

## EXAMEN EISEN (Special Combat Realistic Selfdefence System) 10e level

### Inleiding

Alvorens men mag deelnemen aan een examen, dient men de onderstaande punten in acht te nemen en onze reglementen na te leven. Men zal zich niet bezig houden met criminele activiteiten en discriminatie. Het gebruik van alcohol en/of drugs is ten strengste verboden. Het trainen en/of gebruiken van wapens is alleen maar toegestaan onder begeleiding van gekwalificeerde assistenten en/of leraren.

- 1 Men dient in ieder geval *90 maanden actief* lid te zijn van de Sport & Opleidings Instituut "**Kam-Lung**".
- 2 Men behoort de Kwoon (Dojo) etiquette-procedures en de sportschool gedragscode te kennen.
- 3 Zonder officieel tenue van de school kan men **niet** aan de examens mee doen.
- 4 Er kunnen extra punten behaald worden door het volgen van o.a. demonstraties/stages/seminars/survivalruns, extra trainingen en/of wedstrijden.
- 5 Het examenformulier dient minimaal 1 week voor het examen te zijn ingeleverd (goed leesbaar)
- 6 Men behoort theoretische kennis te hebben van de sport/stijl die men beoefent.
- 7 **Sijou** kan je uitsluiten van een examen bij o.a. wangedrag, bij achterstand van contributie en het niet naleven van de reglementen en de bovenstaande punten.

**Aantoonbare eerder behaalde resultaten:** Externe seminars en opleidingen worden in het Special Combat system aangemerkt als extra trainingen (zie examinering).

### Theoretische gedeelte:

#### De verschillende vormen agressie.

#### In totaal zijn er vier verschillende vormen van agressie, namelijk:

1. Expressieve agressie: hierbij uit een persoon zijn ongenoegen, vaak niet gericht op een ander persoon, maar meer op een bepaalde situatie of organisatie.
2. Frustratie agressie: als expressieve agressie niet op de juiste manier wordt aangepakt, kan deze vorm van agressie veranderen in frustratie agressie. Dit is het snel en onverwacht tonen van oplopende emoties en het ontstaan van een verminderde controle over het eigen gedrag. Frustraties ontstaan meestal over een dienstverlening of procedure binnen een organisatie en kunnen snel leiden tot een uitbarsting van geweld.
3. Instrumentele agressie: verwijst naar het bewust gebruiken van agressie om een bepaald doel te bereiken. Het is dus geen reactie, maar een bewuste actie. Het uiten van dreigingen is een veelvoorkomend verschijnsel van deze vorm van agressie.
4. Onbeheerste agressie: wanneer er sprake is van deze vorm van agressie is de persoon in kwestie vaak onvoorspelbaar en snel gewelddadig. De realiteitszin ontbreekt volledig en vaak heeft dat te maken met een verslaving en/of een psychische stoornis.

Er is dus niet slechts één vorm van agressie, maar er bestaan verschillende varianten van dit gedrag. Iedere vorm van agressie vraagt echter om een andere aanpak vanuit het perspectief van een publieke handhaver. De verschillende aanpakken lichten we hieronder toe.

#### Omgaan met de verschillende vormen agressie

Als u te maken heeft met één van bovenstaande vormen van agressie, dient u hier uiteraard op een bepaalde manier op te reageren als publieke handhaver. Welk gedrag of reactie werkt het beste bij welke vorm van agressie om de agressor te kalmeren?

1. Expressieve agressie: bij deze vorm van agressie kunt u het beste reageren door begrip te tonen voor de situatie van de persoon in kwestie en een klantgerichte en probleemoplossende houding aan te nemen. Let op: dit betekent niet dat u geweld moet tolereren.

2. Frustratie agressie: de beste manier om frustratie agressie te verminderen, is door de persoon in kwestie serieus te nemen. Neemt u de persoon in kwestie niet serieus, dan is de kans groot dat de agressor nog bozer wordt. Door goed te luisteren, aandacht te besteden en begrip te tonen zal de agressor al snel kalmeren. Verder is het aan te raden om niet in discussie te gaan, maar pas met iemand in gesprek te gaan als de emoties gezakt zijn.
3. Instrumentele agressie: het is van belang dat u hier consequent overkomt en de agressor laat weten dat agressief gedrag niet gaat helpen om iets te bereiken. Let er hierbij wel op dat u uw eigen veiligheid niet in gevaar brengt.
4. Onbeheerste agressie: het inschakelen van extra hulp (vaak in de vorm van politie) is bij deze vorm van agressie het beste wat u kunt doen. De agressor is onvoorspelbaar en (extreem) agressief. Ga dus niet alleen zelf aan de slag om de agressie te verminderen, maar doe dit samen met anderen.

