

**VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A REGIONÁLNÍCH  
STUDIÍ, Z. Ú., ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**HISTORIE BOJOVÝCH SPORTŮ A JEJICH VLIV  
NA TRÉNINKOVOU SITUACI U POLICIE ČESKÉ  
REPUBLIKY**

**Autor práce: Jiří Pultr, DiS.**

**Studijní program: Bezpečnostně právní činnost**

**Forma studia: Kombinovaná**

**Vedoucí práce: Mgr. Bc. Josef Kříha, PhD.**

**Katedra: Katedra právních oborů a bezpečnostních studií**

**2023**

VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A REGIONÁLNÍCH STUDIÍ, z. ú.  
Žižkova tř. 6, 370 01 České Budějovice

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Jiří Pultr, DiS.

Studijní program: Bezpečnostně právní činnost

Forma studia: Kombinovaná

Místo studia: Pířbram

**Název bakalářské práce: Historie bojových sportů a jejich vliv na tréninkovou situaci u Policie ČR**



**Název bakalářské práce v anglickém jazyce: The history of combat sports and their influence on the training situation of the police of the Czech republic**

Katedra: Katedra právních oborů a bezpečnostních studií


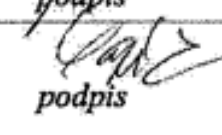
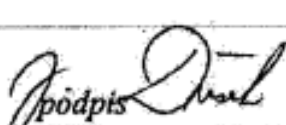
Vedoucí bakalářské práce (jméno a příjmení, včetně titulů): Mgr. Bc. Josef Křřha, PhD.

Datum zadání bakalářské práce (měsíc, rok): listopad 2022

Cíl bakalářské práce: Hlavním cílem je formou širšího teoretického vřledu demonstrovat historickou retrospektivu vývoje bojových sportů. Objasnit základní pojmosloví a východiska zkoumané tematické oblasti, včetně zájmově reflektovaných komparativních rozdílů mezi bojovým uměním a bojovým sportem. Teoretická část bude tematicky přiléhavým způsobem obohacena i o užší reflexi tzv. „upotřebitelnosti“ sebeobrany v aplikační policejní praxi.

Student: Jiří Pultr, DiS.	30.4.2022 datum	 podpis
Vedoucí práce: Mgr. Bc. Josef Křřha, PhD.	30.4.2022 datum	 podpis

Schvaluji zadání bakalářské práce:

Vedoucí katedry: doc. JUDr. Roman Svatoš, Ph.D.	30.4.2022 datum	 podpis
Prorektor pro studium a vnitřní záležitosti: doc. PhDr. Miroslav Sapík, Ph.D.	11.5.2022 datum	 podpis
Rektor: doc. Ing. Jiří Dušek, Ph.D.	14.5.2022 datum	 podpis

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval(a) samostatně, na základě vlastních zjištění a s použitím odborné literatury a materiálů uvedených v seznamu použitých zdrojů.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce v elektronické podobě ve veřejně přístupné části infodisku VŠERS, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky vedoucí(ho) a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce systémem na odhalování plagiátů.

.....

Děkuji vedoucímu bakalářské práce Mgr. Bc. Josefu Kříhovi, PhD. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

## ABSTRAKT

PULTR, J. *Historie bojových sportů a jejich vliv na tréninkovou situaci u Policie České republiky: bakalářská práce*. České Budějovice: Vysoká škola evropských a regionálních studií, 2023. 63 s. Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Bc. Josef Kříha, PhD.

**Klíčová slova:** bojový sport, bojový systém, bojové umění, historie, Policie České republiky, sebeobrana

Věcná část bakalářské práce (dále jen „práce“) primárně, formou širšího teoretického vhledu rámcově reflektuje vznik, historickou retrospektivu a komparativní vhled k odborné tematické oblasti využitelnosti bojových umění, bojových sportů a bojových systémů z hlediska privilegovaných principů a technik. S tímto souvisí také kombinace bojových stylů a technik užitých z bojového umění či bojového sportu, které se využívaly při vzniku sebeobrany pro určené ozbrojené bezpečnostní sbory a jejich zdokonalení až do současné doby. Pro názornost je teoretická část „práce“ graficky obohacena o užité kvantitativní ukazatele, eklekticky reflektující četnost užití vybraných donucovacích prostředků v rámci zájmově určených místně a věcně příslušných útvarů Policie ČR s tzv. územní (teritoriální) působností v rámci Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje a to „*hmaty, chvaty*“ a „*úder, kopy*“, kde jejich „*ex lege*“ možnost legitimního využití ze strany zakročujících příslušníků Policie České republiky je uvedeno v aplikaci ustanovení § 52 zákona č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů.

## ABSTRACT

PULTR, J. *The History of Combat Sports and their Influence on the Training Situation of the Police of the Czech Republic: Bachelor Thesis*. České Budějovice: The College of European and Regional Studies, 2023. 63 pp. Supervisor: Mgr. Bc. Josef Kříha, PhD.

**Key words:** martial sport, combat system, combat art, history, police of the Czech Republic, self-defense

The substantive part of the bachelor's thesis (hereinafter referred to as the „thesis“) primarily, in the form of broader theoretical perspective, reflects the origin, historical retrospective and comparative view of the thematic area of the usability of martial arts, combat sports and combat systems from the point of view of privileged principles and techniques. This is also related to the combination of combat styles and techniques used from martial arts or combat sports, which were used during self-defense for the security forces and their improvement until the present time. For clarity, the work is graphically enriched with used quantitative indicator, eclectically reflecting the frequency of use of selected means within the regional police headquarters of the Ústí Region, specifically the police units of the city of Ústí nad Labem, namely groping, grabbing and kicking, blows legitimately defined in the application of the provision of § 52 of Act no. 273/2008 Coll., on The Police of the Czech Republic, as amended by later regulations by the intervening members of the Police of the Czech Republic classified within the locally and objectively relevant basic units of the Police of the Czech Republic, the order police service.

# Obsah

Úvod.....	8
<b>1 Cíl a metodika bakalářské práce .....</b>	<b>9</b>
<b>2 Historie bojových sportů a bojového umění .....</b>	<b>10</b>
<b>3 Bojová umění .....</b>	<b>11</b>
3.1 Historie bojového umění .....	11
3.2 Druhy bojového umění .....	12
<b>4 Bojový sport.....</b>	<b>26</b>
4.1 Historie bojových sportů .....	26
4.2 Charakteristika bojových sportů.....	26
4.3 Druhy bojových sportů .....	27
<b>5 Bojové sporty a média.....</b>	<b>35</b>
<b>6 Komparativní rozdíly mezi bojovým uměním a bojovým sportem .....</b>	<b>36</b>
<b>7 Bojový systém .....</b>	<b>37</b>
7.1 Charakteristika bojového systému.....	37
7.2 Druhy bojových systémů .....	37
<b>8 Bojová příprava Policie ČR.....</b>	<b>43</b>
8.1 Výcvik u SNB a četnictva do roku 1989 .....	43
8.2 Výcvik u Policie ČR po roce 1989 .....	44
8.3 Využívané bojové styly u Policie ČR.....	50
<b>9 Okolnosti vylučující protiprávnost.....</b>	<b>54</b>
Závěr .....	56
Seznam použitých zdrojů .....	59
Seznam zkratk .....	61
Seznam tabulek a příloh.....	62
Přílohy.....	63

## Úvod

Ambicí zpracovávaného tématu „**práce**“ je primárně, formou rámcového teoretického vhledu šířeji objasnit základní pojmosloví a východiska zkoumané tematické oblasti, včetně demonstrace historické retrospektivy vývoje obecně deklarovaného „*bojového umění*“. Následně v užším postihu specifikovat tematicky odborně a návazně zájmový pojmový postulát, tj. „*bojový sport*“ a „*bojové umění*“ a opět tematicky užší formou demonstrovat historickou retrospektivu jeho vývoje apod. V rámci teoretické i empirické části originálně objasnit reflektované komparativní rozdíly mezi shora naznačeným „*bojovým sportem*“ a „*bojovým uměním*“. Vedle shora dílem poukazovaných postulátů nelze opomenout pojmově generalizovat i další pojmy a to např. „*bojový systém*“ a také ústřední institucionální pojem, tj. Policie České republiky (dále jen „**policie**“). Vzájemná kontinuita shora uvedených postulátů lze využít v praxi, ať už z hlediska historického, tak i současného. Obecně vzato pro „**policii**“ jsou shora poukazované postuláty, tj. zejména „*bojový sport*“ a „*bojové umění*“ významné, jelikož z hlediska využitelnosti policejní taktiky jsou možné v rámci tzv. „*zakročovací povinnosti*“ účinně překonat aktivní či pasivní odpor osob, proti kterým příslušník „**policie**“ zakročuje. Po prezentaci kontinuity mezi shora označenými korelujícími výchozími postuláty a „**policíí**“ zpracovatel „**práce**“ dále komparativně poukáže na ta nejvýznamnější „*bojová umění*“, „*bojové sporty*“ a „*bojové systémy*“, kde jsou demonstrovány jejich techniky, jejich propojení se sebeobranou a výcvik donucovacích prostředků, eklekticky vymezený v aplikaci ustanovení § 52 písm. a) zákona č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „**zákon o Policii ČR**“), konkrétně „*hmaty, chvaty*“ a „*kopy, údery*“ apod.

Volba odborně zaměřeného tématu „**práce**“ byla determinována praxeologickými zkušenostmi jejího zpracovatele, který disponuje osobními zkušenostmi v oblasti provozování bojového sportu, konkrétně technik karate cca po dobu 12 let, techniky kickboxu, avšak techniky karate a techniky kickboxu jsou velice rozdílné, bylo velice těžké zvykat si na techniky kickboxu. Zpracovatel „**práce**“ se také v rámci volnočasových aktivit zajímá o filmovou produkci z dob Shaolinu a technik kung-fu. Jelikož je tréninková příprava pro „**policii**“ velmi důležitá a obecně deklarovaná připravenost příslušníků „**policie**“, zejména pro výkon služební činnosti, tzv. „*přímé bezpečnostní povahy*“ zásadní, zpracovatel „**práce**“ disponuje taktéž i ambicí odborně zdůraznit významnost upotřebitelnosti ovládnutí bojového sportu, bojových umění či bojového systému pro příslušníky „**policie**“ v rámci zabezpečení výkonu služební činnosti apod.



# 1 Cíl a metodika bakalářské práce

Věcná část bakalářské práce (dále jen „práce“) bude orientována teoreticky se zaměřením na zkoumanou tematickou oblast bojových sportů, bojových umění a bojových systémů. V úvodní části „práce“ bude formou historické retrospektivy rámcově reflektován vznik a vývoj bojových sportů a umění. Současně je důležité demonstrovat základní pojmosloví a východiska zkoumané tematické oblasti, včetně zájmově reflektovaných komparativních rozdílů mezi bojovým uměním a bojovým sportem. V návazných subkapitolách budou úžeji specifikovány jednotlivé techniky bojových sportů i umění, které byly využívány již v samotném počátku vzniku, tak i jejich propojenost s dnešní současnou sebeobranou, která je tematicky přílehlavým způsobem obohacena i o užší reflexi tzv. „upotřebitelnosti“ sebeobrany v aplikační policejní praxi. Teoretická část „práce“ bude obohacena o užitý praxeologicky orientovaný vhled (kasuistiku), dílem reflektující upotřebitelnost využití donucovacích prostředků či tréninku sebeobrany.

## 2 Historie bojových sportů a bojového umění

Forma boje a sebeobrany existuje od počátku lidstva, kdy vznikla potřeba útočit nebo se bránit. Potřeba bojových umění i záliba v zápolení muže proti muži, se objevují již v prehistorickém období. Skrovné analý prvních známých civilizací přináší popis turnajů, klání a zápolení. Ve všeobecném povědomí jsou znalosti o řeckých olympijských hrách, na jejichž programu byly kromě atletických disciplín i sporty, které se dnes nazývají tzv. „úpolovými sporty“.<sup>1</sup>

Bojová umění rozvíjeli mistři určitého bojového umění, kdy tito mohli přispět rozvojem umění či přidáním účinnějších technik, někteří vytvořili vlastní bojové umění a stali se ta zakladatelé zcela nového umění. Postupem času se z bojových umění začaly vytvářet bojové sporty, kdy tyto sporty byly hlavně pro porovnání výkonů. Nejmladší jsou bojové systémy, kdy tyto byly vyvinuty za cílem nejefektivnějšího boje v reálných podmínkách především pro armádní využití, avšak v dnešní době se rozšiřuje i mezi veřejnost.

Vývoj a vynalézání technik, které byly účinné v boji, byly většinou vynalezeny náhodou nebo metodou pokus omyl. Jiné techniky byly inspirovány souboji zvířat mezi sebou nebo také rozvíjením již známých technik.

---

<sup>1</sup> SVOBODA, S. a kolektiv, *Encyklopedie bojových umění a sportů*. Praha, 2012., str. 17

## 3 Bojová umění

### 3.1 Historie bojového umění

Jako kolébka bojových umění je považována Asie, kdy vznik se datuje až do doby 2600 před naším letopočtem. Původní souboj byl velice podobný současnému sumo zápasu kombinovaný s cvičením na posílení těla. V pozdějších dobách kladl důraz na bojová umění Sun Tsu ve své knize Umění války. Okolo 500 před naším letopočtem se bojová umění rozšířila do Evropy, Indie a na Střední východ po hedvábné stezce, kdy v těchto místech se dále rozvíjela nezávisle na sobě. Také mnich Ta Mo velice přispěl k rozvoji bojových umění, který učil buddhistické mnichy a vyvinul 5 zvířecích stylů Shaolinu.

