

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ДНІПРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Кафедра спеціальної фізичної підготовки

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА

Назва освітньо-професійної програми	Правоохоронна діяльність (поліцейські)
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Галузь знань	26 Цивільна безпека
Спеціальність	262 Правоохоронна діяльність
Вид навчальної дисципліни	обов'язкова
Мова викладання	українська
Рік навчання	перший – третій (денна, заочна)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
Дніпровського державного
університету внутрішніх справ

протокол від 19.08.2024 № 15

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньої програми «Правоохоронна діяльність (поліцейські)»

Віталій ПОКАЙЧУК

Розглянуто на засіданні кафедри спеціальної фізичної підготовки
протокол від 19.07.2024 №21

Спеціальна фізична підготовка Робоча програма навчальної дисципліни. Дніпро:
Дніпровський державний університет внутрішніх справ, 2024 рік. 22 с.

РОЗРОБНИКИ:

1. завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки, кандидат юридичних наук, доцент Богуславський Віктор Володимирович;
2. доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки, кандидат фізичного виховання та спорту Петрушин Дмитро Владиславович.

РЕЦЕНЗЕНТИ:

1. завідувач кафедри фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, доктор педагогічних наук, професор Сват'єв Андрій В'ячеславович;
2. начальник тренінгового центру ГУНП в Дніпропетровській області, кандидат юридичних наук, майор поліції Кушніренко Руслан Олегович.

**Лист оновлення та перезатвердження
робочої програми навчальної дисципліни
(додаток 1 до Робочої програми навчальної дисципліни)**

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Кількість кредитів ЄКТС	8	8
Загальна кількість годин	240	240
Рік підготовки	1-3	1-3
Семестр	1-5	1-5
Лекції	-	-
Семінарські	-	-
Практичні	200	30
Самостійна робота	40	210
Індивідуальні завдання (курсова робота)	-	-
Підсумковий семестровий контроль	1 – 4 - залік, 5 – екзамен	1 – 4 – залік, 5 – екзамен

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти знань, вмінь та навичок щодо ефективного застосування заходів фізичного впливу, спеціальних засобів та тактики самозахисту при виконанні посадових обов'язків та під час розв'язання складних спеціалізованих задач, забезпечення високого рівня психофункціональної та рухової підготовленості майбутніх працівників Національної поліції України.

Очікувані результати навчання:

знати:

принципи забезпечення особистої безпеки поліцейського при виконанні службових завдань та поза службою правові підстави, умови, межі та порядок застосування поліцейських заходів примусу; фізичного впливу (сили), спеціальних засобів, вогнепальної зброї;

алгоритми застосування поліцейських заходів примусу в ситуаціях різних ступенів ризику і в умовах дії стресогенних чинників та дефіциту часу;

принципи застосування тактики самозахисту; прийоми та техніки застосування: фізичного впливу (сили), у тому числі спеціальних прийомів боротьби (рукопашного бою), надягання кайданок та проведення поверхневої перевірки особи (після застосування фізичного впливу (сили));

основні документи, що регламентують організацію та проведення занять зі спеціальної фізичної підготовки у системі МВС України;

правила техніки безпеки під час занять зі спеціальної фізичної підготовки; розташування вразливих місць на тілі людини;

техніку застосування заходів фізичного впливу та спеціальних засобів у різних ситуаціях службової діяльності;

основи розвитку фізичних якостей, необхідних у повсякденній діяльності та в разі виникнення екстремальних ситуацій; основи методики розвитку витривалості, швидкісних і силових якостей;

основи збереження здоров'я та підвищення рівня фізичної працездатності.

