PŘÍSPĚVEK K HISTORII GYMNASTICKÉHO PŘESKOKU OD PADESÁTÝCH LET DO SOUČASNOSTI

CONTRIBUTION TO HISTORY OF GYMNASTIC VAULTING SINCE THE 50'S

G. Bago

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a sportu

ABSTRACT

The aim of this thesis was to map the development of vaulting gymnastic apparatus and gymnastic vaults on this apparatus. Vaulting apparatus itself has not changed much during the last fifty years. One of the changes concerns using better and advanced materials. There has been a change in adjustable height of a vaulting horse. The most significant changes could be watched recently, as the classical vaulting horse is being replaced by a brand new type of vaulting apparatus. New materials and technologies are now used for making springboards. The first considerable step forward was the setting of "REUTHER" type springboard, which highly improved the possibilities of one's taking off. Another progress has recently been a new "Reuther" type board with exchangeable springs which enables adaptations to the weight and abilities of each single trainee. Vaults over a horse have been through a more rapid development. There used to be two types of vaults – straight and inverted. Along with the improving of vaulting apparatus and better training conditions, more difficult types of vaults or brand new vaults came. Nowadays, sports gymnastics recognizes 5 groups of inverted vaults: reversal vaults, vaults with a somersault, cukahara type vaults, vaults after round off, and vaults after round off in the first flying phase. A new type of vaulting apparatus has come out recently. It enables much stronger hand rebound to the second flying phase. This type is the same for both, men's and women's sports gymnastics. In the future, boards will enable higher rebounds and longer flights in the first flying phase thanks to advanced materials. Their multifunctional use will be improved – that is for example their use for various levels in a trainee's efficiency and their exact adaptation to a single gymnast. Better possibilities of taking off into the first flying phase and higher flight in the first flying phase will mean rising of the vaulting apparatus' height. Much better and stronger hand rebound supported by springs in new vaulting apparatus will enable making multiplied somersaults with reversals in the second flying phase. This ensures the vault taking part in various gymnastic competitions. From above you can see that the mapping of the last fifty years of the development of vaulting apparatus was successful. It shows the development of vaults as a sports event since athletic and gymnastic branches were divided.

Keywords: gymnastics; artistic gymnastics; historical development; apparatus; vault; exercises

SOUHRN

Cílem této práce bylo zmapovat vývoj gymnastického nářadí pro přeskok a gymnastických skoků na tomto nářadí. Vývoj přeskokového nářadí za posledních 50 let se příliš mnoho neměnil, pouze bylo používáno lepších a dokonalejších materiálů. Dále se upravovala horní odrazová plocha koně pro lepší odraz z rukou. V průběhu se zvyšovala i nastavitelná výška koně. K výrazným změnám došlo v současnosti, kdy nahradil klasického koně zcela nový typ přeskokového nářadí. U odrazových můstků bylo využíváno nových technologií a materiálů. Prvním výrazným posunem bylo zavedení odrazového můstku typu „Reuther“, který výrazně zlepšil odrazové možnosti. Dalším znatelným pokrokem v současnosti je můstek typu „Reuther“ s vyměnitelnými pružinami, který umožňuje přesně přizpůsobit můstek váze a schopnostem cvičence. Vývoj přeskoků přes koně prošel bouřlivější cestou. Před 50-ti lety se jednalo o dva typy přeskoků – přímé a převratové. Se zdokonalováním přeskokového nářadí a dokonalejším tréninkem přeskoků, přicházely obtížnější varianty skoků nebo zcela nové přeskoky. V současnosti závodní sportovní gymnastika rozeznává pět skupin převratových skoků: přeskoky s obraty, přeskoky se salty, přeskoky typu cukahara, přeskoky po rondatu a přeskoky po rondatu s obraty v první letové fázi. V dnešní době nastoupil zcela nový typ přeskokového nářadí, které umožňuje mnohem větší odraz z rukou do druhé letové fáze přeskoku. Tento typ je shodný jak pro mužskou, tak pro ženskou sportovní

gymnastiku. Můstky do budoucna budou umožňovat vlivem lepších materiálů vyšší odrazy a delší let v první letové fázi. Zároveň bude zvyšována jejich multifunkčnost, jako je například využití pro různé výkonnostní kategorie a přesné přizpůsobení cvičenci. Lepší možnosti odrazu do první letové fáze a vyšší let v první letové fázi podnítl další zvyšování výšky přeskokového nářadí. Mnohem lepší odraz z paží podpořený pružinami v novém přeskokovém nářadí umožňují v druhé fázi přeskoku provádět vícenásobná salta doplněná obraty. Tyto předpoklady zajišťují přeskoku do budoucna jeho místo v gymnastickém víceboji. Z uvedeného vyplývá, že se podařilo zmapovat posledních padesát let vývoje přeskoku jako sportovní disciplíny, tedy od doby, kdy se oddělila atletická část a gymnastika se vyprofilovala do současné podoby.

Klíčová slova: gymnastika; sportovní gymnastika; historický vývoj; nářadí; přeskok; cvičení

Úvod

Název sportovní gymnastika se u nás zavádí od roku 1951. V této době vrcholí poválečná krize sportovní gymnastiky u nás v důsledku snah o zrušení nářadového tělocviku. Po tomto roce se však začíná opět zvolna rozvíjet. Zavádí se systém výkonnostních tříd podle jednotné sportovní kvalifikace. Ze soutěží se v roce 1949 vypouštějí všechny lehkoatletické disciplíny. Sportovní gymnastika zvolna profiluje do podoby, tak jak ji známe dnes.