Zastavme se na okamžik u pojmu bojové umění. Název sestává ze dvou slov, označující dvě zdánlivě protichůdné kategorie: bojovat a umění. Z hlediska ortodoxně humanistického názoru se tyto dva pojmy vylučují. Chci-li něco umět, musím se to nejprve naučit. Chci-li něco učit, musím to neustále opakovat. Opakovat do úmoru jednu techniku až do bodu, kdy mne nudí, kdy je mi protivná, a potom ještě dál, až se to ve mně zlomí, až přijde okamžik, záblesk pravdy, přenesení se do vyššího stádia vědomí. To je vrchol kopce, ze kterého se mohu dívat dolů na cestu, jíž jsem prošel. Cestu od mistrovského zvládnutí techniky až po duševní pocitnutí. Tímto způsobem se může adept bojového umění zdokonalit, aniž by porušil jedinou zásadu humanity.<sup>2</sup>

Bojová umění se nadále nezávisle na sobě rozvíjela po celém světě, kdy postupem času si získala vlastní filozofii a tradice.



Obr. 1 – Bojová umění<sup>3</sup>

<sup>2</sup> SVOBODA, S. a kolektiv, *Encyklopedie bojových umění a sportů*. Praha, 2012., str. 17 – str. 22

Obr. 1 - <sup>3</sup> Bojové umění

Dostupné z WWW: <[www.sapatrip.cz/tag/bojove-umeni](http://www.sapatrip.cz/tag/bojove-umeni)>

V bojovém umění nejde pouze o techniku, ale také o rozsáhlý a všestranný rozvoj osobnosti, nalezení pozitivní cesty, pokory, porozumění přírodě, využití vnitřní síly člověka a přítomného okamžiku.

Každé bojové umění či jeho charakteristický styl má svého zakladatele a tradici, která se předává po generace. Používají své tradiční zbraně vyvinuté pro svůj vlastní styl boje, vlastní oděv a popřípadě další pomůcky využívané v daném bojovém umění.

Každá bojová umění má svou vlastní specifickou techniku a názvosloví. Techniky jsou rozdílné od ostatních bojových umění ať už vlastní tvorbou nebo jejich úpravou v různých koutech světa. Avšak může zde být také jejich určitá podoba s technikami ostatních mistrů bojových umění. Bojová umění jsou velmi náročná na výcvik, nejedná se pouze o to, jak dobře člověk zvládne techniku určitého umění, ale také o dokonalou souhru všech prvků, ať už se jedná o techniku boje, techniku dýchání, správného postoje. K dokonalému ovládnutí bojového umění je třeba několik let tréninku a studia.

### **3.2 Druhy bojového umění**

Zde je přehled nejznámějších bojových umění tak, jak se trénují v jednotlivých oblastech Asie:

#### **INDIE**

**Kalaripayit** – systémy boje se zbraněmi

Zde se jedná o složeninu dvou slov: kalari – místo, kde se bojuje a payit – trénovat. Toto umění je rozděleno a severní a jižní styl.

#### Severní styl

je dodnes cvičen národem Nayara, trénink v dřívějších dobách probíhal vždy v budově a často v noci, aby bylo zachováno tajemství technik. Techniky severního stylu se vyznačovaly vysokými skoky, nízkými a širokými postoji, údery, bloky a kopy prováděnými do úplného natažení končetin.

## Jižní styl

je dodnes cvičen národem Tamilů, trénink v dřívějších dobách probíhal vždy venku a za denního světla. Techniky jižního stylu se vyznačovaly kruhovými pohyby, bloky a údery se prováděly otevřenou dlaní a pokrčenou paží, vyššími postoji, pevnější a větší využití rukou, méně kopů a prakticky žádné výskoky.<sup>4</sup>



Obr. 2 - Kalaripayit<sup>5</sup>

## **BARMA**

**Bando** – komplexní systém boje

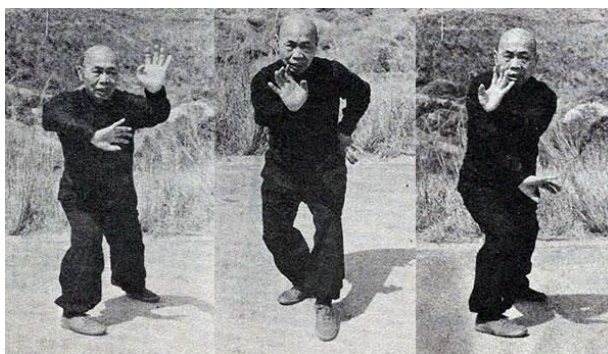
Toto bojové umění je spíše založené na obraně než útoku. Techniky jsou založené na zvířecích charakteristikách, a tím byly styly prase, býk, kobra, opice, krajta, leopard, orel, volavka, škorpion, volavka. Pohyby jsou charakterizovány zvířetem, které imitují. Například forma tygra obsahuje škrábání a trhání, forma krajty škrťící, drtící a svírající pohyby, zmije představuje flexibilitu, rychlost. Někteří mistři také vyučovali styl černého pantera, který je kombinací některých zvířecích forem. V dřívějších dobách slovo bando znamenalo rozvoj, sebedisciplínu a zlepšování sebe sama, později sebeobrana, sebeochrana. V začátcích výuky je důležité ovládnout základní postoje a práci nohou, které trvá i několik měsíců. Poté může žák být vyučen sérií technik pro blokování a odrážení úderů. Tudiž žák se v praxi řídí hlavně obranou, která je na prvním místě a poté až útokem.

---

<sup>4</sup> SVOBODA, S. a kolektiv, *Encyklopedie bojových umění a sportů*. Praha, 2012., str. 22 – str. 24

Obr. 2 - <sup>5</sup> Bojové umění z Indie

Dostupné z WWW: <[<Kalaripayat – Martial Arts Videos \(martialartstube.net\)>](http://Kalaripayat – Martial Arts Videos (martialartstube.net))>



Obr. 3 – Bando (technika tygra)<sup>6</sup>

**Banshei** – boj se zbraněmi

**Barmský box** – tvrdší forma thajského boxu

## THAJSKO

### Thajský box

Thajský box, také nazýván Muay Thai je thajské fullkontaktní bojové umění. V dřívějších dobách byl sepsán manuál válečnictví „Chupasart“, který se stal biblí všech válečníků a učebnicí bojových technik. Thajští válečníci se usadili v zemi a učili mladé muže boje beze zbraní. Holenní kost se stala základem kopí, aby chránila a útočila, paže se staly zdviženým mečem, pěst bodajícím koncem oštěpu, loket byl bitevní sekerou, koleno si vysekávalo obranou cestu, rychle se mihotající chodidla byla kopí, šípy, nože.<sup>7</sup>



Obr. 4 – Thajský box<sup>8</sup>

---

Obr. 3 - <sup>6</sup> Technika tygra

Dostupné z WWW: <["Tygří drápy" stylu Hung Kyun - PHK \(practicalhungkyun.cz\)](http://Tygří drápy)>

<sup>7</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 74 – str. 75

Obr. 4 - <sup>8</sup> Thajský box

Dostupné z WWW: <[Thajský box \(Muay Thai\) - AmazingThailand.cz](http://Thajský box (Muay Thai) - AmazingThailand.cz)>

**Krabi Krabong** – systém boje tradičními zbraněmi

## **KAMBODŽA, LAOS, VIETNAM**

Domácí styly ovlivněné čínským kung-fu

Systémy boje se zbraněmi

**Vieo Vo Dao** – moderní syntéza předchozích dvou

Celosvětový název je znám jako Vovinam, což znamená bojové umění Vietnamu. Zakladatelem uvedeného bojového umění byl Nguyen Loc, který převzal to nejlepší z korejského, japonského a čínského bojového stylu a vytvořil bojový systém vlastní. Jelikož v dřívějších dobách byl Vietnam okupován Francouzi, byla potřeba jistá forma sebeobrany. Toto bojové umění má i vlastní logo:



Obr. 5 – Viet vo dao (Vovinam)<sup>9</sup>

Logo se skládá z čtverce a polokruhu. Dominantní barvou je žlutá, poté modrá a červená. Barvy symbolizují sílu, pravdu, jemnost, krásu a dobro. Uvnitř loga je znak yin yangu v červenomodrých barvách, kdy uprostřed Yin Yangu je žlutě vyznačena země Vietnamu. Každé bojové umění preferuje buď Yin – jemnost, negativní, zápor nebo Yang – síla, pozitivní, klad. Vovinam bere oboje se stejnou váhou a podle situace je adaptuje. Mezi techniky bojového umění patří kopy, údery pěstmi a také se zbraněmi. Používanými zbraněmi jsou zbraně krátké, a to meče, nože a tyče.

---

Obr. 5 - <sup>9</sup> Logo bojového umění Vietnamu  
Dostupné z WWW: <[www.vovinam-evvf.eu/evvf/characteristics](http://www.vovinam-evvf.eu/evvf/characteristics)>

## ČÍNA

### **Shaolin kung-fu – severní a jižní styly**

Styl Shaolin Kung Fu, nazýván také Shaolin Wushu nebo Shaolin Quan, patří mezi nejstarší, největší a nejslavnější styl Kung Fu. Bojové umění vzniklo a vyvíjelo se v klášteře Shaolin v Číně, v provincii Henan během 1500 leté historie.

Stejně jako u předchozího bojového umění Vovinam, tak i zde je preferován Yin a Yang, neboli měkkost (jemnost) a tvrdost. Žádný styl není pouze tvrdý, i v nejtvrděších stylech jsou zapracovány jemné prvky. Z tohoto důvodu je i oficiální čínské rozdělení bojových stylů na měkké (jemné) – vnitřní styly a na tvrdé – vnější styly.

#### Měkký bojový styl

Tento styl se také nazývá stylem vnitřním. Je v něm kladen důraz na mysl a její schopnost překonat soupeře důvtipem. Síla vychází ze samého středu těla a prýští ven končetinami.

Tento styl se od stylu tvrdého neliší pouze ve způsobu provádění pohybů a taktikou, ale také se liší způsobem dýchání. Měkký styl používá způsob dýchání, kdy je dech veden do body nacházejícího se asi 5cm pod pupkem, cvičenec se učí soustředit na tento bod, prohlubuje dýchání, snižuje tlak v břišní dutině. Tuto metodu dýchání používá také jóga či zpěváci.

#### Tvrký bojový styl

Tento styl se také nazývá stylem vnějším, což je takový způsob boje, při němž čelíme síle silou. Silný útok se neutralizuje silným blokem a poté přijde protiútok. Tento styl staví na síle vnější části těla, což jsou svaly, kosti končetin i celého těla. Tato základní taktika je velmi přímočará a je využita u mnoho asijských bojových umění.

Dýchání u tvrdého stylu je instruován tak, aby byl dech veden do bodu, který se nachází mezi solarem plexus<sup>10</sup> a hrudníkem. Jedná se o povrchovou metodu dýchání, při které plíce nejsou plně roztaženy, ale umožňují dosáhnout vysokého tlaku vypouštěního

---

<sup>10</sup> Solar plexus je nervový spletenec, který nám propojuje orgány dutiny břišní, plíce, srdce a mozek  
Dostupné z WWW: < [Solar plexus – břišní mozek a základ samoléčby - ZLIN.CZ](#)>



vzduchu. V boji to dovoluje bleskové uvolnění energie, které ovšem má za následek rychlý úbytek sil.

### Severní čínský bojový styl

Severní část Číny tvoří z velké části otevřené pláně, kde lidé museli cestovat převážně pěšky. Z tohoto důvodu byly jejich největší zbraní silné nohy. Jedná se o bojové styly, z nichž vychází současný kung-fu filmový průmysl, tak i baletní sekvence Pekingské opery. Postoje severních stylů jsou velmi široké a otevřené, paže i nohy jsou často natahovány jak při útoku, tak i při obraně, do plného rozsahu. Používají rychlé skoky a otočky. Mezi pohyby imitující zvířata patří jeřáb bílý, kuň a kudlanka nábožná. Hlavním a také nejslavnějším prvkem severního bojového stylu patří kopy ve výskoku, z otočky a jejich kombinace.



Obr. 6 – Severní čínský bojový styl (kudlanka nábožná)<sup>11</sup>

### Jižní čínský bojový styl

Jižní část Číny je protkána vodními toky, kde se lidé museli velmi často plavit na lodích, paže využívali k veslování, pádlování. Z tohoto důvodu byly jejich největší zbraní ruce a tvrdá pěst. Adepti tohoto stylu odmítají vysoké kopy, jelikož tvrdí, že se člověk vystavuje nebezpečí polohy, v níž má sníženou stabilitu. Jižní bojový styl klade důraz na pevný postoj a dostatečnou rovnováhu. Mezi pohyby imitující zvířata patří tygr, opice, orel a leopard.

