**Skoky do vody**

[](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Diving.jpg)

**Skoky do vody** jsou [akrobatické](https://cs.wikipedia.org/wiki/Akrobacie) [skoky](https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Skok_(pohyb)&action=edit&redlink=1) z pružného prkna nebo z věže, které jsou zakončeny [dopadem](https://cs.wikipedia.org/wiki/Voln%C3%BD_p%C3%A1d) do [vody](https://cs.wikipedia.org/wiki/Voda).

## **Historie**

Skoky do vody byly známy už ve [starověku](https://cs.wikipedia.org/wiki/Starov%C4%9Bk) ([r.](https://cs.wikipedia.org/wiki/Rok) [800 př. n. l.](https://cs.wikipedia.org/wiki/800_p%C5%99._n._l.)). [Závodní](https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1vod) skoky do vody byly pěstovány v [19. století](https://cs.wikipedia.org/wiki/19._stolet%C3%AD) v [Německu](https://cs.wikipedia.org/wiki/N%C4%9Bmecko). V [r.](https://cs.wikipedia.org/wiki/Rok) [1843](https://cs.wikipedia.org/wiki/1843) vyšla v [Německu](https://cs.wikipedia.org/wiki/N%C4%9Bmecko) [knížka](https://cs.wikipedia.org/wiki/Kniha) s první [tabulkou](https://cs.wikipedia.org/wiki/Tabulka) skoků do vody. Na [olympijských hrách](https://cs.wikipedia.org/wiki/Olympijsk%C3%A9_hry) byly skoky do vody poprvé zařazeny [r.](https://cs.wikipedia.org/wiki/Rok) [1904](https://cs.wikipedia.org/wiki/1904). V tehdejším [Československu](https://cs.wikipedia.org/wiki/%C4%8Ceskoslovensko) začínají [soutěže](https://cs.wikipedia.org/wiki/Sout%C4%9B%C5%BE) ve skocích do vody až po [1. světové válce](https://cs.wikipedia.org/wiki/Prvn%C3%AD_sv%C4%9Btov%C3%A1_v%C3%A1lka). Mistrovství [republiky](https://cs.wikipedia.org/wiki/Republika) se konalo poprvé v [r.](https://cs.wikipedia.org/wiki/Rok) [1922](https://cs.wikipedia.org/wiki/1922). Sport zastřešuje [Mezinárodní plavecká federace](https://cs.wikipedia.org/wiki/Mezin%C3%A1rodn%C3%AD_plaveck%C3%A1_federace) (FINA).

## **Dělení skoků do vody**

* Skoky z prkna
  + skoky napřed
  + skoky nazad
  + skoky zvratné
  + skoky zpětné
  + [vruty](https://cs.wikipedia.org/wiki/Vrut)
* Skoky z věže
  + skoky napřed
  + skoky nazad
  + skoky zvratné
  + skoky zpětné
  + [vruty](https://cs.wikipedia.org/wiki/Vrut)
  + skoky ze stoje na [rukou](https://cs.wikipedia.org/wiki/Ruka).

## **Pravidla**

Skokanské prkno je 1 [m](https://cs.wikipedia.org/wiki/Metr) (jednometrové prkno) a 3 m (třímetrové prkno) nad hladinou [vody](https://cs.wikipedia.org/wiki/Voda). Prkno je pružné, má délku 4,8 m a šířku 0,5 m. [Hloubka](https://cs.wikipedia.org/wiki/Hloubka) vody ve svislé [ose](https://cs.wikipedia.org/wiki/Osa) pod prknem musí být u jednometrového prkna 3,40 - 3,80 m, u třímetrového prkna 3,80 - 4,00 m. V dobách dřevěných prken muselo být po celé [délce](https://cs.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9lka) pokryto hrubou [kokosovou](https://cs.wikipedia.org/wiki/Kokosov%C3%A9_textiln%C3%AD_vl%C3%A1kno) rohoží. Od šedesátých let 20. století se však používají kovová duraflexová prkna, která mají zdrsnění již integrováno do svého povrchu. Skokanská věž má několik odrazových, zpravidla betonových plošin pokrytých hrubou kokosovou rohoží. Plošiny jsou zpravidla ve výšce 1 m, 3 m, 5 m, 7,5 m a 10 m. Hloubka vody ve svislé ose pod plošinou ve výšce 10 m musí být 4,50 - 5,00 m.

