



Міжнародний гуманітарний університет

Фаховий коледж

Циклова комісія зі спеціальності Правоохоронна діяльність

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спеціальна фізична підготовка

Галузь знань 26 Цивільна безпека

Спеціальність 262 Правоохоронна діяльність

Назва освітньо-професійна програма Правоохоронна діяльність

Освітньо-професійний рівень фаховий молодший бакалавр

Розробники і викладачі	Контактний тел.	E-mail
Майстер спорту з бойового самбо, викладач вищої категорії Білобров Володимир Миколайович	0968454080	Kurtaoras196@gmail.com

1. Анотація до курсу

Навчальний курс «Спеціальна фізична підготовка» покликаний сприяти поліпшенню та постійному вдосконаленню фізичного розвитку студентів-правоохоронців, зміцненню здоров'я та підвищенню стійкості організму до дії несприятливих факторів зовнішнього середовища, здатності правильно застосовувати заходи фізичного впливу та спеціальні засоби до правопорушників.

При вивченні курсу «Спеціальна фізична підготовка» використовуються знання студентів, одержані під час вивчення таких дисциплін як «Тактико-спеціальна підготовка», «Безпека життєдіяльності, охорона праці та цивільного захисту» та ін.

Головними формами вивчення курсу «Спеціальна фізична підготовка» є практичні заняття та самостійна робота студентів. В межах курсу студенти: 1) на навчальних заняттях вивчають основи нормативно-правового забезпечення застосування прийомів рукопашного бою; 2) на практичних заняттях виконують вправи та прийоми рукопашного бою та спеціальної фізичної підготовки; 3) на практичних заняттях виконують нормативи та тести зі спеціальної фізичної підготовки.

2. ОЧКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У процесі реалізації програми дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» формуються наступні компетентності із передбачених освітньо-професійною програмою:

Інтегральна компетентність

Здатність вирішувати типові спеціалізовані задачі у галузі правоохоронної діяльності або у процесі навчання, що вимагає застосування положень і методів права та цивільної безпеки та може характеризуватися певною невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях.

Загальні компетентності

ЗК2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ЗК3. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК8. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

Спеціальні (фахові) компетентності

СК2. Здатність професійно та ефективно діяти у складних ситуаціях службової діяльності.

СК6. Здатність забезпечувати особисту безпеку при виконанні службових завдань.

СК11. Здатність до оцінки ризиків, що впливають на ефективне виконання професійної діяльності.

СК12. Здатність у визначених законом випадках застосовувати засоби фізичного впливу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю, тактичні прийоми.

СК13. Здатність брати участь у забезпеченні публічної безпеки та порядку, охорони об'єктів усіх форм власності, запобіганні, виявленні та припиненні адміністративних і кримінальних правопорушень, у здійсненні заходів, спрямованих на усунення загроз життю та здоров'ю фізичних осіб.

СК16. Здатність застосовувати техніки і методи подолання ознак стресу та оптимізації стрес стійкості у діяльності правоохоронців за напрямками роботи Національної поліції і міграційної служби.

Навчальна дисципліна «Спеціальна фізична підготовка» забезпечує досягнення таких програмних результатів навчання:

РН12. Забезпечувати особисту безпеку при виконанні службових завдань

РН15. Застосовувати засоби фізичного впливу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю, тактичні прийоми.

РН20. Вміти застосовувати засоби оптимізації психоемоційного стану, стрес стійкості працівників правоохоронних органів, подолання стресу в умовах бойових дій та досягнення ціннісне-смыслового самовизначення як чинника ефективного професійного функціонування.