---

Obr. 6 - <sup>11</sup> Severní čínský bojový styl (kudlanka nábožná)  
Dostupné z WWW: <[www.bojove-sporty.cz](http://www.bojove-sporty.cz) (bojovesporty.cz)>

Jedná se o bleskové pohyby plné síly. Principem v souboji je jednou rukou krýt útok protivníka a zároveň druhou rukou útočit, kdy ruce jsou v neustálém kontaktu, ať už dlaněmi, zápěstím, tak i loktem.<sup>12</sup>



Obr. 7 – Jižní čínský bojový styl (opice)<sup>13</sup>

## JAPONSKO

### Judo

Dalším bojovým uměním bylo starobylé japonské umění boje beze zbraně Ju jitsu. Po úpadku potřeby zbraní vzrostla popularita tohoto umění, kdy techniky zde využívané byly hody, podmety, páky, kopy, údery, škrcení a tlaky vedené na vitální body. Jelikož zde byly dle profesora Jigora Kana příliš nebezpečné techniky – Yang, eliminoval je a v roce 1882 vytvořil systém zvaný Judo – Yin.

Hlavní myšlenkou Judo je využití soupeřovy aktivity a síly pro protiútok. V průběhu deseti let profesor Kano vytvořil systém výuky zvaný kodokan judo, kdy základem této výuky byly dva cvičenci držící se za gi<sup>14</sup> a pomocí různých pák, porazů, podmetů se snažili srazit protivníka na zem, kde boj pokračoval za pomoci pák či držení protivníkovy těla na zemi po stanovenou dobu.<sup>15</sup>

<sup>12</sup> SVOBODA, S. a kolektiv, *Encyklopedie bojových umění a sportů*. Praha, 2012., str. 25 – str. 30

Obr. 7 - <sup>13</sup> Jižní čínský bojový styl (opice)

Dostupné z WWW: <[Iron Monkey \(1977 film\) - Wikipedia](#)>

<sup>14</sup> Gi – kimono určené pro soupeřící účastníky Judo

<sup>15</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 36 – str. 37

Hlavní českou sportovní postavou Judo se stal Lukáš Krpálek – olympijský vítěz z roku 2016, mistr světa z roků 2014 a 2019, trojnásobný mistr Evropy mezi seniory v roce 2013, 2014 a v roce 2018.



Obr. 8 – Judo (Lukáš Krpálek v modrém)<sup>16</sup>

## Aikido

Aikido je ucelený systém sebeobraný proti ozbrojenému i neozbrojenému protivníkovi. Obrana vychází z přirozených vlastností lidského těla. Prostřednictvím tělesných cvičení a soustředění do bodu nacházející se 5cm pod pupkem, se aikidista učí najít svůj střed, kdy z tohoto středu může řešit jakékoliv situace, nejen v sebeobraně. Cvičenec v tomto bodě nachází cestu k rozvoji své vnitřní síly neboli energie. Kdo disponuje silnou energií, včas rozpozná konfliktní situaci a je schopen protivníka, který se neovládá, přivést přesně na místo, kde jej sám chce mít. Veškeré techniky Aikida jsou čistě obranné. Základní techniky Aikida jsou správný postoj, poloha rukou i nohou, odhad vzdálenosti, využití malíkové hrany.<sup>17</sup>

---

Obr. 8 - <sup>16</sup> Judo

Dostupné z WWW: <[Fantazie!!! Judistický démon KRPÁLEK vybojoval první ZLATO pro Česko!!! - O2](#)>

<sup>17</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 83 – str. 84

Velmi známou osobností Aikida je mistr bojových umění a herec Steven Seagal. Již v 17 letech odcestoval do Japonska učit se od největších mistrů Aikido, kdy v roce 1974 získal černý pás (první dan<sup>18</sup>). V roce 1975 otevřel v Japonsku jako první Američan svou školu Aikida. V současné době je držitelem sedmého danu v Aikidu.



Obr. 9 – Aikido (Steven Seagal vpravo)<sup>19</sup>

## Sumo

Sumo vzniklo z předchozího umění pod názvem Sumai, což znamená zápas. Jednalo se o boj proti soupeřovi beze zbraní. Cílem bylo naprosté podrobení protivníka. Tehdejší zápas sumó vznikl podle historických pramenů na pláži Izumo roku 23 před Kristem. Hlavní část boje závisely na způsobech chytání z blízka, avšak dříve také zahrnoval kopy či narážení hlavou. Cílem bylo srazit protivníka k zemi, aby bylo možné si na něj stoupnout a tím si ho podrobit. Dnešní sumó má pravidla zcela odlišná. Zápas je ukončen v okamžiku, kdy se tělo protivníka, mimo nohou, dotkne země nebo je jeden ze soupeřů vytlačen z ohraničeného ringu.

---

<sup>18</sup> Dan – Mistrovský stupeň technické vyspělosti označovaný černým pásem.

Obr. 9 - <sup>19</sup> Aikido

Dostupné z WWW: <[Steven Seagal Shihan \(tripod.com\)](http://Steven Seagal Shihan (tripod.com))>

Techniky dnešního suma jsou sražení, zdvihy, údery, stisky, podražení nohou a strky.<sup>20</sup>



Obr. 10 – Sumo<sup>21</sup>

## Kendo

Toto bojové umění sahá do 12. Století, kdy bylo Japonsko vrženo do bitev a válek, které mezi sebou vedli samurajské kmeny. Samurajovi náleželo privilegium nosit pár mečů, z nichž jeden byl dlouhý a druhý krátký. Samurajové byli výteční válečníci, pro které věrnost, oddanost, smysl pro čest a poctivost bylo to nejdůležitější. Meč se stal jejich symbolem a představoval pro ně to nejcennější. V období válek bylo ovládnutí zacházení meče pro samuraje nezbytnou potřebou pro přežití. Obecně se pro označení zručnosti a dovednosti v zacházení s mečem používá pojem kendžucu,<sup>22</sup> které bylo chápáno jako dovednost zvítězit v boji na život a na smrt. Po ukončení válek se začalo učit technikám meče také ve školách, kdy výuka probíhala formou kata. Nejprve byly souboje simulovány ostrými meči, avšak později je nahradili meče dřevěné, aby nedocházelo k četným zraněním.

V roce 1895 byla založena společnost válečných umění velkého Japonska Dai nippon butoku kai, která měla za úkol podporovat a šířit bojová umění a vytvořit základní formy moderního kendo. Dalším krokem bylo rozšíření výcviku do řad pořádkových jednotek, policie a posléze i armády. Při cvičení kendo se nepoužívá žádné brnění,

---

<sup>20</sup> CRUDELLI, CH. *Cesta bojovníka: bojová umění a bojové techniky z celého světa*. Praha: Mladá fronta, 2011., str. 226 – str. 234

Obr. 10 - <sup>21</sup> Sumo

Dostupné z WWW: <[Sumo - Wikipedia](#)>

<sup>22</sup> Slavomír Svoboda a kolektiv, *Encyklopedie Bojových umění a sportů*, str. 258

provedení tak vyžaduje přesné načasování, dokonalý odhad vzdálenosti, naprostou koncentraci, čistou a správnou techniku a dokonalé ovládní meče, který musí být zastaven před dopadem do překážky.<sup>23</sup>

V současné době se cvičení kendo dělí:

### Šinaj kendo

které umožňuje zápasit naplno bez zranění, vyzkoušet si v praxi strategii, načasování, práci se soupeřem a chování ve stresové situaci. V šinaj kendo se používá ochranné brnění bógu, které se skládá ze čtyř částí, a to ochranná přilba men, kryt hrudníku dó, ochrana rukou kote a ochrana boků kare.

### Kendo kata

která udržuje odkaz na techniky se skutečným mečem.



Obr. 11 – Kendo (šinaj)<sup>24</sup>

## **Ninjutsu**

Ninjutsu je odlišné od klasických bojových umění, a to z důvodu, že toto umění se využívalo k různým metodám špionáže a pro získávání informací o nepříteli. Zde se používají techniky beze zbraně, ale i se zbraněmi.

---

<sup>23</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 101 – str. 103

Obr. 11 - <sup>24</sup> Kendo

Dostupné z WWW: <[<Kacubó Kenrikai Kendó Dódžó Praha \(kacubo.cz\)>](http://Kacubó Kenrikai Kendó Dódžó Praha (kacubo.cz))>



## **Karatedo**

Počátky vzniku karate jsou spojovány s ostrovem Okinawa (souostroví Rjúkjú) okolo 17. století. Vládce na Okinawě zakázal místnímu obyvatelstvu nošení jakékoliv zbraně. Jelikož docházelo k útokům na obyvatelstvo ze strany banditů, byli obyvatelé nuceni rozvinout techniku boje holýma rukama. Tento způsob boje se nazýval te nebo tode. Hlavním úkolem bylo přežít. V této době se dají vysledovat dva směry karate:

### Shorin-ryu

Tento styl je vyznačován symbolem Yang, tudíž tvrdá neboli vnější forma.

### Shorei-ryu

Tento styl je vyznačován symbolem Yin, tudíž měkká neboli vnitřní forma.

Slovo Shoto se používalo pro styl karate, který vyučoval mistr Funakoshi, který karate poprvé představil veřejnosti v roce 1922.

Stylů karate je v současné době mnoho, avšak nejrozšířenějším stylem je Shotokan, které vzniklo v roce 1936 mistrem Funakoshi.<sup>25</sup>



Obr.12 – Karate (mistr Funakoshi)<sup>26</sup>

<sup>25</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 14 – str. 18

Obr. 12 - <sup>26</sup> Karate (mistr Funakoshi)

Dostupné z WWW: <[Sensei Gichin Funakoshi y la cinta negra | Artes Marciales](#)>

## KOREA

### Taekwondo

Taekwondo je bojové umění, které se vyvíjelo po dobu více než dvou tisíciletí. Vzniklo z umění taek kyon, které využívalo komplexní systém úderů a kopů k odvrácení útoku protivníka. Již od počátku se vyvíjelo jako obranný systém. Taekwondo v dřívějších dobách pomáhalo upevnit zdraví, fyzickou, psychickou sílu a celkovou rovnováhu těla. Taekwondista se nejdříve musí naučit ovládat sám sebe a vždy se zastat slabšího. Kodex zakazuje nepoctivý útok a použití nepřiměřené síly.<sup>27</sup>



Obr. 13 - Taekwondo<sup>28</sup>

## BRAZÍLIE

### Capoeira

Capoeira je často představována jako brazilský bojový tanec bývalých otroků.

Počátek Capoeiry vznikl v brazilském státě Bahia, tradičně zemědělská oblast, která je historicky poznamenána dovozem afrických otroků. Jednalo se o obranu beze zbraní proti zlodějům slepic, násilníkům a lupičům. V roce 1707 sice byla Capoeira zakázána, avšak otroci ji stále praktikovali jako bojový tanec směsí elegantních pohybů a akrobacie.

---

<sup>27</sup> CRUDELLI, CH. *Cesta bojovníka: bojová umění a bojové techniky z celého světa*. Praha: Mladá fronta, 2011., str. 134 – str. 135

Obr. 13 - <sup>28</sup> Taekwondo

Dostupné z WWW: <[Úvod do taekwonda · Český svaz taekwon-do ITF \(taekwondo.cz\)](http://Úvod%20do%20taekwonda%20-%20%C4%85sk%C3%BD%20svaz%20taekwon-do%20ITF%20(taekwondo.cz)>)>



Od roku 1808 brazilská vládnoucí třída zakazovala toto bojové umění, kdy v roce 1825 byli otroci v takovém postavení, že i pískání, postávání na rohu ulice či vyluzování jakéhokoliv zvuku bylo považováno za projev zakázané Capoeiry. Kdo byl chycen při tomto jednání, byl velmi tvrdě trestán. Nakonec se však roku 1972 Capoeira díky státu Brazílie stala uznávaným bojovým uměním.<sup>29</sup>

Pro Capoeiru jsou nejdůležitějšími technikami kopy, podmety, vyhýbání, úskoky a pády. Ruce nikdy nebyly určeny pro útok, ale spíše byly pomocným krytem a vyrovnávačem rovnováhy při provádění akrobatických prvků. Země se smí dotýkat pouze ruce, hlava a nohy. Z tohoto důvodu byli soupeři oblečeni v bílém, jelikož se dal poznat každý kontakt se zemí. Základním pohybem je ginga, což je opakovaný pohyb nohou, ze kterého vychází ostatní pohyby Capoeiry.

Později dostalo toto umění pevná pravidla a stala se druhým nejoblíbenějším brazilským sportem.

V České republice se Capoeira stává čím dál oblíbenější mezi muži. Ženám je často nabízena jako kurz v tanečních studiích nebo školách aerobicu.



Obr. 14 – Capoeira<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 92

Obr. 14 - <sup>30</sup> Capoeira

Dostupné z WWW: <> [Bojové styly: Capoeira \(fighternews.cz\)>](http://Bojové styly: Capoeira (fighternews.cz)>)

## **4 Bojový sport**

### **4.1 Historie bojových sportů**

První informace o bojových sportech se dochovaly z dob starověkého Řecka. Při olympijských hrách se objevily disciplíny zápasu. Bojové sporty se oddělily od bojového umění za účelem porovnávání výkonů se zaměřením na fyzický výkon.

Už od prvopočátku měl člověk potřebu poměřovat výkon s ostatními. Hlavním rozdílem bojového sportu od ostatních forem boje bylo zavádění různých pravidel a ochranných pomůcek. V bojovém sportu byl vytvořen systém na bodování jednotlivých technik a úspěšných zásahů během boje, který určil vítěze v určitém sportu. Tyto bojové sporty byly mezi diváky velmi rychle oblíbené a postupem času se staly nedílnou součástí zábavy.

