MASARYKOVA UNIVERZITA

**FAKULTA SPORTOVNÍCH STUDIÍ**



**Teorie sebeobrany**

**SEMINÁRNÍ PRÁCE**

**C.S.P.T. DEMI BARBITO**

**Vypracoval:**

### Bc. Miloslav Houdek

**učo: 345376**

### ASEBS jaro 2012

**Anotace**

*C.S.P.T. Demi Brbito*

*C.S.P.T.-The Center for Self Preservation Training volně přeloženo - Centrum pro trénink a výcvik sebezáchovy. Centrum samotné se nachází v Paso Robles ve státě Kalifornie v USA. Je to nestátní komerční centrum, které nabízí své služby široké veřejnosti, státním úředníkům, agentům a elitním policistům.*

*Demii Babito*

*Američan, který se od svých 13-ti let pohyboval a vyrůstal na ulicích jižního Los Angeles, sám si prošel spoustu krvavých bitek, než si našel svou cestu k bojovému umění známého Bruce Lee – Jeet Kune Do, brzilského Jiu Jitsu a filipínských bojových umění.*

*Samotný systém sebezáchovy vytvořený Demi Brabitem má své základy právě ve výše uvedených bojových umění, ale vychází ze základních vrozených instinktů člověka – proto trénink a výcvik sebezáchovy v krizových životních situacích. Výcvik se zaměřuje na to naučit předvídat nebezpečí a čelit mu v reálním prostředí. Sebezáchova je směr a ne cíl, je to o tom být připraven na nebezpečí a dokázat mu čelit. V žádném případě se nejedná o to, aby člověk vypadal dobře, výcvik není zaměřen na vítězství ale na přežití a není o zvyšování svého ega.*

*„Sebezáchova je umění každého člověka“* ***Demi Barbito***

*Jedná se o systém výcviku a tréninku vytvořený pro širokou veřejnost a tedy i osoby, které nikdy neměli nic společného se sportem, ale i pro profesionály z řad elitních policistů SWAT, protidrogových agentů, pracovníků ochrany osob, vyhazovačů, stráží vězeňské bezpečnosti apod.*

**Historie**

***Kdy a za jakých okolností byl systém vytvořen?***

*Jedná se o systém, který využívá reálné bojové taktiky a byl vytvořen Demi Brabitem po jeho studiu bojových umění Jeet Kune Do,Jiu Jitsu a filipínských bojových umění . Myšlenku vytvořit nový účinný systém realizoval Demi v roce 1999 rok poté co se přestěhoval do Paso Robles a začal tvořit centrum výcviku.*

***Kým a za jakých okolností byl systém vytvořen?***

*Systém byl vytvořen Američanem Dem Brbitem, který si sám od 13-ti let prošel spoustou reálných bitek na ulicích jižního Los Angeles a rozhodl se vytvořit takový výcvikový program, kde je motem vyhnout se násilí nebo ukončit útok co nejrychleji a nejefektivněji za využití vrozených instinktů člověka.*

***Jedná se o zcela nový systém, anebo byl vytvořen na základě jiného systému, kompilací jiných systémů apod.?***

*Jedná se o systém sebezáchovy, který vychází z obranných instinktů člověka, dále  uvedených bojových umění a přidává zde i taktiku použití jiných prostředků sebeobrany (např. obranné spreje), improvizovaných zbraní, krátkých střelných zbraní, ale i brokovnic.*

***Z čeho systém čerpá?***

*Systém čerpá převážně z bojových umění a vlastních bojových zkušeností zakladatele Demi Barbita a snahy rozšířit vrozené, bojové možnosti jedince a ne se zabývat pouze jednou oblastí. Demi odstranil dle jeho názoru nefunkční techniky a tréninkové metody.*

***V jakém prostředí systém vzniknul?***

*Systém vznikl v založeném výcvikovém centru - C.S.P.T.- volně přeloženo - Centrum pro trénink a výcvik sebezáchovy. Centrum samotné se nachází v Paso Robles ve státě Kalifornie v USA.*

