

ІВАНО-ФРАНКІВСЬКИЙ НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ЮРИДИЧНИЙ ІНСТИТУТ  
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»  
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОПРАВОВИХ ТА ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Директор ФННЮІНУ «ОЮА»  
проф.  Роман САВЧУК

**РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТЬОГО КОМПОНЕНТУ**

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ  
ОК 6**

рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
ступінь вищої освіти	бакалавр
галузь знань	08 Право
спеціальність	081 Право
освітня програма	Право

Розробник програми: к.і.н., доц. Безносюк Олег Петрович

Затверджено на засіданні кафедри загальноправових та гуманітарних дисциплін (протокол № 1 від 30.08.2024 р.)

В.о.завідувача кафедри загальноправових  
та гуманітарних дисциплін



Лілія КОРИТКО

Начальник навчального відділу



Ірина ЯЦКІВ

Гарант освітньої програми



Роман САВЧУК

Навчально-методична рада (протокол № 1 від 02.09 2024 р.)

Голова навчально-методичної  
ради



Олег БЕЗНОСЮК

Заступник директора

Олег БЕЗНОСЮК

## РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1. Опис освітнього компонента					
<b>Назва освітнього компонента</b>	<u>Фізичне виховання та основи безпеки життєдіяльності</u> <u>Physical Training and Fundamentals of Life Safety</u>				
<b>Освітня Програма</b>	Освітньо-наукова програма підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 08 «Право» за спеціальністю 081 «Право».				
<b>Рівень вищої освіти</b>	<b>Форма навчання</b>	<b>Тип</b>	<b>Курс</b>	<b>Семестр</b>	<b>Обсяг, кредит / год</b>
Перший (бакалаврський) рівень	Денна, заочна форма навчання	О	1	1,2	денна ф/н – 3/90, заочна ф/н – 3/90
<b>Короткий опис предметної сфери</b>	<p>Навчальна дисципліна «Фізичне виховання та основи безпеки життєдіяльності» входить до обов'язкового циклу гуманітарних дисциплін для підготовки бакалаврів зі спеціальності «Право».</p> <p>Навчальну дисципліну «Фізичне виховання та основи безпеки життєдіяльності» розроблено таким чином, щоб надати здобувачам вищої освіти необхідні знання про: фізичну культуру, фізичне виховання, спорт, основні принципи і способи забезпечення життєдіяльності, небезпечні та шкідливі фактори середовища проживання, причини та можливі наслідки небезпек, визначення рівня безпеки системи «людина-життєве середовище», моделювання умов виникнення небезпечних ситуацій, оцінку рівня небезпеки; надання першої необхідної допомоги.</p> <p>Фізичне виховання є засобом збереження і зміцнення здоров'я людини, його фізичної досконалості, раціональною формою використання вільного часу, підвищення громадської і трудової активності, формування гармонійно розвиненої особистості, її фізичної культури.</p> <p>Основи безпеки життєдіяльності окреслюють загальні закономірності виникнення небезпек, їх властивості, наслідки впливу на організм людини, основи захисту здоров'я та життя людини і середовища її проживання, а також розробку та реалізацію відповідних засобів і заходів щодо створення, підтримки здорових та безпечних умов життя, діяльності людини як у повсякденних умовах побуту та виробництві, так і в умовах надзвичайних ситуацій.</p>				
<b>Викладач освітнього компонента</b>	<b>Безносюк Олег Петрович</b> , доцент кафедри загальноправових та гуманітарних дисциплін ІФФННЮІ Національного університету «Одеська юридична академія» кандидат історичних наук, доцент				
<b>Мова викладання</b>	українська				

<b>Передумови</b>	Наявність базових знань з безпеки життєдіяльності та навичок з фізичного виховання, передбачених загальноосвітньою програмою.
-------------------	---

