

СИЛАБУС
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ “СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА
У СТРУКТУРАХ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ ДЕРЖАВИ”

Лектор курсу			ВЕРБІН Назарій Борисович, кандидат педагогічних наук		Контактна інформація лектора (e-mail)		e-mail: nazariyv@ukr.net	
Галузь знань			01 “Освіта/Педагогіка”		Рівень вищої освіти		другий (магістерський)	
Спеціальність			017 “Фізична культура і спорт”		Семестр		3-й, підсумково-випускний збір	
Освітня програма			“Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах”		Тип дисципліни		Вибіркова	
Обсяг:	Кредитів ECTS	Годин	За видами занять:					
			Лекцій	Семінарських та групових занять	Практичних занять	Підсумковий контроль	Самостійна підготовка	
	3	90	4	8	4	2	72	

АНОТАЦІЯ КУРСУ

Взаємозв’язок у структурно-логічній схемі

Освітні компоненти, які передують вивченню	“Теорія та організація фізичної підготовки у військових формуваннях” “Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка”, “Професійно-прикладна фізична підготовка” “Інноваційні технології в фізичній культурі і спорті”
Мета курсу:	формування та розвиток у слухачів (курсантів) теоретико-методичних знань та практичних умінь зі спеціальної фізичної підготовки в структурах сектору безпеки та оборони держави, оволодіння військово-прикладними навичками з рукопашного бою, подолання спеціальних смуг перешкод, прикладного плавання що використовуються в даних структурах.

Компетентності відповідно до освітньої програми

Soft- skills / Загальні компетентності (ЗК)	Hard-skills / Фахові компетентності (ФК)
ЗК 1. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК 13. Здатність практично виконувати посадові обов’язки на відповідних первинних посадах фахівців фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України та інших військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, правоохоронних органах, рятувальних та інших спеціальних службах.	

Програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 3. Упорядковувати нормативні документи, методичні та інформаційні матеріали для здійснення професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту. ПРН 23. Виявляти необхідний рівень спеціальних теоретичних знань для організації та проведення фізичної підготовки з особовим складом та застосовувати організаційно-методичні навички і вміння організації та проведення фізичної підготовки з військовослужбовцями.
--

ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАННЯ

Тема, опис теми	Вид заняття	Оцінювання за тему	Форми і методи навчання/питання до самостійної роботи
<p>Тема 1. Спеціальна фізична підготовка в структурах сектору безпеки та оборони держави.</p> <p>Знати: загальну характеристику організації спеціальної фізичної підготовки в інституціях сектору безпеки та оборони.</p> <p>Вміти: виконувати посадові обов'язки на відповідних первинних посадах фахівців фізичної підготовки і спорту у військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, правоохоронних органах, рятувальних та інших спеціальних службах.</p> <p>Формування компетенцій: ЗК1,ЗК13.</p> <p>Результати навчання: ПРН3,ПРН23.</p> <p>Рекомендовані джерела: 1-17.</p>	Лекція 1	32	Лекція-візуалізація, експрес-опитування слухачів
	Групове заняття 1		Виклад матеріалу з використанням інформативно-доказового й пояснювально-ілюстративного методів, навчальна дискусія, експрес-опитування слухачів
	Семинар 1		Усне опитування, доповідь з презентацією за тематикою самостійного вивчення дисципліни, дискусія за темою доповіді.
	Групове заняття 2		Виклад матеріалу з використанням інформативно-доказового й пояснювально-ілюстративного методів, навчальна дискусія, експрес-опитування слухачів.
<p>Тема 2. Розвиток рівня фізичної підготовленості в структурах сектору безпеки та оборони.</p> <p>Знати: основні форми, засоби та методи розвитку спеціальних фізичних якостей та прикладних навичок в структурах сектору безпеки та оборони.</p> <p>Вміти: програмувати навчально-тренувальні, індивідуальні та тренувальні заняття в структурах сектору безпеки та оборони держави.</p> <p>Формування компетенцій: ЗК1,ЗК13.</p> <p>Результати навчання: ПРН3,ПРН23.</p> <p>Рекомендовані джерела: 1-17.</p>	Лекція 2	38	Лекція-візуалізація, експрес-опитування слухачів
	Семинар 2		Доповідь з презентацією за тематикою самостійного вивчення дисципліни, дискусія за темою доповіді.
	Практичне заняття 1		Показ загальнорозвиваючих вправ фронтальним поточним способом, які використовуються в структурах сектору безпеки та оборони.
	Практичне заняття 2		Ознайомлення та розучування техніки виконання подолання перешкод та метання гранат, елементів рукопашного бою та єдиноборств фронтальним та поточним способами.
МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ			
<ul style="list-style-type: none"> • мультимедійний проектор; • єдина смуга перешкод; • стадіон; • водно-спортивна база; • тренажерний зал; • зал оздоровчих технологій. 			
ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Армійський рукопашний бій: навч.-метод. посіб. / С. В. Романчук, М. В. Кузнецов, С. С. Федак та ін. Львів: НАВС, 2017. 177 с. https://elib.nuou.org.ua/nasv-fond/armiysk-rukopash-biy-2017.html 2. Вербин Н. Б. Критерії, показники та рівні сформованості професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх магістрів військового управління. Військова освіта : зб. наук. пр. Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського. Київ : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2016. № 2 (34). С. 33–39. http://znp-vo.nuou.org.ua/article/view/170042 3. Вербин Н. Б. Теоретичний аналіз професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх магістрів військового управління. Військова освіта : зб. наук. пр. Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського. Київ : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2016. № 1 (33). С. 27–34. http://znp-vo.nuou.org.ua/article/view/179365/181727 4. Відновлення фізичної працездатності працівників Національної поліції України : навч.-метод. посіб. / В. Бондаренко, О. Рябуха, А. Мартишко, Ю. Давигора. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2020. 225 с. 5. Витривалість військовослужбовців та методика її розвитку : навч.-метод. посіб. / [автори-укладачі : Н. Б. Вербин, Н. Л. Височіна, С. Ф. Костів та ін.]. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2020. 120 с. 			

6. Зарубіжний досвід визначення рівня фізичної підготовленості працівників правоохоронних органів : аналіт. огляд / В. В. Бондаренко, В. А. Дідковський, Н. Ю. Худякова та ін. Київ: Нац. акад. внутр. справ, 2020. 64 с.
7. Організація та методика проведення занять із подолання перешкод : навч.-метод. посіб. / В. Шемчук, О. Петрачков, Н. Вербин, С. Жембровський. Київ : Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, 2021. – 72 с.
8. Теорія і методика фізичного виховання : в 2 томах / під ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2017. Т.1 : Загальні основи теорії та методики фізичного виховання. 397 с.
9. Гвоздецька С.В., Рибалко П.Ф., Чередніченко С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка: навч.-метод. посіб. Суми: ФОП Цьома С.П., 2017. 110 с. <https://repository.sspu.sumy.ua/bitstream/123456789/7765/1/Profesiino-prykladna%20fizychna%20pidhotovka.pdf>
10. Єфремова А. Я. Професійно-прикладна фізична підготовка в системі фізичного виховання вищих навчальних закладів залізничного профілю: навч. посібник. Харків: УкрДУЗТ, 2018. 164 с. http://metod.kart.edu.ua/uploads/books/fts_35.pdf
11. Костів С. Ф. Рукопашний бій та методика його викладання : навч.-метод. посіб. / С. Ф. Костів, Ю. В. Муштатов. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2020. 168 с. <https://elib.nuou.org.ua/katalog/rukopashnij-b%D1%96j-ta-metodika-jogo-vikladannya.html>
12. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 11 лютого 2014 року № 35 “Про затвердження Тимчасової Наставови з фізичної підготовки у Збройних Силах України”.
13. Спеціальна фізична та психологічна підготовка співробітників СБ України до оперативно-службової діяльності в умовах підвищеного ризику : навч. посіб. / [В. В. Євтешенко, О. П. Бондарович, О. В. Денисюк та ін.]. Київ : Нац. акад. СБУ, 2016. – 300 с.
14. Фізична підготовка в польових умовах: навч. посіб. / С. В. Романчук, С. В. Гоменюк, М. В. Кузнецов та ін. Львів: НАВС, 2016. 166 с. <https://elib.nuou.org.ua/nasv-fond/fizich-pidg-pol-umovah-2016.html>
15. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навч. посіб. / В. А. Дідковський, В. В. Бондаренко, О. В. Кузнецов. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т. П., 2019. 98 с.
16. Фізична підготовка у військах. Практичні рекомендації. / В. М. Барков, С. І. Глазунов, С. М. Жембровський та інші // за заг. ред. О. В. Петрачкова. 2-е видання, перероблене і доповнене. К. : НУОУ імені Івана Черняхівського, 2017. 272 с. <https://elib.nuou.org.ua/katalog/fp-u-viyskah.html>
17. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт військовослужбовців: підручник / П. Ткачук, С. Романчук, В. Афонін та ін. Львів: НАВС, 2019. 291 с. <https://elib.nuou.org.ua/nasv-fond/fizichna-pidgotovka-2019.html>