Příliv bojového umění z Asie do Evropy s sebou přinesl rozpor mezi tréninkovými principy obratnosti a rychlosti proti síle. V bojích, kdy je bojovník slabší, se snaží získat převahu dokonale zvládnutou technikou, obratností a větší rychlostí při obraně či útoku nad silnějším soupeřem. Z tohoto důvodu se také většina bojových sportů začala dělit do váhových kategorií.

Bojové sporty se staly velice populární a rozšířené po celém světě, neustále se vyvíjeli a zdokalovaly. V současné době vznikají stále nové bojové sporty, které využívají techniky a kombinace různých bojových sportů a bojových umění.

### **4.2 Charakteristika bojových sportů**

Bojový sport má na rozdíl od ostatních bojových forem jasně určená pravidla, ochranné pomůcky a úbor pro daný sport. Každý ze sportovců má stejné podmínky a stejný typ ochranných pomůcek. Sportovci musí respektovat pravidla, na které dohlíží rozhodčí, který je předem určený. Ve sportech jsou zavedeny bodové systémy, které se využívají pro bodování technik, jakým způsobem jsou provedeny a následně také dokončeny. Bojový sport je zaměřen na touhu po vítězství, jsou také z důvodu demonstrování bojových dovedností.

Bojové sporty dělíme podle důrazu provedení technik na light contact, semi contact a full contact. Toto je hlavní rozlišení mezi bojovým sportem, bojovým uměním a bojovým systémem, kdy umění a systém nemá rozhodčího a neslouží k porovnávání výkonů.

Bojový sport se z největší části zaměřuje na jednu formu boje nebo kombinaci například úderů a kopů. Avšak jsou zde výjimky, kdy v boji beze zbraně byl vytvořen bojový sport s názvem MMA (Mixed Martial Arts), kde sportovci využívají celé své tělo jako zbraň (úder, kopy, páčení). V boji se zbraní byl vytvořen bojový sport s názvem šerm. Bojové sporty jsou využitelné zejména z hlediska fyzické kondice a z části také technické kondice. Bojový sport lze ovládnout do pěti let tréninku.

### 4.3 Druhy bojových sportů

#### Box

Mezi nejatraktivnější a nejsledovanější sport patří zcela jistě box. Tento sport patří mezi nejnáročnější bojové sporty. První zmínkou o boxu se datuje do období 2000 lety před naším letopočtem, kdy v Iráku byla nalezena stará kamenná deska vyobrazující dvě postavy, které se chystají bojovat holými pěstmi. Box je také olympijským sportem, protože si ho oblíbili roku 668 před naším letopočtem Řekové, který jej nazývaly pygmé. Už tehdy se boxovalo do kožených pytlů v rukavicích.

V roce 1719 došlo k prvnímu zápasu o titul mistra světa v těžké váze na britských ostrovech, které vyhrál James Figg, který si otevřel školu v Londýně a sestavil první pravidla. Avšak v roce 1741 porazil soupeře takovým stylem, že jej usmrtil. Z tohoto důvodu byly roku 1743 přepracovány pravidla boxu a zavedeny boxerské rukavice. Roku 1866 se zavedly tříminutová kola a bodování rozhodčími. Poté se roku 1919 začal box šířit do celého světa, kdy zlatá éra boxu začala v Americe, kde také vznikly první organizace, jako WBC – World Boxing Council, WBA – World Boxing Association.<sup>31</sup>

Výstrojí boxera v současné době jsou lehké boty bez podpatků, na sobě krátké trenýrky nepřesahující kolena a v tričku kryjící záda a hrud'. Mezi tričkem a trenýrkami musí být čára pasu zřetelně vyznačena 10 cm širokým pásem. Také musí mít suspensor,

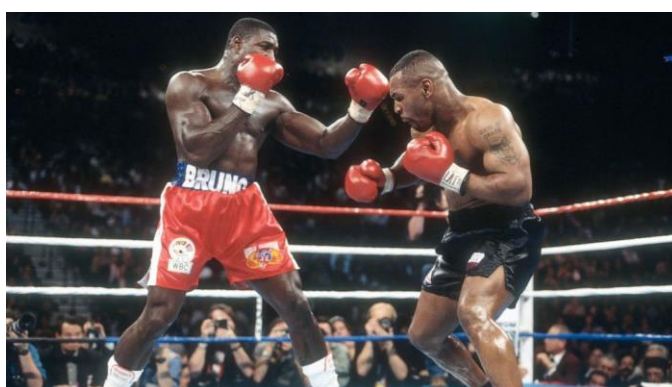
---

<sup>31</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 87

chránič zubů a samozřejmě boxerské rukavice, pod kterými je navinuté elastické obinadlo. V některých případech také ochrannou přilbu.<sup>32</sup>

Mezi nejznámější boxerské legendy patří Muhammad Ali, Mike Tyson, Vladimír a Vitalij Kličko, Rocky Marciano, ale také český reprezentant Lukáš Konečný.

Důležité je absolvovat lékařské vyšetření 1x ročně a také těsně před utkáním. Boxeři musí spadat do stejné váhové kategorie, např. do těžké váhy patří sportovci nad 91 kg. Velikosti rukavic je rozděleno podle váhy, například lehká váha má boxerské rukavice o velikosti 12oz.<sup>33</sup>



Obr. 15 – Box (Mike Tyson vpravo)<sup>34</sup>

### **MMA (Mixed Martial Arts)**

Vznik MMA je možno vyhledat v první polovině 20. století v Brazílii, kdy Helio Gracie vyzýval k boji zástupce různých bojových stylů podle pravidel Vale-Tudo<sup>6</sup>, kdy v těchto bojích většinou vítězil. Své syny učil Brazílské Jiu-jitsu, kteří poté vydali tzv. Gracieovskou výzvu, kdy pokud někdo dokáže zvítězit nad syny, dostane odměnu 100 000 dolarů.<sup>35</sup>

Bojovníci vždy chtěli porovnávat, který styl boje je nejlepší, a proto v roce 1993 měli tu možnost, jelikož vznikl šampionát UFC (Ultimate Fighting Championship) pořádaný v USA. Zde bojovalo několik zástupců bojových umění, jako je Box, Karate,

<sup>32</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 89

<sup>33</sup> oz – boxerské rukavice rozděleny podle váhy, udávány v uncích

Obr. 15 - <sup>34</sup> Box (Mike Tyson)

Dostupné z WWW: <[Boxing icon Mike Tyson to appear at Lowell Golden Gloves Thursday \(lowellsun.com\)](http://lowellsun.com)>

<sup>35</sup> CRUDELLI, CH. *Cesta bojovníka: bojová umění a bojové techniky z celého světa*. Praha: Mladá fronta, 2011., str. 318 – str. 319

Kung-fu, Savate, avšak vítězství se zajistil zástupce Brazílského Jiu-jitsu vítězstvím nad boxerským stylem Savate technikou boje na zemi.

Bojovníci jsou připravováni ve třech úrovních boje – boj v postoji, boj na zemi a zápas. V profesionálních bojích se bojuje na omezený počet kol s časovým limitem, kdy vítězství lze dosáhnout K.O., Submission – vzdáním soupeře poklepaním na protivníka či na zem, T.K.O. – zastavením rozhodčím.

Výstrojí bojovníka jsou malé rukavice, chránič zubů a suspensor. Na sobě má buď šortky nebo trenky.

Mezi nejznámější bojovníky MMA patří Conor McGregor, Jon Jones, ale také český Karlos Vémola nebo Jiří Procházka.



Obr. 16 – MMA (Conor McGregor vlevo)<sup>36</sup>

## Kickbox

Kickbox je bojový sport, který využívá techniky východního i západního bojového umění. Zápasí se pouze ve stoji, zápasení na zemi je zakázané. Pokud jeden ze zápasníků spadne, tak je zápas přerušen a zápasník je počítán. Pokud vstane a je schopen pokračovat, boj pokračuje.

---

Obr. 16 - <sup>36</sup> MMA (Conor McGregor)

Dostupné z WWW: <[UFC 264: Poirier vs. McGregor 3 date, time, fight card, odds, predictions - MMA Fighting](#)>

Kickbox je provozován buď jako kontaktní sport nebo je to také způsob zlepšení zdravotního stavu, tělesné a duševní pohody. Máme celkem tři druhy kontaktů kickboxu:

### Semi Contact

Tento druh je nejbezpečnější formou kickboxu. Bojovníci nesmí užit v souboji plný kontakt ani sílu, protivníka se musí jen lehce dotknout. Zápas je zastaven po každém střetu s provedenou technikou úderu a kopu, kdy za toto jsou rozhodčím udělovány body. Podobné je to také v karate.

### Light Contact

Tento druh je totožný se semi contact, avšak rozdíl je v tom, že zápas není zastavován po každé bodované technice.

### Full Contact

Smyslem tohoto druhu je porazit protivníka pomocí plné síly za užití úderů a kopů, kterými musí protivníka zasáhnout do povolených míst s odpovídající přesností, rychlostí a směrem. Údery a kopy jsou povolené na předek a strany hlavy, předek a boky těla nad pasem. Je zde povolen taky podmet. Zápas probíhá v ringu s jedním rozhodčím pohybujícím se v ringu se zápasníky a odpovídá za bojovníkovu bezpečnost a dodržení pravidel. Rozhodčí sleduje provedení technik a za ně uděluje body.<sup>37</sup>

Bojovník má na sobě speciální trenýrky, chránič zubů, bandáže na rukách, boxerské rukavice 10oz, chránič třísel se suspenzorem, chrániče holení a nártů.



Obr. 17 – Kickbox<sup>38</sup>

<sup>37</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 46 – str. 51

Obr. 17 - <sup>38</sup> Kickbox

Dostupné z WWW: <[Kickbox klub | CityBee](#)>

## **Šerm**

Sportovní šerm je úpolový sport bodnými nebo sečnými zbraněmi.

Šerm je známý již od starověku, kde se bojovalo hlavně krátkými, těžkými sečnými zbraněmi, avšak v průběhu staletí došlo k technologickému pokroku a ze zbraní sečných se vyvinuly zbraně bodné a lehké. Moderní šerm vznikl v románských zemích mezi 16. – 17. stoletím.<sup>39</sup>

První zbraní využívanou v tomto sportu byl rapír, který byl využíván tzv. španělskou školou v kombinaci s dýkou, kdy avšak tato škola neměla dlouhého trvání, neboť ji nahradila italská škola šermu s hlavní zbraní – kordem.

### Kord

Kord je bodná zbraň, která se skládá z rukojeti, poté následuje číška, čepel a na konci je aret. Po celé čepeli je veden drát, který končí právě u aretu, který při zásahu soupeře do oblečení, pod kterým je drát, pošle signál do přístroje. Oba šermíři jsou na tento přístroj napojeni, a kdo zasáhne tělo, tomu se rozsvítí světlo, což značí zaznamenání bodu. Maximální délka kordu může být 110 cm. Zásahová plocha při šermu s kordem je celé tělo.

### Fleret

Fleret je bodná zbraň, která se skládá z rukojeti, číšky a čepele. Zásahová plocha při šermu s fleretem je pouze trup soupeře, kdy útok je zaznamenán elektricky vodivou vestou. Maximální délka fleretu je 110 cm.

### Šavle

Šavle je sečná zbraň, která se skládá z rukojeti, číšky a čepele. Zásahová plocha při šermu se šavlí je trup, ruce a hlava. Zásah je možné dát seknutím i bodnutím. Maximální délka šavle je 105 cm.

---

<sup>39</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 59

Předepsané oblečení při sportovním šermu je oblečení z kevlarových vláken a maska z kovového pletiva.



Obr. 18 – Sportovní šerm (kord)<sup>40</sup>

Bojových sportů je samozřejmě více, avšak víceméně vznikly všechny z bojových umění, např. shora vedené Karate, Judo, Sumo, avšak všechny tyto sporty vznikaly díky historii bojového umění.

## **Zápas**

Zápas je individuální úpolový sport, který ať už v rituálních, či bojových formách provází lidstvo od počátku civilizace a se kterým se můžeme setkat ve světě v mnoha podobách.

Zápas patří historicky k nejstarším sportům lidské společnosti. Svědčí o tom jeden ze zpěvů mýtické Homérovy Iliady a nálezy kreseb zápasících sportovců v Egyptě z let 3200 – 2400 před naším letopočtem. Zápas byl také trvalou součástí starověkých olympijských her a samozřejmě součástí i her novodobých. Cílem zápasu je vyřadit protivníka z dalšího boje, což je většinou reprezentováno donucením protivníka dotknout se určitou částí těla kolbiště, či vytlačení z něj. Mluvíme-li o zápasu pak nejčastěji o zápase řecko-římském a volném stylu. Tyto formy zápasu jsou součástí olympijského programu.

---

Obr. 18 - <sup>40</sup> Sportovní šerm (kord)

Dostupné z WWW: <[Právo útoku \(sportovní šerm\)](https://www.wikipedia.org/wiki/Pr%C3%A1vo_%C3%BDtoku_(sportovn%C3%AD_%C5%A1erm)) – Wikipedie ([wikipedia.org](https://www.wikipedia.org))>



## Styl řecko-římský

V tomto zápase je povoleno provádět záběry od pasu nahoru. Cílem je soupeře položit na lopatky nebo zvítězit bodovou převahou. Vše se řídí přísnými pravidly, na které dohlíží rozhodčí

## Volný styl

V tomto zápase je povoleno provádět záběry od pasu dolů a cíl je stejný jako u stylu řecko-římského.

