

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1. Опис освітнього компонента					
Назва освітнього компонента	Спеціальна фізична підготовка <u>Special physical training</u>				
Освітня програма	Освітньо-професійна програма підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 26 «Цивільна безпека за спеціальністю 262 «Правоохоронна діяльність» (галузі знань К «Безпека та оборона» за спеціальністю К9 «Правоохоронна діяльність» – в редакції постанови КМУ від 30.08.2024 р. № 1021 для набору з 2025 року включно)				
Рівень вищої освіти	Форма навчання	Тип	Курс	Семестр	Обсяг, кредит / год
Перший (бакалаврський) рівень	Денна, заочна форма навчання	О	1,2,3	1,2,3,4,5	денна ф/н – 7/210, заочна ф/н – 7/210
Короткий опис предметної сфери	<p>Навчальна дисципліна «Спеціальна фізична підготовка» орієнтована на формування у здобувачів вищої освіти належного рівня фізичної, психофізіологічної та тактико-прикладної готовності, необхідної для результативного й безпечного виконання службових завдань у сфері правоохоронної діяльності. Її зміст спрямований на цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей, удосконалення навичок особистої безпеки та формування здатності діяти в умовах підвищеного ризику, стресового впливу й інтенсивних фізичних навантажень із неухильним дотриманням вимог законності та професійної етики.</p> <p>У межах дисципліни забезпечується набуття та вдосконалення прикладних умінь раціонального застосування фізичної сили, виконання спеціальних прийомів пересування, подолання перешкод, самозахисту й протидії фізичному впливу. Водночас значна увага приділяється розвитку витривалості, саморегуляції та стресостійкості, а також адаптації фізичної підготовки до реальних умов службової діяльності, профілактиці травматизму та підтриманню високого рівня професійної працездатності в екстремальних ситуаціях.</p>				
Викладач освітнього компонента	<p>Гладенький Юрій Васильович, асистент кафедри загальноправових та гуманітарних дисциплін Івано-Франківського інституту «Одеська юридична академія» Івано-Франківськ, вул. Максимовича, 13 каб. 409 yuragladenkiy1999@gmail.com</p>				
Мова викладання	Українська				

Передумови	Навчальна дисципліна «Спеціальна фізична підготовка» вивчається після опанування курсів «Фізичне виховання» та «Безпека життєдіяльності та охорона праці», які забезпечують базову фізичну підготовленість і розуміння принципів безпечної діяльності.
-------------------	--

Постреквізити	Навчальна дисципліна «Спеціальна фізична підготовка» вивчається одночасно з курсами «Тактико-спеціальна підготовка» та «Вогнева підготовка», з якими перебуває у тісному міждисциплінарному зв'язку. Сформовані в її межах фізичні та психофізіологічні компетентності забезпечують ефективне засвоєння й практичну реалізацію тактичних і вогневих умінь під час виконання службових завдань у різних умовах оперативної обстановки.
----------------------	---

2. Структура освітнього компонента		
Види навантаження	Денна форма год.	Заочна форма год.
Кількість кредитів / год	7/210	7/210
Усього годин аудиторної роботи, у т. ч.:	86	36
• лекційні заняття, год.	-	-
• практичні / семінарські заняття, год.	86	36
Усього годин самостійної роботи, у т. ч.:	124	174
• індивідуальне науково-дослідне завдання, год.	-	-
• підготовка до аудиторних занять та контрольних заходів, год.	124	174
Екзамен	+	+
Залік	+	+

3. Мета і завдання освітнього компонента	
Мета навчальної дисципліни	Метою вивчення навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» є формування у здобувачів вищої освіти системи знань, умінь і практичних навичок, необхідних для ефективного та правомірного застосування заходів фізичного впливу, спеціальних засобів і тактики самозахисту під час виконання посадових обов'язків та розв'язання складних спеціалізованих професійних завдань. Водночас дисципліна спрямована на забезпечення високого рівня психофункціональної та рухової підготовленості майбутніх фахівців, необхідної для надійної й безпечної діяльності в умовах підвищеного фізичного й психологічного навантаження.
Завдання навчальної дисципліни	Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни є: - розвиток і вдосконалення професійно важливих фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, спритності, координації); - формування навичок раціонального застосування фізичної сили, прийомів самозахисту та протидії фізичному впливу з урахуванням вимог законності й особистої безпеки; - набуття вмінь діяти в умовах підвищеного фізичного та психоемоційного навантаження, дефіциту часу й ризику; - виховання психічної стійкості, самоконтролю, рішучості та впевненості у власних діях; - формування навичок профілактики травматизму та підтримання належного рівня професійної працездатності у процесі службової діяльності.

