

Zpracovala: Pokorná Jitka
Katedra plaveckých sportů UK FTVS

Podvodní ragby

Pavel Drulák, Petr Smolík, Jitka Pokorná

Uveřejněno:

DRULÁK, P., SMOLÍK, P., POKORNÁ, J. Podvodní ragby. In ČECHOVSKÁ, I. (editor). *Problematika plavání a plaveckých sportů IV* : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : KPS FTVS UK, 2005. s. 144 – 147. ISBN 80-903285-3-9.

ÚVOD

Kolektivní míčové hry zaujímají v historii sportu významné místo. Počátky současného pojetí sportovních her spadají do poloviny devatenáctého století. Přes svoji dlouhou historii se i v současné době setkáváme s různými novými formami a pojetími her, kde předmětem snažení hráčů je specifický míč nebo předmět a hra má přesně vymezená pravidla. Aplikací pozemního ragby do vodního prostředí s využitím základní potápěčské výstroje vzniká v polovině dvacátého století podvodní ragby.

Cíl

Cílem příspěvku je podat základní informace o podvodním ragby jako jedné z variant her ve vodním prostředí na základě historických souvislostí, ustanovených pravidel a teoretických poznatků ze sportovní přípravy.

Základní charakteristika hry

Podvodní ragby je kolektivní míčová hra v trojrozměrném prostoru, kterou hrají v plaveckém bazénu s minimální hloubkou 3,5 m dvě družstva složená ze 6 hráčů. Hráči jsou vybaveni potápěčskou výstrojí tj. ploutvemi, maskou a dýchací trubicí. Smyslem hry je umístit míč do branky soupeře. Branky jsou upevněné na dně bazénu na protilehlých stranách.

Hráč podvodního ragby

Pro svoji sportovní i fyziologickou náročnost se podvodními ragbisty stávají bývalí plavci, vodní pólisté nebo plavci s ploutvemi. Motivačním činitelem ke hře podvodního ragby se těmto hráčům stává prodloužení vlastní sportovní kariéry ve sportu, kde mohou využít již osvojených speciálních pohybových dovedností získaných v původním sportovním odvětví. Z psychologického hlediska velkou roli hraje změna charakteru sportovní činnosti a přípravy ve spojení s kolektivním pojetím tréninku a hry, které jsou zvláště u plavců velmi potlačeny. Za další motivační činitel lze považovat vzhledem k předešlé sportovní kariéře menší časovou náročnost na celkovou adaptaci k hře podvodního ragby a pro zvládnutí herních činností jednotlivce, které jsou výrazně podpořeny již získanými dovednostmi ve vodním prostředí.

