

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ  
СПРАВ**

**Кафедра тактичної та спеціальної фізичної підготовки  
факультету № 3**

**МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ**

**до практичних занять  
навчальної дисципліни «Вогнева і тактико-спеціальна підготовка»  
вибіркових компонент освітньої програми другого(магістерського) рівня  
вищої освіти**

**262 Правоохоронна діяльність**

**Вінниця -2023**

## **ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 № 7

## **СХВАЛЕНО**

Вченою радою  
факультету № 3  
Протокол від 29.08.2023 № 8

## **ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
ХНУВС зі спеціальних дисциплін  
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 3. Протокол від 29.08.2023 № 17.

### **Розробники:**

#### **Тактика самозахисту**

##### **Тема № 4 «Подолання перешкод»**

Т.в.о. завідувача кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, капітан поліції Боровик Микола Олександрович.

Професор кафедри, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Забора Андрій Володимирович.

Викладач кафедри ст. лейтенант поліції Бурхайло Владислав Андрійович.

##### **Тема № 5 «Спеціальні підготовчі вправи»:**

Доцент кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, підполковник поліції Колісніченко Владислав Васильович.

Викладач кафедри, майор поліції Лукін Богдан Павлович

Викладач кафедри ст. лейтенант поліції Бурхайло Владислав Андрійович.

##### **Тема № 6 «Кидки та прийоми боротьби лежачи»:**

Т.в.о. завідувача кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, капітан поліції Боровик Микола Олександрович.

Старший викладач кафедри, капітан поліції Константинов Дмитро Вадимович.

Старший викладач кафедри Колесніков Віктор Володимирович.

##### **Тема № 7 «Удари та захист від ударів»:**

Доцент кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент підполковник поліції Колісніченко Владислав Васильович.

Старший викладач кафедри, капітан поліції Константинов Дмитро Вадимович.

Викладач кафедри, майор поліції Лукін Богдан Павлович.

**Тема № 8 «Способи затримання»:**

Старший викладач кафедри Колесніков Віктор Володимирович.

Старший викладач кафедри Бутенко Костянтин Валерійович.

Викладач кафедри, майор поліції Надутий Андрій Валерійович.

**Тема № 9 «Звільнення від захватів та обхватів»:**

Т.в.о. завідувача кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, капітан поліції Боровик Микола Олександрович.

Старший викладач, капітан поліції Константинов Дмитро Вадимович.

Викладач кафедри, майор поліції Лукін Богдан Павлович.

**Тема № 10 «Захист від загрози холодною зброєю»:**

Професор кафедри, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Забора Андрій Володимирович.

Старший викладач кафедри Колесніков Віктор Володимирович.

Викладач кафедри, майор поліції Надутий Андрій Валерійович.

**Тема № 11 «Захист від загрози вогнепальною зброєю»:**

Професор кафедри, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Забора Андрій Володимирович.

Старший викладач кафедри Колесніков Віктор Володимирович.

Старший викладач, капітан поліції Константинов Дмитро Вадимович.

**Тема № 12 «Способи взаємодопомоги»:**

Т.в.о. завідувача кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, капітан поліції Боровик Микола Олександрович.

Старший викладач кафедри Бутенко Костянтин Валерійович.

Викладач кафедри, майор поліції Надутий Андрій Валерійович.

**Тема № 13 «Розв'язання квестових «ситуативних завдань»:**

Т.в.о. завідувача кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, капітан поліції Боровик Микола Олександрович.

Доцент кафедри, кандидат педагогічних наук, доцент, підполковник поліції Колісніченко Владислав Васильович.

Викладач кафедри, старший лейтенант поліції Бурхайло Владислав Андрійович.

**Вогнева підготовка**

**Тема №3: «Прийоми та правила стрільби з пістолетів»**

Завідувач кафедри, полковник поліції Федоров Віталій Володимирович.

Старший викладач кафедри, Назаренко Олег Миколаєвич.

**Тема №5: «Ведення вогню з пістолетів за умовами індивідуальних вправ другої категорії курсу стрільби»**

Завідувач кафедри, полковник поліції Федоров Віталій Володимирович.

Старший викладач кафедри, Назаренко Олег Миколайович.

**Тема 5/1: «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №11 »**

**Тема №5/2: «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №12»**

**Тема №5/5: «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи№16»**

**Тема №5/7: «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи№23»**

**Рецензенти:**

Старший викладач циклу вогневої та фізичної підготовки Вінницького вищого професійного училища Департаменту поліції охорони підполковник поліції Несмачний В.П.

Провідний фахівець центру післядипломної освіти кандидат юридичних наук Овчаренко І.М.

# 1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами (денна форма навчання)

Номер та назва навчальної теми	Кількість годин відведених на вивчення навчальної дисципліни						Література, сторінки	Вид контролю
	Усього	з них:						
		Лекції	Семінарські заняття	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота		
Семестр № 1								
Тема № 4 «Подолання перешкод»	16	-	-	6	-	10		(залік)
Тема № 8 «Способи затримання»	14	-	-	4	-	10		
Тема № 9 «Звільнення від захватів та обхватів»	16	-	-	6	-	10		
Тема № 10 «Захист від загрози холодною зброєю»	16	-	-	4	-	10		
Тема № 3 «Прийоми та правила стрільби з пістолетів»	10	-	-	2	-	10		
Тема № 5/1 «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №11»	4	-	-	4	-	-		
Тема № 5/2 «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №12»	4	-	-	4	-	-		
Всього за семестр № 1	80	-	-	30	-	50		

## 2. Організаційно-методичні вказівки до практичних занять.

### Тема № 4: «Подолання перешкод»

#### Практичне заняття № 1: «Подолання перешкод».

##### Навчальна мета заняття:

- вдосконалення вмінь та навичок в подоланні перешкод;
- розвиток фізичних якостей, сили, спритності, витривалості та швидкості;
- виховання морально-вольових якостей: сміливості, рішучості, вміння діяти на фоні великих фізичних навантажень.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** єдина смуга перешкод.

##### Навчальні питання:

1. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод вперед.
2. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод в зворотному напрямку.

### 3. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод.

#### Література

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
2. Забора А.В., Лозовий Є.А., Боровик М.О. Подолання єдиної смуги перешкод. – Харків, ХНУВС, 2014. – 48 с. іл. - навчально-методичні вказівки.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Легка атлетика: техніка бігу та спеціальні бігові вправи», навчально-методичні рекомендації, О.А. Моргунов, О.А. Соколов, В.Ю. Соколова, М.А. Демчук; Харків, ХНУВС, 2013.- 48с. :іл.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/legk\\_athlet.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/legk_athlet.pdf)

#### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Секундомір -2шт.
2. Свисток -2шт.
3. Прапорець -2шт.
4. Граната -2шт.

#### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
1.	Організація слухачів : - шикування; - рапорт; - привітання особового складу; - перевірка особового складу; - огляд зовнішнього вигляду; - доведення теми, мети та навчальних питань заняття; - нагадати міри безпеки.	4 хв.	Група вишикувана в 2 шеренги. Доповідь командира групи. Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи. Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття слухачів.
2.	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці	1 хв.	Проводиться згідно стройового статуту з

	та в русі.		метою підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.
3.	Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці: - вправи для м`язів шиї; - рук, плечового поясу; - тулуба; - ніг; - вправи в парах.	10 хв.	Виконується в колону по одному або по два з інтервалом і дистанцією 2- 3 кроки. Кожну вправу виконати 6-8 разів. При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю. Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».
	Спеціальні підготовчі вправи: -подолання нескладних перешкод; =дії за раптовими командами.		
2	Основна частина 60 хв.		
1.	Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод вперед в цілому.	20 хв.	Група вишикувана у колону по два перед єдиною смугою перешкод. Вдосконалення проводити у повільному, середньому та швидкому темпі, із застосуванням перемінного, повторного та інтервального методів тренування. Організувати допомогу та страхування.
2.	Вдосконалення подолання єдиної смуги	20 хв.	Методика вдосконалення, аналогічна

	<b>перешкод в зворотному напрямку в цілому.</b>		вдосконаленню попереднього питання.
3.	<b>Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод в цілому.</b>	20 хв.	Методика вдосконалення, аналогічна вдосконаленню попереднього питання.
3	<b>Заключна частина 5 хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	1 хв.	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Група вишикувана в дві шеренги. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих слухачів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення вивченого матеріалу. Розвиток фізичних якостей.

## **Тема № 4: «Подолання перешкод»**

### **Практичне заняття № 2: «Подолання перешкод».**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення вмінь та навичок в подоланні перешкод;
- розвиток фізичних якостей, сили, спритності, витривалості та швидкості;
- виховання морально-вольових якостей: сміливості, рішучості, вміння діяти на фоні великих фізичних навантажень.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** єдина смуга перешкод.



### Навчальні питання:

1. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод вперед.
2. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод в зворотному напрямку.
3. Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод.

### Література

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
2. Забора А.В., Лозовий Є.А., Боровик М.О. Подолання єдиної смуги перешкод. – Харків, ХНУВС, 2014. – 48 с. іл. - навчально-методичні вказівки.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Легка атлетика: техніка бігу та спеціальні бігові вправи», навчально-методичні рекомендації, О.А. Моргунов, О.А. Соколов, В.Ю. Соколова, М.А. Демчук; Харків, ХНУВС, 2013.- 48с. :іл.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/legk\\_athlet.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/legk_athlet.pdf)

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Секундомір -2шт.
2. Свисток -2шт.
3. Прапорець -2шт.
4. Граната -2шт.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
1.	<b>Організація слухачів :</b> - шикування; - рапорт; - привітання особового складу; - перевірка особового складу; - огляд зовнішнього вигляду; - доведення теми, мети та навчальних питань заняття; - нагадати міри	4 хв.	Група вишикувана в 2 шеренги. Доповідь командира групи. Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи. Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття

	безпеки.		слухачів.
2.	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.	1 хв.	Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.
3.	Загальнорозвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці: - вправи для м`язів шиї; - рук, плечового поясу; - тулуба; - ніг; - вправи в парах.	10 хв.	Виконується в колону по одному або по два з інтервалом і дистанцією між слухачами 2-3 кроки. Кожну вправу виконати 6-8 разів. При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю. Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».
	Спеціальні підготовчі вправи: -подолання нескладних перешкод; -дії за раптовими командами.		
2	Основна частина -60 хв.		
1.	Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод вперед в цілому.	20 хв.	Група вишикувана у колону по два перед єдиною смугою перешкод. Вдосконалення проводити у повільному , середньому та швидкому темпі, із застосуванням перемінного, повторного та інтервального методів тренування. Організувати допомогу та страхування.

2.	<b>Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод в зворотному напрямку в цілому.</b>	20 хв.	Методика вдосконалення, аналогічна вдосконаленню попереднього питання.
3.	<b>Вдосконалення подолання єдиної смуги перешкод в цілому.</b>	20 хв.	Методика вдосконалення, аналогічна вдосконаленню попереднього питання.
<b>3.</b>	<b>Заключна частина- 5 хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	1хв.	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
2.	Підведення підсумків заняття.	3хв.	Група вишикувана в дві шеренги.. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих слухачів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
3.	Завдання на самопідготовку.	1хв.	Вдосконалення вивченого матеріалу. Розвиток фізичних якостей.

## **Тема № 4: «Подолання перешкод»**

### **Практичне заняття № 3: «Подолання перешкод».**

#### **Навчальна мета заняття:**

- контроль вмінь та навичок в подоланні єдиної смуги перешкод;
- розвиток фізичних якостей, сили, спритності, витривалості та швидкості;
- виховання морально-вольових якостей: сміливості, рішучості, вміння діяти на фоні великих фізичних навантажень.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** єдина смуга перешкод.

### Навчальні питання:

1.Контроль подолання єдиної смуги перешкод .

### Література

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

2. Забора А.В., Лозовий Є.А., Боровик М.О. Подолання єдиної смуги перешкод. – Харків, ХНУВС, 2014. – 48 с. іл. - навчально-методичні вказівки.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

3. Легка атлетика: техніка бігу та спеціальні бігові вправи», навчально-методичні рекомендації, О.А. Моргунов, О.А. Соколов, В.Ю. Соколова, М.А. Демчук; Харків, ХНУВС, 2013.- 48с. :іл.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/legk\\_athlet.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/legk_athlet.pdf)

### Матеріально-технічне забезпечення:

- |               |       |
|---------------|-------|
| 1. Секундомір | -2шт. |
| 2. Свисток    | -2шт. |
| 3. Прапорець  | -2шт. |
| 4. Граната    | -2шт. |

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
1.	Організація слухачів : - шикування; - рапорт; - привітання особового складу; - перевірка особового складу; - огляд зовнішнього вигляду; - доведення теми, мети та навчальних питань зан-	4 хв.	Група вишикувана в двошереножному строю. Доповідь командира групи. Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи. Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан

	яття; -довести міри безпеки.		спортивної форми, взуття, а також самопочуття слухачів.
2.	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.	1 хв.	Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.
3.	Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці: - вправи для м'язів ший; - рук, плечового поясу; - тулуба; - ніг; - вправи в парах.  Спеціальні підготовчі вправи: -подолання нескладних перешкод; -дії за раптовими командами	10 хв.	Виконується в колону по одному або по два з інтервалом і дистанцією між слухачами 2-3 кроки. Кожну вправу виконати 6-8 разів. При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю. Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».
2.	<b>Основна частина- 60 хв.</b>		
1.	<b>Контроль подолання єдиної смуги перешкод .</b>	<b>60хв.</b>	Контроль провести на двох напрямках по два слухача у забігу.. Оцінювання здійснювати згідно встановлених вимог. Звернути увагу на

			подолання всіх елементів смуги перешкод. Забезпечити страхування.
<b>3.</b>	<b>Заключна частина- 5 хв.</b>		
1.	Підведення підсумків заняття.	4хв.	Група вишикувана в дві шеренги. Довести результати і оцінки контрольної вправи. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих слухачів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
2.	Завдання на самопідготовку.	1хв.	Вдосконалення вивченого матеріалу. Розвиток фізичних якостей.

## Тема № 8: «Способи затримання»

### Практичне заняття № 1: «Способи затримання».

#### Навчальна мета заняття:

- вдосконалити техніку виконання прийомів затримання та супроводу;
- розвиток морально-вольових якостей слухачів на заняттях із фізичної підготовки;

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивний зал.

#### Навчальні питання:

1. Вдосконалення затримання при підході спереду (загинням руки за спину «ривком», «замком» та «нирком»).
2. Вдосконалення затримання при підході ззаду (загинанням руки за спину, з удушенням, дожиманням кисті та важелем руки назовні, важіль руки через предпліччя).

3. Вдосконалення затримання при підході збоку («важелем руки назовні, важелем руки до середини, вузлом руки назовні»).

### Література:

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010– 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби (татамі).
2. Секундомір -2шт.
3. Свисток -2ш.
4. Кайданки -на 50%групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	2.	3.	4.
<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>			
1.	Шикування, рапорт, привітання, перевірка особового складу, огляд зовнішнього вигляду. Оголошення теми, мети та навчальних питань заняття	4 хв.	Слухачі стоять у дві шеренги. Нагадати про заходи особистої безпеки під час виконання прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	Проводяться з метою організації групи.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі.	10 хв.	Включати вправи на увагу, координацію рухів.
1.	2.	3.	4.

<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
1.	Вдосконалення затримання при підході спереду (загинанням руки за спину «ривком», «замком» та «нирком»).	20хв.	Повторити усі затримання, у цілому, у середньому та швидкому темпі, відпрацювати затримання на місці та у русі після психофізичного навантаження.
2.	Вдосконалення затримання при підході ззаду (загинанням руки за спину, з удушенням, дожиманням кисті , важелем руки назовн. ) .	20хв.	Кожний прийом повторити по 2-3 рази кожному.
3.	Вдосконалення затримання при підході збоку («важелем руки назовні, важелем руки до середини, важелем руки через передпліччя ») .	20 хв.	Використовувати елементи єдиної та спеціальної смуги перешкод. Звернути увагу на правильність виконання больових прийомів, та фіксації правопорушника. Звертати увагу на правильність використання спецзасобів.
<b>3.</b>	<b>Заклучна частина-5хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання, шикування.	1 хв.	Виконувати в повільному темпі.
2.	Підбиття підсумків заняття.	3 хв.	Група вишикувана в дві шеренги Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих слухачів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення способів затримання.Розвиток фізичних якостей.

### Тема № 8: «Способи затримання»



## Практичне заняття № 2: «Способи затримання».

### Навчальна мета заняття:

- контроль способів затримання;
- розвиток фізичних та виховання морально-вольових якостей .

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивний зал.

### Навчальні питання:

1. Контроль способів затримання.

### Література:

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010— 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби (татамі).
2. Секундомір -2шт.
3. Свисток -2шт.
4. Кайданки -на 50%групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	2.	3.	4.
Підготовча частина – 15 хв.			
1.	Шикування, рапорт, привітання,	4 хв.	Слухачі вишикувані у

	перевірка особового складу, огляд зовнішнього вигляду. Оголошення теми, мети та навчальних питань заняття		дві шеренги.. Нагадати про заходи безпеки під час виконання прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	Проводяться з метою організації групи.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі.	10 хв.	Включати вправи на увагу, координацію рухів.
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
1.	<b>Контроль способів затримання.</b>  Теоретична частина:(правові підстави застосування поліцейських заходів, зміст вивчаемого матеріалу.)  Практична частина:(виконання 5 практичних завдань)	60хв.  15хв.	Довести умови контролю. Контроль організувати з двох частин: теоретична та практична. Повторити усі затримання, у цілому, у середньому та швидкому темпі самостійно.  Використовувати елементи єдиної та спеціальної смуги перешкод. Звернути увагу на правильність виконання вузлів, та фіксації порушника. Контроль затримання виконується по черзі в парах. На одному або двох учбових місцях. Звертати увагу на правильність використання спецзасобів.
	- затримання при підході спереду загинання руки за спину: «ривком» «нирком» «замком»	15хв.	
	-затримання при підході ззаду: «загинання руки за спину», « дожимання кисті», «важіль руки назовні», «загинання руки за спину через удушення» .	15 хв.	
	- затримання при підході збоку: «важіль руки назовні», «важіль руки до середини», «важіль руки через передпліччя».	15 хв.	
<b>3.</b>	<b>Заклучна частина – 5 хв.</b>		
1.	Підбиття підсумків заняття.	4 хв.	Оголосити оцінки, загальні та індивідуальні помилки. Відмітити кращих слухачів.
2.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення вмінь та навичок, розвиток

			фізичних якостей.
--	--	--	-------------------

## **Тема: № 9 «Звільнення від захватів та обхватів»**

### **Практичне заняття №1: «Звільнення від захватів та обхватів»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення прийомів звільнення від захватів та обхватів;
- розвиток фізичних та виховання морально-вольових якостей.

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала.

