



HASIČSKÉ DISCIPLÍNY

Ročníková práce

Školní rok 2025/2026

Školní rok:	2025/2026
Autor:	Lucie Nezvalová, IX.A
Konzultant:	Mgr. Lucie Zítková

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem moji ročníkovou práci zpracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu literatury.

V Němčicích dne 25.5. 2026

Lucie Nezvalová

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat paní učitelce Mgr.Lucii Zítkové za ochotu při konzultacích a paní učitelce Svatavě Ročákové za pomoc s vypracováním resumé.

Obsah

1. Úvod	5
2. Historie hasičských disciplín	6
3. Rozdělení SH ČMS	7
3.1 Výchovně vzdělávací - volnočasové disciplíny	7
3.2 Sportovní disciplíny	7
4. Volnočasové disciplíny	8
4.1 Závod hasičské všestrannosti a brannosti	8
5. Sportovní disciplíny	9
5.1 Požární útok	9
5.2 Požární útok s překážkami CTIF	10
5.3 Štafeta 4x60 m	11
5.4 400 metrů štafetový běh s překážkami CTIF	12
5.5 Štafeta požárních dvojic	13
5.6 Běh na 60 m s překážkami	14
6. Dorostenecké disciplíny	15
6.1 Běh na 100 m s překážkami	15
6.2 Běh na 100 m s PHP	15
6.3 Výstup na cvičnou věž - nepovinná disciplína	15
6.4 Štafeta 4x100 m	15
7. Já a hasičské disciplíny	16
8. Závěr	17
9. Resume	18

1.Úvod

Zvolila jsem si téma hasičské disciplíny, protože hasičskému sportu se věnuji už od 6 let. Hasičský sport je vlastně jedna velká disciplína. Je to týmový sport, ale jsou zde disciplíny i pro jednotlivce. Na tomto sportu se mi nejvíce líbí, že si všichni navzájem fandí. Já patřím do domácího týmu SDH Němčice, který všichni moc dobře znají díky výkonům našich žen na VCB. V této ročníkové práci se společně podíváme na některé známější disciplíny a na disciplíny kterým se věnuji i já sama. Také si ukážeme nářadí, které je součástí některých disciplín. Povíme si něco o pravidlech a jak vypadají moje tréninky.



Obr. č. 1 Já na VCB

2. Historie hasičských disciplín

Hra Plamen má už dlouholetou tradici, vznikla v roce 1972 a postupně se rozvíjela. Původně byla zaměřena hlavně na brannou připravenost, požární ochranu, fyzickou zdatnost a práci v kolektivu. Po roce 1989 se pravidla změnila, byl větší důraz na požární dovednosti a bezpečnost, modernizovalo se vybavení i systém soutěží.

Hra Plamen má dnes několik kol. Závodníci objíždí okrskové soutěže, poté okresní a když se daří tak krajské a pak i republikové. Družstva jsou rozdělena podle věku. Závodí se třeba ve štafetách, požárním útoku, uzlování v závodech hasičské všestrannosti a brannosti,... . Tato hra podporuje týmovou spolupráci, disciplínu a pohyb dětí.

Mnoho dnešních členů jednotek SDH a profesionálních hasičů začalo právě v Plamenu.



Obr.č.2 Logo SH ČMS

3. Rozdělení SH ČMS

Činnost úseku mládeže Sdružení hasičů Čechů, Moravy a Slezska se rozděluje na dvě odvětví:

3.1 Výchovně vzdělávací - volnočasové disciplíny

Výchovně vzdělávací část hry Plamen zahrnuje náměty celoroční činnosti pro věkovou kategorii mladých hasičů (3 - 15let). Na výchovně vzdělávací část hry Plamen plynule navazuje část kategorie dorost (15-18), která je uvedena ve Směrnici celoroční činnosti dorostu. Kolektiv mladých hasičů SDH je kolektiv, který je tvořen všemi mladými hasiči ve věku 3-18 let. V rámci SDH je jen jeden kolektiv. V kolektivu mohou působit i mladí hasiči z jiných SDH, potom musejí být uvedeni v registračním listu příslušného kolektivu. Do volnočasových aktivit můžeme řadit různé výlety, exkurze, besedy a také psaní kroniky.

3.2 Sportovní disciplíny

Cílem disciplín je zvýšit fyzickou kondici mladých hasičů, obratnost a zručnost s požárními nářadími, provedení požárně technických disciplín a atletickou pohyblivost při štafetových bězích.

