



Міжнародний гуманітарний університет  
Інститут права, економіки та міжнародних відносин  
Кафедра кримінального права, процесу та криміналістики

ЗАТВЕРДЖЕНО  
Ректор  
Міжнародного гуманітарного  
університету  
проф. Костянтин ГРОМОВЕНКО



«27» 09 2021 р.

## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### Спеціальна фізична підготовка

Рівень вищої освіти

перший (бакалаврський) рівень вищої освіти

(назва рівня вищої освіти)

Ступінь вищої освіти

бакалавр

(назва ступеня вищої освіти)

Спеціальність

262 «Правоохоронна діяльність»

(код та найменування спеціальності)

Освітня програма

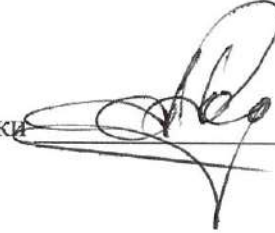
«Правоохоронна діяльність»

(найменування освітньої програми)

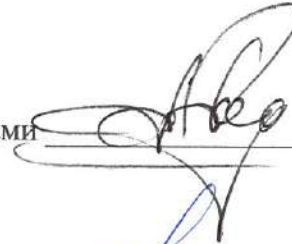
|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Викладач</b>                | Судак Віталій Анатолійович  |
| <b>Профайл викладачів</b>      | <a href="https://scholar.google.com.ua/citations?user=KUgDQcwAAAAJ&amp;hl=uk">https://scholar.google.com.ua/citations?user=KUgDQcwAAAAJ&amp;hl=uk</a> |
| <b>Контактний тел.</b>         | 0975703603  |
| <b>E-mail:</b>                 | vitaliysport14@gmail.com  |
| <b>Сторінка курсу у Moodle</b> | <a href="https://moodle.mgu.edu.ua/course/view.php?id=171">https://moodle.mgu.edu.ua/course/view.php?id=171</a>                                       |
| <b>Консультації</b>            | Очні – 1 раз на тиждень.<br>Онлайн-консультації – viber, zoom – за замовленням студентів.   |

Силабус розглянуто та прийнято на засіданні кафедри кримінального права, процесу та криміналістики  
Протокол № 1 від 20 серпня 2021 р.

Завідувач кафедри кримінального права, процесу та криміналістики \_\_\_\_\_ проф. Олександр ПОДОБНИЙ



Перевірено: Гарант освітньо-професійної програми \_\_\_\_\_ проф. Олександр ПОДОБНИЙ



Перевірено: Начальник навчального відділу \_\_\_\_\_ доц. Лариса РАЙЧЕВА



Погоджено: Проректор з науково-педагогічної роботи \_\_\_\_\_ проф. Анатолій ГОНЧАРУК

## 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.

У результаті вивчення курсу «Спеціальна фізична підготовка» студент-правоохоронець повинен:

### **знати:**

процес фізичної підготовки правоохоронця, що передбачає оволодіння знаннями, вміннями і навичками виховної, навчальної, реабілітаційно-рекреаційної діяльності для подальшого використання у процесі самовдосконалення;  
особливості впливу на організм людини та правила регулювання фізичного навантаження під час виконання фізичних вправ;  
основи проведення самоконтролю за станом здоров'я, функціональним станом організму;  
основи здорового способу життя, вимоги особистої та спортивної гігієни.  
вимоги службово-професійної діяльності до рівня фізичної підготовленості правоохоронців;  
критерії правомірності застосування заходів фізичного впливу для захисту громадян, самозахисту, протидії озброєним та неозброєним злочинцям, а також для силового затримання правопорушників;  
сучасні проблеми і роль фізичної підготовки у процесі професійного вдосконалення правоохоронців;  
основні нормативно-правові акти з організації фізичної підготовки правоохоронців;