<b>Постреквізити</b>	Засвоївши матеріал навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти зможуть: формувати стійку мотивацію щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійно розвивати природні здібності та психічні якості; формувати ціннісні орієнтації щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя; формувати практичні навички для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку; у своїй професійній діяльності використовувати положення законодавчих актів і нормативно-правових документів з охорони праці та цивільного захисту; оцінювати санітарно-гігієнічні умови та рівень безпеки; ідентифікувати шкідливі і небезпечні фактори в побутовому і соціальному середовищі; вміти надати першу необхідну допомогу; володіти основними методами збереження життя і здоров'я, у тому числі в умовах надзвичайних ситуацій.
----------------------	---

<b>2. Структура освітнього компонента</b>		
Види навантаження	Денна форма год.	Заочна форма год.
Кількість кредитів / год	3/90	3/90
<b>Усього годин аудиторної роботи, у т. ч.:</b>	66	16
• лекційні заняття, год.	6	14
• практичні заняття, год.	60	2
• семінарські заняття, год.	-	
• лабораторні заняття, год.	-	
<b>Усього годин самостійної роботи, у т. ч.:</b>	24	74
• контрольні роботи, к-сть / год.	-	
• індивідуальне науково-дослідне завдання, год.	10	10
• підготовка до аудиторних занять та контрольних заходів, год.	14	64
Екзамен	-	-
Залік	+	+

<b>3. Мета і завдання освітнього компонента</b>	
<b>Мета навчальної дисципліни</b>	<p>Метою навчальної дисципліни є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формування фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я студентів. Оволодіння основами оздоровчо-корегувальної та прикладної спрямованості фізкультурної діяльності. Розвиток основних фізичних якостей та рухових здібностей, формування у здобувачів освіти свідомого та відповідального відношення до свого здоров'я та навичок здоров'язбережувальної поведінки;</li> <li>- формування у здобувачів вищої освіти відповідних компетенцій для здійснення професійної діяльності за спеціальністю з обов'язковим дотриманням вимог безпеки і стандартів з охорони праці, використанням останніх досягнень науково-технічного прогресу та міжнародного досвіду безпеки, збереження життя, здоров'я та працездатності; формування у студентів відповідальності за особисту та колективну безпеку у повсякденних умовах та під час надзвичайних ситуацій і воєнного стану, з урахуванням особливостей майбутньої професійної діяльності.</li> </ul>

	<p>Завданнями навчальної дисципліни є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформувані розуміння ролі фізичного виховання в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом; оволодіння системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами фізкультурної діяльності, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості; придбання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.</li> <li>- здобути теоретичні знання і практичні вміння та навички, достатні для успішного виконання професійних обов'язків за обраною спеціальністю; знання про загальні закономірності виникнення небезпек, їх властивості, наслідки впливу на організм людини, основи захисту здоров'я та життя людини і середовища її проживання, а також розробку та реалізацію відповідних засобів і заходів щодо створення, підтримки здорових та безпечних умов життя, діяльності людини як у повсякденних умовах побуту та виробництві, так і в умовах надзвичайних ситуацій.</li> </ul>
--	---

Результати освітнього компонента				
Символ РН	Внаслідок вивчення ОК студент буде здатним продемонструвати такі <b>результати навчання:</b>	Посилання на символ ПРН	Методи викладання і навчання	Методи оцінювання досягнення РН
1	Самостійно визначати ті обставини, у з'ясуванні яких потрібна допомога, і діяти відповідно до отриманих рекомендацій.	ПРН9	Лекції, практичні, самостійне навчання практичні методи: (метод регламентованої вправи, ігровий і змагальний методи)	усна презентація, письмове узагальнення усні відповіді виконання практичних завдань і контрольних нормативів
2	Доносити до респондента матеріал з певної проблематики доступно і зрозуміло.	ПРН12	Лекції, практичні, самостійне навчання практичні методи: (метод регламентованої вправи, ігровий і змагальний методи)	усна презентація, письмове узагальнення усні відповіді виконання практичних завдань і контрольних нормативів
3	Працювати в команді, забезпечуючи виконання завдань команд	ПРН17	Лекції, практичні, самостійне навчання практичні методи: (метод регламентованої	усна презентація, письмове узагальнення усні відповіді виконання

