

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ  
імені Івана Черняховського**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Начальник навчально-наукового інституту фізичної  
культури та спортивно-оздоровчих технологій  
полковник

**Олександр ПЕТРАЧКОВ**

“ \_\_\_ ” серпня 2020 року

КАФЕДРА ТЕОРІЯ, МЕТОДИКИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ І СПОРТУ

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИХ ВИДІВ СПОРТУ

для підготовки курсантів Національного університету оборони України імені Івана Черняховського

<b>Рівень вищої освіти</b>	перший (бакалаврський)
<b>Ступінь вищої освіти</b>	бакалавр
<b>Галузь знань</b>	01 Освіта/Педагогіка
<b>Спеціальність</b>	017 Фізична культура і спорт
<b>Спеціалізації</b>	Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах

## І. РОЗПОДІЛ НАВЧАЛЬНОГО ЧАСУ ЗА СЕМЕСТРАМИ (ПІВРІЧЧЯМИ, КУРСАМИ) ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Півріччя (курси)		Усього годин занять	З них		У тому числі за видами навчальних занять						Курсові роботи	Диференційований залік, екзамен
			Під керівництвом НПП	Самостійна робота	Лекції	Семінарські заняття (круглі столи)	Групові вправи	Групові заняття	Практичні заняття, (СЗК)	Командно-штабні навчання		
1 курс		<b>46</b>	<b>30</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	-	<b>6</b>	<b>14</b>	-	-	-
у тому числі	I півріччя 1 курсу (1 семестр)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	II півріччя 1 курсу (2 семестр)	46	30	16	6	4	-	6	14	-	-	-
2 курс		<b>104</b>	<b>70</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	-	<b>16</b>	<b>38</b>	-	-	<b>2</b>
у тому числі	I півріччя 2 курсу (3 семестр)	60	40	20	4	4	-	8	22	-	-	2 ДЗ
	II півріччя 2 курсу (4 семестр)	44	30	14	4	2	-	8	16	-	-	-
3 курс		<b>90</b>	<b>60</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	-	<b>18</b>	<b>28</b>	-	-	<b>4</b>
у тому числі	I півріччя 3 курсу (5 семестр)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	II півріччя 3 курсу (6 семестр)	90	60	30	6	4	-	18	28	-	-	4 ДЗ
4 курс		<b>120</b>	<b>80</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	-	<b>28</b>	<b>34</b>	-	-	<b>6</b>
у тому числі	I півріччя 4 курсу (7 семестр)	30	20	10	2	2	-	6	10	-	-	-
	II півріччя 4 курсу (8 семестр)	90	60	30	4	4	-	22	24	-	-	6 Е
Усього за навчальну дисципліну		<b>360</b>	<b>240</b>	<b>120</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	-	<b>68</b>	<b>114</b>	-	-	<b>12</b>

## II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Вид навчального заняття	Кількість годин	Із них		Номер півріччя (курсу навчання), шифри та назва вмінь і змістових модулів, номери та назва тем і навчальних занять, навчальні питання заняття, завдання для самостійної роботи	Матеріально-технічне забезпечення	Інформаційно-методичне забезпечення
			Під керівництвом викладача	Самостійні заняття			
1	2	3	4	5	6	7	8
		<b>40</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>І курс 2 півріччя (2 семестр)</b>		
		<b>16</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>Тема 1. Теорія та методика військово-прикладних видів спорту в системі фізичної підготовки Збройних сил України.</b>		
1.	Л-1	2	2	-	<u>Тема 1. Заняття 1.</u> Теорія та методика військово-прикладних видів спорту як навчально-наукова дисципліна. 1. Вступ до предмету. 2. Історія розвитку військово-прикладних видів спорту. 3. Роль та місце військово-прикладних видів спорту в системі підготовки військ (сил). 4. Мета та завдання військово-прикладних видів спорту.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
2.	СЗ-1	2	-	2	<u>Тема 1. Заняття 2.</u> Теорія та методика військово-прикладних видів спорту як навчально-наукова дисципліна. 1. Вступ до предмету. 2. Історія розвитку військово-прикладних видів спорту. 3. Роль та місце військово-прикладних видів спорту в системі підготовки військ (сил). 4. Мета та завдання військово-прикладних видів спорту.	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
3.	Л-2	2	2	-	<u>Тема 1. Заняття 3.</u> Загальна характеристика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту та запобігання травматизму під час їх проведення. 1. Класифікація військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту в сучасній системі підготовки військовослужбовців. 2. Характеристика травм на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту й надання домедичної допомоги. 3. Основні заходи запобігання травматизму на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту. 4. Прийоми страхівки, допомоги та самострахівки на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]

1	2	3	4	5	6	7	8
4.	СЗ-2	2	-	2	<p><u>Тема 1. Заняття 4.</u> Загальна характеристика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>1. Основні завдання військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>2. Підготувати доповідь на тему: “Особливості військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту (за кожним видом)”.</p> <p>3. Підготувати доповідь на тему: “Основні вправи та локомоторні дії у військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту”.</p>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
5.	С-1	2	2	-	<p><u>Тема 1. Заняття 5.</u> Загальна характеристика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>1. Основні завдання військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>2. Доповідь курсанта на тему: “Особливості військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту (за кожним видом)”.</p> <p>3. Доповідь курсанта на тему: “Основні вправи та локомоторні дії у військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту”.</p>	Мультимедійний проектор, комп’ютер	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
6.	ГЗ-1	2	2	-	<p><u>Тема 1. Заняття 6.</u> Розвиток фізичних якостей та формування прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.</p> <p>1. Розвиток фізичних якостей під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту</p> <p>2. Формування прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.</p> <p>3. Ефект переносу фізичних якостей та прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.</p>	Мультимедійний проектор, комп’ютер	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
7.	СЗ-3	2	-	2	<p><u>Тема 1. Заняття 7.</u> Підготовка до рубіжного контролю.</p> <p>1. Теорія та методика військово-прикладних видів спорту як навчально-наукова дисципліна.</p> <p>2. Загальна характеристика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>3. Розвиток фізичних якостей та формування прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.</p>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
8.	РК-1	2	2	-	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <p>1. Теорія та методика військово-прикладних видів спорту як навчально-наукова дисципліна.</p> <p>2. Загальна характеристика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.</p> <p>3. Розвиток фізичних якостей та формування прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.</p>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 9; 10; 12; 13; 16;17]
		30	20	10	<b>Тема 2. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з гирьового спорту</b>		

1	2	3	4	5	6	7	8
9.	Л-3	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення гирьового спорту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження гирьового спорту в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи гирьового спорту.</li> <li>3. Роль та місце гирьового спорту в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
10.	СЗ-4	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення гирьового спорту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення гирьового спорту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з гирьового спорту.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце гирьового спорту у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: "Гирьовий спорт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
11.	С-2	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення гирьового спорту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення гирьового спорту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з гирьового спорту.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце гирьового спорту у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: "Гирьовий спорт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
12.	ГЗ-2	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки вправи – ривок гири.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовх гир короткий цикл.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовху гир по довгому циклу.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
13.	СЗ-5	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту.</li> <li>2. Тренування підготовчої частини з гирьового спорту.</li> <li>3. Вивчити та законспектувати порядок нарахування балів за виконання вправ з гирьового спорту відповідно до НФП.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]

1	2	3	4	5	6	7	8
14.	ПЗ-1	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 6.</u> Тренування вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Тренування вправи ривок гирі.</li> <li>3. Тренування вправи поштовх гир короткий цикл.</li> <li>4. Тренування вправи поштовху гир по довгому циклу.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
15.	СЗ-6	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 7.</u> Тренування вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту.</li> <li>2. Тренування вправи ривок гирі.</li> <li>3. Тренування вправи поштовх гир короткий цикл.</li> <li>4. Тренування вправи поштовху гир по довгому циклу.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
16.	ПЗ-2	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 8.</u> Вдосконалення вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення вправи ривок гирі.</li> <li>3. Вдосконалення вправи поштовх гир короткий цикл.</li> <li>4. Вдосконалення вправи поштовху гир по довгому циклу.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
17.	СЗ-7	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 9.</u> Вдосконалення вправ з гирьового спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту.</li> <li>2. Вдосконалення вправи ривок гирі.</li> <li>3. Вдосконалення вправи поштовх гир короткий цикл.</li> <li>4. Вдосконалення вправи поштовху гир по довгому циклу.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]
18.	ПЗ-3	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з гирьового спорту</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – ривок гирі (методична практика курсантів).</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовх гир короткий цикл (методична практика курсантів).</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовху гир по довгому циклу (методична практика курсантів).</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]

1	2	3	4	5	6	7	8	
19.	СЗ-8	2	-	2	<u>Тема 2. Заняття 11.</u> Методика проведення занять з гирьового спорту 1. Тренування проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту. 2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи – ривок гирі. 3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовх гир короткий цикл. 4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовху гир по довгому циклу.	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]	
20.	ГЗ-3	2	2	-	<u>Тема 2. Заняття 12.</u> Організація та проведення змагань з гирьового спорту. 1. Планування змагань з гирьового спорту. 2. Розроблення документації проведення змагань з гирьового спорту 3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з гирьового спорту. 4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.	Мультимедійн ий проектор, комп'ютер	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]	
21.	ПЗ-4	2	2	-	<u>Тема 2. Заняття 13.</u> Організація та проведення змагань з гирьового спорту. 1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами. 2. Зважування учасників змагань. 3. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів. 4. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]	
22.	ПЗ-5	2	2	-	<u>Тема 2. Заняття 14.</u> Проведення змагань з гирьового спорту. 1. Виконання обов'язків головного судді змагань з гирьового спорту. 2. Виконання обов'язків секретаря змагань з гирьового спорту 3. Контроль вправи поштовх двох гирь за коротким циклом. 4. Контроль вправи ривок гирі. 5. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у ваговій категорії. 6. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.	СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]	
23.	РК-2	2	2	-	<b>Рубіжний контроль.</b> 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення гирьового спорту в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з гирьового спорту. 3. Методика проведення занять з гирьового спорту. 4. Організація та проведення змагань з гирьового спорту.	Клас, СОІ, тренажерний зал	[2; 3; 7; 9; 10; 13; 16]	
		<b>60</b>	<b>40</b>	<b>20</b>	<b>II курс 1 півріччя (3 семестр)</b>			
		<b>30</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>Тема 3. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з кросфіту</b>			