3. ОБСЯГ ТА ОЗНАКИ КУРСУ

Загалом		Вид заняття (денне відділення / заочне відділення)			Ознаки курсу		
ЄКТС	годин	Лекційні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота	Курс, (рік навчання)	Семестр	Обов'язкова / вибіркова
6	180	4/0	88/18	88/162	2-й(на основі ПЗСО) 3-й(на основі БЗСО)	3,4-й(на основі ПЗСО) 5,6-й(на основі БЗСО)	Обов'язкова

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				Заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		лекц.	прак	сам. роб.		лекц.	прак	сам. роб.
Тема 1. Фізична підготовка правоохоронців	6	2	2	2	6			6
Тема 2. Фізичні якості людини та особливості їх розвитку	4		2	2	4			4
Тема 3. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях	4		2	2	4			4
Тема 4. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності та розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.	4		2	2	4			4

Тема 5. Основи особистої та суспільної гігієни	6		2	4	6			6
Тема 6. Запобігання травматизму та заходи фізичного впливу	6		2	4	6			6
Тема 7. Застосування заходів фізичного впливу і спеціальних засобів правоохоронцями.	6	2	2	2	6			6
Тема 8. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях	6		2	4	6			6
Тема 9. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності	6		2	4	6			6
Тема 10. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.	4		2	2	4			4
Тема 11. Стійки, страхування при падінні.	6		4	2	6			6
Тема 12. Навчання і вдосконалення техніки пересувань	6		2	4	6			6
Тема 13. Захист від нанесення ударів руками та ногами	6		2	4	6			6
Тема 14. Навчання і вдосконалення техніки ударів руками	6		4	2	6			6
Тема 15. Комбінації ударів руками.	4		2	2	4			4
Тема 16. Навчання і вдосконалення техніки ударів ногами	4		2	2	4			4
Тема 17. Навчання та вдосконалення техніки захватів, кидків та больові прийоми	4		2	2	4		2	2
Тема 18. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях	4		2	2	4			4
Тема 19. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності	6		4	2	6		2	4

Тема 20. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.	8		4	4	8			8
Тема 21. Поверхнева перевірка та застосування кайданків	6		2	4	6		2	4
Тема 22. Способи затримання одним поліцейським, а також у складі наряду	6		4	2	6		2	4
Тема 23. Звільнення від захватів та обхватів супротивника	6		4	2	6		2	4
Тема 24. Захист від нанесення ударів палкою (підручними предметами)	8		4	4	8		2	6
Тема 25. Захист від атакуючих дій холодною зброєю	8		4	4	8		2	6
Тема 26. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю	8		4	4	8		2	6
Тема 27. Захист від нападу в різних умовах	8		4	4	8			8
Тема 28. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері	8		4	4	8		2	6
Тема 29. Взаємодія при застосуванні заходів поліцейського примусу	8		4	4	8			8
Тема 30. Порядок застосовування техніки і методів подолання ознак бойового стресу, оптимізації стрес стійкості у діяльності правоохоронців.	8		6	2	8			8
<i>Усього годин</i>	180	4	88	88	180	0	18	162
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ – ЗАЛІК, ІСПИТ								

5. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ / ОБЛАДНАННЯ

Практичні заняття з дисципліни проходять на стадіоні та у спортивних залах Університету. Студенти отримують теми та питання курсу, основну і додаткову літературу, рекомендації, завдання та оцінки за їх виконання як традиційним шляхом, так і з використанням університетської платформи он-лайн навчання на базі Moodle. Окрім того, практичні навички у пошуку та аналізу інформації за курсом, з оформлення індивідуальних завдань, тощо, студенти отримують, користуючись комп'ютерними класами та бібліотекою.

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота з дисципліни складається з опрацювання навчального матеріалу:

- самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни;
- підготовка до практичних занять;
- підготовка до підсумкового контролю.

Загальний підсумок самостійної роботи з вивчення курсу фіксується під час складення заліку.

Тематика та питання до самостійної підготовки та індивідуальних завдань

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1.	Тема 1 Фізична підготовка правоохоронців 1. Мета й завдання спеціальної фізичної підготовки 2. Форми організації занять зі спеціальної фізичної підготовки. Загальні правила проведення самостійних занять 3. Засоби та методи спеціальної фізичної підготовки 4. Структура практичного заняття зі спеціальної фізичної підготовки	2	6
2.	Тема 2. Фізичні якості людини та особливості їх розвитку 1. Вплив фізичних вправ на організм людини. Поняття адаптації 2. Поняття фізичних якостей людини, засоби та методи їх розвитку: швидкість, сила, витривалість, гнучкість, спритність. 3. Самоконтроль під час занять фізичними вправами. 4. Відновлення працездатності після фізичних навантажень. 5. Оцінювання рівня розвиненості фізичних якостей	2	4
3.	Тема 3. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях Практична робота: біг на довгі й короткі відстані, човниковий біг, естафети, подолання елементів смуги перешкод, стрибки на одній та двох ногах, пересування у повному присяді.	2	4