			вправи, ігровий і змагальний методи)	практичних завдань і контрольних нормативів
4	Використовувати психологічні прийоми та методи під час вирішення конкретних правових ситуацій.	ПРН23	Лекції, практичні, самостійне навчання практичні методи: (метод регламентованої вправи, ігровий і змагальний методи)	усна презентація, письмове узагальнення усні відповіді виконання практичних завдань і контрольних нормативів

Зв'язок з програмними результатами навчання	
Шифр програмного РН	Результати навчання цього ОК деталізують такі <b>програмні результати навчання:</b>
ПРН9	Самостійно визначати ті обставини, у з'ясуванні яких потрібна допомога, і діяти відповідно до отриманих рекомендацій.
ПРН12	Доносити до респондента матеріал з певної проблематики доступно і зрозуміло.
ПРН17	Працювати в команді, забезпечуючи виконання завдань команд
ПРН23	Використовувати психологічні прийоми та методи під час вирішення конкретних правових ситуацій.

Формування та розвиток компетентностей	
Посилання на шифр комп-сті	Вивчення ОК передбачає формування та розвиток у студентів <b>компетентностей:</b>
ІК	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі у галузі правничої діяльності.
ЗК2	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК3	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
ЗК7	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями
ЗК9	Здатність працювати в команді.
ЗК10	Здатність діяти на основі етичних та національно-патріотичних міркувань (мотивів).
ЗК13	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.
ЗК15	Прагнення до збереження навколишнього середовища.
СК3	Цінування та повага до гідності людини як найвищої соціальної цінності, розуміння її правової природи.
СК10	Здатність використовувати різноманітні інформаційні джерела для повного та всебічного встановлення певних обставин.
Технологія навчання	Змішане навчання із використанням дистанційних методів навчання для забезпечення самооцінювання здобувачів вищої освіти

#### 4. Програма та тематичний план освітнього компонента

Програма освітнього компонента	<u>Фізичне виховання та основи безпеки життєдіяльності</u> <u>Physical Training and Fundamentals of Life Safety</u>
--------------------------------------	--

Лекційні заняття				
Символ одиниці змісту	Опис змісту навчання (теми)	Посилання на РН	ДФ год.	ЗФ год
Тема 1.	Фізичне виховання та безпека життєдіяльності. Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії.	ПРН19,12,17, 23	2	4
Тема 2.	Небезпеки навколишнього середовища. Соціально-політичні небезпеки, їхні види та характеристики.	ПРН19,12,17, 23	2	4
Тема 3.	Організація забезпечення безпеки життєдіяльності у надзвичайних ситуаціях. Надання першої необхідної допомоги. Загальна фізична підготовка як процес розвитку фізичних якостей особистості. Поняття про спортивний та виробничий травматизм, професійні захворювання. Профілактика травматизму.	ПРН19,12,17, 23	2	6

