

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

ФАКУЛЬТЕТ ОПЕРАТИВНО-РЯТУВАЛЬНИХ СИЛ

(назва факультету/підрозділу)

КАФЕДРА ПОЖЕЖНО-РЯТУВАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ

(назва кафедри)

## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спеціальна та загальна фізична підготовка

(назва навчальної дисципліни)

обов'язкова професійна

(обов'язкова загальна або обов'язкова професійна або вибіркова)

за освітньою (освітньо-професійною, освітньо-науковою) програмою  
радіаційний та хімічний захист

назва освітньої програми

підготовки за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти

найменування освітнього ступеня

у галузі знань 16 «Хімічна та біоінженерія»

код та найменування галузі знань

за спеціальністю 161 «Хімічні технології та інженерія»

код та найменування спеціальності

Рекомендовано кафедрою

Пожежної та рятувальної підготовки на  
2021- 2022

(назва кафедри)

навчальний рік.

Протокол від «25» серпня 2021 року  
№1

Силабус розроблений відповідно до Робочої програми навчальної  
дисципліни «Спеціальна та загальна фізична підготовка»

(назва навчальної дисципліни)

2021 рік

## Анотація

Знання отримані під час вивчення навчальної дисципліни «Спеціальна та загальна фізична підготовка» дозволяють виконувати обов'язки пожежного-рятувальника під час несення служби, під час ліквідації наслідків надзвичайної ситуації та гасінні пожеж у відповідності до вимог керівних документів, а також з урахуванням гендерного аспекту та питань гендерної рівності.

Даний курс передбачає формування у майбутнього фахівця чітких знань і вмінь щодо виконання посадових інструкцій пожежного-рятувальника в підрозділах Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту, з врахуванням:

- вимог нормативно-правових документів щодо організації та діяльності пожежно-рятувальних підрозділів;

- призначення, принципів будови, тактико-технічних характеристик та правил експлуатації пожежно-технічного оснащення та спеціального спорядження;

- правил безпеки праці під час проведення всіх видів робіт.

Відмінною особливістю даного курсу є те, що всі практичні заняття проводяться з використанням матеріально-технічної бази кафедри та НПРЧ НУЦЗ України, що дозволяє максимально приблизити до реальних умов відпрацювання питань, які виносяться на заняття.

Інформація про науково-педагогічного(них) працівника(ів)

Загальна інформація	Белюченко Дмитро Юрійович викладач кафедри пожежної та рятувальної підготовки факультету оперативно-рятувальних сил
Контактна інформація	м. Харків, вул. Баварська, 7, кабінет №312а. Робочий номер телефону – 707-35-16.
E-mail	mr.funt1984@i.ua
Наукові інтереси	
Професійні здібності	
Наукова діяльність за освітнім компонентом	

### Час та місце проведення занять з навчальної дисципліни

Практичні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно затвердженого розкладу. Електронний варіант розкладу розміщується на сайті Університету (<http://rozklad.nucz.edu.ua/timeTable/group>).

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру. В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

**Мета:** Підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері хімічних технологій, хімічного та радіаційного захисту, підвищення рівня хімічної та радіаційної безпеки, що передбачає застосування певних теорій та методів і характеризується

комплексністю та невизначеністю умов.

### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Форма здобуття освіти
	заочна (дистанційна)
<b>Статус дисципліни</b> (обов'язкова загальна або обов'язкова професійна або вибіркова)	
<b>Рік підготовки</b>	2021-2022
<b>Семестр</b>	1-й, 2-й.
<b>Обсяг дисципліни:</b>	
- в кредитах ЄКТС	9
- кількість модулів	2
- загальна кількість годин	270
<b>Розподіл часу за навчальним планом:</b>	
- лекції (годин)	
- практичні заняття (годин)	20
- семінарські заняття (годин)	
- лабораторні заняття (годин)	
- курсовий проект (робота) (годин)	
- інші види занять (годин)	
- самостійна робота (годин)	250
- індивідуальні завдання (науково-дослідне) (годин)	
- підсумковий контроль (диференційний залік, екзамен)	1-й, 2-й.

### 3. Передумови для вивчення дисципліни

Теоретичний матеріал навчальної дисципліни «Засоби індивідуального та колективного захисту», «Аварійно-рятувальні роботи з радіаційного та хімічного захисту в надзвичайних ситуаціях».