4.	<p>Тема 4. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності та розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.</p> <p>Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах, розминальні та підготовчі вправи рукопашного бою. Виконання підготовчих вправ на основні групи м'язів рук, плечей, тулуба, ніг: махи, нахили, розтягування, переكاتи, стрибки, випади, присідання. Індивідуальні та парні вправи. Виси на перекладині на прямих та зігнутих руках. Підтягування на перекладині. Упори сидячи та лежачи. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.</p>	2	4
5.	<p>Тема 5. Основи особистої та суспільної гігієни</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гігієна занять зі спеціальної фізичної підготовки. 2. Гігієна, медичний контроль та самоконтроль на заняттях зі «спеціальної фізичної підготовки». 3. Заходи щодо запобігання застудним захворюванням. 	4	6
6.	<p>Тема 6. Запобігання травматизму та заходи фізичного впливу</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класифікація травм. 2. Заходи безпеки та запобігання травматизму під час занять зі спеціальної фізичної підготовки. 3. Домедична допомога в разі травмування: алгоритм дій. 4. Поняття фізичного впливу. 5. Правові підстави застосування прийомів фізичного впливу 6. Інтенсивність застосування заходів фізичного впливу <p>Практична робота: прийоми страховки, самостраховки.</p>	4	6
7.	<p>Тема 7. Застосування заходів фізичного впливу і спеціальних засобів правоохоронцями</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиційна та динамічна методики навчання. 2. Застосування навчально-тренувальних поєдинків під час опанування прийомів фізичного впливу. 3. Контроль і самоконтроль під час опанування прийомів фізичного впливу. 	2	6
8.	<p>Тема 8. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях</p> <p>Практична робота: біг на довгі й короткі відстані, човниковий біг, естафети, подолання елементів смуги перешкод, стрибки на одній та двох ногах, пересування у повному присяді.</p>	4	6
9.	<p>Тема 9. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності</p> <p>Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах.</p>	4	6

10	<p>Тема 10. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою. Практична робота: розминальні та підготовчі вправи рукопашного бою. Виконання підготовчих вправ на основні групи м'язів рук, плечей, тулуба, ніг: махи, нахили, розтягування, переكاتи, стрибки, випади, присідання. Індивідуальні та парні вправи. Виси на перекладині на прямих та зігнутих руках. Підтягування на перекладині. Упори сидячи та лежачи. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.</p>	2	4
11	<p>Тема 11. Сійки, страхування при падінні. Практична робота: прийоми страхування при падінні вперед, назад, на бік. Сійки: основна, фронтальна, бойова, очікування (позиція інтерв'ю). Пересування в сійках, напрямком погляду, спостереження за ситуацією. Бойова дистанція.</p>	2	6
12	<p>Тема 12. Навчання і вдосконалення техніки пересувань Практична робота: пересування кроком у різних напрямках, відштовхуючись ногою, що позаду, спереду.</p>	4	6
13	<p>Тема 13. Захист від нанесення ударів руками та ногами Практична робота: захист від ударів руками. Підставка долонь, зігнутої руки, передпліччя, плеча; відбиви ліворуч, праворуч, вверх, вниз, накладки на кулак, плече, передпліччя. Рухом тулуба: ухили ліворуч, праворуч, назад; нирки ліворуч, праворуч. Пересування: розрив дистанції, відхід ліворуч, праворуч, назад. Комбінований захист. Захист від ударів ногами. Підставкою передпліччя, стегна, гомілки. Відбивом передпліччя, гомілкою. Уходом ліворуч, праворуч, назад, кидком. Комбінований захист.</p>	4	6
14	<p>Тема 14. Навчання і вдосконалення техніки ударів руками Практична робота: удари руками: прямі, бокові, знизу, навідмах, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні) на місці, із розвороту, ліктем.</p>	2	6
15	<p>Тема 15. Комбінації ударів руками. Практична робота: комбінації з елементами ударів руками: прямі, бокові, знизу, навідмах, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні) на місці, із розвороту, ліктем.</p>	2	4
16	<p>Тема 16. Навчання і вдосконалення техніки ударів ногами Практична робота: удари ногами: прямий, вперед, назад, вбік; знизу, боковий, зворотний боковий, удар каблук, коліном.</p>	2	4
17	<p>Тема 17. Навчання та вдосконалення техніки захватів, кидків та больові прийоми Практична робота: загин руки за спину при підході спереду та ззаду, важелі руки назовні та всередину, вузол ліктьового суглобу, больовий вплив шляхом дотискання кисті, кореня носа, контроль стискання сонних артерій, передня та задня підніжки, різноманітні підсікання, підбиви, через стегно, через плечі тощо.</p>	2	2
18	<p>Тема 18. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях Практична робота: біг на довгі й короткі відстані, човниковий біг, естафети, подолання елементів смуги перешкод, стрибки на одній та двох ногах, пересування у повному присяді.</p>	2	4