вміти:

працювати в команді, забезпечуючи виконання завдань команди;

застосовувати у передбачених законом випадках заходи фізичного впливу, спеціальні засоби та тактику самозахисту під час службової діяльності;

застосовувати фізичні вправи з метою підвищення фізичної, морально-вольової та психологічної підготовленості;

прийняти рішення про застосування фізичної сили, спеціальних засобів, вогнепальної зброї в ситуаціях різних ступенів ризику і в умовах дії стресогенних чинників та дефіциту часу;

використовувати алгоритми застосування поліцейських заходів примусу в різних ситуаціях службової діяльності виконувати прийоми та техніки застосування: фізичної сили, у тому числі спеціальних прийомів боротьби (рукопашного бою), кайданок (після застосування фізичної сили) та проведення поверхневої перевірки;

виконувати вправи і заходи, спрямовані на розвиток та підтримання необхідних фізичних якостей, самоконтроль за фізичним станом і станом здоров'я; застосовувати набуті швидкісні та силові якості під час переслідування, зокрема з подолання штучних і природних перешкод та затримання правопорушника, силового протистояння йому тощо;

використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Вивчення дисципліни забезпечує формування компетентностей за освітньою програмою:

Інтегральна компетентність – здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері правоохоронної діяльності.

Загальні компетентності:

ЗК1 – Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2 – Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК5 – Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК7 – Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК8 – Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК9 – Здатність працювати в команді.

ЗК11 – 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.

Спеціальні компетентності:

СК3 – Здатність до критичного мислення та системного аналізу правових явищ.

СК4 – Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати правову інформацію з різних джерел.

СК14 – Здатність правомірно застосовувати засоби фізичного впливу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю, тактичні прийоми з дотриманням стандартів особистої безпеки, а також надавати невідкладну, зокрема домедичну і медичну, допомогу.

СК21 – Здатність надавати поліцейські послуги у сферах забезпечення публічної безпеки і порядку; охорони прав і свобод людини, а також інтересів суспільства і держави; протидії злочинності, як в звичайних умовах, так й в умовах дії правового режиму воєнного стану.

Пререквізити: базовий рівень фізичної підготовки на рівні повної загально-освітньої школи.

Постреквізити: «Тактико-спеціальна підготовка», «Вогнева підготовка», а також застосування набутих компетентностей у професійній діяльності.

Здобувачі вищої освіти повинні продемонструвати такі **результати навчання:**

ПРН12 – Адаптуватися і ефективно діяти у стандартних професійних ситуаціях, а також у разі ускладнення оперативної обстановки, підвищення фізичного та психологічного навантаження.

ПРН13 – Знати і розуміти вимоги законодавства, здійснювати кваліфікацію адміністративних та кримінальних правопорушень, грамотно оформлювати

процесуальні документи, що використовуються під час провадження у справах про адміністративні та кримінальні правопорушення, застосовувати превентивні та примусові поліцейські заходи.

ПРН15 – Працювати самостійно та в команді при виконанні службових (посадових) обов'язків та під час розв'язання складних спеціалізованих задач у сфері правоохоронної діяльності.

ПРН16 – Застосовувати превентивні та примусові заходи, спрямовані на усунення загроз життю та здоров'ю фізичних осіб, публічному (громадському) порядку та безпеці, майну, законним інтересам держави, які виникли (або можуть виникнути) внаслідок учинення кримінальних або адміністративних правопорушень.

ПРН18 – Застосовувати вогнепальну зброю та спеціальні засоби (штатне та бойове озброєння), фізичну силу; інформаційні системи та технології, технології захисту даних, методи обробки, накопичення та аналізу інформації, інформаційно-аналітичні системи, бази даних (в тому числі міжвідомчі та міжнародні), криміналістичні та оперативно-технічні засоби, безпілотну авіацію, іншу спеціальну та військову техніку і спорядження.

ПРН22 – Оцінювати оперативну (бойову) обстановку, рівень потенційних загроз та викликів, прогнозувати їх розвиток, застосовувати тактичні методи превентивного та силового втручання для запобігання та припинення правопорушень, усунення загроз внутрішньому безпековому середовищу, державному суверенітету та територіальній цілісності держави, у тому числі у взаємодії з іншими уповноваженими на це органами та громадою.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕМА 1. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій (Практична робота: Біг на довгі та короткі відстані, човниковий біг, естафети, подолання перешкод, стрибкові вправи).