Практичні, семінарські, лабораторні заняття				
Символ одиниці змісту	Опис змісту навчання (теми)	Посилання на РН дисципліни	ДФ год.	ЗФ год.
Тема 1.	Фізичне виховання та безпека життєдіяльності. Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії.	ПРН19,12,17,2 3	2	
Тема 2.	Організація забезпечення безпеки життєдіяльності у надзвичайних ситуаціях. Надання першої необхідної допомоги. Загальна фізична підготовка як процес розвитку фізичних якостей особистості. Поняття про спортивний та виробничий травматизм, професійні захворювання. Профілактика травматизму.	ПРН19,12,17,2 3	2	2
Тема 3.	Легка атлетика: заходи безпеки під час занять. Спеціальні бігові вправи: біг з високим підняттям стегна, біг підтупцем, біг 30 м, біг 60 м, біг 100 м, серії бігу 3x30 м, 2x60 м, човниковий біг 4x9 м, рівномірний біг 2000 м; 3000 м вільний біг 6 хвилин. Спеціальні стрибкові вправи: з ноги на ногу; поштовхом однією ногою вгору, виплигування з глибокого присідання, багатоскоки у довжину, з місця та розбігу. Спортивна ходьба до 1000-1500 м. Естафети та рухливі ігри з елементами легкої атлетики. Освоєння техніки виконання легкоатлетичних вправ. Удосконалення знань, вмінь та навичок засобами легкої атлетики.	ПРН19,12,17,2 3	14	
Тема 4.	Гімнастика: заходи безпеки під час занять з гімнастики.	ПРН19,12,17,2 3	8	

	<p>Танцювальна аеробіка з елементами шейпінга: загально розвиваючі вправи в поєднанні з танцювальними рухами на основі базових кроків під музичний супровід.</p> <p>Фітбол-аеробіка: особливості змісту занять з фітбол-аеробіки. Вправи локального та цілеспрямованого характеру, вправи на рівновагу, ізометричні вправи з максимальним м'язовим напруженням (5-30 с.) з різними вихідними положеннями.</p> <p>Степ-аеробіка: навчання різних варіантів кроків з підйомом на платформу (гімнастичну лавку) та спуском з неї з танцювальними рухами з переходом на інший ритм та направлення рухів.</p> <p>Стретчінг: основи методики розвитку гнучкості. Розучування та вдосконалення вправ з різними видами стретчінгу: пасивного та активного статичного; пасивного та активного динамічного.</p> <p>Силова гімнастика: вправи з різними обтяженнями (гантелі, блини, резинові жгути) для різноманітних груп м'язів. Коротка психофізіологічна характеристика основних систем фізичних вправ. Розучування комплексів вправ силової направленості, локально діючих на різні групи м'язів.</p>			
Тема 5.	<p>Настільний теніс: заходи безпеки під час занять. Заняття включають загальну і спеціальну фізичну підготовку. ЗФП: вправи для розвитку спритності, сили, витривалості, гнучкості, уваги та швидкості реакції. СФП: включає вправи з універсальним силовим тренажером.</p> <p>Технічна підготовка (техніка хвата тенісної ракетки, жонгливання м'ячем, пересування стійки і тенісиста, подачі та удари по м'ячу, тактика гри).</p> <p>Освоюються правила гри в одиночних іграх. Правила змагань одиночних та парних ігор.</p>	ПРН19,12,17,2 3	10	
Тема 6.	<p>Спортивні ігри: заходи безпеки під час занять спортивними іграми</p> <p>Футбол: заняття включають загальну і спеціальну фізичну підготовку. ЗФП: вправи для розвитку швидкості та загальної витривалості, швидкісної реакції та спритності. СФП: формування навиків в техніці оволодіння м'ячем (ведення м'яча з різною швидкістю, удари по м'ячу, зупинки м'яча, викидання м'яча з-за бокової та удари по воротах).</p> <p>Техніка і тактика гри. Правила змагань та навчальна гра.</p> <p>Волейбол: заняття включають загальну і спеціальну фізичну підготовку. ЗФП: вправи для розвитку швидкості, стрибучості, швидкісної реакції, сили. СФП: вивчення і оволодіння основним прийомів техніки гри в волейбол (стійки і переміщення волейболіста, прийом і передача м'яча однією та двома руками: нижні і верхні подачі,</p>	ПРН19,12,17,2 3	12	

