

ZÁKLADNÍ ŠKOLA ÚPICE-LÁNY

PALACKÉHO 793, 542 32 ÚPICE



ABSOLVENTSKÁ PRÁCE

MOTOCROSS

ŠKOLNÍ ROK 2021-2022

VERONIKA HEJCMANOVÁ

9.A

I ÚVOD

II TEORETICKÁ ČÁST

1 CO JE TO MOTOKROS

2 OBLEČENÍ JEZDCE

2.1 Povinná a nepovinná výstroj

3 NAŠI NEJLEPŠÍ JEZDCI

3.1 Martin Michek

3.2 Jan Wagenknecht

4 PŘÍPRAVA NA ZÁVODY

4.1 Starost o sebe a o motorku

5 NÁROČNOST MOTOKROSU

6 POPULARITA MOTOKROSU

7 NAŠE TRATĚ

7.1 Loket

7.2 Radeč

8 ZNAČKY MOTOREK

8.1 KTM

III PRAKTICKÁ ČÁST

1 Rozhovor

IV Závěr

V Seznam použité literatury

VI Seznam příloh

I ÚVOD

Jelikož se sama zajímám o motokros a chtěla bych si ho alespoň jednou zkusit zajet na čas, tak jsem se rozhodla, napsat na toto téma svou absolventskou práci.

Protože máme závodní motokrosovou dráhu přímo za domem a můj bratr se motokrosu věnuje, tak se mi už jednou podařilo tuto dráhu projed na bratrově motorce a moc se mi to líbilo. Byl to opravdu neskutečně silný zážitek, který mě zajímal víc a víc a chtěla jsem se tomu věnovat stejně jako on.

V této absolventské práci, bych chtěla všem přiblížit co to motokros vlastně je a v čem spočívá jeho krása, ale také jeho nebezpečí.

II TEORETICKÁ ČÁST

1 CO JE TO MOTOKROS?

Motokros je druh adrenalinového motocyklového sportu, který je celkem dost finančně drahý a hlavně nebezpečný, může se stát i smrtelný úraz, proto motokros nemůže jezdit jen tak každý. Motokros se jezdí na speciálně upravených motorkách a na speciálních uzavřených tratích, které jsou buď přírodně nebo uměle vytvořené. Na těchto tratích se stále dokola jezdí časově měřené kola. Tratě se skládají z prudkých skoků, rovinek a různě prudkých zatáček. Motorky, které jsou určeny pro jízdu na takto upravených tratích dělíme do výkonových kategorií podle různých kubatur.



Obrázek č.1

2 OBLEČENÍ JEZDCE

Pro svou bezpečnost musí mít motokrosoví jezdci speciální oblečení, které je pro tento nebezpečný sport určený. Součástí oblečení je i speciálně upravená helma, kterou musí mít každý jezdec co sedne na motorku. Motokrosové oblečení je z velmi kvalitních materiálů, je doplněné o funkční prvky, které především zajišťují dobrou ventilaci a hlavně pohodlí jezdce.

2.1 Povinná a nepovinná výstroj

Na motokrosové motorce, pokud se nejedná o závodníka, se dnes může jezdit v jakémkoliv oblečení, ale v tomto případě jezdec není chráněn před případným zraněním a různými zlomeninami. Je to velice nebezpečné. Závodníci mají motokrosový řád, podle kterého se musí obléknout. Nedodržením tohoto řádu, se nesmí závodník závodu zúčastnit. Hobby motokrosový jezdec může jezdit jakkoliv oblečený a špinavý. Závodní jezdec musí být však čistý a upravený se všemi ochrannými pomůckami. Pokud opravdu nad tímto sportem uvažujete, musíte na to připravit i vaši peněženku. Tím, že si koupíte motorku, to nekončí, je nutné si také pořídit i základní jezdeckou výbavu a to není opravdu levná záležitost. Bez níže jmenovaných věcí a chráničů, by se motokros jezdit neměl a závodník ani nemůže. Jde hlavně o zdraví a vlastní bezpečnost.

Mezi příslušné ochranné pomůcky, které závodník musí používat, patří helma, ochranné brýle, chrániče bérců a kolen, chrániče loktů, dres s dlouhým rukávy, dlouhé kalhoty, boty a rukavice. Všechny tyto ochranné pomůcky jsou u závodníků namátkově kontrolovány v čekacím prostoru. Všechny tyto věci by měl mít správně i hobby jezdec. Tyto chrániče zajistí jezdcovi určitou bezpečnost.