U obou stylů je zakázáno kroucení prstů, kopání, škrábání, tahání za vlasy a škrcení.

Vzhledem k tomu, že zápas je považován za nejstarší bojový sport, tak nejen, že je známý jeho členění na volný styl a řecko-římský styl, ale ze zápasu vzešlo mnoho dalších stylů, jako je judo, grappling, sambo, wrestling a jiné.



Obr. 19 – Řecko-římský zápas<sup>41</sup>

## **Grappling**

Grappling je moderní úpolová disciplína, ve které jsou kombinovány techniky různých bojových sportů. Povoleny jsou techniky hodů, držení, páčení a škrcení. Snahou je pomocí tzv. submission<sup>42</sup> technik zvítězit nad protivníkem v postoji nebo na zemi. Grappling je v současnosti vnímán jako samostatná sportovní disciplína a nedílná složka smíšených bojových umění, neboli MMA.

---

Obr. 19 - <sup>41</sup> Řecko-římský zápas

Dostupné z WWW: <[Řecko-římský zápas | GUSTAV FRIŠTENSKÝ \(gustavfristensky.cz\)](http://www.gustavfristensky.cz)>

<sup>42</sup> Submission – technika nutící soupeře vzdát zápas

Zápasy smíšených bojových umění se začaly rozmáhat v devadesátých letech 20. století, a to hlavně díky organizaci UFC (Ultimate Fighting Championship), která MMA představila světu a do dnes sklízí obrovské úspěchy televizní a diváckou sledovaností.

Trénink se začal dělit na samostatnou přípravu pro nácvik úderů (striking), pro nácvik zápasení bez úderů (grappling) a kombinací. Postupně docházelo k vyčlenění grapplingu jako samostatné bojové disciplíny. Mnoho bojovníků začalo měřit síly v této oblasti a postupně vznikaly samostatné organizace, pořádající prestižní světové turnaje. Od roku 2006 je grappling oficiálně zastřešen mezinárodní zápasnickou organizací FILA a je světově vnímán jako samostatná sportovní disciplína.



Obr. 20 - Grappling<sup>43</sup>

---

Obr. 20 - <sup>43</sup> Grappling  
Dostupné z WWW: <[Grappling - Wikipedia](#)>

## 5 Bojové sporty a média

K rozvoji a informovanosti o bojových sportech a uměních rozhodně v poslední době přispívají média, a to hlavní kinematografie. Nejvíce filmů na motivy bojových umění pochází z Dálného východu. Převážní část filmů pochází z hongkongské produkce.

Jako jeden z prvních slavných propagátorů bojového umění na plátně byl Bruce Lee (celým jménem Bruce Jun Fan Lee). Jako první Číňan se odpoutal od tajemna čínských bojových umění a historie. Chtěl šířit bojové umění veřejnosti, přestože to v té době bylo zakázáno. Mnohokrát se díky tomu musel utkat s mistry kung-fu, aby dokázal, že jeho styl je nejlepší, mohl prosadit bojová umění do filmu a otevřít si veřejné školy.

Další čínskou filmovou hvězdou a opravdovým mistrem bojového umění je také Jackie Chan (celým jménem Chan Kong-Sang), který je na výsluní filmového plátna už přes 40 let. Jako malý chlapec byl přihlášen do pekingské národní opery, která se od těch evropských liší. Jedná se o velice drsný trénink, kdy cvičenci musejí zvládat bojová umění beze zbraně, se zbraní, akrobatické prvky a k tomu ještě zpívat a hrát. Jeho pověst je známá tím, že se nikdy nenechal dublovat kaskadérem, a proto byl už nespočetněkrát během natáčení vážně zraněn.

Představitelem bojového umění karate je Chuck Norris (vlastním jménem Carlos Ray Norris), také Jean-Claude van Damme (vlastním jménem Jean-Claude van Varenberg).

Poslední velice známou hvězdou a představitelem aikida je Steven Seagal.

Někteří mistři bojových umění a šampioni bojových sportů se stali díky filmu a médiím světově známí. Pomohli tak propagovat bojové sporty ve světě, motivovali některé cvičence a tím si zasluhují respekt díky činnosti, kterou pro svět bojových umění a sportů udělali. Bojová umění jsou ve filmovém světě úzce spjata s kaskadérstvím. Platí to i České republice, kde se jako jeden z nejznámějších bojových sportovců uplatnil před filmovým plátnem i v Hollywoodu Petr Jákl.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 125 – str. 127

## 6 Komparativní rozdíly mezi bojovým uměním a bojovým sportem

Bojová umění	Bojové sporty
Tradice	Soutěže
Učení z mistra na žáka	Bodování
Čest	Druh oděvu
Historie	Chrániče

45

Tato tabulka představuje největší komparativní rozdíly mezi bojovým uměním a bojovým sportem. Avšak vliv také mají na zdraví a osobní rozvoj člověka.

Bojové umění je více zaměřeno na psychiku člověka. Výcvik žáka a mistra je doprovázen meditacemi, soustředěním a dalšími technikami pro rozvoj mysli – Tai chi<sup>46</sup>. Výcvik technik je ovšem složitější.

Bojový sport je více zaměřen na fyzickou výkonnost člověka. Výcvikem jednotlivce lze získat lepší fyzickou kondici a lepší reflex. Tréninkem technik se sportovec stává odolnějším vůči úderům.

---

<sup>45</sup> Tabulka komparativních rozdílů mezi bojovým uměním a bojovým sportem - vlastní zdroj

<sup>46</sup> Tai chi – relaxační, zdravotní a energetické cvičení, podporuje zklidnění mysli, její rozvoj a procvičení celého těla.

## **7 Bojový systém**

Bojový systém je nejmladší forma boje přizpůsobena pro boj v reálném prostředí. O vznik bojového systému se zasloužila především armáda, kdy každá armáda z různých koutů světa si vyvíjí vlastní bojový systém. Jelikož tyto systémy kvalitně simulovaly reálné situace, tak se rozšířily v různých formách mezi policejní složky a veřejnost.

### **7.1 Charakteristika bojového systému**

Jak již bylo řečeno, bojový systém je forma boje přizpůsobena pro boj v reálném prostředí. Jedná se o velice účinný systém, který připravuje na reálné situace a eliminaci útočníka. Tento systém využívá vybrané techniky, obranné prostředky a zbraně. Techniky jsou využity s největší účinností. V průběhu výcviku se trénuje správné užití technik při sebeobraně v boji beze zbraně i se zbraní.

Základem výcviku je studium anatomie, psychologie a motoriky těla, jelikož obránce je připravován nejen na obranou situaci, ale také na zvládnutí situace před a po útoku. V bojovém systému se zaměřuje na komunikaci, psychologii, taktiku pro překvapující útok i obranu proti útočníkovi. Nelze určit, za jakou dobu je možné ovládnout bojový systém, jelikož každý člověk je fyzicky i psychicky jinak stavěný. Systém není prozatím tak známý jako bojová umění a bojové sporty, a to hlavně z důvodu nedostatku kvalitních trenérů, tudíž pomalé rozšiřování ve světě.

### **7.2 Druhy bojových systémů**

#### **Krav maga**

Krav maga (krav=boj, maga=dotyk, kontakt) je systém sebeobrany, který představuje soustavu technik vytvořených pro sebeobranu a boj zblízka v Izraeli pro Izraelské bojové síly, národní policii a další bezpečnostní složky.

Krav maga se začala vyvíjet po 2. Světové válce. Jelikož byl v té době Izrael ve válce, nemohl si dovolit posílat své vojáky na několikaměsíční výcviky sebeobrany. Izrael potřeboval nový systém boje zblízka, který je dobře zvládnutelný, snadno zapamatovatelný a hlavně velmi efektivní. Zakladatelem Krav magy je Imi Lichtenfeld, který i po svém odchodu z aktivní služby stále na tomto systému pracoval a také jej

upravil pro policejní složky, kde hlavním rozdílem mezi armádní verzí bylo, nikoho nezabít.

V současnosti Krav magu používají všechny složky ozbrojených sil v Izraeli, dokonce i speciální jednotky Sajeret, také americké CIA i FBI, některé složky amerického letectva, americké policejní sbory i SWAT týmy a další.

Jedná se o praktickou soustavu sebeobránných technik vytvořených tak, aby odpovídaly podmínkám současného světa. Tento systém je možné se naučit v dosti krátkém čase. Krav maga se v současné době využívá v ozbrojených silách, policejních složkách i v civilní sféře. Je určena pro muže i ženy, mladé i staré, dokonce i pro lidi méně fyzicky vybavené. Systém učí reálný boj muže proti muži, a to i v případech, kdy je protivník ozbrojen například nožem, holí, střelnou zbraní, ale také v přečíslení počtem protivníků.

Podstatou celého systému je se naučit zaregistrovat vyhrocenou situaci a vycítit nebezpečí možného napadení. Učí mladé lidi, kteří jsou výbušní, jak potlačit tendenci řešit situace násilím. Jednoduše řečeno, nejdříve zkusit možnost vyhnout se konfrontaci, avšak pokud dojde k napadení, je nutné odpovědět přiměřenou silou k odvrácení hrozby a vymanit se z nebezpečí.

### Krav maga v ČR

V České republice se neoficiálně s tímto bojovým systémem začalo v roce 2003, avšak až po pěti letech se prvním instruktorům podařilo absolvovat instruktorský kurz a následně otevřít první českou pobočku. Mimo pravidelných kurzů se také po celé republice pořádají semináře jak pro tuzemské bezpečnostní sbory, tak i pro veřejnost. Prezidentem české sekce KMG (Krav Maga Global) byl jmenován Jakub Otipka, který také zajišťuje rozvoj a výuku Krav magy v České republice.

Členové Občanského sdružení Krav Maga spolupracují také s mnoha organizacemi, jako například Útvar rychlého nasazení, Vojenská Policie, Útvar pro ochranu ústavních činitelů.<sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 97 – str. 99



Obr. 21 – Krav maga<sup>48</sup>

## Systema

Systema je ruský bojový systém, který vznikl v 10. Století jako reakce na různé bojové styly nepřátel, kteří ohrožovali Rusko. Bojovalo se v rozdílných klimatických podmínkách i na různých typech terénů, se zbraněmi i bez nich.

V tomto systému se nejedná pouze o bojový styl, ale také o ucelení výchovného, morálního a vzdělávacího systému. Cílem je se ujistit, že trénink ani postoj neublíží sobě ani partnerovi. Rozvíjí fyzické, psychické i duševní schopnosti člověka.

Od roku 1917 se bojový styl Systema začal praktikovat u vojenských a policejních jednotek, jako je Specnaz (vojenská speciální jednotka), VDV (vysadkáři), SOBR (speciální oddíly okamžité reakce) a další. Systema je založena na přirozených reakcích člověka, jedná se o volný styl bez pravidel a omezení.

Systema má i vlastní rčení: „Buďte dobří lidé, všechno ostatní pak za vámi přijde“.<sup>49</sup>

---

Obr. 21 - <sup>48</sup> Krav maga

Dostupné z WWW: <[Krav Maga Nymburk | \(krav-maga-nymburk.cz\)](http://krav-maga-nymburk.cz)>

<sup>49</sup> [www.systemaplzen.cz/co-je-to-systema](http://www.systemaplzen.cz/co-je-to-systema)

Což jednoduše znamená, že Systema pomáhá najít a zvolit si správnou cestu.<sup>50</sup>

### Systema v ČR

Jediným představitelem Systemy v ČR je David Sýkora, absolvent výcviku Specnaz a trenér bezpečnostních složek v ČR. Díky panu Sýkorovi se styl Systema začleňuje do běžného výcviku zaměstnanců Policie i Armády ČR, ale i jiných složek.<sup>51</sup>



Obr. 22 – Systema<sup>52</sup>

### **Brana**

Koncem 60. let 20. století vytvořili Ivan Špička a Jindřich Novák sebeobranný bojový systém zvaný Brana. Systém byl vytvořen na vědeckých základech, vlastního vývoje a pokusu.

<sup>50</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str.

<sup>51</sup> CRUDELLI, CH. *Cesta bojovníka: bojová umění a bojové techniky z celého světa*. Praha: Mladá fronta, 2011., str. 278 – str. 281

Obr. 22 - <sup>52</sup> Systema

Dostupné z WWW: <[FOTOGALERIE – Systema Prague club \(systema-prague.com\)](http://FOTOGALERIE – Systema Prague club (systema-prague.com))>



Oba představitelé pracovali na vlastní tvorbě japonského karate upraveného pro moderní sebeobranu a využití v ozbrojených složkách. Při vývoji byl tento systém označován jako česká forma karate, ale nakonec byl zvolen název Brana.

V současné době je Brana vyučována například v klubu Alogodos v Praze pod názvem kvazisignální a multisignální sebeobrana.

## **Musado**

Musado je moderní bojové umění, které se dělí na dvě části: tradiční musado, určené pro civilní osoby a musado MCS (Military Combat System) určené pro výcvik armády a policie. V překladu musado znamená cesta válečníka. Hlavní sídlo musado je v Dortmundu.

Zakladatel musada je Herbert Grudzenski, který se narodil roku 1947 v západním Německu. Mládí strávil v poválečné době, která ovlivnila životy Němců. Nejprve začal cvičit bojová umění judo a jiu-jitsu, v kterých dosáhl mistrovských stupňů. Nastoupil do armády k výsadkovým jednotkám a po skončení služby roku 1970 otevřel vlastní školu bojových umění, v které postupem času učilo několik korejských mistrů bojových umění, převážně taekwondo a hapkido.