Od MS 1954 v Římě mají muži šestiboj /bradla, hrazda, kruhy, kůň na šíř, přeskok přes koně nadél a prostná/. Charakter ženských závodů je dán jinou volbou nářadí /bradla o nestejné výši žerdí, kladina, přeskok přes koně na šíř a prostná/.¹⁾ Nejříve se závodí v povinných i volných sestavách na každém nářadí.

V současnosti se závodí už pouze ve volných sestavách dle pravidel FIG a muži i ženy mají společné přeskokové nářadí – přeskokový stůl.

Historie přeskoků

„Přeskok patří k velmi starým pohybovým činnostem tělovýchovného charakteru. Byl zaznamenán v historii jako jedna z forem kulturní činnosti (krétsko - mykénská kultura) a z branných dovedností se vyvinul v oblíbený tělovýchovný prostředek, který měl nejbližší k užitým cvičením, překonávání překážky skokem.“²⁾ Disciplína původně sloužila k nácviku činnosti pro jízdu na koni (voltizování).³⁾ Již roku 1795 byl zaveden do německého tělocviku kůň. Původně měl tělocvičný kůň podobu živého. Dřevěné napodobeniny pro cvičení pocházejí už z doby římské.⁴⁾ „Postupně docházelo ke zjednodušení tvaru. Pohybový obsah se postupně rozdělil na cvičení na šíř a nadél (dnes přeskok). Eiselen zkonstruoval první odrazový můstek. Jejich vývoj vedl od pevných celodřevěných můstků k pružným překližkovým, k péroovým kovovým, až k dnešním můstkům typu Reuther.“⁵⁾

Přeskok v 50. letech 20. století

V této době, kdy u nás krystalizuje sportovní gymnastika ve formu závodních disciplín - šestiboj pro muže a čtyřboj pro ženy, se závodí v disciplíně přeskok (mužů i žen) jak v přímých přeskocích, tak

i převratových. Z přímých přeskoků to byly především roznožka, skrčka, schylka, letka, odbočka, přednožka a z převratových skoků kotoul vzklopno, přemet stranou, přemet vpřed, přemet vpřed se schýlením a prohnutím. V tomto období se jako závodní nářadí pro přeskok používal kůň (muži nadél, výška 135 cm, ženy na šíř, výška 120 cm). V nižších etapách výcviku sloužila k přeskoku také bedna a koza.

Přeskok v 60. letech 20. století

Pohybový obsah zůstával dlouho neměnný (roznožka, skrčka, zanožka, později přemet). Přeskok jako disciplína, byla v této době nejčastějším předmětem diskusí, jež sahaly až k základní otázce: být, či nebýt. Ke zrušení přeskoku ale bylo ještě daleko.⁶⁾ Poměrně nevelký repertoár přeskoků přes koně nadél byl v té době obohacen několika novými skoky. Patří k nim i „Jamašitův skok“, zvaný též podle svého vynálezce. Začátkem 60. let (přesněji 8. října 1961 na mezinárodním utkání v Tokiu, kde soutěžily družstva Japonska a tehdejšího SSSR) Japonce Jamašita provedl přemet vpřed schylmo s dohmatem na hřbet (bližší část nářadí) a s prohnutím v 2. letové fázi.⁷⁾ Jamašitův skok našel mnoho napodobitelů a bylo celkem jasné, že v blízké době se nevystačí s běžnými a dávno známými skoky. Jamašita udělal průlom a dal signál k dalším experimentům.

Z tehdejšího Sovětského svazu přicházely zprávy, že se zkoušely letkové skoky přes koně nadél u mužů a přes koně na šíř u žen s půlobraty a s celými obraty kolem podélné osy. V jiných zemích, jako v Polsku, dělali gymnasté pokusy s obraty kolem podélné osy v druhé letové fázi přemetu, podobné vrutu při skocích do vody.⁸⁾

Tento nový skok Japonce Jamašity v přeskoku ukázal gymnastům cestu, po které se mohli vydat hledat nové skoky. Potvrdilo to i mistrovství Evropy v Antverpách roku 1965, na němž V. Lisickij skočil letku dohmatem na krk s dvojným obratem.⁹⁾ Tokijská olympiáda v roce 1964 podnítila tvorbu nových a těžších prvků. Na přeskok se kromě známých skoků objevil i velmi obtížný skok: přemet – salto skrčmo. Skákal ho Albert Aznavurjan z Jerevanu už na mistrovství SSSR roku 1964.¹⁰⁾

Zřejmě mistrovství Evropy 1969 ve Varšavě přispělo k posílení pozice koně naděl. Zdá se, že stagnace, která se projevovala na MS v Dortmundu roku 1966 a na OH v Mexiku roku 1968, byla překonána. Objevuje se mnohem více skoků s obraty. V Dortmundu a v Mexiku byl proveden vždy pouze jeden skok s obratem. Naproti tomu varšavské finále představovalo znatelný pokrok, protože ze dvanácti skoků ve finále byly předvedeny tyto skoky: dvě letky, dva jamašity, jeden jamašita s dvojným obratem, jeden přemet schylmo, jeden přemet schylmo s celým obratem a jedna letka s dvojným obratem.¹¹⁾ Do roku 1969 předváděli tehdejší sovětské gymnasté Leontěv, Karasev aj. na větších závodech skok – přemet vpřed dohmatem na krk a obrat o 360° a později se skákal přemet vpřed dohmatem na krk s obratem o 180° a 1 ½ salta vzad.¹²⁾