### 4. Результати навчання та компетентності з дисципліни

Відповідно до освітньої програми радіаційний та хімічний захист,

назва

вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити:

- досягнення здобувачами вищої освіти таких результатів навчання

Програмні результати навчання	ПРН
Підтримувати високу професійну підготовку, проводити заняття з радіаційної та хімічної підготовки, забезпечувати комплектність і збереження спеціального обладнання, приладів, засобів індивідуального захисту.	ПРН ПР25

- формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Програмні компетентності (загальні та професійні)	ЗК, ПК
Здатність до дій в особливих умовах, пов'язаних із високим рівнем фізичного навантаження.	К-24

## Програма навчальної дисципліни

### Теми навчальної дисципліни:

#### МОДУЛЬ 1. ЛЕГКА АТЛЕТИКА. СПОРТИВНІ ІГРИ.

Тема 1.1. Фізична підготовка як засіб підвищення якості професійної підготовки якості професійної підготовки працівника ДСНС України.

Тема 1.2. Інструкторсько-методичні навички працівника ДСНС України з організації фізичної підготовки.

Тема 1.3. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 400 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.

Тема 1.4. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 1000 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.

Тема 1.5. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 3000 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.

#### МОДУЛЬ 2. ГІМНАСТИКА. СПОРТИВНІ ІГРИ.

Тема 2.1. Особливості роботи газодимозахисників під час ліквідації аварій з викидами НХР.

Тема 2.2. Колективні засоби захисту органів дихання.

Тема 2.3. Встановлення пожежного автомобіля на пожежний гідрант.

Тема 2.4. Встановлення автомобіля на водоймище з приєднанням двох всмоктувальних рукавів та сітки.

Тема 2.5. Оперативне розгортання з подачею ствола ГПС 600 через робочу лінію на три рукава  $d=51$  мм від автоцистерни.

### Розподіл дисципліни у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять:

Назви модулів і тем	заочна (дистанційна) форма					
	Кількість годин					
	усьог о	у тому числі				
лекції		практичні (семінарські ) заняття	Лабораторні заняття (інші види занять)	самостій на робота	модульна контроль на робота	
<b>1- й семестр</b>						
<b>Модуль 1 Легка атлетика. Спортивні ігри</b>						

Тема 1.1. Фізична підготовка як засіб підвищення якості професійної підготовки якості професійної підготовки працівника ДСНС України.	27	2			20	5
Тема 1.2. Інструкторсько-методичні навички працівника ДСНС України з організації фізичної підготовки.	27	2			20	5
Тема. 1.3. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 400м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.	27		2		20	5
Тема 1.4. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 1000м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол	27		2		20	5
Тема 1.5. Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 3000м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.	27		2		20	5
<b>Разом за модулем 1</b>	<b>135</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>100</b>	<b>25</b>

2- й семестр							
Модуль 2 Вправи з оперативного розгортання							
Тема 2.1. Особливості роботи газодимозахисників в під час ліквідації аварій з викидами НХР.	27	2				20	5
Тема 2.2. Колективні засоби захисту органів дихання.	27	2				20	5
Тема 2.3. Встановлення пожежного автомобіля на пожежний гідрант.	27		2			20	5
Тема 2.4. Встановлення автомобіля на водоймище з приднанням двох всмоктувальних рукавів та сітки.	27		2			20	5
Тема 2.5. Оперативне розгортання з подачею ствола ГПС 600 через робочу лінію на три рукава d=51мм від автоцистерни.	27		2			20	5
<b>Разом за модулем 2</b>	<b>135</b>	4	6			100	25

### Теми практичних занять та лекцій (у разі потреби)

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Фізична підготовка як засіб підвищення якості професійної підготовки якості професійної підготовки працівника ДСНС України.	2
2.	Інструкторсько-методичні навички працівника ДСНС України з організації фізичної підготовки.	2
3.	Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 400 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.	2
4.	Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 1000 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у	2

	футбол, волейбол, баскетбол.	
5.	Навчання техніки бігу на середні дистанції (біг на 3000 м). Спеціально-бігові вправи. Тренування техніки та тактики гри у футбол, волейбол, баскетбол.	2
6.	Особливості роботи газодимозахисників під час ліквідації аварій з викидами НХР	2
7.	Колективні засоби захисту органів дихання.	2
8.	Встановлення пожежного автомобіля на пожежний гідрант.	2
9.	Встановлення автомобіля на водоймище з приєднанням двох всмоктувальних рукавів та сітки	2
10.	Оперативне розгортання з подачею ствола ГПС 600 через робочу лінію на три рукава $d=51$ мм від автоцистерни	2
	Разом	20

### Засоби оцінювання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: проведення лекційних, практичних занять, а також самостійна робота здобувачів. Для закріплення теоретичних знань, здобуття необхідних практичних навичок програмою передбачаються: практичні вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки; визначається порядок та методика виконання модульної контрольної роботи.