ПОЛІТИКА КУРСУ («ПРАВИЛА ГРИ»)

- Курс передбачає роботу в колективі.
- Середовище в аудиторії є дружнім, творчим, відкритим до конструктивної критики.
- Освоєння дисципліни передбачає обов’язкове відвідування лекцій, групових, семінарських і практичних занять, а також самостійну роботу.
- Самостійна робота включає в себе теоретичне вивчення питань, що стосуються тем лекційних та групових занять, які не ввійшли в теоретичний курс, або ж були розглянуті коротко, їх поглиблена проробка за рекомендованою літературою.
- Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.
- Якщо слухач відсутній з поважної причини, він презентує виконані завдання під час самостійної підготовки та консультації викладача.
- Під час роботи над завданнями не допустимо порушення академічної доброчесності: при використанні Інтернет ресурсів та інших джерел інформації слухач повинен вказати джерело, використане в ході виконання завдання. У разі виявлення факту плагіату слухач отримує за завдання 0 балів.

КРИТЕРІЙ ТА МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

Умовою допуску до підсумкового контролю є набрання слухачем 30 балів у сукупності за всіма темами дисципліни

Форми контролю	Види навчальної роботи	Оцінювання
ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ	<i>Робота на заняттях, у т.ч.:</i>	
	• присутність на заняттях (при пропусках занять з поважних причин допускається відпрацювання пройденого матеріалу)	за кожне відвідування 0,5 бала
	• участь у експрес-опитуванні	за кожну правильну відповідь 0,25 бала

	<ul style="list-style-type: none"> • доповідь з презентацією за тематикою самостійного вивчення дисципліни (оцінка залежить від повноти розкриття теми, якості інформації, самостійності та креативності матеріалу, якості презентації і доповіді), підготовка реферату 	за кожну презентацію (реферат) максимум 3 бали
	• усне опитування, тестування	за кожну правильну відповідь 0,5 бала
	• участь у навчальній дискусії, обговоренні ситуаційного завдання	за кожну правильну відповідь 2 бали
	• участь у діловій грі	за кожну участь 1 бал
Додаткова оцінка	Участь у наукових конференціях, підготовка наукових публікацій, участь у Всеукраїнських та Міжнародних конкурсах наукових робіт за спеціальністю, створення кейсів тощо.	максимальна оцінка – 10 балів
ПІДСУМКОВЕ ОЦІНЮВАННЯ (Залік)	Метою диференційованого заліку є контроль сформованості практичних навичок та загальних й фахових компетентностей, необхідних для виконання професійних обов'язків. Диференційований залік проходить складається з трьох частин: теоретичної, методичної та практичної.	30 балів

