Variabilita technického provedení fyzického útoku na člověka bez obranných prostředků a zbraní

Kryštof Sádlík

Bakalářská práce
2025

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta aplikované informatiky

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta aplikované informatiky
Ústav bezpečnostního inženýrství

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	**Kryštof Sádlík**
Osobní číslo:	**A22726**
Studijní program:	**B1032A020001 Bezpečnostní technologie, systémy a management**
Forma studia:	**Prezenční**
Téma práce:	**Variabilita technického provedení fyzického útoku na člověka bez obranných prostředků a zbraní.**
Téma práce anglicky:	**Variability of the Technical Execution of a Physical Attack on a Person Without Defensive Tools and Weapons.**

Zásady pro vypracování

1. Zpracujte rešerši vybraných publikovaných způsobů fyzického útoku.
2. Připravte a realizujte experiment zaměřený na vybrané varianty provedení fyzického útoku na člověka.
3. Analyzujte výsledky rešerše a experimentu.
4. Zpracujte názorný materiál obvyklých variant fyzického útoku na člověka v podmínkách České republiky.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

1. MILLER, Rory Kane a KANE, Lawrence A. *Přiměřená sebeobrana: efektivní rozhodování v násilné situaci*. Praha: Mladá fronta, 2018. ISBN 978-80-204-5038-8.
2. FAIRBAIRN, W. E. *Scientific Self-Defence*. 1rst Edition. London, England: Naval & Military Pr, 2017. ISBN 9781783317240.
3. BLATNÍKOVÁ, Šárka; FARIDOVÁ, Petra a VRANKA, Marek. *Kriminální styly myšlení: Inventář PICTS-cz*. Praha: Institut pro kriminologii a sociální prevenci, 2016. ISBN 978-80-7338-156-1. Dostupné také z: www.kriminologie.cz.
4. ADAMS, Ronald J. *Jak přežít v betonové džungli: (Street Survival)*. Praha: Armex, 2001. ISBN 80-862-4419-9.
5. GAWRON, Tomáš. *Nutná obrana v právní praxi*. Brno: Václav Klemm – Vydavatelství a nakladatelství, 2023. ISBN 978-80--87713-23-5. Recenze: Mgr. Miloslav Jančík.
6. LAPKOVÁ, Dora. *Analýza a návrh technických prvků obrany s využitím informačních technologií*. Disertační práce, vedoucí doc. Mgr. Milan Adámek, Ph.D. *Doctoral Tehsis*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2017.
7. VÁGNER, Michal. *Problematika gradování obranné situace*. Diplomová práce, vedoucí Ing. Zdeněk Maláník, DCv. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta aplikované informatiky, Ústav bezepčenostního inženýrství, 2013. Dostupné také z: http://theses.cz/id/6x4s7s/.

Vedoucí bakalářské práce: **Ing. Zdeněk Maláník, Ph.D.**
Ústav bezpečnostního inženýrství

Datum zadání bakalářské práce: **11. prosince 2024**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. června 2025**

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
Fakulta aplikované informatiky
DĚKAN
L.S.

doc. Ing. Jiří Vojtěšek, Ph.D. v.r.
děkan

Ing. Jan Valouch, Ph.D. v.r.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 11. prosince 2024

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne ....

podpis autora

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zaměřuje na analýzu nejčastěji používaných technik fyzického útoku v modelových krizových situacích. Cílem výzkumu bylo zjistit, jaké techniky účastníci nejčastěji volí, a zda existuje opakující se vzorec chování u osob bez formálního bojového tréninku. Pomocí experimentu, kterého se zúčastnilo 59 dobrovolníků různého věku a zkušeností, byly sledovány a statisticky vyhodnoceny útoky vedené ve stoje i na zemi. Výsledky ukázaly, že variabilita použitých technik byla nízká, a že účastníci nejčastěji volili údery rukou, kopy, sražení a jednoduché formy fyzického kontaktu. Překvapivě se objevily také techniky jako škrcení či údery loktem, ačkoliv šlo převážně o spontánní, nikoli technicky vedené pohyby. Práce nabízí přehledné vizuální i statistické zpracování výsledků a slouží jako podklad pro tvorbu efektivních výcvikových modelů v oblasti osobní bezpečnosti a sebeobrany.

Klíčová slova: fyzický útok, krizová situace, techniky boje, experiment, simulace, bezpečnost, analýza útoku, chování pod stresem

ABSTRACT

This bachelor's thesis focuses on the analysis of the most frequently used physical attack techniques in simulated crisis scenarios. The aim of the research was to identify which techniques participants chose most often and whether individuals without formal combat training exhibited recurring patterns of behavior. An experimental setup involving 59 volunteers of various ages and experience levels was conducted to observe and statistically evaluate attacks performed both from standing positions and on the ground. The results showed that the variability of used techniques was relatively low, with participants predominantly resorting to punches, kicks, takedowns, and other simple physical actions. Surprisingly, techniques such as choking and elbow strikes also appeared, although they were typically executed in a spontaneous and non-technical manner. The thesis presents a clear visual and statistical overview of the findings and serves as a basis for designing more effective training models in the field of personal safety and self-defense.

Keywords: physical attack, crisis situation, combat techniques, experiment, simulation, safety, attack analysis, stress response

Chtěl bych poděkovat všem, kteří se zúčastnili experimentu.
Zvláštní poděkování patří Dominiku Čagánkovi, Jakubovi Hrličkovi a Davidovi Mikulcovi za pomoc s organizací experimentu a faktu že se nechali dobrovolně bít. V neposlední řadě bych rád poděkoval vedoucímu práce panu doktoru Maláníkovi za odborné poznatky a zkušenosti z praxe.
"Doufej v nejlepší, ale buď připraven na nejhorší."- Lisa Gardner

OBSAH

ÚVOD **13**

I TEORETICKÁ ČÁST **14**

1 ZÁKLADNÍ POJMY **15**

1.1 Útok 15

1.1.1 Forma útoku 15

1.1.2 Trvnání útoku 15

1.2 Zájmy chráněné trestním zákonem 16

1.3 Nepřiměřenost nutné obrany 16

2 TECHNIKA **17**

2.1 Základní techniky útoku 17

2.1.1 Údery a kopy 17

2.1.2 Chvat 17

2.1.3 Hmat 18

2.1.4 Páčení 18

2.1.5 Bolestivá uchopení 19

II PRAKTICKÁ ČÁST **21**

3 HYPOTÉZY **22**

4 REÁLNÉ SITUACE **23**

4.1 Situace 1 23

4.2 Situace 2 28

4.3 Situace 3 28

5 STATISTIKA TECHNIK ÚDERU **30**

6 PŘÍPRAVA EXPERIMENTU **31**

6.1 Bezpečnost figuranta 31

6.2 Scénáře útoku 32

7 DATA ZÍSKANÁ Z EXPERIMENTU **33**

7.1 Útoky 33

8 DETAILY POUŽITÝCH TECHNIK **37**

8.1 VE STOJE 37

8.1.1 Úder na hlavu, hruď, břiho 37

8.1.2 Kop na hruď, břiho, stehna 38

8.1.3 Odstrčení 40

8.1.4 Sražení 41

8.1.5 Ostatní 43

8.2 NA ZEMI 44

8.2.1 Úder na hlavu, hruď, břiho 44

8.2.2 Kop na hlavu, hruď, břiho, do zad 46

8.2.3 Údery lokty na hlavu, břicho 46

8.2.4 Škrcení 47

9 VÝSLEDNÝ DOKUMENT **48**

ZÁVĚR **49**

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY **51**

SEZNAM OBRÁZKŮ **52**

SEZNAM TABULEK **53**

SEZNAM PŘÍLOH **54**

ÚVOD

Fyzický konflikt je situace, se kterou se člověk může setkat zcela nečekaně – ať už v kontextu napadení, sebeobrany či krizové situace vyžadující okamžitou reakci. Přestože existuje množství teoretických přístupů a sebeobranných technik, reálné chování lidí ve stresu často neodpovídá naučeným schématům, ale vychází z instinktivních a jednoduše realizovatelných pohybů. Z tohoto důvodu je nezbytné zkoumat, jaké konkrétní techniky lidé skutečně používají, když se ocitnou pod tlakem a v roli útočníka nebo obránce.

