

Abstrakt

Název: Vytrvalostní a silově-rychlostní determinanty výkonu v kickboxu

Cíle: Cílem práce je na základě současného vědeckého poznání definovat některé z kondičních determinantů ovlivňujících sportovní výkon v kickboxu a tím tak stanovit profil elitního kickboxera.

Metody: Byla provedena systematická literární rešerše pomocí databází Google Scholar, ScienceDirect, Web of Science a ResearchGate. V práci byly zahrnuty studie a odborná literatura z oblasti všeobecné sportovní přípravy a bojových sportů, zejména kickboxu, které hodnotily somatické a kondiční faktory sportovního výkonu.

Výsledky: Bylo použito celkem 37 studií zabývajících se výše zmíněnou problematikou v kickboxu či podobných bojových sportech. Na základě literární rešerše byly definovány a popsány somatické faktory, vytrvalostní, silové a rychlostní faktory. Bylo zjištěno průměrné množství tělesného tuku kickboxerů (8,1–12,4 %), dále skutečnost, že kickboxeři disponují převážně mezomorfními znaky somatotypu. VO_2max se u elitních kickboxerů pohybuje v rozmezí 47,65–62,7 ml·kg⁻¹·min⁻¹ a anaerobní kapacita v rozmezí hodnot 6,1–10 W·kg⁻¹ pro dolní končetiny a 3,6–6,1 W·kg⁻¹ pro horní končetiny. Síla stisku ruky u dominantní ruky činí 51,4–55,6 kg a u nedominantní ruky 48,7–54,7 kg. Výška výskoku v dosahuje 29,8–44,8 cm a délka hodů medicinbalem 4,1–4,6 m. Rychlost provedení úderových technik v kickboxu nebyla zjištěna. Rychlost vizuální reakce byla 188,22–217,1 ms a akustické reakce 159,62–185,7 ms. Nedostatek, heterogenita, nedostatečné množství testovaných subjektů a významná metodická omezení dostupných studií neumožňují dospět k přesnému stanovení ideálního profilu elitního kickboxera, ale pouze k popsání dosavadní úrovně elitních kickboxerů. Práce zdůrazňuje potřebu dalšího výzkumu, který by vytvořil normy pro kickbox.

Klíčová slova: sportovní výkon, bojový sport, somatické faktory, kondiční faktory