#### **Навчальні питання:**

1. Вдосконалення звільнення від захвату рук спереду (зверху, знизу).
2. Вдосконалення звільнення від захвату за шию, одяг спереду та ззаду, та ніг спереду.
3. Звільнення від обхвату тулубу (з руками та без рук) спереду та ззаду.

#### **Література:**

1. «Стійки, захвати, виведення із рівноваги, самострахування, кувирки та спеціальні підготовчі вправи», навчально-методичні рекомендації; уклад: Савінов О.В., Ковальов І.М., Харків: ХНУВС, 2014.-80с: 160 іл.
2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зонитіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
4. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

#### **Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби.

2. Секундомір -2шт.
3. Свисток -2шт.
4. Кайданки -на 50% групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина -15 хв.</b>		
1.	Шикування, рапорт. Доведення мети та теми заняття. Перевірка особового складу та зовнішнього вигляду. Доведення теми, мети та навчальних питань заняття.	4 хв.	Шикування у дві шеренги. Нагадати техніку безпеки при виконанні больових прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	З метою удосконалення стройового вишколу.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи у русі та на місці.	10 хв.	Включати вправи для розвитку сили, спритності та координації рухів.
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		

1.	<b>Вдосконалення звільнення від захватів рук спереду (зверху,знизу).</b>	20 хв.	Назвати прийом, зразково показати його виконання по розділах та вцілому.  Прийоми виконується у парах.
2.	<b>Вдосконалення звільнення від захвату за шию (одяг) спереду та ззаду, та ніг спереду.</b>	20 хв.	Обов'язково обозначити дозований удар по гомілці супротивника для полегшення виконання прийому.  При завершенні виконання прийомів повинен бути контроль ліктьового суглобу.
3.	<b>Вдосконалення звільнення від обхвату тулуба(з руками і без рук) спереду та ззаду.</b>	20 хв.	Прийоми виконуються 2 -3 рази у повільному, середньому , швидкому темпі .  Після виконання кожного прийому проводити зміну партнерів.  Надавати психо-фізичне навантаження.  Слідкувати за порядком застосування спеціальних засобів.
<b>3.</b>	<b>Заключна частина-5хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання на місці та в русі.	1 хв.	Вправи виконуються під керівництвом викладача
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Викладач звертає увагу на техніку виконання прийому і зроблені помилки та відмічає слухачів з найкращим виконанням.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення прийомів. Розвиток фізичних якостей.

## **Тема: № 9 «Звільнення від захватів та обхватів»**

### **Практичне заняття №2 «Звільнення від захватів та обхватів»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення прийомів звільнення від захватів та обхватів;
- розвиток фізичних та виховання морально-вольових якостей.

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала.

#### **Навчальні питання:**

1. Вдосконалення звільнення від захвату рук спереду (зверху, знизу).
2. Вдосконалення звільнення від захвату за шию, одяг спереду та ззаду, та ніг спереду.
3. Вдосконалення звільнення від обхвату тулубу (з руками та без рук) спереду та ззаду.

#### **Література:**

1. «Стійки, захвати, виведення із рівноваги, самострахування, кувирки та спеціальні підготовчі вправи», навчально-методичні рекомендації; уклад: Савінов О.В., Ковальов І.М., Харків: ХНУВС, 2014.-80с: 160 іл.
2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зонитіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
4. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

#### **Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби.
2. Секундомір -2шт.
3. Свисток -2шт.
4. Кайданки -на 50% групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина -15 хв.</b>		
1.	Шикування, рапорт. Доведення мети та теми заняття. Перевірка особового складу та зовнішнього вигляду. Доведення теми, мети та навчальних питань заняття.	4 хв.	Шикування у дві шеренги. Нагадати техніку безпеки при виконанні больових прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	З метою удосконалення стройового вишколу.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи у русі та на місці.	10 хв.	Включати вправи для розвитку сили, спритності та координації рухів.
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		

1.	<b>Вдосконалення звільнення від захватів рук спереду (зверху,знизу).</b>	20 хв.	Назвати прийом, зразково показати його виконання по розділах та вцілому.  Прийоми виконується у парах.
2.	<b>Вдосконалення звільнення від захвату за шию (одяг) спереду та ззаду, та ніг спереду.</b>	20 хв.	Обов'язково обозначити дозований удар по гомілці супротивника для полегшення виконання прийому.  При завершенні виконання прийомів повинен бути контроль ліктьового суглобу.
3.	<b>Вдосконалення звільнення від обхвату тулуба(з руками і без рук) спереду та ззаду.</b>	20 хв.	Прийоми виконуються 2 -3 рази у повільному, середньому , швидкому темпі .  Після виконання кожного прийому проводити зміну партнерів.  Надавати психо-фізичне навантаження.  Слідкувати за порядком застосування спеціальних засобів.
<b>3.</b>	<b>Заключна частина-5хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання на місці та в русі.	1 хв.	Вправи виконуються під керівництвом викладача
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Викладач звертає увагу на техніку виконання прийому і зроблені помилки та відмічає слухачів з найкращим виконанням.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення прийомів. Розвиток фізичних якостей.



## **Тема: № 9 «Звільнення від захватів та обхватів»**

### **Практичне заняття №3: «Звільнення від захватів та обхватів».**

#### **Навчальна мета заняття:**

- контроль рівня засвоєння навчального матеріалу за темою: «Звільнення від захватів та обхватів»;
- розвиток фізичних та виховання морально-вольових якостей.

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала.

#### **Контрольні питання:**

1. Контроль звільнення від захватів та обхватів.

#### **Література:**

1. «Стійки, захвати, виведення із рівноваги, самострахування, кувирки та спеціальні підготовчі вправи», навчально-методичні рекомендації; уклад: Савінов О.В., Ковальов І.М., Харків: ХНУВС, 2014.-80с: 160 іл.
2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зонитіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
4. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

#### **Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби.
2. Куртки самбо на кожного слухача.
3. Секундомір -2шт
4. Свисток -2шт

5. Кайданки -на 50% групи

**План проведення заняття**

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина-5хв.</b>		
1.	Шикування, рапорт. Перевірка особового складу та зовнішній вигляд Доведення теми, мети, навчальних питань заняття Перевірка особового складу та зовнішній вигляд.	4 хв.	Шикування у дві шеренги. Звернути увагу на самопочуття слухачів та міри безпеки при виконанні больових прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	З метою удосконалення стройового вишколу.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи у русі та на місці.	10 хв.	Включати вправи для розвитку сили, спритності та координації рухів.
<b>2.</b>	<b>Основна частина-60хв.</b>		
1.	<b>Контроль прийомів звільнення від захватів та обхватів.</b>  -Теоретична частина:(правові підстави застосування поліцейських заходів та змісту вивчаємої теми)  -Практична частина:(виконання 5 практичних завдань)	60хв.	Довести умови контролю.  Організувати контроль з двох частин(теоретична, практична).  Виконання здійснюється проти 5 противників. Викладач дає 5 завдань на власний розсуд.  Типові помилки які допускаються при звільненні захватів і обхватів вказані у додатку №1

Додаток №1			
№ з/п	Помилки	Штрафні бали	Методичні рекомендації щодо усунення помилок
1.	Відсутнє переміщення центру ваги	0,5	Захопити праву руку супротивника обома руками з перенесенням центру ваги тіла на ліву ногу, при цьому корпус тіла нахилити у лівий бік
2.	Пауза при переході від удару до захвату руки	0,5	Відразу після удару в пах супротивника різким рухом виконати захват його правої або лівої руки
3.	Неправильно виконаний «нирок» (занадто близька відстань)	0,5	Зробивши крок лівою ногою назад–праворуч, «піднирнути» під руку супротивника, не торкаючись його корпусу, і міцно утримуючи руку, випрямити корпус для подальшого проведення затримання.
4.	Відсутній удар у ліктювий згин	0,5	Завдати удар основою долоні в ліктювий згин супротивника, виконуючи загинання його руки за спину
5.	Неправильне піднімання в стійку	1	Чітко подавати супротивнику команди. Для правильного виконання: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Лягти на правий бік» - захопити правою рукою ліве плече супротивника та різким рухом потягнути його на себе;</li> <li>- «Коліна до грудей»,</li> </ul>

			<p>«На коліна» - захопити правою рукою праве плече супротивника та різким рухом від себе поставити його на коліна;</p> <p>- «Праву ногу вперед» - перенести центр ваги супротивника на ліве коліно, даючи йому можливість поставити праву ногу на стопу;</p> <p>- «Встати» - утримуючи правою рукою ближнє плече супротивника і створюючи больове відчуття в ліктьовому й плечовому суглобах, підняти його на ноги та зафіксувати кінцеве положення</p>
6.	Відсутній розслаблюючий удар	1,5	Завдати розслаблюючого удару рукою або коліном правої (лівої) ноги в пах супротивника одночасно із захватом.
7.	Відсутній ривок	1,5	Після розслаблюючого удару швидко зробити крок назад–праворуч і виконати ривковий рух руками з одночасним розворотом свого тулуба
8.	Відсутній контроль ліктьового суглоба	0,5	Лівою рукою, натискаючи на правий (лівий) лікоть супротивника, звести його так, щоб плече супротивника лежало на лівому (правому) боці того, хто виконує прийом
3.	<b>Заклучна частина-5хв.</b>		

1.	Підведення підсумків заняття.	4 хв.	Оголосити оцінку. Викладач звертає увагу на техніку виконання прийому і зроблені помилки та відмічає слухачів з найкращим виконанням.
2.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Відпрацювання та удосконалення теми самостійно. Розвиток фізичних якостей.

### **Тема: № 10 «Захист від загрози холодною зброєю»**

#### **Практичне заняття № 1: «Захист від загрози холодною зброєю».**

##### **Навчальна мета заняття:**

- удосконалити техніки захисту від ударів холодною зброєю;
- розвиток фізичних якостей: сили, швидкості та спритності, вмінь і навичок при захисті;
- виховання морально-вольових якостей.

##### **Навчальні питання:**

1. Вдосконалення захисту від удару ножем зверху.
2. Вдосконалення захисту від удару ножем збоку.
3. Вдосконалення захисту від удару ножем знизу.
4. Вдосконалення захисту від удару ножем прямо.
5. Вдосконалення захисту від удару ножем навідліг.

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала.

##### **Література**

1. Вища освіта України і болонський процес: Навчальний посібник / За ред. В.Г. Кременя; Авт. кол.: М.Ф. Степко, Я.Я. Болюбаш, В.Д. Шинкарук, В.В. Грубінко, І.І. Бабин. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 384 с.

2. «Обеззброєння та затримання злочинців, озброєних холодною або вогнепальною зброєю», навчально - методичні рекомендації; уклад: Моргунов О.А., Сергієнко В.В., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2012. – 48с. :іл. [http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/obezbroy.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/obezbroy.pdf)

3. В.О. Артем'єв, В.В. Сергієнко, О.А. Ярещенко. Посібник – Спеціальна фізична підготовка, 2011. -380 с.

4. «Застосування заходів фізичного впливу для затримання правопорушника озброєного холодною зброєю»;уклд: Моргунов О.А., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2017. – 28с. :іл.<http://lib.univd.edu.ua/?controller=service&action=downloadRep&id=103369>

#### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби.
2. Гумові макети ножів -на 50% групи
3. Секундомір -2 шт.
4. Кайданки -на 50% групи

#### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина-15хв.</b>		
1.	Шикування, рапорт, переклик, огляд зовнішнього вигляду. Доведення теми, мети та завдань заняття.	4 хв.	Група вишикувана у дві шеренги.  Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.  Нагадання заходів безпеки підчас виконання прийомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	З метою удосконалення стройового вишколу.
3.	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи у русі та на місці. Вправи в парах і простіші двобої.	10 хв.	Включати вправи для розвитку сили, спритності та координації рухів.
<b>2.</b>	<b>Основна частина-60хв.</b>		

1.	<p><b>Вдосконалення захисту від удару ножем зверху.</b></p> <p><b>В.П. – працівник поліції знаходиться у лівобічній стійці. Супротивник наносить удар правою рукою ножем зверху.</b></p> <p>Виконання прийому:</p> <p>Лівою ногою виконати широкий крок вперед-ліворуч, водночас із цим, зустрічним рухом ребром долоні прямої лівої руки виконати блокування передпліччя озброєної руки супротивника. Правою рукою захопити праве зап'ястя руки супротивника та вивести його з рівноваги.</p> <p>З обертанням через праве плече кроком правої ноги назад по колу, лівою рукою захопити праве зап'ястя супротивника та виконати важіль руки досередини. Натискаючи правою долонею на зовнішню поверхню правої кисті супротивника в бік природного згину променево-зап'ястного суглобу, обеззброїти його. Виконати загинання руки супротивника за спину та перевести його в положення супроводження.</p>	20хв.	<p>Провести опитування слухачів за вивчаємої темою.</p> <p>Показати прийом у швидкому темпі ,звернути увагу на техніку виконання.</p> <p>Група вишикувана обличчям один до одного.</p> <p>Особовий склад групи поділяється на перші та другі номери. За командою викладача перші нападають, другі захищаються.</p> <p>Тренування ударів ножем проводити методом групового тренування.</p> <p>Звернути особливу увагу слухачів на заходи попередження травматизму.</p> <p>Тренування прийомів проводити в повільному, середньому та швидкому темпі з різних вихідних положень.</p> <p>Повторити прийоми 1-2 рази.</p> <p>Зміну партнерів проводити після виконання кожного прийому.</p> <p>.Після виконання кидка подати команди: «Розвернутися на правий бік», «Зігнути ноги у</p>
----	---	-------	--

			колінах», «Встати»
2.	<p><b>Вдосконалення захисту від удару ножем збоку.</b></p> <p><b>В.П.: працівник поліції знаходиться в лівобічній стійці. Супротивник наносить удар ножем збоку у шию правою рукою.</b></p> <p>Виконання прийому:</p> <p>Лівою ногою виконати широкий крок вперед-ліворуч, водночас із цим, зустрічним рухом ребром долоні прямої лівої руки виконати блокування озброєної руки супротивника в ліктьовий згин. Правою рукою захопити праве зап'ястя руки супротивника та вивести його з рівноваги.</p> <p>З обертанням через праве плече кроком правої ноги назад по колу, лівою рукою захопити праве зап'ястя супротивника та виконати важіль руки досередини. Натискаючи правою долонею на зовнішню поверхню правої кисті супротивника в бік природного згину променево-зап'ястного суглобу, обеззброїти його. Виконати загинання руки супротивника за спину та</p>	10 хв.	<p>Назвати та показати прийом зразково в цілому.</p> <p>Особовий склад групи поділяється на перші та другі номери. Тренувати вправу за командою «Готуйсь! Прийом!»: перші номери нападають, другі - захищаються.</p> <p>Після засвоєння прийому першими номерами подати команду: «Другі номери нападають, перші - захищаються».</p> <p>При захисті від удару ножем відхід з лінії атаки виконувати швидко, ближче до спини супротивника.</p> <p>Блокування виконати обов'язково в початковій фазі удару!</p> <p>При виконанні важеля руки до середини намагатися покласти супротивника на живіт.</p> <p>Тренування захисту від ударів ножем проводити одночасним, або груповим методом.</p> <p>Звернути увагу слухачів на заходи попередження</p>



	перевести його в положення супроводження.		травматизму.  Тренування проводити в цілому, в повільному темпі.
3.	<p><b>Вдосконалення захисту від удару ножем знизу.</b></p> <p><b>В.П. – працівник поліції знаходиться у лівобічній стійці. Супротивник наносить удар ножем правою рукою знизу в живіт.</b></p> <p>Виконання прийому.</p> <p>З кроком лівої ноги вперед-ліворуч зупинити руку супротивника різноманітним передпліччям, одночасно захопити правою рукою за лікоть супротивника та нанести удар правою ногою у вразливу точку.</p> <p>Поставити праву ногу назад, перенести вагу свого тіла назад, одночасно виконати ривок руки супротивника на себе. Виконати загинання руки супротивника за спину та перевести його на супроводження за допомогою больового контролю.</p>	10 хв.	<p>Показати виконання прийому в цілому.</p> <p>Група вишикувана обличчям один до одного.</p> <p>Особовий склад групи поділяється на перший та другий номери. За командою викладача перші номери нападають, другі - захищаються. Вивчати вправу за командою «Готуйсь! Прийом!».</p> <p>Тренування ударів ножем проводити одночасним, або</p> <p>методом групового тренування.</p> <p>Звернути особливу увагу слухачів на заходи попередження травматизму.</p> <p>Тренування проводити в цілому, в повільному середньому та швидкому темпі.</p>

			Подати команди: «Розвернутися на правий бік», «Зігнути ноги у колінах», «Встати»
4.	<p><b>Вдосконалення захисту від удару ножом прямо.</b></p> <p><b>В.П. – працівник поліції знаходиться у лівобічній стійці. Супротивник наносить удар правою рукою ножом прямо в груди.</b></p> <p>Виконання прийому:</p> <p>З кроком лівої ноги вперед-ліворуч, лівою рукою відвести озброєну руку супротивника праворуч, одночасно вибити долонею правої руки зброю супротивника і правою ногою виконати удар у вразливу точку супротивника.</p> <p>Повернутись на півоберта ліворуч, натиснути на кисть супротивника, виконати важіль кисті назовні з одночасним кидком його на підлогу, під впливом больового контролю перевернути супротивника на груди та виконати загинання руки за спину.Завести праву руку супротивника за спину. Передпліччям правої руки упертися у його шию та перевести в положення супроводження.</p>	10 хв.	<p>Назвати вправу та зразково показати прийом у цілому.</p> <p>Особовий склад групи поділяється на перші та другі номери. Тренувати вправу за командою «Готуйсь! Прийом!»: перші номери нападають, другі - захищаються.</p> <p>Після засвоєння прийому першими номерами подати команду: «другі нападають, перші захищаються».</p> <p>Обов'язково позначати нанесення удару в пах або в гомілку!</p> <p>Важіль руки проводити таким чином, щоб супротивник опинився у положенні лежачи на животі, що є найбільш безпечнішою для працівника поліції.</p> <p>Тренування ударів ножом проводити одночасним, або груповим методом.</p> <p>Звернути увагу на заходи попередження</p>

			<p>травматизму.</p> <p>Подати команди: «Розвернутися на правий бік», «Зігнути ноги у колінах», «Встати».</p>
5.	<p><b>Вдосконалення захисту від удару ножем навідліг.</b></p> <p><i>В.П. – працівник поліції знаходиться у лівобічній стійці. Супротивник наносить удар правою рукою ножем навідліг в шию.</i></p> <p>Виконання прийому:</p> <p>Лівою ногою виконати широкий крок вперед до супротивника, виходячи із зони ураження., одночасно обертаючись на півоберта праворуч, виконати блокування озброєної руки (не нижче ліктьового згину) передпліччям.</p> <p>Продовжити обертання через праве плече кроком правої ноги назад по колу, лівою рукою захопити праве зап'ястя супротивника. Виконати важіль руки досередини, натискаючи правою долонею на зовнішню поверхню правої кисті супротивника в бік природного згину променево-зап'ястного суглобу, обеззброїти його. Виконати</p>	10 хв.	<p>Назвати вправу та зразково показати прийом в цілому.</p> <p>Особовий склад групи поділяється на перші та другі номери. Тренувати вправу за командою «Готуйсь! Прийом!»: перші номери нападають, другі - захищаються.</p> <p>Після засвоєння прийому першими номерами подати команду: «Другі номери нападають, перші - захищаються».</p> <p>Тренування захисту від ударів ножем проводити одночасним або груповим методом.</p> <p>Звернути особливу увагу на заходи попередження травматизму.</p> <p>Тренування проводити в цілому, в повільному, середньому та швидкому темпі.</p> <p>Слідкувати за правильністю техніки виконання.</p>

	загинання руки супротивника за спину та перевести його в положення супроводження.		
<b>3.</b>	<b>Заключна частина-5хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	1 хв.	Група в колону по одному, дистанція 2-3 кроки, кожен вправу виконувати 3-5 разів.
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Оголосити оцінки за теоретичне опитування.  Зробити зауваження та вказати на позитивні сторони заняття.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення прийомів за вивчаємої темою. Розвиток фізичних якостей.