Tato bakalářská práce se zaměřuje na analýzu reálných útoků provedených v modelových situacích, a to formou experimentu, kterého se zúčastnili dobrovolníci bez hlubších zkušeností s bojovými sporty či sebeobranou. Cílem bylo zjistit, jaké formy fyzického útoku se objevují nejčastěji, jaký mají průběh, a zda se určité techniky opakují napříč různými osobami a scénáři. Výsledky tohoto výzkumu přinášejí cenné poznatky pro praxi – například při navrhování tréninkových programů, bezpečnostních opatření nebo simulací útoků.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 ZÁKLADNÍ POJMY

Je důležité nejprve vymezit a přesně definovat klíčové pojmy, které se bezprostředně vztahují k tomuto tématu. Mezi tyto pojmy patří zejména definice útoku a jeho jednotlivých typů či forem, přičemž je třeba rozlišit různé přístupy k jeho rozdělení. Dále je nezbytné věnovat pozornost zákonům, které upravují oblast sebeobrany, a dalším právním normám, jež se s tímto tématem pojí. Klíčové je také objasnit pojem „technika“ z pohledu různých kontextů, jako jsou bojové systémy, bojové sporty a bojová umění, přičemž je třeba zdůraznit rozdíly mezi těmito disciplínami a jejich specifické charakteristiky.

1.1 Útok

Útok, který představuje jednu z podmínek pro uplatnění nutné obrany, lze definovat jako reálné, úmyslné a bezprostředně hrozící nebo aktuálně probíhající protiprávní jednání. Toto jednání je zároveň nebezpečné a zaměřené proti zájmu, případně proti více zájmům, které jsou chráněny trestním zákonem. Tímto způsobem se jedná o situaci, kdy je třeba chránit hodnoty nebo práva, jež mají zákonnou ochranu před nebezpečným jednáním jiné osoby.

Počátek útoku nastává v okamžiku, kdy útočník nebo skupina útočníků svým jednáním projevují jakoukoli formu agresivního chování vůči napadené osobě. Toto chování může mít různé podoby, například přibližování se k napadenému s úmyslem zaútočit nebo ohrožování zbraní, přičemž takové jednání signalizuje zahájení útoku. [1, 2]

1.1.1 Forma útoku

Forma útoku označuje konkrétní způsob, jakým je útok prováděn. Může zahrnovat různé podoby, například verbální útok, fyzický útok beze zbraně, útok se zbraní, nebo dokonce útok formou opomenutí, tedy nečinnosti. Příkladem takového opomenutí může být situace, kdy majitel psa nezasáhne a nezadrží svého psa, přestože zvíře ohrožuje jinou osobu. Tento způsob útoku, i když se neprojevuje přímým jednáním, může mít stejně závažné důsledky jako aktivní agresivní chování. [1]

1.1.2 Trvnání útoku

Trvající útok představuje situaci, kdy již došlo k fyzickému napadení, ohrožování zbraní nebo jiné formě výhrůžky. V takovém případě je přirozenou reakcí napadené osoby obranné

jednání, jehož cílem je odvrátit útok a ochránit sebe nebo jiné osoby před dalším ohrožením. Tento stav obvykle vyžaduje rychlé a adekvátní řešení, aby bylo možné účinně čelit útoku.

Přímo hrozící útok bývá často obtížné rozpoznat, protože útočník může své záměry signalizovat různými způsoby. Může jít například o verbální napadení, uchopení zbraně či jiného předmětu, který by mohl zvýšit účinnost jeho útoku, nebo jiné podobné projevy. Pokud však před samotným útokem nejsme s útočníkem v kontaktu, například když stojíme na zastávce a útočník náhle přiběhne, často nemáme možnost na tuto situaci včas zareagovat. Takové situace ztěžují obranné reakce, protože chybí dostatečný časový prostor pro přípravu. [2]

1.2 Zájmy chráněné trestním zákonem

Zájmy chráněné trestním zákonem nejsou v trestním zákoníku definovány jako konkrétní hodnoty, ale představují širší spektrum základních práv a právem chráněných hodnot. Podle vyjádření Policie České republiky mezi tyto zájmy patří například ochrana života, zdraví, majetku, osobní a domovní svobody a další významné hodnoty. Je důležité zdůraznit, že jednotlivec má právo nejen bránit své vlastní zájmy, ale může rovněž bránit zájmy jiné osoby, pokud jsou ohroženy. [3, 4]

1.3 Nepřiměřenost nutné obrany

Podle §29 trestního zákoníku se o nutnou obranu nejedná v případech, kdy je obranné jednání zcela zjevně nepřiměřené způsobu útoku. Obrana proti útoku musí být sice nepřiměřená v tom smyslu, že je dostatečně účinná k jeho zastavení, avšak nesmí překračovat určitou hranici zcela zjevné nepřiměřenosti. Příkladem zcela zjevně nepřiměřené obrany by byla situace, kdy by na útok ve formě facky byla reakce bodnutím nožem, což by bylo považováno za extrémní a nepřijatelný způsob obrany. [5]

2 TECHNIKA

V této kapitole si rozebereme techniky, zranitelná místa na liském těle a rozdělení základních útoků.

2.1 Základní techniky útoku

2.1.1 Údery a kopy

Zásahy charakterizované velkou kinetickou energií mají vysoký destruktivní potenciál a mohou výrazně ovlivnit průběh konfliktu. Klíčové je, že účinnost těchto zásahů není dána délkou jejich působení – nezáleží na tom, zda útočník vyvine tlak na tělo protivníka po dobu několika sekund, nebo pouze zlomek sekundy, například desetinu či setinu. Mezi nejúčinnější způsoby, jak protivníka destabilizovat, patří údery a kopy, které se vyznačují nejen svou rychlostí, ale také schopností vyvinout vysokou energii na malou plochu. Tyto techniky mohou útočníka ochromit, narušit jeho rovnováhu nebo jej přímo zastavit v jeho útoku. V situaci, kdy je útočník díky těmto zásahům zbaven schopnosti aktivně útočit či se bránit, lze s úspěchem přistoupit k dalším metodám kontroly. [2]

2.1.2 Chvat

Chvat představuje pohybový technický prvek, který byl převzat z některé úpolové disciplíny, například z bojových sportů, jako je judo, zápas nebo jiné podobné disciplíny. Jeho hlavním cílem je dostat soupeře do takové polohy, která jej výrazně znevýhodňuje a ve které zpravidla prohrává. Na rozdíl od technik zaměřených na přímé působení bolesti není bolest u chvatu primárním cílem – hlavní důraz je kladen na zablokování či znehybnění soupeře.

Nicméně, ve skutečných bojových situacích, kde je nutná efektivní aplikace, může být i vyvolání bolesti účelově využito jako součást chvatu. Chvaty často zahrnují kombinace různorodých technik a představují komplexní soubor pohybů. Obvykle zahrnují prvky páčení, úderové techniky a techniky porazové školy, které již od svého zahájení směřují k dosažení konkrétního cíle. Tento cíl se může v různých kontextech lišit – například ve sportovním klání jde o dosažení vítězství nad soupeřem přivedením jej do stavu bezmoci, zatímco v profesní přípravě příslušníků ozbrojených sborů a složek může být cílem splnění služebního úkonu a zajištění vlastní i obecné bezpečnosti.

Součástí chvatů mohou být také bolestivá uchopení nebo podpůrné hmaty zaměřené na

vitální body lidského těla, které mohou zvýšit jejich účinnost. Chvaty jsou konstrukčně složitější a často kombinovanou pohybovou technikou ve srovnání s jednoduššími hmaty. Tato složitost jim však umožňuje být flexibilními a efektivními nástroji jak v bojových sportech, tak i v reálných sebeobranných a profesionálních situacích. [2]

2.1.3 Hmat

Hmat představuje technický, pohybový prvek, který může sloužit jako nástroj sebeobrany nebo útoku, případně jako blokující technika. Jeho hlavním cílem je cíleně a účelově působit bolest, a to zejména prostřednictvím bolestivých uchopení nebo tlaků zaměřených na vitální body lidského těla. Tento přístup zahrnuje přímé atakování těchto zranitelných míst, čímž se dosahuje výrazné bolesti a omezuje nebo zcela ukončuje pohybová aktivita protivníka.