	<p>нападаючі удари, блокування, правила гри в волейбол, а також рухливі ігри з елементами гри в волейбол). Освоюються навички гри в волейбол: комплекс спеціальних прийомів, необхідних волейболісту для успішної участі у грі.</p> <p>Техніка і тактика гри. Правила змагань, навчальна гра.</p>			
Тема 7.	<p>Баскетбол: заходи безпеки під час занять. Заняття з баскетболу включають загальну і спеціальну фізичну підготовку. ЗФП: вправи для розвитку сили, швидкості, загальної та швидкісної витривалості, стрибучості, гнучкості, швидкісної реакції, вправ для розвитку орієнтування. СФП: освоєння техніки пересувань, зупинки і переверотів без м'яча та з м'ячем, передача м'яча однією та двома руками на місці і в русі, лапання м'яча однією та двома руками, ведення м'яча, обведення противника, кидки м'яча з місця та в русі, однією та двома руками.</p> <p>Освоюються: обманні рухи, техніка захисту; техніка переміщень, техніка оволодіння м'ячем. Правила змагань та навчальна гра.</p>	ПРН19,12,17,2 3	6	
Тема 8.	<p>Бадмінтон: заходи безпеки під час занять. Заняття включають загальну і спеціальну фізичну підготовку. ЗФП: вправи для розвитку гнучкості, швидкості, рухливості в суглобах, вправи для розвитку сили кисті, для розвитку орієнтації в просторі та рівноваги, СФП: засоби тримання ракетки.</p> <p>Стійки. Подачі. Удари стороною ракетки; зверху, збоку, знизу; високий атакуючий, плоский, укорочений, скидання на сітці, відкрутка. Пересування (вперед, назад, в сторону). Правила змагань в одиночних та парних іграх.</p>	ПРН19,12,17,2 3	6	

Самостійна робота				
Символ одиниці змісту	Опис змісту навчання (наприклад, теми або види навчальної активності)	Посилання на РН ОК	ДФ год.	ЗФ год.
1	Фізичне виховання та безпека життєдіяльності. Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії.	ПРН19,12,1 7,23	2	10
2	Небезпеки навколишнього середовища. Соціально-політичні небезпеки, їхні види та характеристики.	ПРН19,12,1 7,23	2	10
3	Організація забезпечення безпеки життєдіяльності у надзвичайних ситуаціях. Надання першої необхідної допомоги. Загальна фізична підготовка як процес розвитку фізичних якостей особистості. Поняття про спортивний та виробничий травматизм, професійні захворювання. Профілактика травматизму.	ПРН19,12,1 7,23	4	14
4	Підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості студентів, удосконалення спортивної майстерності.	ПРН19,12,1 7,23	6	30

Індивідуальні завдання				
Символ одиниці змісту	Опис змісту індивідуального завдання	Посилання на РН ОК	ДФ год.	ЗФ год.
1	Підготовка реферату (доповіді) або презентації в межах питань, що розглядаються на лекційних та семінарських заняттях. Реферат повинен містити результати поглибленого дослідження окремих питань курсу та бути підкріпленим науково-методичною базою і прикладами з практики. Доповідь є інформаційним повідомленням. Завдання для підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості студентів, удосконалення спортивної майстерності.	ПРН 19,12,23	10	10