Зв'язок з програмними результатами навчання	
Шифр програмного РН	Результати навчання цього ОК деталізують такі програмні результати навчання:
ПРН12	Адаптувати і ефективно діяти у стандартних професійних ситуаціях, а також у разі ускладнення оперативної обстановки, підвищення фізичного та психологічного навантаження.
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.

Формування та розвиток компетентностей	
Посилання на шифр комп-сті	Вивчення ОК передбачає формування та розвиток у студентів компетентностей:
ІК	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері правоохоронної діяльності.
ЗК9	Здатність працювати в команді.
ЗК11	Здатність зберігати і примножувати моральні, культурні, наукові цінності 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 відпочинку та ведення здорового способу життя.
СК12	Здатність забезпечувати відповідно до посадових обов'язків охорону об'єктів державної власності, державну охорону органів державної влади України та безпеку взятих під захист осіб, охорону фізичних осіб та об'єктів приватної і комунальної власності.
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.

СК18	Здатність вживати заходів з метою запобігання, виявлення та припинення кримінальних адміністративних правопорушень, усунення загроз життю та здоров'ю фізичних осіб і публічній безпеці, що виникли внаслідок учинення правопорушення.
------	--

Технологія навчання	Технологія навчання з дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» ґрунтується на поєднанні словесних, наочних і практичних методів навчання з домінуванням практичної підготовки. У ході занять застосовуються методи практичного відпрацювання, повторного й інтервального тренування, поетапного формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, моделювання службових ситуацій, а також методи розвитку фізичних якостей і психофізіологічної стійкості, орієнтовані на ефективне виконання професійних завдань.
---------------------	---

4. Програма та тематичний план освітнього компонента

Програма освітнього компонента	Спеціальна фізична підготовка Special physical training
--------------------------------	--

Практичні, семінарські, лабораторні заняття

Символ одиниці змісту	Опис змісту навчання (теми)	Посилання на РН дисципліни	ДФ год.	ЗФ год.
Тема 1.	Фізична підготовка (Розвиток фізичних якостей).	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 2.	Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від них.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 3.	Спеціальні підготовчі вправи.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 4.	Техніка виконання больових прийомів та контролів.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 5.	Відпрацювання техніки кидків і захисних дій у партері.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 6.	Звільнення від захоплень та обхоплень супротивника.	ПРН 12,16,18,22	10	4
Тема 7.	Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 8.	Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю.	ПРН 12,16,18,22	8	4
Тема 9.	Навчальні поєдинки (у стійці та партері). Моделювання ситуацій	ПРН 12,16,18,22	12	2
Тема 10.	Подолання перешкод.	ПРН 12,16,18,22	8	2
Усього			86	36

Самостійна робота

Символ одиниці змісту	Опис змісту навчання (наприклад, теми або види навчальної активності)	Посилання на РН ОК	ДФ год.	ЗФ год.
Тема 1.	Фізична підготовка (Розвиток фізичних якостей).	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 2.	Техніка виконання ударів руками, ногами та захист від	ПРН	12	18

	них.	12,16,18,22		
Тема 3.	Спеціальні підготовчі вправи.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 4.	Техніка виконання больових прийомів та контролів.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 5.	Відпрацювання техніки кидків і захисних дій у партері.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 6.	Звільнення від захоплень та обхоплень супротивника.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 7.	Захист від погрози холодною зброєю та підручними засобами.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 8.	Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю.	ПРН 12,16,18,22	12	18
Тема 9.	Навчальні поєдинки (у стійці та партері). Моделювання ситуацій	ПРН 12,16,18,22	14	18
Тема10	Подолання перешкод.	ПРН 12,16,18,22	14	12
Усього			124	174

5. Ресурси для навчання

Список основних джерел	<p style="text-align: center;"><i>Базова література</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Боднарчук О., Семенова Н., Стефанишин М. Теорія і методика фізичного виховання : підручник. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2023. 186 с. 2. 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. 3. Петрачков О. Фізична культура та спортивно-оздоровчі технології : підручник. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2024. 220 с. 4. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплень та обхоплень : метод. рек. Список допоміжних джерел Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 56 с. 5. 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. 6. Спеціальна фізична підготовка структур сектору безпеки і оборони : С71 навч. посіб./ Р. Г. Шостак, Д. П. Кисленко, В. В. Поливанюк. Київ : НУОУ, 2024. 76 с. <p style="text-align: center;"><i>Нормативно-правові джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 року. https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19. 8. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26 січня 2016 р. № 50 / зі змінами № 51 від 21.01.2020 року/. URL: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16. 9. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24.12.1993 р. http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12
-------------------------------	--