1	2	3	4	5	6	7	8
24.	Л-4	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення кросфіту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження кросфіту в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи кросфіту.</li> <li>3. Роль та місце кросфіту в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
25.	СЗ-9	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення кросфіту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення кросфіту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з кросфіту.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце кросфіту у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: "Кросфіт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
26.	С-3	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення кросфіту в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення кросфіту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з кросфіту.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце кросфіту у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: "Кросфіт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
27.	ГЗ-4	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки стрибкових вправ.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки вправ з жиму.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки вправ з присідання.</li> <li>5. Ознайомлення та розучування техніки тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
28.	СЗ-10	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.</li> <li>2. Тренування підготовчої частини з кросфіту.</li> <li>3. Вивчити та законспектувати порядок нарахування балів за виконання вправ з кросфіту відповідно до правил змагань.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
29.	ПЗ-6	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 6.</u> Тренування вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини заняття з кросфіту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Тренування стрибкових вправ.</li> <li>3. Тренування вправ з жиму.</li> <li>4. Тренування вправ з присідання.</li> <li>5. Тренування тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
30.	СЗ-11	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 7.</u> Тренування вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тренування проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.</li> <li>2. Тренування стрибкових вправ.</li> <li>3. Тренування вправ з жиму.</li> <li>4. Тренування вправ з присідання.</li> <li>5. Тренування тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
31.	ПЗ-7	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 8.</u> Вдосконалення вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з кросфіту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення стрибкових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення вправ з жиму.</li> <li>4. Вдосконалення вправ з присідання.</li> <li>5. Вдосконалення тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
32.	СЗ-12	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 9.</u> Вдосконалення вправ з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.</li> <li>2. Вдосконалення стрибкових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення вправ з жиму.</li> <li>4. Вдосконалення вправ з присідання.</li> <li>5. Вдосконалення тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
33.	ПЗ-8	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з кросфіту</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з кросфіту (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки стрибкових вправ (методична практика курсантів).</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки вправ з жиму (методична практика курсантів).</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки вправ з присідання (методична практика курсантів).</li> <li>5. Методика ознайомлення та розучування техніки тягових вправ (методична практика курсантів).</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
34.	СЗ-13	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 11.</u> Методика проведення занять з кросфіту</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки стрибкових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправ з жиму.</li> <li>4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправ з присідання.</li> <li>5. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки тягових вправ.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
35.	ГЗ-5	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 12.</u> Організація та проведення змагань з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з кросфіту.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з кросфіту.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з кросфіту.</li> <li>4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
36.	ПЗ-9	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 13.</u> Організація та проведення змагань з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Контроль вправ з кросфіту.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
37.	ПЗ-10	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 14.</u> Проведення змагань з кросфіту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виконання обов'язків головного судді змагань з кросфіту.</li> <li>2. Виконання обов'язків секретаря змагань з кросфіту.</li> <li>3. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань.</li> <li>4. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> <li>5. Контроль вправ з кросфіту.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
38.	<b>РК-3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення кросфіту в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з кросфіту.</li> <li>3. Методика проведення занять з кросфіту.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з кросфіту.</li> </ol>	Клас, СОІ, тренажерний зал, стадіон	[1; 6; 7; 10; 13; 15; 16; 18]
		<b>24</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>Тема 4. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з спортивного орієнтування.</b>		

1	2	3	4	5	6	7	8
39.	Л-5	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення спортивного орієнтування в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження спортивного орієнтування в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи спортивного орієнтування.</li> <li>3. Роль та місце спортивного орієнтування в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
40.	СЗ-14	2	-	2	<p><u>Тема 4. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення спортивного орієнтування в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення спортивного орієнтування як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з спортивного орієнтування.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце спортивного орієнтування у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: "Спортивне орієнтування у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
41.	С-4	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення спортивного орієнтування в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення спортивного орієнтування як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з спортивного орієнтування.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце спортивного орієнтування у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: "Спортивне орієнтування у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
42.	ГЗ-6	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 4.</u> Способи та методи спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способи орієнтування на місцевості.</li> <li>2. Види дистанцій у спортивному орієнтуванні.</li> <li>3. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування в умовах високих і низьких температур,</li> <li>4. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування в лісовій місцевості.</li> <li>5. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування як у денний так і у темний час доби.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
43	ГЗ-7	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 5.</u> Засоби та методи спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознайомлення та розучування роботи з картами різного масштабу.</li> <li>2. Компас. Контрольні пункти. Масштаб. Умовні знаки.</li> <li>3. Рельєф місцевості. Способи орієнтування по картам.</li> <li>4. Читання карти. Перенос контрольних пунктів. Азимут.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
44.	СЗ-15	2	-	2	<p><u>Тема 4. Заняття 6.</u> Засоби та методи спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознайомлення та розучування роботи з картами різного масштабу.</li> <li>2. Компас. Контрольні пункти. Масштаб. Умовні знаки.</li> <li>3. Рельєф місцевості. Способи орієнтування по картам.</li> <li>4. Читання карти. Перенос контрольних пунктів. Азимут.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
45.	ПЗ-11	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 7.</u> Методи та способи тренування зі спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Види дистанцій у спортивному орієнтуванні.</li> <li>2. Орієнтування у заданому напрямку. Орієнтування по стежках.</li> <li>3. Техніка подолання природних перешкод в орієнтуванні.</li> <li>4. Зміст та методи фізичної підготовки в спортивному орієнтуванні.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
46.	ПЗ-12	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 8.</u> Методи та способи тренування зі спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття зі спортивного орієнтування (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика індивідуального орієнтування та його особливості.</li> <li>3. Методика групового орієнтування та його особливості.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
47.	СЗ-16	2	-	2	<p><u>Тема 4. Заняття 7.</u> Засоби та методи спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття зі спортивного орієнтування.</li> <li>2. Вдосконалення методики індивідуального орієнтування та його особливості.</li> <li>3. Вдосконалення методики групового орієнтування та його особливості.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
48.	ПЗ-13	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 8.</u> Організація та проведення змагань зі спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
49.	ПЗ-14	2	2	-	<p><u>Тема 4. Заняття 9.</u> Проведення змагань зі спортивного орієнтування.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виконання обов'язків головного судді змагань зі спортивного орієнтування.</li> <li>2. Виконання обов'язків секретаря змагань зі спортивного орієнтування.</li> <li>3. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань.</li> <li>4. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
50.	РК-4	2	2	-	Рубіжний контроль. 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення спортивного орієнтування в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з спортивного орієнтування. 3. Методика проведення занять зі спортивного орієнтування. 4. Організація та проведення змагань зі спортивного орієнтування.	Клас, СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
51.	ДЗ-1	6	2	4	Диференційований залік. 1. Теоретичне питання за темами 1-4. 2. Методичне питання за темами 2-4. 3. Практичне виконання вправи за темами 2-4.	Клас, СОІ, тренажерний зал, стадіон	[6; 7; 8; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		44	30	14	<b>II курс 2 півріччя (4 семестр)</b>		
		30	20	10	<b>Тема 5. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з рукопашного бою</b>		
52.	Л-6	2	2	-	<u>Тема 5. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення рукопашного бою в системі підготовки військових фахівців. 1. Історичні передумови впровадження рукопашного бою в систему підготовки військових фахівців. 2. Концептуальні основи рукопашного бою. 3. Роль та місце рукопашного бою в структурі підготовки військ. 4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
53.	СЗ-17	2	-	2	<u>Тема 5. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення рукопашного бою в системі підготовки військових фахівців. 1. Етапи становлення рукопашного бою як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців. 2. Мета, завдання, та понятійний апарат з рукопашного бою. 3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце рукопашного бою у формах фізичної підготовки". 4. Підготувати доповідь на тему: "Рукопашний бій у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
54.	С-5	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення рукопашного бою в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення рукопашного бою як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з рукопашного бою.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: “Роль та місце рукопашного бою у формах фізичної підготовки”.</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: “Рукопашний бій у спортивно-масовій роботі військовослужбовців”.</li> </ol>	Мультимедійний проєктор, комп’ютер	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
55.	ГЗ-8	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки ударів руками.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки ударів ногами.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Ознайомлення та розучування техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
56.	СЗ-18	2	-	2	<p><u>Тема 5. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.</li> <li>2. Тренування підготовчої частини з рукопашного бою.</li> <li>3. Вивчити та законспектувати порядок оцінювання вправ з рукопашного бою відповідно до правил змагань.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
57	ПЗ-15	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 6.</u> Тренування вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою (методична практика курсантів).</li> <li>2. Тренування техніки ударів руками.</li> <li>3. Тренування техніки ударів ногами.</li> <li>4. Тренування техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Тренування техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
58.	СЗ-19	2	-	2	<p><u>Тема 5. Заняття 7.</u> Тренування вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тренування проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.</li> <li>2. Тренування техніки ударів руками.</li> <li>3. Тренування техніки ударів ногами.</li> <li>4. Тренування техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Тренування техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
59.	ПЗ-16	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 8.</u> Вдосконалення вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки ударів руками.</li> <li>3. Вдосконалення техніки ударів ногами.</li> <li>4. Вдосконалення техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Вдосконалення техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
60.	СЗ-20	2	-	2	<p><u>Тема 5. Заняття 9.</u> Вдосконалення вправ з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.</li> <li>2. Вдосконалення техніки ударів руками.</li> <li>3. Вдосконалення техніки ударів ногами.</li> <li>4. Вдосконалення техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Вдосконалення техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
61.	ПЗ-17	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки ударів руками (методична практика курсантів).</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки ударів ногами (методична практика курсантів).</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки блоків ногами та руками (методична практика курсантів).</li> <li>5. Методика ознайомлення та розучування техніки кидків (методична практика курсантів).</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
62.	СЗ-21	2	-	2	<p><u>Тема 5. Заняття 11.</u> Методика проведення занять з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки ударів руками.</li> <li>3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки ударів ногами.</li> <li>4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки блоків ногами та руками.</li> <li>5. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки кидків.</li> </ol>	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
63.	ГЗ-9	2	2	-	<p><u>Тема 5. Заняття 12.</u> Організація та проведення змагань з рукопашного бою.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з рукопашного бою.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з рукопашного бою.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з рукопашного бою.</li> <li>4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
64.	ПЗ-18	2	2	-	<u>Тема 5. Заняття 13.</u> Організація та проведення змагань з рукопашного бою. 1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами. 2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів. 3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
65.	ПЗ-19	2	2	-	<u>Тема 5. Заняття 14.</u> Проведення змагань з рукопашного бою. 1. Виконання обов'язків головного судді змагань з рукопашного бою. 2. Виконання обов'язків секретаря змагань з рукопашного бою. 3. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань. 4. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.	СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
66.	РК-5	2	2	-	<b>Рубіжний контроль.</b> 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення рукопашного бою в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з рукопашного бою. 3. Методика проведення занять з рукопашного бою. 4. Організація та проведення змагань з рукопашного бою.	Клас, СОІ, тренажерний зал, стадіон	[5; 6; 7; 8; 10; 11; 13; 14; 15; 17; 18]
		<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>Тема 6. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з бігу на 1100 м. з подоланням смуги перешкод</b>		
67.	Л-7	2	2	-	<u>Тема 6. Заняття 1.</u> Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод 1. Роль та місце вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод в системі підготовки військовослужбовців. 2. Загальна характеристика вправи, основні елементи. 3. Особливості організації та проведення занять з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод. 4. Особливості організації та проведення змагань біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
68.	ГЗ-10	2	2	-	<u>Тема 6. Заняття 2.</u> Методика організації та проведення занять з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод. 1. Методика проведення підготовчої частини заняття з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод. 2. Ознайомлення та розучування елементів вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.	СОІ, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
69.	ПЗ-20	2	2	-	<u>Тема 6. Заняття 3.</u> Методика організації та проведення занять з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод. 1. Проведення підготовчої частини заняття з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод (методична практика курсантів). 2. Тренування елементів вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.	СОІ, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]

