**Rozpis otázek k Teorii sebeobrany**

1. **Obecné teorie**
2. Evoluce filozofického rámce výcviku
3. Definice sebeobrany (a příbuzných pojmů)
4. Příprava a výkon v sebeobraně
5. Psychologická příprava v sebeobraně
6. Strategický plán v sebeobraně
7. Taktické zásady: známé bezpečné prostředí
8. Taktické zásady: neznámé bezpečné prostředí
9. Taktické zásady: neznámé nebezpečné prostředí
10. Posouzení hrozby a okolnosti vedoucí k násilí
11. Technická příprava v sebeobraně
12. Vzdálenosti v sebeobraně
13. Komponenty výcviku v sebeobraně
14. Kondiční příprava v sebeobraně
15. Vývoj teorie sebeobrany v Česku do 2. sv.v.
16. Vývoj teorie sebeobrany v Česku po 2. sv.v.
17. Vývoj teorie sebeobrany v Česku po 2. sv.v. (Špička, Novák)
18. Teorie sebeobrany v bojových uměních (aikidó, džúdó karate)
19. Teorie současných systémů sebeobrany - faktory získání vlivu, evoluční princip v systémech sebeobrany
20. Rozhodovací proces v sebeobraně (O.O.D.A.)
21. Aplikace cyklu konfliktu v sebeobraně
22. Žebřík použití síly
23. Kondiční příprava v sebeobraně (CrossFit, CombatConditioning,...)
24. Barevné kódy vyhodnocení rizika (semafor, R. Dimitri)
25. Cooperova škála ostražitosti
26. Faktory střetnutí v sebeobraně
27. Načasování obrany
28. Časová osa činností v sebeobraně
29. Modelové situace v sebeobraně
30. Sebeobrana specifických skupin (ženy, děti, senioři, osoby so specifickými potřebami)
31. **Systémy sebeobrany**
32. Reality Based (Personal Protection) System – Jim Wagner
33. S.P.E.A.R. system – Tony Blauer
34. Keysi fighting method – Justo Diegues Serrano, Andy Norman
35. Krav maga – Imi Sde-Or
36. ISR Matrix – Luis Gutierrez
37. Suarez International – Gabe Suarez
38. Senshido – Richard Dimitri
39. Shivworks
40. Urban Combatives – Lee Morrison
41. FAST Defense – Bill Kipp
42. Geoff Thompson
43. Dave Grossman (Killology Research Group, Warrior Science Group)
44. FISFO
45. BlitzDefence
46. Boevoe sambo
47. Crazy Monkey Defense - Rodney King
48. MCS MUSADO
49. Kapap - Avi Nardia
50. DefenceLab – Andy Norman
51. R.A.D. Systems - Lawrence N. Nadeau