### **уміти:**

впевнено і кваліфіковано виконувати контрольні вправи із загальної фізичної підготовки;  
виконувати прийоми спеціальної фізичної підготовки;  
долати штучні та природні перешкоди;  
проводити самоконтроль за станом здоров'я, функціональним станом організму;  
підтримувати загальнофізичну та професійну працездатності;  
організувати та методично вірно здійснювати процес самостійної фізичної підготовки, а також спортивної роботи у підрозділі з метою забезпечення фізичної готовності до виконання оперативно-службових завдань;  
вживати заходів щодо попередження травматизму на заняттях з фізичної підготовки та профілактики захворювань;  
правомірно застосовувати заходи фізичного впливу для захисту громадян та самозахисту;  
діяти у типових та екстремальних ситуаціях оперативно-службової діяльності, при силовому затриманні порушника та веденні двобою з ним;  
вміння надавати консультації з практичних питань організації здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, вивчення та вдосконалення заходів фізичного впливу.

## 2. Мета та цілі курсу

**Метою** курсу є поліпшення та вдосконалення фізичного розвитку студентів-правоохоронців, зміцнення здоров'я та підвищення стійкості організму до дії несприятливих факторів зовнішнього середовища, здатності правильно застосовувати заходи фізичного впливу та спеціальні засоби до правопорушників.

## 3. Формат курсу

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.

#### 4. Компетентності та програмні результати навчання

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

##### **Інтегральна компетентність**

Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері правоохоронної діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів правоохоронної діяльності і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

##### **Загальні компетентності:**

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

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 (фахові) компетентності**

СК16. Здатність у передбачених законом випадках застосовувати засоби фізичного впливу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю, тактичні прийоми під час службової діяльності в разі отримання інформації чи безпосереднього виявлення ознак правопорушення перебуваючи на місці події та в інших службових ситуаціях, а також здатність надавати домедичну допомогу.

Навчальна дисципліна «Спеціальна фізична підготовка» забезпечує досягнення програмного результату навчання, передбаченого п. РН18, у частині застосування штатного озброєння підрозділу (вогнепальної зброї, спеціальних засобів, засобів фізичної сили).

#### 5. Обсяг курсу

| Загалом |       | Вид заняття<br>(денне відділення) |                   |                   |
|---------|-------|-----------------------------------|-------------------|-------------------|
| ЄКТС    | годин | Лекційні заняття                  | Практичні заняття | Самостійна робота |

|   |    |   |    |    |
|---|----|---|----|----|
| 3 | 90 | - | 86 | 94 |
|---|----|---|----|----|

#### 6. Ознаки курсу

| Рік викладання | Семестр | Курс, (рік навчання) | Обов'язкова / вибіркова |
|----------------|---------|----------------------|-------------------------|
| 2021 - 2022    | 4, 5, 6 | 2, 3                 | Обов'язкова             |

#### 7. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

У процесі реалізації освітнього компонента використовуються спортивні споруди Міжнародного гуманітарного університету, інвентар та обладнання для занять спеціальною фізичною підготовкою.

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 онлайн навчання на базі Moodle. Окрім того, практичні навички у пошуку та аналізу інформації за курсом, з оформлення індивідуальних завдань, тощо, студенти отримують, користуючись університетськими комп'ютерними класами та бібліотекою.

#### 8. Політика курсу

У процесі викладання курсу застосовуються методи навчання, пов'язані з активним залученням студентів до оволодіння знаннями, уміннями та практичними навичками прийомів прикладної та спеціальної фізичної підготовки. Особлива увага на заняттях приділяється практичному виконанню прийомів спеціальної фізичної підготовки, рукопашного бою.

#### 9. Схема курсу

##### 4, 5, 6 семестр

| №         | Тема, план, короткі тези | Форма діяльності (заняття) / Формат | Матеріали | Література, інформаційні ресурси | Завдання, години | Кількість годин денна | заочна |
|-----------|--------------------------|-------------------------------------|-----------|----------------------------------|------------------|-----------------------|--------|
| 4 семестр |                          |                                     |           |                                  |                  |                       |        |