З метою вдосконалення практичної підготовки та поглиблення і закріплення практичних навичок всі установчі практичні заняття проводяться на спеціалізованій матеріально-технічній базі де здобувач вивчає та вдосконалює навички з виконання вправ з спеціальної та загально-фізичної підготовки з застосуванням сучасного пожежно-технічного оснащення та озброєнням

Кожний здобувач отримує індивідуальне завдання за методичними вказівками. Модульна робота виконується у часи самостійної роботи та підлягає захисту.

Оцінювання рівня освітніх досягнень здобувачів за освітніми компонентами, здійснюється за 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України з переведенням в оцінку за рейтинговою шкалою - ЄКТС та в 4-бальну шкалу.

#### Таблиця відповідності результатів оцінювання знань з навчальної дисципліни за різними шкалами

За 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України	За рейтинговою шкалою (ЄКТС)	За 4-бальною шкалою
90-100	А	відмінно
80-89	В	добре

65-79	C	задовільно
55-64	D	
50-54	E	
35-49	FX	незадовільно
0-34	F	

### Критерії оцінювання

**Розподіл та накопичення балів, які отримують здобувачі, за видами навчальних занять та контрольними заходами з дисципліни**

<b>I. Поточний контроль</b>				
Вид навчальної роботи		Кількість	Максимальний бал за вид навчальної роботи	Загальна максимальна сума балів
Модуль № 1	Лекції	2	3	6
	семінарські заняття	0	0	0
	практичні заняття	3	3	9
	Модульна робота	1	85	85
Разом за всі види навчальних занять та контрольні заходи				100
Модуль № 2	Лекції	2	3	6
	семінарські заняття	0	0	0
	практичні заняття	3	3	9
	Модульна робота	1	85	85
Разом за всі види навчальних занять та контрольні заходи				100

### Поточний контроль.

*Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на практичному занятті:*

3 бали – практичне завдання виконано в повному обсязі, суть питання розкрита в повному обсязі, відповідь вірна, здобувач вільно володіє навчальним матеріалом та методикою виконання вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки, виконує з дотриманням вимог з охорони праці;

2 бали – практичне завдання виконано в повному обсязі, суть питання розкрита не в повному обсязі, відповідь вірна, здобувач допускає незначними порушеннями вимог методики виконання вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки, виконує з дотриманням вимог з охорони праці, обґрунтування відповіді недостатнє;

1 бали – практичне завдання виконано частково, суть питання не розкрито, при цьому допущено суттєві помилки при проведенні методики виконання вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки здобувач отримуючи зауваження самостійно може їх усунути, здобувач поверхово володіє навчальним матеріалом, обґрунтувати відповідь здобувач не в змозі, відповіді на поставлені питання не знає.

0 балів – завдання не виконане.



Викладачем оцінюється методика виконання вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки, проводить фіксацію часу на виконання відповідних практичних вправ, повноту розкриття питання, дотримання вимог охорони праці під час відпрацювання практичних вправ, послідовність, вміння, акуратність оформлення письмової роботи, самостійність виконання.

### **Підсумковий контроль**

Формою підсумкового контролю є диференційний залік, який виставляється, як сума балів за всі види навчальної роботи протягом модуля.

Критерії оцінювання знань здобувачів диференційованому заліку оцінюються від 1 до 100 балів:

90-100 балів – у повному обсязі володіє здобувач навчальним матеріалом та виконанні всі практичні вправи згідно методичних рекомендацій та без порушень вимог безпеки праці;

80-89 бали – достатньо повно володіє навчальним матеріалом та виконанні всі практичні вправи згідно методичних рекомендацій та без порушень вимог безпеки праці;

65-79 балів – у цілому володіє навчальним матеріалом та виконанні всі практичні вправи згідно методичних рекомендацій та без порушень вимог безпеки праці;

55-64 балів – не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом та виконанні всі практичні вправи без порушень вимог безпеки праці

50-54 балів – частково володіє навчальним матеріалом та виконанні всі практичні вправи з порушенням вимог безпеки праці.

35-49 балів – не володіє навчальним матеріалом не в повному обсязі виконанні практичні вправи.

Отримані здобувачем бали за накопичувальною 100-бальною шкалою оцінювання знань переводяться у національну шкалу та в рейтингову шкалу ЄКТС згідно з таблицею

### **Політика викладання навчальної дисципліни**

Здобувач вищої освіти на заняттях з освітньої компоненти «Спеціальна та загальна фізична підготовка» повинен приймати активну участь у відпрацюванні практичних вправ, до практичних занять повинен бути попередньо підготовленим, чітко та безпомилково виконувати всі навчальні вправи з спеціальної та загально-фізичної підготовки, опрацьовувати теоретичні питання за рекомендованою літературою.