Většina helem má vyndavací polstrování a to z toho důvodu pozdějšího vyprání od bahna a potu. Pro motokros jsou vyráběny i speciální brýle. Musí dobře sedět v helmě a musí mít odpovídající větrací otvory. Určitě není vhodné používat brýle lyžařské či jiné.

Vnitřní molitanový okraj musí dosedat na obličej po celém obvodu. Pokud tomu tak není, může se do očí dostat prach a nebo stékající pot z čela. Motokros je totiž fyzicky náročný, takže se u něj určitě zapotíte. Brýle by měly mít plastová skla, na které se nasazují strhávací slidy. Nemělo by se jezdit s poškrábaným sklem, poněvadž proti slunci je přes něj špatně vidět.

Chrániče hrudi, loktů, předloktí, kolen, holenní a ledvinový pás, by měly být upevněné tak, aby při jízdě nevadily, nesjížděly a zároveň také neškrtily. Dnes není jen pro okrasu, ale jsou

pod ním schované chrániče. Bývá volný, aby nebránil pohybu a je zastrčený v kalhotách. Neměl by být černé barvy. Na dres by měli být použité výrazně fosforové barvy, aby byl jezdec na trati dobře viděn a také rozeznán od druhých jezdců. Závodníci jsou pak dobře rozpoznány od druhých jezdců. Závodníci jsou pak dobře rozpoznány pořadateli, fanoušky, ale také ostatními jezdci.

Kalhoty mají různé výztuže, většinou na zadku a kolenou. Jsou z materiálu, které odolávají opotřebení a musí být tak volné, aby se do nich chrániče kolen a ledvinový pás. I u kalhot je lepší použít výrazné fosforové barvy stejně jako u dresu. Motokrosově rukavice mají spoustu vyztužených a protiskluzových ploch, proto by se neměli používat rukavice zimní či pracovní nebo jiné. Rukavice nesmí škrtit, nesmí být volné a musí přiléhavě sedět na ruku. Motokrosově boty by měly dobře sedět na noze i s motokrosovou podkolenkou nebo tréninkovou ponožkou, poněvadž dobře sají pot. Boty by neměli tlačit, jinak by jezdec neměl v noze cit a nesmí být ani volné, jinak se dělají puchýře.



Obrázek č.2

3 NAŠÍ NEJLEPŠÍ JEZDCI

3.1 Martin Michek

Martin se k motorkám dostal přes jeho rodinu a hlavně jeho staršího bratra, který jezdil závody a trénoval. Bylo to u něho doma na denním pořádku, jelikož měli v garáži motokrosovou motorku. Jako malý dítě dostal motorku k Vánocům když mu bylo pouze sedm let, jeho první motokrosová motorka byla Yamaha PW 80.

Martin se podíval po celém světě, jedna z nejhezčích míst kde byl tak je Amerika a Brazílie. Jeho největší vrcholy a nejlepší úspěchy v motokrosu jsou dvakrát násobnej více mistr světa ve třídě MX3. Na titul mistra stále čeká, ten mu utekl pouze o šest bodů. Je čtyřikrát násobnej mistr Evropy a osmnáctkrát násobnej mistr České republiky, takže v motokrosu dosáhl skoro všeho co se dá. Také se podíval s motokrosem i do Mexika. Martin začal před třemi lety jezdit Dakar ale to neznámá že ještě s motokrosem nepřestal, motokros je totiž jeho vášeň kterou dělá od mala a jde si za ní. I přestože jezdí Dakar tak je pro něho motokros lepší, už jen z toho důvodu že tam je styk s diváky, což na Dakaru nejde. Kvůli Dakaru si hlavně trénuje svojí rychlost, kterou doplňuje motokrosem. Rally je většinou přes zimu do jara a motokros začíná na jaře do zimy, takže to je vlastně super spojení. Na motokrosu má rád když se kola točí, je tam adrenalin a rychlost, bohužel jde ale motokros hodně dopředu finančně, ale technika je dneska opravdu na výborný úrovni. Pro Martina je Dakar více nebezpečnější než motokros, protože tam člověk nikdy neví kam jede, musí se koukat do notebooku kde hledá věci a to vše ve velkých rychlostech, snadno se přehlídne jakákoliv díra, nerovnost nebo nějaký výmol, ale i přesto ho to hodně naplňuje.