Základní charakteristika hmatu spočívá v bolestivém působení na vitální místo, přičemž tato technika využívá stisk nebo tlak prstů, případně předloktí, lokte či jiných částí těla. Účelem tohoto zásahu je potlačit pohybové možnosti protivníka a ve specifických situacích, například při profesních donucovacích zákrocích, dosáhnout cíle stanoveného právní normou. Tento cíl může zahrnovat zajištění bezpečnosti, neutralizaci hrozby nebo splnění konkrétního úkolu během služebního zákroku.

Hmat se obvykle provádí jednou rukou, případně paží, pokud se tlak vyvíjí například předloktím nebo loktem. Díky své konstrukční jednoduchosti je hmat nejzákladnější formou útočné či obranné techniky. Navzdory své jednoduchosti je však velmi účinný, protože dokáže efektivně přivést soupeře do situace, kdy již není schopen aktivního odporu. Tím se hmat stává univerzálním nástrojem v širokém spektru situací od osobní sebeobrany až po profesionální donucovací postupy. [2]

2.1.4 Páčení

Páčení je technika spočívající v manipulaci pohyblivých a skloubených částí lidského těla do poloh, které překračují běžný rozsah pohyblivosti, případně se těsně přibližují k této hranici. Cílem této techniky je vyvolat bolest, která přirozeně omezuje nebo zcela zastavuje pohybové aktivity protivníka.

V kontextu profesní sebeobrany páčení slouží jako účinný prostředek k donucení protivníka splnit konkrétní příkazy. Mezi typické situace, kde se páčení uplatňuje, patří:

- **Vyvedení nebo odvedení osoby** z určitého místa.
- **Zrušení pasivního odporu**, například při nečinnosti nebo úmyslném blokování.
- **Donucení k pohybu**, například k nastoupení nebo vystoupení do nebo z vozidla.
- **Znehybnění protivníka** za účelem prohledání či přiložení pout.

Díky schopnosti páčení efektivně neutralizovat odpor protivníka je tato technika široce využívána nejen v oblasti profesionálního zásahu, ale i v osobní sebeobraně. Přesnost provedení a důraz na bezpečnost přitom zajišťují, že při správné aplikaci nedochází k vážnějšímu poranění, přestože protivník je donucen k okamžitému ukončení odporu. [2]

2.1.5 Bolestivá uchopení

Bolestivá uchopení jsou specifickým typem technik, které se zaměřují na manipulaci s bolestivými místy na lidském těle, a to především na citlivé body, které jsou schopny vyvolat intenzivní bolest. Tyto techniky zahrnují hmaty a stisky, které mohou mít různou intenzitu v závislosti na použitém tlaku. Tlak, který je vyvíjen na tělo, může mít několik forem – od pomalého přiložení, které postupně zvyšuje intenzitu bolesti, až po rychlý a silný tlak, jenž může být na hranici úderu nebo kopu. Rychlost, s jakou tlak působí, hraje klíčovou roli v účinnosti těchto technik. Pomalejší tlak bývá užíván pro precizní zaměření na konkrétní bolestivé místo, což je ideální v případech, kdy je potřeba způsobit bolest s cílem zneškodnit nebo ovládnout protivníka bez trvalých následků.

Na druhé straně rychlý tlak, který je aplikován velmi rychle, může mít silnější efekt, jelikož přechází do podoby úderu nebo kopu. Tento typ tlaku je efektivní v situacích, kde je vyžadována okamžitá reakce, například k zastavení útoku, narušení rovnováhy protivníka nebo oslabení jeho schopnosti se bránit. Rozdílnost v těchto formách tlaku je tedy především dána rychlostí působení, což má za následek rozdílný efekt na tělo napadeného.

Dalším zásadním faktorem, který ovlivňuje efektivitu bolestivého uchopení, je plocha, na kterou je tlak veden. Různé části ruky nebo těla mohou být použity k aplikaci tlaku, a to v závislosti na požadovaném účinku a zaměření techniky. Příklady použitých ploch zahrnují:

- **Špičky prstů** – Tato forma tlaku je často využívána pro cílené zasažení citlivých míst, jako jsou oči, krk nebo klíčové body na těle. Špičky prstů mohou být využity pro jemný, ale silný tlak.

- **Pěst** – Pěst je účinná při silnějším tlaku a obvykle se používá pro přímý úder do určité oblasti těla, zejména na hlavu nebo trup. Tento typ tlaku je výrazně silnější a často se kombinuje s rychlými pohyby pro větší efektivitu.
- **Podrážka boty** – Použití podrážky boty je technika, která se obvykle používá v situacích, kdy je potřeba rychlé a silné odražení protivníka nebo ovládnutí konkrétní části jeho těla, například jeho nohy. Podrážka poskytuje větší plochu pro rozložení síly, což zvyšuje efektivitu tlaku.

Tyto různé formy tlaku a plochy aplikace se mohou kombinovat v závislosti na konkrétní situaci, čímž vytvářejí širokou škálu technik. Ať už je použit tlak pomalý nebo rychlý, vždy záleží na záměru techniky a cíleném efektu, kterého chce útočník dosáhnout, ať už jde o zneškodnění protivníka, jeho ovládnutí nebo jiný účel.

Celkově lze říci, že bolestivá uchopení, jakýmkoli způsobem aplikovaná, mají za cíl efektivně ovlivnit chování a pohybové schopnosti protivníka, přičemž rychlost, intenzita a plocha tlaku rozhodují o úspěšnosti této techniky. [2]

II PRAKTICKÁ ČÁST

3 HYPOTÉZY

Mým předpokladem je, že většina útoků směřovaných na stojícího člověka bude převážně vedena údery pěstí na obličej. Dále předpokládám, že pouze minimální počet úderů bude zaměřen na střed těla. V případě, že napadená osoba upadne na zem, lze očekávat, že útočník začne používat kopy jako další formu útoku. Rovněž vycházím z předpokladu, že většina těchto incidentů bude mít charakter hospodských rvaček, které často vznikají v důsledku emocionálního vypětí nebo konfliktů pod vlivem alkoholu.

4 REÁLNÉ SITUACE

Pro lepší představu o různých technikách si můžeme prohlédnout následující příklady, které jsem náhodně vybral z širšího spektra situací. Tyto situace slouží k získání přehledu o nejčastěji používaných technikách, které útočníci využívají při útocích. Po prozkoumání jednotlivých příkladů si tyto techniky porovnáme a analyzujeme, abychom zjistili, jaké mají podobnosti, jaké rozdíly mezi nimi existují, a jak se mohou lišit v závislosti na konkrétních okolnostech útoku. Tímto způsobem získáme lepší přehled o tom, jak útočníci přistupují k různým formám napadení a jakými způsoby mohou být jednotlivé techniky použity.

4.1 Situace 1

Na tramvajové zastávce se odehrává incident mezi mladým mužem a těhotnou ženou. Mladý muž začíná situaci eskalovat tím, že ji verbálně napadá, přičemž své slova doprovází agresivními gesty. Žena, která se cítí ohrožena, si celou situaci natáčí na svůj mobilní telefon, pravděpodobně s cílem mít důkaz o probíhajícím napadení. Muž, viditelně rozrušený, se najednou rozhodne přistoupit k ní a pokračuje ve svých verbálních útocích, přičemž ještě více zvyšuje intenzitu svého chování. V tomto okamžiku svírá pravou ruku v pěst, což naznačuje, že je připraven na fyzickou konfrontaci. Jeho chůze je přitom velmi nepřirozená a neklidná, což vyvolává dojem, že má v úmyslu něco agresivního podniknout.

Jak se muž přibližuje na vzdálenost přibližně čtyř metrů, zvedá pravou ruku a jeho úmysly jsou jasné – připravuje se na útok. Jakmile je ruka nad jeho hlavou, rozevře ji a pohybuje ji směrem k ženě, přičemž naznačuje facku. Žena, která nereaguje na předchozí hrozby, zůstává klidná a neprojevuje žádnou obavu. To však nebrání útočníkovi, aby skutečně vykonal fyzický útok a udeřil ženu fackou přímo do obličeje. Po této akci se útočník otočí a začne odcházet od místa konfliktu, ale žena, stále držící mobilní telefon, se rozhodne pokračovat za ním.

