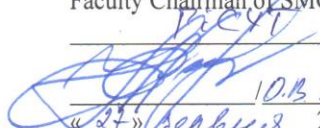


КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ
KYIV NATIONAL UNIVERSITY OF CONSTRUCTION AND
ARCHITECTURE

БАКАЛАВР
(освітній ступінь / educational level)

Кафедра / Chair **Фізичного виховання і спорту**

«Затверджую/ Approve»
Голова НМР факультету /
Faculty Chairman of SMC


10.В. Кощинський
«24» червня 2025

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

БК 04. ОСНОВИ САМОЗАХИСТУ

(шифр на назва освітньої компоненти / code and name of the educational component)

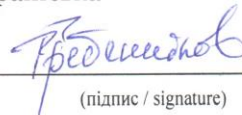
Шифр/ code	назва спеціальності, освітньої програми / name of specialty, educational program
A7/017	Фізична культура і спорт, Фізичне виховання і спорт

Мова викладання/ Teaching language: українська

Розробники / Developers:

Гребенніков С.В., ст.викладач

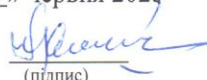
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання /
surname and initials, academic degree, rank)


(підпис / signature)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри 

The work program was approved at the meeting of the chair

Протокол/ Protocol № 7 від / of « 24 » червня 2025

Завідувач кафедри / Head of Chair  /Олександр ШАМИЧ/
(підпис)

Схвалено гарантом освітньої програми / Approved by the educational program
guarantor

Гарант ОП / Guarantor of EP  /Ольга ОЗЕРОВА/
(підпис)

Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності /

Considered at the meeting of the scientific-methodical commission of the specialty

Протокол/ Protocol № 3 від / of «25» червня 2025

ВИТЯГ З РОБОЧОГО НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2025/2026

EXTRACT FROM THE CURRICULUM PLAN

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: денна / full-time										Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean of the faculty
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours					Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks						
			Всього/ Total volume	Аудиторних / Auditory			Самостійна робота / Individual work	КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind. task			
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:									
A7/017	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	3	90	30	10		20	60				1	3	3

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: (заочна)										Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean of the faculty	
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours					Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks							
			Всього / Total volume	Аудиторних / Auditory			Самостійна робота / Individual work	КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind. task				
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:	лекції / lectures									лаборатор / laboratory practical
A7/ 017	Фізична культура і спорт, Фізичне виховання і спорт	3	90	20	10		10	70				1	3	3	

**Анотація. Мета та завдання освітньої компоненти/
Abstract. The purpose and tasks of the educational component**

Мета навчальної дисципліни – ознайомити студентів з основними техніками самозахисту, формування у них життєво необхідних знань, умінь і навичок за допомогою засобів фізичної культури і спорту, що можуть бути спрямовані на оволодіння методами самозахисту, впевненості у своїх силах, вмінню контролювати свої емоції, відчуття та керувати ними у кризовій ситуації.

Завдання дисципліни:

- Ознайомити здобувачів вищої освіти з основами нормативно-правового забезпечення самозахисту, цивільного захисту населення та особистої безпеки людини.
- Надати знання щодо характеристики та класифікації загроз особистій безпеці, основних джерел їх походження, напрямів і методик формування навичок самозахисту.
- Сприяти формуванню навичок правової, психологічної та фізичної підготовки для забезпечення власної безпеки.
- Створити передумови для подальшого використання методів самостійної підготовки щодо протидії негативним явищам та екстремальним ситуаціям.

Пререквізити/ Prerequisites: вступ до спеціальності, правознавство, анатомія людини і спортивна морфологія, фізіологія людини і спорту, фізичне виховання з елементами етнічної культури.

Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни / Link to the page of the electronic educational and methodological complex of the discipline: <https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3304>

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти / Competencies of students of the educational program, which are formed as a result of assimilation of the educational component

Код/ Code	Зміст компетентності / Content of competence
Інтегральна компетентність / Integral competence	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності / General competences	
ЗК 01	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК 02	Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
ЗК 09	Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК 10	Здатність бути критичним і самокритичним.
ЗК 11	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК 12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні компетентності / Professional competences	
СК 01	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
СК 09	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
СК 10	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
СК 11	Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти / Program results of students of the educational program, formed as a result of assimilation of the educational component

Код/ Code	Програмні результати / Program results
ПРН 1	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем
ПРН 7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН 9	Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.
ПРН 16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
ПРН 21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Зміст курсу / Course content:

Змістовий модуль 1. Тактика основ самозахисту. Аналіз ефективних підходів
(денна – 6 г., заочна – 6 г.):

Лекція 1. Самозахист як суспільне явище. Сутність дисципліни, її мета.