Martina jsem se zeptala na otázku: Která značka podle vás dominuje nejvíce? Jeho odpověď : Tak dneska je celosvětovou značkou určitě KTM, hlavně dává velkou podporu jezdcům, ale je tam i plno jiných značek, které se dostávají do popřetí. Je i plno nových fabrik co vznikají na motorky.



Obrázek č.3

3. 2 Jan Wagenknecht

Jan Wagenknecht je nejznámějším jezdcem mladší kategorie. Jan bydlí v Trutnově a jezdí trénovat motokros do Trutnova nebo do Rudníku, samozřejmě že se projel i jinými tratěmi po celé České Republice a ne jen po České Republice ale i po světě, kde jezdí závody. Motokros začal jezdit v roce 2008, kde mu bylo pouhých osm let. Začínal na motorce Honda CRF50 na ní jezdil až do roku 2009. V roce 2010 mu jeho rodiče koupili KTM SX50. Na podzim MMČR Juniorů přišel jeho první pád, kterým si zlomil ruku a jeho sezona byla u konce. Další rok 2011 dostal Husqvarnu CR50, Jan měl dvě motorky ale ani jedna z těch dvou motorek ho neuplatnila. Proto koupili KTM SX50 (2012), i když nedohnal své ztracené body, skončil na 2 místě v republice. Rok 2012 se chtěl seznámit s 65, což se taky stalo. Sice nebylo tolik pohárků ale zlepšení bylo vidět. V roce 2013 se zúčastnil závodu a to Mistroství světa Juniorů, bohužel se ale nekvalifikoval ale zkušeností nabral příliš, závod odjel na KTM SX65 (2014). Poté vyhrál MMČR Juniorů 65ccm. Ke konci sezony koupili Kawasaki KX8, na které pokračovaly jeho další sezony. Dále se přesunul k Husqvarně 250 4t, na které jezdí do teď.

Jana jsem se zeptala na otázku :

Která značka podle vás dominuje nejvíce? :

Jeho odpověď : KTM, protože KTM má pod sebou GAS GAS a Husqvarnu, většina startovní pole jsou tyhle tři značky.



Obrázek č.4

4 PŘÍPRAVA NA ZÁVODY

Příprava v motokrosu je celkem těžká. Když někdo chce závodit chce to hlavně odhodlání. Motokros není žádnou výjimkou. Dobré umístění v žebříčku závodníků je podmíněno důmyslnou přípravou, která zahrnuje kondici, techniku, taktiku. Chce to i dobrou psychiku.

4.1 Starost o sebe a o motorku

Starost o sebe chce taktickou a psychickou přípravu, samozřejmě i dobrou kondičku. Taktika neboli způsob vedení boje je důležitá příprava v motokrosu. V taktické přípravě by měl závodník rychle reagovat kdyby se změnila situace v závodě.

Do taktiky také patří neodmyslitelně přebírání zkušeností od starších jezdců co mají nějaké zkušenosti, nebo samostatné ukázky (rady). I mistr světa neustává v přípravách a vybírá si startovací pole, přemýšlí na ideální nájezd do první zatáčky po startu. Spolu s mechanikem nastaví správně podvozek, zvolí také vhodnou trysku a také si zvolí nejlepší pneumatiku pro aktuální podklad.

Mezi psychologickou přípravu patří hlavně pevné nervy. Motorka je dokonale připravena na závod a jezdec má dostatečně natrénovanou techniku jízdy a naučenou nejrychlejší stopu na trati. Je několik základních věcí na které se zaměřit, například jde o své sebevědomí, které by měl mít každý jezdec. Když jezdec nezpochybňuje své schopnosti a dovednosti ve špatný čas, je potřeba zvýšit své sebevědomí. Jezdci se málo kdy nezpochybňují na tréninkových jízdách, ale spíše při závodních rozjíždkách. Proto se stává že závodník je rychlejší při tréninkových jízdách než při rozjíždkách. Příčinou bývá obrovský tlak na jezdce. Další věc je schopnost se soustředit na věci na které se má. Negativní věci jsou strhující pozornost ale takto je to ve všech sportech, ne jenom v motokrosu. Když se závodních naučí ignorovat negativní věci tak, zpravidla vítězí v rychlosti reakce. Motokros nelze jezdit bez fyzické přípravy, při motokrosu jsou namáhány všechny části těla, a proto je to důležité nepodceňovat. Zaměřit by se mělo spíše na posilování svalů břicha, zad a končetin. To vše musí být pravidelné. Pravidelné tréninky by měli být spíše od zkušeného trenéra, ale určitě není špatný samostatný trénink. Trénuje se spíše v zimní sezoně, v letní se jezdí na motorce. Závodní období jsou spíše sezony (duben – říjen). Závodník využívá všeho, co získal v tréninkovém neboli posilovacím období. Jelikož samostatný přechod mezi tréninkovým a jízdním období je těžký tak je i období před závodní, ve kterém závodník věnuje plno času formě. Závodní forma je poté vyvrcholení celé