ПІДСУМКОВА ОЦІНКА ЗА ДИСЦИПЛІНУ

Бали	Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка /затис в екзаменаційній відомості
90-100	Слухач демонструє повні й міцні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає програмі навчальної дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях. Вміє реалізувати теоретичні положення дисципліни, аналізувати та спів ставляти дані об'єктів діяльності фахівця на основі набутих з даної та суміжних дисциплін знань та умінь. Знає сучасні технології та методи з даної дисципліни. Під час проведення практичних занять, виконанні індивідуальних / контрольних завдань проявив вміння самостійно вирішувати поставлені завдання, активно включатись в дискусії, може відстоювати власну позицію в питаннях та рішеннях, що розглядаються. Зменшення 100-бальної оцінки може бути пов'язане з недостатнім розкриттям питань, що стосується дисципліни, яка вивчається, але виходить за рамки об'єму матеріалу, передбаченого робочою програмою, або слухач проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи складних практичних завдань.	Високий Повністю забезпечує вимоги до знань, умінь і навичок, що викладені в програмі навчальної дисципліни. Власні пропозиції слухача в оцінках і вирішенні практичних завдань підвищує його вміння використовувати знання, які він отримав під час вивчення інших дисциплін, а також знання, набуті під час самостійного поглибленого вивчення питань, що відносяться до дисципліни, яка вивчається.	Відмінно / А
80-89	Слухач демонструє гарні знання, добре володіє матеріалом, що відповідає програмі навчальної дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при вирішенні практичних завдань, але допускає окремі неточності. Вміє самостійно виправляти допущені помилки, кількість яких є незначною. Знає сучасні технології та методи з даної дисципліни. За час навчання під час проведення практичних занять, виконанні індивідуальних / контрольних завдань та поясненні прийнятих рішень, дає вичерпні пояснення.	Достатній Забезпечує здобувачу вищої освіти самостійне вирішення основних практичних завдань в умовах, коли вихідні дані в них змінюються порівняно з прикладами, що розглянуті під час вивчення дисципліни.	Дуже добре / В
65-79	Здобувач вищої освіти в загальному добре володіє матеріалом, знає основні положення матеріалу, що відповідає програмі навчальної дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати під час вирішення типових практичних завдань, однак допускає окремі неточності. Вміє пояснити основні положення виконаних завдань та давати правильні відповіді при зміні результату при заданій зміні вихідних параметрів. Помилки у відповідях/ рішеннях/ розрахунках не є системними. Знає характеристики основних положень, що мають визначальне значення під час проведення практичних занять, виконанні індивідуальних / контрольних завдань та поясненні прийнятих рішень, в межах дисципліни, що вивчається.	Достатній Конкретний рівень, за вивченим матеріалом програми навчальної дисципліни. Додаткові питання про можливість використання теоретичних положень для практичного використання викликають утруднення.	Добре / С

55-64	Слухач засвоїв основний теоретичний матеріал, передбачений програмою навчальної дисципліни, та розуміє постанову стандартних практичних завдань, має пропозиції щодо напрямку їх вирішень. Розуміє основні положення, що є визначальними в курсі, може вирішувати подібні завдання тим, що розглядалися з викладачем, але допускає значну кількість неточностей і грубих помилок, які може усувати за допомогою викладача.	Середній Забезпечує достатньо надійний рівень відтворення основних положень дисципліни	Задовільно / D
50-54	Здобувач вищої освіти має певні знання, передбачені в програмі навчальної дисципліни, володіє основними положеннями, що вивчаються на рівні як мінімально допустимий. З використанням основних теоретичних положень, слухач з труднощами пояснює правила вирішення практичних/розрахункових завдань дисципліни. Виконання практичних / індивідуальних / контрольних завдань значно формалізовано: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння роботи та взаємозв'язків з іншими дисциплінами.	Середній Є мінімально допустимим у всіх складових навчальної програми з дисципліни	Достатньо / E
35-49	Слухач може відтворити окремі фрагменти з курсу. Незважаючи на те, що програму навчальної дисципліни слухач виконав, працював він пасивно, його відповіді під час практичних робіт в більшості є невірними, необґрунтованими. Цілісність розуміння матеріалу з дисципліни у нього відсутні.	Низький Не забезпечує практичної реалізації завдань, що формуються під час вивчення дисципліни.	Незадовільно з можливістю повторного складання) / FX <i>В залікову книжку не представляється</i>
1-34	Здобувач вищої освіти повністю не виконав вимог програми навчальної дисципліни. Його знання на підсумкових етапах навчання є фрагментарними. Слухач не допущений до здачі диференційованого заліку.	Незадовільний Слухач не підготовлений до самостійного вирішення завдань, які окреслює мета та завдання дисципліни	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням / F <i>В залікову книжку не представляється</i>