Лекція 2. Оцінка критичної ситуації і фактори, що впливають на формування рішення. Психологічні аспекти самозахисту. Правові аспекти самозахисту.

Лекція 3. Техніка безпеки. Самострахування: види та техніка виконання.

Практичні заняття (денна – 10 г., заочна – 6 г.):

1. Тема обговорення: Протидія при захваті рук, плеча, одягу.

Практичне завдання: опрацювати методики захватів та визволення від них, блокування, збивання, контрдії, використання зусиль суперника та одягу.

2. Тема обговорення: Протидія під час ударів руками та ногами.

Практичне завдання: розробити алгоритм щодо випередження дій суперника, зміни рівня атаки, з'ясувати основні зони ураження від ударів ногами, підготувати доповідь за тематикою нахилів, ухилів, підхватів і кидків як засобів протидії.

3. Тема обговорення: Визволення від утримання та виходи на кидки.

Практичне завдання: з'ясувати особливості техніки визволення, елементарних способів протидій: збивання, удари, кидки та підніжки, самострахування.

4. Тема обговорення: Особливості самозахисту лежачи та сидячи.

Практичне завдання: опрацювати використання підручних засобів з метою оволодіння технікою протидій лежачи та сидячи.

5. Тема обговорення: Основи психологічної підготовки.

Практичне завдання: опрацювати вправи щодо боротьби зі страхом і збереження психоемоційної стабільності.

Змістовий модуль 2. Загальні основи та прийоми самозахисту (денна – 4 г./ заочна – 4 г.).

Лекція 4. Використання факторів навколишнього середовища в самозахисті.

Лекція 5. Самозахист від озброєної людини.

Практичні заняття (денна – 10 г., заочна – 4 г.):

6. Тема обговорення: Основні види зброї, що застосовуються при агресивних діях.

Практичне завдання: описати види, характеристику та методи застосування травматичної, газової, пневматичної, вогнепальної, зброї ударно-дробильної дії, колюче-ріжучих видів холодної зброї.

7. Тема обговорення: Техніка самозахисту проти агресії з ножем та зброї ударно-дробильної дії.

Практичне завдання: описати техніку самозахисту проти загрози та атаки ножем (захист від уколів і порізів, перехвати руки з ножем, вибивання ножа), проти атаки зброєю ударно-дробильної дії (захист від вертикальних, горизонтальних і діагональних ударів палицею, битою тощо).

8. Тема обговорення: Принципи та техніка використання предметів побуту під час самозахисту.

Практичне завдання: описати алгоритм використання предметів побуту з метою самозахисту: одяг, ручка, парасолька, брелок тощо.

9. Тема обговорення: Зони ураження.

Практичне завдання: описати основні зони ураження, зробити аналіз їх переваг і недоліків.

10. Тема обговорення: Основи тактичної медицини.

Практичне завдання: надати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах

та патологічних процесах (накласти фіксуючу пов'язку, кровоспинний джгут).

Індивідуальне завдання / Individual task

Індивідуальні роботи (ІР) з дисципліни (реферативна робота, розрахункова робота, презентація та ін.) сприяють поглибленому вивченню студентом теоретичного матеріалу, формуванню умінь, використанню знань для вирішення відповідних практичних завдань.

Види індивідуальних робіт, термін виконання, термін здачі/захисту визначаються робочим навчальним планом (за навчальним планом виконання ІР передбачено - 1 на семестр).

Індивідуальні роботи виконуються студентами самостійно із забезпеченням необхідних консультацій з окремих питань з боку викладача.