své přípravy. I v závodním období stále probíhá tréninkové období. V tělesné přípravě také patří (vytrvalost, reakce, rychlost, síla). Přechodné období je (říjen – listopad) je to zvláštní a náročná část. Přechodní období nejde zaměňovat místo tréninkového období. Trénink by měl vypadat nějak takto (běh, jízda na kole, lehké posilování).

5 NÁROČNOST MOTOKROSU

Motokros se jezdí na blátě, písku a hlíně s obrovskými skoky, a proto se může stát mnoho ošklivých zranění. Jízdy trvají přibližně třicet minut plus nějaké kola, což je fyzicky náročné. Naučit se motokros není jen o jízdě na motorce, ale i o posilování v posilovně, běhání, jízda na kole a další příprava fyzicky. Proto aby se nám nestala máme chrániče, na různé části těla. I přesto se stane, ale nějaké zranění. Výběr motokrosu je individuální, každý preferuje něco jiného. V dnešní době je spousta jiných značek, velikostí. Motorky se rozdělují na 55ccm, 85ccm, 125ccm, 250ccm 2T (dvoutaktní motor), 250 ccm 4T (čtyřtaktní motor), 300 ccm 2T, 350 ccm a 450 ccm. Nejznámější značky motorek jsou KTM, Husqvarna, Yamaha, Suzuki, Kawasaki a Honda. Motokros je i psychicky složitý, třeba před závodem je taky velká, ale tohle všechno už jsem psala v kapitole „Starost o sebe a o motorku“ neboli „Příprava na závody“. Při tomto extrémním sportu musí být přítomna příslušná pomoc. Proto někde poblíž musí být záchranná služba. Další důvod mít dobrou fyziku je ten že musí zvládnout hmotnost motocyklu.

6 POPULARITA MOTOKROSU

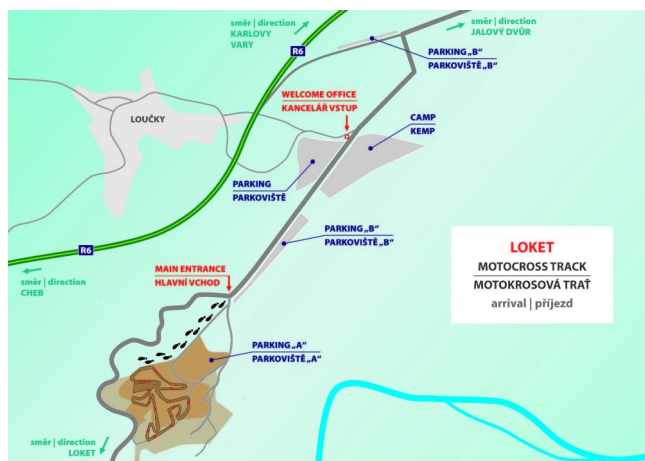
Jako první věc bych chtěla zmínit, že motokros není hodně populární. Dá se říct že tento sport skoro nikdo nezná na rozdíl od fotbalu. Právě proto jsem si vybrala tuto Absolventskou práci a lidem přiblížila co je to vůbec motokros. Motokros si získal největší a hlavně první popularitu ve Velké Británii. Takže se dá říci že se motokros vyvinul ve Velké Británii. První ročník motokrosu se jel 20. července roku 1947 v nizozemském Haagu. Kdo vymyslel motokros se neví, ale Travis Pastrana vymyslel základy freestyle motokrosu a vymýšlel většinu skoků. Motokros je nahraditelný neboli z motokrosu je odvozeno několik dalších sportů, např. Freestyle Motokros (FMX)...