5. Ресурси для навчання	
Список <b>основних</b> джерел	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Арефьев В.Г. Основи теорії і методики фізичного виховання: Підручник. Кам'янець-Подільський. 2021. 368 с.</li> <li>2. Безпека життєдіяльності: навчально-методичний посібник / [Укладачі: В.І. Кошель, Г.П. Сав'юк, Б.С. Дзундза]. ІваноФранківськ: НАІР, 2018. 163 с.</li> <li>3. Бедрій Я.Л. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Київ: Кондор, 2019. 286 с.</li> <li>4. Вайда Т.С. Долякарська допомога: навч. посіб. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 874 с.</li> <li>5. Васійчук В.О., Гончарук В.Є. та ін. Основи цивільного захисту. Навчальний посібник. Львів, 2018. 384 с.</li> <li>6. Вахонсва Т.М. Основи охорони праці в Україні: навч. посіб. К.: Дакор, 2019. 508 с.</li> <li>7. Гурєєва А.М., Черненко О.Є., Дорошенко Е.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: основи спеціальної термінології у фізичному вихованні: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ, 2020. 78 с.</li> <li>8. Желібо Є.П., Сагайдак І.С. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Унт державної фіскальної служби України. Ірпінь, 2020. 256 с.</li> <li>9. Заплатинський В.М. Полімовний тлумачний словник з безпеки. Підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 120 с.</li> <li>10. Запорожець О.І., Халмурадов В.І., Применко В.І. Безпека життєдіяльності. Підручник. К.: Центр учбової літератури, 2018. 448 с.</li> <li>11. Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. К.: Основа, 2021. 256 с.</li> <li>12. Кіт Л.Я., Наливайко Н.В. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с.</li> <li>13. Колумбет О.М. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: навчальний посібник. К. : КМПУ імені Б. Д. Грінченка, 2019. 128 с.</li> <li>14. Колумбет О.М. Теорія і методика фізичного виховання. Опорні схеми: навчально-методичний посібник. К.: РВУФК, 2018. 186 с.</li> <li>15. Колумбет О.М. Координаційні здібності студентів (теоретичні та методичні основи стимульованого розвитку): навчально-методичний посібник. К : РВУФК, 2018. 122 с.</li> <li>16. Костюкевич В. М. Організація і проведення змагань із спортивних ігор: навч. посіб. Центр навчальної літератури, 2019. 216 с.</li> <li>17. Михайлюк В.О., Халмурадов Б.Д. Цивільна безпека. Навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2018. 158 с.</li> <li>18. Мелех Л. В. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Навчальний</li> </ol>

	<p>посібник для здобувачів вищої освіти із галузі знань 08 «Право», спеціальність 081 «Право». Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 219 с.</p> <p>19. Охорона праці (практикум). Навчальний посібник / За заг. ред. І.П. Пістуна. Львів: Тріада плюс, 2021. 436 с.</p> <p>20. Чернега Р.Т. Концепція правового забезпечення охорони праці в контексті євроінтеграції України: монографія. Харків: Панов, 2019. 392 с.</p> <p>21. Черненко, С.О. Теорія й методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 ч. Краматорськ: ДДМА, 2021. Ч. 1. 215 с.</p>
<p>Список допоміжних джерел</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Азаров С.І., Сидоренко В.Л., Єременко С.А., Пруський А.В. Методичні засади пожежного аудиту вибухопожежонебезпечних об'єктів. <i>Науковий вісник: Цивільний захист та пожежна безпека</i>. 2020. № 2(10). С. 3-14.</li> <li>2. Антонік В., Антонік І., Андріанов В. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. <i>Професіонал, центр фізичної культури</i>, 2019. 336 с.</li> <li>3. Безпека життєдіяльності та охорона праці: навчальний посібник / Леськів Г.З., та ін.: Льві: Видавництво: ЛьвДУВС, 2018. 457 с.</li> <li>4. Блавт О. З. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів спеціальної медичної групи: методичні вказівки. Л.: Львівська політехніка, 2018. 20 с.</li> <li>5. Борис О.П. Реформування державної служби з надзвичайних ситуацій України. <i>Науковий вісник: державне управління: журнал</i>, 2020. № 1. С. 8-19.</li> <li>6. Будчик Д.А., Іщенко Д.С., Порохнявий А.В. Функціональна підготовка як основа спеціальної фізичної підготовки для правоохоронців. <i>UNIVERSUM. Розділ 17. Фізична культура, спорт та фізична терапія</i>, 2024. №14. С. 454-460.</li> <li>7. Говорун С.В. Державне управління у сфері пожежної безпеки в Україні: аспекти інституційного розвитку: дис. ... к.держ.упр.: 25.00.01. Львів, 2019. 279 с.</li> <li>8. Іванченко О.М., Євтушенко Є.Г., Мальона Н.В., Пастернацький В.В. Удосконалення системи фізичного виховання майбутніх фахівців спеціальності 081 «Право». <i>Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах</i>, 2022 р., № 80, Т. 1. С. 161-167.</li> <li>9. Коваленко Г.І., Мусіяченко Ф.В., Протасенко О.Ф. Безпека життєдіяльності людини. Конспект лекцій. Харків: ІНЖЕК, 2018. 360 с.</li> <li>10. Корецький Ю.О. Механізми державного регулювання екологічної безпеки в надзвичайних ситуаціях. <i>Державне управління та місцеве самоврядування</i>. 2020. Вип. 1(44). С. 44-51.</li> <li>11. Мельник І., Канюка В. Основні складові фізичної підготовки та формування навиків самозахисту студентів спеціальності «правоохоронна діяльність». <i>Актуальні проблеми правознавства</i>. 1 (33)/2023. С. 203-208.</li> <li>12. Мельніков А., Шинкарук В., Якимлюк Д. Методика організації та проведення фізичної підготовки. <i>Академічні візії</i>, 2024. Вип. 31. С. 20-29.</li> <li>13. Організаторська діяльність фахівця з фізичної підготовки і спорту: навч. посіб. / [Д. Оленєв, В. Шемчук, О. Корнієнко, С. Жембровський]. К.: НУОУ, 2023. 120 с.</li> <li>14. Стищенко Т.Є., Пронюк Г.В., Сердюк Н.М., Хондак І.І. «Безпека життєдіяльності»: навч. посібник. Харків: ХНУРЕ, 2018. 336 с.</li> <li>15. Тимчик, М. В., Линник, А., Гуляєв, А. Методика військово-патріотичного виховання здобувачів вищої освіти у процесі фізкультурно-масової роботи. <i>Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)</i>. 2022. № 7 (152), С.</li> </ol>