V té době často probíhaly diskuse o hranicích lidských možností ve sportu a o úloze techniky při dosahování sportovních výkonů. Bouřlivý rozvoj, který v té době věda a technika prodělala, se odrazil i ve sportovní gymnastice, kde konstrukce nářadí zaznamenala zásluhou techniky velký krok vpřed. Zařazení pružného můstku typu Reuther místo dřívějšího pevného můstku umožnilo vytvoření nových, těžších skoků. V té době vyšel článek, ve kterém se V. Fedotov pokusil vyřešit problém modernizace gymnastického koně. Byl zastáncem názoru, že tehdejší gymnastický kůň nebyl dostatečně pružný a omezoval tréninkové možnosti, ale i snahu o ztížení skoků. Pokusil se tedy vytvořit odpruženého koně. Tělo koně se skládalo ze dvou rozebíratelných částí - pružící a dohmatové – spojených šrouby s pružinami a péry.¹³⁾

Roku 1967 vyšel v časopise *Gymnastika* článek od Vladimíra Proroka, ve kterém informoval čtenáře o novinkách z tehdejšího SSSR, kde byl na studijním pobytu. Jednou z nich byl můstek vyrobený z lyží „skoček“ – používal se hlavně pro nácvik přemetů zprosta vzad i s vícenásobnými obraty.¹⁴⁾ Protože bylo u nás obtížné lyže sehnat, byl tento typ můstku vyroben ze starého – pérového můstku. Stačila k tomu jen nepatrná úprava. Ubráním či naopak přidáním per se dala regulovat jeho pružnost. Způsob využití byl obdobný jako u můstku z lyží.¹⁵⁾

Přeskok v 70. letech 20. století

Dalším mezníkem je MS 1970 v Lublani, kde byl poprvé předveden skok – Cukahara – přemet stranou s půlobratem a 1 ½ salta vzad. Vývoj složitějších skoků pokračoval směrem dopředu. Na větších závodech v roce 1970 byly převážně ruskými (tehdy sovětskými) gymnasty předvedeny tyto volné přeskoky:

Jamašita, dohmatem na krk koně
Jamašita, dohmatem na hřbet koně
Letka, dohmatem na hřbet koně

Jamašita, dohmatem na krk koně s obratem o 180°
Přemet vpřed dohmatem na krk koně a 1 ½ salta vpřed

Přemet vpřed dohmatem na hřbet koně a 1 ½ salta vpřed

Letka, dohmatem na krk s obratem o 360°

Letka, dohmatem na hřbet s obratem o 360°

Cukahara, přemet vpřed dohmatem na krk s obratem o 360°

Přemet vpřed dohmatem na hřbet

Přemet vpřed schylmo, dohmatem na hřbet

Většina gymnastů tehdy předvedla přeskoky 1. – 4. správnou technikou, ale správnou techniku ostatních skoků zvládalo jen pár gymnastů.¹⁶⁾ V této době se objevil první skok, ve kterém se gymnasta obrací o 180° ještě před dohmatem na krk koně. Prvním, kdo tento přeskok předvedl v tehdejší SSSR byl A. Uglev pod vedením trenéra A. Safjanova. Jednalo se o skok s obratem o 180° před dohmatem na krk koně a 1 ½ salta vzad.¹⁷⁾

Na X. mistrovství Evropy v Grenoblu převládaly v přeskoku přemety vpřed s následným saltem vzad, resp. přemety stranou a salta vzad schylmo. U takových složitých skoků byly stále velkým problémem doskoky, takže zvládnutý doskok znamenal zřetelný posun v umístění. Pozoruhodný pokus o nový skok ukázal jeden z Angličanů, který skákal přemet vpřed s 2/1 obratem v první fázi letu, tedy před dohmatem. Tento skok zatím nezvládl, ale ukázala se tu možnost dalšího vývoje v přeskoku.¹⁸⁾

Výběr přeskoků na MS 1974 ve Varně byl ve srovnání s minulostí pestřejší, a také obtížnost se zvýšila, stejně jako nároky na techniku provedení. Zvýšila se i celková rychlost přeskoků. Jen několik málo družstev a jednotlivkyň zvládly novou techniku, která se projevovala hlavně pevným držením těla, které umožňuje jak využití maximálního odrazu paží a výraznější druhou letovou fázi, tak také snadnější provedení obrátů. Zvětšená rychlost rozběhu a celého přeskoků znesnadňovala doskok, který byl navíc ovlivněn nesprávnou technikou skoku. K nejčastěji prováděným přeskokům patřil:

Jamašita – byl sice bezvadně provedený, ale už působil chudě

Přemet vpřed s dvojným obratem – byl druhým nejčastějším skokem

Přemet vpřed s 1/1 obratem

Jamašita s jedním obratem

Přemet vpřed

Přemet stranou s ¾ obratem

Cukahara – byla uznávána obtížnost, ale byl podle názoru nehezským skokem

Jamašita s dvojným obratem – většinou nebyl správně proveden

Přemet stranou s dvojným obratem.¹⁹⁾

Další úspěchy v mezinárodních závodech ve sportovní gymnastice předpokládaly zvládnutí nových obtížných přeskoků, z nichž některé byly již předvedeny v minulých letech na olympijských hrách a mistrovstvích Evropy. Obtížnost se zvyšovala tím, že se zařazovaly přeskoky s obraty kolem podélné osy těla o 360° a více nebo salta, prováděná po odrazu rukama. Kromě toho začínali závodníci trénovat přeskoky, kde jsou salta spojována s obraty kolem podélné osy. Zatím se těchto skoků objevovalo málo, protože se závodníkům nedařilo zvládnout včas dokončení obratu nebo salta. Příčinou byla velmi krátká druhá letová fáze, která omezovala technické možnosti gymnastů při přeskocích.

Podle výsledků pokusů Semonova, Tolmačeva a Ivanova bylo zřejmé, že pro další zvýšení obtížnosti při přeskocích musela být prodloužena druhá letová fáze. Toho bylo možné dosáhnout zvýšením koně nebo zvětšením výšky letu po odraze. Při zlepšování techniky obrátů a salt by mohly závodnice předvádět přeskoky s obratem v druhé letové fázi o 720° a přemety spojované s různými salty, muži pak přeskoky s obraty o 1080° nebo navázaným saltem schylmo či skrčmo. Problémem ovšem je provést tak silný odraz, aby tělo získalo dostatečnou letovou rychlost. Může toho být dosaženo:

zvětšením rychlostní síly závodníka
zlepšením odrazové techniky
použitím koně se zlepšenou konstrukcí odrazové plochy
zlepšením podmínek odrazu rukama.²⁰⁾

Na OH v Montrealu roku 1976 předvedla Nelli Kimová v dokonalém technickém provedení originální přeskok. Gymnastka předvedla skok, který v té době nebyl zařazen do seznamu pravidel. Jednalo se o náskok do stoje na rukou s celým obratem, celý obrat a jeden a půl salta vpřed s celým obratem.²¹⁾

Jeden z nejobtížnějších skoků této doby byl – náskok do stoje a dvě a půl salta vpřed, který poprvé předvedl kubánský gymnasta J. Roche na mezinárodních závodech v Moskvě v dubnu 1979. Nejslabší komponentou Rocheova přeskoku byla odrazová technika. Při technicky správném provedení by mělo být tělo po odrazu rukou zcela napjaté.²²⁾

Přeskok v 80. letech 20. století

Vývoj přeskoků šel výraznou cestou – v r. 1980 Jurčenkova (SSSR) rondat s doskokem na můstek – skok vzad do stoje a salto vzad skrčmo s celým obratem.²³⁾ Tato varianta skoku naznačila, že v budoucnu bude vývoj v této disciplíně inklinovat ke skokům provedeným po rondatu na můstek. U rondatových skoků je ale nutné zvládnout pohybové akce na můstku s daleko větší horizontální rychlostí rozběhu, což umožní ve druhé fázi skoku

realizovat i složitější pohybové struktury (mnohonásobné rotace kolem podélné i příčné osy těla).²⁴⁾

Přeskok patří k neúspěšnějším gymnastickým disciplínám. V období, kdy se na vrcholových mezinárodních soutěžích vykonávaly stále složitější skoky charakteru vícenásobných rotací současně kolem podélné i příčné osy převážně v druhé letové fázi, mimořádně vzrůstaly nároky i na trénink přeskoků. Vzhledem k tomu, že při takto obtížných skocích se objevovala už možnost velkých zranění, bylo možné používat pomocné nářadí, které umožňovalo skoky ve zlehčených podmínkách. Poměrně časté bylo využívání malé trampolinky či současně dvou můstků na zlehčení odrazu. Tyto techniky se používají dodnes. Ještě málo se ale využívaly techniky na zlehčení odrazu pažemi a prodloužení trvání druhé letové fáze. Technikami usnadňujícími odraz pažemi a zvyšující pružnost odrazového koně byla pružná podložka pod nohy koně od V. M. Smirnova a V. V. Stepanova. Dále pak pružná pneumatická poduška od F. Mamedova a amortizační zařízení na koně od E. S. Fakejeva.²⁵⁾

Úplnou novinkou této doby byl tedy přeskok po rondatu, který byl experimentálně povolen pro sezónu 1982 – 1983. Tento druh přeskoků byl velmi náročný a nemůže si ho dovolit každá závodnice. Byl určený jen těm, které k tomu mají předpoklady:

musely být dobrými skokankami
musely umět přímý a účinný rondat
musely mít přiměřenou sílu v pažích a ramenou
musely mít dobrou prostorovou orientaci.²⁶⁾