ТЕМА 2. Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них. (Практична робота: Удари руками: прямі, бокові, знизу, навідмах, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні) на місці, із розвороту, ліктем, коліном. Удари ногами: прямий, півколовий, в сторону. Захист від нанесення ударів руками та ногами (блоки, больові прийоми). Блоки: підставка долонь, зігнутої руки, передпліччя, плеча; відбиви ліворуч, праворуч, уверх, униз, накладки на кулак, плече, передпліччя. Рухом тулуба: ухили ліворуч, праворуч, назад; нирки ліворуч, праворуч. Пересування: розрив дистанції, відхід ліворуч, праворуч, назад).

ТЕМА 3. Спеціальні підготовчі вправи (Практична робота: Прийоми страхування при падінні вперед, назад, на бік. Стійки: основна, фронтальна,

бойова, очікування. Пересування в стійках, напрямок погляду, спостереження за ситуацією. Бойова дистанція. Акробатика зі зброєю – переكاتи, зміна сектору, зміна положення).

ТЕМА 4. Больові прийоми та способи затримання. (Практична робота: важіль руки всередину, назовні, вузол ліктьового суглобу, дотискання кисті, контроль стискання сонних артерій. Больові прийоми: загин руки за спину при підході спереду та ззаду, важелі руки назовні та всередину, тиск на корінь носа. Способи затримання одним поліцейським, а також у складі наряду).

ТЕМА 5. 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).

ТЕМА 6. Звільнення від захватів та обхватів супротивника (Практична робота: Звільнення від захоплень за руки, ноги, голову, шию, одяг, спеціальні засоби, вогнепальна зброя, 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).

ТЕМА 7. Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами (Практична робота: Захист від удару зверху, збоку, навідмах, тичком. Удари ножем: зверху, знизу, збоку, навідмах, тичком. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання правопорушника за допомогою контрударів по озброєній кінцівці та уразливим точкам на тілі особи. Обеззброєння та затримання правопорушника з використанням кидків, больових та задушливих прийомів, гумового кийка).

ТЕМА 8. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю (Практична робота: Обеззброєння та затримання правопорушника при загрозі пістолетом: спереду, ззаду, збоку з використанням ударів, больових та задушливих прийомів, кидків, захист при спробі заволодіти зброєю).

ТЕМА 9. Способи затримання поліцейськими у складі наряду (Практична робота: Затримання «ривком», «замком», збоку, ззаду, виконання повалень правопорушника важелем руки всередину, загином руки, дотисканням кореня носу, вузлом ліктьового суглобу, дестабілізація голови тощо. Надягання кайданок та проведення поверхневої перевірки особи (після застосування фізичного впливу (сили)).

ТЕМА 10. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності (Практична робота: Фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами,

пересування у повному присіді, стрибкові вправи). Подолання природніх перешкод у повному спорядженні (зброя, бронежилет, протигаз, саперна лопата, шолом тощо) на різних дистанціях).

ТЕМА 11. Розвиток та вдосконалення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій (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). Біг в повному спорядженні зі зброєю. Прискорене пересування.

ТЕМА 12. Вдосконалення техніки виконання ударів руками та ногами. Комбіновані дії (Практична робота: Стійки: основна (бойова), фронтальна, очікувальна. Пересування в стійках, напрямок погляду, спостереження за ситуацією. Бойова дистанція. Вразливі місця на тілі людини. Удари руками: прямі, бокові, знизу, навідліг, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні, передпліччям) на місці, із розвороту, з пересуванням та зміною напряму атаки. Комбінації ударів руками. Удари ногами: прямий удар уперед, бокові удари, удари знизу, назад. Удари коліном. Комбінації ударів ногами. Імобілізуючі удари. Захист від ударів руками. Рухом рук: підставлення долонь, зігнутої руки, передпліччя, плеча; відбиви вліво, вправо, уверх, униз, накладки на кулак, плече, передпліччя. Рухом тулуба: ухили ліворуч, праворуч, назад; нирки ліворуч, праворуч. Пересуванням: розрив дистанції, відхід ліворуч, праворуч, назад. Відбивом передпліччям, гомілкою. Уходом ліворуч, праворуч, назад, ухилом. Комбінований захист. Навчально-тренувальні сутички. Прийоми рукопашного бою з автоматом в ближньому бою, комплекси зі зброєю, збереження зброї).

