

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан факультету фізичного  
виховання, здоров'я та  
туризму

  
М.В. Маліков

« 20 » серпня 2025



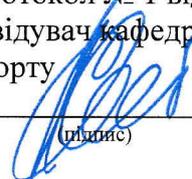
**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ТА ОСНОВИ САМОЗАХИСТУ**  
підготовки першого (бакалаврського) освітнього ступеня  
денної та заочної форм здобуття освіти

освітньо-професійна програма ПРАВООХОРОННА ДІЯЛЬНІСТЬ  
за спеціальністю К9 Правоохоронна діяльність  
галузі знань К Безпека та оборона

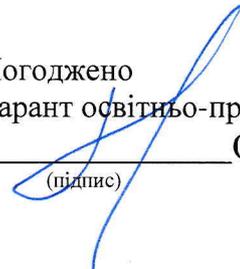
**ВИКЛАДАЧ:** Дядечко Ігор Євгенович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту,  
доцент, доцент кафедри фізичної культури і спорту

Обговорено та ухвалено  
на засіданні кафедри фізичної культури і  
спорту

Протокол № 1 від "19" серпня 2025 р.  
завідувач кафедри фізичної культури і  
спорту

  
(підпис) А.В. Сват'єв  
(ініціали, прізвище)

Погоджено  
Гарант освітньо-професійної програми

  
(підпис) О.В. Мельковський  
(ініціали, прізвище)



**Зв'язок з викладачем (викладачами):** (061) 289-12-81

**E-mail:** i.dyadechko@ukr.net

**Сезн ЗНУ повідомлення:**

**Телефон:** (061) 289-12-81

**Інші засоби зв'язку:** *Viber*

**Кафедра:** фізичної культури і спорту (IV корп., к. 217)

## 1. Опис навчальної дисципліни

**Метою** вивчення навчальної дисципліни «Фізична підготовка та основи самозахисту» є сприяння підготовці фахівців у сфері правоохоронної діяльності. Студенти отримують теоретичні знання і практичні навички в сфері фізичної підготовки та основ самозахисту. Фахівці у сфері фізичної підготовки та основ самозахисту мають можливість оволодіти знаннями щодо несення служби в системі правоохоронних органів, виховання неухильної поваги до закону, дотримання законності у всіх формах правоохоронної діяльності, відповідальності за порушення прав і свобод людини і громадянина в державі.

По завершенню вивчення дисципліни «Фізична підготовка та основи самозахисту» студенти будуть підготовленими фахівцями для діяльності в правоохоронних органів із сформованими системними знаннями з теоретичних і первинних практичних вмінь, щодо застосування засобів систем самозахисту у потенційно можливих нестандартних життєвих ситуаціях, що несуть загрозу життю або здоров'ю людини та працівника правоохоронного органу з боку порушників закону.

### Паспорт навчальної дисципліни

Нормативні показники	денна форма здобуття освіти	заочна форма здобуття освіти
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Статус дисципліни	<b>Обов'язкова</b>	
Семестр	1-й	1-й
Кількість кредитів ECTS	3	
Кількість годин	90	
Лекційні заняття	-	-
Практичні	44год.	8 год.
Самостійна робота	46 год.	82 год.
Консультації	<i>вказати адресу розміщення розкладу проведення консультацій, формат проведення (очно/дистанційно)</i>	
Вид підсумкового семестрового контролю:	<b>залік</b>	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle)	<a href="https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=16848">https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=16848</a>	