### **Тема: №10 «Захист від загрози холодною зброєю»**

#### **Практичне заняття №2: «Захист від загрози холодною зброєю».**

##### **Навчальна мета заняття:**

- контроль за темою: «Захист від загрози холодною зброєю».
- розвиток фізичних якостей: сили, швидкості та спритності.
- виховання морально-вольових якостей.

##### **Навчальні питання:**

1. Контроль захисту від ударів ножом .

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала.

##### **Література**

1. Вища освіта України і болонський процес: Навчальний посібник / За ред. В.Г. Кременя; Авт. кол.: М.Ф. Степко, Я.Я. Болюбаш, В.Д. Шинкарук,

В.В. Грубінко, І.І. Бабин. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 384 с.

2. «Обеззброєння та затримання злочинців, озброєних холодною або вогнепальною зброєю», навчально - методичні рекомендації; уклд: Моргунов О.А., Сергієнко В.В., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2012. – 48с. :іл. [http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/obezbroy.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/obezbroy.pdf)

3. В.О. Артем'єв, В.В. Сергієнко, О.А. Ярещенко. Посібник – Спеціальна фізична підготовка, 2011. -380 с.

4. «Застосування заходів фізичного впливу для затримання правопорушника озброєного холодною зброєю»;уклд: Моргунов О.А., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2017. – 28с. :іл.<http://lib.univd.edu.ua/?controller=service&action=downloadRep&id=103369>

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби.
2. Гумові муляжі ножів - на 50% навчальної групи.
3. Секундомір -2шт.
4. Кайданки -на 50% групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина-5хв.</b>		
1.	Шикування,рапорт, перевірка особового складу , огляд зовнішнього вигляду.  Доведення теми, мети та навчальних завдань заняття.	4 хв.	Група вишикувана у дві шеренги. Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.  Нагадання заходів безпеки підчас виконання приомів.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	З метою удосконалення стройового вишколу.
3.	Загально-розвиваючі,спеціальні вправи у русі та на місці. Вправи в парах і простіші двобої.	10 хв.	Включати вправи для розвитку сили, швидкості та координації рухів.
2.	<b>Основна частина-60хв.</b>		

<p><b>1.</b></p>	<p><b>Контроль захисту від ударів ножем:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- зверху;</li>   <li>- збоку;</li>   <li>- знизу;</li>   <li>- прямо;</li>   <li>- навідліг.</li> </ul>	<p>Довести умови проведення контролю.</p> <p>Теоретична частина:</p> <p>Опитати 8 – 10 слухачів, застосовуючи активний метод за змістом вивчаємої теми, а також правових підстав застосування поліцейських заходів.</p> <p>.Практична частина:.</p> <p>Два слухача знаходяться спиною один до одного, за командою «Прийом!», повертаються обличчям один до одного стрибком, один позначає, а другий виконує прийом.</p> <p>Оцінювання провести 5 прийомів.</p> <p>Тренування перед контролем проводити поточним методом відповідно до методичних вказівок попередніх занять. Під час контролю оцінювати правильність техніки виконання прийомів згідно із методичними рекомендаціями за даною темою.</p>
------------------	---	--

	<b>Заклучна частина-5хв.</b>		
<b>1.</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>4 хв.</b>	Оголосити оцінки за теоретичне опитування та практичну частину. Зробити зауваження та вказати на позитивні сторони заняття.
<b>2.</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Вдосконалення прийомів. Розвиток фізичних якостей.

### **Тема № 3: «ПРИЙОМИ ТА ПРАВИЛА СТРІЛЬБИ З ПІСТОЛЕТІВ»**

**Мета заняття:** 1. Виховати у курсантів повагу до зброї поліцейського та впевненість у її надійності.  
 2. Оволодіти прийомами та правилами стрільби з пістолетів.  
 3. Шляхом тренування, досягти впевненого володіння зброєю.

- **Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

#### **Учбові питання:**

1. Підготовка до стрільби.
2. Виконання пострілу.
3. Закінчення стрільби.

#### **Матеріальне забезпечення:**

1. Учбові пістолети Макарова – на кожного курсанта.
2. 9 мм патрони учбові – 3 шт. на кожного курсанта.
3. Кобури – на кожного курсанта.
4. Мультимедійний проектор.
5. Екран.
6. Стенди.
7. Крейда, класна дошка.

### **Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заключна частина – 10 хв.

### **План проведення заняття:**

#### **ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Перевірити готовність аудиторії та матеріального забезпечення до заняття.*
- *Провести перевірку знання вивченого матеріалу із застосуванням контрольних карток.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*
- *Перейти до викладання матеріалу.*

#### **ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

##### **Стрільба з пістолета складається з виконання таких прийомів:**

- а) підготовка до стрільби** (заряджання пістолета, прийняття вихідного положення);
- б) виконання пострілу** (прицілювання, спуск курка);
- в) припинення стрільби** (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета);

Перед початком виконання вправи зі стрільби керівник стрільб на вихідному рубежі перевіряє готовність зміни (стрільця) до її виконання, після чого дає роздавачеві боєприпасів команду видати зміні (стрільцю) боєприпаси.

Стрілець, який отримав боєприпаси, оглядає їх та голосом доповідає керівнику стрільб, наприклад: **«Курсант Романенко три бойові патрони отримав та оглянув!»**. За наявності зауважень до цілісності та якості боєприпасів стрілець доповідає про них керівнику стрільб, а керівник стрільб уживає заходів для їх заміни.

За командою керівника стрільб **«Спорядити магазин!»** зміна (стрілець) самостійно споряджає магазин (магазини) та приєднує його до



зброї (вкладає до кишені для запасного магазина кобури, підсумку, розвантажувального жилета).

Керівник стрільб, переконавшись, що до стрільби все готове, визначає кожному стрільцю його ціль (мішень) та подає одну з таких команд: **«На рубіж відкриття вогню – кроком (бігом) руш!»**, **«Приготуватися!»**, що одночасно є наказом для переміщення зміни (стрільця) на рубіж відкриття вогню;

Перемістившись на рубіж відкриття вогню, зміна (стрілець) одягає захисні окуляри, протишумові навушники, приймає положення для стрільби та, зайнявши вихідне положення, голосом доповідає про готовність, наприклад: **«Курсант Романенко до стрільби готовий!»**.

Виключно за командою керівника стрільб: **«Вогонь!»** (**«Рух!»**, **«Уперед!»**, **«Старт!»**) або за звуковим сигналом таймера зміна (стрілець) розпочинає виконання вправи зі стрільби, після завершення виконання якої доповідає, наприклад: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!»**, після чого за командою **«Зброю до огляду!»** забезпечує огляд зброї керівником стрільб.

Після огляду зброї керівник стрільб подає команду **«Оглянуто!»** та, переконавшись в її виконанні зміною (стрільцем), подає команду **«Відбій!»**. За необхідності огляду мішеней керівник стрільб подає команду **«Зміна до мішеней кроком (бігом) руш!»**. На рубежі огляду мішеней зміна (стрілець) повинна зупинитися, а керівник стрільб - оголосити кожному стрільцю його результати та оцінку.

Після огляду мішеней зміна (стрілець) за командою керівника стрільб повертається на вихідний рубіж.

При виконанні вправ зі стрільби вогонь ведеться:

**у статичному положенні** – постріли виконуються стрільцем стоячи, з коліна, у присіді, лежачи, не змінюючи положення в просторі;

**у динамічному положенні** – постріли виконуються стрільцем у русі (без зупинки).

#### **Види вихідного положення:**

**«зброя розряджена»** – пістолет у кобурі (розвантажувальному жилеті) розряджений, без магазина в рукоятці;

**«зброя в кобурі»** – пістолет зафіксований у кобурі, усі патрони в магазині, запобіжник увімкнений;

**«заряджена зброя в кобурі»** – пістолет зафіксований у кобурі, патрон у патроннику, решта патронів – у магазині, запобіжник увімкнений;

**«позиція очікування»** – стрілець утримує пістолет, автомат (штурмову гвинтівку) стволом, спрямованим під кутом 45-60 градусів угору або вниз у напрямку лінії мішеней, запобіжник увімкнено або вимкнено.

Залежно від умов вправи може займатися положення для стрільби стоячи, з коліна, у присіді, лежачи;

**«позиція готовності»** – стрілець тримає заряджену зброю (пістолет – одnorучним або дворучним хватом біля тулуба, на рівні сонячного сплетіння), стволом, спрямованим під кутом донизу в напрямку лінії мішеней, указівний палець сильної руки знаходиться на запобіжній скобі, рамці пістолета або вздовж затвора (для штурмової гвинтівки (автомата) – на ствольній коробці).

Наявність магазина в рукоятці та патронів у магазині визначається умовами виконання вправи. Позиція може займатися в положенні для стрільби стоячи, з коліна, у присіді, лежачи;

### **Приведення зброї в готовність передбачає:**

- спрямування стрільцем ствола зброї в бік цілі (мішені), вимкнення запобіжника та досилання патрона до патронника (вихідні положення «зброя розряджена», «зброя в кобурі», «позиція очікування»);

- спрямування стрільцем ствола зброї в бік цілі (мішені), вимкнення запобіжника та поставлення курка на бойовий звід (вихідне положення «заряджена зброя в кобурі»).

**Команди та доповіді**, що подаються керівником стрільб і доповідяються стрільцем (змінною, групою) під час виконання вправ зі стрільби:

#### **1) команди:**

**«Вгору!»** – перед зміною положення для стрільби;

**«Відхід!»** – перед початком руху від мішені;

**«Зброю на запобіжник!»** – для увімкнення запобіжника;

**«Перенесення зброї!»** – для зміни способу тримання зброї;

**«Рух!», «Старт!», «Уперед!»** – перед початком руху стрільців у напрямку мішені;

**«Тактична заміна!»** – для заміни магазина з меншою кількістю патронів магазином з більшою кількістю і використання його надалі;

#### **2) доповіді:**

**«Вгору!»** – перед зміною положення для стрільби, що дублює відповідну команду керівника стрільб або доповідь іншого стрільця групи;

**«Відхід!»** – перед початком руху від мішені, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

**«Готовий!»** – перед початком виконання вправи, після усунення затримки при стрільбі, заміни магазина та готовності до ведення вогню;

**«Довгий пустий! Працюю коротким!»** – при закінченні патронів в автоматі (штурмовій гвинтівці) та використання надалі пістолета;

**«Доповнюю!»** – при заміні зброї чи магазинів після доповіді одного зі стрільців групи: **«Контролюю! Доповнюю!»**;

«Зміна!» – доповідь стрільця, який контролює мішень, для перегрупування (дублюється стрільцями групи);

«Контролюю! Доповнюй!» – доповідь стрільця, який контролює мішень для надання можливості заміни зброї чи магазинів іншому стрільцю групи;

«Перенесення зброї!» – перед зміною способу тримання зброї, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

«Прикриваю!» – доповідь стрільця, який буде вести вогонь після доповіді одного зі стрільців групи: «Проблема!»;

«Проблема!» – у разі виникнення затримки при стрільбі чи закінченні патронів;

«Пустий!» – після закінчення патронів;

«Рух!» – перед початком руху в напрямку мішені, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

«Тактична заміна!» – перед заміною магазину з меншою кількістю патронів магазином з більшою їх кількістю;

«Ціль!» – після візуальної ідентифікації мішені, яку необхідно вразити;

«Чисто!» – після враження мішені та її візуальної перевірки.

*Прийоми та правила стрільби можна викладати на прикладі виконання однієї з вправ учбових стрільб першої категорії.*

Зміна знаходиться на вихідному рубежі. Пістолет з магазином без патронів знаходиться в кобурі на поясному ремені.

За командою керівника стрільб роздавач патронів видає кожному стріляючому патрони, виходячи з умов вправи, яка виконується.

Під час тренування курсанти отримують учбові патрони, оглядають їх та доповідають: **«Курсант Романенко три (чотири, ...) бойові патрони одержав та оглянув».**

За командою керівника стрільб: **«Зміна, спорядити магазини»** необхідно виконати спорядження магазину патронами.

**Для спорядження магазину патронами необхідно:**

Вилучити магазин з основи рукоятки, не виймаючи пістолета із кобури; спорядити магазин патронами, для чого утримуючи магазин у лівій руці, правою рукою вставляти в магазин один за одним патрони, натискаючи при цьому великим пальцем до тих пір, поки патрон не зайде за верхні загнуті краї бокових стінок корпуса магазину, просунути його капсулом впритул до задньої стінки корпуса магазину; уставити магазин в основу рукоятки, також не виймаючи пістолета з кобури.

Якщо пістолет і магазин знаходяться на стійці для стрільби окремо, то стрілець споряджає магазин патронами і далі тримає його в руці.

## **1. Підготовка до стрільби.**

За командою **«Зміна, заряджай!»** необхідно прийняти положення для стрільби і виконати заряджання пістолета.

**Для заряджання пістолета необхідно:**

Якщо зброя знаходиться в кобурі, стрілець дістає її, направляє на мішень, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник та доповідає про готовність. Для прийняття вихідного положення **«заряджена зброя в кобурі»** стрілець дістає пістолет, направляє його стволом на мішень, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник, повертає пістолет у кобуру та доповідає про готовність. Якщо ж пістолет знаходиться на стійці для стрільби, стрілець бере його сильною рукою, направляє стволом на мішень, приєднує магазин до основи рукоятки, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник та доповідає про готовність: **«Курсант Романенко до стрільби готовий!»**.

За командою **«Приготуватися!»**, перебуваючи у вихідних положеннях **«зброя розряджена»**, **«зброя в кобурі»** або **«позиція очікування»**, стрілець обирає відповідне положення для стрільби та доповідає про готовність.

Керівник стрільб, переконавшись у приготуванні до стрільби, подає команду **«Вогонь!»**.

**За командою «Вогонь!» необхідно:**

- перебуваючи у вихідному положенні **«зброя розряджена»**, **«зброя в кобурі»**, стрілець дістає пістолет з кобури, направляє його стволом на мішень, вимикає запобіжник, досилає (імітує) патрон у патронник та здійснює (імітує) визначену умовами виконання вправи кількість пострілів;
- перебуваючи у вихідному положенні **«заряджена зброя в кобурі»**, стрілець дістає пістолет з кобури, направляє стволом на мішень, вимикає запобіжник, ставить курок на бойовий звід (у разі необхідності) та здійснює визначену умовами виконання вправи кількість пострілів;
- перебуваючи у вихідному положенні **«позиція очікування»**, стрілець спрямовує ствол у напрямку мішені, вимикає запобіжник (у разі необхідності), ставить курок на бойовий звід та здійснює визначену умовами виконання вправи кількість пострілів.

## **2. Виконання пострілу.**

**Для виконання пострілу необхідно:**

Вибрати область прицілювання; не припиняючи спостереження за ціллю, витягти праву руку з пістолетом уперед, утримуючи пістолет за рукоятку кистю правої руки; накласти вказівний палець цієї руки першою фалангою на хвіст спускового гачка; витягти по лівій стороні рукоятки великий палець правої руки паралельно напрямку ствола; руку зі зброєю тримати вільно, без напруги, кисть тримати в площині, що проходить через вісь каналу ствола і лікоть руки; рукоятку пістолета не стискати і тримати її по можливості одноманітно.

**Прицілювання - це комплекс дій стріляючого, призначений для придання каналу ствола пістолета положення в просторі, який забезпечує політ кулі в потрібному напрямку та на необхідну відстань.**

**Для прицілювання необхідно:**

Затримати подих на природному видиху, закрити ліве око, а правим дивитися через проріз цілика на мушку так, щоб мушка знаходилась посередині прорізу, а вершина її нарівні з верхніми краями цілика; у такому положенні підвести пістолет під точку прицілювання (не звалюючи його) і одночасно почати натискання на хвіст спускового гачка.

**Для спуску курка необхідно:**

Утримуючи подих, плавно натискати першим суглобом вказівного пальця на хвіст спускового гачка, поки курок непомітно для стріляючого, як би сам собою, не зірветься з бойового зводу, тобто поки не відбудеться постріл.

При попередньо зведеному курку варто мати на увазі, що спусковий гачок має деякий вільний хід, при якому пострілу не відбудеться.

При натисканні на хвіст спускового гачка тиск пальця робити прямо назад.

Стріляючий повинен плавно збільшувати тиск на хвіст спускового гачка протягом того часу, коли вершина рівної мушки сполучається з точкою прицілювання; коли ж мушка відхилиться від точки прицілювання, стріляючий повинен, не збільшуючи, але і не послабляючи тиск, виправити наведення і, як тільки рівна мушка знову сполучиться з точкою прицілювання, знову плавно підсилити натискання на хвіст спускового гачка.

При спуску курка не слід бентежитися незначними коливаннями мушки в точці прицілювання; прагнення зробити спуск обов'язково в момент найкращого збігу мушки з точкою прицілювання може викликати різке натискання на спусковий гачок, а звідси – неточний постріл.

Якщо стріляючий, натискаючи на хвіст спускового гачка, відчуває, що не може більше не дихати, треба, не послабляючи і не підсилюючи натискання пальця, перевести подих і, знову затримавши його, продовжувати плавно дожимати спусковий гачок.

*Надати курсантам час для тренування в прицілюванні і спуску курка з бойового зводу самотійно.*

### **3. Припинення стрільби.**

**Припинення стрільби може бути тимчасове і повне.**

**Для тимчасового припинення стрільби подається команда: «Стій!».**

За цією командою стріляючий повинен припинити натискання на спусковий гачок; утримуючи пістолет у правій руці, великим пальцем цієї руки підняти прапорець запобіжника уверх (увімкнути запобіжник), і, якщо потрібно, перезарядити пістолет.