***Jak se systém rozšiřoval v zemi původu a jak expandoval ve světě?***

*Systém je provozován v nestátním komerční centru, které nabízí své služby široké veřejnosti, ale i státním úředníkům, agentům a elitním policistům. Demi Barbito má velmi širokou klientelu z řad elitních policistů SWAT, protidrogových agentů, pracovníků ochrany osob, vyhazovačů, stráží vězeňské bezpečnosti apod. Spolupracuje s policisty po celých Spojených státech, cvičí instruktory pro Americké ministerstvo bezpečnosti, námořní službu apod. Školí i instruktory z jiných zemí světa.*

***Cvičí se systém (v jakékoli formě, i minimalistické i v ČR?***

*V ČR se systém necvičí*

**Zakladatel**

***Jaká je osobní historie zakladatele (zakladatelů)?***

*Demi Barbito se narodil 21 listopadu 1968 v Orange v Kalifornii, ve dvaceti letech začal se studiem bojových umění nejprve Jeet Kune Do a filipínských bojových umění, poté v roce 1993 přešel ke studiu Jiu Jitsu, jelikož se chtěl naučit boj na zemi. V roce 1994 začal v klubu v Anaheimu v Kalifornii trénovat plně kontaktně kickboxing, boj s tyčí a nožem. Trénink probíhal vždy 2x týdně. V roce 1998 se Demi přestěhoval do Paso Roblers a v roce 1999 zrealizoval vytvoření výcvikového centra.*

***Jaké je jeho formální vzdělání?***

***Jaké jsou jeho zkušenosti v bezpečnostním sektoru?***

*Má zkušenosti s výcvikem policistů, vojáků a dozorců věznic.*

***Jaké jsou jeho zkušenosti ve sportu?***

*Nepodařilo se zjistit*

***Jaká byla jeho motivace pro vytvoření systému?***

*Motivací byla chuť k vytvoření účinného jednoduchého systému sebezáchovy, který je využitelný jak širokou veřejností, tak cvičenými profesionály – jednoduše řečeno odvrátit útok kdekoliv, kdykoliv beze zbraně i se zbraní.*

**Struktura kurzů**

***Na jakou cílovou skupinu je systém zaměřen?***

*Systém je zaměřen jak pro výuku veřejnosti, tak i pro výuku profesionálů.*

***Jak jsou definované cíle kurzů pro jednotlivé skupiny?***

***Jaký je obsah kurzů?***

*Ve středisku je prováděn jak pravidelný výcvik, tak i rychlé kurzy bojového rozvoje, které slouží převážně pro osoby, jež si chtějí zdokonalit své znalosti a dovednosti příležitostným tréninkem, nebo pro již vyškolené instruktory. Dále je možné zaplatit si výukové semináře z nabídek střediska.*

***Je v systému používán systém stupňů, úrovní apod.?***

*Systém nepoužívá žádné stupně a úrovně, pouze jednotlivé výukové programy pro různé druhy zájemců.*

***Jaké jsou to úrovně a jaká je jejich charakteristika?***

*Counter assault taktika: program pro průměrné ženy a muže, kteří se chtějí naučit bránit a rozpoznat počínající hrozby útoku.*

*Close quarter combat: kurz o tom jak používat přirozené „zbraně“ svého těla – údery lokty, hlavou, kolenem, kousnutím*

*Stick fighting: útok a obrana na dlouhou i krátkou vzdálenost postoje a zápasení za použití nohou*

*Knife fighting: boj s nožem, jeho využití souboj*

*Counter fight: Neboli prázdné ruce, reálný boj a boj proti noži*

*Improvised weapons: boj improvizovanými zbraněmi*

*Killer instinct training: psychologický a nácvik komunikace verbální a neverbální*

*Simunition training: modelové situace pro nácvik se zbraní a značkovací municí*

*Defensive handgun: defenzivní zbraň – kurz pro začátečníky a základy obranné střelby – zahrnuje bezpečnou manipulaci se zbraní, odstraňování závad, výběr místa apod.*

*Tactikal handgun: pokračující kurz obranné střelby za využití světla, znevýhodněných pozic, využití krytů a utajení*

*Defensive shotgun: kurz pro začátečníky a středně pokročilé uživatele brokovnice*