Na mistrovství světa 1985 v Montrealu bylo nejproblematictější provedení povinného přeskoků cukahara skrčmo. Většina gymnastek se dopouštěla technických chyb v druhé letové fázi skoku. Z volných sestav na přeskok volila většina gymnastek cukaharu prohnuté s 2/1 obratem. Pouze závodnice tehdejšího SSSR zvolily skok po rondatu na můstek. Získaly tak čistý dohmat vzad a dobrou výchozí pozici pro obrat. Celý skok po rondatu dělal lepší dojem, než tentýž skok v klasickém provedení. Za zmínku stojí také „Cuervo“ v provedení závodnice bývalého NDR Kerstenové, kde byla jasně znatelná přemetová fáze, která bývá pro mnohé závodnice obtížná.²⁷⁾

Od dalšího mistrovství světa, které se konalo roku 1987

v Rotterdamu, se používal na koni na přeskoků nástavec, který byl upevněn na horní ploše koně a měl chránit zápěstí od tvrdých nárazů. V dalších letech se odborníci zabývali dalším vývojem nářadí, zejména v používání nových materiálů.²⁸⁾

Na mistrovství světa roku 1983 v Bukurešti poprvé předvedla nový druh přeskoků N. Jurčenkova. Jednalo se o jeden a půl salta vzad skrčmo s dvojným obratem po rondatu na můstek. V té době už prováděly přeskoky po rondatu skoro

všechny nejlepší cvičenky a ukázalo se, že i do budoucna bude perspektivnější než přeskoky po přímém náskoku na můstek. Přeskok po rondatu na můstek nutně předpokládá zvládnutí přeskoku po přímém náskoku na můstek (přemet, rondat, cukahara) a rovněž základních akrobatických prvků, hlavně rondatu a přemetu vzad.²⁹⁾

Technickou zajímavostí, která se objevila během roku 1986 na mistrovství Evropy juniorů Karlsruhe v bývalém NSR bylo realizování skoků cukaharového charakteru odrazem jedné paže. Část závodníků používala k odrazu paže bližší k můstku a část závodníků vzdálenější paži bez výrazného rozdílu v kvalitě skoku. Zdálo se, že tento faktor nebyl rozhodující pro kvalitu skoku.³⁰⁾ Od roku 1986 většina gymnastů inklinovala ke skokům po rondatu na můstek. Zdá se, že další vývoj v budoucnosti zůstane u rondatových skoků, ale bude nutné zvládnout pohybové akce na můstku s daleko větší horizontální rychlostí rozběhu, což umožní v druhé fázi skoku realizovat i složitější pohybové struktury (vícenásobné rotace kolem podélné i příčné osy těla).³¹⁾

Nový přeskok předvedla ve finále XI. ročníku Poháru Grunwaldu v polském Olštýnu roku 1988 domácí závodnice Mrozová. Předvedla přeskok – rondat s obratem o 180° a přemet vpřed s ½ salta vpřed skrčmo. Byl to velmi kvalitní výkon, který vybočoval z průměrné úrovně závodu.³²⁾

Přeskok v 90. letech 20. století

V té době šel neustále vývoj dopředu. Vědci se zabývali novými a novými možnostmi, které by gymnastům usnadnily a zlehčily provedení jejich obtížných cvičebních prvků. Vzhledem k tomu, že bylo trendem cvičit náročnější pohybové struktury (např. skoky po rondatu, několikanásobné obraty kolem podélné i příčné osy v první i ve druhé letové fázi), museli gymnasté vynaložit mnohem více sil k jejich správnému provedení. Museli nejen zvyšovat rozběhovou rychlost, ale také zlepšovat svou odrazovou schopnost. Ta, i když byla sebelepší, k provedení těch nejobtížnějších prvků nestačila.

Mezi nové skoky, které se v té době objevily a začaly se skákat, patřil: rondat a přemet vzad s obratem 180°- obrat 180° a salto vzad schylmo, které jako první předvedla ruská gymnastka Svetlana Khorkina (Chorkina). Tento prvek byl později mírně obměněn a o něco ztížen. Namísto salta schylmo se skákalo salto prohnuté, dále salto prohnuté s obratem o 180° a poté následovaly i s skoky po rondatu s obraty o 360° v první i druhé letové fázi. Italský gymnasta Luconi předvedl rondat a přemet vzad s obratem 360° - salto vzad skrčmo. Tento skok byl obměněn a namísto salta skrčmo se začalo skákat salto schylmo a také salto prohnuté.

Vzhledem k náročnosti těchto nových skoků bylo cílem vyrobit i lepší a kvalitnější přeskokové nářadí. Zdokonaloval se jak přeskokový kůň, tak i

odrazové můstky. Odrazové můstky vycházely z původního dřevěného můstku typu „Reuther“. Nový můstek je tvořen dřevěným základem, ale vrchní deska je již pokryta kvalitnějším čalouněním, které zajišťuje hlavně měkký odraz. Můstky jsou různých typů. Záleží na váze gymnasty, na druhu skoku a na odrazových schopnostech gymnastů.

Co se týče přeskokového koně, je zřejmé, že prošel také výraznějšími změnami. Nové typy přeskokových konů mají železnou konstrukci o dvou nohách. Jedná se o závodního dynamického přeskokového koně, který má elastické dvou-sektorové tělo, vyrobené z hygroskopického materiálu. Jeho nastavitelná výška je od 110 do 150 cm. Vyráběly se i přeskokové koně s centrálním stojanem lehce přenastavitelné pro muže i pro ženy se stejným dynamickým tělem pro vrcholovou gymnastiku. Nastavitelná výška byla stejná jako u předešlého typu od 110 do 150 cm. Již v předešlých letech byla snaha ulehčit odraz z rukou. Toho je docíleno využitím lepších materiálů, kryjících povrch koně. Dříve byl dřevěný základ pokryt kůží, nyní je využito měkkých materiálů.