CASUS (rollenspel) 7 & 8

### **Technisch en Tactisch inzicht: inschatten van gevaarlijke situaties (binnen en buiten)**

#### **Technische gedeelte:**

Ontwijken:	Ontwijken van diverse pakkingen op arm, schouder en hoofd
Bevrijdingen:	Bevrijdingen van diverse pakkingen op arm, schouder en hoofd
Weringen:	Afweren van diverse aanvallen met wapens stok en mes
Verdedigingen:	Verdedigingen tegen verschillende aanvallen (vrije keus)
Pads-training	Pads-vaardigheden staand en liggend posities (vrije keus)
Sparren:	2 partijen van 2 minuten tegen gewapende aanvaller (staande gevecht)
Sparren:	3 partijen van 2 minuten tegen gewapende aanvaller (grond gevecht)

### **Technisch en Tactisch inzicht: handelen in noodsituaties (overlevingstechnieken) kompas en kaart lezen.**

#### **Route(s) uiteen zetten. Les en Leiding geven.**

#### **Veiligheidsregels wapens**

Behandel een (elk) wapen altijd als echt en check alle wapens altijd vooraf op veiligheid (degelijkheid). Gebruik altijd oefen wapens (hout, rubber, kunststof en of metaal). Bij het gebruik van airsoft en of vuurwapens gelden de volgende regels:

1. *Alle wapens zijn altijd geladen. Ook als ze dat niet zijn. Behandel ze alsof ze dat wel zijn.*
2. *Richt de loop en/of wapen(s) nooit op iets dat u niet wilt raken (voor degenen die erop staan dat dit specifieke wapen wordt gelost, zie Regel 1).*
3. *Houd uw vinger van de trekker totdat uw vizier op het doel is gericht.*
4. *Identificeer uw doel en wat er achter zit. Schiet nooit op iets dat je niet positief hebt geïdentificeerd.*

**Wapenkennis:**

Wapenkennis of wapenleer van diverse wapens is een pre.

**Wapenvaardigheden:**

Handboeien: Het gebruik van handboeien (aanleggen)

Wapenstok: Het gebruik van wapenstok

Peperspray: Het gebruik van peperspray

Diverse handelingen van kali/eskima stock, mes, palmstick (yawara), axe en diverse airsoft wapens.

Diverse drills met kali/eskima stock en kali/eskima mes.

Airsoft safety Diverse manieren van airsoft wapen(s) veiligstellen.

Airsoft drills: Diverse manieren van pistool trekken (draw).

Airsoft drills: Diverse houdingen uitvoeren.

Airsoft drills: Diverse manieren van actie schieten.

Voordat men verder kan gaan met de volgende exameneis moet men het bovenstaand examen met een voldoende hebben afgesloten (zie ook volgende examen)

**Overige belangrijke aandachtspunten.**

**Examinering:**

Examinering (Eerder behaalde resultaten in de krijgskunst/vechtsport).

Het nemen van beslissingen over inhoud en niveau van examens van een beroepsopleiding, procedures en voorwaarden waaronder examens worden afgenomen, alsmede het vaststellen van de uitslag van examens.

Vanaf het 7e level is het verplicht om minimaal twee keer per jaar accreditatie punten te behalen bij externe seminars en/of opleidingen

Externe lessen zoals: schieten (vuurwapens), abseilen, autoslippen, auto te water, handboeien training, BOA, AZV-technieken e.d. Worden alleen maar gegeven in overleg met en door erkende instructeurs (docenten) en/of organisaties.

Speciale opleidingen alleen op aanvraag. Deze worden altijd in het buitenland onderwezen. Tactical shooting, tactical driving, abseilen, duiken, survivaltraining, bodyguard training, medische hulp etc. Alle lessen worden gegeven door voormalige instructeurs van de Politie, defensie en/of Speciale eenheden.

Sijou van der Spek behoudt zich het recht om de examen eisen waar nodig eventueel aan te passen of aan te vullen.