Ve všech disciplínách hry Plamen se považuje za dobu ukončení pokusu čas, kdy soutěžící družstvo, nebo štafeta ukončily disciplínu. Rozhodčí průběh disciplíny zhodnotí a zapisovatel zapíše dosažený čas, udělené trestné body, případně platnost, nebo neplatnost pokusu.

4. Volnočasové disciplíny

4.1 Závod hasičské všestrannosti a brannosti

Tento závod prohlubuje znalosti dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatel za mimořádných událostí. Trať závodu je v terénu, například v lese a je označena barevnými fáborky. Délka trati pro mladší žáky je cca 2 km, starší žáci běží o kilometr víc. Dorostenci mají trať prodlouženou a pomocí buzoly hledají azimuty. Závod běží 5členné hlídky, které plní úkoly na 8 stanovištích.

- Prvním stanovištěm je střelba ze vzduchovky, střílí se na špalíčky z 10m. Každý člen má 3 diabolky a měl by s nimi sestřelit 3 špalíčky.
- Dalším stanovištěm je orientace v přírodě, zde závodníci určují turistické a topografické značky. A určují obrázek stopy, stromy a rostliny.
- Třetím stanovištěm je vázání uzlů, závodníci vážou uzel, který si vylosují. Například tesařský, lodní nebo dvojitý osmičkový.
- Čtvrtým stanovištěm je brannost, zde závodníci překonávají ručkováním bez pomoci vodorovné lano. Dorostenci skáčou i vodní příkop.
- Na stanovišti požární ochrany ústně sdělí, co na obrázku představuje riziko v domácnosti, jak se chovat při mimořádných událostech, například když doma hoří televizor nebo olej na pánvi. Každý hasič by měl znát trojúhelník hoření. Zde závodníci i přiřazují značku k odpovídajícímu technickému prostředku.
- Stanoviště šest jsou základy první pomoci. Každý člen hlídky si vylosuje jeden obrázek situace a přiřadí správný postup při podávání první pomoci. Jako jsou třeba popáleniny, zlomenina a epilepsie.
- Stanoviště sedm - ochrana obyvatelstva. Hlídka vytvoří záchranářskou uličku. A vyhodnotí nejvhodnější telefonní číslo tísňové linky, třeba při zranění v horách nebo krádeži. Závodníci musí vědět co na tísňovou linku oznámit, představit se, popsat místo a situaci. Každý člen hlídky si losuje obrázek a určí, jestli je vhodný do evakuačního zavazadla.



Obr.č.3 Trojúhelník hoření

5. Sportovní disciplíny

5.1 Požární útok

Požární útok je nejznámější a nejčastěji provozovaná disciplína. Soutěží sedmičlenné družstvo, jehož úkolem je co nejrychleji dopravit vodu ze zdroje k terčům.

Na začátku soutěže mají závodníci připravené hadice a další vybavení na základně. Po startu musí zapojit sací vedení, natáhnou hadice a pomocí proudu vody zasáhnout terče. Každý člen týmu má svoji roli, například strojník obsluhuje čerpadlo a útočníci směřují proud vody na terče.

Důležitá je nejen rychlost, ale také přesnost a sebranost týmu. I malá chyba může znamenat ztrátu cenného času.



Obr.č.4 Požární útok

5.2 Požární útok s překážkami CTIF

V požárním útoku s překážkami CTIF soutěží 8 členů + velitel. Velitel má číslo 1 a zbytek členů si rozdělí zbytek čísel.