Варіант 1. Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни (у вигляді реферативної роботи або презентації)

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	відмінне виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу), дотримання вимог до форматування, наявність інформаційних джерел, наявність контрольних питань до змісту роботи; - повністю виконана практична робота (в презентації достатній вміст оглядового матеріалу); - виконання в межах зазначеного терміну.
	9	відмінне виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу), незначні зауваження до вимог щодо форматування, наявність інформаційних джерел, наявність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має незначні недоліки (в презентації достатній вміст оглядового матеріалу); - робота здана на протязі трьох днів після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).
добре	8	добре виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають незначні зауваження, не повне дотримання вимог до форматування, недостатність інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана пізніше трьох днів після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).

	7	добре виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу обмежений), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають зауваження, не повне дотримання вимог до форматування, недостатність інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана пізніше тижня після завершення терміну (за умови відсутності інших зауважень).
задовільно	6	задовільне виконання: - не повне розкриття теми (за обсягом), структурність та змістовність роботи (якість і значимість матеріалу) мають зауваження, недотримання вимог до форматування, недостатність або відсутність інформаційних джерел, недостатність або відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота суттєві недоліки або виконана неповністю (в презентації оглядовий матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана після завершення терміну.

Варіант 2. Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни
(у вигляді реферативної роботи або презентації)

№	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1	Обґрунтування актуальності, складання плану, формулювання мети, задач, методів дослідження,	2
2	Розкриття змісту згідно плану. Наявність фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану проблеми, перспективи подальшої роботи.	2
3	Наявність оглядового матеріалу або виконання практичного завдання	2
4	Наявність висновків, практичних рекомендацій. Висловлювання власної обґрунтованої думки.	2
5	Дотримання вимог щодо технічного оформлення роботи (титульний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, список використаних джерел). Робота здана вчасно.	2
Разом		10

Розподіл годин самостійної роботи здобувачів: Всього в межах курсу на самостійну роботу передбачено: 60 г. – денна форма; 70 г. – заочна.

№ з/п	Назва тем для самостійної роботи	Кількість годин
1.	Суспільні та історичні витоки бойових мистецтв	4/4
2.	Філософська основа та психологічна підготовка у єдиноборствах	4/6
3.	Конституційні основи захисту прав на життя і здоров'я	4/6

4.	Поняття вини: умисел і необережність в процесі реалізації захисних дій	4/4
5.	Поняття злочину. Склад злочину	4/6
6.	Правові основи протидії злочину	4/6
7.	Джерела загроз та особливості уникнення конфлікту	4/6
8.	Класифікація загроз особистій безпеці.	4/4
9.	Діагностика та попередження конфлікту	4/4
10.	Особливості загальної фізичної та спеціальної фізичної підготовки до забезпечення власної фізичної безпеки	4/6
11.	Рівні відповідальності при самозахисті. Межа необхідного самозахисту	4/4
12.	Жіночий самозахист	4/4
13.	Самоконтроль при одиночному та груповому нападі	4/4
14.	Методи вуличного бою і тактика ведення поєдинку в умовах вулиці	4/4
15.	Техніка керування енергій та медитацій	4/2
Усього годин		60/70

Методи навчання

Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

1) За джерелом інформації:

-*Словесні*: лекція (традиційна, проблемна, лекція прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.

-*Наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

-*Практичні*: досліди, вправи, навчальна праця. Лабораторні та практичні роботи, твори, реферати, презентації. Ці методи не несуть нової навчально-пізнавальної інформації, а служать лише для закріплення, формування практичних умінь і навичок при застосуванні раніше набутих знань. Більшість здобувачів активніше сприймають практичні методи, ніж словесні.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, творчі, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів; виконання індивідуального навчального завдання.

Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

I підгрупа - методи стимулювання інтересу до навчання (навчальні дискусії; пізнавальні ігри, конкурси).

II підгрупа - методи стимулювання обов'язку та відповідальності (роз'яснення щодо мети, вимог, системи заохочення (розподіл балів за змістовими модулями, отримання додаткових балів за індивідуальну і самостійну роботи; стимулювання (рейтинг студентів, нарахування стипендії) та покарання – накопичення боргів у навчанні, не допуск до сесії, неможливість приймати участь в академічній мобільності, відрахування з університету).

Методи контролю та оцінювання знань/ Methods of control and evaluation of knowledge

В освітньому процесі використовуються такі види контролю: вхідний, поточний, підсумковий та відстрочений.

(Положення про критерії оцінювання знань здобувачів 2025).