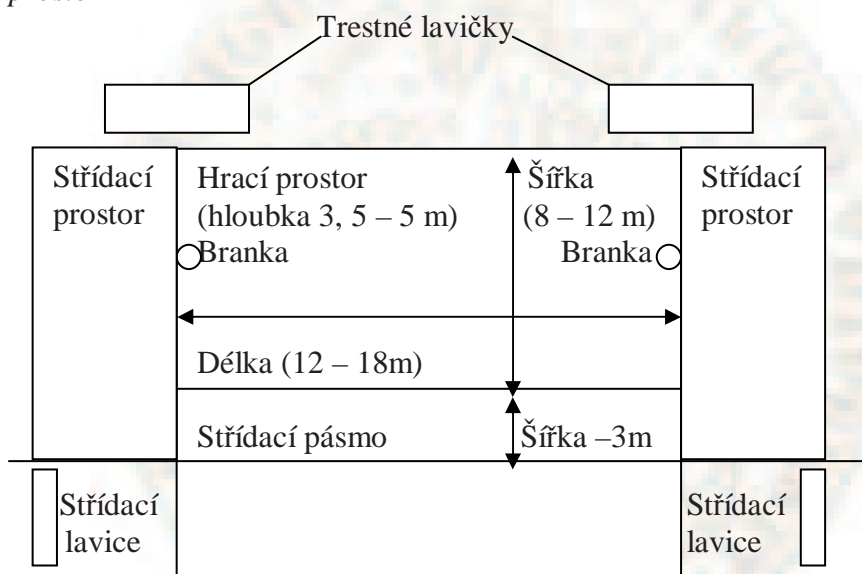
Historická východiska

Míčová hra podvodní ragby vzniká ve Spolkové republice Německo. S myšlenkou hry s míčem pod hladinou přišel člen německého Potápěčského klubu v Kolíně nad Rýnem Ludwig von Bersude v roce 1961. Trvalý pohyb míče pod vodní hladinou zajistil jejím naplněním slanou vodou. Členové německého Potápěčského klubu v počátcích využívali a zařazovali podvodní ragby v úvodní části standardního potápěčského programu jako přípravy organismu na hlavní část tréninku. První turnaj byl sehrán v roce 1965 v Müllheimu. Podvodní ragby jako sportovní hra se rozšířila zhruba do 25 zemích světa. Velké obliby našla především ve skandinávských zemích. Od roku 1978 (Malmo), kdy bylo podvodní ragby včleněno do Mezinárodní organizace podvodních sportů – CMAS, se pořádají mistrovství Evropy a od roku 1980 (Müllheim) mistrovství světa. V současné době dominují na mezinárodních turnajích především Švédové, Norové a Finové, v ženském pojetí (1. mistrovství světa v roce 1991) Němky, Norky a Švédky.

V sedmdesátých letech dvacátého století se začíná hrát podvodní ragby také v českých bazénech. Společenská situace však bránila větším mezinárodním kontaktům. Od roku 1975 se v Praze hraje každoročně Turnaj podvodního ragby. V současné době se u nás hraje první a druhá ligová soutěž, kde působí deset týmů z Prahy, Českých Budějovic, Mostu, Pardubic, Brna a Ústí nad Labem.

Výběr z pravidel

a) hrací prostor



b) branky

Branky tvoří dva pevné kovové koše, které jsou umístěny na dně hracího hřiště uprostřed čelních stěn s rozměry – výška 0,45 m, šířka 0,39 – 0,40 m.

c) míč

Míč pro hru je naplněn slanou vodou s předepsanou klesavostí 1 – 1,25 m/s. Obvod míče je 0,52 – 0,54 m pro muže a 0,49 – 0,51 m pro ženy. Barva míče je buď kombinací bílé a černé nebo je celý červený.

d) složení mužstva a vybavení

Družstvo tvoří maximálně 15 hráčů (nejméně 6) – hrajících šest, pět střídajících a čtyři náhradníci. Střídání hráčů probíhá ve střídacím pásmu. Hráči jsou vybaveni maskou,

ploutvemi a dýchací trubicí. Všichni členové týmu musí mít plavky a očíslované čepice stejné barvy (modrá nebo bílá) s chrániči přes uši. Hráči s modrým plaveckým vybavením mají černé pásky kolem zápěstí. Pravidla povolují měkké chrániče na lokty a kolena.

e) rozhodčí

Hru řídí nejméně tři rozhodčí – dva rozhodčí pod vodou a jeden rozhodčí povrchový, který může mít další asistenty. Rozhodčí pod vodou musí mít na horní polovině těla tmavý oblek (triko, vesta potápěčského obleku) a mohou využívat přístroje se stlačeným vzduchem.

f) hra

Hru zahajuje povrchový rozhodčí v úvodu a v poločase utkání nepřerušovaným signálem při umístění míče na dno bazénu doprostřed hracího prostoru a za pozice hráčů na brankových čarách s dotykem jedné paže o stěnu bazénu. Po dosažení branky se také hráči vrací na brankové čáry a hru zahajuje družstvo, které obdrželo branku.

g) hrací doba

Hra trvá 2 x 15 minut čistého času s přestávkou v délce trvání 15 minut. Při nerozhodnosti výsledku je hra prodloužena o 15 minut s okamžitým ukončením po vstřelení branky jedním ze družstev. Každý tým má právo vyčerpat během hry jeden oddechový čas v délce trvání jedné minuty.

h) stav zápasu

Branky je dosaženo, jestliže míč se nachází celým svým objemem pod horním okrajem branky. Signalizací jsou dva dlouhé nepřerušované signály. Tým, který dosáhne během zápasu více branek, se stává vítězem zápasu.

ch) přerušování hry

Hra se přerušuje opakovanými krátkými signály při udělení trestu, míči rozhodčího (nelze určit výhodu jednoho družstva) a na konci poločasu.

i) nedovolená hra

Pravidla zakazují záměrné útočení na soupeřovu výstroj, zvýhodňování se oproti soupeři, který nemá v držení míč, kopáním, taháním, škrcením, držením apod., hrát příliš tvrdou hru, mít současně ve vodě více jak šest hráčů, vést nebo vyhodit míč nad vodní hladinu nebo mimo hrací prostor, zakrýt otvor branky něčím jiným než tělem popř. vklínit jakoukoliv část těla do otvoru branky.

j) tresty

Při porušení pravidel rozhodčí nařizuje volný hod proti družstvu, které se provinilo. Hráč je povinen rozehrát do 3 sekund po signálu k provedení volného hodu. Branky může být dosaženo jen v případě dotyku míče dalším hráčem. Při opakovaném přestupku nebo při hrubém porušení pravidel může být hráč vyloučen na 2 minuty. Při porušení pravidel v situaci, kdy útočící družstvo má bezprostřední možnost dosáhnout branky, nařizuje rozhodčí pokutový hod. Při pokutovém hodu má jeden útočící hráč 45 sekund na umístění míče do branky soupeře, kterou brání jeden hráč.