|   |  |                   |                                 |         |  |        |        |
|---|--|-------------------|---------------------------------|---------|--|--------|--------|
| 1 | <p><b>Тема 1. Організація та методика спеціальної фізичної підготовки</b></p> <p>1. Мета й завдання спеціальної фізичної підготовки</p> <p>2. Форми організації занять зі спеціальної фізичної підготовки. Загальні правила проведення самостійних занять</p> <p>3. Засоби та методи спеціальної фізичної підготовки</p> <p>4. Структура практичного заняття зі спеціальної фізичної підготовки</p>  | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3; 17 | Опрацювати рекомендовану літературу.<br>Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br>За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій | 2 год. | 2 год. |
| 2 | <p><b>Тема 2. Фізичні якості людини та особливості їх розвитку</b></p> <p>1. Вплив фізичних вправ на організм людини. Поняття адаптації</p> <p>2. Поняття фізичних якостей людини, засоби та методи їх розвитку: швидкість, сила, витривалість, гнучкість, спритність.</p> <p>3. Самоконтроль під час занять фізичними вправами.</p> <p>4. Відновлення працездатності після фізичних навантажень.</p> <p>5. Оцінювання рівня розвиненості фізичних якостей</p> | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3     | Опрацювати рекомендовану літературу.<br>Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br>За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій | 2 год. | 2 год. |
| 3 | <p><b>Тема 3. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях</b></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>  | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3; 17 | Опрацювати рекомендовану літературу.   | 2 год. | -      |
| 4 | <p><b>Тема 4. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності</b></p>   | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3     | Опрацювати рекомендовану літературу.   | 2 год. | -      |

|   |  |                   |                                 |            |   |        |        |
|---|--|-------------------|---------------------------------|------------|---|--------|--------|
|   | <p>Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах.</p>  |                   |                                 |            |   |        |        |
| 5 | <p><b>Тема 5. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.</b><br/>         Практична робота: розминальні та підготовчі вправи рукопашного бою. Виконання підготовчих вправ на основні групи м'язів рук, плечей, тулуба, ніг: махи, нахили, розтягування, перекати, 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> | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3; 11-13 | Опрацювати рекомендовану літературу   | 2 год. | -      |
| 6 | <p><b>Тема. 6. Основи особистої та суспільної гігієни</b><br/>         1. Гігієна занять зі спеціальної фізичної підготовки.<br/>         2. Гігієна, медичний контроль та самоконтроль на заняттях зі «спеціальної фізичної підготовки».<br/>         3. Заходи щодо запобігання застудним захворюванням.</p>   | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3        | <p>Опрацювати рекомендовану літературу.<br/>         Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br/>         За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій</p> | 2 год. | 2 год. |
| 7 | <p><b>Тема 7. Запобігання травматизму</b><br/>         1. Класифікація травм.<br/>         2. Заходи безпеки та запобігання травматизму під час занять зі спеціальної фізичної підготовки.<br/>         3. Домедична допомога в разі травмування: алгоритм дій.<br/>         Практична робота: прийоми страхівки, самострахівки.</p>   | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3        | <p>Опрацювати рекомендовану літературу.<br/>         Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br/>         За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій</p> | 2 год. | 2 год. |

|                  |   |                   |                                 |             |  |        |        |
|------------------|---|-------------------|---------------------------------|-------------|--|--------|--------|
| 8                | <b>Тема 8. Заходи фізичного впливу</b><br>1. Поняття фізичного впливу.<br>2. Правові підстави застосування прийомів фізичного впливу<br>3. Інтенсивність застосування заходів фізичного впливу  | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3         | Опрацювати рекомендовану літературу.<br>Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br>За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій | 2 год. | 2 год. |
| 9                | <b>Тема 9. Методика навчання прийомів фізичного впливу</b><br>1. Традиційна та динамічна методики навчання.<br>2. Застосування навчально-тренувальних поєдинків під час опанування прийомів фізичного впливу.<br>3. Контроль і самоконтроль під час опанування прийомів фізичного впливу.   | Практичне заняття | Презентації, доповіді студентів | 1-3; 13; 17 | Опрацювати рекомендовану літературу.<br>Підготувати відповіді на питання практичного заняття.<br>За бажанням оформити відповіді у формі рефератів чи презентацій | 2 год. | 2 год. |
| <b>5 семестр</b> |   |                   |                                 |             |  |        |        |
| 10               | <b>Тема 10. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях</b><br>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. | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3; 17     | Опрацювати рекомендовану літературу  | 2 год. | 2 год. |
| 11               | <b>Тема 11. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності</b><br>Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах.            | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3         | Опрацювати рекомендовану літературу  | 2 год. | 2 год. |
| 12               | <b>Тема 12. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.</b>  | Практичне заняття | Практичне виконання             | 1-3; 11-13  | Опрацювати рекомендовану літературу  | 2 год. | 2 год. |



