



СИЛАБУС
навчальної дисципліни
«Фізична підготовка»

**Навчально науковий інститут психології і
права**
Кафедра фізичної та тактичної підготовки

Статус дисципліни : обов'язкова

Рівень вищої освіти : перший (бакалаврський)

Ступінь вищої освіти : бакалавр (спеціальності: «Право» (081), галузь знань «Право» (08))

Форми здобуття вищої освіти : денна

Мова викладання : українська

Навчальний рік : 2024/2025

Форма підсумкового контролю : залік

Науково-педагогічні
працівники

Дрожжин Василь Юрійович, кандидат наук з фізичного виховання та спорту., доцент, Заслужений тренер України з сучасного п'ятиборства

Сідельников Ігор Олексійович, доцент, Заслужений тренер України з самбо

Профайл викладачів

<https://www.naiiu.kiev.ua/zagalnoakademichni-kafedri/kafedra-specialnoyi-fizichnoyi-pidgotovki/kopiya-zagalni-vidomosti/kopiya-sklad-kafedri.html>

Контактний телефон

15-77 (внутрішній)

E-mail:
Консультації

kftp@naiiu.kiev.ua

Очні консультації:

<https://www.naiiu.kiev.ua/zagalnoakademichni-kafedri/kafedra-specialnoyi-fizichnoyi-pidgotovki/kopiya-navchalno-metodichna-robota/kopiya-kopiya-grafik-konsultacij-vikladachiv.html>

On-line – консультації: електронною поштою з 9.00–16.00

kftp@naiiu.kiev.ua

Сторінка дистанційного
курсу

<https://learn.naiiu.kiev.ua/course/view.php?id=13>

Стислий опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни - мета фізичної підготовки як навчальної дисципліни – забезпечення підготовки здобувачів вищої освіти високим рівнем усебічної фізичної підготовленості, у комплексному вирішенні оздоровчих, освітніх та виховних завдань, збереження та зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти, досягнення належного рівня фізичної працездатності упродовж усього періоду навчання, сформування свідомої потреби в здоровому способі життя, систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, дбайливому ставленні до власного здоров'я, опануванні засобів та методів природного оздоровлення, всебічного розвитку організму, профілактики захворювань, опанування методики розвитку фізичних здібностей та самоконтролю за станом здоров'я

Тривалість: навчальна дисципліна викладається на 1-му курсі у 2-му семестрі. Передбачено 3 кредита. Загальна кількість годин – 90; аудиторних – 30 годин, самостійної роботи – 60 годин.

Форми та методи навчання

Форми навчання: аудиторні та позааудиторні заняття.

Методи фізичної підготовки розподіляються на три групи: методи оволодіння знаннями; методи, спрямовані переважно на засвоєння техніки рухових дій; методи, спрямовані переважно на розвиток фізичних якостей. Ці методи тісно взаємопов'язані, застосовуються у нерозривній єдності і разом забезпечують ефективне вирішення завдань фізичної підготовки здобувачів вищої освіти.

Методи оволодіння знаннями

Методи, які передбачають усну передачу, засвоєння та відтворення інформації (розповідь, бесіда, опис, характеристика, пояснення тощо).

Методи, які передбачають друковану передачу, засвоєння та відтворення інформації (робота з підручниками, посібниками, програмованими посібниками тощо).

Методи, які передбачають сенсорну передачу та засвоєння інформації (показ, демонстрація схем, фотографій, кіно і відеоматеріалів, використання предметних та символічних орієнтирів, звукова та світлова демонстрація тощо).

Методи, спрямовані переважно на засвоєння техніки рухових дій

Процес оволодіння технікою рухових дій поділяється на три основні етапи: ознайомлення, розучування й удосконалення.

Ознайомлення – це утворення попереднього й головне правильного уявлення про рухову дію, чіткого розуміння її структури.

Для ознайомлення з технікою рухової дії необхідно:

- назвати рухову дію;
- виконати дію в цілому;

– продемонструвати, якщо це необхідно, дію ще раз за частинами, пояснити техніку її виконання;

– дати можливість самостійно виконати рухову дію.