1	2	3	4	5	6	7	8
70.	СЗ-22	2	-	2	<p><i>Тема 6. Заняття 4.</i> Методика організації та проведення занять з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення елементів вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</li> <li>3. Написання план-конспекту на проведення підготовчої частини проведення заняття.</li> </ol>	COI, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
71.	ГЗ-11	2	2	-	<p><i>Тема 6. Заняття 5.</i> Методика організації та проведення змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Обов'язки головного судді змагань з рукопашного бою.</li> <li>5. Обов'язки секретаря змагань з рукопашного бою.</li> </ol>	COI, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
72.	СЗ-23	2	-	2	<p><i>Тема 6. Заняття 8.</i> Методика організації та проведення змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Порядок заповнення суддвських протоколів.</li> <li>2. Порядок підведення підсумків змагань, заповнення оціночних відомостей.</li> <li>3. Тренування вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод в цілому.</li> </ol>	COI, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
73.	<b>РК-6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	<p>Рубіжний контроль.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Теоретичне питання.</li> <li>2. Методичне завдання.</li> <li>3. Контроль вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.</li> </ol>	Клас, COI, стадіон	[1; 4; 5; 7; 10; 12; 13; 15; 16]
		<b>90</b>	<b>60</b>	<b>30</b>	<b>3 курс 2 півріччя (6 семестр)</b>		
		<b>32</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>Тема 7. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з поліатлону.</b>		
74.	Л-8	2	2	-	<p><i>Тема 7. Заняття 1.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення поліатлону в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження поліатлону в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи поліатлону.</li> <li>3. Роль та місце поліатлону в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
75.	СЗ-24	2	-	2	<p><u>Тема 7. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення поліатлону в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення поліатлону як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з поліатлону.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: “Роль та місце поліатлону у формах фізичної підготовки”.</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: “Поліатлон у спортивно-масовій роботі військовослужбовців”.</li> <li>5. Підготувати доповідь на тему: “Види поліатлону та їх характеристика”.</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
76.	С-6	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення поліатлону в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення поліатлону як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з поліатлону.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: “Роль та місце поліатлону у формах фізичної підготовки”.</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: “Поліатлон у спортивно-масовій роботі військовослужбовців”.</li> <li>5. Доповідь курсанта на тему: “Види поліатлону та їх характеристика”.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
77.	ГЗ-12	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з літнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з літнього поліатлону.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки вправи метання гранати.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з малокаліберної зброї.</li> <li>5. Ознайомлення та розучування техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
78.	СЗ-25	2	-	2	<p><u>Тема 7. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з літнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з літнього поліатлону.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з літнього поліатлону.</li> <li>3. Тренування техніки вправи метання гранати.</li> <li>4. Тренування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>5. Тренування техніки вправи стрільба з малокаліберної зброї.</li> <li>6. Тренування техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
79.	ПЗ-21	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 6.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з літнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з літнього поліатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки вправи метання гранати.</li> <li>3. Вдосконалення техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>4. Вдосконалення техніки вправи стрільба з малокаліберної зброї.</li> <li>5. Вдосконалення техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
80.	ГЗ-13	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 7.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ із зимнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять із зимнього поліатлону.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
81.	СЗ-26	2	-	2	<p><u>Тема 7. Заняття 8.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ із зимнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття із зимнього поліатлону.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з зимнього поліатлону.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
82.	ПЗ-22	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 9.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ із зимнього поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з зимнього поліатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>3. Вдосконалення техніки вправи зі силової гімнастики.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
83.	ПЗ-23	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з поліатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи метання гранати (методична практика курсантів).</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї (методична практика курсантів).</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з малокаліберної зброї (методична практика курсантів).</li> <li>5. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи зі силової гімнастики (методична практика курсантів).</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
84.	СЗ-27	2	-	2	<p><u>Тема 7. Заняття 11.</u> Вдосконалення методики проведення занять з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з поліатлону.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи метання гранати.</li> <li>3. Вдосконалення методики вправи вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>4. Вдосконалення методики вправи стрільба з малокаліберної зброї.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
85.	ГЗ-14	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 12.</u> Організація та проведення змагань з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з поліатлону.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з поліатлону.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з поліатлону.</li> <li>4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
86.	ПЗ-24	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 13.</u> Організація та проведення змагань з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Контроль вправи стрільба з пневматичної зброї.</li> <li>5. Контроль вправи стрільба метання гранати.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
87.	ПЗ-25	2	2	-	<p><u>Тема 7. Заняття 14.</u> Проведення змагань з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виконання обов'язків головного судді змагань з поліатлону.</li> <li>2. Виконання обов'язків секретаря змагань з поліатлону.</li> <li>3. Контроль вправи стрільба з малокаліберної зброї.</li> <li>4. Контроль вправи зі силової гімнастики.</li> <li>5. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.</li> <li>6. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
88.	СЗ-28	2	-	2	<p><u>Тема 7. Заняття 15.</u> Підготовка до рубіжного контролю з поліатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення поліатлону в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з поліатлону.</li> <li>3. Методика проведення занять з поліатлону.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з поліатлону.</li> </ol>	СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]
89.	РК-7	2	2	-	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення поліатлону в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з поліатлону.</li> <li>3. Методика проведення занять з поліатлону.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з поліатлону.</li> </ol>	Клас, СОІ, стадіон, учбові гранати, тир, зброя	[1; 4; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 18]