**2.Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання**

Компетентності/ результати навчання	Методи навчання	Форми і методи оцінювання
<p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях</p> <p>ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК7. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.</p> <p>ЗК8. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК9. Здатність працювати в команді.</p>	<p>- Словесні методи</p> <p>- Наочні методи</p> <p>- Практичні методи</p> <p>- Активні та інтерактивні методи</p> <p>Використовують також практичні методи навчання (практичні та творчі роботи)</p> <p>Паралельно з урахуванням дії військового стану використовуються методи дистанційного навчання (відеоконференції в форматі лекцій або семінарів через платформу Zoom, та Moodle).</p>	<p>Поточний контроль</p> <p>перевірка виконання фізичних вправ;</p> <p>оцінювання техніки виконання прийомів самозахисту;</p> <p>спостереження за активністю та дисциплінованістю на заняттях;</p> <p>усне опитування з теоретичних питань.</p> <p>Підсумковий контроль</p> <p>демонстрація фізичної підготовленості;</p> <p>показ базових прийомів самозахисту;</p> <p>оцінювання рівня сформованості навичок безпечної поведінки.</p> <p>Добір балів – можливість для здобувачів, які пропустили заняття з поважних причин показати отримані знання.</p>
<p>СК3. Здатність до критичного мислення та системного аналізу правових явищ.</p> <p>СК14. Здатність правомірно застосовувати засоби фізичного впливу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю, тактичні прийоми з дотриманням стандартів особистої безпеки, а також надавати невідкладну, зокрема домедичну і медичну, допомогу.</p>		
<p>РН12. Адаптуватися і ефективно діяти у стандартних професійних ситуаціях, а також у разі ускладнення оперативної обстановки, підвищення фізичного та психологічного навантаження.</p> <p>РН16. Застосовувати превентивні та примусові заходи, спрямовані на усунення загроз життю та здоров'ю фізичних осіб, публічному (громадському) порядку та безпеці, майну, законним Інтересам держави, які виникли (або можуть виникнути) внаслідок учинення кримінальних або адміністративних правопорушень.</p>		



<p>PH18. Застосовувати вогнепальну зброю та спеціальні засоби (штатне та бойове озброєння), фізичну силу; інформаційні системи та технології, технології захисту даних, методи обробки, накопичення та аналізу інформації, інформаційно-аналітичні системи, бази даних (в тому числі міжвідомчі та міжнародні), криміналістичні та оперативно-технічні засоби, безпілотну авіацію, іншу спеціальну та військову техніку і спорядження.</p> <p>PH22. Оцінювати оперативну (бойову) обстановку, рівень потенційних загроз та викликів, прогнозувати їх розвиток, застосовувати тактичні методи превентивного та силового втручання для запобігання та припинення правопорушень, усунення загроз внутрішньому безпековому середовищу, державному суверенітету та територіальній цілісності держави, у тому числі у взаємодії з іншими уповноваженими на це органами та громадою.</p>		
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

### 3. Зміст навчальної дисципліни

#### **Змістовий модуль 1. Організація фізичної підготовки працівників правоохоронних органів**

#### **Тема 1. Історія виникнення бойових мистецтв. Сучасні бойові мистецтва в системі службової підготовки працівників правоохоронних органів України**

Нормативні документи, що регламентують організацію службової та фізичної підготовки в підрозділах поліції. Мета, загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки. Організація та форми фізичної підготовки. Зміст фізичної підготовки працівників поліції відповідно посадових категорій. Обов'язки керівника по організації фізичної підготовки в підрозділі поліції. Підсумкова перевірка та оцінювання фізичної підготовленості поліцейських. Контрольні нормативи з фізичної підготовки для працівників поліції, закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання. Планування фізичної підготовки і спортивно-масової роботи. Облік і звітність. Актуальні проблеми фізичної підготовки працівників поліції, напрями її вдосконалення.

#### **Тема 2. Загальна фізична підготовка. Засоби розвитку швидкісних якостей**

Для розвитку швидкісних якостей застосовують вправи максимальної інтенсивності тривалістю від 1 с – для поодиноких рухів, до 10–15 с – для вдосконалення комплексних швидкісних здібностей: – біг з високим підніманням стегна, біг із захлестом гомілок назад, дріб'язковий біг, біг стрибками тощо; прискорення, спринтерський біг на коротких дистанціях 20–60 м з граничною швидкістю по прямій, по повороту, з різних стартових положень, з місця, з ходу, біг угору, біг вниз по нахиленій доріжці з різними кутами підйому,



перемінний біг з переходами від максимальних зусиль до бігу за інерцією та навпаки; човниковий біг; вправи максимальної потужності з обтяженням, яке становить 15–20 % від максимального рівня сили (кидки та штовхання зняряддя, метання гранати); вправи для розвитку часу реакції; вправи максимальної потужності з чергуванням звичайних, полегшених й ускладнених умов виконання; рухливі та спортивні ігри, естафети; виконання контрольних вправ на швидкість в умовах змагань.

### **Тема 3. Засоби розвитку витривалості**

Використовують циклічні вправи (біг, плавання, ходьба на лижах), які виконують до появи вираженої втоми. Тривалість вправ – від 20 хв до 1 год. Безперервний біг у рівномірному та перемінному режимах; кросовий біг по пересіченій місцевості, по твердому, м'якому, слизькому ґрунту, з подоланням природних перешкод; марш-кидки; плавання, ходьба на лижах у рівномірному та перемінному режимах; рухливі та спортивні ігри; виконання контрольних вправ на витривалість в умовах змагань.