Po několika metrech chůze se muž opět otočí a připravuje se na další útok, tentokrát zaměřený na ženu pěstí. V tuto chvíli však zasahuje kolemjdoucí muž, který se rozhodne jednat. Zareaguje rychle a chytne útočníka kolem krku, přičemž ho stahuje k zemi. Jakmile útočník leží na zemi, bránící muž se ho snaží verbálně odehnat a varuje ho, aby přestal, zatímco mu dává několik ran pěstí. Když útočník odpovídá agresivními slovy a gesty, bránící muž neotálí a opakuje útok pěstí. Na závěr, když útočník stále projevuje agresi, bránící muž

útočníka kopne do oblasti krku, čímž eskaluje situaci a zajišťuje, že útočník nebude dále představovat hrozbu. Po této konfrontaci bránící muž odchází pryč, přičemž celá situace se uklidní [6].

Na obrázku 4.1 vidíme situaci, která splňuje všechny potřebné podmínky pro vymezení nutné obrany. Útočník v tomto případě vykazuje několik klíčových znaků, které naznačují bezprostřední hrozbu útoku. Prvním z těchto znaků je jeho přibližování se k ženě, přičemž se dostává do kontaktu, tedy na takovou vzdálenost, která umožňuje fyzický útok. Bez tohoto přiblížení by útočník, který není ozbrojen, nebyl schopen ženu napadnout, protože by mezi nimi zůstala dostatečná vzdálenost, která by mu neumožnila účinně zaútočit. Dalším signálem hrozícího útoku je skutečnost, že pravá ruka útočníka je sevřena do pěsti, což může být příprava na fyzický úder. Kromě toho je styl jeho chůze výrazně nepřirozený a podezřelý, což naznačuje, že jeho kroky nejsou běžné, ale směřují k agresivnímu jednání. Tato kombinace faktorů vytváří jasný obraz o nebezpečné situaci, která si vyžaduje okamžitou reakci.



Obrázek 4.1 Útočník se přibližuje, pravá ruka v pěst

(zdroj: 6)

Obrázek 4.2 zobrazuje útočníka, který se již nachází v kontaktní vzdálenosti a naznačuje facku. V tomto okamžiku je patrné, že útočník má ruku „nataženou“, což naznačuje jeho úmysl zasáhnout ženu s větší silou. Tato příprava na úder je viditelná v jeho gestech, které signalizují, že se chystá na fyzický útok. Taková příprava je indikátorem toho, že se situace vyostřuje a útočník má v úmyslu skutečně provést útok s cílem způsobit škodu nebo zranění.



Obrázek 4.2 Útočník v kontaktní vzdálenosti, naznačuje facku

(zdroj: 6)

Na obrázku 4.3 vidíme opětovné „natažení“ úderu pěstí, kdy útočník připravuje svůj útok, než je následně zpacifikován bránícím mužem. Tento moment jasně ukazuje, že útočník se

chystá použít pěst k útoku, přičemž jeho ruka je připravena k silnému úderu.



Obrázek 4.3 Útočník útočí pěstí

(zdroj: 6)

Obrázek 4.4 zobrazuje obránce, který právě uchopil útočníka pod krkem a stahuje ho k zemi. Tato technika, která je známá jako „kravata“, byla umožněna nezkušeností útočníka a jeho špatným balancem, což mu znemožnilo efektivně se bránit. Díky těmto faktorům se obránci podařilo rychle a účinně neutralizovat útočníka tím, že využil jeho zranitelnosti a přivedl ho na zem, kde už neměl možnost pokračovat v útoku. Tato situace ukazuje, jak důležitý je správný pohyb a technika v kritických okamžicích sebeobrany.

Toto ukončení útoku, které je zobrazeno na obrázku 4.5, by pravděpodobně bylo z právního hlediska považováno za zcela zjevně nepřiměřené. Útočník již ležel na zemi a nekladl žádný odpor, ani nepředstavoval žádné bezprostřední ohrožení pro okolí. V tomto případě by pokračování v útoku, jak je vidět na obrázku, bylo považováno za excesivní a překračující meze oprávněné sebeobrany. Takové jednání by mohlo být kvalifikováno jako zbytečné a neadekvátní, což by mohlo mít právní následky pro obránce.



Obrázek 4.4 Obránce chytá útočníka pod krkem a zhazuje

(zdroj: 6)



Obrázek 4.5 Obránce kope útočníka

(zdroj: 6)

4.2 Situace 2

V podchodu vidíme útočníka, který násilně tahá ženu za vlasy po zemi. Následně začíná udělovat rány pěstí do hlavy. Jakmile se dostane do pozice, kdy má nad ženou kontrolu, přesune svou váhu a postoj, zaklekne nad ní, a následně ji chytí za hlavu. V tomto okamžiku jí několikrát tvrdě udeří o betonovou podlahu, což může mít vážné následky. Po tomto útoku útočník pokračuje v tahání ženy pryč, což ukazuje na jeho úplnou kontrolu nad situací a pokračující násilí. Tento eskalující útok ukazuje vážné ohrožení ženy, která se nachází v naprosto bezbranné pozici [7].

4.3 Situace 3

Dva muži se nacházejí v očividném konfliktu, vzájemně na sebe křičí a fyzicky se strkají. Vedle nich stojí třetí muž, který celou situaci sleduje s úsměvem a zjevně se baví tím, co se děje. Po krátké chvíli však tento muž změní své chování, sevře pravou ruku do pěsti, „natáhne“ ji a následně s plnou silou zaútočí na jednoho z mužů. Rána míří do obličeje a je natolik silná, že napadený okamžitě padá na zem. [8].

Z obrázku 4.6 je znovu patrné opakované využití techniky „natažení“ úderu, která se v analyzovaných datech ukazuje jako velmi častý a opakující se prvek. Tato technika spočívá v přípravě útočníka na silný a přesný úder, což zvyšuje jeho efektivitu a intenzitu. Její častý výskyt v dostupných příkladech naznačuje, že se jedná o běžně používaný způsob provedení útoku, který může být snadno rozpoznatelný a zároveň poskytuje obránci určité indicie k předvídání útočníkových záměrů.



Obrázek 4.6 Natažení úderu

(zdroj: 8)

5 STATISTIKA TECHNIK ÚDERU

Tabulka 5.1 Četnost užitých technik při napadení

Úder pěstí	Kop	Úder lokty	Jíné	Celkem napadení
11	4	1	4	13

(zdroj: vlastní)

Na základě analyzovaných dat bylo zjištěno, že naprostá většina fyzických útoků provedených bez použití zbraně se soustřeďuje na údery pěstí do oblasti hlavy. Tento typ útoku se vyskytoval opakovaně a dominoval napříč různými scénáři. Útoky mířené na jiné části těla – například trup nebo končetiny – se objevovaly výrazně méně často, což ukazuje na určitý vzorec instinktivního chování u účastníků experimentu.

Zajímavým a poněkud překvapivým zjištěním bylo, že tento trend přetrvával i v případě, kdy napadená osoba již ležela na zemi. Původní hypotéza předpokládala, že v takové situaci dojde ke změně techniky – očekávalo se, že útočníci častěji zvolí kopy nebo jiné formy kontaktu nohama, jelikož se jedná o pohyb přirozeně dostupný ve výhodnější posturální pozici. Data však ukázala opak – i v poloze na zemi útočníci primárně využívali údery rukou, čímž došlo k vyvrácení původního předpokladu.

Aby bylo možné tento závěr lépe podložit a ověřit jeho spolehlivost, byl proveden experiment realizovaný v kontrolovaném prostředí. Ten by měl umožnit přesnější sledování chování útočníků v různých situacích a poskytnout další důkazy, které buď potvrdí, nebo definitivně vyvrátí výchozí hypotézu o změně techniky v závislosti na poloze napadeného. Tímto krokem bude možné dále zpřesnit poznatky o přirozeném chování člověka ve stresové, útočné situaci.