1	2	3	4	5	6	7	8
		30	20	10	<b>Тема 8. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з офіцерського триборства.</b>		
90.	Л-9	2	2	-	<i>Тема 8. Заняття 1.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення офіцерського триборства в системі підготовки військових фахівців. 1. Історичні передумови впровадження офіцерського триборства в систему підготовки військових фахівців. 2. Концептуальні основи офіцерського триборства. 3. Роль та місце офіцерського триборства в структурі підготовки військ. 4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
91.	СЗ-29	2	-	2	<i>Тема 8. Заняття 2.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення офіцерського триборства в системі підготовки військових фахівців. 1. Етапи становлення офіцерського триборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців. 2. Мета, завдання, та понятійний апарат з офіцерського триборства. 3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце офіцерського триборства у формах фізичної підготовки". 4. Підготувати доповідь на тему: "Офіцерське триборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
92.	С-7	2	2	-	<i>Тема 8. Заняття 3.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення офіцерського триборства в системі підготовки військових фахівців. 1. Етапи становлення офіцерського триборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців. 2. Мета, завдання, та понятійний апарат з офіцерського триборства. 3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце офіцерського триборства у формах фізичної підготовки". 4. Доповідь курсанта на тему: "Офіцерське триборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
93.	ГЗ-15	2	2	-	<i>Тема 8. Заняття 4.</i> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з офіцерського триборства. 1. Методика проведення підготовчої частини занять з офіцерського триборства. 2. Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1). 3. Ознайомлення та розучування техніки вправи плавання на дистанцію 100 м. 4. Ознайомлення та розучування техніки вправи бігу на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
94.	СЗ-30	2	-	2	<p><u>Тема 8. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з офіцерського триборства.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з офіцерського триборства.</li> <li>3. Тренування техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).</li> <li>4. Тренування техніки вправи плавання на дистанцію 100 м.</li> <li>5. Тренування техніки вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
95.	ПЗ-26	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 6.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з літнього поліатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки вправи метання гранати.</li> <li>3. Вдосконалення техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).</li> <li>4. Вдосконалення техніки вправи плавання на дистанцію 100 м.</li> <li>5. Вдосконалення техніки вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
96.	ПЗ-27	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 7.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з літнього поліатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки вправи метання гранати.</li> <li>3. Вдосконалення техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).</li> <li>4. Вдосконалення техніки вправи плавання на дистанцію 100 м.</li> <li>5. Вдосконалення техніки вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
97.	ГЗ-16	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 8.</u> Методика проведення занять з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з офіцерського триборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1) (методична практика курсантів).</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи плавання на дистанцію 100 м (методична практика курсантів).</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
98.	СЗ-31	2	-	2	<p><u>Тема 8. Заняття 9.</u> Вдосконалення методики проведення занять з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з офіцерського триборства.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).</li> <li>3. Вдосконалення методики вправи плавання на дистанцію 100 м.</li> <li>4. Вдосконалення методики вправи вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
99.	ГЗ-17	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 10.</u> Організація та проведення змагань з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з офіцерського триборства.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з офіцерського триборства.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з офіцерського триборства.</li> <li>4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	Мультимедійний проєктор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
100.	ПЗ-28	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 11.</u> Організація та проведення змагань з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Контроль вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).</li> <li>5. Контроль вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
101.	ПЗ-29	2	2	-	<p><u>Тема 8. Заняття 12.</u> Проведення змагань з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виконання обов'язків головного судді змагань з офіцерського триборства.</li> <li>2. Виконання обов'язків секретаря змагань з офіцерського триборства.</li> <li>3. Контроль вправи плавання на дистанцію 100 м.</li> <li>4. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.</li> <li>5. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
102.	СЗ-32	2	-	2	<p><u>Тема 8. Заняття 13.</u> Підготовка до рубіжного контролю з офіцерського триборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення офіцерського триборства в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з офіцерського триборства.</li> <li>3. Методика проведення занять з офіцерського триборства.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з офіцерського триборства.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
103.	РК-8	4	2	2	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення офіцерського триборства в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з офіцерського триборства.</li> <li>Методика проведення занять з офіцерського триборства.</li> <li>Організація та проведення змагань з офіцерського триборства.</li> </ol>	Клас, СОІ, стадіон, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		20	14	6	<b>Тема 9. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з літнього військового біатлону.</b>		
104.	Л-10	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення літнього військового біатлону в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Історичні передумови впровадження літнього військового біатлону в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>Концептуальні основи літнього військового біатлону.</li> <li>Роль та місце літнього військового біатлону в структурі підготовки військ.</li> <li>Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
105.	СЗ-33	2	-	2	<p><u>Тема 9. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення літнього військового біатлону в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Етапи становлення літнього військового біатлону як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>Мета, завдання, та понятійний апарат з літнього військового біатлону.</li> <li>Роль та місце літнього військового біатлону у формах фізичної підготовки.</li> <li>Літній військовий біатлон у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
106.	ГЗ-18	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 3.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Методика проведення підготовчої частини занять з літнього військового біатлону.</li> <li>Ознайомлення та розучування техніки вправи стрільби з автомата з різних положень.</li> <li>Ознайомлення та розучування техніки вправи біг на витривалість.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
107.	ПЗ-30	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 4.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Проведення підготовчої частини занять з літнього військового біатлону (методична практика курсантів).</li> <li>Вдосконалення техніки вправи стрільби з автомата з різних положень.</li> <li>Вдосконалення техніки вправи біг на витривалість в літньому біатлоні.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
108.	ГЗ-19	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 5.</u> Методика проведення занять з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з літнього військового біатлону (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільби з автомата з різних положень.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи біг на витривалість в літньому біатлоні.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
109.	СЗ-34	2	-	2	<p><u>Тема 9. Заняття 6.</u> Вдосконалення методики проведення занять з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з літнього військового біатлону.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки вправи стрільби з автомата з різних положень.</li> <li>3. Вдосконалення методики вправи біг на витривалість в літньому біатлоні.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
110.	ГЗ-20	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 7.</u> Організація та проведення змагань з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з літнього військового біатлону.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з літнього військового біатлону.</li> <li>3. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> <li>4. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.</li> <li>5. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>6. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> </ol>	Мультимедійний проєктор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
111.	ПЗ-31	2	2	-	<p><u>Тема 9. Заняття 8.</u> Організація та проведення змагань з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Контроль вправи з літнього військового біатлону.</li> <li>2. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.</li> <li>3. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
112.	СЗ-35	2	-	2	<p><u>Тема 9. Заняття 9.</u> Підготовка до рубіжного контролю з літнього військового біатлону.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення літнього військового біатлону в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з літнього військового біатлону.</li> <li>3. Методика проведення занять з літнього військового біатлону.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з літнього військового біатлону.</li> </ol>	СОІ, стадіон, басейн, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
113.	РК-9	4	2	2	<b>Рубіжний контроль.</b> 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення літнього військового біатлону в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з літнього військового біатлону. 3. Методика проведення занять з літнього військового біатлону. 4. Організація та проведення змагань з літнього військового біатлону.	Клас, СОІ, стадіон, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
114.	ДЗ-2	8	4	4	Диференційований залік. 1. Теоретичне питання за темами № 4-9. 2. Методичне завдання за темами № 4-9. 3. Практичне виконання вправи за темами № 4-9.	Клас, СОІ, стадіон, тир, зброя	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		30	20	10	<b>4 курс 1 півріччя (7 семестр)</b>		
		30	20	10	<b>Тема 10. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з багатоборства ВСК.</b>		
115.	Л-11	2	2	-	<i>Тема 10. Заняття 1.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення багатоборства ВСК в системі підготовки військових фахівців. 1. Історичні передумови впровадження багатоборства ВСК в систему підготовки військових фахівців. 2. Концептуальні основи багатоборства ВСК. 3. Роль та місце багатоборства ВСК в структурі підготовки військ. 4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
116.	СЗ-36	2	-	2	<i>Тема 10. Заняття 2.</i> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення багатоборства ВСК в системі підготовки військових фахівців. 1. Етапи становлення багатоборства ВСК як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців. 2. Мета, завдання, та понятійний апарат з багатоборства ВСК. 3. Підготувати доповідь на тему: “Роль та місце багатоборства ВСК у формах фізичної підготовки”. 4. Підготувати доповідь на тему: “Багатоборство ВСК у спортивно-масовій роботі військовослужбовців”.	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
117.	С-8	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення багатоборства ВСК в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення багатоборства ВСК як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з багатоборства ВСК.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: “Роль та місце багатоборства ВСК у формах фізичної підготовки”.</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: “Багатоборство ВСК у спортивно-масовій роботі військовослужбовців”.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
118.	ГЗ-21	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з багатоборства ВСК.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки бігових вправ.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки силових вправи.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
119.	СЗ-37	2	-	2	<p><u>Тема 10. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з багатоборства ВСК.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з багатоборства ВСК.</li> <li>3. Тренування техніки бігових вправ.</li> <li>4. Тренування техніки силових вправи.</li> <li>5. Тренування техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
120.	ПЗ-32	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 6.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з багатоборства ВСК (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки бігових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення техніки силових вправи.</li> <li>4. Вдосконалення техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
121.	ПЗ-33	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 7.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з багатоборства ВСК (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки бігових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення техніки силових вправи.</li> <li>4. Вдосконалення техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
122.	СЗ-38	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 8.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тренування підготовчої частини занять з багатоборства ВСК.</li> <li>2. Вдосконалення техніки бігових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення техніки силових вправи.</li> <li>4. Вдосконалення техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
123.	ГЗ-22	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 9.</u> Методика проведення занять з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з багатоборства ВСК (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки бігових вправ.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки силових вправи.</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
124.	СЗ-39	2	-	2	<p><u>Тема 10. Заняття 9.</u> Вдосконалення методики проведення занять з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з багатоборства ВСК.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки бігових вправ.</li> <li>3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування силових вправи.</li> <li>4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування спеціальних вправ.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
125.	ГЗ-23	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 10.</u> Організація та проведення змагань з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з багатоборства ВСК.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з багатоборства ВСК.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з багатоборства ВСК.</li> <li>4. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
126.	ПЗ-34	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 11.</u> Організація та проведення змагань з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Виконання обов'язків головного судді змагань з багатоборства ВСК.</li> <li>5. Виконання обов'язків секретаря змагань з багатоборства ВСК.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
127.	ПЗ-35	2	2	-	<p><u>Тема 10. Заняття 12.</u> Проведення змагань з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Контроль вправи багатоборства ВСК за своєю віковою групою.</li> <li>2. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.</li> <li>3. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
128.	СЗ-40	2	-	2	<p><u>Тема 10. Заняття 13.</u> Підготовка до рубіжного контролю з багатоборства ВСК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення багатоборства ВСК в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</li> <li>3. Методика проведення занять з багатоборства ВСК.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з багатоборства ВСК.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
129.	<b>РК-10</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення багатоборства ВСК в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з багатоборства ВСК.</li> <li>3. Методика проведення занять з багатоборства ВСК.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з багатоборства ВСК.</li> </ol>	Клас, СОІ, стадіон	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		<b>90</b>	<b>60</b>	<b>30</b>	<b>4 курс 2 півріччя (8 семестр)</b>		
		<b>34</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>Тема 11. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з військового п'ятиборства</b>		
130.	Л-12	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військового п'ятиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження військового п'ятиборства в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи військового п'ятиборства.</li> <li>3. Роль та місце військового п'ятиборства в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
131.	СЗ-41	2	-	2	<p><u>Тема 11. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військового п'ятиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення військового п'ятиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з військового п'ятиборства.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце військового п'ятиборства у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: "Військове п'ятиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
132.	С-8	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військового п'ятиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення військового п'ятиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з військового п'ятиборства.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце військового п'ятиборства у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: "Військове п'ятиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
133.	ГЗ-24	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки стрільби.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки плавання.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки метання гранат.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
134.	ГЗ-25	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
135.	СЗ-42	2	-	2	<p><u>Тема 11. Заняття 6.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з військового п'ятиборства.</li> <li>3. Тренування техніки стрільби.</li> <li>4. Тренування техніки плавання.</li> <li>5. Тренування техніки метання гранат.</li> <li>6. Тренування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>7. Тренування техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
136.	ПЗ-36	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 7.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з військового п'ятиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки стрільби.</li> <li>3. Вдосконалення техніки плавання.</li> <li>4. Вдосконалення техніки метання гранат.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
136.	ПЗ-37	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 8.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з військового п'ятиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Вдосконалення техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
137.	СЗ-43	2	-	2	<p><u>Тема 11. Заняття 9.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Вдосконалення проведення підготовчої частини з військового п'ятиборства.</li> <li>3. Вдосконалення техніки стрільби.</li> <li>4. Вдосконалення техніки плавання.</li> <li>5. Вдосконалення техніки метання гранат.</li> <li>6. Вдосконалення техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>7. Вдосконалення техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
138.	ГЗ-26	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки стрільби.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки плавання.</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки метання гранат.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
139.	ГЗ-27	2	2	-	<p><u>Тема 11. Заняття 11.</u> Методика проведення занять з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
140.	СЗ-44	2	-	2	<p><u>Тема 11. Заняття 12.</u> Вдосконалення методики проведення занять з військового п'ятиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки стрільби.</li> <li>3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки плавання.</li> <li>4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки метання гранат.</li> <li>5. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>6. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки кросу.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
141.	ГЗ-28	2	2	-	<u>Тема 11. Заняття 10.</u> Організація та проведення змагань з військового п'ятиборства. 1. Планування змагань з військового п'ятиборства. 2. Розроблення документації проведення змагань з військового п'ятиборства. 3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з військового п'ятиборства. 4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
142.	ПЗ-38	2	2	-	<u>Тема 11. Заняття 11.</u> Організація та проведення змагань з військового п'ятиборства. 1. Проведення інструктажу із суддями та спортсменами. 2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів. 3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань. 4. Виконання обов'язків головного судді змагань з військового п'ятиборства. 5. Виконання обов'язків секретаря змагань з військового п'ятиборства.	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
143.	ПЗ-39	2	2	-	<u>Тема 11. Заняття 12.</u> Проведення змагань з військового п'ятиборства. 1. Контроль вправи з військового п'ятиборства. 2. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця. 3. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
144.	СЗ-45	2	-	2	<u>Тема 11. Заняття 13.</u> Підготовка до рубіжного контролю з військового п'ятиборства. 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військового п'ятиборства в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військового п'ятиборства. 3. Методика проведення занять з військового п'ятиборства. 4. Організація та проведення змагань з військового п'ятиборства.	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
145.	<b>РК-11</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	<b>Рубіжний контроль.</b> 1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військового п'ятиборства в системі підготовки військових фахівців. 2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з багатоборства ВСК. 3. Методика проведення занять з багатоборства ВСК. 4. Організація та проведення змагань з багатоборства ВСК.	Клас, СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		<b>34</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>Тема 12. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з військово-прикладного семиборства.</b>		