ТЕМА 13. Вдосконалення способів затримання поліцейськими у складі наряду (Практична робота: Затримання «ривком», «замком», збоку, ззаду, виконання повалень правопорушника важелем руки всередину, загином руки, дотисканням кореня носу, вузлом ліктявого суглобу, дестабілізація голови).

ТЕМА 14. Вдосконалення 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).

ТЕМА 15. Збереження зброї від захоплення (Практична робота: Способи безпечного поводження зі зброєю (пістолет, автомат тощо). Збереження зброї при захопленні (зброя в кобурі, в руках).

ТЕМА 16. Вдосконалення техніки захисту від атакуючих дій озброєного правопорушника (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 особи. Обеззброєння та затримання правопорушника з використанням кидків, больових та задушливих прийомів, гумового кийка, комбінованого захисту (Захист від нападу озброєного пістолетом, автоматом тощо правопорушника та його затримання).

ТЕМА 17. Взаємодія працівників поліції при застосуванні заходів поліцейського примусу (Практична робота: Дії поліцейських при затриманні правопорушників: два проти одного; три проти одного; три проти двох тощо). Комбіновані дії при затриманні озброєного або неозброєного правопорушника та при захисті від нападу озброєного або неозброєного правопорушника.

ТЕМА 18. Техніки виконання ударів руками та ногами, коліном, ліктем, ситуативні завдання (Практична робота: Комбіновані атакуючі дії із застосуванням ударної техніки. Комбінований захист. Навчально-тренувальні сутички).

ТЕМА 19. Подолання перешкод (Практична робота: подолання окремих елементів смуги перешкод, подолання смуги перешкод у цілому, стрибкові та бігові вправи, пересування у повному присяді. Біг під навантаженням. Біг по пересічній місцевості. Метання гранати на дальність та точність).

ТЕМА 20. Закріплення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій (Практична робота: Бігові та стрибкові вправи. Метання гранати на дальність та точність після навантаження).

ТЕМА 21. Моделювання ситуацій при застосуванні заходів поліцейського примусу (Практична робота: Дії поліцейських в типових ситуаціях: вживання спиртних напоїв у громадському місці; лайка та бійка в громадському місці; розбійний напад; спроба згвалтування; грабіж; затримання в автомобілі; сімейна сварка, опір при перевірці документів на блокпосту, затримання правопорушника з явними ознаками ПТСР, затримання правопорушника в обмеженому просторі. Надягання кайданок та проведення поверхневої перевірки особи (після застосування фізичного впливу (сили)).

4. СТРУКТУРА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ДЕННА ФОРМА НАВЧАННЯ

Теми практичних занять

Назва теми практичного заняття	Кількість годин
Перший семестр	
ТЕМА 1. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	10
ТЕМА 2. Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них.	8
ТЕМА 3. Спеціальні підготовчі вправи	6
ТЕМА 4. Больові прийоми та способи затримання	16
Другий семестр	
ТЕМА 5. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері	8
ТЕМА 6. Звільнення від захватів та обхватів супротивника	16
ТЕМА 7. Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами	6
ТЕМА 8. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю	6
ТЕМА 9. Способи затримання поліцейськими у складі наряду	2
ТЕМА 10. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності	12
Третій семестр	
ТЕМА 11. Розвиток та вдосконалення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	12
ТЕМА 12. Вдосконалення техніки виконання ударів руками та ногами. Комбіновані дії	6
ТЕМА 13. Вдосконалення способів затримання	10

поліцейськими у складі наряду	
ТЕМА 14. Вдосконалення техніки кидків та захисних дій у партер	12
Четвертий семестр	
ТЕМА 15. Збереження зброї від захоплення	8
ТЕМА 16. Вдосконалення техніки захисту від атакуючих дій озброєного правопорушника	14
ТЕМА 17. Взаємодія працівників поліції при застосуванні заходів поліцейського примусу	8
ТЕМА 18. Техніки виконання ударів руками та ногами, коліном, ліктем, ситуативні завдання	6
ТЕМА 19. Подолання перешкод	14
П'ятий семестр	
ТЕМА 20. Закріплення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	6
ТЕМА 21. Моделювання ситуацій при застосуванні заходів поліцейського примусу	14