Postupným tréninkem bojových umění Herbert Grudzenski shromažďuje techniky, metody výcviku a postupy, které mu předávali jednotliví učitelé. V první polovině 80. let je utřídil a spolu se svými vlastními tréninkovými zkušenostmi z nich vytvořil nový, ucelený moderní systém sebeobranu a boje zblízka, který nazval „cesta rytířů Hwarang a Salsa“. Tento název později musel změnit z důvodu ochranné známky již vzniklého bojového systému Hwarangdo. Zvolil tedy nový název MUSADO – cesta válečníka. V roce 1985 Herbert Grudzenski založil studijní skupinu pro vojenský boj zblízka (SMN), kdy jejím hlavní úkolem bylo ověřit a vyhodnotit již zavedené armádní výcvikové postupy a metody techniky boje zblízka. Následně, podle výsledků této analýzy, pak navrhnout techniky, metody a strategie nové, které budou realistické, účinné a vhodné pro válečné účely. Tímto způsobem, za použití technik z Musado vznikl vojenský bojový systém Musado Military Combat System, dále jen Musado MCS.

Začátkem 90. let založil Herbert Grudzenski světovou organizaci WMA – World Musado Association, které sdružuje všechny žáky a instruktory Musado z jednotlivých zemí.

## Musado v ČR

Hlavními instruktory pro Českou republiku jsou pan Oldřich Šelenberk a pan Antonín Sokol. Koncem 80. let po návratu z vojenské základní služby zakládá několik přátel soukromý klub sebeobrany. V roce 1990 byla provedena první veřejná ukázka a první oficiální nábor členů do 1. soukromé školy v Praze. V roce 1993 se Musado MCS účastní veřejné soutěže „O zavedení systému boje zblízka do AČR“, která se konala na půdě Vysoké školy pozemního vojska ve Vyškově. Musado MCS vyhrává a tento systém se tak stává od tohoto roku oficiálním druhem bojem zblízka v české armádě. Musado se také využívá při výcviku speciálních jednotek, nemá žádná přesně daná pravidla. Svým širokým spektrem však poskytuje více než 4 000 technik a dovedností, které při dobrém zvládnutí umožní bojovníkovi zastavit útok.

Ke konci 90. let byla navázána spolupráce s Útvarem rychlého nasazení Policie ČR, kde systém Musado MCS byl pro svůj záběr a efektivitu zhodnocen v ruce 2005 jako vhodný pro účely a charakter útvaru. Hlavní instruktorem Musado MCS v České republice je pplk. Mg. Michal Vágner, PhD., který podotýká, že Musado MCS není sport. Je to styl vyvinutý speciálně pro řešení krizových situací, kdy se voják ocitá v ohrožení života, a jeho hlavní myšlenkou je dovést boj do vítězného konce jakýmkoliv prostředky.<sup>53</sup>



Obr. 23 - Musado<sup>54</sup>

<sup>53</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 94 – str. 96

Obr. 23 - <sup>54</sup> Musado

Dostupné z WWW: <[FOTOGALERIE – Systema Prague club \(systema-prague.com\)](http://FOTOGALERIE – Systema Prague club (systema-prague.com))>

## 8 Bojová příprava a vývoj výcviku u Policie ČR

### 8.1 Výcvik u SNB a četnictva do roku 1989

Po 1. světové válce a vzniku samostatného Československého státu byla převzata soustava státních policejních úřadů, kdy se jednalo o dvě policejní ředitelství Praha a Brno a dvě policejní komisařství Plzeň a Moravská Ostrava. V zákoně č. 299/1920Sb. O četnictvu bylo četnictvo charakterizováno jako vojensky organizovaný sbor strážný, který je určen k tomu, aby udržoval veřejný pořádek a bezpečnost na celém území Československé republiky. Četnictvo mělo téměř totožné vybavení jako armáda (organizace, výstroj i výcvik), kdy zde dochází i o snahu realizovat vzdělávání a výcvik četníků, jako celoživotní princip bezpečnostního vzdělávání.<sup>55</sup> Cílem bylo připravit členy k výkonu služby tak, aby dokázaly plnit úkoly ve vykonávané službě. Z tohoto důvodu byly zřízeny různé kurzy i speciální školy. Výcvik v těchto zařízeních měl 5 hodin týdně, kdy každé ráno bylo konáno cvičení s karabinou i bez ní, šerm bodákem a šavlí po dobu 15 - 20 minut.

Jakmile byla dokončena škola, výcvik byl nadále prováděn také na četnických stanicích, který řídil velitel popřípadě zástupce. Poté byly pořádány individuální a dobrovolný kurzy boje zblízka, což byla směs boxu a zápasu, dále horolezecké, lyžařské kurzy, výcviky ve střelbě z karabiny a pistole, řízení motorových vozidel, kurz pátrání a další.

Po skončení 2. světové války existovaly tři druhy bezpečnostních složek: Závodní milice, Revoluční oddíly a četnický a policejní aparát. Z těchto tří složek bylo vybráno několik příslušníků pro nový Sbor národní bezpečnosti (SNB), kdy hlavním úkolem byla ochrana státních hranic.

V této době byla zřízena tělesná a střelecká příprava:

#### Střelecká příprava

Tato příprava byla prováděna v rámci tzv. bojové přípravy zaměřující se na získávání znalostí a dovedností v jednotlivých stupních bojové pohotovosti.

---

<sup>55</sup> MACEK, P., UHLÍŘ, L., *Dějiny policie a četnictva II.* Praha, 1999, str.25.

## Tělesná příprava

Tato příprava sloužila jako prostředek regenerace a aktivního odpočinku.

V roce 1981 byl založen dnes pojmenován Útvar rychlého nasazení (URNA), avšak v rámci tehdejšího Sboru národní bezpečnosti (SNB) pojmenován Útvar zvláštního určení (ÚZU), a to z důvodu častějšího výskytu terorismu a zvláště závažných trestných činů. Zde byli vybráni příslušníci z řad výsadkových jednotek armády, kteří přenesli zkušenosti s bojem zblízka, jako je Judo, Karate, Box, Jiu-Jitsu. Toto tvořilo jednu z hlavních částí výcviku.

## **8.2 Výcvik u Policie ČR po roce 1989**

Po roce 1989 se zásadně mění charakter policejní práce. Nárůst trestné činnosti klade vyšší nároky na kvality každého příslušníka. Díky tomuto nárůstu tělesná příprava klade mnohem větší důraz na přípravu policistů do výkonu služby, obzvláště je dán větší prostor pro výcvik donucovacích prostředků. Co se týče střelecké přípravy, zde dochází k přechodu od mířené střelby ke střelbě bojové. Vzniká tak nový druh výcviku, tzv. taktika služebního zákroku.

V roce 1993 – 1994 vznikají dva odbory, Odbor tělesné přípravy a sportu a Odbor služební přípravy a sportu při Ministerstvu vnitra ČR v Praze, kde jsou položeny nové základy tělesné, střelecké i taktické přípravy.

V roce 1995 je založen Odbor personální práce a vzdělávání, jehož úkolem je vybavit instruktory výcviku základními znalostmi a dovednostmi určené k vedení a organizování výcviku v tělesné i střelecké přípravě. V roce 1999 je tento odbor přejmenován na Odbor vzdělávání a správy policejního školství, kdy instruktoři výcviku prochází 3týdenním kurzem ve školském policejním středisku v Brně. Zaměření jsou hlavně na donucovací prostředky a střeleckou přípravu, která je zakončena zkouškou z předvedení bojových technik a didaktických zásad.<sup>56</sup>

V roce 1996 se policisté ovládající bojová umění rozhodli vybrat bojové techniky z několika bojových stylů a poté zpracovali materiály a jednotlivé techniky natočili na

---

<sup>56</sup> MACEK, P., UHLÍŘ, L., *Dějiny policie a četnictva II.* Praha, 1999, str.31.

video jako ukázky, kdy bylo čerpáno převážně z technik Jiu-jitsu, které bylo proškolenáno v Německu.

V roce 2010 byl vytvořen policejním prezidiem zcela nový systém profesní přípravy policistů v používání donucovacích prostředků určený zejména pro nové přijaté policisty zařazené v přímém výkonu služby. Nejde však o žádný konkrétní bojový styl, ale o soubor dovedností pro výcvik policistů v rámci tzv. základní odborné přípravy (ZOP).

### **System se skládá ze tří částí:**

#### Získat prostor

Neustále si od osoby nebo skupiny udržovat takovou vzdálenost, aby bylo minimalizováno riziko překvapujícího útoku.

#### Je pozdě vyjednávat, musíš se rozhodnout

Zde jsou řešeny situace, při kterých se nepodařilo udržet bezpečnou vzdálenost, a útočník se dostal do nebezpečné blízkosti.

#### Vše naučené se spojuje v jeden celek

Nekonečné množství variant sebeobránných modelových situací, které policistu při výkonu služby čekají.

Taxativní „*ex lege*“ demonstrativní výčet jednotlivých donucovacích prostředků je vymezen v aplikaci ustanovení § 52 zákona č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „**zákon o Policii ČR**“)<sup>57</sup>

- a) hmaty, chvaty, údery a kopy,
- b) slzotvorný, elektrický nebo jiný obdobně dočasně zneschopňující prostředek,
- c) obušek a jiný úderný prostředek,

---

<sup>57</sup> ŠKODA J., VAVERA F., ŠMERDA R., *Zákon č. 273/2008Sb. o Policii České republiky*, 2. vydání, 2013, str. 200 – str. 205

- d) vrhací prostředek mající povahu střelné zbraně podle jiného právního předpisu s dočasně zneschopňujícími účinky,
- e) vrhací prostředek, který nemá povahu zbraně podle § 56 odst. 5,
- f) zastavovací pás, zahrazení cesty vozidlem a jiný prostředek k násilnému zastavení vozidla nebo zabránění odjezdu vozidla,
- g) vytlačování vozidlem,
- h) vytlačování štítem,
- i) vytlačování koněm,
- j) služební pes,
- k) vodní stříkač,
- l) zásahová výbuška,
- m) úder střelnou zbraní,
- n) hrozba namířenou střelnou zbraní,
- o) varovný výstřel,
- p) pouta,
- q) prostředek k zamezení prostorové orientace.

#### Hmaty, chvaty, údery a kopy<sup>58</sup>

V používání těchto technik by měl být každý policista vyškolen, aby věděl, jak techniku správně provést, aby nebyla pachateli způsobena újma zřejmě nepřiměřená povaze a nebezpečnosti jeho protiprávního jednání.<sup>59</sup>

---

<sup>58</sup> Metodická příručka č. 1/2017 ředitele ředitelství služby pořádkové policie Policejního prezidia České republiky k používání donucovacích prostředků a zbraně příslušníky Policie České republiky, str. 14

<sup>59</sup> NOVOTNÝ, F., a kol., *Trestní zákoník 2010*, Praha 2010, str. 98 – str. 110

## **Hmaty**

Hmat je technický pohybový prvek, jehož účelem je způsobit bolest útočící osobě. Mezi hmaty patří jakékoliv uchopení působící bolest, páky na kloubní spojení končetin a tlaky na vitální místa lidského těla. Policista využije hmatu z důvodu působit bolest na část lidského těla a omezit či ukončit pohybovou aktivitu soupeře. Uvedený hmat se využívá nejlépe po navolnění útočící osoby úderovou technikou.

## **Chvaty**

Chvat je bojová technika, jejímž účelem je znehybnění útočící osoby. Na rozdíl od hmatu zde není účel působit bolest, ale útočící osobu blokovat. Jedná se o techniky porazů, podmetů, přehozů.

## **Údery**

Úder je útočná technika, která je prováděna pažemi. Úder se rozeznává podle toho, jakým směrem je veden a jaká úderová plocha zasahuje cíl.

### Úder

#### a.      přímý

Přímý úder neboli direkt je prováděn vystrčením paže vpřed směrem k protivníkovi se sevřenou pěstí nebo patkou dlaně, kdy uvedená patka dlaně míříme na bradu, obličej (nos) a hrudník.

#### b.      boční

Obloukový úder neboli hák je prováděn po oblouku ze strany. Jedná se o silnější úder než úder přímý, jelikož jsou zapojeny také zádové svaly a rameno. Údery míříme na spodní čelist, lící kost a žebra.

## Úderové plochy

- a. přední strana zavřené pěsti – jedná se o kloub ukazováku a prostředníku
- b. hřbet ruky
- c. malíková hrana sevřené pěsti – jinak řečeno kladivo
- d. malíková hrana otevřené dlaně
- e. vnitřní hrana ruky
- f. miska dlaně
- g. loktem i předloktím

## **Kopy**

Kop je útočná technika, která má oproti úderu silnější účinek a delší dosah. Policie uvedené kopy využívá a směřuje na dolní a střední pásmo útočící osoby, jelikož je omezen ústrojí i výzbrojí.

### Kop

- a. přímý

Přímý kop je směřován na protivníkovi slabiny, stehna nebo břicho. Policista provede kop z náprahu zvednutého kolene a poté vystrčením nohy vpřed. Při tomto kopu je úderovou plochou celá plocha chodidla.

- b. obloukový

Obloukový kop se využívá především do oblasti nohou. Cíle kopu jsou kolenní šlachy nebo stehenní sval. Kop je veden obloukem shora směrem dolů, kdy cílem je narušení stability útočící osoby. Úderovou plochou obloukového kopu je nárt, dolní část holeně nebo špička boty.