<p>Список допоміжних джерел</p>	<p style="text-align: center;">Допоміжна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бачинська Н.В.В., Рогальський В.І., Петренко С.П. Класифікація больових прийомів під час силового затримання правопорушника : методичні рекомендації, Дніпро : ДДУВС, 2023. 16 с. 2. Дії поліцейського під час здійснення поверхневої перевірки. Особливості застосування кайданків : методичні рекомендації / В. А. Дідковський; В. В. Бондаренко, В. А. Сягровець та ін. Київ : НАВС, 2021. 62 с. 3. Застосування больових прийомів під час затримання правопорушника : методичні рекомендації / В. В. Білик, В. В. Бондаренко, Н. Ю. Худякова та ін. Київ : НАВС, 2021. 75 с. 4. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки : підручник. Хмельницький : ХОВУФКС, 2024. 200 с. 5. Музика Б. Ю., Тьорло О. І., Балущка Л. М., Флуд О. В. Техніка виконання захисних дій поліцейським у партері : методичні рекомендації. Львів : ЛьвДУВС, 2022. 35 с. URL: http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/4396 6. Техніка виконання ударів руками та ногами: захисні та контратакувальні дії : методичні рекомендації / С. М. Козенко, В. В. Бондаренко, Г. В. Бикова та ін. Київ : НАВС, 2021. 70 с. 7. Товт В. А., Маріонда І. І., Семаль Н. В. Теоретичні основи фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю фізична культура і спорт : підручник. Ужгород: Бест-прінт, 2024. 288 с. 8. Тьорло О. І., Кмицяк М. М, Голодівський М. Ф., Мороз Т. І. Техніка звільнення від захватів та обхватів правопорушника з наступним його затриманням : методичні рекомендації. Львів : ЛьвДУВС, 2022. 55с. URL: http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/4397 9. Чичкан О. А., Костовський М. Г. Техніка виконання больових та задушливих прийомів : методичні рекомендації. Львів: ЛьвДУВС, 2021. 36 с. URL: http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/3964 10. Юдін В. Д., Кийко А. С., Волкова Ю. В. Теорія і методика військового п'ятиборства (подолання перешкод) : підручник. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2024. 150 с.
---------------------------------	---

<p>Інформаційні ресурси в Інтернеті</p>	<p style="text-align: center;">Інтернет-ресурси:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. www.president.gov.ua – Президент України 2. Законодавча влада 3. www.rada.gov.ua – Верховна Рада України 4. www.ombudsman.kiev.ua – Уповноважений Верховної Ради з прав людини 5. Виконавча влада 6. www.kmu.gov.ua – Кабінет Міністрів України 7. www.minjust.gov.ua - Міністерство юстиції України
---	---

6. Контрольні заходи	
<p>Методи діагностики знань (контролю)</p>	<p>Поточний контроль здійснюється під час практичних занять з метою перевірки рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти та визначення ступеня їх готовності до виконання контрольних нормативів. Формами поточного контролю є виконання передбачених</p>

	<p>програмою практичних завдань, технічних прийомів, а також демонстрація сформованих умінь і навичок відповідно до теми заняття. Підсумковий контроль проводиться у формі заліку та передбачає виконання контрольних нормативів, що дозволяє комплексно оцінити рівень засвоєння навчального матеріалу і практичної підготовленості здобувачів вищої освіти.</p>
--	---

Шкала та критерії оцінювання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ЕКТС	Значення оцінки ЕКТС	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.		
60-63	E	достатньо	Здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні.	задовільно	
35-59	FX	Незадовільно 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:	Регулярне відвідування практичних занять, опрацювання рекомендованої навчальної літератури та нормативно-правових джерел, а також успішне виконання встановлених контрольних нормативів, що підтверджують належний рівень фізичної й практичної підготовленості здобувача вищої освіти.
Дотримання вимог академічної доброчесності	<p>Відповідно до 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;</p> <p>надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації. Основні засади дотримання академічної доброчесності в НУ «ОЮА» визначено у Положенні про дотримання академічної доброчесності в НУ «ОЮА» https://www.onua.edu.ua/ua/doc-education-ukr/4519-polozhennya-pro-dotrimannya-akademichnoji-dobrochesnosti-v-nu-oyua</p>