6 PŘÍPRAVA EXPERIMENTU

Při návrhu experimentu byl kladen důraz na zajištění co největší diverzity mezi zúčastněnými osobami. Důležitou součástí je i variabilita profesního zázemí účastníků, což by mohlo ovlivnit jejich vnímání a reakce na situace spojené s útokem.

Navíc bylo přepokládáno, že významné rozdíly budou patrné také v závislosti na tom, zda jedinec má zkušenosti se sebeobranou nebo bojovými sporty. Tito jedinci by mohli projevovat odlišné chování a volit specifické obranné strategie v porovnání s těmi, kteří takové zkušenosti nemají. Zajištění této rozmanitosti by mělo experimentu dodat komplexnější perspektivu a umožnit hlubší analýzu různých faktorů ovlivňujících lidské chování v krizových situacích.

Další otázkou je, jak se bude útočník chovat v situacích kdy se figurant brání, či nikoli.

Další klíčovou otázkou, kterou bylo nutno v experimentu zohlednit, je, jak se změní chování útočníka v situacích, kdy figurant projeví obranné reakce, oproti situacím, kdy zůstává pasivní a nebrání se.

Je pravděpodobné, že samotná obrana figuranta může ovlivnit intenzitu i povahu útoku. Útočník může například reagovat zvýšením agresivity, změnou použité techniky, nebo naopak ústupem v případě, že narazí na efektivní obranu. V situacích, kdy figurant neprojevuje žádný odpor, může útočník působit s menší intenzitou, nebo naopak eskalovat násilí, aby dosáhl svého cíle.

6.1 Bezpečnost figuranta

Pro zajištění realismu experimentu bylo nezbytné vytvořit podmínky, ve kterých falešný útočník nebude mít obavy použít dostatečnou sílu při útoku na figuranta. Klíčovým faktorem bylo zajistit kvalitní ochranné pomůcky a dostatek figurantů, aby bylo možné minimalizovat riziko zranění a zajistit, že každý figurant měl dostatečný čas na odpočinek mezi jednotlivými situacemi.

Vzhledem k tomu, že se jedná o simulaci útoků beze zbraně, byla jako ochrana zvolena boxerská helma, která chrání hlavu a obličej, ochranná vesta, jež absorbuje nárazy do těla a ochrana stehen proti kopům. Tyto pomůcky nejen chrání figuranty, ale také umožní útočníkovi soustředit se na věrné provedení útoku bez obav o bezpečnost účastníka.



Obrázek 6.1 Figurant s ochranými pomůckami

(zdroj: vlastní)

6.2 Scénáře útoku

Pro minimalizaci ovlivnění provedené techniky útočníka byla instrukce jednoduchá a přímá: "Zbij figuranta do bezvědomí."Tato formulace by měla zajistit, že se útočníci budou chovat co nejpřirozeněji, bez snahy přizpůsobovat své chování či techniku očekáváním experimentu.

7 DATA ZÍSKANÁ Z EXPERIMENTU

V rámci experimentu, který se zaměřoval na znázornění různých technik útoku, se zúčastnilo celkem 59 respondentů. Z tohoto počtu bylo 34 osob (57,6%) označeno jako zkušení, což znamená, že měli předchozí znalosti nebo zkušenosti v dané oblasti. Z hlediska pohlaví výrazně převažovali muži – tvořili 51 účastníků (86,4%), zatímco žen bylo pouze 8 (13,6%).

Věkové rozpětí respondentů bylo poměrně široké – nejmladší účastník měl 19 let a nejstarší 36 let. Medián věku byl 21 let, což značí, že většina respondentů byla mladšího věku. Tyto údaje poskytují základní přehled o složení vzorku, na kterém byly sledovány reakce na různé scénáře útoků v rámci experimentu.

7.1 Útoky

Pří útocích ve stoje se objevila širší škála technik, které se lišily intenzitou, způsobem provedení i cílovou oblastí těla. Výsledky ukazují, že i při boji ve stoje se útočníci často zaměřují na klíčové části těla, a to jak prostřednictvím přímých úderů, tak pomocí technik, které vedou k destabilizaci protivníka.

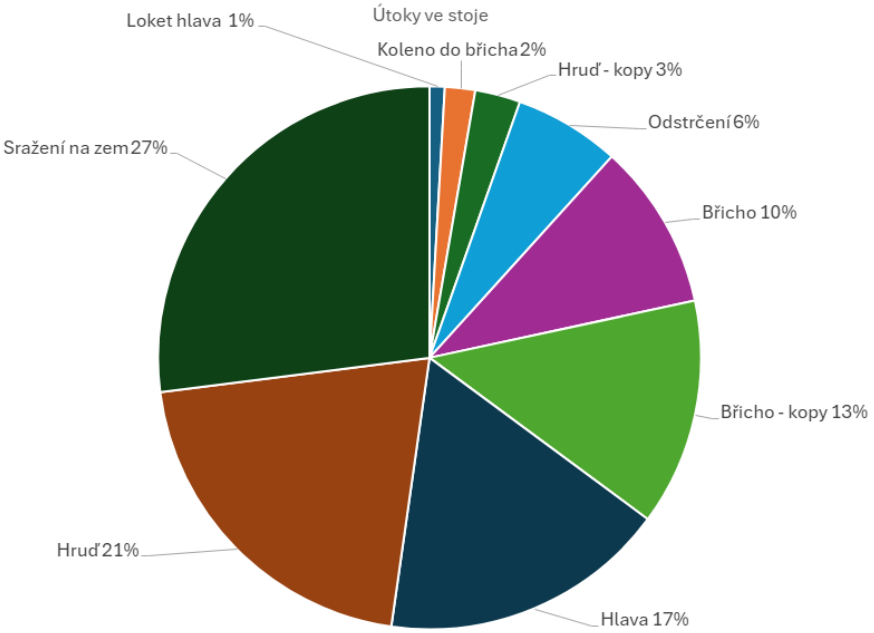
Nejčastější zaznamenanou technikou bylo sražení na zem, které se objevilo v 30 případech. Tato technika ukazuje na snahu útočníků získat výhodu tím, že protivníka vyvedou z rovnováhy a přenesou konflikt na zem, kde je často obtížnější se bránit. Následovalo zasažení hrudníku (23 případů) a hlavy (19 případů), což opět potvrzuje, že horní část těla je velmi častým cílem útoků.

Dalšími významnými technikami byly kopy do břicha (15) a samotné údery na břicho (11), které ukazují na snahu útočníka zasáhnout střed těla, často s cílem ztížit dýchání nebo znehybnit protivníka. Odstrčení se vyskytlo v 7 případech, přičemž jde o techniku s nižší intenzitou, ale s potenciálem vyvolat pád nebo vychýlení z rovnováhy. Tato technika se vyskytovala převážně u žen.

Mezi méně časté, ale stále relevantní techniky patřily kopy na hruď (3 případy), kopy kolenem do břicha (2) a úder loktem na hlavu (1 případ). Tyto útoky představují přímé, často velmi intenzivní formy agrese, u nichž hrozí výrazné fyzické poškození.

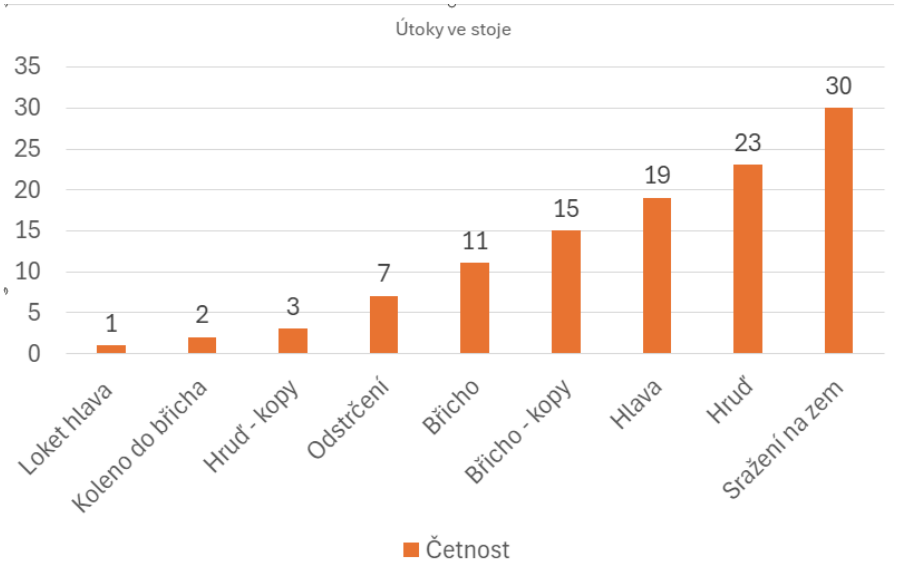
Celkově lze říci, že při útocích ve stoje byla patrná větší variabilita v použitých technikách a že cílem bylo často nejen způsobit fyzickou újmu, ale i destabilizovat soupeře a převést boj

do jiné fáze, například na zem. Útoky směřující na hlavu, hruď a břicho dominovaly, což je v souladu s obecnými poznatky o cíleném násilí v sebeobranných nebo konfliktních situacích.