1	2	3	4	5	6	7	8
146.	Л-12	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 1.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військово-прикладного семиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історичні передумови впровадження військово-прикладного семиборства в систему підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Концептуальні основи військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Роль та місце військово-прикладного семиборства в структурі підготовки військ.</li> <li>4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
147.	СЗ-46	2	-	2	<p><u>Тема 12. Заняття 2.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військово-прикладного семиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення військово-прикладного семиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Підготувати доповідь на тему: "Роль та місце військово-прикладного семиборства у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Підготувати доповідь на тему: "Військово-прикладне семиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
148.	С-8	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 3.</u> Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військово-прикладного семиборства в системі підготовки військових фахівців.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи становлення військово-прикладного семиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.</li> <li>2. Мета, завдання, та понятійний апарат з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Доповідь курсанта на тему: "Роль та місце військово-прикладного семиборства у формах фізичної підготовки".</li> <li>4. Доповідь курсанта на тему: "Військово-прикладне семиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців".</li> </ol>	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
149.	ГЗ-29	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 4.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки підтягування на перекладині.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки плавання на 50 м.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки метання гранати Ф-1 на точність.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
150.	ГЗ-30	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 5.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з військового п'ятиборства.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
151.	СЗ-47	2	-	2	<p><u>Тема 12. Заняття 6.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Тренування проведення підготовчої частини з з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Тренування техніки підтягування на перекладині.</li> <li>4. Тренування техніки плавання на 50 м.</li> <li>5. Тренування техніки метання гранати Ф-1 на точність.</li> <li>6. Тренування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>7. Тренування техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>8. Тренування техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
152.	ПЗ-40	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 7.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з військово-прикладного семиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки підтягування на перекладині.</li> <li>3. Вдосконалення техніки плавання на 50 м.</li> <li>4. Вдосконалення техніки гранати Ф-1 на точність.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
153.	ПЗ-41	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 8.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення підготовчої частини занять з військово-прикладного семиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Вдосконалення техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Вдосконалення техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>4. Вдосконалення техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
154.	СЗ-48	2	-	2	<p><u>Тема 12. Заняття 9.</u> Вдосконалення техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розробити план-конспект проведення підготовчої частини заняття з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Вдосконалення проведення підготовчої частини з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Вдосконалення техніки підтягування на перекладині.</li> <li>4. Вдосконалення техніки плавання на 50 м.</li> <li>5. Вдосконалення техніки гранати Ф-1 на точність.</li> <li>6. Вдосконалення техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>7. Вдосконалення техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>8. Вдосконалення техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
155.	ГЗ-31	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 10.</u> Методика проведення занять з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з військово-прикладного семиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки підтягування на перекладині.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки плавання на 50 м.</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки метання гранати Ф-1 на точність.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
156.	ГЗ-32	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 11.</u> Методика проведення занять з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства (методична практика курсантів).</li> <li>2. Методика ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>3. Методика ознайомлення та розучування техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>4. Методика ознайомлення та розучування техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
157.	СЗ-49	2	-	2	<p><u>Тема 12. Заняття 12.</u> Вдосконалення методики проведення занять з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення методики проведення підготовчої частини заняття з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки підтягування на перекладині.</li> <li>3. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки плавання на 50 м.</li> <li>4. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки метання гранати Ф-1 на точність.</li> <li>5. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.</li> <li>6. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.</li> <li>7. Вдосконалення методики ознайомлення та розучування техніки бігу на 3 км.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
158.	ГЗ-33	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 10.</u> Організація та проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планування змагань з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Розроблення документації проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Навчально-методичні збори зі збірною командою з військово-прикладного семиборства.</li> <li>4. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
159.	ПЗ-42	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 11.</u> Організація та проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.</li> <li>2. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.</li> <li>3. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.</li> <li>4. Виконання обов'язків головного судді змагань з військово-прикладного семиборства.</li> <li>5. Виконання обов'язків секретаря змагань з військово-прикладного семиборства.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
160.	ПЗ-43	2	2	-	<p><u>Тема 12. Заняття 12.</u> Проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Контроль вправи з військово-прикладного семиборства.</li> <li>2. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.</li> <li>3. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
161.	СЗ-50	2	-	2	<p><u>Тема 12. Заняття 13.</u> Підготовка до рубіжного контролю з військово-прикладного семиборства.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення з військово-прикладного семиборства в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Методика проведення занять з військово-прикладного семиборства.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</li> </ol>	СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
162.	<b>РК-12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	<p><b>Рубіжний контроль.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні основи виникнення та становлення військово-прикладного семиборства в системі підготовки військових фахівців.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з військово-прикладного семиборства.</li> <li>3. Методика проведення занять з військово-прикладного семиборства.</li> <li>4. Організація та проведення змагань з військово-прикладного семиборства.</li> </ol>	Клас, СОІ, стадіон, полоса перешкод, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
		<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>Тема 13. Організаційно-методичні основи підготовки спортсменів та проведення занять (змагань) з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат</b>		
163.	ГЗ-34	2	2	-	<p><u>Тема 13. Заняття 1.</u> Ознайомлення та розучування техніки виконання вправ з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</li> <li>2. Ознайомлення та розучування техніки стрільби.</li> <li>3. Ознайомлення та розучування техніки метання гранати на точність.</li> <li>4. Ознайомлення та розучування техніки 3000 м.</li> </ol>	СОІ, стадіон, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
164.	ПЗ-44	2	2	-	<p><u>Тема 13. Заняття 2.</u> Тренування техніки виконання вправ з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика проведення підготовчої частини занять з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</li> <li>2. Тренування техніки стрільби.</li> <li>3. Тренування техніки метання гранати на точність.</li> <li>4. Тренування техніки 3000 м.</li> </ol>	СОІ, стадіон, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]

1	2	3	4	5	6	7	8
165.	СЗ-51	2	-	2	<p><i>Тема 13. Заняття 3.</i> Вдосконалення техніки виконання вправ з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення проведення підготовчої частини занять з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</li> <li>2. Вдосконалення техніки стрільби.</li> <li>3. Вдосконалення техніки метання гранати на точність.</li> <li>4. Вдосконалення техніки 3000 м.</li> </ol>	СОІ, стадіон, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
166.	СЗ-51	2	-	2	<p><i>Тема 13. Заняття 4.</i> Вдосконалення техніки виконання вправ з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вдосконалення проведення підготовчої частини занять з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</li> <li>2. Вдосконалення техніки стрільби.</li> <li>3. Вдосконалення техніки метання гранати на точність.</li> <li>4. Вдосконалення техніки 3000 м.</li> </ol>	СОІ, стадіон, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
167.	ПЗ-44	2	2	-	<p><i>Тема 13. Заняття 2.</i> Тренування техніки виконання вправ з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Методика проведення підготовчої частини занять з воєнізованого кросу на 3000 м зі стрільбою та метанням гранат.</li> <li>6. Тренування техніки стрільби.</li> <li>7. Тренування техніки метання гранати на точність.</li> <li>8. Тренування техніки 3000 м.</li> </ol>	СОІ, стадіон, стрілецька галерея	[1; 4; 5; 6; 7; 10; 12; 13; 15; 16; 17]
168.	<b>Е</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<p>Екзамен.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Теоретичне питання.</li> <li>2. Методичне завдання.</li> <li>3. Практичне виконання вправ.</li> </ol>	Клас, дистанція бігу, стрілецька галерея, полоса перешкод, СОІ	[1-18]

### III. ІНФОРМАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Військове п'ятиборство. Організація та методика проведення навчально-тренувальних занять і змагань : навч.-метод. посібник / О. О. Старчук, К. В. Пронтенко, В. В. Пронтенко та ін. – Житомир : ЖВІ, 2017. – 172 с.
2. Грибан Г. П. Основи підготовки у гирьовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г. П. Грибан, П. П. Ткаченко. - Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100 с.
3. Грибан Г. П. Підготовки та проведення змагань з гирьового спорту: метод. рекомендації / Г. П. Грибан, П. П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во “Рута”, 2013. – 28 с.
4. Забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців: навч посібн / Барков В. І., Вербин Н. Б., Глазунов С.І., Жембровський С. М., Петрачков О. В. – К.: НУОУ, 2016 р. – 88 с. інв. № 8290.
5. Закон України ”Про фізичну культуру і спорт”, затверджений постановою Верховної Ради України від 24 грудня 1993 року № 3809-ХІІ – 20 с.
6. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України на період до 2020 року.
7. Методика проведення практичних занять з фізичної підготовки: навч.-методич. посібн. / С.І. Глазунов, О.В. Молоков, С.М. Жембровський, Г.І. Сухорада. – К. : НАОУ, 2009. – 151 с.
8. Методичні рекомендації з організації фізичної підготовки в особливий період: навч. посібн / Вербин Н.Б., Грищенко Д. С., Жембровський С. М., Петрачков О. В., Романюк О. А. Фіногенов Ю. С. – К.: НУОУ, 2015 р. – 68 с. інв. № 7957.
9. Михальчук Р. В. Гирьовий спорт у професійно-прикладній фізичній підготовці співробітників МВС України / Р. В. Михальчук, К. В. Пронтенко, В. В. Пронтенко : навч.-метод. посібник. – Житомир : ЖВІ НАУ, 2013. – 232 с.
10. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 11. 02. 2014 № 35 “Про затвердження Тимчасової Настанови з фізичної підготовки у Збройних Силах України”.
11. Організаційно-методичні вказівки для розробки освітньо - професійних програм, програм та робочих навчальних програм з нвч дисципл “ФВСФП” для к/с ВВНЗ / Укладач Сухорада Г.І. / За ред. Д.С. Грищенка, Ю.С. Фіногенова. К.: МО України, 2016 - 60 с.
12. Організація і методика проведення занять з подолання перешкод : методич. реком. / Є.О. Озеров. – К. : НАОУ, 2000. – 214 с.
13. Пічугін М. Ф. Фізичне виховання військовослужбовців / Г. П. Грибан, М. Ф. Пічугін, В. М. Романчук та ін.; за ред. Г. П. Грибана. – Житомир: ЖВІ НАУ, 2010. – 820 с.
14. Рукопашний бій : навч.-методич. посіб. / В.М. Анохін, Д.О. Логінов, В.В. Міщенко, С.К. Томашук, С.А. Єрьомін. – Львів: ЛВІ ім. Гетьмана Петра Сагайдачного при НУ “Львівська політехніка”, 2002. – 217 с.
15. Стандарти підготовки. Стандарт фізичної підготовки № 11.035.15.01.4.01; № СТП 11.035.15.01.4.02; № СТП 11.035.15.01.4.03. Затвердж. наказом начальника ЦОСМП ЗС України №7 від 27.01.15 р.
16. Фізична підготовка у військах. Практичні рекомендації: навч.-методич. посіб.. – Київ : НУОУ, 2017. – 372 с.
17. Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / С.І. Глазунов, Л.Я. Іващенко, С.М. Жембровський, О.В. Молоков, Ю.В. Муштатов, Ю.С. Фіногенов. – К. : НУОУ, 2012. – 284 с.
18. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка та спорт: підручник / колектив авторів; за ред.. Ю.С. Фіногенова. – К : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2014. – 468 с.