Розучування здійснюють з метою формування вміння виконувати дію у цілому або окремими деталями з дотриманням правильної форми та ритму.

Розучування здійснюють за допомогою підвідних, імітаційних вправ, а також методом виконання прийому частинам і в цілому з використанням різноманітних методичних прийомів.

Підвідні вправи використовують для полегшення опанування техніки рухової дії шляхом планомірного засвоєння простіших, зі спорідненою координаційною структурою, вправ. До цієї групи належить низка вправ на гнучкість.

У імітаційних вправах зберігається загальна структура рухової дії, але при цьому забезпечують умови, що полегшують засвоєння техніки її виконання. Імітаційні вправи використовують як у процесі розучування прийому, так і під час його удосконалення.

Частинами розучують складні дії, виконання яких можливо розділити на відносно самостійні частини і зробити між ними паузу.

Метод у цілому завершує весь процес розучування по ланцюжку: підвідні і імітаційні вправи, виконання (проробки) деталей техніки по частинам. Але, якщо дія не складна, то її можливо розучувати відразу в цілому. У межах методу в цілому використовуються різні методичні прийоми: виконання прийому повільно, з прискоренням, з напруженням, розслаблено, з фіксацією у кінцевій частині траєкторії руху, у швидкому темпі.

Методи, спрямовані переважно на розвиток фізичних якостей

Безперервний метод характеризується одноразовим безперервним виконанням тренувальної роботи.

Повторний метод характеризується багаторазовим виконання вправи через інтервали відпочинку, протягом яких відбувається майже повне відновлення працездатності.

Інтервальний метод передбачає виконання вправ окремими «порціями» з регламентованими паузами відпочинку.

При використанні цих методів вправи можна виконувати в рівномірному чи перемінному режимах.

За умови рівномірного режиму використання кожного з методів інтенсивність роботи є постійною, перемінного — варіативною.

Як окремі методи тренування можна широко використовувати коловий, ігровий і змагальний метод.

Коловий метод передбачає послідовне виконання вправ на різних станціях, які дають можливість вирішити різні завдання фізичної підготовки. Розміщують станції і добирають вправи таким чином, щоб той, хто тренується, послідовно виконував різні за характером і переважною спрямованістю вправи,

які у комплексі забезпечували б різнобічний вплив на організм. Індивідуальний підхід забезпечується шляхом зміни величини опору на тренажерах, величини об'важнювання, кількості повторень, темпу роботи тощо.

Ігровий метод забезпечує високу емоційність занять і пов'язаний з розв'язанням завдань у ситуаціях, що постійно змінюються і вимагають високого рівня прояву силових і швидкісних якостей, витривалості, гнучкості, координації, технічних, тактичних і психічних можливостей. Ці особливості ігрової діяльності вимагають ініціативи, сміливості, наполегливості, самостійності, вміння керувати своїми емоціями, прояву високих координаційних здібностей, швидкості реагування і мислення, застосування несподіваних і оригінальних технічних і тактичних рішень. Не менш важливою є його роль як засобу активного відпочинку, відновлення після великих фізичних і психічних навантажень під час навчальних занять або службової діяльності.

Змагальний метод виступає як оптимальний спосіб підвищення навчального процесу. Застосування цього методу пов'язане із виключно високими вимогами до фізичних і психічних можливостей, рівня володіння технікою рухових дій. Лише у процесі змагань можна вийти на рівень граничних функціональних проявів і оволодіти здатністю виконувати таку.

Система поточного контролю

Поточний контроль здійснюють систематично на практичних заняттях для оцінювання рівня розвитку фізичних якостей, сформованості рухових умінь і навичок згідно тематики конкретного навчального заняття або пройденого раніше навчального матеріалу у формі тестових завдань (виконання контрольних вправ). Поточний контроль проводять для оцінювання рівня навчальних досягнень під час практичних занять та якості виконання самостійної й індивідуальної роботи.