Přeskok v současnosti

V současné době je používán zatím nejmodernější typ můstku z uhlíkových vláken, který je navíc opatřen vyměnitelnými a různě pružícími péry. V tréninku si může každý gymnasta nastavit odrazový můstek podle svých potřeb počtem a tvrdostí pružin. Všichni výrobci dělají dva typy pružin – tvrdší a měkkí, barevně rozlišené. Tyto typy lze různě kombinovat do 6 - 8 pozic. Zjednodušenou variantou je odrazový můstek pro děti, bez pér.³³⁾ Při závodě jsou k dispozici na přeskoku dva můstky různé tvrdosti, pružiny se měnit nesmí.

Nový přeskok. Za posledních patnáct let proběhla dramatická změna přeskoků. V roce 1993 Mezinárodní gymnastická federace (FIG) podnítila výzkum a vývoj nového nářadí pro přeskok. Důvodem bylo, že na tomto nářadí se stalo několik vážných úrazů. V roce 1988, Američanka Julissa Gomez ochrnula po pádu na tomto nářadí a zemřela na komplikace z jejího zranění tři roky později. V roce 1998 na Hrách dobré vůle, čínský cvičenec Lana spadl a utrpěl ochrnutí krční páteře. V roce 2000 na OH měli gymnasté problémy s odrazy s rukou a doskoky při již vysoké obtížnosti skoků.

Po testech v tréninku vrcholových gymnastů je v roce 1996 představeno nové nářadí Technické komisi mužů FIG. V roce 1998 je vylepšený prototyp představen na kongresu FIG ve Vilamouře. V roce 2000 FIG definitivně rozhodla nahradit starého koně novým přeskokovým stolem. V roce 2001 získalo certifikát FIG nářadí firem Jannsen – Fritsen a Spieth a v témže roce bylo oficiálním přeskokovým nářadím na MS v Ghentu v Belgii. V roce 2004 bylo poprvé použito na Olympijských

hrách v Aténách. To znamenalo nutnost postupného zavedení tohoto nářadí až do nejnižších výkonnostních stupňů sportovní gymnastiky ve všech zemích světa. V současnosti se již starý typ přeskokového koně nepoužívá na žádné výkonnostní úrovni.

Závěr

Cílem této práce bylo zmapovat vývoj gymnastického nářadí pro přeskok a gymnastických skoků na tomto nářadí. Tato práce se zabývá vývojem od 50. let do současnosti. Vzhledem k zaměření práce na dobu za posledních padesát let, bylo získání potřebných materiálů z některých období obtížné.

Vývoj přeskokového nářadí za posledních 50 let se příliš mnoho neměnil, pouze bylo používáno lepších a dokonalejších materiálů. Dále se upravovala horní odrazová plocha koně pro lepší odraz z rukou. V průběhu se zvyšovala i nastavitelná výška koně. K výrazným změnám dochází v současnosti, kdy nahradil klasického koně zcela nový typ přeskokového nářadí podporované mezinárodní gymnastickou federací (FIG).

U odrazových můstků bylo využíváno nových technologií a materiálů. Prvním výrazným posunem bylo zavedení odrazového můstku typu „Reuther“, který výrazně zlepšil odrazové možnosti. Dalším znatelným pokrokem v současnosti je můstek typu „Reuther“ s vyměnitelnými pružinami, který umožňuje přesně přizpůsobit můstek váze a schopnostem cvičence.

Vývoj přeskoků přes koně prošel bouřlivější cestou. Před 50-ti lety se jednalo o dva typy přeskoků – přímé a převratové. Samozřejmě typy přeskoků byly ovlivněny používaným přeskokovým nářadím a možnostmi odrazu z můstků používaných v té době. Se zdokonalováním přeskokového nářadí a dokonalejším tréninkem přeskoků, přicházely obtížnější varianty skoků nebo zcela nové přeskoky. V současnosti závodní sportovní gymnastika rozeznává pět skupin převratových skoků: přeskoky s obraty, přeskoky se salty, přeskoky typu cukahara, přeskoky po rondatu a přeskoky po rondatu s obraty v první letové fázi.

V dnešní době nastoupil zcela nový typ přeskokového nářadí, které umožňuje mnohem větší odraz z rukou do druhé letové fáze přeskoku. Tento typ je shodný jak pro mužskou, tak pro ženskou sportovní gymnastiku s různou závodní výškou. Můstky do budoucna budou umožňovat vlivem lepších materiálů vyšší odrazy a delší let v první letové fázi. Zároveň bude zvyšována jejich multifunkčnost, jako je například využití pro různé výkonnostní kategorie a přesné přizpůsobení cvičenci. Lepší možnosti odrazu do první letové fáze možná podnítl další zvyšování výšky přeskokového nářadí. Mnohem lepší odraz z paží podpořený pružinami v novém přeskokovém nářadí umožňují v druhé fázi přeskoku provádět

vícenásobná salta doplněná obraty. Tyto předpoklady zajišťují přeskoku do budoucna jeho místo v gymnastickém víceboji.