	<p>115-118.</p> <p>16. Тимчик М., Скирда Т., Линник, А. Єдність військово-патріотичного і фізичного виховання учнівської та студентської молоді. <i>Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)</i>. 2023. №2 (160), С. 162-165.</p> <p>17. Хома Т. В. Педагогіка фізичного виховання і спорту: теоретико-практичний супровід для самостійної роботи студентів: навч. посіб. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 104 с.</p> <p>18. Чернишенко Т.М. Теорія і методика рухливих ігор і забав у запитаннях та відповідях: навчально-методичний посібник. Вінниця: Твори, 2018. 160 с.</p> <p>19. Шурин І.А., Комарницький Я.О. Забезпечення пожежної безпеки на об'єктах різноманітного призначення. Методичні рекомендації. Львів. 2020. 57 с.</p> <p>20. Яковлев О.А. Фундаментальні проблеми правового регулювання умов праці і встановлення гарантій для працівників: монографія. Харків: Право, 2019. 456 с.</p>
--	--

Інформаційні ресурси в Інтернеті	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» - <a href="http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=3808-12">http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=3808-12</a></li> <li>2. Міністерство освіти і науки України - <a href="http://www.mon.gov.ua">www.mon.gov.ua</a></li> <li>3. Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України - <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05#Text">https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05#Text</a></li> <li>4. Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України - <a href="http://www.menr.gov.ua">http://www.menr.gov.ua</a>.</li> <li>5. Положення про Міністерство України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи - <a href="http://www.rainbow.gov.ua/">http://www.rainbow.gov.ua/</a> - Рада національної безпеки і оборони України - <a href="https://www.rnbo.gov.ua/">https://www.rnbo.gov.ua/</a></li> <li>6. Український інститут досліджень навколишнього середовища і ресурсів - <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/119/98#Text">https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/119/98#Text</a></li> <li>7. Державна служба України з надзвичайних ситуацій - <a href="https://mvs.gov.ua/contacts/state-emergency-service">https://mvs.gov.ua/contacts/state-emergency-service</a></li> <li>8. Державна служба України з питань праці - <a href="https://uvaga.gov.ua/uk/Main/Agency/Agency/6">https://uvaga.gov.ua/uk/Main/Agency/Agency/6</a></li> <li>9. Центр протимінної діяльності - <a href="https://ua-nmac.org/">https://ua-nmac.org/</a></li> </ol>
----------------------------------	--