*Tactikal shotung: navazující kurz pro taktické použití a využití brokovnice*

*The white light weapon: využití bílého oslepujícího světla*

*OC spray users course: výcvik pro použití obranných sprejů*

*OC spray instructors course: výcvik instruktorů pro použití obranných sprejů*

***Jaké jsou podmínky pro jejich získání?***

*Podmínkou je pouze zaplacení a absolvování kurzu.*

***Umožňuje systém získání i distančními kurzy (online, videoprezentace, apod.)?***

*Existují výuková videa prezentace a knihy*

***Jak dlouho trvá absolvování jednotlivých kurzů?***

*Vždy záleží na poptávce*

***Jsou absolventi kurzů certifikováni?***

*Každý absolvent obdrží certifikát.*

**Teoretická východiska**

***Jaké jsou postuláty systému?***

*Jednoduchost, účelnost, maximální výkon za minimální vstup.*

***Jak systém definuje sebeobranu, obranu, konflikt, hrozbu, apod.?***

***Vyvinul systém vlastní teorii? Jakou?***

*Sebezáchova je uměním každého člověka.*

***Používá systém jiné teorie, jaké?***

*Systém používá teorie vycházející z Jeet Kune Do.*

***Jaký je pohled systému na technickou přípravu?***

*Technická příprava není nejdůležitější částí systému.*

***Jaký je pohled systému na taktickou přípravu?***

*Taktické příprava je důležitou ne- li hlavní částí systému.*

***Jaký je pohled systému na psychologickou přípravu?***

*Psychologická příprava je součástí jednoho ze základních kurzů*

***Co systém považuje za svoje silné stránky?***

*Souhrnný rozvoj bojových možností. Zvrátit útok kdekoliv a kdykoliv.*

**Jaké jsou principy systému v prevenci?**

Jak rozpoznat hrozbu napadení a dokázat předvídat.

**Jaké jsou principy systému v konfliktu?**

Vaše přežití začíná a končí s Vámi. Jednoduše a účelně se bránit hrozbě a násilí.

**Jaké jsou principy systému po konfliktu?**

Systém nijak podrobně neřeší principy po konfliktu.

**Metodika**

***Jakým způsobem jsou v systému dosahovány cíle?***

*Cíle jsou dosahovány intenzivním tréninkem a následnou výukou v modelových situacích.*

***Jaké metody systém používá?***

***Liší se tyto metody u jednotlivých cílových skupin?***

***Jsou tyto metody originální anebo převzaté? Odkud?***

***Používá systém různé didaktické pomůcky? Jaké? (:úderové aparáty, odrážeče, lapy, ochranné obleky...)***

*Systém používá veškeré dostupné pomůcky lapy, obleky, obušky, cvičné spreje, cvičnou munici …*

***Jaké jsou podmínky pro prostory pro výuku?***

*Prostory pro výcvik a výuku jsou přímo ve výcvikovém středisku s veškerým potřebným vybavením a ubytovacími prostory.*

***Jaké jsou podmínky pro instruktory?***

*Podmínky pro instruktory a výcvik jsou velmi dobré, instruktoři mají možnost dalšího postupu a profesního růstu při dalších školeních a vzdělávání se.*

***Jaké jsou podmínky pro vstupní úroveň frekventantů?***

*Podmínky pro vstupní úroveň nejsou nijak upraveny, jelikož program je zaměřen jak pro úplné začátečníky, tak pro profesionály.*

***Používá systém učební opory (tištěné manuály, workbooky, videomateriál, atd.)?***

*Systém používá videomateriály, knihy a prezentace.*

***Jaký je v systému pohled na kondiční přípravu? Je součástí systému?***

*Kondiční příprava je nedílnou součástí systému, není však nejdůležitější.*

**Další informace**

***www stránky systému***

[http://www.demibarbito.com](http://www.demibarbito.com/)

***www stránky oficiálních českých klubů zabývajících se systémem***

*nejsou oficiální kluby zabývající se systémem*

***zahraniční literatura o systému***

*Unarmed Counter Assault by Demi Barbito*

*Counter KnifeTactics with Demi Barbito*

***česká literatura o systému***

*není dostupná*