Obrázek 7.1 Koláčový graf četnosti útoků ve stoje

(zdroj: vlastní)



Obrázek 7.2 Sloupcový graf četnosti útoků ve stoje

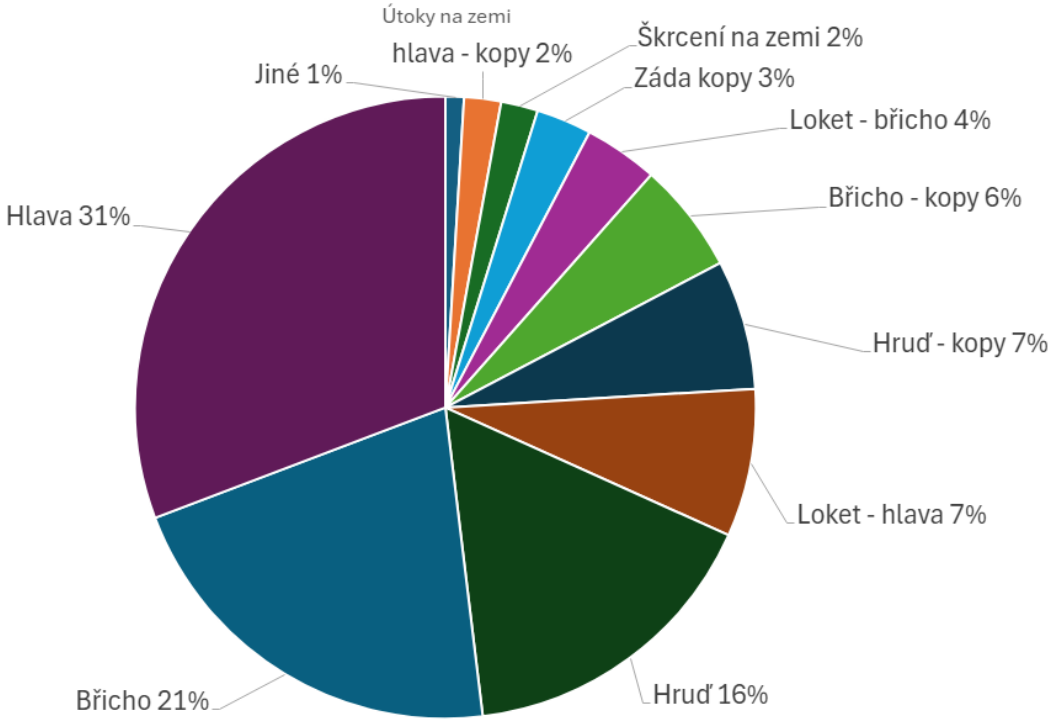
(zdroj: vlastní)

Při útocích na zemi, bylo zaznamenáno více než deset různých typů technik, přičemž se ukázalo, že některé části těla byly napadány výrazně častěji než jiné.

Nejčastěji cílenou oblastí byla hlava, která se objevila ve 32 případech útoku. To potvrzuje, že i v boji na zemi zůstává hlava primárním cílem, což může mít vážné následky pro napadeného. Při útocích na hlavu se převážně vyúžívaly údery pěstí. Na druhém místě se nacházelo břicho s 22 záznamy útoků, následované hrudí se 17 případy. Tyto statistiky naznačují, že útočníci často volili centrální části těla, které jsou snadno dostupné i v omezeném prostoru boje na zemi.

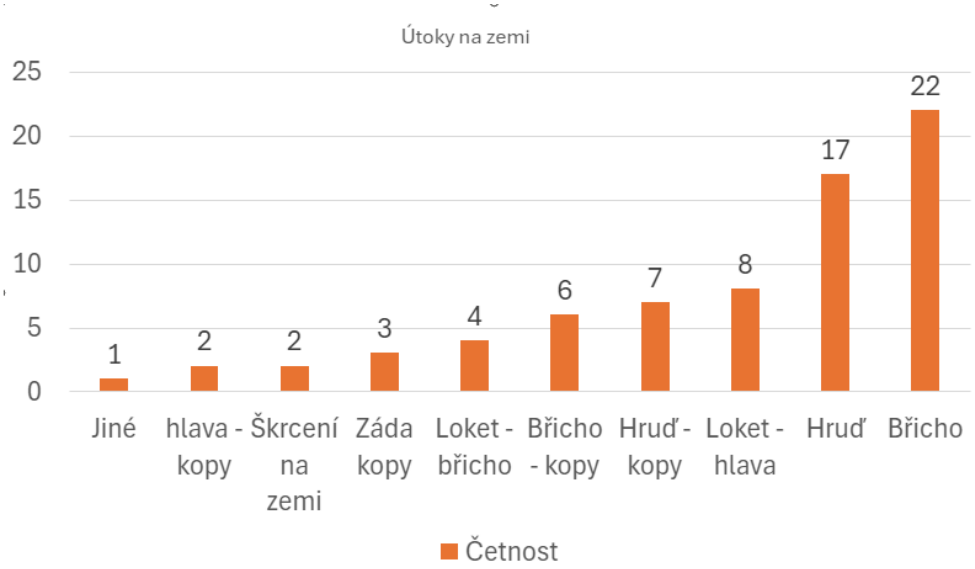
Dalšími technikami útoků byli kopy na hruď (7), břicho (6) a záda (3). Kopy do těchto oblastí mohou být velmi efektivní, zejména pokud je protivník již ležící a není schopen se bránit. Zaznamenány byly také údery loktem – konkrétně do břicha (4 případy) a do hlavy (8 případů). Loket jako zbraň je v kontaktním boji velmi účinný a nebezpečný, obzvlášť v těsném kontaktu na zemi.

Mezi méně časté, ale stále významné techniky patřilo škrcení na zemi (2 případy) a kopy do hlavy (2 případy). Tyto techniky naznačují vysokou míru agrese a mohou mít velmi závažné zdravotní následky. Celkově tyto výsledky ukazují, že boj na zemi je vysoce rizikový a zaměřuje se především na životně důležité nebo citlivé části těla.



Obrázek 7.3 Koláčový graf četnosti útoků na zemi

(zdroj: vlastní)



Obrázek 7.4 Sloupcový graf četnosti útoků na zemi

(zdroj: vlastní)

8 DETAILY POUŽITÝCH TECHNIK

8.1 Ve stoje

8.1.1 Úder na hlavu, hruď, břiho

Údery, bez ohledu na to, na kterou část těla byly směřovány, měly společný charakteristický prvek – zřetelný náznak přípravy k samotnému úderu. Tento „natahovací“ pohyb obvykle spočíval v mírném zakývnutí ruky nebo celého trupu, čímž útočník získal větší razanci i hybnost pro následný zásah. Takové předběžné pohyby často působí jako varovný signál, ale zároveň slouží k získání lepší dynamiky a síly úderu.

Po této přípravné fázi následoval samotný úder, který měl buď přímou trajektorii – tedy klasický přímý úder vpřed směrem k cíli, často vedený na obličej nebo hrudník – nebo se jednalo o hákový pohyb, tedy úder vedený obloukem z boku. Hákové údery bývají častěji používány k zasažení hlavy z nečekaného úhlu, zatímco přímé údery jsou rychlejší a míří přímo na střed těla nebo obličeje.