**Для перезарядження пістолета потрібно:**

- витягти магазин з основи рукоятки пістолета;
- уставити споряджений магазин в основу рукоятки;
- якщо має бути стрільба, увімкнути запобіжник (опустити прапорець униз) і, якщо стрільба вестиметься з попереднім зведенням курка, поставити курок на бойовий звід. (Якщо перед перезарядженням були витрачені всі патрони, необхідно відвести затвор назад і відпустити його.)

**Для повного припинення стрільби подається команда «Розряджай!».**

За цією командою стріляючий повинен:

- припинити натискання на хвіст спускового гачка;
- увімкнути запобіжник;
- розрядити пістолет.

**Для розряджання пістолета потрібно:**

- витягти магазин з основи рукоятки;
- вимкнути запобіжник (опустити прапорець униз);
- витягти патрон з патронника, для чого, утримуючи пістолет у правій руці за рукоятку, лівою рукою відвести затвор назад і відпустити його; підняти з землі (підлоги) патрон, викинутий затвором з патронника, і обтерти його ганчіркою;
- увімкнути запобіжник;
- сховати пістолет у кобуру;
- вилучити патрон з магазину: узявши магазин у ліву руку, великим пальцем правої руки зсунути патрони один за одним уперед по подавачу магазину і підхопити їх долонею тієї ж руки;
- вилучити пістолет з кобури; уставити магазин у основу рукоятки; знову сховати пістолет у кобуру і застібнути кришку кобури.

*Надати курсантам час для тренування в тимчасовому і повному припиненні стрільби самостійно.*

Під час виконання вправи, після витрачення усіх патронів з магазину, затвор зупиняється на затворній затримці.

Курсант припиняє натискання на хвіст спускового гачка, прибирає вказівний палець на спускову скобу, спрямовує пістолет у безпечному напрямку (уверх під кутом 45°- 60° убік мішеней) та доповідає про закінчення стрільби: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!».**

Керівник стрільб, переконавшись у закінченні стрільби, подає команду: **«Зброю до огляду!».**

За командою **«Зброю до огляду!»** стрілець від'єднує магазин від основи рукоятки пістолета (стволом у напрямку мішеней), кладе його під великий палець сильної руки з протилежного боку від вікна для екстракції

гільз так, щоб подавач магазина був на 2-3 см вище затвора, забезпечує перевірку патронника та магазина керівником стрільб. Якщо при виконанні вправи було використано більше одного магазина, стрілець надає для огляду всі використані магазини;

За командою **«Оглянуто!»** стрілець (не змінюючи напрямку ствола) знімає затвор із затворної затримки, здійснює спуск курка з бойового зводу, вмикає запобіжник, приєднує магазин до основи рукоятки пістолета і повертає зброю в кобуру (кладе на стійку для стрільби).

*Надати курсантам час для тренування дій за командою **«Оглянуто!»***

У разі якщо було перевищено час, відведений на виконання вправи, або керівник стрільб подав команду: **«Стій! Припинити вогонь!»** (**«Стоп!»**, **«Час!»**) і, як наслідок, залишилися невикористані патрони, стрілець вмикає запобіжник, після команди: **«Розряджай!»** від'єднує магазин від основи рукоятки (не змінюючи напрямку ствола), вмикає запобіжник, відводить затвор у крайнє заднє положення та вилучає патрон з патронника, здійснює спуск курка з бойового зводу, вмикає запобіжник, повертає зброю в кобуру (на стійку запобіжником догори), виймає патрони з магазина та приєднує його до зброї, підбирає вилучений патрон (у разі наявності);

Під час виконання вправ зі стрільби з пістолета стрільці можуть проводити тактичну та бойову заміну магазина.

Під час **тактичної заміни магазина** стрілець мізинцем, безіменним та середнім пальцями слабкої руки дістає з кобури (підсумка, розвантажувального жилета) запасний магазин та, утримуючи його, натискає великим пальцем руки, що утримує зброю, кнопку фіксатора магазина (при використанні пістолета Макарова або автоматичного пістолета Стечкіна натискає великим пальцем слабкої руки заціпку магазина в основі рукоятки пістолета), водночас за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців слабкої руки витягує магазин з рукоятки пістолета і поворотом кисті слабкої руки навколо себе замінює його запасним.

Під час **бойової заміни магазина** стрілець сильною рукою робить різкий напівоберт за часовою стрілкою з одночасним натисканням великим пальцем на кнопку фіксатора магазина в основі рукоятки пістолета з метою його викидання; водночас слабкою рукою дістає запасний магазин з кобури (підсумка, розвантажувального жилета) та вставляє в основу рукоятки пістолета (при використанні пістолета Макарова або автоматичного пістолета Стечкіна вільною рукою дістає запасний магазин та, утримуючи його в руці, натискає великим пальцем слабкої руки на заціпку магазина в основі рукоятки пістолета, за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців слабкої руки витягує магазин з рукоятки пістолета і замінює запасним магазином); після заміни магазина стрілець досилає патрон у патронник (вільною рукою знімає затвор із затворної затримки).

Витягнутий магазин після візуальної оцінки стрілець вставляє в кишеню для запасного магазина кобури (розвантажувального жилета) або в підсумок.

Дії стрільців під час виконання вправ зі стрільби з пістолета однією рукою за умов виникнення затримки при стрільбі із затвором у передньому положенні чи закінченні патронів:

Після виникнення затримки при стрільбі із затвором у передньому положенні стрілець доповідає: **«Проблема!»**, відразу переходить у положення для стрільби з коліна на праве (ліве) коліно з одночасною візуальною перевіркою вогнепальної зброї та усуває затримку на пістолеті із затвором у передньому положенні (дія повинна бути миттєвою) шляхом удару основою рукоятки пістолета об праве (ліве) стегно, досилає патрон у патронник шляхом чіплення цілика за кобуру чи поясний ремінь та різким рухом пістолета донизу. Після цього стрілець самостійно виносить пістолет на лінію прицілювання та виконує постріли;

Після закінчення патронів стрілець доповідає: **«Проблема!»**, відразу переходить у положення для стрільби з коліна на праве (ліве) коліно з одночасною візуальною перевіркою вогнепальної зброї та усуває затримку на пістолеті із затвором у задньому положенні (затвор пістолета при цьому стає на затворну затримку, що сигналізує про пустий магазин та необхідність його заміни), від'єднує магазин від основи рукоятки натисканням великим пальцем правої руки (вказівним – лівої) на кнопку фіксатора магазину (засувку), поміщає пістолет у кобуру або затискає його між гомілкою і стегном спрямованим стволом у бік від стрільця, вільною рукою дістає магазин з підсумка та приєднує його до основи рукоятки, дістає зброю з кобури (бере з місця затискання між гомілкою та стегном), великим пальцем правої руки (вказівним – лівої) знімає пістолет із затворної затримки, виносить пістолет на лінію прицілювання та здійснює постріли.

Після виконання стріляючими команди **«Оглянуто!»**, керівник стрільб подає команду: **«До мішеней кроком руш!»**.

На рубежі огляду мішеней зміна (стрілець) повинна зупинитися, а керівник стрільб - оголосити кожному стрільцю його результати та оцінку.

Керівник стрільб виставляє оцінки в журнал, після чого подає команду: **«Кругом! На вихідний рубіж кроком руш!»**.

Стрільці вирушають на вихідний рубіж, де їх чекає наступна зміна.

За командою **«Передати зброю!»**, зміна, яка виконала вправу, передає зброю наступній зміні.

*Надати можливість курсантам декілька разів виконати цілком усі прийоми стрільби з дотриманням правил, нагадуючи порядок дії під час виконання того чи іншого прийому.*

**Прийняття положення для стрільби стоячи з двох рук:**



Однією з характеристик швидкісної стрільби є спосіб утримання зброї двома руками. Існує декілька варіантів положення для стрільби та хвата пістолета двома руками.

### ***Варіант 1.***

Вказівний палець лівої руки охоплює спускову скобу пістолета, а великий палець розміщується над великим пальцем правої руки або відводиться убік.

Пальці правої руки розміщуються під пальцями лівої. Якщо стрілець шульга - хват виконується навпаки.

При утриманні зброї руки зігнуті в ліктях; лікті розведені в сторони - униз (права рука розігнута більше, ніж ліва), утворюючи характерний “трикутник”. При цьому зусилля правої руки повинно бути спрямовано від себе.

Зусилля лівої руки докладаються в протилежну сторону - до себе.

Кисті та передпліччя слід утримувати напруженими, в той час як плечовий пояс повинен бути розслаблений.

При стрільбі на відстані 25 м та більше пістолет утримується на випрямлених руках, що забезпечує однакову відстань від ока до прицілу.

При занятті вихідного положення стріляючий займає характерну позицію.

Корпус частково розвернутий лівим боком уперед, що зменшує площу враження стріляючого.

Ноги на ширині плечей, ліва нога спереду, коліна дещо зігнуті.

### ***Варіант 2.***

Стрілець тримає пістолет за основу рукоятки кистю сильної (якщо стрілець правша, то правої) руки. Кисть слабкої (відповідно, - лівої) руки накладається поверх кисті сильної руки так, що середній палець кисті слабкої руки знаходиться між середнім та безіменним пальцем кисті сильної руки, а витягнутий вздовж затвора пістолета вказівний палець кисті сильної руки знаходиться на одному рівні з також витягнутим вздовж затвора пістолета та притиснутим до нього великим пальцем кисті слабкої руки. Великий палець кисті сильної руки накладається поверх основи великого пальця кисті слабкої руки. При цьому зусилля стискання рукоятки пістолета кистю сильної руки становить 40%, а слабкої – 60% від загального зусилля стискання рукоятки.

При утриманні зброї руки слід тримати прямими та напруженими, плечі опущені, плечовий пояс розслаблений, голова дивиться прямо. Корпус тіла знаходиться у площині паралельній площині мішені (мішеней), частково нахилений уперед (у бік мішеней). Ноги на ширині плечей, стопи ніг спрямовані у бік мішені (мішеней), коліна можуть бути дещо зігнуті.

## **ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:**

*Дати команду зібрати учбові пістолети та патрони, кобури, перевірити їх наявність та стан.*

*Відповісти на запитання курсантів. Провести опитування декількох курсантів для закріплення матеріалу.*

*Коротко підвести підсумок занять.*

*Оголосити оцінки, дати завдання на самопідготовку.*

## **Рекомендована література:**

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

**Тема№5: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ ДРУГОЇ КАТЕГОРІЇ КУРСУ СТРІЛЬБ»**

**Тема№ 5/1: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ВПРАВИ ОДИНАДЦЯТОЇ»**

**Мета заняття:**

1. Навчити курсантів веденню вогню з пістолетів по нерухомій цілі в необмежений час.
2. Тренувати курсантів у підготовці до стрільби, виконанні пострілу та припиненні вогню.
3. Тренувати курсантів у неповному розбиранні й збиранні пістолета, спорядженні магазина.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

**Учбові питання:**

1. Заходи безпеки при поводженні з вогнепальною зброєю та боєприпасами.
2. Вивчення умов вправи одинадцятої з пістолетів.
3. Приготування до стрільби (спорядження магазину, заряджання пістолета, прийняття положення для стрільби). Виконання вправи одинадцятої (прицілювання, спуск курка). Припинення стрільби (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета). Дії стріляючих при тимчасовому чи повному припиненні стрільби, огляд пістолета.
4. Відпрацювання нормативів № 1, 2, 3 з вогневої підготовки для пістолетів.

**Матеріальне забезпечення:**

1. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (бойовий) – 5 шт.
2. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (учбовий) – 15 шт.
3. 9 мм пістолетні патрони – 160 шт.
4. 9 мм патрони учбові – 96 шт.
5. Мішень №1, №3 або № 3-а – 5 шт.
6. Показна мушка – 1 шт.
7. Мультимедійний проектор.
8. Екран.
9. Стенди.
10. Крейда, класна дошка.

**Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заклучна частина – 10 хв.

**План проведення заняття:**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*

- *Оглянути зброю, перевірити готовність тиру та матеріального забезпечення до заняття.*
- *За допомогою контрольних карток перевірити знання курсантами попередніх тем.*
- *нагадати заходи безпеки при поводженні зі зброєю та умови виконання вправи.*
- *Розділити групу на зміни, призначити керівників на учбових місцях.*
- 

## **ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №1.**

### **ВИКОНАННЯ ВПРАВИ ОДИНАДЦЯТОЇ.**

#### **Умови виконання вправи одинадцятої.**

**ПРИЗНАЧЕННЯ:** Навчання стрільби по нерухомій цілі в необмежений час;

**ЦІЛЬ:** поясна фігура (мішень № 1 або № 3) або поясна фігура з колами (мішень № 3-а), що встановлюється не вище 125 см від нижнього краю мішені, нерухома;

**ВІДСТАНЬ ДО ЦІЛІ** - 25 м.;

**КІЛЬКІСТЬ ПАТРОНІВ** - 3 шт.;

**ЧАС НА ВИКОНАННЯ ВПРАВИ** – необмежений;

**ВИХІДНЕ ПОЛОЖЕННЯ** – зброя в кобурі;

**ПОЛОЖЕННЯ ДЛЯ СТРІЛЬБИ** – стоячи;

**ОЦІНКА :** «відмінно» - 3 влучення;

«добре» - 2 влучення;

«задовільно» - 1 влучення;

«незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання вправи.

1) за командою керівника стрільб «Заряджай!» стрілець на рубежі відкриття вогню приймає положення для стрільби стоячи та, зайнявши вихідне положення, голосом доповідає «Готовий!»;

2) керівник стрільб, переконавшись, що все готове до виконання вправи, подає команду **«Вогонь!»**, за якою стрілець виконує три постріли в мішень.

### **Порядок виконання вправи одинадцятої.**

**Зміна знаходиться на вихідному рубежі.**

За командою керівника роздавач боєприпасів видає кожному стрільцю **три бойові патрони.**

Стрілець отримує патрони в праву руку, оглядає їх та доповідає: **«Курсант Романенко три бойові патрони отримав та оглянув!».**

Після того, як курсанти доповіли про отримання і огляд патронів, керівник подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!».**

За цією командою курсанти дістають магазини з основи рукоятки, **не дістаючи пістолетів з кобури**, споряджають їх патронами. При спорядженні магазин утримується в лівій руці, а патрони - у правій.

Спорядивши магазини, курсанти перекладають їх із лівої руки у праву, а лівою рукою піднімають пістолети, не дістаючи їх із кобури та вставляють магазини в основу рукоятки, закривають кобуру.

Керівник, переконавшись, що зміна спорядила магазини, подає команду: **«Зміна, на рубіж відкриття вогню, кроком руш!».**

Після виходу зміни на рубіж відкриття вогню, керівник подає команду: **«Зміна, надіти навушники та захисні окуляри!», «Заряджай!».**

За цією командою курсанти одягають навушники, захисні окуляри, приймають зазначене керівником стрільб положення для стрільби, дістають пістолети з кобури, спрямовують їх у бік мішеней під кутом 45-60 градусів, вимикають запобіжник, досилають патрон до патронника, вмикають запобіжник; перевіряють положення до стрільби, спрямовують зброю дульним зрізом ствола уверх (униз) під кутом 45-60 градусів, згинаючи (руки) у лікті (ліктях), та доповідають: **«Готовий!».**

Керівник, прийнявши доповіді від стрільців та переконавшись, що всі готові до стрільби, подає команду: **«Зміна, вогонь!».**

За цією командою курсанти великим пальцем лівої руки вимикають запобіжник, зводять курок та самостійно проводять три прицільних постріли по мішенях.

Закінчивши стрільбу, курсанти, не знімаючи затвор із затворної затримки, самостійно (у разі необхідності, залежно від положення для стрільби) проводять півоберта праворуч (ліворуч), повертаючись обличчям до мішені та приставляють ногу; права рука з пістолетом зігнута у лікті, пістолет дульним зрізом ствола спрямований уверх під кутом 45-60 градусів у бік мішеней. Після цього доповідають: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!».**

Керівник, переконавшись, що вся зміна закінчила стрільбу, подає команду: **«Зміна, зброю до огляду!».**

За цією командою курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Оглянувши зброю кожного, керівник подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсанти, самотійно, великим пальцем лівої руки натискають на кнопку затворної затримки, вмикають запобіжник, вставляють магазини в основу рукоятки, кладуть пістолети до кобури.

Після цього керівник подає команду: **«Зміна, зняти навушники та захисні окуляри!»**.

За командою **«Зміна, до мішеней кроком руш!»** курсанти вирушають до мішеней, де керівник стрільб оголошує кожному стрільцю його результати та оцінку.

*При визначенні результатів стрільби мішень вважається враженою, якщо куля її пробила та/або зачепила за край габариту врахування пробоїн.*

*У разі якщо кулею зачеплено лінію кола, пробоїна в мішені зараховується в бік збільшення її результату.*

За командою **«Зміна кругом, на вихідний рубіж кроком-руш!»** зміна вирушає на вихідний рубіж.

Керівник зупиняє зміну в одному-двох кроках від вихідного рубежу та подає команду: **«Наступна зміна, шикуйсь на вихідному рубежі!»**.

Після того, як наступна зміна вишикувалася на вихідному рубежі, керівник подає команду: **«Зміна, передати зброю!»**.

За цією командою зміна, що виконувала вправу передає зброю наступній зміні.

Після передачі зброї керівник подає команду: **«Зміна, яка виконала вправу, зібрати гільзи та здати їх роздавачеві боєприпасів!»**.

## **УЧБОВЕ МІСЦЕ №2.**

### **ТРЕНУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ДО СТРІЛЬБИ, ВИКОНАННІ ПОСТРІЛУ ТА ПРИПИНЕННІ ВОГНЮ.**

*Вишикувати курсантів в одну шеренгу, нагадати їм порядок спорядження магазину патронами, підготовки до стрільби, виконання пострілу та припинення стрільби. Потім розпочати тренування.*

Керівник роздає зміні учбові патрони. Після доповіді про їх огляд, подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!»**, та наглядає за правильністю виконання цієї команди.

Для підготовки до стрільби керівник подає команду: **«Зміна, заряджай!»**.

Виявивши помилки, вказує їх і наказує повторити прийом, якщо він виконаний невірною.

За командою **«Зміна, вогонь!»** курсанти відпрацьовують прицілювання та спуск курка з бойового звуку.

За командою керівника **«Зміна, зброю до огляду!»** курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем

правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Керівник, оглянувши зброю та, переконавшись у відсутності патронів у патроннику пістолета і в магазині, подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсант повинен:

- узяти магазин у ліву руку;
- зняти затвор із затворної затримки;
- увімкнути запобіжник;

- вставити магазин в основу рукоятки пістолета та вкласти його в кобуру.

*Після закінчення тренування зміна переходить на наступне учбове місце.*

### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №3.**

#### **ТРЕНУВАННЯ У ВИКОНАННІ НОРМАТИВІВ № 1, 2, 3.**

Нагадати курсантам особливості спорядження магазину та послідовність неповного розбирання й збирання пістолета після неповного розбирання. Після цього курсанти проводять тренування та виконують нормативи на оцінку.