Velitel družstva přivede družstvo do prostoru nástupiště a podá hlášení „Družstvo SDH.....je nastoupeno k přípravě disciplíny“. Na pokyn rozhodčího se příprava provede. Členové si chystají nářadí a vyzkouší překážky. Po provedení přípravy znovu nastoupí do dvouřadu a velitel podá hlášení „Družstvo je nastoupeno k plnění disciplíny“. Rozhodčí dá povel „Proveďte“. Nyní velitel zavelí „vlevo v bok, pohov“ poté „Připravte se“ a zapíská na píšťalku. Velitel musí vždy překonat překážky jako první až ke značce 65 m, kde si stoupne mezi nástříkové terče a čeká. Závodníci označení čísly 2,3,4,5 obsluhují džberovou stříkačku a mají za úkol naplnit terče. Velitel opouští místo až nastříkají čísla 2 a 3. Ostatní závodníci s čísly 6 až 9 musejí rozložit hadice. Hadicové vedení by mělo mít co nejméně otoček. Hadice musí být rozložena přes vodní příkop, podvlečena pod bariérou, procházet tunelem a poslední rozložena vpravo ve směru běhu od lávky. Čísla 6,7,8 a 9 musí všechny nosiče z hadic dát do bedny, která se nachází za lávkou. Čísla 2,3,4 a 5 po nastříkání musejí přiřadit správný technický prostředek podle svého čísla. 6,7,8 a 9 se středem dráhy mezi terči se přemístí k uzlovému stojanu. Člen 7 vždy váže úvaz na proudnici. Každý váže jeden uzel. V cíli se družstvo opět seřadí do dvouřadu a velitel oznámí ukončení disciplíny.



Obr.č. 5 Stříkání z džberových stříkaček

5.3 Štafeta 4x60 m

Štafeta se běhá v jedné nebo více drahách současně. Družstvo se skládá ze 4 členů. Každá dráha je 2,5 m široká a je rozdělena na 4 úseky po 60 m. Dráhy musí být dostatečně povrchově rovné, především však bezpečné. O použití travnaté dráhy rozhodne pořadatel. Všechny dráhy musí mít cíl v rovině. V okresních nebo obvodových kolech určuje pořadatel, jakým způsobem na sebe navazují jednotlivé úseky, ve vyšších kolech se štafeta provádí na oválu.

Všichni členové si předávají během úseků štafetovou proudnici.

První člen přeběhne kladinu, která je dlouhá 4 m, při sbíhání musí závodník minimálně jednou šlápnout na sebehový můstek. V případě pádu musí kladinu přeběhnout znovu. Závodník na druhém úseku překonává bariéru o výšce 0,7m. V kategorii starší žáci běží chlapec bariéru 1,5 m. Na třetím úseku závodník přenese PHP na podložku tomu určenou, hasicí přístroj nesmí spadnout, jinak je pokus neplatný. Soutěžící na čtvrtém úseku po převzetí štafety běží k hadicím, které rozloží spojí koncovky, jednu připojí k rozdělovači a na další koncovku připojí štafetovou proudnici a běží do cíle. Zde si rozhodčí zkontroluje její zapojení.

V této štafetě je důležitá správná předávka.



Obr.č. 6 Překážky

5.4 400 metrů štafetový běh s překážkami CTIF

Štafetový běh s překážkami CTIF provádí 9 závodníků. Soutěžící mohou používat opasek. Pokud má opasek jeden závodník, musí jim být vybaveno celé družstvo. V okresních kolech si o počtu pokusů rozhodne pořadatel, ve vyšších kolech bude disciplína probíhat ve dvou pokusech. Hodnotí se ten z lepších pokusů.

Na prvním úseku u značky 20 m překoná první závodník žebříkovou stěnu, přičemž musí ruce uchopit prvním dotykem nadhmatem alespoň třetí a čtvrtou příčku a nohy šlápnout na první a druhou příčku. To platí jak pro výstup, tak i pro sestup. Na levém konci žebříku je položena proudnice, kterou soutěžící předá druhému členu družstva. Druhý úsek převezme štafetu a po proběhnutí svého úseku předává třetímu členu družstvu.

Třetí soutěžící převezme štafetu, u značky 70 m uchopí připravenou hadici v nosiči a přenese ji na podložku tomu určenou. Hadice musí ležet a nesmí přesahovat podložku. Po splnění tohoto úkolu předá štafetu dalšímu z členů.

Čtvrtý člen převezme štafetu a běží volný úsek a předá štafetu dalšímu soutěžícímu. Pátý člen převezme štafetu a musí podběhnout laťku, aniž by ji shodil. Při překonání si závodník nesmí laťku držet. Shodí laťku, má možnost znovu tuto laťku usadit a znovu ji překonat.

Šestý úsek převezme štafetu a pak překoná lehkootletickou překážku. Shodí-li překážku, má možnost znovu postavit a překonat ve směru běhu.

Sedmý člen převezme štafetu, běží k PHP a přenese ho na odkládací desku, na kterou ho postaví. Spadne-li PHP závodník jej musí postavit znovu.