Вхідний контроль проводиться перед вивченням нового курсу з метою визначення рівня підготовки здобувачів за дисципліною, що є основою для цього курсу.

Поточний контроль може проводитись викладачами на всіх видах аудиторних занять. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня засвоєння матеріалу дисципліни та підготовка здобувачів до виконання конкретної роботи. Об'єктом поточного оцінювання є знання окремих складових навчальної дисципліни:

- матеріалу, викладеного на лекціях;
- питань, розглянутих та обговорених на практичних заняттях;
- матеріалу, опрацьованого самостійно.

Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачами та здобувачами у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією здобувачів. П.к. передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу), яка поступово формується цілою низкою навчальних дисциплін для набуття відповідних компетентностей даної освітньої програми.

Поточний контроль може проводитись у формі усного опитування або письмового експрес-контролю на практичних заняттях та лекціях, виступів здобувачів при обговоренні питань на семінарських заняттях, комп'ютерного тестування, звітів про практику тощо. Перелік компетентностей, які формуються в результаті вивчення даної дисципліни, форми проведення поточного контролю, максимальна кількість балів та їх розподіл, яку може одержати здобувач, визначаються викладачем та наводяться у робочій програмі з даної дисципліни.

Результати поточного контролю (поточна успішність) є основною інформацією для формування заліку і враховуються викладачем при визначенні підсумкової оцінки з даної дисципліни. Найбільш об'єктивно та системно облік поточної успішності забезпечується при використанні рейтингової системи оцінки.

Підсумковий контроль забезпечує оцінку результатів навчання здобувачів певного освітньо-кваліфікаційного рівня на проміжних або заключному етапах їх навчання. Об'єктом підсумкового оцінювання є знання програмного матеріалу в повному обсязі. Він включає семестровий контроль або державну атестацію здобувачів.

Семестровий контроль з певної дисципліни проводиться відповідно до навчального плану у вигляді семестрового екзамену або заліку в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

Семестровий залік – це вид підсумкового контролю, при якому засвоєння здобувачем навчального матеріалу з дисципліни оцінюється на підставі результатів поточного контролю (поточного опитування, виконання індивідуальних завдань та самостійної роботи) протягом семестру.

Семестровий екзамен – це форма підсумкового контролю засвоєння здобувачем теоретичного, практичного матеріалу з окремої навчальної дисципліни за семестр та набуття певних компетентностей, що проводиться як контрольний захід.

Розподіл балів для дисципліни

Distribution of points for the discipline with a form of test control

Поточне оцінювання / Current assessment			Підсумковий контроль / Test	Сума балів / Total points
Змістові модулі / Content modules		Інд. робота / Ind. task		
1	2			
25	25	10	40	100

За таблицею розподілу балів для дисципліни:

- мінімальна оцінка, яка дозволяє здавати іспит/залік – 20 балів за семестр;
- максимальна оцінка за екзамен/залік – 40 балів.

Всього – 60 балів (Е) – оцінка, яка вноситься у відомість.

Якщо студент прагне більш високої оцінки – потрібно працювати протягом семестру.

У нарахування 100 балів входить:

- Присутність студента на лекціях (не більше 10% від max);
- Індивідуальна робота (10% - 10 балів);
- Практична робота під час аудиторних занять та результат самостійної роботи – (40% - 40 балів);
- Залік/ екзамен – (40% - 40 балів).

Відстрочений контроль або контроль збереження знань, проводиться через деякий час після вивчення дисципліни. Цей вид контролю не впливає на результативність (оцінку) навчання здобувача і проводиться вибірково, як правило, в інтересах зовнішнього контролю якості навчання чи внутрішнього, з метою вивчення стійкості засвоєних знань здобувачами. Щорічний ректорський контроль є відстроченим. Порядок проведення та критерії оцінювання знань ректорського контролю регламентуються Положенням про організацію ректорського контролю якості знань здобувачів. Ректорський контроль за вивченням дисциплін відбувається згідно графіку з 2-3 семестру. Графік складає НМР кафедри та спеціальності.