Sportovní příprava

Tréninková jednotka hráčů podvodního ragby se zahajuje rozcvičením a rozplaváním obdobným jako v plavání nebo v plavání s ploutvemi. Samotná příprava se dále dělí na přípravu plavání s ploutvemi s využitím různých hypoxických motivů s důrazem na rozvoj rychlosti a dále na samotnou herní přípravu tzn. na herní činnosti jednotlivce bez míče a s míčem, na herní kombinace a herní systémy.

Za průpravné motivy k herní činnosti jednotlivce bez míče lze považovat plavání s ploutvemi s různými zadáními o změně směru plavání a počtem opakování, herní cvičení ve formě průpravných her bez míče nebo štafetová zadání. Herní činnosti s míčem vycházejí z dovedností hráče držet míč při plavání – např. v upažení, ve vzpažení, v připažení s míčem v dlaní, v upažení s míčem v pevném držení mezi rukou a předloktím, s oporou míče o rameno při skrčení paží upažmo nebo dribling s míčem o dno bazénu. Specifikum podvodního ragby je útočná činnost útočníka s míčem se snahou dosažení branky nadzvednutím těla brankáře zakrývající horní okraj branky.

U herních kombinací a návazně i herních systémů lze vycházet z herních obranných a útočných variant např. vycházejí z vodního póla při respektování možnosti pohybu v trojrozměrném prostoru a fyziologických zákonitostí pohybu člověka pod hladinou. Vhodná jsou různá průpravná cvičení a průpravné hry. Součástí sportovní přípravy je zákonitě i samotná hra.

Bezpečnostní hledisko hry

Hra podvodní ragby je provozována pod vodní hladinou. Na organismus hráčů jsou v průběhu hry kladeny velké nároky vycházející ze samotné hry – rychlostní, vytrvalostně silová a obratnostní složka výkonu. Velké nároky klade hra i na respirační aparát jednotlivých plavců – ragbistů. Hra trvá 30 minut čistého herního času, průměrná hodnota času stráveného pod vodní hladinou nepřekračuje 10 s, průměrná TF se pohybuje kolem 168 tepů/min. Z hlediska bezpečnosti je nutné, aby hráči znali a dodržovali základní pokyny při potápění na nádech, především nebezpečí hyperventilace nebo hlubokého nádechu před zanořením.

Z důvodu kontaktního charakteru hry podvodní ragby by mělo být samozřejmostí vyvarování se zranění spoluhráče nebo protihráče nevhodnou výstrojí, příliš dlouhými nehty apod. Základem hry všech hráčů by mělo být dodržování pravidel hry a respektování soupeře v kontextu fair play.

Závěr

Hra podvodní ragby je jednou z her, které člověk provozuje pro něj v nepřírodných podmínkách. Vodní prostředí a omezení možnosti pravidelného dýchání dávají hře další rovinu faktorů, které ovlivňují herní výkon družstva i jednotlivce. Specifické herní nároky rozvíjejí u jednotlivých hráčů anaerobní připravenost organismu k výkonu na základě rozvoje aerobní vytrvalosti v součinnosti s oběhovým a dýchacím systémem. Na druhé straně trojrozměrný vodní herní prostor poskytuje hráčům možnost rozmanitého pohybu bez jakéhokoliv zatěžování pohybového aparátu. Obdobně jako i u jiných her, i zde se projevuje pozitivně z hlediska psychiky hráčů emocionalita hry v propojení s rozvojem volných vlastností jedince (sebedisciplína, překonávání nepříjemných stavů) a kolektivní soudržnost.

Literatura:

DRULÁK, P. Podvodní ragby jako alternativní tréninkový prostředek v tréninku plavání. Diplomová práce. Praha : UK FTVS Praha, 2004.
Pravidla podvodního ragby.

Pozn.: **Mgr. Pavel Druhák**
absolvent UK FTVS