Osmý soutěžící převezme štafetu a běží druhý volný úsek a předá štafetu dál.

Poslední soutěžící doběhne k hadicím, tyto spojí, připojí k rozdělovači a s napojenou proudnicí proběhne cílem tak, že viditelně drží buď proudnici, nebo hadici, poté proudnici v cíli odloží na zem.

Štafeta musí být předávána z ruky do ruky. Nepřekoná-li některý člen řádně překážku, může ji překonat znovu.



Obr.č.7 Laťka

5.5 Štafeta požárních dvojic

Štafeta se skládá ze 4 členného družstva. 4 členové + velitel. Družstvo se nastoupí ve dvojstupu, kde velitel stojí vlevo.

Proudnicí, hadicí a přechod může mít kolektiv vlastní, hydrantový nástavec dodává pořadatel.

2 m od startovní čáry je vyznačena čára, na níž je postavena hadice C v kotouči, směr koncovek je libovolný, koncovky se nesmějí dotýkat země. Vlevo od ní je na čáře položena proudnice C. 20 m od startovní čáry je vyznačena čára a na ní je umístěn hydrantový nástavec s přechodem, 9 m od něj je vyznačena čára pro odložení proudnice a 15 od hydrantového nástavce je vyznačena meta.

Na signál startéra vyběhne velitel, oběhne metu a vrátí se za startovní čáru. Žádný z členů nesmí oběhnout okolo mety tzv. „ú krokem“. To znamená, že při obíhání nesmí mít v žádném případě metu jinde než po pravé ruce. Meta nesmí být shozena ani posunuta. První dvojice vyběhne a sebere nářadí a doběhne k hydrantovému nástavci. Jeden z nich rozvine hadici tak, aby kotouč dopadl za vyznačenou čáru jednu koncovku zapojí do hydrantového nástavce a druhou koncovku předá členovi, který má proudnici. Ten ji připojí a odloží na vyznačenou čáru. Po skončení činnosti oba oběhnou metu a vrací se zpět za startovní čáru. Druhá dvojice oběhne metu a při cestě zpět jeden člen odpojí proudnici, přeloží hadici a odpojí ji od hydrantového nástavce a běží s proudnicí do cíle. Druhý musí hadici úplně svinout do dosažení úrovně hydrantového nástavce, poté doběhne do cíle. Hadice musí být svinuta, aby ani jeden z obou konců hadice nebyl delší, než je průměr kotouče hadice.



Obr. č.8 Nesprávně svinutá hadice



Obr. č. 9 Správně svinutá hadice

5.6 Běh na 60 m s překážkami

Soutěží se v kategoriích mladších a starší, hodnotí se zvlášť chlapci a dívky. Každý soutěžící má dva pokusy. Doba přípravy jsou 2 minuty.

Soutěžící je vybavený proudnicí a připraví se na startu. proudnice je zavěšena na opasku. Může se startovat jak z vysokého tak i nízkého startu. Na signál startéra vyběhne a překoná bariéru. Za překážkou jsou na vyznačeném místě postaveny dvě hadice. Závodník uchopí hadice, přeběhne kladinu a rozvine je nebo může překonat kladinu pouze s koncovkami. Spojí hadice, jednu koncovku zapojí do rozdělovače a další do proudnice. Se zapojenou proudnicí probíhá závodník cílem. Po pokynu rozhodčího můžeme odpojit. Závodník buď drží jen hadici nebo proudnici. Nesmí ji držet oběma rukama.



Obr. č.10 Seběh z kladiny



Obr. č.11 Sběr hadic

6. Dorostenecké disciplíny

6.1 Běh na 100 m s překážkami

Tato disciplína je stejná jako běh na 60 m s překážkami, jen dráha má 100 metrů a kladina je delší. Dorostenci přeskakují bariéru, výška bariéry je rozdělena podle věkových kategorií. Starší dorostenci zvládají 2 m bariéru a vysokou kladinu.

6.2 Běh na 100 m s PHP

Závodníci ve všech kategoriích na dráze proskočí okno. Ve vzdálenosti 60 m od startu je ve středu dráhy umístěn přenosný hasící přístroj o minimální hmotnosti 5 kg. Závodník ho uchopí, přenesení na podložku a běží do cíle. Do proběhnutí soutěžícího cílem nesmí PHP spadnout, tom případě je pokus neplatný.