Здійснюється протягом навчального року і передбачає оцінювання рівня розвитку окремих фізичних якостей та загальної фізичної підготовленості в цілому – виконання контрольних вправ з загальної фізичної підготовки (тестування)

Система підсумкового контролю

Підсумковий контроль проводять у формі заліку (за частиною дисципліни, вивченої в даному академічному періоді) у періоди визначені робочим навчальним планом. Під час заліку оцінюють рівень загальної фізичної підготовленості здобувачів.

Підсумковий контроль здійснюється у формі заліку у другому семестрах передбачених навчальним планом.

Залік складається з перевірки та оцінювання рівня засвоєння матеріалу навчальної програми.

Загальний рейтинг компетентності здобувача складається з рейтингів з роботи (аудиторна та самостійна робота) та рейтинг компетентності з підсумкового контролю (контрольні заходи), що відповідає пропорції за 100-бальною шкалою:

максимальний рейтинг з навчальної роботи – 60 балів (мінімальний – 30 балів), максимальний рейтинг з підсумкового контролю – 40 балів.

Якщо здобувача не зміг отримати мінімальної кількості балів з навчальної роботи (30) або його загальний рейтинг компетентності складає менше 60 балів він вважається таким, що має академічну заборгованість.

Рейтинг з навчальної роботи здобувача складається з аудиторної роботи та самостійної роботи.

Оцінювання компетентності з навчальної роботи здобувача складається з оцінювання контрольних нормативів за наступною схемою: «відмінно» – 5 балів, «добре» – 4 бали, «задовільно» – 3 бали, «незадовільно» – 2 бали.

Пререквізити: Приступаючи до занять з фізичної підготовки здобувач вищої освіти має бути:

- фізично підготовленим, підтримувати фізичний стан на належному рівні;
- бути готовим до специфічних фізичних навантажень;
- дотримуватись заходів безпеки.

Постреквізити: володіння теоретичними знаннями та практичними навичками з дисципліни «Фізична підготовка» в обсязі освітньої програми I (бакалаврського) рівня вищої освіти.

**Перелік компетентностей, які забезпечує навчальна дисципліна,
програмні результати навчання**

Результати навчання	Компетентності, якими повинен володіти здобувач
РН 1. Визначати переконливість аргументів у процесі оцінки заздальгідь невідомих умов та обставин РН 2. Знати та розуміти міжнародні стандарти прав людини, положення Конвенції про захист прав людини та основоположних свобод, а також практику Європейського суду з прав людини.	СК 3 Цінування та повага до гідності людини як найвищої соціальної цінності, розуміння її правової природи СК 13 Здатність до критичного та системного аналізу правових явищ.
РН 3. Проводити збір і інтегрований аналіз матеріалів з різних джерел РН 5 Давати короткий правовий висновок щодо	ЗК2 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях ЗК3 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК 16 Здатність ухвалювати рішення та діяти,

окремих фактичних обставин з достатньою обґрунтованістю	дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.
РН 9 Самостійно визначати ті обставини, у з'ясуванні яких потрібна допомога, і діяти відповідно до отриманих рекомендацій.	ЗК 13. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя

Перелік компетентностей, розвитку яких сприяє вивчення навчальної дисципліни «Фізична підготовка»

У результаті навчання з дисципліни «Фізична підготовка» здобувачі вищої освіти повинні знати:

- мету, загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки;
 - загальні основи організації та методики проведення всіх форм фізичної підготовки;
 - роль фізичної підготовки у підвищенні рівня готовності та здатності фахівця до виконання професійних обов'язків;
 - особливості впливу на організм людини та правила регулювання фізичного навантаження під час виконання фізичних вправ;
 - зміст, організацію та методику проведення індивідуальних самостійних тренувань, прийоми самоконтролю за станом здоров'я, функціональним станом організму, підтримання загально фізичної та професійної працездатності;
 - роль фізичної культури в розвитку людини й підготовки фахівця;
 - заходи безпеки під час занять з фізичної підготовки;
 - вимоги особистої та громадської гігієни;
- зобов'язані **вміти**:**
- самостійно проводити практичні заняття з фізичної підготовки, здійснювати індивідуальне тренування;
 - упевнено та кваліфіковано виконувати вправи із загальної фізичної підготовки;
 - застосовувати фізичні вправи для формування вольових рис і підвищення рівня фізичної та психологічної підготовленості.
 - використовувати засоби фізичної культури та спорту для досягнення особистих життєвих і професійних цілей та підвищення своїх функціональних і рухових можливостей.