Теми для самостійної роботи

Назва теми самостійної роботи	Кількість годин
Перший семестр	
ТЕМА 1. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	2
ТЕМА 2. Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них.	2
ТЕМА 3. Спеціальні підготовчі вправи	2
ТЕМА 4. Больові прийоми та способи затримання	2

Другий семестр	
ТЕМА 5. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері	2
ТЕМА 6. Звільнення від захватів та обхватів супротивника	1
ТЕМА 7. Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами	1
ТЕМА 8. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю	1
ТЕМА 9. Способи затримання поліцейськими у складі наряду	1
ТЕМА 10. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності	1
Третій семестр	
ТЕМА 11. Розвиток та вдосконалення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	2
ТЕМА 12. Вдосконалення техніки виконання ударів руками та ногами. Комбіновані дії	2
ТЕМА 13. Вдосконалення способів затримання поліцейськими у складі наряду	2
ТЕМА 14. Вдосконалення техніки кидків та захисних дій у партер	2
Четвертий семестр	
ТЕМА 15. Збереження зброї від захоплення	2
ТЕМА 16. Вдосконалення техніки захисту від атакуючих дій озброєного правопорушника	2
ТЕМА 17. Взаємодія працівників поліції при застосуванні заходів поліцейського примусу	1
ТЕМА 18. Техніки виконання ударів руками та ногами, коліном, ліктем, ситуативні завдання	1
ТЕМА 19. Подолання перешкод	1

П'ятий семестр	
ТЕМА 20. Закріплення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	6
ТЕМА 21. Моделювання ситуацій при застосуванні заходів поліцейського примусу	4

ЗАОЧНА ФОРМА НАВЧАННЯ

Теми практичних занять

Назва теми практичного заняття	Кількість годин(заочна)
Перший семестр	
ТЕМА 1. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	2
ТЕМА 2. Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них.	2
ТЕМА 3. Спеціальні підготовчі вправи	1
ТЕМА 4. Больові прийоми та способи затримання	1
Другий семестр	
ТЕМА 5. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері	2
ТЕМА 6. Звільнення від захватів та обхватів супротивника	2
ТЕМА 8. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю	2
Третій семестр	
ТЕМА 11. Розвиток та вдосконалення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	1
ТЕМА 12. Вдосконалення техніки виконання ударів руками та ногами. Комбіновані дії	2

ТЕМА 13. Вдосконалення способів затримання поліцейськими у складі наряду	2
ТЕМА 14. Вдосконалення техніки кидків та захисних дій у партер	1
Четвертий семестр	
ТЕМА 16. Вдосконалення техніки захисту від атакуючих дій озброєного правопорушника	2
ТЕМА 17. Взаємодія працівників поліції при застосуванні заходів поліцейського примусу	2
ТЕМА 18. Техніки виконання ударів руками та ногами, коліном, ліктем, ситуативні завдання	2
П'ятий семестр	
ТЕМА 20. Закріплення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	6

Теми для самостійної роботи

Назва теми самостійної роботи	Кількість годин
Перший семестр	
ТЕМА 1. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	16
ТЕМА 2. Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них.	16
ТЕМА 3. Спеціальні підготовчі вправи	9
ТЕМА 4. Больові прийоми та способи затримання	14
Другий семестр	
ТЕМА 5. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері	13
ТЕМА 6. Звільнення від захватів та обхватів супротивника	13