Згідно з діючою в університеті системою комплексної діагностики знань здобувачів, з метою стимулювання планомірної та систематичної навчальної роботи, результати складання екзаменів, захистів курсових проектів (робіт) та практик оцінюються за національною (чотирибальною), уніфікованою рейтинговою (семибальною) шкалою (“відмінно” (А), “добре” (В, С), “задовільно” (D, E), ”незадовільно” (FX, F) і 100-бальною системою, а заліків – за двобальною, семибальною шкалою (“зараховано” (А, В, С, D, E), “не зараховано”(FX, F)) і 100-бальною системою. Підсумкові оцінка виставляється та вносяться до екзаменаційної відомості, залікової книжки (позитивні результати) та навчальної картки здобувача.

В екзаменаційній відомості в національній та європейській системах оцінювання знань і при переведенні оцінки в систему ЄКТС викладач керується співвідношеннями, поданими у таблиці «Порядок переведення оцінок у систему ЄКТС».

Шкала оцінювання для підсумкових вимог за національною системою та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, практики	Для заліку
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у наступній таблиці.

Шкала оцінювання якості засвоєння знань, умінь, навичок під час вивчення курсу

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

Політика щодо академічної доброчесності / Academic Integrity Policy

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролю.

Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА [Положення про заходи щодо підтримки академічної доброчесності в КНУБА](#) та дотримується [Положення про заходи щодо запобігання академічного плагіату в КНУБА](#).

Кафедра популяризує академічну доброчесність серед студентів, інформує здобувачів про необхідність дотримання правил академічної етики та підвищення відповідальності за недотримання норм цитування, доброчесне використання інформації при роботі з першоджерелами та іншими інформаційними ресурсами, інформування про необхідність дотримання правил академічної доброчесності здобувачами вищої освіти з питань інформаційної діяльності Університету.

У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

Політика щодо відвідування / Attendance Policy

Здобувач, який пропустив лекційне заняття, але бажає отримати бали, повинен опрацювати тему самостійно, звернувшись до освітнього сайту КНУБА на платформі (Moodle) та представити викладачу конспект лекції.

Здобувач, який пропустив аудиторне (практичне) заняття, має можливість отримати бали, якщо самостійно виконає практичні завдання та здасть свою роботу викладачу в узгоджений термін.

Умови допуску до підсумкового контролю / Conditions of admission to the final test

Максимальна кількість балів, що передбачена змістовими модулями за семестр – 50.

Мінімальна оцінка, яка дозволяє здобувачу отримати допуск до підсумкового контролю – 20 балів.

В нарахування балів входять результати поточного контролю:

- Присутність студента на лекціях on-line (не більше 10% від max);
- Практична робота під час аудиторних занять та результат самостійної роботи – (40% - 40 балів);
- дотримання умов академічної доброчесності.

Здобувач, який не виконав вимог курсу по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання за змістом програми.

Здобувач має право на опротестування результатів контролю (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені у [Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів освіти КНУБА](#).

Усі нормативні документи КНУБА розміщені на сайті КНУБА <https://www.knuba.edu.ua/about/administrativni-pidrozdzili/centr-z-pitan-zabezpechennya-yakosti-osviti/viddil-licenzuvannya-ta-akreditaciyi/accreditation/normativni-dokumenti/>, про що здобувачам повідомляється на початку вивчення дисципліни.

Методичне забезпечення дисципліни/ Methodological support of discipline

Підручники / Textbooks:

1. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. /Т.Ю. Круцевич. Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич. Вид.2-ге, переробл. Та допов. Київ, Національний університет фізичного виховання і спорту України: Олімпійська література, 2017. Т.1. 384 с.

2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. /Т.Ю. Круцевич. Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич. Вид.2-ге, переробл. Та допов. Київ, Національний університет фізичного виховання і спорту України: Олімпійська література, 2017. Т.1. 448 с.

Навчальні посібники / Teaching aids:

1. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування :навчальний посібник / Т. В. Вознюк Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 2016. – 236 с.

2. Матвієнко М.І. Підготовка студентів до самостійних занять фізичними вправами : [навчальний посібник] / М.І. Матвієнко, М.Х. Хасанов. – К. : Тов «Козарі», 2014. – 88 с.

3. Фізична підготовка працівників Національної поліції України [Текст] : навч. посіб. / В.А. Дідковський, В.В. Бондаренко, О.В. Кузенков. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2019. – 98 с.