|    |  |                   |                     |         |                                     |        |        |
|----|--|-------------------|---------------------|---------|-------------------------------------|--------|--------|
|    | <p>Практична робота: розминальні та підготовчі вправи рукопашного бою. Виконання підготовчих вправ на основні групи м'язів рук, плечей, тулуба, ніг: махи, нахили, розтягування, перекати, 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>  |                   |                     |         |                                     |        |        |
| 13 | <p><b>Тема 13. Стійки, страхування при падінні.</b><br/>         Практична робота: прийоми страхування при падінні вперед, назад, на бік. Стійки: основна, фронтальна, бойова, очікування (позиція інтерв'ю). Пересування в стійках, напрямок погляду, спостереження за ситуацією. Бойова дистанція.</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 11 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 14 | <p><b>Тема 14. Навчання і вдосконалення техніки пересувань</b><br/>         Практична робота: пересування кроком у різних напрямках, відштовхуючись ногою, що позаду, спереду.</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 11 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 15 | <p><b>Тема 15. Захист від нанесення ударів руками та ногами</b><br/>         Практична робота: захист від ударів руками. 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. Комбінований захист.<br/>         Захист від ударів ногами. Підставкою</p> | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 6  | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |

|    |  |                   |                     |          |                                     |        |   |
|----|--|-------------------|---------------------|----------|-------------------------------------|--------|---|
|    | передпліччя, стегна, гомілки. Відбивом передпліччя, гомілкою. Уходом ліворуч, праворуч, назад, кидком. Комбінований захист.  |                   |                     |          |                                     |        |   |
| 16 | <b>Тема 16. Навчання і вдосконалення техніки ударів руками</b><br>Практична робота: удари руками: прямі, бокові, знизу, навідмах, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні) на місці, із розвороту, ліктем.                                    | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 6   | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 17 | <b>Тема 17. Комбінації ударів руками.</b><br>Практична робота: комбінації з елементами ударів руками: прямі, бокові, знизу, навідмах, зверху, назад рукою (кулаком, ліктем, основою долоні) на місці, із розвороту, ліктем.                                | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 6   | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 18 | <b>Тема 18. Навчання і вдосконалення техніки ударів ногами</b><br>Практична робота: удари ногами: прямий, вперед, назад, вбік; знизу, боковий, зворотний боковий, удар каблуком, коліном.  | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 6   | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 19 | <b>Тема 19. Навчання та вдосконалення техніки захватів, кидків</b><br>Практична робота: передня та задня підніжки, різноманітні підсікання, підбиви, через стегно, через плечі тощо.   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 8-9 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 20 | <b>Тема 20. Больові прийоми</b><br>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. | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 8-9 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |

**6 семестр**

|    |   |                   |                     |            |                                     |        |        |
|----|---|-------------------|---------------------|------------|-------------------------------------|--------|--------|
| 21 | <p><b>Тема 21. Розвиток рухових навичок, необхідних у службовій діяльності та в екстремальних ситуаціях</b><br/>                 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>  | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 17    | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 22 | <p><b>Тема 22. Застосування швидкісних і силових якостей у службовій діяльності</b><br/>                 Практична робота: фізичні вправи багатофункціонального спрямування, комплексна силова вправа, біг різноманітними способами, пересування у повному присіді, стрибками на одній та обох ногах.</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3        | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 23 | <p><b>Тема 23. Розвиток фізичних якостей для рукопашного бою.</b><br/>                 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> | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 11-13 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 24 | <p><b>Тема 24. Поверхнева перевірка та застосування кайданків</b><br/>                 Практична робота: техніка здійснення поверхневої перевірки та застосування кайданків. Захисні й контратакувальні дії з гумовим</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 7     | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |

|    |   |                   |                     |         |                                     |        |        |
|----|---|-------------------|---------------------|---------|-------------------------------------|--------|--------|
|    | (пластиковим) кийком.   |                   |                     |         |                                     |        |        |
| 25 | <p><b>Тема 25. Способи затримання одним поліцейським, а також у складі наряду</b></p> <p>Практична робота: силове затримання неозброєного правопорушника. Затримання «ривком», «замком», збоку, ззаду, виконання повалень правопорушника важелем руки всередину, загином руки, дотисканням кореня носу, вузлом ліктьового суглобу.</p>  | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 8  | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 26 | <p><b>Тема 26. Звільнення від захватів та обхватів супротивника</b></p> <p>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.</p> <p>Звільнення від захоплень і обхоплень з переходом на затримання правопорушника.</p> | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 9  | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 27 | <p><b>Тема 27. Захист від нанесення ударів палкою (підручними предметами)</b></p> <p>Практична робота: захист від удару зверху, збоку, навідмах, тичком. Використання підручних засобів під час фізичного протиборства з правопорушником.</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 10 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | 2 год. |
| 28 | <p><b>Тема 28. Захист від атакуючих дій холодною зброєю</b></p> <p><b>Практична робота</b></p> <p>Удари ножем: зверху, знизу, збоку, навідмах, тичком.</p> <p>Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця за допомогою контрударів по озброєній кінцівці та уразливим точкам на тілі</p>   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 10 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | -      |

|    |   |                   |                     |          |                                     |        |   |
|----|---|-------------------|---------------------|----------|-------------------------------------|--------|---|
|    | <p>злочинця.</p> <p>Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця з використанням кидків, больових та задушливих прийомів, гумового кийка, комбінованого захисту.</p>  |                   |                     |          |                                     |        |   |
| 29 | <p><b>Тема 29. Захисні дії при погрозі вогнепальною зброєю</b></p> <p>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.</p>  | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3      | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 30 | <p><b>Тема 30. Захист від нападу в різних умовах</b></p> <p>Практична робота: захист від нападу неозброєного правопорушника та його затримання.</p> <p>Захист від нападу озброєного ножем правопорушника та його затримання.</p> <p>Захист від нападу озброєного пістолетом правопорушника та його затримання.</p> <p>Захист на нижньому рівні (боротьба лежачи).</p> | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 4   | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 31 | <p><b>Тема 31. Відпрацювання техніки кидків та захисних дій у партері</b></p> <p><b>Практична робота</b></p> <p>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.</p> <p>Захисні дії у партері.</p>                                   | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 8   | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |
| 32 | <p><b>Тема 32. Взаємодія при застосуванні заходів поліцейського примусу</b></p> <p><b>Практична робота</b></p>  | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 4-7 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |

|    |   |                   |                     |              |                                     |        |   |
|----|---|-------------------|---------------------|--------------|-------------------------------------|--------|---|
|    | Дії поліцейських при затриманні правопорушників:<br>два проти одного;<br>три проти одного;<br>три проти двох.   |                   |                     |              |                                     |        |   |
| 33 | <b>Тема 33. Моделювання ситуацій при застосуванні заходів поліцейського примусу</b><br><b>Практична робота</b><br>Дії поліцейських в типових ситуаціях:<br>- вживання спиртних напоїв у громадському місці;<br>- лайка та бійка в громадському місці;<br>- розбійний напад;<br>- спроба зґвалтування;<br>- грабіж;<br>- затримання в автомобілі;<br>- сімейна сварка. | Практичне заняття | Практичне виконання | 1-3; 4-8; 10 | Опрацювати рекомендовану літературу | 2 год. | - |

#### 10. Система оцінювання та вимоги

Контроль знань і умінь студентів (поточний і підсумковий) з дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу у Міжнародному гуманітарному університеті». Рейтинг студента із засвоєння дисципліни визначається за 100 бальною шкалою.

Види контролю: поточний, підсумковий.