Здобувачі вищої освіти повинні:

- систематично відвідувати навчальні заняття з фізичної підготовки у дні та години, передбачені навчальним розкладом;
- проходити медичне обстеження у визначені терміни, здійснювати самоконтроль стану свого здоров'я, фізичного розвитку та підготовленості;
- брати активну участь у спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих, заходах на курсі, факультеті, в інституті та за його межами;
- повноцінно використовувати засоби фізичної культури та спорту для профілактики захворювань, збереження та зміцнення здоров'я, дотримуватися здорового способу життя.

Структура навчальної дисципліни та тематика навчальних занять

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи в розрізі тем
Тема 1. Фізичне виховання у системі гуманітарної освіти у закладах вищої освіти	Самостійна робота	Опрацювати спеціальну літературу за темою: 1. Текст лекції: URL: https://cutt.ly/N21FDch 2. Бондаренко В., Мартишко А., Худякова Н. Фізичне виховання в закладах вищої освіти МВС України: навч. посіб. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2022. 261 с. URL: http://surl.li/dhsqn 3. Дідковський В. А., Бондаренко В. В., Кузенков О. В. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навч. посіб. / В. А. Дідковський, В. В. Бондаренко, О. В. Кузенков. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т. П. 2019. 98 с. URL: http://surl.li/dhsrh 4. Спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / [В. Бондаренко, С. Решко, В. Дідковський та ін.]; за заг ред. В. Чернея, Р. Сербина. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2021. 341 с. URL: http://surl.li/dhsth 5. Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry
Тема 2. Розвиток швидкісних якостей	1. Практичне заняття 2. Самостійна робота	Опрацювати ст. 45–49 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry). Виконувати вправи: 1. Біг на короткі дистанції (60 м, 100 м, 200 м, човниковий біг 10×10 м). 2. Прискорення після раптового сигналу. Естафети. 3. Виконання з максимальною швидкістю цілісної вправи чи окремих її елементів в ациклічних видів спорту (гімнастика, спортивна боротьба, бокс тощо). 4. Виконання в максимально швидкому темпі вправ чи їх елементів під час змагань, із залученням об'єктів або без них. 5. Метання легких та обтяжених знарядь, поєднуючи зі знаряддями звичайної ваги. Рухливі та спортивні ігри.
Тема 3. Розвиток витривалості	1. Практичне заняття 2. Самостійна робота	Опрацювати ст. 60–65 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр.