4. Вілянський В.М. Валеологічні основи фізичного виховання студентів [Електронний ресурс]: Навчальний посібник з грифом Вченої Ради НТУ "ДП В.М. Вілянський, О.В. Мартинюк, В.М. Печена, Д.П. Батечко та ін.; за ред. В. М. Вілянського М-во освіти і науки України, Нац. техн. ун-т "Дніпровська політехніка". - Дніпро : НТУ "ДП", 2020.- 71 с. - Режим доступу: <http://ir.nmu.org.ua/handle/123456789/157482>

5. Тактико-спеціальна та спеціальна фізична підготовка оперативних працівників відділів карного розшуку підрозділів Національної поліції: практичний посібник /

О.І.Тьорло, О.А.Чичкан, М.О.Червоношапка, Б.Ю.Музика, В.М.Синенький та ін. - Львів: ЛьвДУВС, 2020. - 200 с.

6. Фізична підготовка працівників Національної поліції України [Текст] : навч. посіб. / В. А. Дідковський, В. В. Бондаренко, О. В.Кузенков. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т. П. 2019. – 98 с.

7. Дідковський В.А., Кузенков О.В. Силове затримання неозброєного правопорушника: навч. посіб. – К. : УкрДГПІ, 2014. 104 с.

Методичні роботи / Methodical works:

1. Махінько М. П., Ставрінов М. Г., Лукіна О. В., Кусовська О. С. Історія розвитку олімпійських видів спортивних єдиноборств (боротьби греко-римської, вільної, дзюдо та тхеквондо) : метод. рекомендації. Для самостійної роботи здобувачів вищої освіти з дисципліни «ТМ боротьби», ТМС обраного виду спорту. Дніпро, 2019. 57 с.

2. Приходько В.В. Формування сучасної системи підготовки спортсменів: монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 384 с

3. Вілянський В.М. Фізичне виховання. Техніка ударів руками :навчальне відеовидання/ Нац. техн. ун-т «Дніпровська політехніка». – Дніпро : НТУ «ДП», 2020 [відеовидання].

4. Застосування больових прийомів під час затримання правопорушника : метод. рек. / [В. В. Білик, В. В. Бондаренко, Н. Ю. Худякова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 75 с.

5. Захисні та контратакувальні дії з гумовим (пластиковим) кийком: навч.-метод. посіб. / [В. А. Дідковський, В. В. Бондаренко, Н.Ю. Худякова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 72 с.

6. Рожченко В.М. Прийоми самозахисту правоохоронця від нападу: метод. рек. для вивчення навч. дисциплін «Спеціальна фізична підготовка», «Тактико-спеціальна підготовка» / В.М. Рожченко, В.І. Счастливцев, К.А. Маркечко. – Дніпро: Журфонд, 2020. 39 с.

7. Червоношапка М.О. Техніка виконання ударів руками і ногами та захисних дій від ударів: методичні рекомендації / Червоношапка М.О., Гнип І.Я. - Львів: ЛьвДУВС, 2021. - 33 с.

8. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплень та обхоплень [Текст] : метод. рек. / [А. Ю. Мартишко, В. В. Бондаренко, О. С. Рябуха та ін.]. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 56 с.

9. Методичні рекомендації до вивчення навчальної теми «Техніка самозахисту» / Боровинський С.Б., Булах С.М., Балабан С.М., Герасимчук Ю.В., Токар І.Ю. – Дніпропетровськ, 2015 р. 18 с.

Інформаційні ресурси / Information resources :

1. Кримінальний кодекс України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2341-14>.

2. Цивільний кодекс України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/435-15>.

3. Кодекс України про адміністративні правопорушення – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/80731-10>

4. Счастливцев В.І., Рожченко В.М., Чоботко І.І.Самозахист жінок правоохоронців та затримання правопорушника при нападі. Відеопосібник. Дніпро: ДДУВС, 2023. <https://youtu.be/IWkFDw7bAo0>

5. Білан Д.А. Семінар на тему: «Самооборона для дівчат» в рамках підготовки фахівців з правоохоронної діяльності. Відеопосібник. Дніпро: ДДУВС, 2022. https://youtu.be/xyhP4_Ez_oA

6. Рожченко В.М., Счастливцев В.І., Маркечко К.А. Відеопосібник для дисциплін: Спеціальна фізична підготовка та Тактико-спеціальна підготовка. Відеопосібник. Дніпро: ДДУВС, 2021 https://youtu.be/dTCnp_rrsNo