**Тема 4. Засоби розвитку сили, силової витривалості, швидко-силових якостей** До засобів силової підготовки належать різноманітні вправи, які впливають або на всю м'язову систему, або вибірково на окремі м'язові групи: вправи з особистою вагою (підтягування, підйоми переворотом і силою на жердині, піднімання прямих ніг на жердині; піднімання та опускання прямих ніг в упорі на брусах, утримання ніг у положенні кута на брусах та гімнастичній драбині, згинання та розгинання рук в упорі на брусах, в упорі лежачи, комплексні силові вправи, багаторазові стрибки на одній та двох ногах), вправи з обваженнями (штанги, гантелі, гири), вправи на тренажерах, контрольні вправи на силу.

**Тема 5. Засоби розвитку й удосконалення спритності та координаційних здібностей** Застосовують вправи, які вирізняються складністю, нетрадиційністю, новизною, необхідністю прийняття неочікуваних рішень під час виконання рухових завдань: рухові та спортивні ігри, елементи акробатики, гімнастики, естафети; вправи з уведенням нестандартних вихідних положень; зі зміною швидкості й темпу рухів; із дзеркальним виконанням; зі зміною стандартного виконання; з ускладненням звичайної дії допоміжними рухами; з комбінуванням звичайних дій у незвичайних поєднаннях; з уведенням допоміжних сигнальних подразників, що вимагають швидкої зміни дій; зі зміною просторових обмежень, у яких виконують дію; з використанням природних і штучних умов середовища для розширення варіативності рухових навичок.

### **Тема 6. Засоби розвитку й удосконалення гнучкості**

Використовують загально підготовчі вправи, що ґрунтуються на згинанні, розгинанні, нахилах, поворотах, відведеннях, приведеннях, обертаннях, з максимальною амплітудою рухів, з обтяженням і без обтяжень, статичні утримання і пружинисті рухи за допомогою партнера, з використанням власної сили або маси тіла, у чергуванні з вправами на розслаблення.

### **Змістовий модуль 2. Тактика самозахисту й особистої безпеки**

**Тема 7. Філософська основа та психологічна підготовка у єдиноборствах. Техніка**



керування енергій та медитацій.

### **Тема 7. Структура суглобів та больові точки і способи впливу на них. Больові та задушливі прийоми**

Больові прийоми в стійці: загин руки за спину під час підходу спереду та ззаду, важелі руки назовні та всередину, через передпліччя та плече, больовий вплив шляхом дотиснення кисті. Больові прийоми під час боротьби лежачи: важіль ліктя, вузол руки, заціплення ахілесового сухожилля, защеплення литкового м'яза, важіль коліна. Задушливі прийоми: плечем і передпліччям, подвійний задушливий і за допомогою одягу. Використання больових і задушливих прийомів під час затримання правопорушників. Техніка конвоювання затриманого під впливом больових прийомів. Взаємодія працівників поліції під час затримання правопорушника.

### **Тема 8. Звільнення від захоплень та обхоплень. Виведення з рівноваги.**

Звільнення від захоплень за руки, ноги, голову, шию, одяг, спеціальні засоби, а також обхоплень за тулуб (спереду, ззаду, збоку) за допомогою: ударної техніки руками і ногами; кидків, больових та задушливих прийомів; спеціального засобу – кийка гумового; комбінованого захисту. Звільнення від захоплень і обхоплень з переходом на затримання правопорушника. Взаємодія працівників поліції під час звільнення від захоплень та обхоплень.

### **Тема 9. Захист від нападу та силове затримання правопорушника, озброєного холодною зброєю (ножем)**

Обеззброєння та затримання порушника під час нападу з використанням холодної зброї. Удари ножем: зверху, знизу, збоку, навідліг, тичком. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця за допомогою контрударів по озброєній кінцівці, вразливих точках на тілі злочинця. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця з використанням кидків, больових і задушливих прийомів, кийка гумового, комбінованого захисту. Захист у разі загрози ножем упридул, спереду, зі спини. Взаємодія працівників поліції під час виконання захисних дій в умовах нападу правопорушника, озброєного холодною зброєю.