#### 6. Контрольні заходи

Методи діагностики знань (контролю)	<p>Для успішної здачі контрольних вимог і загальних нормативів студенту необхідно здати тести. Додатково оцінюється самостійна та індивідуальна робота студентів: написання реферату, позанавчальне заняття з фізичного виховання, участь у змаганнях.</p> <p>Оцінювання фізичної підготовленості здійснюється на основі результатів тестування рівня фізичної підготовленості студента. До виконання контрольних вправ і нормативів допускаються студенти, які регулярно відвідували заняття й одержали необхідну підготовку.</p>
-------------------------------------	--

#### Схема нарахування балів (складові оцінювання результатів навчання)

Пункт оцінки	% підсумкової оцінки або максимальна оцінка в балах	Групове чи індивідуальне оцінювання	Посилання на РН
--------------	---	-------------------------------------	-----------------

<b>Поточний контроль, разом, у т.ч.:</b>	60		
• усне опитування	30	Групове та індивідуальне	9,12,17,23
• індивідуальні завдання	15	Індивідуальне	9,12,23
• вирішення практичних завдань	15	Індивідуальне	9,12,23
<b>Підсумковий контроль, разом, у т.ч.:</b>	40		
• письмова компонента	20	Індивідуальне	9,12,23
• усна компонента	20	Індивідуальне	9,12,23
<b>Разом за дисципліну</b>	100		

### Шкала та критерії оцінювання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ЄКТС	Значення оцінки ЄКТС	Критерії оцінювання	Оцінка за національною шкалою	
				Екзамен	Залік
90-100	A	відмінно	Здобувач вищої має глибокі і системні знання, вміє узагальнювати теоретичний матеріал, співвідносити загальні знання з конкретними ситуаціями; засвідчив уміння критично оцінювати варіантні підходи щодо сутності норм та уявлень; оволодів навиками аналізувати, моделювати та адекватно оцінювати ситуацію; обізнаний з науковими працями вітчизняних та зарубіжних спеціалістів в даній галузі; матеріал викладає логічно, послідовно та переконливо; самостійно розкриває власні обдарування і нахили	відмінно	зараховано
82-89	B	дуже добре	Здобувач вищої освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна.	добре	
74-81	C	добре	Здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок.		

64-73	D	задовільно	Здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих.	задовільно	
60-63	E	достатньо	Здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні.		
35-59	FX	Незадовільний з можливістю повторного складання семестрового контролю	Здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.	незадовільно	не зараховано
0-34	F	незадовільний з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів.		

#### 7. Інші застереження щодо вивчення освітнього компонента

Вимоги викладача:	<p>Регулярне відвідування лекцій та практичних занять, самостійна робота та опрацювання рекомендованої літератури і матеріалів є необхідною умовою. Поведінка в аудиторії повинна відповідати загальним вимогам ділової та наукової етики.</p> <p>Підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості студентів, удосконалення спортивної майстерності.</p>
-------------------	---

Припущення основних проблем, пов'язаних з реалізацією курсу	<p>Можливе певне ускладнення при опрацюванні матеріалу з предметної тематики з точки зору недостатнього рівня володіння понятійно-категоріальним апаратом у студентів.</p> <p>Складнощі при виконанні практичних завдань у студентів з низьким рівнем фізичної підготовки.</p> <p>Неспроможність окремих студентів до самоорганізації роботи при впровадженні дистанційної форми навчання. Можливі проблеми у використанні технічних засобів при забезпеченні навчального процесу.</p>
---	--