Здобувачі вищої освіти повинні відвідувати всі практичні заняття за згідно з розкладом. Пропуски заняття без уважної причини та запізнення на заняття недопустимі (здобувачі вищої освіти, які запізнилися на заняття, до заняття не допускаються).

Без дозволу науково-педагогічного працівника неприпустимо користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття.

Чітко виконувати вимоги з охорони праці та методичних рекомендацій щодо виконання практичних вправ з спеціальної та загально-фізичної підготовки. Здобувачі вищої освіти повинні дотримуватися політики добросовісності з освітньої компоненти.

Здобувачі вищої освіти мають право дізнатися про кількість накопичених балів у викладача освітньої компоненти.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

### Література:

1. Кодекс цивільного захисту України. Кодекс України, від 02.10.2012 № 5403-VI.
2. Освітньо-професійна програма «Радіаційний та хімічний захист» за спеціальністю 161 «Хімічні технології та інженерія» підготовки за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти в галузі знань 16 «Хімічна та біоінженерія».
3. Наказу № 1470 від 20.11.2015 Про затвердження Нормативів виконання навчальних вправ з підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту та працівників Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту ДСНС України до виконання завдань за призначенням
4. Наказ МВС України від 26.04.2018 року № 340 Про затвердження Статуту дій у надзвичайних ситуаціях органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту та Статуту дій органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту під час гасіння пожеж.
5. Наказ МНС України від 7.05.2007 року № 312 Про затвердження Правил безпеки праці в органах і підрозділах МНС України.
6. Пожежно-рятувальна підготовка: навч. посіб. / О.Є. Безуглов, І.А. Горпинич, Д.В. Олійник, О.М. Семків, В.В. Сипавін. – Х.: НУЦЗУ, 2011. – 228 с.
7. Настанова з організації газодимозахисної служби в підрозділах Оперативно-рятувальної служби МНС України. Наказ МНС України № 1342 від 16.12.2011р.
8. Загальна фізична підготовка працівників МНС. Навчально-методичний посібник. Краснокутський М.І., Артьомов В.А., Колоколов В.О., Михайлов В.М., Одарюк П.В.-Харків: АЦЗУ,2005.-145 с.
9. Фізична підготовка. Текст лекцій . Краснокутський М.І., Білоусов А.В., Колоколов В.О., Нікітін В.І. -Харків: АЦЗУ,2006.-45с.
10. Загальна фізична підготовка. Методичні вказівки з проведення занять. Краснокутський М.І., Білоусов А.В. -Харків: АЦЗУ,2005.-22с.
11. Фізична підготовка методичні рекомендації з організації та проведення навчальних занять. Краснокутський М.І., Ануфрієв П.М. -Харків: УЦЗУ,2007-80с.

12. Методичні рекомендації що до виконання контрольних робіт з фізичного виховання для слухачів заочного навчання. Ануфрієв П.М., Краснокутський М.І. -Харків: УЦЗУ, 2007-45с.
13. Лижна підготовка. Навчально-методичний посібник. Колоколов В.О., Краснокутський М.І., Семків О.М.-Харків.:НУЦЗУ, 2011.-162с.
14. Методичні рекомендації до виконання контрольних робіт з фізичної культури для слухачів заочного навчання (перевидання). Краснокутський М.І., Колоколов В.О. -Харків.:НУЦЗУ, 2015.-16с.
15. Фізична підготовка. Текст лекцій. (перевидання). Краснокутський М.І., Білоусов А.В., Колоколов В.О., Нікітін В.І. -Харків: АЦЗУ, 2015.-45с.

### Інформаційні ресурси

1. Методичні рекомендації щодо виконання навчальних вправ з підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту та працівників ОРС ЦЗ ДСНС України до виконання завдань за призначенням. URL: [https://kyiv.dsns.gov.ua/files/2020/9/29/metodrekom\\_navch\\_vpravi.pdf](https://kyiv.dsns.gov.ua/files/2020/9/29/metodrekom_navch_vpravi.pdf)
2. Державна служба України з надзвичайних ситуацій. URL: <http://www.dsns.gov.ua>.
3. Національне агентство із забезпечення якості вищої освіти. URL: <https://naqa.gov.ua>.
4. Офіційний сайт Національного університету цивільного захисту України. URL: <https://nuczu.edu.ua/ukr>.

Розробники:



(м.п.)

Дмитро БЕЛОЧЕНКО  
(Власне ім'я ПРІЗВИЩЕ)