#### IV. ЗАСОБИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Навчальним планом підготовки курсантів зі спеціальності “Фізична культура і спорт” передбачені наступні форми звітності: у 3, 6 семестрі – диференційований залік; 8 семестрі – екзамен.

Контроль успішності та якості підготовки курсантів включає: поточний контроль; самоконтроль; підсумковий контроль.

##### Засоби поточного контролю

##### Перелік питань до рубіжного контролю № 1.

1. Історія розвитку військово-прикладних видів спорту.
2. Роль та місце військово-прикладних видів спорту в системі підготовки військ (сил).
3. Мета та завдання військово-прикладних видів спорту.
4. Класифікація військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту в сучасній системі підготовки військовослужбовців.
5. Характеристика травм на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту й надання домедичної допомоги.
6. Основні заходи запобігання травматизму на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.
7. Прийоми страхівки, допомоги та самострахівки на заняттях з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.
8. Основні завдання військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.
9. Особливості військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту (за кожним видом).
10. Основні вправи та локомоторні дії у військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту.
11. Особливості розвитку фізичних якостей під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту
12. Особливості формування прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.
13. Ефект переносу фізичних якостей та прикладних навичок під час занять військово-прикладними (службово-прикладними) видами спорту.

##### Перелік питань до рубіжного контролю № 2.

1. Історичні передумови впровадження гирьового спорту в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи гирьового спорту.
3. Роль та місце гирьового спорту в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процесі навчання та тренування.
5. Етапи становлення гирьового спорту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з гирьового спорту.
7. Роль та місце гирьового спорту у формах фізичної підготовки.
8. Гирьовий спорт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Методика проведення підготовчої частини заняття з гирьового спорту.
10. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – ривок гирі.
11. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовх гир короткий цикл.
12. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи – поштовху гир по довгому циклу.
13. Планування змагань з гирьового спорту.
14. Розроблення документації проведення змагань з гирьового спорту

15. Навчально-методичні збори зі збірною командою з гирьового спорту.
16. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.
17. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
18. Зважування учасників змагань.
19. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
20. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
21. Обов'язки головного судді змагань з гирьового спорту.
22. Обов'язки секретаря змагань з гирьового спорту
23. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у ваговій категорії.
24. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
25. Контроль вправи поштовх двох гирь за коротким циклом.
26. Контроль вправи ривок рирі.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 3.**

1. Історичні передумови впровадження кросфіту в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи кросфіту.
3. Роль та місце кросфіту в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення кросфіту як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з кросфіту.
7. Роль та місце кросфіту у формах фізичної підготовки.
8. Кросфіт у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Методика проведення підготовчої частини заняття з кросфіту.
10. Методика ознайомлення та розучування техніки стрибкових вправ.
11. Методика ознайомлення та розучування техніки вправ з жиму.
12. Методика ознайомлення та розучування техніки вправ з присідання.
13. Методика ознайомлення та розучування техніки тягових вправ.
14. Планування змагань з кросфіту.
15. Розроблення документації проведення змагань з кросфіту.
16. Навчально-методичні збори зі збірною командою з кросфіту.
17. Судівська колегія та підготовка суддів до змагань.
18. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
19. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
20. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
21. Обов'язки головного судді змагань з кросфіту.
22. Обов'язки секретаря змагань з кросфіту.
23. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань.
24. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
25. Контроль вправ з кросфіту.

#### **Перелік питань до рубіжного контролю № 4.**

1. Історичні передумови впровадження спортивного орієнтування в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи спортивного орієнтування.
3. Роль та місце спортивного орієнтування в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення спортивного орієнтування як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з спортивного орієнтування.
7. Роль та місце спортивного орієнтування у формах фізичної підготовки.
8. Спортивне орієнтування у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Способи орієнтування на місцевості.
10. Види дистанцій у спортивному орієнтуванні.
11. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування в умовах високих і низьких температур.
12. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування в лісовій місцевості.
13. Особливості проведення занять з спортивного орієнтування як у денний так і у темний час доби.
14. Робота з картами різного масштабу.
15. Компас. Контрольні пункти. Масштаб. Умовні знаки.
16. Рельєф місцевості. Способи орієнтування по картам.
17. Читання карти. Перенос контрольних пунктів. Азимут.
18. Види дистанцій у спортивному орієнтуванні.
19. Орієнтування у заданому напрямку. Орієнтування по стежках.
20. Техніка подолання природних перешкод в орієнтуванні.
21. Зміст та методи фізичної підготовки в спортивному орієнтуванні.
22. Методика проведення підготовчої частини заняття зі спортивного орієнтування.
23. Методика індивідуального орієнтування та його особливості.
24. Методика групового орієнтування та його особливості.
25. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
26. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
27. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
28. Обов'язки головного судді змагань зі спортивного орієнтування.
29. Обов'язки секретаря змагань зі спортивного орієнтування.
30. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань.
31. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.

#### **Перелік питань до рубіжного контролю № 5.**

1. Історичні передумови впровадження рукопашного бою в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи рукопашного бою.
3. Роль та місце рукопашного бою в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування військовослужбовців.
5. Мета, завдання, та понятійний апарат з рукопашного бою.

6. Роль та місце рукопашного бою у формах фізичної підготовки.
7. Рукопашний бій у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
8. Техніка ударів руками.
9. Техніка ударів ногами.
10. Техніка блоків ногами та руками.
11. Техніка кидків.
12. Методика проведення підготовчої частини заняття з рукопашного бою.
13. Методика ознайомлення та розучування техніки ударів руками.
14. Методика ознайомлення та розучування техніки ударів ногами.
15. Методика ознайомлення та розучування техніки блоків ногами та руками.
16. Методика ознайомлення та розучування техніки кидків.
17. Планування змагань з рукопашного бою.
18. Розроблення документації проведення змагань з рукопашного бою.
19. Навчально-методичні збори зі збірною командою з рукопашного бою.
20. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
21. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
22. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
23. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
24. Обов'язки головного судді змагань з рукопашного бою.
25. Обов'язки секретаря змагань з рукопашного бою.
26. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця у виді змагань.
27. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 6.**

1. Роль та місце вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод в системі підготовки військовослужбовців.
2. Загальна характеристика вправи, основні елементи.
3. Особливості організації та проведення занять з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.
4. Особливості організації та проведення змагань біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод.
5. Методика проведення підготовчої частини заняття з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.
6. Планування змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.
7. Розроблення документації проведення змагань з бігу на 1100 м з подоланням смуги перешкод.
8. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
9. Обов'язки головного судді змагань з рукопашного бою.
10. Обов'язки секретаря змагань з рукопашного бою.
11. Порядок заповнення суддівських протоколів.
12. Порядок підведення підсумків змагань, заповнення оціночних відомостей.
13. Тренування вправи біг на 1100 м з подоланням смуги перешкод в цілому.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 7.**

1. Історичні передумови впровадження поліатлону в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи поліатлону.
3. Роль та місце поліатлону в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення поліатлону як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з поліатлону.
7. Роль та місце поліатлону у формах фізичної підготовки.
8. Поліатлон у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Види поліатлону та їх характеристика.
10. Методика проведення підготовчої частини заняття з поліатлону.
11. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи метання гранати.
12. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пневматичної зброї.
13. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з малокаліберної зброї.
14. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи зі силової гімнастики.
15. Планування змагань з поліатлону.
16. Документації проведення змагань з поліатлону.
17. Навчально-методичні збори зі збірною командою з поліатлону.
18. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
19. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
20. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
21. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
22. Обов'язки головного судді змагань з поліатлону.
23. Обов'язки секретаря змагань з поліатлону.
24. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.
25. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
26. Контроль вправи стрільба з пневматичної зброї.
27. Контроль вправи стрільба метання гранати.
28. Контроль вправи стрільба з малокаліберної зброї.
29. Контроль вправи зі силової гімнастики.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 8.**

1. Історичні передумови впровадження офіцерського триборства в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи офіцерського триборства.
3. Роль та місце офіцерського триборства в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення офіцерського триборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з офіцерського триборства.
7. Роль та місце офіцерського триборства у формах фізичної підготовки.

8. Офіцерське триборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Методика проведення підготовчої частини заняття з офіцерського триборства.
10. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).
11. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи плавання на дистанцію 100 м.
12. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.
13. Планування змагань з офіцерського триборства.
14. Розроблення документації проведення змагань з офіцерського триборства.
15. Навчально-методичні збори зі збірною командою з офіцерського триборства.
16. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
17. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
18. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
19. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
20. Обов'язки головного судді змагань з офіцерського триборства.
21. Обов'язки секретаря змагань з офіцерського триборства.
22. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.
23. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
24. Контроль вправи стрільба з пістолета Макарова або Форт-12 (вправа ПМ-1).
25. Контроль вправи біг на дистанцію 3000 м (2000 м чи 1000 м) в залежності від вікової групи.
26. Контроль вправи плавання на дистанцію 100 м.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 9.**

1. Історичні передумови впровадження літнього військового біатлону в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи літнього військового біатлону.
3. Роль та місце літнього військового біатлону в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення літнього військового біатлону як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з літнього військового біатлону.
7. Роль та місце літнього військового біатлону у формах фізичної підготовки.
8. Літній військовий біатлон у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Методика проведення підготовчої частини заняття з літнього військового біатлону.
10. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи стрільби з автомата з різних положень.
11. Методика ознайомлення та розучування техніки вправи біг на витривалість в літньому біатлоні.
12. Планування змагань з літнього військового біатлону.
13. Розроблення документації проведення змагань з літнього військового біатлону.
14. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
15. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
16. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
17. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
18. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.

19. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
20. Контроль вправи з літнього військового біатлону.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 10.**

1. Історичні передумови впровадження багатоборства ВСК в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи багатоборства ВСК.
3. Роль та місце багатоборства ВСК в структурі підготовки військ.

Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.

4. Методика проведення підготовчої частини заняття з багатоборства ВСК.
5. Методика ознайомлення та розучування техніки бігових вправ.
6. Методика ознайомлення та розучування техніки силових вправи.
7. Методика ознайомлення та розучування техніки спеціальних вправ.
8. Планування змагань з багатоборства ВСК.
9. Розроблення документації проведення змагань з багатоборства ВСК.
10. Навчально-методичні збори зі збірною командою з багатоборства ВСК.
11. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
12. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
13. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
14. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
15. Обов'язки головного судді змагань з офіцерського триборства.
16. Обов'язки секретаря змагань з офіцерського триборства.
17. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.
18. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
19. Контроль вправи багатоборства ВСК за своєю віковою групою.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 11.**

1. Історичні передумови впровадження військового п'ятиборства в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи військового п'ятиборства.
3. Роль та місце військового п'ятиборства в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення військового п'ятиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з військового п'ятиборства.
7. Роль та місце військового п'ятиборства у формах фізичної підготовки.
8. Військове п'ятиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Техніка стрільби.
10. Техніка плавання.
11. Техніка метання гранат.
12. Техніка подолання смуги перешкод.
13. Техніка кросу.

14. Методика проведення підготовчої частини заняття з військового п'ятиборства.
15. Методика ознайомлення та розучування техніки стрільби.
16. Методика ознайомлення та розучування техніки плавання.
17. Методика ознайомлення та розучування техніки метання гранат.
18. Методика ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.
19. Методика ознайомлення та розучування техніки кросу.
20. Планування змагань з військового п'ятиборства.
21. Розроблення документації проведення змагань з військового п'ятиборства.
22. Навчально-методичні збори зі збірною командою з військового п'ятиборства.
23. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
24. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
25. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
26. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
27. Обов'язки головного судді змагань з військового п'ятиборства.
28. Обов'язки секретаря змагань з військового п'ятиборства.
29. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.
30. Нагородження учасників змагань та підбиття підсумків.
31. Контроль вправи з військового п'ятиборства.

### **Перелік питань до рубіжного контролю № 12.**

1. Історичні передумови впровадження військово-прикладного семиборства в систему підготовки військових фахівців.
2. Концептуальні основи військово-прикладного семиборства.
3. Роль та місце військово-прикладного семиборства в структурі підготовки військ.
4. Загальна характеристика вправ, що визначенні керівними документами у процес навчання та тренування.
5. Етапи становлення військово-прикладного семиборства як засобу розвитку рівня фізичної підготовленості військовослужбовців.
6. Мета, завдання, та понятійний апарат з військово-прикладного семиборства.
7. Роль та місце військово-прикладного семиборства у формах фізичної підготовки.
8. Військово-прикладне семиборство у спортивно-масовій роботі військовослужбовців.
9. Техніка підтягування на перекладині.
10. Техніка плавання на 50 м.
11. Техніка метання гранати Ф-1 на точність.
12. Техніка подолання смуги перешкод.
13. Техніка стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.
14. Техніка бігу на 3 км.
15. Методика проведення підготовчої частини заняття з військово-прикладного семиборства.
16. Методика ознайомлення та розучування техніки підтягування на перекладині.
17. Методика ознайомлення та розучування техніки плавання на 50 м.
18. Методика ознайомлення та розучування техніки метання гранати Ф-1 на точність.
19. Методика ознайомлення та розучування техніки подолання смуги перешкод.

20. Методика ознайомлення та розучування техніки стрільби з пневматичної гвинтівки або пневматичного пістолета.
21. Методика ознайомлення та розучування техніки бігу на 3 км.
22. Планування змагань з військово-прикладного семиборства.
23. Розроблення документації проведення змагань з військово-прикладного семиборства.
24. Навчально-методичні збори зі збірною командою з військово-прикладного семиборства.
25. Суддівська колегія та підготовка суддів до змагань.
26. Проведення інструктажу із судьями та спортсменами.
27. Заповнення карточки учасника змагань та заповнення протоколів.
28. Підготовка місць та інвентарю до проведення змагань.
29. Обов'язки головного судді змагань з військово-прикладного семиборства.
30. Обов'язки секретаря змагань з військово-прикладного семиборства.
31. Підбиття протоколів змагань та визначення переможця.

#### **Засоби підсумкового контролю.**

Перелік типових питань диференційованого заліку № 1 відповідають питанням за темами № 1, 2, 3, 4.

Перелік типових питань диференційованого заліку № 2 відповідають питанням за темами № 5, 6, 7, 8, 9.

Перелік типових питань екзамену відповідають питанням за темами № 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13.

## V. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ІНШИМИ НАВЧАЛЬНИМИ ДИСЦИПЛІНАМИ

Предметом “Теорії та методики військово-прикладних видів спорту”, як навчально-наукової дисципліни є організація та методика проведення навчально-тренувальних занять та змагань з військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту, організація навчально-тренувального процесу в збірних командах військових частин (підрозділів), як складової процесу фізичного вдосконалення військовослужбовців.

Науковим фундаментом (науково-методологічною основою) навчальної дисципліни “Теорія та методика військово-прикладних видів спорту” є вимоги законодавчих та інших нормативно-правових актів України з питань фізичної культури та спорту, керівних документів з організації фізичної підготовки та спортивно-масової роботи в Збройних Силах України та інших військових формуваннях.

Базисом навчальної дисципліни “Теорія та методика військово-прикладних видів спорту” є закономірності, що вивчаються такими науками як педагогіка, психологія (загальна і військова), загальна теорія фізичного виховання, наука управління. Крім того, теорія та методика військово-прикладних (службово-прикладних) видів спорту також використовує досягнення окремих спортивних і військово-спеціальних дисциплін – теорії спортивного тренування з плавання, гімнастики, атлетизму, подолання перешкод, прискороного пересування тощо.

Міждисциплінарні зв'язки: вивчення дисципліни знаходять своє відображення у тісній взаємодії з тематикою дисциплін: “Теорія і методика фізичного виховання”, “Загальна теорія підготовки спортсменів та нові технології у фізичному вихованні”, “Військово-прикладне плавання та методика його викладання”, “Подолання перешкод та методика його викладання”, “Рукопашний бій та методика його викладання”, “Лижний спорт та методика його викладання”, “Стрілецька зброя та вогнева підготовка”, “Спеціальна фізична підготовка структур сектору безпеки і оборони”, “Військова топографія”.

Теорія та методика військово-прикладних видів спорту є навчальною дисципліною професійного циклу підготовки фахівців, вивчення якої відіграє значну роль у військово-спеціальному становленні майбутніх спеціалістів з фізичної підготовки і спорту.

Навчальна дисципліна вивчається у 2, 3, 4, 6, 7 та 8 семестрах. Обсяг навчальної дисципліни складає 360 годин/12 кредитів ЄКТС, із них: під керівництвом викладача – 240 годин (лекцій – 26 год., семінарських (групових) занять – 88 год., практичних занять (в т.ч. рубіжних контролів) – 126 год., диференційованих заліків – 6 год., екзаменів – 6 год.); на самостійну роботу – 120 годин.

Основними видами занять з навчальної дисципліни є лекції, семінарські заняття, групові заняття, практичні заняття, самостійні заняття, диференційовані заліки, екзамен.

Механізм реалізації кінцевої мети, досягнення необхідного рівня знань та сформованості вмінь ґрунтується на використанні індивідуального підходу до навчання кожного окремого курсанта, мотивованого спонукання курсантів до необхідності самостійного розв'язання проблемних питань, які пропонуються викладачем.

На лекційних заняттях курсанти отримують знання з найбільш складних питань кожного розділу програми навчальної дисципліни, організації та проведення навчальних занять та спортивно-масової роботи у військових частинах (підрозділах) з військово-прикладних видів спорту, сучасного стану і перспектив їх розвитку.

Семінарські заняття проводяться з основних і найбільш складних питань програми навчальної дисципліни. Основним завданням семінарських занять є поглиблення і закріплення знань, одержаних курсантами на лекціях і в процесі самостійної роботи над навчальною та науковою літературою щодо тематики дисципліни, формування вмінь з пошуку, узагальнення, критичного аналізу навчального матеріалу, формулювання і захисту своїх поглядів з питань, які розглядаються.

Групові заняття проводяться з метою засвоєння нового навчального матеріалу методом його поетапного усного викладання в поєднанні з методом демонстрації (показу). На занятті організовується обговорення цього матеріалу і здійснюється контроль рівня його засвоєння шляхом опитування (чи практичної перевірки), створюються умови щодо його закріплення.

Практичні заняття проводяться з метою засвоєння курсантами теоретичних положень навчальної дисципліни, набуття практичних та методичних умінь шляхом індивідуального виконання спеціально сформульованих завдань з питань керівництва, організації та проведення спортивних заходів, їх суддівства та практичного виконання спортивних норм та розрядів.

Самостійні заняття курсантів передбачають виконання ними завдань, які сприяють відпрацюванню та засвоєнню навчального матеріалу, закріпленню та поглибленню отриманих знань та практичних умінь. Під час самостійних занять курсанти, також, виконують індивідуальні завдання, які винесені за межі лекційного курсу та висвітлюються у доступній методичній літературі.

Кількість контрольних заходів, форми їх проведення, періодичність доводяться до курсантів на початку вивчення дисципліни та навчального семестру.

Поточний контроль проводиться викладачами на семінарських, групових, практичних заняттях, де оцінюються теоретичні знання і практичні навички курсанта. Основна мета поточного контролю постійне отримання викладачем інформації про якість засвоєння курсантами матеріалу робочої програми навчальної дисципліни, перевірка готовності курсантів до виконання наступних навчальних завдань, а також управління їх навчальною мотивацією.