<b>№</b>	<b>Призначення нормативу</b>	<b>Умови виконання нормативу</b>
<b>1</b>	Вивчення та вдосконалення техніки спорядження магазину патронами	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, 8 патронів розсіпані на столі, магазин лежить поруч
<b>2</b>	Вивчення та вдосконалення техніки неповного розбирання пістолета	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, зібраний пістолет лежить на столі запобіжником вгору, магазин в основі рукоятки
<b>3</b>	Вивчення та вдосконалення техніки збирання пістолета після його неповного розбирання	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, розібраний пістолет лежить на столі

**9мм пістолет Макарова:**

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазина патронами	19 сек.	21 сек.	23 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	10 сек.	13 сек.	16 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	15 сек.	18 сек.	21 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

### 9мм пістолет «Форт-12»:

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазина патронами	35 сек.	40 сек.	45 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	30 сек.	33 сек.	36 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	35 сек.	38 сек.	41 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

Після закінчення тренування, провести короткий розбір помилок, допущених курсантами.

### ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:

*Нагадати тему і мету заняття, об'явити оцінки.*

*Дати завдання для самопідготовки.*

*Відповісти на запитання курсантів.*

*Перевірити наявність зброї та матеріального забезпечення.*

*Оформити документи на використання боєприпасів.*

### Рекомендована література:

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Паспорт «9мм Форт-12(17)»;
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
6. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.



**Тема №5: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ ДРУГОЇ КАТЕГОРІЇ КУРСУ СТРІЛЬБ»**

**Тема № 5/2: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ВПРАВИ ДВАНADЦЯТОЇ»**

**Мета заняття:** 1. Навчити курсантів веденню вогню з пістолетів в необмежений час із заміною магазина.  
2. Тренувати курсантів у підготовці до стрільби стоячи, з коліна, виконанні пострілу, проведенні бойової заміни магазина та припиненні вогню.  
3. Тренувати курсантів у неповному розбиранні й збиранні пістолета, спорядженні магазина.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

**Учбові питання:**

1. Заходи безпеки при поводженні з вогнепальною зброєю та боєприпасами.
2. Вивчення умов вправи дванадцятої з пістолетів.
3. Приготування до стрільби (спорядження магазина, заряджання пістолета, прийняття положень для стрільби). Виконання вправи дванадцятої (прицілювання, спуск курка). Бойова заміна магазина. Припинення стрільби (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета). Дії стріляючих при тимчасовому чи повному припиненні стрільби, огляд пістолета.
4. Відпрацювання нормативів № 1, 2, 3 з вогневої підготовки для пістолетів.

**Матеріальне забезпечення:**

1. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (бойовий) – 5 шт.
2. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (учбовий) – 15 шт.
3. 9 мм пістолетні патрони – 160 шт.
4. 9 мм патрони учбові – 96 шт.

5. Мішень №1, №3 або № 3-а – 5 шт.
6. Показна мушка – 1 шт.
7. Мультимедійний проектор.
8. Екран.
9. Стенди.
10. Крейда, класна дошка.

**Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заключна частина – 10 хв.

**План проведення заняття:**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*
- *Оглянути зброю, перевірити готовність тиру та матеріального забезпечення до заняття.*
- *За допомогою контрольних карток перевірити знання курсантами попередніх тем.*
- *нагадати заходи безпеки при поводженні зі зброєю та умови виконання вправи.*
- *Розділити групу на зміни, призначити керівників на учбових місцях.*

**ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

**УЧБОВЕ МІСЦЕ №1.**

**ВИКОНАННЯ ВПРАВИ ДВНАДЦЯТОЇ.**

### **Умови виконання вправи дванадцятої.**

**ПРИЗНАЧЕННЯ:** Навчання стрільбі в необмежений час із заміною магазина;

**ЦІЛЬ:** поясна фігура (мішень № 1 або № 3) або поясна фігура з колами (мішень № 3-а), що встановлюється не вище 125 см від нижнього краю мішені, нерухома;

**ВІДСТАНЬ ДО ЦІЛІ** - 7 – 15 м.;

**КІЛЬКІСТЬ ПАТРОНІВ** - 4 шт. (2 магазини по 2 патрони);

**ЧАС НА ВИКОНАННЯ ВПРАВИ** – необмежений;

**ВИХІДНЕ ПОЛОЖЕННЯ** – зброя в кобурі;

**ПОЛОЖЕННЯ ДЛЯ СТРІЛЬБИ** – стоячи, з коліна;

**ОЦІНКА :** «відмінно» - 4 влучення;

«добре» - 3 влучення;

«задовільно» - 2 влучення;

«незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання вправи.

1) за командою керівника стрільб «**Приготуватися!**» стрілець на рубежі відкриття вогню приймає положення для стрільби стоячи та, зайнявши вихідне положення, голосом доповідає: «**Готовий!**»;

2) керівник стрільб, переконавшись, що все готове до виконання вправи, подає команду «**Вогонь!**», за якою стрілець приводить зброю в готовність та виконує два постріли в мішень;

3) після цього переходить у положення для стрільби з коліна, проводить бойову заміну магазина та виконує ще два постріли в мішень.

### **Порядок виконання вправи дванадцятої.**

**Зміна знаходиться на вихідному рубежі.**

За командою керівника роздавач боєприпасів видає кожному стрільцю **чотири бойові патрони.**

Стрілець отримує патрони в праву руку, оглядає їх та доповідає: **«Курсант Романенко чотири бойових патронів отримав та оглянув!».**

Після того, як курсанти доповіли про отримання і огляд патронів, керівник подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!».**

За цією командою курсанти дістають основні магазини з основи рукоятки, **не дістаючи пістолетів з кобури**, споряджають їх двома патронами. При спорядженні магазин утримується в лівій руці, а патрони - у правій.

Спорядивши основні магазини, курсанти перекладають їх із лівої руки у праву, а лівою рукою піднімають пістолети, не дістаючи їх із кобури та вставляють магазини в основу рукоятки, закривають кобуру. Далі курсанти дістають додаткові магазини із чохла (підсумка) для запасного магазина, споряджають їх останніми двома патронами та повертають до підсумка.

Керівник, переконавшись, що зміна спорядила магазини, подає команду: **«Зміна, на рубіж відкриття вогню, кроком руш!».**

Після виходу зміни на рубіж відкриття вогню, керівник подає команду: **«Зміна, надіти навушники та захисні окуляри!», «Приготуватися!».**

За цією командою курсанти одягають навушники, захисні окуляри, приймають зазначене керівником стрільб вихідне положення **«зброя в кобурі»** та доповідають: **«Готовий!».**

Оскільки умови вправи передбачають ведення вогню з різних положень, для забезпечення безпеки, команда **«Вогонь!»** виконується окремо кожним за чергою.

Керівник, прийнявши доповіді від стрільців та переконавшись, що всі готові до стрільби, подає кожному стрільцю індивідуальну команду, наприклад: **«Перший номер, вогонь!».**

За цією командою курсант приймає **положення для стрільби стоячи** (дістає зброю з кобури та, тримаючи її у безпечному напрямку, великим пальцем лівої руки вимикає запобіжник, досилає патрон до патронника), виносить зброю на лінію прицілювання й проводить два прицільних постріли у мішень.

Після цього стрілець переходить у положення для стрільби **з коліна**, проводить **бойову заміну магазина** і виконує ще два постріли в мішень;

**Для прийняття положення для стрільби з коліна** курсант відставляє назад праву ногу таким чином, щоб носок її ступні був проти каблука лівої ноги; швидко опускається на праве коліно та присідає на каблук; ліву ногу від коліна до ступні утримує по можливості прямовисно, носок ступні спрямовує на ціль; пістолет утримується двома руками.

**Для прийняття положення до стрільби з колін** курсант швидко опускається на обидва коліна та присідає на каблуки. Пістолет утримується двома руками.

**Бойова заміна магазина** проводиться при повній витраті боєприпасів у приєднаному магазині з метою заміни порожнього магазина спорядженням;

Для пістолетів «**Форт**» - стрілець рукою, яка утримує зброю, робить різкий напівоберт за часовою стрілкою з одночасним натисканням кнопки фіксації магазину в основі рукоятки пістолета великим пальцем з метою його викидання. Водночас вільною рукою дістає запасний магазин з підсумка та вставляє в основу рукоятки пістолета;

Для пістолета **ПМ** - стрілець вільною рукою дістає запасний магазин та, утримуючи його в руці, натискає великим пальцем вільної руки защіпку магазина в основі рукоятки пістолета, за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців вільної руки витягує магазин з рукоятки пістолета і замінює на запасний магазин.

**Після заміни магазину стрілець досилає патрон до патронника** (вільною рукою знімає затвор з затворної затримки)!

Закінчивши стрільбу, курсант, не знімаючи затвор із затворної затримки, самотійно (у разі необхідності, залежно від положення для стрільби) піднімається, стає обличчям до мішені; права рука з пістолетом зігнута у лікті, пістолет дульним зрізом ствола спрямований уверх під кутом 45-60 градусів у бік мішеней. Після цього доповідають: «**Курсант Романенко стрільбу закінчив!**».

Керівник, переконавшись, що вся зміна закінчила стрільбу, подає команду: «**Зміна, зброю до огляду!**».

За цією командою курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Оглянувши зброю кожного, керівник подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсанти, самотійно, великим пальцем лівої руки натискають на кнопку затворної затримки, вмикають запобіжник, вставляють магазини в основу рукоятки, кладуть пістолети до кобури.

Після цього керівник подає команду: **«Зміна, зняти навушники та захисні окуляри!»**.

За командою **«Зміна, до мішеней кроком руш!»** курсанти вирушають до мішеней, де керівник стрільб оголошує кожному стрільцю його результати та оцінку.

*При визначенні результатів стрільби мішень вважається враженою, якщо куля її пробила та/або зачепила за край габариту врахування пробоїн.*

*У разі якщо кулею зачеплено лінію кола, пробоїна в мішені зараховується в бік збільшення її результату.*

За командою **«Зміна кругом, на вихідний рубіж кроком-руш!»** зміна вирушає на вихідний рубіж.

Керівник зупиняє зміну в одному-двох кроках від вихідного рубежу та подає команду: **«Наступна зміна, шикуйсь на вихідному рубежі!»**.

Після того, як наступна зміна вишикувалася на вихідному рубежі, керівник подає команду: **«Зміна, передати зброю!»**.

За цією командою зміна, що виконувала вправу передає зброю наступній зміні.

Після передачі зброї керівник подає команду: **«Зміна, яка виконала вправу, зібрати гільзи та здати їх роздавачеві боєприпасів!»**.

## **УЧБОВЕ МІСЦЕ №2.**

### **ТРЕНУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ДО СТРІЛЬБИ, ВИКОНАННІ ПОСТРІЛУ ТА ПРИПИНЕННІ ВОГНЮ.**

*Вишикувати курсантів в одну шеренгу, нагадати їм порядок спорядження магазину патронами, підготовки до стрільби, виконання пострілу , проведення бойової заміни магазину та припинення стрільби. Потім розпочати тренування.*

Керівник роздає зміні учбові патрони. Після доповіді про їх огляд, подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!»**, та наглядає за правильністю виконання цієї команди.

Для підготовки до стрільби керівник подає команду: **«Приготуватися!»**.

Виявивши помилки, вказує їх і наказує повторити прийом, якщо він виконаний невірно.

За командою **«Зміна, вогонь!»** курсанти відпрацьовують прицілювання та спуск курка з бойового зводу у положенні для стрільби стоячи, приймають положення для стрільби з коліна, імітують проведення бойової заміни магазину та продовжують тренувати спуск курка з бойового зводу).

За командою керівника **«Зміна, зброю до огляду!»** курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Керівник, оглянувши зброю та, переконавшись у відсутності патронів у патроннику пістолета і в магазині, подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсант повинен:

- узяти магазин у ліву руку;
- зняти затвор із затворної затримки;
- увімкнути запобіжник;

- вставити магазин в основу рукоятки пістолета та вкласти його в кобуру.

*Після закінчення тренування зміна переходить на наступне учбове місце.*

### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №3.**

## ТРЕНУВАННЯ У ВИКОНАННІ НОРМАТИВІВ № 1, 2, 3.

Нагадати курсантам особливості спорядження магазину та послідовність неповного розбирання й збирання пістолета після неповного розбирання. Після цього курсанти проводять тренування та виконують нормативи на оцінку.

№	Призначення нормативу	Умови виконання нормативу
1	Вивчення та вдосконалення техніки спорядження магазину патронами	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, 8 патронів розсипані на столі, магазин лежить поруч
2	Вивчення та вдосконалення техніки неповного розбирання пістолета	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, зібраний пістолет лежить на столі запобіжником вгору, магазин в основі рукоятки
3	Вивчення та вдосконалення техніки збирання пістолета після його неповного розбирання	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, розібраний пістолет лежить на столі

### 9мм пістолет Макарова:

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазину патронами	19 сек.	21 сек.	23 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	10 сек.	13 сек.	16 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	15 сек.	18 сек.	21 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

### 9мм пістолет «Форт-12»:



№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазину патронами	35 сек.	40 сек.	45 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	30 сек.	33 сек.	36 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	35 сек.	38 сек.	41 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

Після закінчення тренування, провести короткий розбір помилок, допущених курсантами.

### **ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:**

*Нагадати тему і мету заняття, об'явити оцінки.*

*Дати завдання для самопідготовки.*

*Відповісти на запитання курсантів.*

*Перевірити наявність зброї та матеріального забезпечення.*

*Оформити документи на використання боєприпасів.*

### **Рекомендована література:**

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Паспорт «9мм Форт-12(17)»;
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
6. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

# 1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами (денна форма навчання)

Номер та назва навчальної теми	Кількість годин відведених на вивчення навчальної дисципліни						Література, сторінки	Вид контролю
	Усього	з них:						
		Лекції	Семінарські заняття	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота		
Семестр № 2								
Тема № 3 «Прийоми та правила стрільби з пістолетів»	2	-	-	2	-	-		(екзамен)
Тема № 5/5 «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №16»	6	-	-	6	-	-		
Тема № 5/7 «Ведення вогню з пістолетів за умовами вправи №23»	8	-	-	8	-	-		
Тема № 11 «Захист від загрози вогнепальною зброєю»	10	-	-	4	-	6		
Тема № 12 «Способи взаємодопомоги»	8	-	-	4	-	4		
Тема № 6 «Кидки та прийоми боротьби лежачи»	10	-	-	4	-	6		
Тема № 7 «Удари та захист від ударів»	10	-	-	4	-	6		
Тема №1 3 «Розв’язання квестових (ситуаційних ) завдань»	16	-	-	8	-	8		
Всього за семестр № 2	80	-	-	40	-	30		
Всього за період навчання	150	-	-	70	-	80		

## 2. Організаційно-методичні вказівки до практичних занять.

### Тема № 3: «ПРИЙОМИ ТА ПРАВИЛА СТРІЛЬБИ З ПІСТОЛЕТІВ»

**Мета заняття:** 1. Виховати у курсантів повагу до зброї поліцейського та впевненість у її надійності.  
2. Оволодіти прийомами та правилами стрільби з пістолетів.  
3. Шляхом тренування, досягти впевненого володіння зброєю.

- Кількість годин: 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

**Учбові питання:**

1. Підготовка до стрільби.
2. Виконання пострілу.
3. Закінчення стрільби.

**Матеріальне забезпечення:**

1. Учбові пістолети Макарова – на кожного курсанта.
2. 9 мм патрони учбові – 3 шт. на кожного курсанта.
3. Кобури – на кожного курсанта.
4. Мультимедійний проектор.
5. Екран.
6. Стенди.
7. Крейда, класна дошка.

**Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заключна частина – 10 хв.

**План проведення заняття:**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Перевірити готовність аудиторії та матеріального забезпечення до заняття.*
- *Провести перевірку знання вивченого матеріалу із застосуванням контрольних карток.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*
- *Перейти до викладання матеріалу.*

**ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

**Стрільба з пістолета складається з виконання таких прийомів:**

**а) підготовка до стрільби** (заряджання пістолета, прийняття вихідного положення);

**б) виконання пострілу** (прицілювання, спуск курка);

**в) припинення стрільби** (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета);

Перед початком виконання вправи зі стрільби керівник стрільб на вихідному рубежі перевіряє готовність зміни (стрільця) до її виконання, після чого дає роздавачеві боєприпасів команду видати зміні (стрільцю) боєприпаси.

Стрілець, який отримав боєприпаси, оглядає їх та голосом доповідає керівнику стрільб, наприклад: **«Курсант Романенко три бойові патрони отримав та оглянув!»**. За наявності зауважень до цілісності та якості боєприпасів стрілець доповідає про них керівнику стрільб, а керівник стрільб уживає заходів для їх заміни.

За командою керівника стрільб **«Спорядити магазин!»** зміна (стрілець) самостійно споряджає магазин (магазини) та приєднує його до зброї (вкладає до кишені для запасного магазину кобури, підсумку, розвантажувального жилета).

Керівник стрільб, переконавшись, що до стрільби все готове, визначає кожному стрільцю його ціль (мішень) та подає одну з таких команд: **«На рубіж відкриття вогню – кроком (бігом) руш!»**, **«Приготуватися!»**, що одночасно є наказом для переміщення зміни (стрільця) на рубіж відкриття вогню;

Перемістившись на рубіж відкриття вогню, зміна (стрілець) одягає захисні окуляри, протишумові навушники, приймає положення для стрільби та, зайнявши вихідне положення, голосом доповідає про готовність, наприклад: **«Курсант Романенко до стрільби готовий!»**.

Виключно за командою керівника стрільб: **«Вогонь!»** (**«Рух!»**, **«Уперед!»**, **«Старт!»**) або за звуковим сигналом таймера зміна (стрілець) розпочинає виконання вправи зі стрільби, після завершення виконання якої доповідає, наприклад: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!»**, після чого за командою **«Зброю до огляду!»** забезпечує огляд зброї керівником стрільб.

Після огляду зброї керівник стрільб подає команду **«Оглянуто!»** та, переконавшись в її виконанні зміною (стрільцем), подає команду **«Відбій!»**. За необхідності огляду мішеней керівник стрільб подає команду **«Зміна до мішеней кроком (бігом) руш!»**. На рубежі огляду мішеней зміна (стрілець) повинна зупинитися, а керівник стрільб - оголосити кожному стрільцю його результати та оцінку.

Після огляду мішеней зміна (стрілець) за командою керівника стрільб повертається на вихідний рубіж.

При виконанні вправ зі стрільби вогонь ведеться:

**у статичному положенні** – постріли виконуються стрільцем стоячи, з коліна, у присіді, лежачи, не змінюючи положення в просторі;

у динамічному положенні – постріли виконуються стрільцем у русі (без зупинки).