7 NAŠE TRATĚ

Motokros se jezdí na různých tratích, ať už uměle nebo přírodně vytvořených. Tratě si lze vybírat podle složitosti. Ať už jednoduché tratě nebo složité tratě, kde se jezdí mistrovství republiky.

7.1 Locket

Trat' Locket je jedna z nejznámějších tratí mistrovství republiky. Jezdí se tam spoustu závodů jak už mistrovství nebo i normální. První úpravy trati byli v roce 1973, hlavní zásluhu měl na to Milan Pavlíček, dřívější kapitán československé reprezentace pro Šestidenní motocyklovou soutěž. První závody v Lokti se nazývali „O Zlatý štít města Loktě“. Vítězem prvního závodu se stal Jan Pošvář. V roce 1974 byli další úpravy trati, byla tam postavena tribuna pro diváky a oploceno závodíště. V roce 1993 se jel v Lokti první závod Mistrovství Evropy, ve třídě 250ccm. Účast byla ze 13 států. A první závod Mistrovství světa se jel v roce 1995, účast byla ze 14 zemí. V roce 2009 byli další obrovské úpravy trati. Nově bylo přemístěno a upraveno startovní plocha pro 40 jezdců. Taký bylo vybudováno nově rozsáhlé parkoviště pro jezdce a mechaniky. A jako poslední bylo prodloužení tunelu pro najíždění jezdců. Trat' Locket se nachází v těchto místech :



Obrázek č.5

Obrázek č.6

7.2 Radeč

Trat' Radeč určitě není tak populární jako trat' Loket. Je to malá trat' na vesnici. Na trati jezdí spíše mladší kategorie, než starší. Proto taky trat' je postavena spíše pro děti. Za tu dobu co bydlím v Radči, jsem zažila tři „rekonstrukce“ trati. První „rekonstrukci“ si moc nepamatuji, protože v tu dobu jsem neměla motorku, ale pouze čtyřkolku. Občas jsem se šla podívat na svého bratra, ale často jsem tam nechodila. Byla jsem spíše na autokrosově dráze, kde jsem jezdila na čtyřkolce. Druhou „rekonstrukci“ si moc dobře pamatuji. Trat' byla pěkně udělaná, scházelo se tam více lidí hlavně v létě, kde jsem poznala spoustu nových kamarádů. Trat' byla přizpůsobena jak pro starší, ale i tak mladší kategorie. Na téhle trati se pořádá závod Mistrovství ČR a POHÁR CAMS V CROSS COUNTRY OPEN 2021. Konalo se to dne 2.-3.10. Na tomto závodě jsem se společně se svojí nejlepší kamarádkou stala pořadatelem. Chodili jsme společně na brigády, jezdily po lesích na čtyřkolce a opravovali trat'.

Po ukončení závodu a sezony přišla trat' znovu do „rekonstrukce“, trat' byla hotová před nedávnem. Přišlo mi že se na trati moc nezměnilo od pohledu, akorát se přidala klopenka. Trat' jsem ještě nezkoušela projet, ale věřím že se mi aspon trochu bude líbit a budu tam jezdit.



Obrázek č.7

8 ZNAČKA MOTOREK

8.1 KTM

Nejpopulárnější značka motorek je KTM. Motorky od značky KTM, můžou být silniční např. (KTM 390 DUKE 2022), mohou být také motokrosově např. (KTM 250 SX 2022).

Motorky se většinou vyrábí do oranžové barvy. Hlavní věc co je u motorek nejdůležitější je výkonnost motorky, což se značce KTM povedlo, dokážu říct i z vlastní zkušenosti. Značka KTM koupila motocyklové značky GAS GAS a Husqvarnu, to v dnešní době neudělala žádná jiná značka. Když se kouknete na nějaký závod v motokrosu, především uvidíte značku KTM. Značka pochází z Rakouska. KTM roku 2012 vstoupila i do nového mistrovství světa Moto3 se soutěžním motocyklem vyrobeným čistě v Rakousku a hned vyhrála titul. Značka nemá pouze motorky, vyrábí i koly, oblečení atd... .