	робота	<p>справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry).</p> <p>Виконувати вправи:</p> <p>Біг на середні та довгі дистанції (1000 м, 2000 м, 3000 м). Техніка бігу: високий старт, стартовий розбіг, біг по дистанції, фінішування, дихання під час бігу. Спеціальні вправи бігуна. Контрольний біг в умовах змагань.</p> <p>Крос (3000 м, 5000 м). Техніка бігу: високий старт, стартовий розбіг, біг по дистанції (по прямій і на повороті, по твердому, м'якому та слизькому ґрунті, під гору, з гори, з подоланням перешкод), фінішування.</p>
Тема 4. Розвиток силових якостей	<p>1. Практичне заняття</p> <p>2. Самостійна робота</p>	<p>Опрацювати ст. 49–60 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry).</p> <p>Виконувати вправи:</p> <ol style="list-style-type: none"> із гімнастичним інвентарем (гантелі, палка, скакалка тощо). Вправи на тренажерних снарядах; із залученням ваги партнера та з її протидією, з протидією пружних предметів (з еспандерами та гумовими амортизаторами); статичні (ізометричні) силові вправи; стрибки в довжину з місця та з розбігу (багаторазові стрибки з ноги на ногу та на одній нозі. Сtribки в глибину, вгору з глибокого присідання, вгору зразу ж після стрибка в глибину, стрибки із залученням ваги); метання м'ячів, диска, списа, штовхання ядра, кидання набивних м'ячів. Комплексне виконання швидкісно-силових вправ.
Тема 5. Розвиток координаційних здібностей	<p>1. Практичне заняття</p> <p>2. Самостійна робота</p>	<p>Опрацювати ст. 75–84 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry).</p> <p>Виконувати вправи:</p> <ol style="list-style-type: none"> акробатичні (групування, перекид вперед і спиною вперед, довгий перекид вперед, перекид через перешкоду або партнера, прийоми самострахування); рухливі та спортивні ігри, елементи акробатики, гімнастики, естафети.
Тема 6. Розвиток гнучкості	<p>1. Практичне заняття</p> <p>2. Самостійна робота</p>	<p>Опрацювати ст. 66–75 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry).</p> <p>Виконувати вправи:</p> <ol style="list-style-type: none"> зі збільшеною амплітудою руху за власним зусиллям, з допомогою партнера чи з залученням ваги. прості, пружні та махові рухи із зовнішньою дозованою та максимальною допомогою, із залученням ваги та без неї. утримання статичних положень тощо.

Тема 7. Комплексний розвиток фізичних якостей	1. Практичне заняття 2. Самостійна робота	Опрацювати ст. 66–75 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry). Виконувати вправи, які спрямовані на одночасний розвиток різних якостей і здібностей.
Тема 5. Розвиток координаційних здібностей	1. Практичне заняття 2. Самостійна робота	Опрацювати ст. 75–84 методичних рекомендацій (Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: http://surl.li/cvgry). Виконувати вправи, які вирізняються складністю, нетрадиційністю, новизною, необхідністю прийняття неочікуваних рішень під час виконання рухових завдань

Основні інформаційні джерела

Основні

1. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24 груд. 1993 р. № 3808-XII. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2438-20#Text>
2. Про вищу освіту : Закон України від 1 лип. 2014 р. № 1556-VII. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text>
3. Положення про організацію навчального процесу у Національній академії внутрішніх справ. <https://okop.naiu.kiev.ua/assets/files/example3/organization.pdf>

Додаткові

4. Бондаренко В., Мартишко А., Худякова Н. Фізичне виховання в закладах вищої освіти МВС України: навч. посіб. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2022. 261 с. URL: <http://surl.li/dhsqn>
5. 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. URL: <http://surl.li/dhsrsc>
6. Дідковський В. А., Бондаренко В. В., Кузенков О. В. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навч. посіб. / В. А. Дідковський, В. В. Бондаренко, О. В. Кузенков. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т. П. 2019. 98 с. URL: <http://surl.li/dhsrh>
7. 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. URL: <http://surl.li/dhsyk>
8. Круцевич Т. Ю. Теорія та методика фізичного виховання. Київ : Олімп. літ., 2003. 422 с.
9. Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України : метод. рек. / [В.В. Бондаренко, С.М. Решко, Г.В. Бикова та ін.]. Київ : Нац.

- акад. внутр. справ, 2021. 108 с. URL: <http://surl.li/cvgry>
10. Спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / [В. Бондаренко, С. Решко, В. Дідковський та ін.]; за заг ред. В. Чернея, Р. Сербина. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2021. 341 с. URL: <http://surl.li/dhsth>

Інформаційні ресурси

1. Державні сайти України. Портал МВС [Електронний ресурс]: <http://mvs.gov.ua>
2. Національна академія внутрішніх справ України офіційний веб-портал [Електронний ресурс]: <http://www.naiu.kiev.ua>