19	Тема 19. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах.	2	4
20	Тема 20. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою. Практична робота: розминальні та підготовчі вправи рукопашного бою. Виконання підготовчих вправ на основні групи м'язів рук, плечей, тулуба, ніг: махи, нахили, розтягування, переكاتи, стрибки, випади, присідання. Індивідуальні та парні вправи. Виси на перекладині на прямих та зігнутих руках. Підтягування на перекладині. Упори сидячи та лежачи. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.	4	8
21	Тема 21. Поверхнева перевірка та застосування кайданків Практична робота: техніка здійснення поверхневої перевірки та застосування кайданків. Захисні й контратакувальні дії з гумовим (пластиковим) кийком.	4	4
22	Тема 22. Способи затримання одним поліцейським, а також у складі наряду Практична робота: силове затримання озброєного правопорушника. Затримання «ривком», «замком», збоку, ззаду, виконання повалень правопорушника важелем руки всередину, загином руки, дотисканням кореня носу, вузлом ліктявого суглобу.	2	4
23	Тема 23. Звільнення від захоплень та обхватів супротивника Практична робота: звільнення від захоплень за руки, ноги, голову, шию, одяг, спеціальні засоби, а також обхоплень за тулуб (спереду, ззаду, збоку) за допомогою ударної техніки, кидків, больових прийомів, комбінованого захисту. Звільнення від захоплень і обхоплень з переходом на затримання правопорушника.	2	4
24	Тема 24. Захист від нанесення ударів палкою (підручними предметами) Практична робота: захист від удару зверху, збоку, навідмах, тичком. Використання підручних засобів під час фізичного протистояння з правопорушником.	4	6
25	Тема 25. Захист від атакуючих дій холодною зброєю Практична робота Удари ножем: зверху, знизу, збоку, навідмах, тичком. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця за допомогою контрударів по озброєній кінцівці та уразливим точкам на тілі злочинця. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця з використанням кидків, больових та задушливих прийомів, гумового кийка, комбінованого захисту.	4	6
26	Тема 26. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю Практична робота: обеззброєння та затримання порушника при загрозі пістолетом: спереду, ззаду, збоку з використанням ударів, больових та задушливих прийомів, кидків, захист при спробі заволодіти зброєю.	4	6

27	<p>Тема 27. Захист від нападу в різних умовах Практична робота: захист від нападу неозброєного правопорушника та його затримання. Захист від нападу озброєного ножем правопорушника та його затримання. Захист від нападу озброєного пістолетом правопорушника та його затримання. Захист на нижньому рівні (боротьба лежачи).</p>	4	8
28	<p>Тема 28. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері Практична робота Кидки через стегно, плече. Кидки із захопленням ніг ззаду та спереду. Передня і задня підніжки. Комбінаційні дії, що поєднують кидки з переходом на больові чи задушливі прийоми. Захисні дії у партері.</p>	4	6
29	<p>Тема 29. Взаємодія при застосуванні заходів поліцейського примусу Практична робота Дії поліцейських при затриманні правопорушників: два проти одного; три проти одного; три проти двох.</p>	4	8
30	<p>Тема 30. Порядок застосування техніки і методів подолання ознак бойового стресу, оптимізації стрес стійкості у діяльності правоохоронців. Особливості психічної діяльності правоохоронців в екстремальних ситуаціях та специфічні прояви екстремальної поведінки. Техніки управління мотивацією в процесі екстремальної професійної діяльності та подолання ознак бойового стресу. Психологічна допомога під час переживання горя.</p>	2	8
Всього		88	162

