kresleného filmu Bratři v triku – ruční kreslená animace,

- 1998 – dosud (některé formy) – instruktorka: intervalový trénink NTC, TRX, Rope skipping, Aerobics, Aerobics Body, Body Styling, Dance Aerobics, Funk, Hip Hop, Jumping, P-Class, Step. Dříve ve fitness klubech: Body Island, Asketa, Studio R+ a World Class fitness center, kde jsem pracovala rovněž, jako osobní trenérka a group training coordinator, Ymca, Fanatic studiu Praha 2 (od 1998).
- 1997 – 2006 - tvorba choreografií pro soutěže pořádané ČSAE kategorie funk/ hip hop pro CH.T.T Praha, Dancers Kladno, při studiu na UK FTVS choreografie pro první mužský step aerobikový tým, který v roce 2003 vystoupil s odlehčenou choreografií pod názvem Naši furianti, choreografie pro VSK UK FTVS Praha – studentský step aerobikový oddíl
- 1997 – 2008 – Challenger hockey – průvodcovská a organizační činnost.

Vědeckovýzkumná činnost

Seznam publikací viz:

<https://orcid.org/0000-0003-1440-7082>

- Černá, J., & Hybner, M. (2012). Polotní studie: monitorování srdeční frekvence při pohybové aktivitě rope skipping v tréninkových a soutěžních podmínkách v oddíle VSK UK FTVS. V J. Suchý (Editor), Scientia Movens - Sborník příspěvků mezinárodní vědecké konference (stránky 9 - 14). Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
- Jelen, K., Panská, Š., Kloučková, K., Zeman, J., & Černá, J. (2012). Odezva axilárního systému člověka na mechanické vlnění detekované metodou TVS (Transfer Vibration through Spine). Česká Kinantropologie , 16 (4), stránky 94 - 102.
- Černá, J., Panská, Š., & Jelen, K. (2011). Hypokinesis: interventional rope skipping movement program for children and adolescence. Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica , 47 (2), stránky 107 - 116.
- Novotná, V., & Černá, J. (2010). Fair Play Aspects in Gymnastics programmes. Fair Play Education in Schools: A Shared Responsibility (stránky 163 - 146). Prague: Olympia - Sportprint.
- Černá, J. (2010). Vliv rope skippingového pohybového programu na sílu dolních končetin a na rovnovážné schopnosti chlapců a dívek v prvních třídách na základní škole. Mezinárodní vědecká konference: Športový trénink, Vedecké poznatky zo športového tréningu v gymnastických športoch, tancoch, úpoloch, kulturistike a fitness (stránky 113 - 116). Bratislava: Pre Katedru gymanstiky FTVŠ UK vydal Peter Mačura - PEEM.
- Hybner, M., Černá, J., Kubový, P., & Jelen, K. (2010). Rytmičné schopnosti jako předpoklad přesného točení dvěma švihadly. Meziinárrodná vedecká konferencia: Športový tréning, Vedecké poznatky zo šporotvého tréningu v gymnastických športoch, tancoch, úpoloch, kulturistike a fitness (stránky 43 - 46). Bratislava: Pre Katedru gymnastiky FTVŠ UK vydal Peter Mačura - PEEM.
- Panská, Š., Šimůnková, I., & Černá, J. (2010). Švihadla. Tělesná výchova a sport mládeže , 76 (1), 15 - 19.
- Černá, J. (2010). Rope skipping - skákání přes švihadlo - obohacení praxe školní tělesné výchovy. Tělesná výchova a sport mládeže , 76 (2), 25 - 29.
- Černá, J. (2008). Rope skipping. V J. Dovalil, & M. Chalupěcká (Editor), Současný sportovní trénink: Sborník příspěvků z konference : Praha, 23. ledna 2008 (stránky 293 - 296). Praha: Olympia.
- Skopová, M. B. (2007). Aerobik - kompletní průvodce. Praha: Grada.