Технічне обладнання та забезпечення навчальної дисципліни

Заняття проводять у залі зі спеціальним покриттям (борцівський килим, татамі), спеціально підготовленому майданчику або на місцевості з використанням засобів захисту. Крім того, відпрацювання прийомів фізичного впливу за умовами ситуаційних завдань здійснюють на спеціальних полігонах (вулиця, квартира, кабінет, транспортний засіб тощо), з використанням спеціального інвентарю та спеціальних засобів.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Політика вивчення та викладання та викладання навчальної дисципліни здійснюється з дотриманням основних нормативних документів Національної академії внутрішніх справ, серед яких:

- Статут Національної академії внутрішніх справ
- Закон України «Про Національну поліцію»
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text>
- Закон України від 05 вересня 2017 року № 2145-VIII «Про освіту»
- Закон України від 01 липня 2014 року № 2704-VIII «Про вищу освіту»
- Закон України від 23 грудня 1993 року № 3792-XII «Про авторське право і суміжні права»
- Закон України від 26 листопада 2015 року № 848-VIII «Про наукову і науково-технічну діяльність»
- Положення про академічну доброчесність у Національній академії внутрішніх справ (Затверджено рішенням Вченої ради НАВС від 27 березня 2018 р., протокол № 5 та уведено в дію наказом НАВС від 30.03.2018 № 422)
- Положення про Комісію з дотримання академічної доброчесності та етики у Національній академії внутрішніх справ (затверджено наказом НАВС № 837 від 12.06.2018)

Оцінювання результатів навчання

Оцінювання компетентності з навчальної роботи здобувача складається з оцінювання контрольних нормативів за наступною схемою: «відмінно» – 5 балів, «добре» – 4 бали, «задовільно» – 3 бали, «незадовільно» – 2 бали.

Оцінювання з цих розділів проводиться у рамках рубіжного контролю, тобто наявність оцінок на кожному занятті не може бути обов'язковою вимогою.

Разом з тим, викладач може на кожному начальному занятті оцінювати якість виконання здобувачем завдань (**4 бали – «добре», 3 бали – «задовільно»,**

2 бали – «незадовільно»). Максимальна кількість балів за заняття – 5 («відмінно»).

Рейтинг компетентності з навчальної роботи здобувача визначається шляхом встановлення середньоарифметичного балу отриманого на практичних заняттях та підчас рубіжних контролів з урахуванням самостійної роботи протягом опанування навчальної дисципліни помноженого на коефіцієнт 12.

Середньоарифметичний бал здобувача визначають з округленням результату до десятих. У разі коли середньоарифметичний бал здобувача менший ніж 2,6, вважається що він має академічну заборгованість і не допускається до підсумкового контролю.

Підсумковий контроль з навчальної дисципліни «Фізична підготовка» відповідно до навчального плану передбачений на 1 курсі у формі заліку у 2-му семестрі. Якщо здобувач під час підсумкового контролю не зміг отримати мінімальної кількості балів (24), то він також вважається таким, що має академічну заборгованість.

Розподіл балів, що присвоюються здобувачеві

2 семестр

Накопичення балів з тем за усі види робіт							Підсумковий контроль	Підсумкова кількість балів
<i>max 60 %</i>							<i>Max 40%</i>	<i>Max 100%</i>
Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	Тема 7	Самостійна робота	<i>Залік</i>	
10	10	5	5	10	10	10	40	100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
90 – 100	відмінно	A	відмінне виконання
85-89	добре	B	вище від середнього рівня
75-84		C	
66-74	задовільно	D	непогано
60-65		E	виконання відповідає мінімальним критеріям
35-59	незадовільно	FX	необхідне перескладання
1-34		F	необхідне повторне вивчення курсу

Розробники:

Ігор СІДЕЛЬНІКОВ
Василь ДРОЖЖИН

Силабус ухвалено на засіданні кафедри фізичної та тактичної підготовки
ННІПП НАВС
протокол від 05.09.2024 року № 01

Т.в.о. завідувача кафедри
фізичної та тактичної підготовки
ННІПП НАВС

Ігор СІДЕЛЬНІКОВ