Питання до заліку/іспиту

1. Мета й завдання спеціальної фізичної підготовки
2. Форми організації занять зі спеціальної фізичної підготовки. Загальні правила проведення самостійних занять
3. Засоби та методи спеціальної фізичної підготовки
4. Структура практичного заняття зі спеціальної фізичної підготовки
5. Вплив фізичних вправ на організм людини. Поняття адаптації
6. Поняття фізичних якостей людини, засоби та методи їх розвитку: швидкість, сила, витривалість, гнучкість, спритність.
7. Самоконтроль під час занять фізичними вправами.

8. Відновлення працездатності після фізичних навантажень.
9. Оцінювання рівня розвиненості фізичних якостей
10. Гігієна занять зі спеціальної фізичної підготовки.
11. Гігієна, медичний контроль та самоконтроль на заняттях зі «спеціальної фізичної підготовки».
12. Заходи щодо запобігання застудним захворюванням.
13. Класифікація травм.
14. Заходи безпеки та запобігання травматизму під час занять зі спеціальної фізичної підготовки.
15. Домедична допомога в разі травмування: алгоритм дій.
16. Традиційна та динамічна методики навчання.
17. Застосування навчально-тренувальних поєдинків під час опанування прийомів фізичного впливу.
18. Контроль і самоконтроль під час опанування прийомів фізичного впливу.

7. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Види контролю		Складові оцінювання	
		Для іспиту	Для заліку
поточний контроль, який здійснюється у ході: проведення практичних (лабораторних) занять, виконання самостійної роботи, індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача тощо.		50%	100%
підсумковий контроль		50%	
Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування; наукова доповідь, реферати, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; ділова гра, розв'язання ситуаційних завдань, кейсів, практичних завдань, іспит (залік)		

8. ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ФАХОВОЇ ПЕРДВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ У МІЖНАРОДНОМУ ГУМАНІТАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ

(поточний контроль, підсумковий контроль, загальний результат оцінювання)

ІСПИТ

Поточний контроль

Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання

Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	30
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	10
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	10
Разом балів за поточний контроль			50
Підсумковий контроль іспит			50
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **екзамен** (максимум 50 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 30 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переведу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 6;
- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 10 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переведу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 10-балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переведу балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2»- виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

- «3» - виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ЗА ІСПИТ

(максимум 50 балів) Рівень знань оцінюється:

Рівень знань оцінюється:

- від 40 до 50 балів - студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацювати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки;
- 30 до 40 балів - студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді;
- 20 - 30 балів - студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.
- 10 - 20 балів - володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;
- 0 - 10 балів - володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.

ЗАЛІК

Поточний контроль

Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	60
Виконання завдань для самостійного опрацювання			

1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ² , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	20
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	20
Разом балів за поточний контроль			100
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **залік** (максимум 100 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 60 балів) здобувачу/ці освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переведу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 12;
- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 20 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переведу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 20-балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переведу балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2»- виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» -виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;

² Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

9. КРИТЕРІЇ ЗАГАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ/ЧОК (для іспиту / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;
- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;
- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;
- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);
- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.
- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» FX – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.
- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ ЗАГАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ

100-бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C	Задовільно	
64-73	D		
60-63	E	Незадовільно	Не зараховано
35-59	Fx		
1-34	F		

10. ДОТРИМАННЯ ВИМОГ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Викладання та засвоєння навчальної дисципліни передбачає неухильне дотримання вимог академічної доброчесності, яка регулюється Законом України “Про освіту” (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2014, № 37-38, ст.2004), «Методичними рекомендаціями для закладів вищої освіти з підтримки принципів академічної доброчесності» (Лист МОН № 1/9-650 від 23.10.18 року), іншими нормативними документами. Зокрема, основні засади дотримання академічної доброчесності визначено у «Положенні про академічну доброчесність у Міжнародному гуманітарному університеті», «Кодексі академічної доброчесності Міжнародного гуманітарного університету» та «Інструкції щодо процедури технічної перевірки на наявність текстових запозичень (академічного плагіату)», затвердженої наказом МГУ від 03.05.2024 р., № 708а.