### **Тема 10. Захисні дії в разі погрози вогнепальною зброєю Обеззброєння та силове затримання правопорушника**

Обеззброєння та затримання порушника під час нападу з використанням холодної зброї. Удари ножем: зверху, знизу, збоку, навідліг, тичком. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця за допомогою контрударів по озброєній кінцівці, вразливих точках на тілі злочинця. Захист від ударів ножем, обеззброєння та затримання злочинця з використанням кидків, больових і задушливих прийомів, кийка гумового, комбінованого захисту. Захист у разі загрози ножем упридул, спереду, зі спини. Взаємодія працівників поліції під час виконання захисних дій в умовах нападу правопорушника, озброєного холодною зброєю. Обеззброєння та затримання порушника в разі загрози пістолетом: спереду, ззаду, збоку з використанням ударів, больових і задушливих прийомів, кидків. Обеззброєння та затримання порушника, озброєного автоматом, мисливською рушницею. Способи затримання правопорушника в разі спроби дістати зброю з кишені, кобури тощо.

Взаємодія поліцейських під час виконання захисних дій у разі загрози застосування вогнепальної зброї.

**Тема 11. Захист від нападу та силове затримання неозброєного правопорушника**  
 Застосування больових і задушливих прийомів під час затримання правопорушників. Використання захисних і контратакуючих дій під час виконання правопорушником ударів руками, ногами з переходом до силового затримання. Силове затримання правопорушника після звільнення від захоплень та обхоплень. Силове затримання із застосуванням гумового (пластикового) кийка. Техніка конвоювання затриманого під впливом больових прийомів. Використання кидків під час затримання правопорушників. Взаємодія працівників поліції під час затримання правопорушника.

*Примітка.* Доцільність розділу зумовлена тим, що подана інформація використовується для: надання інформації на запити здобувачів освіти щодо змісту підготовки; перезарахування дисциплін; зарахування кредитів в системі неформально/інформальної освіти

*Кількість змістових модулів та обсяг поданої інформації визначає на свій розсуд науково-педагогічний працівник, що відповідає за викладання дисципліни.*

### 3. Структура навчальної дисципліни

Вид заняття /роботи	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	2	3	4	5
Практичне заняття	Тема 1. Історія виникнення бойових мистецтв. Сучасні бойові мистецтва в системі службової підготовки працівників правоохоронних органів України	4	2	щотижня
Самостійна робота	Тема 1. Історія виникнення бойових мистецтв. Сучасні бойові мистецтва в системі службової підготовки працівників правоохоронних органів України	4	8	
Практичне заняття	Тема 2. Загальна фізична підготовка. Засоби розвитку швидкісних якостей	4	2	щотижня
Самостійна робота	Тема 2. Загальна фізична підготовка. Засоби розвитку швидкісних якостей	4	8	
Практичне заняття	Тема 3. Засоби розвитку витривалості	4		щотижня/
Самостійна робота	Тема 3. Засоби розвитку витривалості	4	8	
Практичне заняття	Тема 4. Засоби розвитку сили, силової витривалості, швидкісно-силових якостей	4		щотижня

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Силабус навчальної дисципліни**  
**Фізична підготовка та основи самозахисту**



Самостійна робота	Тема 4. Засоби розвитку сили, силової витривалості, швидкісно-силових якостей	4	8	
Практичне заняття	Тема 5. Засоби розвитку й удосконалення спритності та координаційних здібностей	4		<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 5. Засоби розвитку й удосконалення спритності та координаційних здібностей	4	8	
Практичне заняття	Тема 6. Засоби розвитку й удосконалення гнучкості	4		<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 6. Засоби розвитку й удосконалення гнучкості	4	7	
Практичне заняття	Тема 7. Структура суглобів та больові точки і способи впливу на них. Больові та задушливі прийоми	4		<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 7. Структура суглобів та больові точки і способи впливу на них. Больові та задушливі прийоми	4	7	
Практичне заняття	Тема 8. Звільнення від захоплень та обхоплень. Виведення з рівноваги.	4	2	<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 8. Звільнення від захоплень та обхоплень. Виведення з рівноваги.	4	7	
Практичне заняття	Тема 9. Захист від нападу та силове затримання правопорушника, озброєного холодною зброєю (ножем)	4		<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 9. Захист від нападу та силове затримання правопорушника, озброєного холодною зброєю (ножем)	4	7	
Практичне заняття	Тема 10. Захисні дії в разі погрози вогнепальною зброєю Обеззброєння та силове затримання правопорушника	4	2	<i>щотижня</i>
Самостійна робота	Тема 10. Захисні дії в разі погрози вогнепальною зброєю Обеззброєння та силове затримання правопорушника	5	7	
Практичне заняття	Тема 11. Захист від нападу та силове затримання незброєного правопорушника	4		<i>щотижня</i>