Методи контролю: спостереження за навчальною діяльністю студентів, усне опитування, письмовий контроль, тестовий контроль.

Форма контролю: залік.

Критерії оцінювання. Еквівалент оцінки в балах для кожної окремої теми може бути різний, загальну суму балів за тему визначено в навчально-методичній карті. Розподіл балів між видами занять (лекції, практичні заняття, самостійна робота) можливий шляхом спільного прийняття рішення викладача і студентів на першому занятті. Рівень знань оцінюється:

«відмінно» – студент дає вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді не менш ніж на 90% запитань, рішення задач та виконання вправ є правильними, демонструє знання матеріалу підручників, посібників, інструкцій, проводить узагальнення і висновки, акуратно оформлює завдання, був присутній на лекціях, має конспект лекцій чи реферати з основних тем курсу, проявляє активність і творчість у виконанні групових завдань;

«добре» – коли студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій і розрахунків, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді, був присутній на лекціях, має конспект лекцій чи реферати з основних тем курсу, проявляє активність у виконанні групових завдань;

«задовільно» – коли студент дає правильну відповідь не менше ніж на 60% питань, або на всі запитання дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає грубі помилки, які виправляє за допомогою викладача. При цьому враховується наявність конспекту за темою завдань та самостійність, участь у виконанні групових завдань;

«незадовільно з можливістю повторного складання» – коли студент дає правильну відповідь не менше ніж на 35% питань, або на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає грубі помилки, має неповний конспект лекцій, індиферентно або негативно проявляє себе у виконанні групових завдань.

Підсумкова (загальна оцінка) курсу навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювані форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове тестування рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи (модульний контроль); оцінка (бали) за виконання практичних індивідуальних завдань. Підсумкова оцінка виставляється після повного вивчення навчальної дисципліни, яка виводиться як сума проміжних оцінок за усіма видами робіт, зазначені у таблиці нижче.

Виконання навчальних завдань і робота за дисципліною має відповідати вимогам «Положення про академічну доброчесність у Міжнародному гуманітарному університеті» (затверджене ректором наказом № 112 від 01.11.2018 року).

**КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ  
ПОТОЧНОЇ, САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ  
З ПІДСУМКОВИМ КОНТРОЛЕМ У ФОРМІ ЗАЛІКУ / ІСПИТУ**

| <i>Денна форма навчання</i>   |   |  |                                    |
|---|---|--|------------------------------------|
| <b>Види роботи</b>  | <b>Планові терміни виконання</b>                  | <b>Форми контролю та звітності</b>   | <b>Максимальна кількість балів</b> |
| <b>I. Обов'язкові</b>   |   |  |                                    |
| <i>Систематичність і активність роботи на семінарських (практичних) заняттях</i>          |   |  |                                    |
| 1.1. Підготовка до семінарських (практичних) занять                                       | Відповідно до робочої програми та розкладу занять | Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час семінарських (практичних) занять                                     | <b>30</b>                          |
| <i>Виконання модульних завдань</i>  |   |  |                                    |
| 1.2. Підготовка до модульного контролю знань  | -//-  | Перевірка правильності виконання модульних завдань   | <b>10</b>                          |
| <i>Виконання завдань для самостійного опрацювання</i>                                     |   |  |                                    |
| 1.3. Підготовка програмного матеріалу (тем, питань), що виноситься на самостійне вивчення | -//-  | Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР <sup>1</sup> , перевірка конспектів навчальних текстів тощо | <b>10</b>                          |
| <b>Разом балів за обов'язкові види РС</b>   |   |  | <b>50</b>                          |
| <b>II. Вибіркові</b>  |   |  |                                    |
| <i>Виконання індивідуальних завдань (науково-дослідна робота студента)</i>                |   |  |                                    |
| 2.1. Підготовка реферату (есе) за заданою тематикою                                       | Відповідно до графіку ІКР                         | Обговорення (захист) матеріалів реферату (есе) під час ІКР   | <b>10</b>                          |
| 2.2. Аналітичний (критичний) огляд наукових публікацій, судової практики тощо             | -//-  | Перевірка та обговорення результатів проведеної роботи під час ІКР   | <b>10</b>                          |