Obrázek č.8

III PRAKTICKÁ ČÁST

1. Rozhovor

1. Kdo je podle tebe nejlepší jezdec v motokrosu? Podle čeho se ti líbí?

- Těžko říci, každý závodník je v něčem lepší a každou sezonu má jinou formu. Ale určitě jeden z nejlepších jezdců je Antonio Cairoli, který je snad úplně ve všem dobrý. A celkově v něm vidím vzor, věnuje se svým fanouškům, svému koníčkovi naplno, takže za mě určitě Antonio Cairoli.

2. Jaká je tvá vysněná motorka?

- Tak já žádnou vysněnou motorku nemám, ale určitě bych někdy chtěl tu nejnovější Husqvarnu. I když mám Husqvarnu, určitě to není ono a až mi tahle přestane sloužit, opět si kupuji novou Husqvarnu.

3. Co si myslíš že bude s motokrosem v budoucnosti?

- Děkuji za otázku. To vážně nevím ale myslím si že se bude jezdit na elektrických motorkách. Vůbec se mi tento nápad nelíbí a velmi doufám, že to tak nebude. Benzín je prostě benzín, jezdí to úplně jinak, voní to jinak. Troufám si říct , že když se bude jezdit na elektrických motorkách, že to nebude ono. Nebude to prostě motokros.

4. Je podle tebe motokros populární?

- Za mě v naší České Republice určitě ne. Za to, ale v jiných zemích ano. Jelikož jsem jezdil i Mistrovství světa, tak si troufnu i říct že u nás je to nejméně populární sport. A ve Velké Británii zas nejvíce populární sport. Doufám že to co je ve Velké Británii bude i u nás a že se na to lidé budou koukat i z pozitivní stránky, než jen z úrazů, drahého a náročného sportu.

5. Kde je tvoje nejhezčí místo, kde si jel závody?

- Moje nejkrásnější a zároveň nejhezčí místo je v Turecku. Celkově ta atmosféra těch lidí tam byla úplně jiná než v jakékoliv jiné zemi.

6. S motokrosem si začal na louce, nebo přímo na trati?

- Tak motokros jsem si zkoušel nejdříve na louce, ale myslím si že jsem strašně brzo přešel na trať, což mi vůbec nevadilo. Na louce mi to přišlo nudné, tak jako Enduro. A právě kvůli tomuhle jsem teď na to místě co jsem a můžu si splnit co budu chtít.

7. Je podle tebe náročný motokros? Pokud ano v čem?

- Určitě je náročný, dokážu říci že je to jeden z nejnáročnějších sportů. Jak už fyzicky a psychicky.

IV Závěr

Především bych chtěla poděkovat svému učiteli, s kterým jsem udělala tuhle absolventskou práci. Jsem ráda že jsem měla učitele, který tomu rozumí a pomohl mi vždy, když jsem potřebovala.

Doufám, že se vám tato absolventská práce bude líbit a ukáže to i dalším lidem co je to motokros. Snad bude stejně tak populární jako fotbal. I když je to nebezpečný sport a je drahý, tak věřím že se někomu zalíbí a bude ho jezdit. Jsem ráda že jsem měla tuhle možnost a napsat něco o motokrosu víc, než se jen povídá.

V Seznam použité literatury

1. <https://en.wikipedia.org/wiki/Motocross>
2. <http://www.motokros.nedivse.cz/>
3. <https://encyklopedie.vseved.cz/motokros>
4. BALES, Donnie a Gary SEMICS. *Offroad: technika jízdy motokrosu a endura*. České Budějovice: Kopp, 2008. ISBN 978-80-7232-348-7.

VI Seznam příloh

- Obrázek č.1 - <https://trutnovinky.cz/media/28154/motokros-na-vapence-2021-30.jpg>
- Obrázek č.2 - obleceni_chranice.jpg (800×600) (wbs.cz)
- Obrázek č.3 - EMX Senkvice - Motokrosová fotografie se značkou Canon - Soutěže | Fotoma.sk
- Obrázek č.4 - Opatov - Ergebnisse MX2 Wertungslauf 1 - CROSS Magazin
- Obrázek č.5 - Grand Prix České republiky 2022 | Motocross Locket | AMK Locket (loketmx.com)
- Obrázek č.6 - map-loket-04.jpg (1754×1240) (loketmx.com)
- Obrázek č.7 – Printscreen z aplikace Google Mapy
- Obrázek č.8 - 2016 KTM 450SX-F Test Riding Impression - Dirt Bike Test