



Škola bojových umění a sebeobrány Břeclav, z.s.

IČO:226 095 21

Znalostní test – sebeobrana DĚTI

Teoretická zkouška (18 otázek)

Aktualizováno: v roce 2020



Společný test, který se použije pro všechny stupně vyspělosti v naší škole v programu výuky DĚTÍ. TEST JE OMEZEN VĚKEM DĚTÍ OD +12LET. DO 12LET SE TEST NEPOUŽÍJE!

Test slouží k orientačnímu prověření znalostí z oboru sebeobrány PO ABSOLVOVANÉM KURZU.

Při úspěšném ukončení teoretické (tento test) a praktické zkoušky, zakládá tento fakt právo, na získání „**Osvědčení o absolvování kurzu sebeobrány – LEVEL 1-2-3-4-5 JUNIOR DEFENSE.**“

Test: Uchazeči je vybráno náhodně 10 otázek, kde volí možnosti a) b) c), nebo druh obrázku, nebo kroužkuje místa na obrázku, na které se otázka ptá.

Splnění limitu: Pro **úspěšné složení teoretické zkoušky** jsou povoleny 2 chyby v testu. 3. chyba a každá další chyba, značí neúspěch v teoretické části.

*Pouze jedna odpověď je vždy správná. Vyhodnocení probíhá na místě zkoušky ihned. Otázky si vypracovává zájemce sám, na základě poskytnutých skript. Případné dotazy ohledně otázek zodpoví trenér vždy na tréninku. Seznam otázek, je veřejně dostupný na webových stránkách školy.*

---

Co je to pepřový sprej?

Jaké je číslo na POLICII ČESKÉ REPUBLIKY?

Jaké je číslo na ZDRAVOTNICKOU ZÁCHRANNOU SLUŽBU?

Jaké je číslo na HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR?

Snažíme se bojovat na zemi, nebo ne?

Pokud nejsou rodiče doma, někdo zaklepe na dveře, co udělám?

Pokud mi někdo neznámý na ulici nabídne, že mě ze školy svezou autem, co udělám?

Pokud mi někdo ve škole ubližuje, nebo ubližuje mému kamarádovi, co udělám?

Pokud uvidím na zemi na ulici ležet člověka, co udělám?

Pokud se já, nebo můj kamarád řízne například na ruce, co udělám?

Jaký typ pepřového spreje, využil obránce na obrázku proti útočníkovi?

K čemu slouží pomůcky pro výcvik sebeobrány vyobrazené na obrázku?

Proč na začátku a na konci tréninku sedíme v posedu zvaném seiza?

Jaký chránič je použit na obrázku a k čemu slouží?

Zakroužkuj, na jaká místa je třeba útočit (dávat údery, kopy...) Minimálně 3 kroužky! – 3 různá místa?

Jaké zvířátko – rozcvičení je ukázáno na obrázku?

Zakroužkuj, které zvířátko – rozcvičení, trenér předvádí

Pokud jdu po ulici, třeba ze školy domů a všimnu si, že mě někdo sleduje, třeba v autě, nebo jde za mnou, co udělám?