Відповідно до ст.42 Закону України “Про освіту” академічна доброчесність - це сукупність етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Дотримання академічної доброчесності передбачає:

- самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей);
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

11. Рекомендована література

Основна

1. Спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / [В. Бондаренко, С. Решко, В. Дідковський та ін.] ; за заг. ред. В. Чернея, Р. Сербина. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П., 2021. 341 с.

2. Каліберда О.Г., Судак В.А. Основи методики самостійних занять з фізичного виховання та спорту в умовах карантину: Методичні рекомендації. Одеса, 2020.

Допоміжна

3. Моргунов О.А., Чудик А.В., Білобров В.М., Гоговський Є.В. Удосконалення фахової підготовки тренерів з однокласників у системі самоосвіти тренерів //Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. Драгоманова. К. Серія 5: Випуск №81. 2021. С. 166-174.

4. Захист від нападу та силове затримання правопорушника, озброєного холодною зброєю (ножем): метод. рек. / [Н.Ю. Худякова, В.В. Бондаренко, О.А. Арсененко та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 58 с.

5. Захисні та контратакувальні дії з гумовим (пластиковим) кийком: навч.-метод. посіб. / [В.А. Дідковський, В.В. Бондаренко, Н.Ю. Худякова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 72 с.

6. Техніка виконання ударів руками та ногами: захисні та контратакувальні дії : метод. рек. / [С.М. Козенко, В.В. Бондаренко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 70 с.

7. Дії поліцейського під час здійснення поверхневої перевірки. Особливості застосування кайданків : метод. рек. / [В.А. Дідковський; В.В. Бондаренко, В.А. Сягровець та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 62 с.

8. Застосування больових прийомів під час затримання правопорушника : метод. рек. / [В.В. Білик, В.В. Бондаренко, Н.Ю. Худякова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 75 с.

9. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплень та обхоплень : метод. рек. / [А.Ю. Мартишко, В.В. Бондаренко, О.С. Рябуха та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 56 с.

10. Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с.

11. Відновлення фізичної працездатності працівників Національної поліції України : навч.-метод. посіб. / В. Бондаренко, О. Рябуха, А. Мартишко, Ю. Давигора. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2020. 225 с.

12. Лісовенко А.Ф. Дистанційні лекції та завдання для індивідуального виконання з навчальної дисципліни «Екстремальна та кризова психологія». Одеса: НУ «ОЮА», 2020. 239 с.

Нормативна база

13. Конституція України : Закон України від 28 черв. 1996 р. № 254к/96-ВР : URL: <https://zakon.rada.gov.ua>

14. Кримінальний кодекс України : закон України від 05. 04. 2001 р. № 2341-III. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>

15. Про Національну поліцію : закон України від 02. 07. 2015 р. № 580-VIII. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>

16. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України: Наказ МВС України від 26.01.2016 № 50. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#n17>

17. Prometheus курс «Нова фізична культура» https://courses.prometheus.org.ua/courses/coursev1:Prometheus+PE101+2020_T2/about

Інформаційні ресурси

Офіційний портал Верховної Ради України (законодавство)	https://www.rada.gov.ua/
Сайт Міністерства юстиції України	https://minjust.gov.ua/
Урядовий портал Єдиний веб-портал органів виконавчої влади України	https://www.kmu.gov.ua/
Сайт Міністерства внутрішніх справ України	https://mvs.gov.ua/
Сайт Національної поліції	https://www.npu.gov.ua/
Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського	http://www.nbuv.gov.ua/
Сайт Міжнародного гуманітарного університету	https://mgu.edu.ua/
Сайт Фахового коледжу Міжнародного гуманітарного університету	https://epk-mgu.od.ua/