- c. kop kolenem

Kop kolenem je policistou prováděn, pokud je útočící osoba již v blízkém kontaktu. Při tomto kopu je důležitá práce boků a horních končetin. Úderovou plochou je samozřejmě koleno.



## Úderové plochy

- a. špička boty
- b. nárt
- c. pata
- d. koleno
- e. holeň
- f. chodidlo - celá podrážka boty<sup>60</sup>

Policie také využívá různé druhy pák, znehybňujících a odváděcích technik.

## Páčení

Páčení je takový pohyb, při kterém je kloubní část těla útočící osoby uváděna do bolestivé polohy. Policista využije páčení na část kloubů horní končetiny útočící osoby, díky kterému je osoba svedena na zem, další pákou policista připravuje osobu do poutací polohy, kde ji spoutá a následně jej pod pákou odvede.

Důležitý prvek, který je nutno udělat před nasazením páky, je navolňovací úder či kop.

Obecné podmínky použití donucovacího prostředku uvedeno v ustanovení § 53, **zákon o Policii ČR – Použití zbraně:**<sup>61</sup>

Policista je oprávněn použít donucovací prostředek k ochraně bezpečnosti své osoby, jiné osoby nebo majetku anebo k ochraně veřejného pořádku.

Před použitím donucovacího prostředku je policista povinen vyzvat osobu, proti které zakročuje, aby upustila od protiprávního jednání s výstrahou, že bude použito donucovacích prostředků. To neplatí v případě použití prostředku k zabránění odjezdu

---

<sup>60</sup> Metodická příručka č. 1/2017 ředitele ředitelství služby pořádkové policie Policejního prezidia České republiky k používání donucovacích prostředků a zbraně příslušníky Policie České republiky, str. 14

<sup>61</sup> ŠKODA J., VAVERA F., ŠMERDA R., *Zákon č. 273/2008Sb. o Policii České republiky*, 2. vydání, 2013, str. 206 – str. 208

vozidla. Od výzvy s výstrahou lze upustit v případě, že je ohrožen život nebo zdraví osoby a zákrok nesnese odkladu.<sup>62</sup>

### 8.3 Využívané bojové styly u Policie České republiky

Mezi nejčastější bojové styly, které se využívají ať už na Základní odborné přípravě policie, či v praxi, patří zejména box, karate, aikido, judo, kickbox, krav maga, zápas a jiu jitsu.

- BOX

Techniky využívané v policejní praxi jsou zaměřeny pouze na kvalitní provedení úderových pěstních technik, technik blokování horní části těla spolu s horními končetinami a bojovém střehu. Avšak nejde pouze jen o správné provedení pěstní techniky. Téměř u každého úderu je třeba správná práce s boky, protože úder není veden pouze z horní končetiny, ale také z boků, díky kterým je pěstní technika rychlejší a silnější. Hlavní úderovou plochou jsou klouby ukazováku a prostředníku. Z vlastní praxe musím uznat, že vydržet 3 minutové kolo s rukama v oblasti hrudníku a hlavy, je velice náročné. Proto je třeba výcvik provádět často a opakovaně.

- KARATE

Zpracovatel „práce“ disponující osobní zkušeností v oblasti několikaletého provozování tohoto bojového sportu popisuje, že využití zkušeností z výcviku karate v policejní praxi jsou především rychlé postřehy, umět reflexně zareagovat na nečekaný útok osoby, pokud je situace již nějakým způsobem vyhocena, postavit se již do výhodného bojového postoje, ze kterého lze reagovat na útočnickovo další jednání. Další výhodou z pohledu zpracovatele je celková flexibilita těla. Policista v rámci plnění úkolů v pořádkové činnosti sice v policejní uniformě a s předepsanou výzbrojí mnoho technik karate nesvede, avšak zastavovací kop, navolňovací kop a další techniky kopů jsou díky tréninku karate jednodušší. Avšak nejde pouze o techniky kopů, protože také úderové i krycí techniky jsou v tomto bojovém sportu kvalitou. Jediná nevýhoda karate oproti policejní praxi je jeho náročný výcvik, který trvá několik let k jeho zdokonalení.

---

<sup>62</sup> ŠKODA J., VAVERA F., ŠMERDA R., *Zákon č. 273/2008Sb. o Policii České republiky*, 2. vydání, 2013

- AIKIDO

Techniky aikida jsou pro Policii České republiky velice příbuzný, jelikož aikido je také zaměřené na techniky páčení v boji zblízka. Avšak aby policista dosáhl kvalitních výsledků v zamezení pasivního či aktivního útoku nebezpečných pachatelů, je třeba tyto techniky neustále procvičovat a opakovat, protože náročnost těchto technik je vysoká a klade důraz na správné provedení. Pokud policista dokonale ovládne techniky páčení, přidá k tomuto vhodně zvolený úder či kop, má obrovskou výhodu.

- JUDO

Judo je pro policistu efektivní až ve chvíli, kdy se útočící osoba dostala do velice těsné kontaktní blízkosti a již nelze proti ní využít žádné techniky kopů či úderů. Proto se policista učí technikám, jako jsou pádové techniky, kdy policista musí umět dopadnout takovým stylem, aby si neublížil a mohl z tohoto pádu velice rychle zpět na nohy a reagovat na další situaci. Dále se policista učí techniky hodů a strhů, využívané na výcviku ZOP (Základní odborné přípravě)<sup>63</sup>, kde je instruktory připravena modelová situace s agresivní osobou, kterou je třeba pomocí techniky strhu svést na zem a poté jej spoutat. Techniky strhů je několik, avšak nejdůležitější je tzv. svedení za hlavu. Policista uchopí agresivní osobu za hlavu takovým stylem, aby mu neublížil. Jelikož je hlava hlavní centrum těla, je zde určité přísloví: „Kam jde hlava, tam jde tělo“. Tudíž ať už policista svede agresivní osobu za hlavu směrem dozadu, či na bok, tělo ihned hlavu následuje, osoba nemá šanci zareagovat, ani se bránit.

- ZÁPAS

Využití zápasu u policie je prosté. Jakmile se k policistovi dostane útočník takovým způsobem, že jej, ať už v postoji či na zemi, již drží za uniformu či jakoukoliv součást výstroje, policista se musí ze sevření útočníka dostat nebo naopak jej dostat do takové pozice, že již nebude klást aktivní či pasivní odpor. Jelikož se jedná o nejstarší sportovní odvětví vůbec, tak se ze zápasu postupem času vznikaly další nová bojová umění či bojové sporty, jako jsou již uvedené judo či grappling.

---

<sup>63</sup> ZOP – poskytování policistům zaměřené vzdělání v oboru bezpečnostně-právní činnost formou odborného vzdělávání  
Dostupné z WWW: <[Informace k základní odborné přípravě \(ZOP\) - Policie České republiky](#)>

- KICKBOX

Kickbox má své uplatnění hlavně u speciálních složek, jelikož tyto složky mají mnohem více časového prostoru trénovat tento styl a také lepší podmínky a vybavenost výcvikových prostorů (rukavice, chrániče, lapače úderů i kopů, boxovací pytle). Při výcviku donucovacích prostředků na ZOP nás instruktoři trénovali ve správné umístění kopů na spodní pásmo, zejména na vnitřní i vnější stranu stehna či lýtko, ale také na správné provedení pěstních úderů, které na rozdíl od karate jsou vedeny také obloukem, stejně jako u boxu. Kickbox patří k neoblíbenějším bojovým sportům u speciálních jednotek Policie České republiky. Moje vlastní zkušenost s kickboxem není příliš pozitivní, jelikož učit kopy a údery člověka, který se celé mládí učil technikám karate, není příliš jednoduché. Avšak věřím, že častěji trénovat tyto techniky, dá se to zvládnout.

- KRAV MAGA

Krav maga patří spolu s kickboxem mezi nejoblíbenější a nejefektivnější bojové styly využívané u bezpečnostních složek. Krav maga je zaměřena na boj zblízka proti jednomu či několika protivníkům beze zbraně i se zbraní. U policie je trénována za účelem zkvalitnění výcviku donucovacích prostředků. Například v roce 2019 prošli Pohotovostně-eskortní oddělení Pardubice, policisté Odboru cizinecké policie Pardubice a jiné výcvikem v bojovém systému krav maga. Výcvik byl zaměřen na použití dlouhé střelné zbraně. Jedná se o situace, kdy policista, který je vyzbrojen dlouhou střelnou zbraní, je napaden útočníkem, který drží v ruce nůž, sekeru, tyč nebo skleněnou láhev. Vzhledem k tomu, že takový útok je často vedený z bezprostřední blízkosti, bývá nečekaný a rychlý, policista v této situaci prostě nestihne použít dlouhou střelnou zbraň primárně ke střelbě, ale použije ji jako prostředek sebeobranu.<sup>64</sup>

Avšak v tomto bojovém systému se nejedná pouze o sebeobranu policisty se zbraní, ale také beze zbraně. Útočící osoba může použít nůž, skleněný střep či jiný bodný nebo sečný předmět držící v ruce a policista je cvičen k tomu, jak zareagovat a zneškodnit útočníka pomocí páky na ruku nebo vyražení předmětu z ruky pomocí úderu či kopu.

- JIU-JITSU

Tento rozsáhlý bojový styl z Japonska má také velkou zásluhu na tom, jakým stylem současná sebeobrana Policie České republiky funguje, jelikož jiu-jitsu využívá

---

<sup>64</sup> KRAV MAGA

Dostupné z WWW: < [Zaměřili se speciální techniky - Policie České republiky](#) >

techniky hodů, techniky páčení, techniky úchopů i techniky úderů. Policisté se během výcviku učí využívat rozumové řešení v konfliktu, čímž se naučí maximálně efektivnímu pohybovému řešení v sebeobraně situaci. Jiu-jitsu řeší téměř všechny střetné situace v boji beze zbraně.<sup>65</sup> Je to styl připravující osoby na boj proti jednomu či více útočníkům. Jiu-jitsu má jednu hlavní poučku: „*Ustup, jsi-li tlačěn, přístup, jsi-li tažen*“.

**Hmaty, chvaty, údery i kopy u Policie České republiky vznikly spojením technik z několika bojových umění, jako například:**

- **Karate, které upřednostňuje údery zavřenou pěstí, malíkovou hranou jak sevřené pěstí, tak otevřené dlaně. Karate využívá kopy přímé, boční, obloukové i kopy kolenem.**
- **Kickbox, který se zaměřuje hlavně na kopy přímé, kopy kolenem, obloukové kopy.**
- **Thaibox, které k úderům z karate přidává údery loktem. Techniky thaiboxu jsou komplexní, využívá celkově horní i dolní končetiny.**
- **Judo, které se soustředí na různé klinče, podmety, souboj na zemi, umět správným způsobem dopadnout na zem a neublížit si.**
- **MMA, které přidává různé páky na ruce, nohy, souboj ve stoji v klinči.**
- **Krav maga, která simuluje reálné situace proti jednomu nebo několika protivníkům, kteří mají zbraň bodnou, sečnou, střelnou a jiné.**
- **Jiu-jitsu, které je hlavním zdrojem vytvoření některých shora uvedených bojových umění, jako je judo, karate, aikido a jiné. Základem tohoto stylu jsou údery, hody, páčení a úchopy.**
- **Zápas, stejně jako jiu-jitsu je hlavní zdroj vytvoření v této práci uvedeného bojového umění jako je judo či bojového sport jako je grappling. Základem tohoto stylu je správné uchopení protivníka, jeho kontrolu ať už v postoji či na zemi.**

---

<sup>65</sup> JIU JITSU

Dostupné z WWW: < [Co je to Jiu-Jitsu?](#) > ČUDK ([cudk.cz](#))>

## 9 Okolnosti vylučující protiprávnost

Každý zájemce o bojové sporty a bojová umění by se měl seznámit s některými paragrafy trestního zákoníku. Znalosti hmatů a chvatů nám při napadení dávají určitou výhodu k jeho odvrácení než člověku bez znalostí bojových umění. V případě, že se osoba dostane do takové situace a ovládá prvky bojových umění, bude na ni přihlíženo přísněji než na osobu, která tyto znalosti nemá.

Okolnosti vylučující protiprávnost znamenají, že skutek, který by byl za normálních okolností posuzován jako trestný čin, a ten, kdo takový skutek spáchá, by byl potrestán, je za splnění určitých podmínek beztrestný.

Z právní taktické a technické upotřebitelnosti využití bojových sportů v rámci tzv. „okolností vylučujících protiprávnost“ dle jednotlivých ustanovení zákona č. 40/2009 Sb., trestního zákoníku, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „**trestní zákoník**“):

### 1. Krajní nouze – viz aplikace ustanovení § 28 „trestního zákoníku“

Čin jinak trestný, kterým někdo odvrací nebezpečí přímo hrozící zájmu chráněnému trestním zákonem, není trestným činem.

Nejde o krajní nouzi, jestliže bylo možno toto nebezpečí za daných okolností odvrátit jinak anebo způsobený následek je zřejmě stejně závažný nebo ještě závažnější než ten, který hrozil, anebo byl ten, komu nebezpečí hrozilo, povinen je snášet.

### 2. Nutná obrana – viz aplikace ustanovení § 28 „trestního zákoníku“

Čin jinak trestný, kterým někdo odvrací přímo hrozící nebo trvajícím útokem na zájem chráněný trestním zákonem, není trestným činem.