ТЕМА 7. Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами	8
ТЕМА 8. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю	6
ТЕМА 9. Способи затримання поліцейськими у складі наряду	8
ТЕМА 10. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності	7
Третій семестр	
ТЕМА 11. Розвиток та вдосконалення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	6
ТЕМА 12. Вдосконалення техніки виконання ударів руками та ногами. Комбіновані дії	6
ТЕМА 13. Вдосконалення способів затримання поліцейськими у складі наряду	6
ТЕМА 14. Вдосконалення техніки кидків та захисних дій у партер	6
Четвертий семестр	
ТЕМА 15. Збереження зброї від захоплення	4
ТЕМА 16. Вдосконалення техніки захисту від атакуючих дій озброєного правопорушника	4
ТЕМА 17. Взаємодія працівників поліції при застосуванні заходів поліцейського примусу	6
ТЕМА 18. Техніки виконання ударів руками та ногами, коліном, ліктем, ситуативні завдання	4
ТЕМА 19. Подолання перешкод	6
П'ятий семестр	
ТЕМА 20. Закріплення рухових навичок, необхідних у службовій діяльності й у разі виникнення екстремальних ситуацій	52

5. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ТА ЗАВДАНЬ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ НА ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ

1. Виконання контрольних нормативів згідно з наказом №50 (вправи з бігу 100м.,1000м.,3000м., човниковий біг, комплексно силова вправа, згинання та розгинання рук в упорі лежачі,
2. Виконання ударів: руками, ногами(удар рукою прямий, боковий; удар ногою, удар коліном, удар ліктем, комбіновані удари руками та ногами).
3. Виконати акробатичні вправи (перекид обличчям вперед, спиною вперед; перекид через праве плече, ліве).
4. Страхування при падінні обличчям вперед, спиною вперед, падіння на правий бік та на лівий.
5. Виконати больові прийоми (важіль руки всередину, назвні, вузол ліктьового суглобу, дотискання кисті, контроль стискання сонних артерій).
6. Захист від нанесення ударів руками та ногами (блоки, больові прийоми).
7. Виконати затримання при підході спереду ривком, нирком, замком, хрестом.
8. Виконати затримання поштовх, дотиск кисті, дестабілізація голови, тиском на лікоть.
9. Виконати затримання при підході збоку.
10. Виконати кидки (задня підніжка, передня підніжка, кидок через стегно, кидок через спину)
11. Звільнення від захоплень однойменної, різнойменної руки, обох рук.
12. Звільнення від обхвату тулуба спереду, ззаду з руками та без рук.
13. Виконати техніки захисту при ударі ножем зверху, знизу, тичком в живіт, збоку в шию, на відліг.
14. Виконати захист від загрози вогнепальної зброї(спереду в голову та груди; ззаду в голову та груди та збоку.

6. КРИТЕРІЇ ТА ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

ДЛЯ ДЕННОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ		
Поточний контроль (ПК)		Підсумковий контроль
Аудиторна робота	Самостійна робота	Залік (З) / ЕКЗАМЕН (Е)
≤ 40	≤ 10	
≤ 50		≤ 50
Підсумкова оцінка у випадку заліку (П) = ПК + З ≤ 100		
Підсумкова оцінка у випадку складання екзамену (П) = ПК + Е ≤ 100		

ДЛЯ ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ		
Поточний контроль (ПК)		Підсумковий контроль
Аудиторна робота	Самостійна робота	Залік (З) / ЕКЗАМЕН (Е)
≤ 20	≤ 30	
≤ 50		≤ 50
Підсумкова оцінка у випадку заліку (П) = ПК + З ≤ 100		
Підсумкова оцінка у випадку складання екзамену (П) = ПК + Е ≤ 100		