Форми проведення поточного контролю та критерії оцінки рівня знань визначаються кафедрою. Основні форми поточного контролю: усне опитування, письмовий контроль, виступ на семінарському (груповому) занятті, виконання та захист рефератів тощо, виконання норм (спортивних розрядів), передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.

Рубіжний контроль полягає в оцінюванні результатів навчання курсантів із вивчення навчального матеріалу за результатами поточних контролів. Структура завдань, система проведення рубіжного контролю та критерії оцінки рівня знань, розробляються кафедрою та визначаються в робочій програмі навчальної дисципліни. Він проводиться у тижні для контрольних заходів відповідно до графіку навчального процесу. Рубіжний контроль є обов'язковим. За результатами поточного контролю курсант не може бути звільненим від рубіжного контролю.

Курсанти, що мають заборгованості до рубіжних контролів не допускаються. Критерії оцінювання результатів виконання завдань за контрольний захід доводиться до відома курсантів перед початком його проведення.

У разі порушення курсантом встановленого порядку здійснення контрольного заходу (списування, підміна завдання, використання недозволених матеріалів чи засобів, не виконання практичних нормативів) викладач відстороняє цього курсанта від виконання завдання, робить позначку в журналі обліку навчальних занять, оцінює його роботу в нуль балів (незадовільно).

Курсантам забороняється обмінюватись інформацією у будь-якій формі, або використовувати інші матеріали та засоби, крім дозволених. Курсант, який на рубіжному контролі отримав оцінку «незадовільно», повинен скласти його повторно і отримати позитивну оцінку, в іншому випадку він до підсумкового контролю (диференційованого заліку, екзамену) не допускається.

Відмова курсанта від відповіді на білет (тест) оцінюється як незадовільна відповідь.

Форми рубіжного контролю: усне опитування; письмовий контроль; виконання практичних завдань (методичного завдання, фізичних вправ, норм (спортивних розрядів)).

Рубіжний контроль проводиться в ході одного із навчальних занять наприкінці вивчення протягом 2-х годин.

Розроблені для проведення білету (тести) повинні забезпечувати перевірку теоретичної, методичної та практичної підготовленості тих, хто навчається.

Результати поточного контролю використовуються для коригування методів і засобів навчання та враховуються на диференційованому заліку (екзамені).

Кількість балів для визначення результатів поточного контролю залежить від рівня знань курсанта, вміння використовувати їх при виконанні практичних завдань і нормативів, володіння методикою проведення занять з особовим складом, навичок роботи з електронно-обчислювальною технікою тощо. Результати поточного контролю фіксуються в журналі обліку навчальних занять.

Самоконтроль призначений для самооцінки курсантами якості засвоєння навчального матеріалу з конкретного розділу (теми) навчальної дисципліни. З цією метою в лекційних матеріалах для кожної теми (розділу), а також у практичних завданнях передбачаються питання для самоконтролю. Самоконтроль курсантами здійснюється у формі перевірки своїх знань шляхом усного опитування один одного та практичного виконання вправ.

Підсумковий контроль проводиться у вигляді диференційованого заліку (екзамену) в термін, встановлений графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою навчальної дисципліни.

Форма проведення контролю (усна, письмова, комбінована, а також шляхом тестування з використанням технічних засобів), зміст і структура контрольних завдань, білетів, перелік матеріалів, користування якими дозволяється курсанту під час заліку, екзамену (програми, довідники, карти, таблиці, макети та інші посібники) і критерії оцінювання обговорюються на засіданні кафедри і затверджуються начальником кафедри не пізніше ніж за місяць до початку складання контрольного заходу. Названі матеріали дійсні протягом навчального року, вони є складовою навчально-методичної документації з дисципліни і зберігаються на кафедрі. Можливе поєднання різних форм контролю.

Оцінка за диференційований залік (екзамен) вноситься у екзаменаційну відомість, Додаток до диплома і вважається остаточною, навіть, якщо вона менша підсумкової оцінки за вивчення дисципліни.

Система оцінювання навчальної діяльності курсанта є наступною:

1. Оцінюється кожне навчальне заняття (семінарське, практичне, групове та за необхідністю – лекційне).
2. Дисципліна у кожному семестрі повинна мати рубіжний контроль, оцінка якого має бути втричі більшою за оцінку навчального заняття. (Наприклад, якщо навчальне заняття оцінюється від 1 до 5, то рубіжний контроль – від 1 до 15. Або отримана оцінка за рубіжний контроль множиться на три).
3. Якщо курсант, без поважних причин, не набрав 30 балів, то він до заліку або екзамену не допускається і порушується питання про повторне вивчення дисципліни або його відрахування.
4. Здаються і зараховуються всі письмові звіти за всі види діяльності. Невиконання будь-якого елемента робочої програми навчальної дисципліни в цілому, чи окремої теми, визначає неможливість зарахування повного кредиту дисципліни. Останнє означає академічну заборгованість курсанта. Такий курсант має ліквідувати її на умовах і за графіком, які визначаються окремим рішенням кафедри.

*Критерії оцінювання успішності навчання, де навчальним планом передбачено диференційований залік.* Загальний бал складається з двох частин: поточної успішності (максимально 70 балів) та суми балів, що набрані під час складання диференційованого заліку (максимально 30 балів). Поточна успішність рахується наступним чином:

1. Спочатку визначається сумарний бал за семестр.

$$C_{\text{бал}} = \sum_{i=1}^n O_{\text{НЗ}} + \sum_{i=1}^n (O_{\text{МК}} \times 3), \quad (1)$$

де  $O_{\text{НЗ}}$  — оцінка за навчальне заняття (семінарське, практичне, групове);

$O_{\text{МК}}$  — оцінка за рубіжний контроль;



Бал за диференційований залік складається з питань 3 рівнів складності (в т.ч. виконання методичних завдань (практичних нормативів), які сумарно складають 30 балів (табл. 3).

Курсант може отримати заохочувальні додаткові (штрафні) бали (від 0 до 10 б), приблизний розподіл яких показаний в таблиці 3. Додаткові (штрафні) бали додаються (віднімаються) до (від) загального балу. Розробка системи нарахування курсанту заохочувальних додаткових (штрафних) балів здійснюється викладачем у відповідності зі специфікою навчальної дисципліни.

Результати за диференційований залік заносяться у таблицю 2. Бал за диференційований залік переводиться у систему ECTS згідно шкали оцінювання (табл. 4).

Таблиця 3

#### Система нарахування заохочувальних додаткових балів

№	Вид діяльності курсанта	Заохочувальні рейтингові бали
1.	Виступ на науковій конференції з доповіддю за спрямованістю дисципліни	міжнародна – 10 б.; місцева – 5 б.
2.	Виготовлення діючого демонстраційного макету або лабораторної установки для навчальних занять за напрямком дисципліни	5 б.
3.	Активна участь в роботі ВНГ (ВНТ) за спрямованістю дисципліни	5 б.
4.	Інші види роботи курсанта, спрямовані на покращення навчально-лабораторної бази кафедри за напрямком дисципліни	До 5 б.
5.	Виконання спортивних розрядів згідно встановлених нормативів з військово-прикладних видів спорту	II розряд – 3 б.; I розряд – 5 б.; КМС – 7 б.; МС – 10 б.
6.	Участь у змаганнях за спрямованістю дисципліни	Першість міста та області – 2 б.; Першість ВВНЗ МО України – 5 б.; Чемпіонат ЗСУ – 5 б.

Таблиця 4

#### Шкала оцінювання

За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS	За національною шкалою	За 4-бальною шкалою
90-100	A	відмінно	відмінно
80-89	B	дуже добре	добре
65-79	C	добре	
55-64	D	задовільно	задовільно
50-54	E	достатньо задовільно	
35-49	FX	незадовільно	незадовільно
1-34	F	незадовільно	незадовільно

Для семестрів, де навчальним планом передбачено екзамен, загальний бал складається з двох частин: поточної успішності (максимально 60 балів) та суми балів, що набрані під час складання екзамену (максимально 40 балів). Поточна успішність рахується наступним чином:

1. Спочатку визначається сумарний бал за семестр.

$$C_{\text{бал}} = \sum_{i=1}^n O_{\text{НЗ}} + \sum_{i=1}^n (O_{\text{МК}} \times 3), \quad (4)$$

де  $O_{\text{НЗ}}$  — оцінка за навчальне заняття (семінарське, практичне, лабораторне);

$O_{\text{МК}}$  — оцінка за рубіжний контроль;

$n$

$\sum$  — знак підсумовування.

$i=1$

2. Далі вираховується максимальна кількість балів, яку може набрати курсант протягом семестру.

$$\max_{\text{бал}} = N_{\text{НЗ}} \times 5 + N_{\text{МК}} \times 5 \times 3, \quad (5)$$

де  $N_{\text{НЗ}}$  — кількість навчальних занять (семінарських, практичних, лабораторних)

$N_{\text{МК}}$  — кількість рубіжних контролів.

3. Вираховується поточна успішність.

$$\text{ПУ} = \frac{C_{\text{бал}} \times 60\%}{\max_{\text{бал}}}, \quad (6)$$

де  $C_{\text{бал}}$  — сумарний бал за семестр;

$\max_{\text{бал}}$  — максимальна кількість балів, яку може набрати курсант протягом семестру.

Бал за екзамен складається з питань 3 рівнів складності (в тому числі виконання методичних завдань (практичних нормативів)), які сумарно складають 40 балів (табл. 1).

Результати за екзамен заносяться у таблицю 2. Бал за екзамен переводиться у систему ECTS згідно шкали оцінювання (табл. 4).

Курсанти, які не склали диференційований залік чи екзамен з поважних причин, ліквідують академічну заборгованість у термін, встановлений начальником університету. Повторне складання диференційованого заліку чи екзамену допускається не більше двох разів. Друге повторне складання диференційованого заліку чи екзамену у курсантів приймає комісія, яка створюється начальником (завідувачем) кафедри.

Засобами діагностики успішності навчання з навчальної дисципліни виступають: контрольні питання до семінарських, групових та практичних занять; завдання для поточного контролю; індивідуальні завдання; перелік питань теоретичного опитування та письмової перевірки, практичне завдання, завдання до рубіжних контролів; білети до диференційованого заліку та екзамену; які визначаються у робочій програмі навчальної дисципліни.

Розглянуто і ухвалено на засіданні кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту  
Протокол від “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2020 року №\_\_\_

Начальник кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту  
підполковник  
“\_\_\_” серпня 2020 року.

Назарій ВЕРБИН