Z uvedeného vyplývá, že se podařilo zmapovat posledních padesát let vývoje přeskoku jako sportovní disciplíny, tedy od doby, kdy se oddělila atletická část a gymnastika se vyprofilovala do současné podoby.

Odkazy a citace

- 1) Kos, B. (1990). *Gymnastické systémy*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu UK, s. 144.
- 2) Libra, J. et al. (1973). *Teorie a metodika sportovní gymnastiky III. díl*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 101.
- 3) Hercig, S. & Harvánek, L. (1996). *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Pedagogická fakulta Západočeské univerzity, s. 28.
- 4) Žáček, R. & Janoušek, V. (1961). *Gymnastické náčiní a nářadí a jejich údržba*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, s. 17.
- 5) Hercig, S. & Harvánek, L. (1996). *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Pedagogická fakulta Západočeské univerzity, s. 28, 29.
- 6) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIX.* (1969), č. 6, s. 2.
- 7) Hercig, S. & Harvánek, L. (1996). *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Pedagogická fakulta Západočeské univerzity, s. 28, 29.
- 8) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIV.* (1964), č. 3, s. 14.
- 9) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XV.* (1965), č. 9, s. 16.
- 10) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIV.* (1964), č. 11, s. 7.
- 11) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIX.* (1969), č. 6, s. 2.
- 12) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIII.* (1973), č. 10, s. 12.
- 13) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XVI.* (1966), č. 5, s. 13.
- 14) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XVII.* (1967), č. 5, s. 14, 15.
- 15) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIX.* (1969), č. 4, s. 14.
- 16) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIII.* (1973), č. 5, s. 6.
- 17) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIII.* (1973), č. 6, s. 8.
- 18) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIII.* (1973), č. 7, s. 2.
- 19) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXV.* (1975), č. 2, s. 4.
- 20) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXVI.* (1976), č. 1, s. 6.
- 21) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXVII.* (1977), č. 3, s. 8.
- 22) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXX.* (1980), č. 12, s. 10.

- 23) Hercig, S., & Harvánek, L. (1996). *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Pedagogická fakulta Západočeské univerzity, s. 28, 29.
- 24) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 9, s. 9.
- 25) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXI.* (1981), č. 2, s. 9.
- 26) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXIII.* (1983), č. 5, s. 11.
- 27) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 2, s. 4.
- 28) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 2, s. 3.
- 29) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 4, s. 11.
- 30) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 8, s. 13.
- 31) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.* (1986), č. 9, s. 9.
- 32) *Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXIX.* (1989), č. 1, s. 7.
- 33) *The Art of Gymnastics – Janssen a Fritsen.* (2001), s. 16, 17.
- 34) *The Art of Gymnastics – Janssen a Fritsen.* (2001), s. 16.

Literatura

- Appelt, K. & Libra, M. (1983). *Gymnastické názvosloví I*. Praha: UK.
- Appelt, K. & Libra, M. (1987). *Gymnastické názvosloví II*. Praha: UK.
- Gajdoš, A., & Ješek, Z. (1988). *Športovná gymnastika – história a súčasnosť*. Bratislava: Šport.
- Gajdoš, A. (1985). *Obtážené cvičebné tvary v športovej gymnastike*. Bratislava: Slovenský ústredný výbor ČSZTV.
- Hájková, J. (1994). *Základní gymnastika*. Praha: Karolinum.
- Hercig, S. & Harvánek, L. (1996). *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Pedagogická fakulta Západočeské univerzity.
- Hladil, J. & Grossmann, M. (1970). *Vybavení pro gymnastiku*. Brandýs nad Labem: KTV a TJ Slavia pedagogické fakulty UK.
- Libra, J. et al. (1971). *Teorie a metodika sportovní gymnastiky I. díl*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Libra, J. et al. (1973). *Teorie a metodika sportovní gymnastiky II. díl*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Libra, J. et al. (1973). *Teorie a metodika sportovní gymnastiky III. díl*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Kos, B. (1990). *Gymnastické systémy*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu UK.
- Křištofič, J. (1996). *Fyzikální aspekty sportovní techniky – kinematická analýza vybraných cvičení ze sportovní gymnastiky*. Praha: Karolinum.

Kubička, J. et al. (1993). *Vybrané kapitoly z teorie gymnastiky*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu UK.

Ondřej, O. et al. (1988). *Rekreační sport II*. Praha: Olympia.

Pavlík, J. et al. (1999). *Sportovní gymnastika, Díl I. muži*. Brno: Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity.

Pavlík, J. et al. (1983). *Sportovní gymnastika na středních školách*. Brno: Pedagogická fakulta Univerzity J. E. Purkyně.

Svatoň, V. (1997). *Gymnastika. Akrobacie a cvičení na nářadí*. Praha: NS Svoboda.

Štumbauer, J. (1989). *Základy vědecké práce v tělesné kultuře*. České Budějovice: KTV pedagogické fakulty JU.

Toncar, O. (1984). *Teorie a didaktika gymnastiky I*. Praha: PF.

Vitouš, P. (1980). *Malá encyklopedie sportu*. Praha: Mladá fronta.

Žáček, R. & Janoušek, V. (1961). *Gymnastické náčiní a nářadí a jejich údržba*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství.