**Види вихідного положення:**

«зброя розряджена» – пістолет у кобурі (розвантажувальному жилеті) розряджений, без магазина в рукоятці;

«зброя в кобурі» – пістолет зафіксований у кобурі, усі патрони в магазині, запобіжник увімкнений;

«заряджена зброя в кобурі» – пістолет зафіксований у кобурі, патрон у патроннику, решта патронів – у магазині, запобіжник увімкнений;

«позиція очікування» – стрілець утримує пістолет, автомат (штурмову гвинтівку) стволом, спрямованим під кутом 45-60 градусів угору або вниз у напрямку лінії мішеней, запобіжник увімкнено або вимкнено.

Залежно від умов вправи може займатися положення для стрільби стоячи, з коліна, у присіді, лежачи;

«позиція готовності» – стрілець тримає заряджену зброю (пістолет – одnorучним або дворучним хватом біля тулуба, на рівні сонячного сплетіння), стволом, спрямованим під кутом донизу в напрямку лінії мішеней, указівний палець сильної руки знаходиться на запобіжній скобі, рамці пістолета або вздовж затвора (для штурмової гвинтівки (автомата) – на ствольній коробці).

Наявність магазина в рукоятці та патронів у магазині визначається умовами виконання вправи. Позиція може займатися в положенні для стрільби стоячи, з коліна, у присіді, лежачи;

**Приведення зброї в готовність передбачає:**

- спрямування стрільцем ствола зброї в бік цілі (мішені), вимкнення запобіжника та досилання патрона до патронника (вихідні положення «зброя розряджена», «зброя в кобурі», «позиція очікування»);

- спрямування стрільцем ствола зброї в бік цілі (мішені), вимкнення запобіжника та поставлення курка на бойовий звід (вихідне положення «заряджена зброя в кобурі»).

**Команди та доповіді**, що подаються керівником стрільб і доповідаються стрільцем (змінною, групою) під час виконання вправ зі стрільби:

**1) команди:**

«Вгору!» – перед зміною положення для стрільби;

«Відхід!» – перед початком руху від мішені;

«Зброю на запобіжник!» – для увімкнення запобіжника;

«Перенесення зброї!» – для зміни способу тримання зброї;

«Рух!», «Старт!», «Уперед!» – перед початком руху стрільців у напрямку мішені;

**«Тактична заміна!»** – для заміни магазина з меншою кількістю патронів магазином з більшою кількістю і використання його надалі;

**2) доповіді:**

**«Вгору!»** – перед зміною положення для стрільби, що дублює відповідну команду керівника стрільб або доповідь іншого стрільця групи;

**«Відхід!»** – перед початком руху від мішені, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

**«Готовий!»** – перед початком виконання вправи, після усунення затримки при стрільбі, заміни магазина та готовності до ведення вогню;

**«Довгий пустий! Працюю коротким!»** – при закінченні патронів в автоматі (штурмовій гвинтівці) та використання надалі пістолета;

**«Доповнюю!»** – при заміні зброї чи магазинів після доповіді одного зі стрільців групи: **«Контролюю! Доповнюю!»**;

**«Зміна!»** – доповідь стрільця, який контролює мішень, для перегрупування (дублюється стрільцями групи);

**«Контролюю! Доповнюю!»** – доповідь стрільця, який контролює мішень для надання можливості заміни зброї чи магазинів іншому стрільцю групи;

**«Перенесення зброї!»** – перед зміною способу тримання зброї, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

**«Прикриваю!»** – доповідь стрільця, який буде вести вогонь після доповіді одного зі стрільців групи: **«Проблема!»**;

**«Проблема!»** – у разі виникнення затримки при стрільбі чи закінченні патронів;

**«Пустий!»** – після закінчення патронів;

**«Рух!»** – перед початком руху в напрямку мішені, що дублює відповідну команду керівника стрільб;

**«Тактична заміна!»** – перед заміною магазина з меншою кількістю патронів магазином з більшою їх кількістю;

**«Ціль!»** – після візуальної ідентифікації мішені, яку необхідно вразити;

**«Чисто!»** – після враження мішені та її візуальної перевірки.

*Прийоми та правила стрільби можна викладати на прикладі виконання однієї з вправ учбових стрільб першої категорії.*

Зміна знаходиться на вихідному рубежі. Пістолет з магазином без патронів знаходиться в кобурі на поясному ремені.

За командою керівника стрільб роздавач патронів видає кожному стріляючому патрони, виходячи з умов вправи, яка виконується.

Під час тренування курсанти отримують учбові патрони, оглядають їх та доповідають: **«Курсант Романенко три (чотири, ...) бойові патрони одержав та оглянув»**.

За командою керівника стрільб: **«Зміна, спорядити магазини»** необхідно виконати спорядження магазина патронами.

### **Для спорядження магазина патронами необхідно:**

Вилучити магазин з основи рукоятки, не виймаючи пістолета із кобури; спорядити магазин патронами, для чого утримуючи магазин у лівій руці, правою рукою вставляти в магазин один за одним патрони, натискаючи при цьому великим пальцем до тих пір, поки патрон не зайде за верхні загнуті краї бокових стінок корпусу магазина, просунути його капсулем впритул до задньої стінки корпусу магазина; уставити магазин в основу рукоятки, також не виймаючи пістолета з кобури.

Якщо пістолет і магазин знаходяться на стійці для стрільби окремо, то стрілець споряджає магазин патронами і далі тримає його в руці.

### **1. Підготовка до стрільби.**

За командою «**Зміна, заряджай!**» необхідно прийняти положення для стрільби і виконати заряджання пістолета.

#### **Для заряджання пістолета необхідно:**

Якщо зброя знаходиться в кобурі, стрілець дістає її, направляє на мішень, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник та доповідає про готовність. Для прийняття вихідного положення «**заряджена зброя в кобурі**» стрілець дістає пістолет, направляє його стволом на мішень, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник, повертає пістолет у кобуру та доповідає про готовність. Якщо ж пістолет знаходиться на стійці для стрільби, стрілець бере його сильною рукою, направляє стволом на мішень, приєднує магазин до основи рукоятки, вимикає запобіжник, досилає патрон у патронник, вмикає запобіжник та доповідає про готовність: «**Курсант Романенко до стрільби готовий!**».

За командою «**Приготуватися!**», перебуваючи у вихідних положеннях «**зброя розряджена**», «**зброя в кобурі**» або «**позиція очікування**», стрілець обирає відповідне положення для стрільби та доповідає про готовність.

Керівник стрільб, переконавшись у приготуванні до стрільби, подає команду «**Вогонь!**».

#### **За командою «Вогонь!» необхідно:**

- перебуваючи у вихідному положенні «**зброя розряджена**», «**зброя в кобурі**», стрілець дістає пістолет з кобури, направляє його стволом на мішень, вимикає запобіжник, досилає (імітує) патрон у патронник та здійснює (імітує) визначену умовами виконання вправи кількість пострілів;
- перебуваючи у вихідному положенні «**заряджена зброя в кобурі**», стрілець дістає пістолет з кобури, направляє стволом на мішень, вимикає запобіжник, ставить курок на бойовий звід (у разі необхідності) та здійснює визначену умовами виконання вправи кількість пострілів;
- перебуваючи у вихідному положенні «**позиція очікування**», стрілець спрямовує ствол у напрямку мішені, вимикає запобіжник (у разі необхідності), ставить курок на бойовий звід та здійснює визначену умовами виконання вправи кількість пострілів.

## **2. Виконання пострілу.**

### **Для виконання пострілу необхідно:**

Вибрати область прицілювання; не припиняючи спостереження за ціллю, витягти праву руку з пістолетом уперед, утримуючи пістолет за рукоятку кистю правої руки; накласти вказівний палець цієї руки першою фалангою на хвіст спускового гачка; витягти по лівій стороні рукоятки великий палець правої руки паралельно напрямку ствола; руку зі зброєю тримати вільно, без напруги, кисть тримати в площині, що проходить через вісь каналу ствола і лікоть руки; рукоятку пістолета не стискати і тримати її по можливості одноманітно.

**Прицілювання - це комплекс дій стріляючого, призначений для придання каналу ствола пістолета положення в просторі, який забезпечує політ кулі в потрібному напрямку та на необхідну відстань.**

### **Для прицілювання необхідно:**

Затримати подих на природному видиху, закрити ліве око, а правим дивитися через проріз цілика на мушку так, щоб мушка знаходилась посередині прорізу, а вершина її нарівні з верхніми краями цілика; у такому положенні підвести пістолет під точку прицілювання (не звалюючи його) і одночасно почати натискання на хвіст спускового гачка.

### **Для спуску курка необхідно:**

Утримуючи подих, плавно натискати першим суглобом вказівного пальця на хвіст спускового гачка, поки курок непомітно для стріляючого, як би сам собою, не зірветься з бойового зводу, тобто поки не відбудеться постріл.

При попередньо зведеному курку варто мати на увазі, що спусковий гачок має деякий вільний хід, при якому пострілу не відбудеться.

При натисканні на хвіст спускового гачка тиск пальця робити прямо назад.

Стріляючий повинен плавно збільшувати тиск на хвіст спускового гачка протягом того часу, коли вершина рівної мушки сполучається з точкою прицілювання; коли ж мушка відхилиться від точки прицілювання, стріляючий повинен, не збільшуючи, але і не послабляючи тиск, виправити наведення і, як тільки рівна мушка знову сполучиться з точкою прицілювання, знову плавно підсилити натискання на хвіст спускового гачка.

При спуску курка не слід бентежитися незначними коливаннями мушки в точці прицілювання; прагнення зробити спуск обов'язково в момент найкращого збігу мушки з точкою прицілювання може викликати різке натискання на спусковий гачок, а звідси – неточний постріл.



Якщо стріляючий, натискаючи на хвіст спускового гачка, відчуває, що не може більше не дихати, треба, не послабляючи і не підсилюючи натискання пальця, перевести подих і, знову затримавши його, продовжувати плавно дожимати спусковий гачок.

*Надати курсантам час для тренування в прицілюванні і спуску курка з бойового зводу самотійно.*

### **3. Припинення стрільби.**

**Припинення стрільби може бути тимчасове і повне.**

**Для тимчасового припинення стрільби** подається команда: «**Стій!**».

За цією командою стріляючий повинен припинити натискання на спусковий гачок; утримуючи пістолет у правій руці, великим пальцем цієї руки підняти прапорець запобіжника уверх (увімкнути запобіжник), і, якщо потрібно, перезарядити пістолет.

**Для перезарядження пістолета потрібно:**

- витягти магазин з основи рукоятки пістолета;
- уставити споряджений магазин в основу рукоятки;
- якщо має бути стрільба, увімкнути запобіжник(опустити прапорець униз) і, якщо стрільба вестиметься з попереднім зведенням курка, поставити курок на бойовий звід. (Якщо перед перезарядженням були витрачені всі патрони, необхідно відвести затвор назад і відпустити його.)

**Для повного припинення стрільби** подається команда «**Розряджай!**».

За цією командою стріляючий повинен:

- припинити натискання на хвіст спускового гачка;
- увімкнути запобіжник;
- розрядити пістолет.

**Для розряджання пістолета потрібно:**

- витягти магазин з основи рукоятки;
- вимкнути запобіжник (опустити прапорець униз);
- витягти патрон з патронника, для чого, утримуючи пістолет у правій руці за рукоятку, лівою рукою відвести затвор назад і відпустити його; підняти з землі (підлоги) патрон, викинутий затвором з патронника, і обтерти його ганчіркою;
- увімкнути запобіжник;
- сховати пістолет у кобуру;
- вилучити патрон з магазину: узявши магазин у ліву руку, великим пальцем правої руки зсунути патрони один за одним уперед по подавачу магазину і підхопити їх долонею тієї ж руки;
- вилучити пістолет з кобури; уставити магазин у основу рукоятки; знову сховати пістолет у кобуру і застібнути кришку кобури.

*Надати курсантам час для тренування в тимчасовому і повному припиненні стрільби самостійно.*

Під час виконання вправи, після витрачення усіх патронів з магазина, затвор зупиняється на затворній затримці.

Курсант припиняє натискання на хвіст спускового гачка, прибирає вказівний палець на спускову скобу, спрямовує пістолет у безпечному напрямку (уверх під кутом 45°- 60° убік мішеней) та доповідає про закінчення стрільби: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!»**.

Керівник стрільб, переконавшись у закінченні стрільби, подає команду: **«Зброю до огляду!»**.

За командою **«Зброю до огляду!»** стрілець від'єднує магазин від основи рукоятки пістолета (стволом у напрямку мішеней), кладе його під великий палець сильної руки з протилежного боку від вікна для екстракції гільз так, щоб подавач магазина був на 2-3 см вище затвора, забезпечує перевірку патронника та магазина керівником стрільб. Якщо при виконанні вправи було використано більше одного магазина, стрілець надає для огляду всі використані магазини;

За командою **«Оглянуто!»** стрілець (не змінюючи напрямку ствола) знімає затвор із затворної затримки, здійснює спуск курка з бойового зводу, вмикає запобіжник, приєднує магазин до основи рукоятки пістолета і повертає зброю в кобуру (кладе на стійку для стрільби).

*Надати курсантам час для тренування дій за командою «Оглянуто!»*

У разі якщо було перевищено час, відведений на виконання вправи, або керівник стрільб подав команду: **«Стій! Припинити вогонь!»** (**«Стоп!»**, **«Час!»**) і, як наслідок, залишилися невикористані патрони, стрілець вмикає запобіжник, після команди: **«Розряджай!»** від'єднує магазин від основи рукоятки (не змінюючи напрямку ствола), вмикає запобіжник, відводить затвор у крайнє заднє положення та вилучає патрон з патронника, здійснює спуск курка з бойового зводу, вмикає запобіжник, повертає зброю в кобуру (на стійку запобіжником догори), виймає патрони з магазина та приєднує його до зброї, підбирає вилучений патрон (у разі наявності);

Під час виконання вправ зі стрільби з пістолета стрільці можуть проводити тактичну та бойову заміну магазина.

Під час **тактичної заміни магазина** стрілець мізинцем, безіменним та середнім пальцями слабкої руки дістає з кобури (підсумка, розвантажувального жилета) запасний магазин та, утримуючи його, натискає великим пальцем руки, що утримує зброю, кнопку фіксатора магазина (при використанні пістолета Макарова або автоматичного пістолета Стечкина натискає великим пальцем слабкої руки защіпку магазина в основі рукоятки пістолета), водночас за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців слабкої руки витягує магазин з

рукоятки пістолета і поворотом кисті слабкої руки навколо себе замінює його запасним.

Під час **бойової заміни магазина** стрілець сильною рукою робить різкий напівоберт за часовою стрілкою з одночасним натисканням великим пальцем на кнопку фіксатора магазина в основі рукоятки пістолета з метою його викидання; водночас слабкою рукою дістає запасний магазин з кобури (підсумка, розвантажувального жилета) та вставляє в основу рукоятки пістолета (при використанні пістолета Макарова або автоматичного пістолета Стечкіна вільною рукою дістає запасний магазин та, утримуючи його в руці, натискає великим пальцем слабкої руки на зачіпку магазина в основі рукоятки пістолета, за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців слабкої руки витягує магазин з рукоятки пістолета і замінює запасним магазином); після заміни магазина стрілець досилає патрон у патронник (вільною рукою знімає затвор із затворної затримки).

Витягнутий магазин після візуальної оцінки стрілець вставляє в кишеню для запасного магазина кобури (розвантажувального жилета) або в підсумок.

Дії стрільців під час виконання вправ зі стрільби з пістолета однією рукою за умов виникнення затримки при стрільбі із затвором у передньому положенні чи закінченні патронів:

Після виникнення затримки при стрільбі із затвором у передньому положенні стрілець доповідає: **«Проблема!»**, відразу переходить у положення для стрільби з коліна на праве (ліве) коліно з одночасною візуальною перевіркою вогнепальної зброї та усуває затримку на пістолеті із затвором у передньому положенні (дія повинна бути миттєвою) шляхом удару основою рукоятки пістолета об праве (ліве) стегно, досилає патрон у патронник шляхом чіплення цілика за кобуру чи поясний ремінь та різким рухом пістолета донизу. Після цього стрілець самостійно виносить пістолет на лінію прицілювання та виконує постріли;

Після закінчення патронів стрілець доповідає: **«Проблема!»**, відразу переходить у положення для стрільби з коліна на праве (ліве) коліно з одночасною візуальною перевіркою вогнепальної зброї та усуває затримку на пістолеті із затвором у задньому положенні (затвор пістолета при цьому стає на затворну затримку, що сигналізує про пустий магазин та необхідність його заміни), від'єднує магазин від основи рукоятки натисканням великим пальцем правої руки (вказівним – лівої) на кнопку фіксатора магазина (засувку), поміщає пістолет у кобуру або затискає його між гомілкою і стегном спрямованим стволом у бік від стрільця, вільною рукою дістає магазин з підсумка та приєднує його до основи рукоятки, дістає зброю з кобури (бере з місця затискання між гомілкою та стегном), великим пальцем правої руки (вказівним – лівої) знімає пістолет із затворної затримки, виносить пістолет на лінію прицілювання та здійснює постріли.

Після виконання стріляючими команди **«Оглянуто!»**, керівник стрільб подає команду: **«До мішеней кроком руш!»**.

На рубежі огляду мішеней зміна (стрілець) повинна зупинитися, а керівник стрільб - оголосити кожному стрільцю його результати та оцінку.

Керівник стрільб виставляє оцінки в журнал, після чого подає команду: **«Кругом! На вихідний рубіж кроком руш!»**.

Стрільці вирушають на вихідний рубіж, де їх чекає наступна зміна.

За командою **«Передати зброю!»**, зміна, яка виконала вправу, передає зброю наступній зміні.

*Надати можливість курсантам декілька разів виконати цілком усі прийоми стрільби з дотриманням правил, нагадуючи порядок дії під час виконання того чи іншого прийому.*

### **Прийняття положення для стрільби стоячи з двох рук:**

Однією з характеристик швидкісної стрільби є спосіб утримання зброї двома руками. Існує декілька варіантів положення для стрільби та хвата пістолета двома руками.

#### ***Варіант 1.***

Вказівний палець лівої руки охоплює спускову скобу пістолета, а великий палець розміщується над великим пальцем правої руки або відводиться убік.

Пальці правої руки розміщуються під пальцями лівої. Якщо стрілець шульга - хват виконується навпаки.

При утриманні зброї руки зігнуті в ліктях; лікті розведені в сторони - униз (права рука розігнута більше, ніж ліва), утворюючи характерний **“трикутник”**. При цьому зусилля правої руки повинно бути спрямовано від себе.

Зусилля лівої руки докладаються в протилежну сторону - до себе.

Кисті та передпліччя слід утримувати напруженими, в той час як плечовий пояс повинен бути розслаблений.

При стрільбі на відстані 25 м та більше пістолет утримується на випрямлених руках, що забезпечує однакову відстань від ока до прицілу.

При занятті вихідного положення стріляючий займає характерну позицію.

Корпус частково розвернутий лівим боком уперед, що зменшує площу враження стріляючого.

Ноги на ширині плечей, ліва нога спереду, коліна дещо зігнуті.