**Критерії оцінювання аудиторної роботи здобувачів вищої освіти
(денна та заочна форма навчання)**

БАЛИ	ПОЯСНЕННЯ
5	Високий рівень компетентностей. Засвоєння навчального матеріалу відповідно до теми заняття у повному обсязі; на високому рівні сформовані необхідні практичні навички та вміння; всі навчальні завдання, передбачені планом заняття, виконані в повному обсязі. Під час заняття продемонстрована стабільна активність та ініціативність. Контрольні вправи та нормативи з фізичної підготовки виконано в повному обсязі.
4	Невисокий рівень компетентностей. Засвоєння навчального матеріалу відповідно до теми заняття у повному обсязі; в основному сформовані необхідні практичні навички та вміння; всі передбачені планом заняття навчальні завдання виконані в повному обсязі з неістотними неточностями. Під час заняття продемонстрована ініціативність. Контрольні вправи та нормативи з фізичної підготовки виконано частково з тенденцією до зростання.
3	Достатній рівень компетентностей. Навчальний матеріал відповідно до теми заняття у цілому засвоєний; практичні навички та вміння мають поверхневий характер , потребують подальшого напрацювання та закріплення; навчальні завдання, передбачені планом заняття, виконані , деякі види завдань виконані з помилками. Контрольні вправи та нормативи з фізичної підготовки виконано частково з тенденцією до зменшення.
2	Недостатній рівень компетентностей. Навчальний матеріал відповідно до теми заняття засвоєно частково, прогалини у знаннях не носять істотного характеру; практичні навички та вміння сформовані недостатньо ; більшість навчальних завдань виконано , деякі з виконаних завдань містять істотні помилки , які потребують подальшого усунення. Більшість контрольних вправ та нормативів з фізичної підготовки не виконано.
1	Мінімальний рівень компетентностей. Курсант, не готовий до заняття , з труднощами виконує завдання, допускає змістовні помилки, не володіє відповідними вміннями і навичками, необхідними для розв'язання професійних завдань. Контрольні вправи та нормативи з фізичної підготовки не виконано.
0	Незадовільний рівень компетентностей. Відсутність на занятті.

Критерії оцінювання самостійної роботи (денна форма навчання)

<i>Види робіт</i>	Бали
Систематичне тренування у спортивних секціях університету та за його межами	5
Самостійне тренування у тренажерній залі університету	5
Самостійне заняття бігом під керівництвом НПП	1
Участь у змаганнях ДДУВС	2
Здобувач вищої освіти виборів призове місце у змаганнях ДДУВС	4
Участь у суддівстві змагань	2
Участь у показових виступах	3
Отримання спортивного розряду 1-й дорослий, КМС України	7
Отримання спортивного звання МС України	10

Критерії оцінювання підсумкового контролю (залік/екзамен)

Під час складання заліку Здобувачами екзаменаційний білет складається з двох теоретичних питань та одного практичного завдання. Кожне питання і практичне завдання оцінюється максимально до 50 балів.

Після надання відповідей на два теоретичні питання та виконання практичного завдання визначається підсумковий бал як середнє арифметичне трьох отриманих оцінок. Критеріями оцінки відповідей Здобувача на питання білета є:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS	
	Залік	Екзамен/ диференційований залік	Оцінка	Пояснення
90-100	зараховано	Відмінно	A	«Відмінно» - теоретичний зміст курсу засвоєний у повному обсязі; сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані в повному обсязі.
83-89		Добре	B	«Дуже добре» - теоретичний зміст курсу засвоєний в повному обсязі; в основному сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання більшості з них оцінена кількістю балів, близько до максимальної.

75-82			С	«Добре» - теоретичний зміст курсу засвоєний цілком; в основному сформовані практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання жодного з них не оцінена мінімальною кількістю балів, деякі види завдань виконані з помилками.
68-74		Задовільно	D	«Задовільно» - теоретичний зміст курсу засвоєний не повністю; але прогалини не носять істотного характеру; в основному сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; більшість передбачених РПНД навчальних завдань виконано, деякі з виконаних завдань містять помилки.
60-67			E	«Достатньо» - теоретичний зміст курсу засвоєний частково; не сформовано деякі практичні навички роботи; частина передбачених РПНД навчальних завдань не виконані або якість виконання деяких з них оцінено числом балів, близьким до мінімального.
35-59	не зараховано	Не задовільно	FX	«Умовно незадовільно» - теоретичний зміст курсу засвоєний частково; не сформовані необхідні практичні навички роботи; більшість навчальних завдань не виконано або якість їх виконання оцінено кількістю балів, близько до мінімальної; при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості виконання навчальних завдань (з можливістю повторного складання).
1-34			F	«Безумовно незадовільно» - теоретичний зміст курсу не засвоєний; не сформовані необхідні практичні навички роботи; всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки або не виконані взагалі; додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не призведе до значного підвищення якості виконання навчальних завдань.

У разі переведення Здобувачів на дистанційну форму навчання підсумковий контроль проводиться з використанням платформ МІА: Освіта та СУДН Moodle.