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Силабус навчальної дисципліни  
Фізична підготовка та основи самозахисту



Самостійна робота	Тема 11. Захист від нападу та силове затримання неозброєного правопорушника	5	7	
----------------------	--------------------------------------------------------------------------------	---	---	--



#### 4. Види і зміст контрольних заходів

Вид заняття/ роботи	Вид контрольного заходу	Зміст контрольного заходу*	Критерії оцінювання та термін виконання*	Усього балів
1	2	3	4	5
<b>Поточний контроль</b>				
Практичне заняття №1	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №2	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №3	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №4	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №5	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №6	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №7	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №8	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №9	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Силабус навчальної дисципліни**  
**Фізична підготовка та основи самозахисту**



Практичне заняття №10	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №11	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
Практичне заняття №11	Поточний контроль	Контроль виконання вивчених прийомів шляхом демонстрації	Якісне, своєчасне та правильне виконання	5
<b>Усього за поточний контроль</b>	<b>4</b>			<b>60</b>
<b>Підсумковий контроль</b>				
Залік	Практичне завдання	Виконання комбінації прийомів самозахисту	Якісне, своєчасне та правильне виконання	40
<b>Усього за підсумковий контроль</b>				<b>40</b>

**1 бал** — завдання виконано на низькому рівні:

- вправа / прийом виконані неправильно або не завершені;
- грубі помилки в техніці;
- відсутнє розуміння послідовності дій;
- не дотримується техніка безпеки.

**2 бали** — незадовільний рівень:

- завдання виконано частково;
- значні помилки в техніці виконання;
- нестійка координація рухів;
- постійна допомога або підказки викладача.

**3 бали** — задовільний рівень:

- завдання виконано в повному обсязі;
- допущені помилки, що не є критичними;
- базові навички сформовані;
- техніка безпеки дотримується.

**4 бали** — достатній рівень:

- правильне виконання більшості елементів;
- незначні помилки в техніці;
- хороша координація та контроль рухів;
- впевнене виконання без сторонньої допомоги.

**5 балів** — високий рівень:

- технічно правильне, впевнене виконання;
- чітка координація та контроль ситуації;
- самостійність і дисциплінованість;
- повне дотримання техніки безпеки.

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Силабус навчальної дисципліни  
Фізична підготовка та основи самозахисту



Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		



## 5. Основні навчальні ресурси

### Рекомендована література

#### Основні

1. Про вищу освіту: Закон України від 1 лип. 2014р. No1556-VII. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/card/1556->
2. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26 січ. 2016р. No50. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260>
3. Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року : Указ Президента України від 25 черв. 2013р. No344/2013. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19.6>

#### Додаткові

1. Ануфрієв М. І., Бутов С.Є. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ: навч. посіб. / за заг. ред. Я.Ю.Кондратьєва, Є.М. Моїсєєва. Київ: Нац. акад. внутр. справ України, 2003. 338 с.
2. Бондаренко В.В., Пронтенко К.В., Пронтенко В.В. Методика підготовки майбутніх правоохоронців до протидії зброєному супротивнику, озброєним ножем. Юридична психологія та педагогіка. 2013. No 1 (13). С.81–91.
3. Бондаренко В.В. Професійна підготовка працівників патрульної поліції: зміст і перспективні напрями : монографія. Київ: ФОП Кандиба Т.П., 2018. 524
4. Бондаренко В.В., Магльований А.В. Фізична підготовка у вищих навчальних закладах МВС України як основа здоров'я курсантів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. 2015. Вип. 4(59) 15. С. 47–50. (Серія No15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»).
5. Бутов С.Є., Решко С.М., Співак В.М. Попередження травм на заняттях з фізичної підготовки : навч. посіб. Київ: Київ. нац. ун-т внутр. справ, 2009.
6. Бутов С.Є., Кисленко Д.П., Ємчук О.І., Решко С.М. Взаємодія працівників міліції при застосуванні заходів фізичного впливу: навч.-метод. посіб. Київ: НАВС, 2014. 69 с.
7. Дідковський В.А., Запорожанов О.В., Кузенков О.В. Спеціальний засіб КПФ-02 (тонфа) : навч.-метод. посіб. Київ: НАВС, 2011. 94 с.
8. 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 : Кандиба Т. П., 2019. 98 с.
9. Основи володіння працівниками правоохоронних органів заходами фізичного впливу : навчальний посібник / О. І. Тьорло, М. О. Червоношапка, О. А. Чичкан, Л. М. Балущка, І. Я. Гнип та ін.; за ред. О. І. Тьорло. - Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. - 448 с.
10. Серебряк В.В., Попов С.В., Колосов З.В. Застосування заходів фізичного впливу: техніка, тактика, методика навчання : навч.-метод. посіб. Луганськ : РВВ ЛДУВС ім. Е.О. Дідоренка, 2011. 160 с.
11. Спеціальна фізична підготовка як складова частина службово-прикладної і професійної підготовки співробітників органів внутрішніх справ. Гігієна і контроль на заняттях спеціальною фізичною підготовкою і спортом : фонд. лекція / [І.П.Закорко, О.В.Журавель, Ю.В.Логвіненко та ін.]. Київ: Знання України, 2010. 27 с.
12. Фізична підготовка викладацького складу вищих навчальних закладів МВС України: навч.-метод. посіб. / [С.І.Жевага, К.В.Пронтенко, С.М.Безпалійта ін.]. Житомир : ЖВІ

