

Abstrakt

Cíle: Záměrem této práce je zpopularizovat požární sport, který v naší republice zatím nepatří k nejrozšířenějším sportovním odvětvím. Tím, že se neustále vyvíjí, nabízí možnost pestrého sportovního využití v téměř všech věkových kategoriích.

Hlavním cílem této práce je prokázat fakt, že kvalitních výsledků v tomto sportovním odvětví nelze dosahovat bez promyšlené kondiční přípravy, která je nedílnou součástí celkové přípravy požárního sportovce i přípravy hasiče.

Metodika: Získávání dat z literárních zdrojů, od závodníků, trenérů a jejich následné teoretické zpracování.

Výsledky: Výsledkem práce je popis vývoje požárního sportu od minulosti po současnost, jeho disciplín a materiálního zabezpečení, shrnutí výsledků českého požárního sportu na mezinárodní scéně, souhrn pohybových předpokladů požárních sportovců, rozpis jejich kondiční přípravy v ročním tréninkovém cyklu a ukázkové jednotky, jak je možno kondici a především v kterém cyklu trénovat.

Klíčová slova: požární sport, kondiční příprava, pohybové předpoklady