#### ***Варіант 2.***

Стрілець тримає пістолет за основу рукоятки кистю сильної (якщо стрілець правша, то правої) руки. Кисть слабкої (відповідно, - лівої) руки накладається поверх кисті сильної руки так, що середній палець кисті слабкої руки знаходиться між середнім та безіменним пальцем кисті сильної руки, а витягнутий вздовж затвора пістолета вказівний палець кисті сильної руки знаходиться на одному рівні з також витягнутим вздовж затвора пістолета та притиснутим до нього великим пальцем кисті слабкої руки. Великий палець кисті сильної руки накладається поверх основи великого пальця кисті слабкої руки. При цьому зусилля стискання рукоятки пістолета кистю сильної руки становить 40%, а слабкої – 60% від загального зусилля стискання рукоятки.

При утриманні зброї руки слід тримати прямими та напруженими, плечі опущені, плечовий пояс розслаблений, голова дивиться прямо. Корпус тіла знаходиться у площині паралельній площині мішені (мішеней), частково нахилений уперед (у бік мішеней). Ноги на ширині плечей, стопи ніг спрямовані у бік мішені (мішеней), коліна можуть бути дещо зігнуті.

### **ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:**

*Дати команду зібрати учбові пістолети та патрони, кобури, перевірити їх наявність та стан.*

*Відповісти на запитання курсантів. Провести опитування декількох курсантів для закріплення матеріалу.*

*Коротко підвести підсумок занять.*

*Оголосити оцінки, дати завдання на самопідготовку.*

### **Рекомендована література:**

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

**Тема №5: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ ДРУГОЇ КАТЕГОРІЇ КУРСУ СТРІЛЬБ»**

## **Тема № 5/5: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ВПРАВИ ШІСТНАДЦЯТОЇ»**

**Мета заняття:** 1. Навчити курсантів веденню вогню в обмежений час із перенесенням вогню, розворотом та заміною магазина.  
2. Тренувати курсантів у підготовці до стрільби стоячи після розвороту, з коліна, виконанні пострілу, проведенні бойової заміни магазина та припиненні вогню.  
3. Тренувати курсантів у неповному розбиранні й збиранні пістолета, спорядженні магазина.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

### **Учбові питання:**

1. Заходи безпеки при поводженні з вогнепальною зброєю та боєприпасами.
2. Вивчення умов вправи шістнадцятої з пістолетів.
3. Приготування до стрільби (спорядження магазина, заряджання пістолета, прийняття положень для стрільби). Виконання вправи шістнадцятої (прицілювання, спуск курка). Бойова заміна магазина. Припинення стрільби (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета). Дії стріляючих при тимчасовому чи повному припиненні стрільби, огляд пістолета.
4. Відпрацювання нормативів № 1, 2, 3 з вогневої підготовки для пістолетів.

### **Матеріальне забезпечення:**

1. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (бойовий) – 5 шт.
2. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (учбовий) – 15 шт.
3. 9 мм пістолетні патрони – 160 шт.
4. 9 мм патрони учбові – 96 шт.
5. Мішень №1, №3 або № 3-а – 3 шт.
6. Показна мушка – 1 шт.
7. Мультимедійний проектор.
8. Екран.
9. Стенди.
10. Крейда, класна дошка.

### **Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заклучна частина – 10 хв.

## **План проведення заняття:**

### **ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*
- *Оглянути зброю, перевірити готовність тиру та матеріального забезпечення до заняття.*
- *За допомогою контрольних карток перевірити знання курсантами попередніх тем.*
- *нагадати заходи безпеки при поводженні зі зброєю та умови виконання вправи.*
- *Розділити групу на зміни, призначити керівників на учбових місцях.*

### **ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

#### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №1.**

#### **ВИКОНАННЯ ВПРАВИ ШІСТНАДЦЯТОЇ.**

##### **Умови виконання вправи шістнадцятої.**

**ПРИЗНАЧЕННЯ:** Навчання стрільбі в обмежений час із перенесенням вогню, розворотом та заміною магазина;

**ЦІЛЬ:** – три поясні фігури (мішень № 1 або № 3) або поясні фігури з колами (мішень № 3-а), що встановлюються по фронту на відстані 100-200 см одна від одної та не вище 125 см від нижніх країв мішеней, нерухомі;

**ВІДСТАНЬ ДО ЦІЛІ** - 7 – 15 м.;

**КІЛЬКІСТЬ ПАТРОНІВ** - 6 шт. (2 магазини по 3 патрони);

**ЧАС НА ВИКОНАННЯ ВПРАВИ** – 18 с;

**ВИХІДНЕ ПОЛОЖЕННЯ** – зброя в кобурі;

**ПОЛОЖЕННЯ ДЛЯ СТРІЛЬБИ** – стоячи, з коліна;

**ОЦІНКА :** «**відмінно**» - 6 влучень (по 2 влучення у кожен мішень);  
«**добре**» - 5 влучень (за умови, що уражені всі мішені);  
«**задовільно**» - 4 влучення (за умови, що уражені всі мішені);  
«**незадовільно**» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання вправи.

*Оцінка за умови, що час на виконання вправи не було перевищено:*

- 1) за командою керівника стрільб «**Приготуватися!**» стрілець на рубежі відкриття вогню приймає положення для стрільби стоячи (спиною до мішені) та, зайнявши відповідне вихідне положення, голосом доповідає: «**Готовий!**»;
- 2) керівник стрільб, переконавшись, що все готове до виконання вправи, подає команду «**Вогонь!**» (вимикає хронометр), за якою стрілець розвертається обличчям до мішені, приводить зброю в готовність та виконує по одному пострілу в кожен мішень;
- 3) після цього проводить бойову заміну магазину з одночасним переходом у положення для стрільби з коліна та виконує ще по одному пострілу в кожен мішень;
- 4) після закінчення часу, відведеного на виконання вправи, керівник стрільб подає команду «**Час!**» (вимикає хронометр).

*Під час виконання вправи зі стрільби, яка передбачає відповідне часове обмеження, за кожний постріл, який виконано після команди: «Час!» або звукового сигналу таймера, від результату стрільця віднімається одне (у вправах, що передбачають градацію зон ураження, – краще) влучення!*

#### **Порядок виконання вправи шістнадцятої.**

**Стрілець знаходиться на вихідному рубежі.**

За командою керівника роздавач боєприпасів видає стрільцю **шість бойових патронів**.

Стрілець отримує патрони в праву руку, оглядає їх та доповідає: «**Курсант Романенко шість бойових патронів отримав та оглянув!**».

Після того, як курсант доповів про отримання і огляд патронів, керівник подає команду: «**Спорядити магазини!**».

За цією командою курсант дістає основний магазин з основи рукоятки, **не дістаючи пістолета з кобури**, споряджає його трьома патронами. При спорядженні магазин утримується в лівій руці, а патрони - у правій.

Спорядивши основний магазин, курсант перекладає його із лівої руки у праву, а лівою рукою піднімає пістолет, не дістаючи його із кобури та вставляє магазин в основу рукоятки, закриває кобуру. Далі курсант дістає додатковий магазин із чохла (підсумка) для запасного магазину, споряджає його останніми трьома патронами та повертає до підсумка.

Керівник, переконавшись, що стрілець спорядив магазини, подає команду: «**На рубіж відкриття вогню, кроком руш!**».



Після виходу на рубіж відкриття вогню, керівник подає команду: **«Надіти навушники та захисні окуляри!», «Приготуватися!»**.

За цією командою курсант одягає навушники, захисні окуляри, стає спиною до мішені, приймає зазначене керівником стрільб вихідне положення **«зброя в кобурі»** та доповідає: **«Готовий!»**.

Керівник, прийнявши доповідь від стрільця, подає команду: **«Вогонь!»** (вмикає хронометр).

За цією командою курсант розвертається обличчям до мішені, приймає **положення для стрільби стоячи** (дістає зброю з кобури та, тримаючи її у безпечному напрямку, великим пальцем лівої руки вимикає запобіжник, досилає патрон до патронника), виносить зброю на лінію прицілювання й проводить по одному прицільному пострілу у кожен мішень.

Після цього стрілець переходить у положення для стрільби **з коліна**, проводить **бойову заміну магазину** і виконує ще по одному прицільному пострілу у кожен мішень;

**Для прийняття положення для стрільби з коліна** курсант відставляє назад праву ногу таким чином, щоб носок її ступні був проти каблука лівої ноги; швидко опускається на праве коліно та присідає на каблук; ліву ногу від коліна до ступні утримує по можливості прямовисно, носок ступні спрямовує на ціль; пістолет утримується двома руками.

**Для прийняття положення до стрільби з колін** курсант швидко опускається на обидва коліна та присідає на каблук. Пістолет утримується двома руками.

**Бойова заміна магазину** проводиться при повній витраті боєприпасів у приєднаному магазині з метою заміни порожнього магазину спорядженим;

Для пістолетів **«Форт»** - стрілець рукою, яка утримує зброю, робить різкий напівоберт за часовою стрілкою з одночасним натисканням кнопки фіксації магазину в основі рукоятки пістолета великим пальцем з метою його викидання. Водночас вільною рукою дістає запасний магазин з підсумка та вставляє в основу рукоятки пістолета;

Для пістолета **ПМ** - стрілець вільною рукою дістає запасний магазин та, утримуючи його в руці, натискає великим пальцем вільної руки заціпку магазину в основі рукоятки пістолета, за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців вільної руки витягує магазин з рукоятки пістолета і замінює на запасний магазин.

**Після заміни магазину стрілець досилає патрон до патронника** (вільною рукою знімає затвор з затворної затримки)!

Закінчивши стрільбу, курсант, не знімаючи затвор із затворної затримки, самотійно (у разі необхідності, залежно від положення для стрільби) піднімається, стає обличчям до мішені; права рука з пістолетом зігнута у лікті, пістолет дульним зрізом ствола спрямований уверх під кутом 45-60 градусів у бік мішеней. Після цього доповідає: **«Курсант Романенко стрільбу закінчив!»**.

Керівник, переконавшись, що стрілець закінчила стрільбу, подає команду: **«Зброю до огляду!»**.

За цією командою курсант витягає магазин з основи рукоятки пістолета та притискає його великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Оглянувши зброю, керівник подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсант, самотійно, великим пальцем лівої руки натискає на кнопку затворної затримки, вмикає запобіжник, вставляє магазин в основу рукоятки, ховає пістолет до кобури; піднімає другий магазин та, після огляду, ховає його до підсумка (чохла) для запасного магазину.

Після цього керівник подає команду: **«Зняти навушники та захисні окуляри!»**.

За командою **«До мішеней кроком руш!»** курсант вирушає до мішеней, де керівник стрільб оголошує його результати та оцінку.

*При визначенні результатів стрільби мішень вважається враженою, якщо куля її пробила та/або зачепила за край габариту врахування пробойн.*

*У разі якщо кулею зачеплено лінію кола, пробойна в мішені зараховується в бік збільшення її результату.*

За командою **«Кругом, на вихідний рубіж кроком-руш!»** стрілець вирушає на вихідний рубіж.

Керівник зупиняє стрільця в одному-двох кроках від вихідного рубежу та подає команду: **«Наступний стрілець, на вихідний рубіж кроком-руш!»**.

Після того, як наступний стрілець вийшов на вихідний рубіж, керівник подає команду: **«Передати зброю!»**.

За цією командою стрілець, що виконував вправу передає зброю наступному стрільцю.

Після передачі зброї керівник подає команду: **«Стрілець, який виконав вправу, зібрати гільзи та здати їх роздавачеві боєприпасів!»**.

## **УЧБОВЕ МІСЦЕ №2.**

### **ТРЕНУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ДО СТРІЛЬБИ, ВИКОНАННІ ПОСТРІЛУ ТА ПРИПИНЕННІ ВОГНЮ.**

*Вишикувати курсантів в одну шеренгу, нагадати їм порядок спорядження магазину патронами, підготовки до стрільби, виконання пострілу, проведення бойової заміни магазину та припинення стрільби. Потім розпочати тренування.*

Керівник роздає зміні учбові патрони. Після доповіді про їх огляд, подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!»**, та наглядає за правильністю виконання цієї команди.

Для підготовки до стрільби керівник подає команду: **«Приготуватися!»**.

Виявивши помилки, вказує їх і наказує повторити прийом, якщо він виконаний невірно.

За командою «**Зміна, вогонь!**» курсанти відпрацьовують прицілювання та спуск курка з бойового зводу у положенні для стрільби стоячи із розворотом, приймають положення для стрільби з коліна, імітують проведення бойової заміни магазина та продовжують тренувати спуск курка з бойового зводу).

За командою керівника «**Зміна, зброю до огляду!**» курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазина був на 2-3 см вище затвора.

Керівник, оглянувши зброю та, переконавшись у відсутності патронів у патроннику пістолета і в магазині, подає команду: «**Оглянуто!**».

За цією командою курсант повинен:

- узяти магазин у ліву руку;
- зняти затвор із затворної затримки;
- увімкнути запобіжник;
- вставити магазин в основу рукоятки пістолета та вкласти його в кобуру.
- підняти другий магазин та, після огляду, покласти його у підсумок (чохол) для запасного магазина.

*Після закінчення тренування зміна переходить на наступне учбове місце.*

### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №3.**

#### **ТРЕНУВАННЯ У ВИКОНАННІ НОРМАТИВІВ № 1, 2, 3.**

Нагадати курсантам особливості спорядження магазину та послідовність неповного розбирання й збирання пістолета після неповного розбирання. Після цього курсанти проводять тренування та виконують нормативи на оцінку.

№	Призначення нормативу	Умови виконання нормативу
1	Вивчення та вдосконалення техніки спорядження магазина патронами	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, 8 патронів розсіпані на столі, магазин лежить поруч
2	Вивчення та вдосконалення техніки неповного розбирання пістолета	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, зібраний пістолет лежить на столі запобіжником вгору, магазин в основі рукоятки
3	Вивчення та вдосконалення техніки збирання пістолета після його неповного розбирання	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, розібраний пістолет лежить на столі

#### **9мм пістолет Макарова:**

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
---	------------------------	------------	---------	--------------

<b>1</b>	Спорядження магазину патронами	19 сек.	21 сек.	23 сек.
<b>2</b>	Неповне розбирання пістолета	10 сек.	13 сек.	16 сек.
<b>3</b>	Збирання пістолета після неповного розбирання	15 сек.	18 сек.	21 сек.
Оцінка « <b>незадовільно</b> » - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

### **9мм пістолет «Форт-12»:**

<b>№</b>	<b>Найменування нормативу</b>	<b>«відмінно»</b>	<b>«добре»</b>	<b>«задовільно»</b>
<b>1</b>	Спорядження магазину патронами	35 сек.	40 сек.	45 сек.
<b>2</b>	Неповне розбирання пістолета	30 сек.	33 сек.	36 сек.
<b>3</b>	Збирання пістолета після неповного розбирання	35 сек.	38 сек.	41 сек.
Оцінка « <b>незадовільно</b> » - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

Після закінчення тренування, провести короткий розбір помилок, допущених курсантами.

### **ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:**

*Нагадати тему і мету заняття, об'явити оцінки.*

*Дати завдання для самопідготовки.*

*Відповісти на запитання курсантів.*

*Перевірити наявність зброї та матеріального забезпечення.*

*Оформити документи на використання боєприпасів.*

### **Рекомендована література:**

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Паспорт «9мм Форт-12(17)»;
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
6. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

**Тема №5: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ ДРУГОЇ КАТЕГОРІЇ КУРСУ СТРІЛЬБ»**

**Тема №5/7: «ВЕДЕННЯ ВОГНЮ З ПІСТОЛЕТІВ ЗА УМОВАМИ ВПРАВИ ДВАДЦЯТЬ ТРЕТЬОЇ»**

**Мета заняття:** 1. Навчити курсантів веденню вогню в обмежений час із-за укриття типу «конверт» з різних положень із заміною магазина.  
2. Тренувати курсантів у підготовці до стрільби стоячи, з коліна та в присіді, виконанні пострілу, проведенні бойової заміни магазина та припиненні вогню.  
3. Тренувати курсантів у неповному розбиранні й збиранні пістолета, спорядженні магазина.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** стрілецький тир.

**Учбові питання:**

1. Заходи безпеки при поводженні з вогнепальною зброєю та боєприпасами.
2. Вивчення умов вправи двадцять третьої з пістолетів.
3. Приготування до стрільби (спорядження магазина, заряджання пістолета, прийняття положень для стрільби). Виконання вправи двадцять третьої (прицілювання, спуск курка). Бойова заміна магазина. Припинення стрільби (припинення натискання на хвіст спускового гачка, вмикання запобіжника, розряджання пістолета). Дії стріляючих при тимчасовому чи повному припиненні стрільби, огляд пістолета.
4. Відпрацювання нормативів № 1, 2, 3 з вогневої підготовки для пістолетів.

**Матеріальне забезпечення:**

1. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (бойовий) – 5 шт.
2. 9мм «Форт-12(17)» або 9мм ПМ (учбовий) – 15 шт.
3. 9 мм пістолетні патрони – 160 шт.
4. 9 мм патрони учбові – 96 шт.
5. Мішень № 2 або № 3-б – 1 шт.
6. Укриття типу «конверт».
7. Показна мушка – 1 шт.
8. Мультимедійний проектор.

9. Екран.
10. Стенди.
11. Крейда, класна дошка.

**Розрахунок часу:**

1. Вступна частина – 10 хв.
2. Основна частина – 60 хв.
3. Заключна частина – 10 хв.

**План проведення заняття:**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА:**

- *Перевірити наявність курсантів, їх зовнішній вигляд, зробити помітки в журналі.*
- *Оголосити тему, учбові питання та мету заняття.*
- *Оглянути зброю, перевірити готовність тиру та матеріального забезпечення до заняття.*
- *За допомогою контрольних карток перевірити знання курсантами попередніх тем.*
- *нагадати заходи безпеки при поводженні зі зброєю та умови виконання вправи.*
- *Розділити групу на зміни, призначити керівників на учбових місцях.*
- 

**ОСНОВНА ЧАСТИНА:**

**УЧБОВЕ МІСЦЕ №1.**

**ВИКОНАННЯ ВПРАВИ ДВАДЦЯТЬ ТРЕТЬОЇ.**

**Умови виконання вправи двадцять третьої.**

**ПРИЗНАЧЕННЯ:** Відпрацювання навичок ведення вогню із-за укриття типу «конверт», стоячи, з коліна, та в присіді, замінюючи магазин;

**ЦІЛЬ:** грудна фігура з колами (мішень № 2), що встановлюється не вище 125 см від нижнього краю мішені, або поясна фігура із зонами (мішень № 3-б), що встановлюється не вище 100 см від нижнього краю мішені, нерухома;

**ВІДСТАНЬ ДО ЦІЛІ** - 7 – 15 м.;

**КІЛЬКІСТЬ ПАТРОНІВ** - 5 шт. (магазин із двома патронами в рукоятці та три патрони в запасному магазині);

**ЧАС НА ВИКОНАННЯ ВПРАВИ** – 20 с;

**ВИХІДНЕ ПОЛОЖЕННЯ** – заряджена зброя в кобурі;

**ПОЛОЖЕННЯ ДЛЯ СТРІЛЬБИ** – стоячи, з коліна, у присіді;

**УКРИТТЯ** типу «конверт»: складається з горизонтальних дерев'яних брусків, які на різній висоті імітують площину умовного укриття, трьох прямокутних отворів, які у фронтальній проекції дають можливість ведення вогню з різних рівнів висоти, а також основу з металевих кутників, що розміщується на рубежі відкриття вогню (7-15 м до цілі).