Nejde o nutnou obranu, byla-li obrana zcela zjevně nepřiměřená způsobu útoku.

### 3. Přípustné riziko – viz aplikace ustanovení § 31 „trestního zákoníku“

Trestný čin nespáchá, kdo v souladu s dosaženým stavem poznání a informacemi, které měl v době svého rozhodování o dalším postupu, vykonává v rámci svého zaměstnání, povolání, postavení nebo funkce společensky prospěšnou činnost, kterou ohrozí nebo poruší zájem chráněný trestním zákonem, nelze-li společensky prospěšného výsledku dosáhnout jinak.

Nejde o přípustné riziko, jestliže taková činnost ohrozí život nebo zdraví člověka, aniž by jí byl dán k ní v souladu s jiným právním předpisem souhlas, nebo výsledek, k němuž směřuje, zcela zřejmě neodpovídá míře rizika, anebo provádění této činnosti zřejmě odporuje požadavkům jiného právního předpisu, veřejnému zájmu, zásadám lidskosti nebo se příčí dobrým mravům.

Toto ustanovení tzv. „*ex lege*“ upravuje například pořádání sportovních soutěží. Bezmála každý bojový sport má své soutěže, kde dochází ke kontaktu a zranění jsou zde velmi častá. Proto je zde přípustné riziko, kde by závodníci měli v rámci zápolení vzít v úvahu, že mohou být případně zraněni. Ale nemohou následně např. uplatnit trestní oznámení za ublížení na zdraví proti bojovníkovi, s nímž v zápase k úrazu došlo. To vše musí být samozřejmě v rámci pravidel, která nesmí odporovat zásadám lidskosti a na jejichž dodržování dohlíží rozhodčí a pořadatelé.<sup>6667</sup>

---

<sup>66</sup> PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., str. 121 – str. 124

<sup>67</sup> NOVOTNÝ, F., a kol., *Trestní zákoník 2010*, Praha 2010, str. 98 – str. 110

## Závěr

Na základě praxeologických zkušeností zpracovatele „práce“ lze poukázat k nedostatku zájmu v rámci neformálně uskutečněných rozhovorů, směřovaných k osloveným příslušníkům „policie“, vykonávajících služební činnost tzv. „přímé bezpečnostní povahy“ na jednotlivých, místně a věcně příslušných základních útvarech Policie ČR Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje, konkrétně obvodního oddělení Krásné Březno, obvodního oddělení Neštětice a obvodního oddělení Ústí nad Labem – město o to, jaká je fyzická připravenost příslušníků „policie“ do výkonu služby.

Hlavní ambicí obsahové části „práce“ je demonstrovat obecné charakteristiky bojových umění, bojových sportů a bojových systémů, aby si cílená skupina zájemců o bojové sporty či bojová umění uvědomila, že nejde pouze o to udeřit protivníka správně, zvládnout techniky obrany, ale také z čeho uvedený bojový styl vznikl, jakou má historii a které techniky byly převzaty do výcviku u „policie“. Je zde popsán také komparativní rozdíl mezi bojovým sportem a bojovým uměním. Z hlediska praxeologických zkušeností zpracovatele „práce“ a neformálně uskutečněných rozhovorů s příslušníky Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje, konkrétně z obvodního oddělení Krásné Březno a obvodního oddělení Neštětice, lze poukázat na to, že výcvik je důležitý nejen pro procvičení celého těla, flexibilitu a reflex, ale také pro fyzickou a psychickou pohodu. Následně byly provedeny neformální rozhovory na policejních útvarech Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje, a to obvodních oddělení, speciální pořádkové jednotky, dopravního inspektorátu, oddělení hlídkové služby města Ústí nad Labem, kde se zpracovatel „práce“ osobně tázal příslušníků „policie“, kteří vykonávají služební činnost tzv. „přímé bezpečnostní povahy“, jak na tom jsou po fyzické stránce a co by změnili v připravenosti do výkonu služby tzv. „přímé bezpečnostní povahy“. Bohužel současná situace není nejlepší. V rámci empirických zkušeností zpracovatele „práce“ lze v rámci neformálního dotazování, směřovaného k osloveným příslušníkům „policie“, konkrétně z obvodního oddělení Krásné Březno, obvodního oddělení Neštětice, obvodního oddělení Ústí nad Labem – město zaznamenat s ohledem ke zkoumané tematické oblasti subjektivní výhrady, týkající se existence tzv. „minimální výcviku“. Zpracovatel „práce“ vykonával služební činnost tzv. „přímé bezpečnostní povahy“ v rámci místně a věcně příslušné policejní součásti na oddělení hlídkové služby v Ústí nad Labem, na obvodním oddělení Krásné Březno, poté na 2. oddělení obecné kriminality v Praze, kdy výcvik sebeobrany byl na základě osobních osobně empiricky ověřených praxeologických zkušeností zpracovatele „práce“ maximálně 2-3x ročně. Poté, co přišla



krize s nemocí Covid-19, byly posilovny, bazény, sportovní haly a jiná zařízení technicky uzavřeny. Nejen ze zkušenosti zpracovatele „práce“, ale i zkušenosti shora neformálně dotazovaných příslušníků „policie“, vykonávajících služební činnost tzv. „*přímé bezpečnostní povahy*“ v rámci policejních útvarů krajského ředitelství policie Ústeckého kraje byly takové, že nebyla možnost trénovat jinde, než doma, z tohoto důvodu vykazovala kvalitativní stránka připravenosti zcela neoddiskutovatelně klesající tendenci. Z hlediska tréninkového procesu lze dle názoru zpracovatele „práce“ výše uvedenou objektivní okolnost hodnotit jako negativní, jelikož obecně řečeno „*čím méně výcviku, tím horší připravenost do služby*“. Nebýt osobního zájmu zpracovatele prohlubovat zkušenosti z různých bojových stylů, necítil by se být rovněž tzv. „optimálně“ připraven do výkonu služby.

„Práce“ taktéž subsidiárně demonstruje, jaký vliv má historie i současnost bojových stylů na připravenost „policie“. Příslušník „policie“ z hlediska zkušeností bojových sportů, umění i systémů dokáže zvládnout nejen různé stresové situace díky opakujícímu se tréninku, umět rozhodnout se pod tlakem, vyhodnotit krizovou situaci a poté jednat, ale také díky zkušenostem po fyzické stránce, jako například využít různé techniky ke zneškodnění pachatele či obraně proti němu, dopadení pachatele. Příslušník „policie“ si také přenesl z různých druhů bojového sportu smysl pro pravidla, které stejně jako při zápase, je nutno respektovat a dodržovat. Zkušenosti si příslušník „policie“ bere nejen z bojových sportů, ale také z bojového umění, kdy v bojovém umění existuje určitý respekt žáka a mistra, což také příslušník „policie“ dělá vůči svému nadřízenému. Avšak i výkon služební činnosti přímé bezpečnostní povahy příslušníka „policie“ ve službě je provázán tímto uměním, ač si to ani neuvědomujeme. Příslušník „policie“ má určité základní povinnosti vyplývající ze „zákona o policii ČR“, konkrétně § 9 – zdvořilost, kdy je příslušník „policie“ povinen dodržovat pravidla zdvořilosti, dbát cti, vážnosti a důstojnosti osob i své vlastní.<sup>68</sup>

Sport je nedílnou součástí života zpracovatele „práce“, jehož cílem je stát se bojovým instruktorem u „policie“, odborně připravovat začínající příslušníky „policie“ na výkon do služby, ovládnout techniky útoku i sebeobrany a nebát se během výkonu služby v mezích zákona aktivně překonávat tzv. „aktivní“ či „pasivní“ odpor útočníka. Avšak nejedná se pouze o nově příchozí příslušníky „policie“, ale i zpracovatel „práce“ by z vlastní iniciativy tzv. „frontálněji“ trénoval techniky sebeobrany a zdokonalil se.

---

<sup>68</sup> ŠKODA J., VAVERA F., ŠMERDA R., *Zákon č. 273/2008Sb. o Policii České republiky*, 2. vydání, 2013

Pojmout připravenost do výkonu služby takovým stylem, aby příslušníka „policie“ daná problematika zaujala a popřípadě se dobrovolně ve svém volném čase věnoval jakémukoliv druhu bojového umění, sportu či systému. Zpracovatel „práce“ z důvodu obohacení teoretických částí dále taktéž subsidiárně směřoval neformální dotazování k zájmově osloveným příslušníkům „policie“, zařazených v rámci obvodních oddělení Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje s tím, že detekoval negativní názorové spektrum vztahující se k stavu jejich současné fyzické připravenosti do služby. Připravenost po fyzické i psychické stránce je pro příslušníky „policie“, kteří vykonávají služební činnost tzv. „*přímé bezpečnostní povahy*“ důležitá, zejména z důvodu jejich faktické schopnosti pohotově zareagovat v jakýchkoliv situacích a nebyli při tom případně zraněni. Pro názornost bude práce graficky a ilustrativně obohacena o užití kvantitativní ukazatele, eklekticky reflektující četnost užití vybraných donucovacích prostředků, a to „*hmaty, chvaty*“ a „*kopy, údery*“ uvedených v aplikaci ustanovení § 52 písm. a) „zákona o policii ČR“ na příslušných útvarech Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje, konkrétně obvodních oddělení ve městě Ústí nad Labem, dopravního inspektorátu města Ústí nad Labem, služby kriminální policie a vyšetřování města Ústí nad Labem a oddělení hlídkové služby Ústí nad Labem.

## Seznam použitých zdrojů

### Literární zdroje

1. BITTNER, R. *Příprava k použití donucovacích prostředků*. Praha, 2010., ISBN: 80-85317-22-2
2. CRUDELLI, CH. *Cesta bojovníka: bojová umění a bojové techniky z celého světa*. Praha: Mladá fronta, 2011. ISBN: 978-802-0422-484
3. DOVALIL, J. a kolektiv *Výkon a trénink ve sportu*. Praha, 2002., ISBN: 80-7033-760-5
4. HRAZDÍRA, I. a kolektiv. *Základy metodiky výcviku a taktiky služebních zákroků*, Praha, 1996., ISBN: 80-85981-25-4
5. LYNN, J.A. *Battle: A history of combat and culture*. New York: Basic books, 2008. ISBN: 0-8133-3372-5
6. MACEK, P. *Systém vzdělávání četníků v období 1. republiky*. Praha, 2006., ISSN: 1801-8211
7. MACEK, P., UHLÍŘ, L. *Dějiny policie a četnictva I*. Praha, 1997., ISBN: 80-85821-52-4
8. MACEK, P., UHLÍŘ, L. *Dějiny policie a četnictva II*. Praha, 1999., ISBN: 80-902670-0-9
9. MACEK, P., UHLÍŘ, L. *Dějiny policie a četnictva III*. Praha, 2001., ISBN: 80-86477-01-0
10. NOVÁK, J., *Sebeobrana MS-1, Díl I.*, Praha 2014, ISBN: 80-85317-28-1
11. NOVOTNÝ, F., a kolektiv. *Trestní zákoník 2010*, Praha 2010., ISBN: 978-80-7317-084-4
12. PAVELKA, R., STICH, J. *Vývoj bojových sportů*, Praha: Karolinum, 2012., ISBN: 978-80-246-2018-3
13. SVOBODA, S. a kolektiv. *Encyklopedie bojových umění a sportů*. Praha, 2012., ISBN: 978-80-204-2852-3
14. ŠKODA, J., VAVERA, F., ŠMERDA, R. *Zákon o policii s komentářem 2. vydání*, Plzeň 2013., ISBN: 978-80-7380-447-3
15. VÍT, M., REGULI, Z. CHVÁTALOVÁ, J. *Základy osobní sebeobrany*. Brno: Masarykova univerzita, 2012. ISBN: 978-80-210-5784-5
16. WEINMANN, W., *Lexikon bojových sportů: od aikida k zenu*, Praha: Naše vojsko, 2010. ISBN: 978-80-206-1138-3

## **Ostatní zdroje**

1. Metodická příručka č. 1/2017 ředitele ředitelství služby pořádkové policie Policejního prezidia České republiky k používání donucovacích prostředků a zbraně příslušníky Policie České republiky

## **Seznam zkratek**

MCS – Military Combat System

MMA – Smíšená bojová umění

SNB – Sbor národní bezpečnosti

ZOP – Základní odborná příprava

## **Seznam tabulek a příloh**

- I. Příloha č. 1 - Vypracovaná tabulka užití donucovacích prostředků na útvarech  
Policie České republiky ve městě Ústí nad Labem.....63

## Přílohy

Příloha č. 1

<b>Počet užití donucovacích prostředků (hmaty, chvaty a kopy, údery) v rámci Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje za rok 2022 příslušníků „policie“ proti pachatelům, konkrétně ve městě Ústí nad Labem (ÚL)</b>	
OOP Neštětice	19
OOP Ústí nad Labem	63
OOP Krásné Březno	30
OOP Střekov	5
OOP Všebořice	9
OOP Chlumec	15
OOP Trmice	10
1. OOK SKPV ÚL	0
2. OOK SKPV ÚL	1
Oddělení hlídkové služby ÚL	2
Dopravní inspektorát ÚL	0

Zdroj vlastní<sup>69</sup>

<sup>69</sup> Tabulka – Počet užití donucovacích prostředků za rok 2022 ve městě Ústí nad Labem – vlastní zdroj