

**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.*

*Demi 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, brzijského 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 komerčním centru, které nabízí své služby široké veřejnosti, ale i státním úředníkům, agentům a elitním policistům. Demi Barbita 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 Barbita 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.*

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

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

*Tactical shotgun: 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?***

*Taktická 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, odrážče, lapy, ochranné obleky...)***

*Systém používá veškeré dostupné pomůcky lapy, obleky, obušky, cvičné spreje, cvičnou municí ...*

***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>

***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 Knife Tactics with Demi Barbito*

***česká literatura o systému***

*není dostupná*