### Інформаційні ресурси

1. Офіційний сайт Верховної Ради України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.rada.gov.ua](http://www.rada.gov.ua).
2. Єдиний веб-портал органів виконавчої влади [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.kmu.gov.ua](http://www.kmu.gov.ua).
3. Офіційний сайт Верховного Суду України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.scourt.gov.ua](http://www.scourt.gov.ua).
4. Офіційний сайт представництва Президента України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.president.gov.ua](http://www.president.gov.ua).
5. Офіційний сайт Міністерства Юстиції України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.minjust.gov.ua](http://www.minjust.gov.ua).
6. Офіційний сайт Національного банку України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.bank.gov.ua](http://www.bank.gov.ua).
7. Офіційний сайт Вищої ради правосуддя [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.vru.gov.ua](http://www.vru.gov.ua).
8. Офіційний сайт Третейської палати України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [www.tpu.kiev.ua](http://www.tpu.kiev.ua).
9. Газета «Урядовий кур'єр» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.ukurier.gov.ua/uk/](http://www.ukurier.gov.ua/uk/).
10. Газета "Юридична практика" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.pravo.ua](http://www.pravo.ua).
11. Юридичний факультет Запорізького національного університету [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [www.znu.edu.ua/ukr/university/departments/law](http://www.znu.edu.ua/ukr/university/departments/law).
12. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua).
13. Національна бібліотека ім. Ярослава Мудрого [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.nplu.org](http://www.nplu.org).
14. Публічна Бібліотека ім. Лесі Українки [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.lucl.kiev.ua/](http://www.lucl.kiev.ua/).

### 6. Регуляції і політики курсу

**Відвідування занять. Регуляція пропусків.** Відвідування усіх занять є обов'язковим. Навчання здобувачів, що передбачає проведення аудиторних занять згідно розкладу упродовж навчального семестру, передбачає їх безпосередню участь в освітньому процесі.

**Політика академічної доброчесності.** Відповідно до ст. 42 Закону України «Про освіту» академічна доброчесність – це сукупність етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Основні засади дотримання академічної доброчесності визначено у Кодексі академічної доброчесності Запорізького національного університету, затвердженому Вченою радою ЗНУ від 31.10.2018 р. [https://www.znu.edu.ua/docs/kodeks\\_akadem\\_chnoyi\\_dobrochesnost\\_.pdf](https://www.znu.edu.ua/docs/kodeks_akadem_chnoyi_dobrochesnost_.pdf).

**Визнання результатів неформальної/інформальної освіти.** На здобувачів вищої освіти поширюється право про визнання результатів навчання, отриманих за рахунок неформальної/інформальної освіти.