[**Závod**](https://cs.wikipedia.org/wiki/Z%C3%A1vod) **mužů:** jednotlivců i dvojic v synchronizovaných skocích z prkna obsahuje 5 povinných a 6 volných skoků vybraných z pěti skupin. Povinné skoky jsou: střemhlav napřed, střemhlav nazad, střemhlav zvratný, střemhlav zpětný, [půlvrut](https://cs.wikipedia.org/wiki/Vrut) napřed. Povinné skoky mohou být provedeny buď prohnutě, schylmo nebo skrčmo. Závod žen jednotlivkyň i dvojic v synchronizovaných skocích z prkna obsahuje 5 povinných a 5 volných skoků vybraných z pěti skupin. Povinné skoky jsou stejné jako u mužů a mohou být rovněž provedeny prohnutě, schylmo nebo skrčmo. Každý skok, z prkna i z věže, má stanoven [koeficient](https://cs.wikipedia.org/wiki/Koeficient) obtížnosti, který se pohybuje v rozmezí 1,1 - 3,0. Závod pro muže jednotlivce i dvojice v synchronizovaných skocích z věže se skládá ze 4 volných skoků z různých skupin, součet koeficientů obtížnosti nesmí přesáhnout 7,5, a ze 6 volných skoků bez omezení koeficientu obtížnosti, ale každý skok musí být vybrán z jiné skupiny. Závod pro ženy jednotlivkyně i synchronizované dvojice má stejná pravidla jako závod pro muže, pouze skoky bez omezení koeficientu obtížnosti jsou jen 4. skoky z věže mohou být prováděny prohnutě, schylmo, skrčmo nebo libovolně.

Každý závodník ve skocích z prkna i z věže musí předem sdělit, jaký druh skoku bude provádět. Nedodržení se hodnotí jako zcela nezdařený skok. Sdělení se prakticky provede odevzdáním seznamu skoků před soutěží, seznamy má k dispozici hlavní rozhodčí a hlasatel, který před prováděním skoku ohlásí, jaký skok bude závodník skákat. Odmítne-li závodník ohlášený skok, hodnotí se rovněž jako zcela nazdařený, což ohlásí hlavní rozhodčí.

[**Olympijský**](https://cs.wikipedia.org/wiki/Olympijsk%C3%A9_hry) **závod a závody mistrovství** [**světa**](https://cs.wikipedia.org/wiki/Sv%C4%9Bt) **nebo** [**Evropy**](https://cs.wikipedia.org/wiki/Evropa) **rozhoduje** 7 bodových [rozhodčích](https://cs.wikipedia.org/wiki/Rozhod%C4%8D%C3%AD) (ostatní závody obvykle 5 rozhodčích), kteří udělují známky za provedení v rozmezí 0 – 10 bodů:

* skok zcela nezdařený 0 bodů
* skok nepovedený 0,5 - 2,0 body
* skok podprůměrný 2,5 - 4,5 bodu
* skok průměrný 5,0 - 6,0 bodů
* skok dobrý 6,5 - 8,0 bodů
* skok velmi dobrý 8,5 - 10 bodů

Z přidělených známek se nejhorší a nejlepší škrtá, [součet](https://cs.wikipedia.org/wiki/S%C4%8D%C3%ADt%C3%A1n%C3%AD) zbývajících pěti je [násoben](https://cs.wikipedia.org/wiki/N%C3%A1soben%C3%AD) příslušným koeficientem obtížnosti. Součin pak dává závodníkovu známku za daný skok. Vítězem je ten, kdo má [nejvyšší](https://cs.wikipedia.org/wiki/Maximum) součet známek za všechny skoky. Je-li k závodům přihlášeno víc než 16 závodníků, koná se nejdřív závod vylučovací, ve kterém se skáče plný [počet](https://cs.wikipedia.org/wiki/Kvantita) předepsaných skoků. Nejlepších 8 závodníků se kvalifikuje do závodu [finálového](https://cs.wikipedia.org/wiki/Fin%C3%A1le_(sport)), kde se pak skáčí znovu všechny skoky. Vítězem je ten, kdo získá nejvíc bodů ve finálovém závodě.