Tento postup – příprava pohybu a následný razantní zásah – byl patrný napříč většinou sledovaných situací, což naznačuje, že i neškolení útočníci intuitivně používají podobné biomechanické vzorce pro zvýšení účinnosti svého útoku.



Obrázek 8.1 Nápřah úderu

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.2 Hákový úder na hlavu

(zdroj: vlastní)

8.1.2 Kop na hruď, břiho, stehna

Kopy měly ve sledovaném experimentu dvě základní technická provedení, která se opakovaně objevovala napříč různými situacemi. Prvním typem byl kop přímý, tedy úder nohou vedený rovně vpřed, obvykle mířící na břicho, hruď nebo kolena. Tento typ kopu je charakteristický svou rychlostí a přímočarostí, často využívaný k udržení odstupu od protivníka nebo k okamžitému zasažení zranitelného místa.

Druhým častým provedením byl kop obloukem, známý také jako roundkick. Ten se vyznačuje vedením nohy po obloukové trajektorii, obvykle z boku směrem k tělu nebo hlavě soupeře. Roundkick je technicky náročnější, ale zároveň potenciálně devastující, zejména pokud zasáhne oblast hlavy nebo žeber.

Podobně jako u úderů, i u kopů byla výrazně patrná fáze přípravy, tedy určitý náznak pohybu před samotným kopem. Tento přípravný pohyb často zahrnoval mírné natočení trupu, přešlápnutí nebo zvednutí kolene, což útočníkovi umožnilo získat větší sílu a stabilitu při následném zásahu. Tato příprava zároveň sloužila k načasování kopu a jeho přesnému nasměrování na vybraný cíl.



Obrázek 8.3 Nápřah kopu z boku

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.4 Kop z boku

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.5 Kop přímý

(zdroj: vlastní)

8.1.3 Odstrčení

Odstrčení představovalo techniku, kterou v rámci experimentu využívaly převážně ženy. Tato reakce byla zřejmě zvolena jako instinktivní způsob, jak si vytvořit odstup a získat čas či prostor pro další útok.

Typickým provedením této techniky bylo použití obou rukou současně, kdy se účastnice pokusily co největší silou zatlačit proti tělu figuranta. Často přitom zapojily celou svou tělesnou váhu, například přenesením váhy z nohou dopředu nebo dynamickým krokem vpřed. Cílem nebylo způsobit zranění, ale vyvést protivníka z rovnováhy, případně jej částečně odsunout nebo srazit, čímž se otevřel prostor pro další akci.



Obrázek 8.6 Odstrčení

(zdroj: vlastní)

8.1.4 Sražení

Sražení protivníka na zem bylo v experimentu jednou z výrazněji zastoupených technik a bylo prováděno několika různými způsoby, které se lišily jak mírou síly, tak použitým principem. Všechny tyto varianty však měly společný cíl – dostat figuranta na zem, vyvést ho z rovnováhy a tím získat výhodu pro další pokračování útoku nebo zabránění jeho protiakci.

Jedním z nejčastějších způsobů bylo podkopnutí nohou, při kterém útočník provedl rychlý pohyb směrem k dolním končetinám figuranta a snažil se jej vyvést z rovnováhy buď kopem, nebo švihem nohy za jeho nohy. Tato technika byla velmi efektivní zejména při útoku zblízka, kdy byl protivník méně připraven reagovat.

Další variantou bylo sražení úchopem za oblečení, kdy útočník nejprve uchopil protivníka za tričko, bundu nebo jinou část oděvu, a pomocí trhnutí nebo tahu směrem dolů jej strhl na zem. Tento způsob se často pojil s použitím tělesné hmotnosti a dynamiky pohybu, čímž se zvýšila účinnost celé techniky.

Nejagresivnější formou sražení pak bylo „zaháknutí“ za krk, tedy obejmutí nebo sevření krku a následné stažení celého těla směrem k zemi. Tato technika kombinovala prvek škrcení se silovým manévrem a mohla být pro figuranta obzvláště destabilizující a nebezpečná, obzvlášť pokud nebyl připraven pád absorbovat.

Tyto různé způsoby sražení ukazují, že účastníci experimentu intuitivně využívali různé prostředky ke získání nadvlády v konfliktu, přičemž volba konkrétní techniky často závisela na situaci, postavení těl a dostupnosti jednotlivých možností.



Obrázek 8.7 Tah za oblečení

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.8 Kravata

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.9 Kravata

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.10 Kravata

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.11 Cílená pozice po průběhu stažení kravatou

(zdroj: vlastní)

8.1.5 Ostatní

Údery loktem a kopy kolenem patřily v rámci experimentu mezi nejméně využívané techniky. Jejich výskyt byl ojedinělý a vyskytoval se téměř výhradně u účastníků, kteří ve vstupním dotazníku uvedli předchozí zkušenost s bojovými sporty. To naznačuje, že tyto techniky nejsou běžnými útoky, ale vyžadují určitou úroveň tréninku, technické dovednosti a především znalost správného načasování a provedení.

Údery loktem jsou obecně velmi účinné v krátké vzdálenosti, například při boji zblízka nebo v klinči, kdy není možné použít plný rozsah paže. Přestože mají vysoký potenciál způsobit zranění, byly využívány jen zřídka – pravděpodobně právě kvůli jejich technické náročnosti a také kvůli riziku poranění při nesprávném provedení.

Podobně kopy kolenem vyžadují určitou dávku jistoty a kontroly nad vlastním tělem. Jsou účinné především na střed těla – břicho nebo stehna – a využívají přirozenou sílu dolních končetin. Ve sledovaných situacích se však tato technika objevila jen výjimečně a téměř výlučně u těch, kteří měli za sebou nějaký druh systematického tréninku.

Nízký výskyt těchto technik tedy odráží nejen jejich náročnost, ale i to, že většina účastníků preferovala jednodušší, instinktivnější formy útoku, jako jsou přímé údery pěstí či kopy. Zároveň je jejich přítomnost zajímavým ukazatelem toho, jak výrazně může trénink v bojových sportech ovlivnit chování jedince v konfliktní situaci.



Obrázek 8.12 Útok kolenem do břicha

(zdroj: vlastní)

8.2 Na zemi

8.2.1 Úder na hlavu, hruď, břiho

Útoky na zemi probíhaly v experimentu překvapivě jinak, než se původně předpokládalo. Předběžná hypotéza předpokládala, že útočníci budou při boji na zemi využívat převážně kopy – především kvůli výhodné pozici, kdy je útočník ve stoje a může snadno použít nohy k zasažení protivníka ležícího na zemi.

Ve skutečnosti se ale ukázalo, že nejčastější formou útoku byly údery rukou, nikoli kopy. Účastníci se většinou rozhodovali pro údery mířené na hlavu, trup nebo břicho, přičemž právě tyto oblasti byly nejčastějšími cíli i ve stoje. Údery působily přirozeněji a byly zřejmě

vnímány jako snadněji proveditelné i efektivní, zejména v kontextu stresu a omezeného prostoru.

Zajímavým opakujícím se prvkem bylo také typické „natažení“ úderu, které se objevovalo i v boji na zemi. Tento náznak přípravy – například mírné zakývnutí paže nebo celého těla před samotným úderem – byl patrný i v případech, kdy se očekávalo spíše spontánní nebo reflexivní chování. Přesto si většina účastníků nevědomky vytvářela prostor a setrvačnost pro razantnější zásah, a to i v omezených podmínkách boje na zemi.



Obrázek 8.13 Úder pěstí na zemi

(zdroj: vlastní)



Obrázek 8.14 Nápřah úderu na zemi

(zdroj: vlastní)

8.2.2 Kop na hlavu, hruď, břiho, do zad

Kopy se naopak objevovaly méně často. Je možné, že pro účastníky působily méně stabilně nebo hůře proveditelně v situaci, kdy protivník leží na zemi a jejich vlastní rovnováha by mohla být ohrožena. Někteří se mohli také podvědomě obávat následků silnějšího zásahu nebo zranění při pokusu o kop v omezeném prostoru.