6.3 Výstup na cvičnou věž - nepovinná disciplína

Soutěžící uchopí žebřík a zaujme postavení na startu. Doběhne s žebříkem k věži, pomocí zápichu do písku ho zavěsí na desku okna 2.podlaží. Starší dorostenci jej zavěsí na desku a jejich pokus platí ve 3. podlaží. U dorostenek je pokus ukončen, když se dotýkají oběma nohama podlahy 2. podlaží.

6.4 Štafeta 4x100 m

Dorostenec uchopí žebřík hned na startu. Dorostenky mají žebřík opřen o domeček. Závodník musí vylézt po žebříku nahoru na domeček a seskočit z něj dolů, dorostenky mají ještě doplňkovou plošinu. Předá proudnici členovi, který přeskóčí překážku (u dorostenců se skáče velká bariéra). Závodník nastoupený na hadice převezme štafetu a s hadicemi přeběhne kladinu. Po seběhnutí spojí do sebe hadice, jednu koncovku do rozdělovače a jednu koncovku na proudnici. Proudnici ve vyznačeném úseku odpojí a předá poslednímu členovi. Závodník na čtvrtém úseku převezme štafetu a uchopí PHP a přenesení ho na označené místo, PHP nesmí spadnout.

Ve všech těchto disciplínách se zlepšují časy a padají nové rekordy a to jak u jednotlivců tak i u týmových družstev.

7. Já a hasičské disciplíny

Svoji kariéru jsem začala už v 6 letech, kde jsem začínala s mladším týmem SDH Němčice. V tu dobu se moc na závody nejezdilo, ale jak šel čas, tak jsme začali objíždět více závodů. Za mladší žáky mě to velmi bavilo. Jak požární útoky, tak i uzlovačky. Měla jsem skvělý kolektiv, kde jsme se všichni navzájem podporovali a také jsme vyhrávali. Tým starších se po čase hodně změnil. Běhala jsem jak levý tak i pravý proud, ale když jsme si skvěle vedli přišel covid-19 a pak starší kluci odešli a ty nejlepší časy byly pryč. Kategorii starších žáků jsem si zakončila na stroji, kde mě to asi nejvíce bavilo. V současné době běhám za střední dorostenky, kde sbírám body do tabulky okresní ligy dorostu. Mým největším úspěchem bylo vítězství v okresní lize dorostu za mladší dorostenky. Už druhým rokem běhám také VCB-Velkou cenu Blanenska v požárním útoku.



Obr.č. 12 Diplom

8. Závěr

V mojí ročníkové práci jsem Vám představila mnoho disciplín a jejich provedení. Ačkoliv se s tímto sportem setkávám často, při vypracování této ročníkové práce jsem se dozvěděla hodně nových informací. Příští rok si chci udělat zkoušky na instruktora. V hasičském sportu bych chtěla dále pokračovat, podávat ty nejlepší výkony a užívat si závody.

9. Resume

My final thesis focused on firefighting disciplines. I introduced many disciplines and their implementation. I also showed which disciplines I have pursued and which I still pursue today. While working on my thesis, I discovered a lot of new information about this interesting sport.

ZDROJE

Knihy: Směrnice okresní ligy mládeže a dorostu

<https://oormblansko.wz.cz/>

<https://www.dh.cz/>

<https://hzscr.gov.cz/clanek/discipliny-pozarniho-sportu.aspx?q=Y2hudW09MQ%3D%3D>

Zdroje obrázků

Obr. č.1: vlastní obrázek

Obr. č.2: Logo SH ČMS <https://www.dh.cz/>

Obr.č.3:Trojúhelník hoření

<https://sdh.zdirec.cz/Mlad%C3%AD%20hasi%C4%8Di%20-%20materi%C3%A1ly/dorost/trojuhelnik-horeni.pdf>

Obr. č.4: vlastní obrázek

Obr. č.5: vlastní obrázek

Obr. č.6: vlastní obrázek

Obr. č.7: vlastní obrázek

Obr. č.8: Nesprávně svinutá hadice

https://www.m.obeczahorany.cz/prilohy/2025-03-27_okrsek250326.pdf

Obr. č.9: Správně svinutá hadice

https://www.m.obeczahorany.cz/prilohy/2025-03-27_okrsek250326.pdf

Obr. č.10: vlastní obrázek

Obr. č.11: vlastní obrázek

Obr. č.12: vlastní obrázek