<sup>1</sup> Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами



|   |      |  |     |
|---|------|--|-----|
| 2.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо. | -//- | Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять або ІКР, наукових конференцій та круглих столів. | 30  |
| Разом балів за вибіркові види РС  |      |  | 50  |
| III. Підсумковий контроль залік   |      |  | 50  |
| Всього балів за РС  |      |  | 100 |

| <i>Заочна форма навчання</i>  |   |   |                             |
|---|---|---|-----------------------------|
| Види роботи   | Планові терміни виконання                         | Форми контролю та звітності   | Максимальна кількість балів |
| <b>I. Обов'язкові</b>   |   |   |                             |
| <i>Систематичність і активність роботи на семінарських (практичних) заняттях</i>          |   |   |                             |
| 1.1. Підготовка до семінарських (практичних) занять                                       | Відповідно до робочої програми та розкладу занять | Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час семінарських (практичних) занять                        | 30                          |
| <i>Виконання модульних завдань</i>  |   |   |                             |
| 1.2. Підготовка до модульного контролю знань  | -//-  | Перевірка правильності виконання модульних завдань  | 10                          |
| <i>Виконання завдань для самостійного опрацювання</i>                                     |   |   |                             |
| 1.3. Підготовка програмного матеріалу (тем, питань), що виноситься на самостійне вивчення | -//-  | Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР2, перевірка конспектів навчальних текстів тощо | 10                          |
| Разом балів за обов'язкові види РС  |   |   | 50                          |
| <b>II. Вибіркові</b>  |   |   |                             |
| <i>Виконання індивідуальних завдань (науково-дослідна робота студента)</i>                |   |   |                             |
| 2.1. Підготовка реферату (есе) за заданою тематикою                                       | Відповідно до графіку ІКР                         | Обговорення (захист) матеріалів реферату (есе) під час ІКР  | 10                          |

2 Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

|   |      |  |            |
|---|------|--|------------|
| 2.2. Аналітичний (критичний) огляд наукових публікацій, судової практики тощо   | -//- | Перевірка та обговорення результатів проведеної роботи під час ІКР   | <b>10</b>  |
| 2.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо. | -//- | Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять або ІКР, наукових конференцій та круглих столів. | <b>30</b>  |
| <b>Разом балів за вибіркові види РС</b>   |      |  | <b>50</b>  |
| <b>III. Підсумковий контроль</b><br>залік   |      |  | <b>50</b>  |
| <b>Всього балів за РС</b>   |      |  | <b>100</b> |

## 11. Рекомендована література

### Базова

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, ФОР Кандиба Т.П., 2021. 341 с.
2. Дідковський В. А., Бондаренко В. В., Кузенков О. В. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навч. посіб. / В.А. Дідковський, В.В. Бондаренко, О.В. Кузенков. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОР Кандиба Т. П. 2019. 98 с.
3. Каліберда О.Г., Судак В.А. Основи методики самостійних занять з фізичного виховання та спорту в умовах карантину: Методичні рекомендації. Одеса, 2020.

### Допоміжна

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. Дідковський В.А., Запорожанов О.В., Кузенков О.В. Спеціальний засіб КПФ-02 (тонфа). Техніка і тактика застосування: : навч.-метод. посіб. / Заг. ред. О.Ф. Гіди. Національна академія внутрішніх справ, 2011. 93 с.
11. 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.
12. 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.
13. Бондаренко В. В. Професійна підготовка працівників патрульної поліції : зміст і перспективні напрями : монографія. Київ, 2018. 524 с.

### Нормативна база

14. Конституція України : Закон України від 28 черв. 1996 р. № 254к/96-ВР : URL: <https://zakon.rada.gov.ua>
15. Кримінальний кодекс України : закон України від 05. 04. 2001 р. № 2341-III. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>
16. Про Національну поліцію : закон України від 02. 07. 2015 р. № 580-VIII. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>

17. 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>

### Інформаційні ресурси

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

Розробник:

викладач кафедри кримінального права, процесу та криміналістики



В. А. Судак