Процедура врахування результатів, отриманих здобувачем за рахунок неформальної/інформальної освіти визначена у Положенні Запорізького національного університету про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної



та/або інформальної освіти, затвердженому Вченою радою ЗНУ від 25.02.2025 р.  
[https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj\\_viddil/normatyvna\\_basa/polozhennya\\_zapor\\_z\\_kogo\\_natsional\\_nogo\\_un\\_versitetu\\_pro\\_poryadok\\_viznannya\\_rezul\\_tat\\_v\\_navchannya\\_zdobutikh\\_shlya\\_khom\\_neformal\\_noyi\\_ta\\_abo\\_nformal\\_noyi\\_osv\\_ti.pdf](https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj_viddil/normatyvna_basa/polozhennya_zapor_z_kogo_natsional_nogo_un_versitetu_pro_poryadok_viznannya_rezul_tat_v_navchannya_zdobutikh_shlya_khom_neformal_noyi_ta_abo_nformal_noyi_osv_ti.pdf).

Інформація щодо особливостей проведення занять та оцінки отриманих знань та вмінь викладена в профілі системи Moodle ЗНУ.

## ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ

**ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ НА 2025-2026 н.р.** доступний за адресою:  
<https://surl.li/vlweoj>

**НАВЧАННЯ ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ.** Перевірка набутих студентами знань, навичок та вмінь є невід'ємною складовою системи забезпечення якості освіти і проводиться відповідно до Положення про організацію та методик проведення поточного та підсумкового семестрового контролю навчання студентів Запорізького національного університету: <https://surl.li/wdzjrl>

**ПОВТОРНЕ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН.** Наявність академічної заборгованості до 6 навчальних дисциплін (у тому числі проходження практики чи виконання курсової роботи) за результатами однієї екзаменаційної сесії є підставою для надання студенту права на повторне вивчення зазначених навчальних дисциплін. Процедура повторного вивчення визначається Положенням про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін та повторного навчання у ЗНУ: <https://surl.li/hfjbya>

**ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ.** Порядок і процедури врегулювання конфліктів, пов'язаних із корупційними діями, зіткненням інтересів, різними формами дискримінації, сексуальними домаганнями, міжособистісними стосунками та іншими ситуаціями, що можуть виникнути під час навчання, регламентуються Положенням про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ЗНУ: <https://surl.li/qgacqa>

Конфліктні ситуації, що виникають у сфері стипендіального забезпечення здобувачів вищої освіти, вирішуються стипендіальними комісіями факультетів, коледжів та університету в межах їх повноважень, відповідно до:

Положення про порядок призначення і виплати академічних стипендій у ЗНУ: <https://surl.li/unwzzm>

Положення про призначення та виплату соціальних стипендій у ЗНУ: <https://surl.li/xkxmuz>

**ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА.** Кабінет практичного психолога Марті Ірини Вадимівни – навч. корп. №4, каб. №235 (понеділок, середа, четвер 9.00-11.00, 13.00-15.00), навч. корп. №9 (ІННІ) каб.57 (п'ятниця 9.00-11.00, 13.00-15.00), гуртожиток №6 (вул. Добролюбова, 19, середа 9.00-11.00, 13.00-15.00). Попередній запис за тел.: 228-76-48, (099) 253-78-73 щоденно з 9 до 15.

## УПОВНОВАЖЕНА ОСОБА З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ ТА ВИЯВЛЕННЯ КОРУПЦІЇ

Запорізького національного університету: Банах Віктор Аркадійович

Електронна адреса: [v\\_banakh@znu.edu.ua](mailto:v_banakh@znu.edu.ua)

Гаряча лінія: тел. (061) 227-12-76, факс 227-12-88

**РІВНІ МОЖЛИВОСТІ ТА ІНКЛЮЗИВНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ.** Центральні входи усіх навчальних корпусів ЗНУ обладнані пандусами для забезпечення доступу осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення. Допомога для здійснення входу у разі



потреби надається черговими охоронцями навчальних корпусів. Спеціалізована допомога: (061) 228-75-11 (начальник охорони). Порядок супроводу (надання допомоги) осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення у ЗНУ: <https://surl.li/ivcwih>

#### **РЕСУРСИ ДЛЯ НАВЧАННЯ**

**НАУКОВА БІБЛІОТЕКА:** <http://library.znu.edu.ua>. Графік роботи абонементів: понеділок-п'ятниця з 08.00 до 16.00; вихідні дні: субота і неділя.

**СИСТЕМА ЕЛЕКТРОННОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ (СЕЗН ЗНУ):** <https://moodle.znu.edu.ua>.

Посилання для відновлення паролю: <https://moodle.znu.edu.ua/mod/page/view.php?id=133015>.

**ЦЕНТР ІНТЕНСИВНОГО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ:** <http://sites.znu.edu.ua/child-advance>