Periodika

- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIII.* (1963), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIV.* (1964), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XV.* (1965), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XVI.* (1966), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XVII.* (1967), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XVIII.* (1968), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XIX.* (1969), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XX.* (1970), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXI.* (1971), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXII.* (1972), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIII.* (1973), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIV.* (1974), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXV.* (1975), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXVI.* (1976), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXVII.* (1977), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXVIII.* (1978), č. 1 – 12
- Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXIX.* (1979), č. 1 – 12

Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXX.
(1980), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXI.
(1981), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXII.
(1982), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXIII.
(1983), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXIV.
(1984), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXV.
(1985), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVI.
(1986), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVII.
(1987), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXVIII.
(1988), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XXXIX.
(1989), č. 1 - 12
Sportovní – umělecká gymnastika, roč. XL. (1990),
č. 1 - 12
Gymnastika. (1997), č. 0
Gymnastika. (1997), č. 1
Gymnastika. (1998), č. 1 - 6
Gymnastika. (1999), č. 1 - 3
Gymnastika. (2000), č. 1 - 2

Časopis

The Art of Gymnastics. (2001). Janssen & Fritsen,

PaedDr. Gustav Bago, Ph.D.
KTVS PF JU
Na Sádkách 2
370 05 České Budějovice
[**bago@pf.jcu.cz**](mailto:bago@pf.jcu.cz)

PŘÍLOHA

Časová škála vývoje přeskoků od 50. let do současnosti

50. léta

- 1951 – název „Sportovní gymnastika“
- 1954 – MS v Římě – muži šestiboj a ženy čtyřboj
- cvičí se přeskoky přímé a převratové
- závodní nářadí pro přeskok je kůň
- pevné odrazové můstky

60. léta

- pohybový obsah nezměněn
- 1961 - „Jamašitův skok“
- letkové způsoby přeskoků s půlobraty a s celými obraty
- 1964 – OH v Tokiu – přemet vpřed – salto skřmo skákal A. Aznavurjan
- 1965 – ME v Antverpách – V. Lisickij skočil letku dohmatem s dvojným obratem
- 1966 a 1968 – stagnace v přeskoku
- 1967 – novinky ze SSSR o novém typu můstku vyrobeného z lyží „skoček“
- V. Fedotov – modernizace přeskokového koně
- 1969 – ME ve Varšavě – nové skoky s obraty
- 1969 – Leontěv a Karasev – přemet vpřed dohmatem na krk a obrat o 360° a později přemet vpřed dohmatem na krk s obratem o 180° a 1 ½ salta vzad
- řešily se otázky o zrušení přeskoků
- zařazení pružného můstku typu „Reuther“

70. léta

- 1970 – MS v Lublani – Cukahara
- poprvé skok s obratem o 180° v první letové fázi
- pokus Angličanů o skok s dvojným obratem v 1. letové fázi po přemetu
- 1974 – MS ve Varně – nová složitější technika přeskoků
- zařazeny přeskoky s obraty kolem podélné osy o 360° a více, salta či salta spojená s obraty kolem podélné osy
- 1976 – OH v Montrealu – Neli Kimová předvedla náskok do stoje na rukou s celým obratem, celý obrat a jeden a půl salta vpřed s celým obratem
- 1979 – závod v Moskvě – J. Roche předvedl náskok do stoje a dvě a půl salt vpřed

80. léta

- 1980 – N. Jurčenkova předvedla rondat s dopadem na můstek, skok vzad do stoje a salto vzad skřmo s celým obratem
- nové tréninkové metody a používání pomocných nářadí
- 1982 -1983 - experimentálně povoleny skoky po rondatu
- 1983 – MS v Bukurešti N. Jurčenkova předvedla jeden a půl salta vzad skřmo s dvojným obratem po rondatu na můstek
- 1985 – MS v Montrealu – skoky po rondatu, Kerstenová předvedla „Cuervo“
- 1986 – ME juniorů v NSR – realizování cukaharových skoků odrazem jedné paže, většina gymnastů předvádí skoky po rondatu
- 1987 – MS v Rotterdamu – používal nástavec na koni na přeskok
- 1988 – XI. ročník Poháru Grunwaldu – Mrozová předvedla rondat s obratem o 180° a přemet vpřed s ½ salta vpřed skřmo

90. léta

- složitější přeskoky po rondatu
- Svetlana Chorkina ukázala rondat a přemet vzad s obratem 180°- obrat 180° a salto vzad schylmo
- Ital Luconi předvedl rondat a přemet vzad s obratem 360° a salto vzad skřmo
- 1993 - Mezinárodní gymnastická federace (FIG) podnítila výzkum a vývoj nového nářadí pro přeskok
- 1998 - vylepšený prototyp je představen na kongresu FIG ve Vilamouře

Současnost

- nejmodernější typ můstků z uhlíkových vláken opatřených pružícími páry různé tvrdosti
- 2000 FIG definitivně rozhodla nahradit starého koně novým přeskokovým stolem
- 2001 – na MS v Ghentu v Belgii poprvé použito nové multifunkční přeskokové nářadí pro muže, ženy i juniory
- 2004 - bylo poprvé použito nové přeskokové nářadí na Olympijských hrách v Aténách
- v současnosti je nový typ přeskokového nářadí zaveden ve všech výkonnostních úrovních sportovní gymnastiky