Výsledky tak ukazují, že i když teoreticky mohou být kopy na zemi velmi účinné, v praxi účastníci častěji volili jednodušší a přirozenější formy útoku, které nevyžadují složitou koordinaci ani přesné načasování. Tento rozdíl mezi očekáváním a realitou je důležitý zejména při plánování výcviku sebeobrany nebo při analýze lidského chování v krizových situacích.



Obrázek 8.15 Kop na zemi

(zdroj: vlastní)

8.2.3 Údery lokty na hlavu, břicho

Údery loktem se při boji na zemi objevovaly nečekaně často, a to i přes to, že ve stoje šlo o techniku využívanou spíše výjimečně. V rámci experimentu se ukázalo, že právě v kontaktu na zemi – zejména při boji zblízka nebo v poloze, kdy se útočník nachází nad protivníkem – představuje loket přirozený a efektivní nástroj k útoku.

Vzhledem k malé vzdálenosti mezi útočníkem a figurantem bylo použití plnohodnotného úderu pěstí často prostorově omezené. Loket v takové situaci umožňoval krátký, ale silný

úder, který bylo možné snadno kontrolovat i z polohy v kleku nebo pololehu. Z toho vyplývá, že někteří účastníci intuitivně využili tuto možnost jako adaptivní reakci na omezený manévrovací prostor, přestože se nejednalo o techniku, kterou by většina z nich běžně ovládala.



Obrázek 8.16 Úder loktem na zemi

(zdroj: vlastní)

8.2.4 Škrcení

Škrcení se v rámci boje na zemi objevilo pouze v několika případech, přesto šlo o překvapivý a neočekávaný jev, zejména vzhledem k tomu, že se nejednalo o techniku běžně předpokládanou u laické populace. Ještě překvapivější bylo zjištění, že tuto formu útoku využili výhradně muži, a to převážně bez předchozí zkušenosti s bojovými sporty nebo tréninkem sebeobrany.



Obrázek 8.17 Škrcení na zemi

(zdroj: vlastní)

9 VÝSLEDNÝ DOKUMENT

Výsledný dokument je navržen tak, aby co nejpřehledněji a srozumitelně prezentoval nejčastěji používané techniky útoku. Klade důraz na vizuální i textové zpracování jednotlivých prvků tak, aby byl srozumitelný nejen pro odborníky, ale především pro laickou veřejnost. Každá technika je zobrazena jednoduchým způsobem, čímž umožňuje čtenáři pochopit její průběh a charakter, i bez předchozích znalostí v oblasti bojových umění nebo sebeobrany. Důraz je kladen na jednoduchost a názornost, aby bylo možné snadno sledovat logiku pohybu a rozpoznat jednotlivé fáze útoku. Cílem tedy není jen prezentace dat, ale i edukace široké veřejnosti prostřednictvím srozumitelného obsahu.

ZÁVĚR

Data získaná z experimentu jednoznačně ukazují, že variabilita použitých technik fyzického útoku není příliš vysoká. Účastníci se opírali o přirozené a jednoduše proveditelné techniky, které se často opakovaly. Mezi nejčastější formy útoku patřily údery rukou, zejména na hlavu a trup, následované kopy a technikami srážení. Překvapivě se vyskytly i méně očekávané formy, jako škrcení nebo údery loktem, objevující se zejména v boji na zemi. Experiment tak poukazuje na typické, instinktivní reakce lidí v simulované krizové situaci, a zároveň potvrzuje, že bez cíleného tréninku lidé sahají k omezenému spektru pohybových vzorců.

Tyto závěry mohou sloužit jako praktický podklad pro návrh tréninkových modulů v oblasti sebeobrany či bezpečnostních systémů, protože ukazují, jaké typy útoků jsou v realitě nejpravděpodobnější.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

[1] MGR. MIROSLAV MLČÁK, . *Útok*. Online. Dostupné z: https://www.buchtik.eu/Revo/revo_prav_utok.htm. [cit. 2025-01-02].

[2] TOMÁŠ HASÍK, 2013. *Hodnocení útoku z hlediska použité techniky*. Online. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Dostupné z: http://hdl.handle.net/10563/25234. [cit. 2025-01-02].

[3] POR. BC. VERONIKA ČERMÁKOVÁ. *Osobní bezpečí | Nutná obrana a krajní nouze | PČR*. Online. Dostupné z: https://bezpecny.stredoceskykraj.cz/temata/osobni-bezpeci-nutna-obrana-a-krajni-nouze-pcr/. [cit. 2025-01-02].

[4] MGR. MIROSLAV MLČÁK, . *Chráněné zájmy a oprávněná osoba*. Online. Dostupné z: https://www.buchtik.eu/Revo/revo_prav_obr.htm. [cit. 2025-01-02].

[5] ČESKÁ REPUBLIKA, 2009. *§ 29 zákona č. 40/2009 Sb. trestní zákoník - znění od 01.01.2025*. Online. In: Zákony pro lidi. AION CS, ©2010-2025. Dostupné z: https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40#p29. [cit. 2025-01-03].

[6] PAVEL NÁDVORNÍK, 2024. *VIDEO: Mladík na ulici napadl těhotnou ženu. Kolemjdoucí tvrdě zakročil*. Online. Dostupné z: https://tn.nova.cz/zpravodajstvi/clanek/573358-video-mladik-na-ulici-napadl-tehotnou-zenu-kolemjdouci-tvrde-zakrocil. [cit. 2025-01-03].

[7] CNN PRIMA NEWS, 2024. *Brutální útok v Brně: Spadla jsem ze schodů, tvrdila zbitá žena. Agresora usvědčilo video*. Online. Dostupné z: https://cnn.iprima.cz/brutalni-utok-v-brne-agresor-zenu-vlacel-po-nadrazi-a-bil-s-ni-o-zem-zasahli-straznici-425093. [cit. 2025-01-03].

[8] ONDŘEJ POŘÍZEK, 2024. *Útok v Praze: Agresor pěstí knokautoval muže, ukazuje video. Hledá ho policie*. Online. Dostupné z: https://cnn.iprima.cz/agresor-jednou-ranou-zpusobil-muzi-vazna-zraneni-hlavy-patra-po-nem-policie-442271. [cit. 2025-01-03].

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 4.1 Přibližování útočníka 24
Obrázek 4.2 Útočník naznačuje facku 25
Obrázek 4.3 Útočník útočí pěstí 26
Obrázek 4.4 Obránce shazuje útočníka 27
Obrázek 4.5 Obránce kope útočníka 27
Obrázek 4.6 Natažení úderu 29
Obrázek 6.1 Figurant s ochranými pomůckami 32
Obrázek 7.1 Procentuální četnost útoků ve stoje 34
Obrázek 7.2 četnost útoků ve stoje 34
Obrázek 7.3 Procentuální četnost útoků na zemi 36
Obrázek 7.4 četnost útoků na zemi 36
Obrázek 8.1 Nápřah úderu 37
Obrázek 8.2 Hákový úder na hlavu 38
Obrázek 8.3 Nápřah kopu z boku 39
Obrázek 8.4 Kop z boku 39
Obrázek 8.5 Kop přímý 39
Obrázek 8.6 Odstrčení 40
Obrázek 8.7 Tah za oblečení 41
Obrázek 8.8 Kravata 42
Obrázek 8.9 Kravata 42
Obrázek 8.10 Kravata 42
Obrázek 8.11 Cílená pozice útočníka z kravaty 43
Obrázek 8.12 Útok kolenem do břich 44
Obrázek 8.13 Úder pěstí na zemi 45
Obrázek 8.14 Nápřah úderu na zemi 45
Obrázek 8.15 Kop na zemi 46
Obrázek 8.16 Úder loktem na zemi 47
Obrázek 8.17 Škrcení na zemi 47

SEZNAM TABULEK

Tabulka 5.1 Četnost užitých technik při napadení..... 30

SEZNAM PŘÍLOH

PŘÍLOHA P I: Nejčastnější techniky útoku

PŘÍLOHA P I: NEJČASTNĚJŠÍ TECHNIKY ÚTOKU

Tento dokument popisuje nejčastější techniky použité při útocích na člověka beze zbraně.