**Zagadnienia z zakresu samoobrony i technik interwencji kl. I sem. I**

**Temat**: Podstawowe sposoby obezwładnienia przeciwnika za pomocą dźwigni.

1. *Dźwignia :łokciowa, łokciowo-barkowa, nadgarstkowa, kolanowa.*
2. *Wykorzystani wyżej wymienionych dźwigni przez pracownika ochrony do*

*podnoszenia osoby z podłoża, transportowania, doprowadzenia, sprawdzenia*

*pod kątem posiadania niebezpiecznych przedmiotów lub przedmiotów pochodzących*

*z przestępstwa.*

**Temat**: Nauczanie rzutów i podcięć.

1. *Rzut przez biodro, rzut przez plecy, podcięcie wewnętrzne i zewnętrzne.*
2. *Łączenie wyżej wymienionych technik z formami obezwładnienia agresora*

*w parterze.*

Literatura: K. Kondratowicz – „Ju-jitsu sztuka walki obronnej”

J. Dobrzyjałowski – „Samoobrona i techniki interwencji”

P. Halladin, A. Witkowicz, W.Złoto – „Przewodnik do ćwiczeń z przedmiotu

taktyka i techniki interwencji policyjnych”

„Ustawa z dnia 24 maja 2013r. o Środkach Przymusu Bezpośredniego

I Broni Palnej”