7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧЕНО НАВЧАЛЬНОЮ ДИСЦИПЛІНОЮ

1. Макети пістолетів, ножів;
2. Кайданки, поясні системи, гумовий кийок;
3. Боксерські рукавички та захисні шоломи;
4. Маківари, лапи для єдиноборств;

5. Борцівський килим, татамі;
6. Мультимедійне обладнання.

8. ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (рекомендовані джерела інформації)

Основні нормативні акти:

- закони:

1. Про Національну поліцію. Закон України від 2 липня 2015 року № 580-VIII. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 24.08.2024)

- підзаконні акти:

1. Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України, затверджене наказом МВС України від 26 січня 2016 року № 50. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#Text> (дата звернення: 24.08.2024)

Підручники:

1. Т. Ю. Круцевич. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту] : у 2 т. - Київ : Олімпійська література, 2017.
2. Чумак І. О., Олійник Н. А. Рукопашний бій: повний курс рукопашної підготовки: підручник для вищих навчальних закладів – Вінниця: ВНАУ, 2018. – 258 с.

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. Дідковський В. А., Бондаренко В. В., Кузенков О. В. Фізична підготовка працівників Національної поліції України: навч. посіб. / Київ : Кандиба Т. П., 2019, 98 с.
2. В. А. Дідковський; В. В. Бондаренко, В. А. Сягровець. Дії поліцейського під час здійснення поверхневої перевірки. Особливості застосування кайданків : метод. рек. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. – 62 с.
3. Домніцак В. В. Спеціальна фізична підготовка : методичні рекомендації для практичних занять та самостійної роботи здобувачів спеціальності 262 «Правоохоронна діяльність», бакалавр – Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2023. – 56 с.
4. В. В. Білик, В. В. Бондаренко, Н. Ю. Худякова. Застосування больових прийомів під час затримання правопорушника : метод. рек. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 75 с.

5. О. І. Тьорло, Б. Ю. Музыка, О. В. Флуд. Застосування заходів фізичного впливу в обмеженому просторі : навч.-метод. посібник Львів : ЛьвДУВС, 2020. 204 с.

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

7. Тьорло О. І. Організація фізичної підготовки з особовим складом підрозділів Національної поліції України: методичні рекомендації для самостійної роботи. - Львів : ЛьвДУВС, 2021. 35 с.

Монографії та інші наукові видання:

1. Ганжа О. О. Первинна підготовка працівників національної поліції України, як чинник їх службової кар'єри. Юридична наука, (10 (112), 70–77. <https://doi.org/10.32844/2222-5374-2020-112-10.09>.

2. Кіпріч С. В. Спрямованість фізичної підготовки боксерів із використанням специфічних функціональних характеристик / С. В. Кіпріч, А. Дяченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2018. – № 6. – С. 21–29.

3. Константинов Д. В. Зміст фізичного виховання курсантів закладів вищої освіти системи МВС України. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Харків, 2019 с. 246- 249

4. Лукін Б. П., Бурхайло В. А., Лукін Б. П., Бурхайло В. А., Методика навчання техніці застосування заходів фізичного впливу майбутніх офіцерів національної поліції України засобами кикбоксингу. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Харків, 2020. С.170-172

5. Моргунов О. А., Ярещенко О.А., Фізична підготовка курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання МВС України. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Харків, 2020. С. 177-179.

Інтернет-ресурси:

1. Національна академія внутрішніх справ. www.naiu.kiev.ua (дата звернення: 24.08.2024)

2. Національний університет фізичного виховання і спорту. www.unisport.edu.ua (дата звернення: 24.08.2024)

3. Верховна Рада України. zakon.rada.gov.ua (дата звернення: 24.08.2024)

4. Українська асоціація районних та обласних рад. www.uaror.org.ua (дата звернення: 24.08.2024)

5. Міністерство освіти та науки. www.mon.gov.ua (дата звернення: 24.08.2024)

**Завідувач кафедри
спеціальної фізичної підготовки
майор поліції**

Віктор БОГУСЛАВСЬКИЙ