**ОЦІНКА** : «**відмінно**» - Мішень №2 - вибито 40 очок; Мішень №3-б - 5 влучень у зону А та (або) зону С;  
«**добре**» - Мішень №2 - вибито 35 очок; Мішень №3-б - 3 влучення у зону А та (або) зону С, 2 влучення в зону D;  
«**задовільно**» - Мішень №2 - вибито 30 очок; Мішень №3-б - 2 влучення у зону А та (або) зону С, 3 влучення в зону D;  
«**незадовільно**» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання вправи.

*Оцінка за умови, що час на виконання вправи не було перевищено:*

- 1) за командою керівника стрільб «**Приготуватися!**» стрілець на рубежі відкриття вогню (за укриттям) приймає положення для стрільби стоячи та доповідає: «**Готовий!**»;
- 2) керівник стрільб, переконавшись, що все готове до виконання вправи, подає команду «**Вогонь!**» (вмикає хронометр), за якою стрілець приводить зброю в готовність та, не виходячи із-за укриття, виконує постріл у мішень із правої верхньої частини укриття;
- 3) після цього переходить у положення для стрільби з коліна, виконує постріл у мішень з лівої нижньої частини укриття;
- 4) перебуваючи за укриттям, проводить бойову заміну магазину з одночасною зміною коліна та виконує постріл у мішень із правої нижньої частини укриття;
- 5) після цього стрілець переходить у положення для стрільби стоячи (не виходячи із-за укриття) та виконує постріл у мішень з лівої верхньої його частини;

б) далі, не виходячи із-за укриття, стрілець переходить у положення для стрільби в присіді та виконує постріл у мішень через середній центральний його отвір;

7) після закінчення часу, відведеного на виконання вправи, керівник стрільб подає команду: «**Час!**» (вимикає хронометр).

*Під час виконання вправи зі стрільби, яка передбачає відповідне часове обмеження, за кожний постріл, який виконано після команди: «Час!» або звукового сигналу таймера, від результату стрільця віднімається одне (у вправах, що передбачають градацію зон ураження, – краще) влучення!*

### **Порядок виконання вправи двадцять третьої.**

**Стрілець знаходиться на вихідному рубежі.**

За командою керівника роздавач боєприпасів видає стрільцю **п'ять бойових патронів**.

Стрілець отримує патрони в праву руку, оглядає їх та доповідає: **«Курсант Романенко п'ять бойових патронів отримав та оглянув!»**.

Після того, як курсант доповів про отримання і огляд патронів, керівник подає команду: **«Спорядити магазини!»**.

За цією командою курсант дістає **основний магазин** з основи рукоятки, **не дістаючи пістолета з кобури**, споряджає його **двома патронами**. При спорядженні магазин утримується в лівій руці, а патрони - у правій.

Спорядивши **основний магазин**, курсант перекладає його із лівої руки у праву, а лівою рукою піднімає пістолет, не дістаючи його із кобури та вставляє магазин в основу рукоятки, закриває кобуру. Далі курсант дістає **додатковий магазин** із чохла (підсумка) для запасного магазину, споряджає його останніми **трьома патронами** та повертає до підсумка.

Керівник, переконавшись, що стрілець спорядив магазини, подає команду: **«На рубіж відкриття вогню (до укриття), кроком руш!»**.

Після виходу на рубіж відкриття вогню (до укриття), керівник подає команду: **«Надіти навушники та захисні окуляри!»**, **«Приготуватися!»**.

За цією командою курсант одягає навушники, захисні окуляри, приймає зазначене керівником стрільб вихідне положення **«заряджена зброя в кобурі»** (дістає зброю з кобури та, тримаючи її у безпечному напрямку, великим пальцем лівої руки вимикає запобіжник, досилає патрон до патронника, вмикає запобіжник й ховає пістолет до кобури) та доповідає: **«Готовий!»**.

Керівник, прийнявши доповідь від стрільця, подає команду: **«Вогонь!»** (вимикає хронометр).

За цією командою курсант, приймає **положення для стрільби стоячи** (дістає зброю з кобури та, тримаючи її у безпечному напрямку, великим пальцем лівої руки вимикає запобіжник, ставить курок у бойове положення),



виносить зброю на лінію прицілювання та, не виходячи із-за укриття, виконує постріл у мішень **із правої верхньої частини укриття**.

Після цього стрілець переходить у положення для стрільби з **коліна** та виконує постріл у мішень з **лівої нижньої частини укриття**;

Для прийняття положення для стрільби з **коліна** курсант відставляє назад праву ногу таким чином, щоб носок її ступні був проти каблука лівої ноги; швидко опускається на праве коліно та присідає на каблук; ліву ногу від коліна до ступні утримує по можливості прямовисно, пістолет утримується двома руками.

Перебуваючи за укриттям, стрілець проводить **бойову заміну магазина** з одночасною зміною коліна та виконує постріл у мішень **із правої нижньої частини укриття**;

**Бойова заміна магазина** проводиться при повній витраті боєприпасів у приєднаному магазині з метою заміни порожнього магазина спорядженням;

Для пістолетів «**Форт**» - стрілець рукою, яка утримує зброю, робить різкий напівоберт за часовою стрілкою з одночасним натисканням кнопки фіксації магазину в основі рукоятки пістолета великим пальцем з метою його викидання. Водночас вільною рукою дістає запасний магазин з підсумка та вставляє в основу рукоятки пістолета;

Для пістолета **ПМ** - стрілець вільною рукою дістає запасний магазин та, утримуючи його в руці, натискає великим пальцем вільної руки защіпку магазину в основі рукоятки пістолета, за допомогою другої фаланги вказівного та великого пальців вільної руки витягує магазин з рукоятки пістолета і замінює на запасний магазин.

Після заміни магазину стрілець досилає патрон до патронника (вільною рукою знімає затвор з затворної затримки)!

Після цього стрілець переходить у **положення для стрільби стоячи** (не виходячи із-за укриття) та виконує постріл у мішень з **лівої верхньої його частини**.

Далі, не виходячи із-за укриття, стрілець переходить у **положення для стрільби в присіді** та виконує постріл у мішень **через середній центральний його отвір**;

Після закінчення часу, відведеного на виконання вправи, керівник стрільб подає команду «**Час!**» (вимикає хронометр).

Закінчивши стрільбу, курсант, не знімаючи затвор із затворної затримки, самостійно (у разі необхідності, залежно від положення для стрільби) піднімається, стає обличчям до мішені; права рука з пістолетом зігнута у лікті, пістолет дульним зрізом ствола спрямований уверх під кутом 45-60 градусів у бік мішеней. Після цього доповідає: «**Курсант Романенко стрільбу закінчив!**».

Керівник, переконавшись, що стрілець закінчив стрільбу, подає команду: «**Зброю до огляду!**».

За цією командою курсант витягає магазин з основи рукоятки пістолета та притискає його великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазину був на 2-3 см вище затвора.

Оглянувши зброю, керівник подає команду: **«Оглянуто!»**.

За цією командою курсант, самостійно, великим пальцем лівої руки натискає на кнопку затворної затримки, вмикає запобіжник, вставляє магазин в основу рукоятки, ховає пістолет до кобури; піднімає другий магазин та, після огляду, ховає його до підсумка (чохла) для запасного магазину.

Після цього керівник подає команду: **«Зняти навушники та захисні окуляри!»**.

За командою **«До мішеней кроком руш!»** курсант вирушає до мішеней, де керівник стрільб оголошує його результати та оцінку.

*При визначенні результатів стрільби мішень вважається враженою, якщо куля її пробила та/або зачепила за край габариту врахування пробоїн.*

*У разі якщо кулею зачеплено лінію кола, пробоїна в мішені зараховується в бік збільшення її результату.*

За командою **«Кругом, на вихідний рубіж кроком-руш!»** стрілець вирушає на вихідний рубіж.

Керівник зупиняє стрільця в одному-двох кроках від вихідного рубежу та подає команду: **«Наступний стрілець, на вихідний рубіж кроком-руш!»**.

Після того, як наступний стрілець вийшов на вихідний рубіж, керівник подає команду: **«Передати зброю!»**.

За цією командою стрілець, що виконував вправу передає зброю наступному стрільцю.

Після передачі зброї керівник подає команду: **«Стрілець, який виконав вправу, зібрати гільзи та здати їх роздавачеві боєприпасів!»**.

## **УЧБОВЕ МІСЦЕ №2.**

### **ТРЕНУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ДО СТРІЛЬБИ, ВИКОНАННІ ПОСТРІЛУ ТА ПРИПИНЕННІ ВОГНЮ.**

*Вишикувати курсантів в одну шеренгу, нагадати їм порядок спорядження магазину патронами, підготовки до стрільби, виконання пострілу, проведення бойової заміни магазину та припинення стрільби. Потім розпочати тренування.*

Керівник роздає зміні учбові патрони. Після доповіді про їх огляд, подає команду: **«Зміна, спорядити магазини!»**, та наглядає за правильністю виконання цієї команди.

Для підготовки до стрільби керівник подає команду: **«Приготуватися!»**.

Виявивши помилки, вказує їх і наказує повторити прийом, якщо він виконаний невірно.

За командою «**Зміна, вогонь!**» курсанти відпрацьовують прийоми приведення зброї у готовність, прицілювання та спуск курка з бойового зводу із-за укриття у положенні для стрільби стоячи, з коліна та у присіді, імітують проведення бойової заміни магазина.

За командою керівника «**Зміна, зброю до огляду!**» курсанти витягають магазини з основи рукоятки пістолета та притискають їх великим пальцем правої руки до пістолета таким чином, щоб подавач магазина був на 2-3 см вище затвора.

Керівник, оглянувши зброю та, переконавшись у відсутності патронів у патроннику пістолета і в магазині, подає команду: «**Оглянуто!**».

За цією командою курсант повинен:

- узяти магазин у ліву руку;
- зняти затвор із затворної затримки;
- увімкнути запобіжник;
- вставити магазин в основу рукоятки пістолета та вкласти його в кобуру.
- підняти другий магазин та, після огляду, покласти його у підсумок (чохол) для запасного магазина.

*Після закінчення тренування зміна переходить на наступне учбове місце.*

### **УЧБОВЕ МІСЦЕ №3.**

#### **ТРЕНУВАННЯ У ВИКОНАННІ НОРМАТИВІВ № 1, 2, 3.**

Нагадати курсантам особливості спорядження магазину та послідовність неповного розбирання й збирання пістолета після неповного розбирання. Після цього курсанти проводять тренування та виконують нормативи на оцінку.

<b>№</b>	<b>Призначення нормативу</b>	<b>Умови виконання нормативу</b>
<b>1</b>	Вивчення та вдосконалення техніки спорядження магазина патронами	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, 8 патронів розсипані на столі, магазин лежить поруч
<b>2</b>	Вивчення та вдосконалення техніки неповного розбирання пістолета	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, зібраний пістолет лежить на столі запобіжником вгору, магазин в основі рукоятки
<b>3</b>	Вивчення та вдосконалення техніки збирання пістолета після його неповного	Поліцейський стоїть біля столу, руки опущені, розібраний пістолет лежить на столі

	розбирання	
--	------------	--

### 9мм пістолет Макарова:

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазина патронами	19 сек.	21 сек.	23 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	10 сек.	13 сек.	16 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	15 сек.	18 сек.	21 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

### 9мм пістолет «Форт-12»:

№	Найменування нормативу	«відмінно»	«добре»	«задовільно»
1	Спорядження магазина патронами	35 сек.	40 сек.	45 сек.
2	Неповне розбирання пістолета	30 сек.	33 сек.	36 сек.
3	Збирання пістолета після неповного розбирання	35 сек.	38 сек.	41 сек.
Оцінка «незадовільно» - у всіх інших випадках, а також у разі відмови від виконання нормативу.				

Після закінчення тренування, провести короткий розбір помилок, допущених курсантами.

### ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА:

*Нагадати тему і мету заняття, об'явити оцінки.*

*Дати завдання для самопідготовки.*

*Відповісти на запитання курсантів.*

*Перевірити наявність зброї та матеріального забезпечення.*

*Оформити документи на використання боєприпасів.*

### Рекомендована література:

1. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
2. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
3. НСС «9мм пістолет Макарова»;
4. Паспорт «9мм Форт-12(17)»;
5. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О.Савченко, В.І.Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.

6. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

### **Тема: №11«Захист від загрози вогнепальною зброєю»**

#### **Практичне заняття №1: «Захист від загрози вогнепальною зброєю»**

##### **Навчальна мета заняття:**

- удосконалити навички захисту слухачів від загрози вогнепальною зброєю;
- виховання морально – вольових та розвиток фізичних якостей ;

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала

##### **Навчальні питання:**

1. Вдосконалення захисту від загрози вогнепальною зброєю(пістолет) спереду, збоку та ззаду.
2. Вдосконалення захисту від загрози рушницею спереду, збоку та ззаду.
3. Вдосконалення захисту при намаганні заволодіти зброєю,при загрозі правопорушника застосування зброї.

##### **Література:**

1. «Обеззброєння та затримання злочинців, озброєних холодною або вогнепальною зброєю», навчально - методичні рекомендації; уклд: Моргунов О.А., Сергієнко В.В., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2012. – 48с. :іл. [http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/obezbroy.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/obezbroy.pdf).
2. Навчально – методичний посібник «Застосування прийомів рукопашного бою в екстремальних ситуаціях» - О.Ф. Суботін; Харків, 1998 р.
3. Навчально – методичний посібник «Самозахист без зброї», Харків, 1994р.
4. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників

Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>.

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби.
2. Муляжі пістолетів та рушниць на кожну пару слухачів.
3. Секундомір -2шт.
4. Свисток -2шт.
5. Кайданки - на 50% групи.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
<b>1.</b>	Шикування, рапорт, перевірка особового складу, огляд зовнішнього вигляду. Пояснення теми, мети та завдання заняття.	<b>4 хв.</b>	Шикування у дві шеренги. Звернути увагу на стан спортивної форми та взуття, підстрижку нігтів на руках  Нагадання заходів безпеки під час виконання прийомів.
<b>2.</b>	Стройові прийоми на місці та у русі	<b>1 хв.</b>	Проводиться з метою організації навчальної групи
<b>3.</b>	Загально-розвиваючі та спеціальні вправи.	<b>10 хв.</b>	Включати вправи на розвинення координації рухів, концентрації уваги.
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	<b>Вдосконалення захисту від загрози вогнепальною зброєю спереду, ззаду, збоку.</b>  Застосовувати прийоми:	<b>20 хв.</b>	Назвати, показати, нагадати техніку виконання прийому в цілому.  Група поділяється на перші (ПН) та другі (ДН)

	<p>-важіль руки досередини;</p> <p>-важіль руки назовні;</p> <p>-вузол руки руками;</p> <p>-загин руки за спину.</p>		<p>номери. За командою викладача «Прийом!» - перші номери виконують прийом, другі – нападають.</p> <p>За командою викладача міняються ролями. Після виконання кожного прийому проводити зміну партнерів.</p> <p>Прийоми виконуються в цілому, на праву, ліву сторони у повільному, середньому, швидкому темпі 1-2рази.</p> <p>Зброю забирати під час виконання важеля руки досередини, назовні «дожимом кисті» із переведенням на супроводження</p>
2.	<b>Вдосконалення захисту від загрози рушницею спереду, ззаду, збоку.</b>	<b>20 хв.</b>	Методика вдосконалення аналогічна першого питання.
3.	<b>Вдосконалення захисту при намаганні заволодіти зброєю, при загрозі правопорушника</b>	<b>20 хв.</b>	Методика вдосконалення аналогічна першого питання.

	застосування зброї.		
<b>3.</b>	<b>Заклучна частина – 5 хв.</b>		
<b>1.</b>	Вправи на відновлення дихання, розслаблення м'язів Шикування у дві шеренги	<b>1 хв.</b>	Вправи виконувати у повільному темпі.
<b>2.</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>3 хв.</b>	Група вишикувана у дві шеренги. Відзначити кращих та вказати на недоліки під час відпрацювання навчальних питань
<b>3.</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Вдосконалення вивчаємих прийомів. Розвиток фізичних якостей.

### **Тема: №11 «Захист від загрози вогнепальною зброєю»**

#### **Практичне заняття № 2: «Захист загрози від вогнепальної зброї»**

##### **Навчальна мета заняття:**

- перевірити рівень знань.вмін та навичок виконання прийомів захисту від загрози вогнепальною зброєю;
- виховання морально – вольових та розвиток фізичних якостей ;



**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала

**Навчальні питання:**

1. Контроль захисту від загрози вогнепальною зброєю.

**Література:**

1. «Обеззброєння та затримання злочинців, озброєних холодною або вогнепальною зброєю», навчально - методичні рекомендації; уклд: Моргунов О.А., Сергієнко В.В., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2012. – 48с. :іл. [http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/obezbroy.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/obezbroy.pdf).
2. Навчально – методичний посібник «Застосування прийомів рукопашного бою в екстремальних ситуаціях» - О.Ф. Суботін; Харків, 1998 р.
3. Навчально – методичний посібник «Самозахист без зброї», Харків, 1994р.
4. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>.

**Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби
2. Муляжі пістолетів та рушниць на кожну пару курсантів.
3. Секундомір -2шт.
4. Свисток -2шт.
5. Кайданки -на 50% групи.

**План проведення заняття**

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	Підготовча частина-5хв.		

1.	Шикування, рапорт, перевірка особового складу, огляд зовнішнього вигляду. Пояснення теми, мети та навчальних питань заняття.	4 хв.	Шикування у дві шеренги. Звернути увагу на стан спортивної форми та взуття,  Нагадати про заходи безпеки під час проведення заняття. навчальних питань
2.	Стройові прийоми на місці та у русі	1 хв.	Проводиться з метою організації навчальної групи
3.3	Загально-розвиваючи та спеціальні вправи.	10 хв.	Включати вправи на розвинення правильного дихання, координацію рухів, концентрацію уваги
2.	<b>Основна частина -60 хв.</b>		
1.	<p><b>Контроль захисту від загрози вогнепальною зброєю:</b></p> <p><b>спереду:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- у голову,</li> <li>- у груди,</li> <li>- у живіт.</li> </ul> <p><b>ззаду:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- у голову,</li> <li>- у спину,</li> <li>- у поперек.</li> </ul> <p><b>при намаганні злочинця витягти зброю :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- із-за поясу,</li> <li>-із внутрішньої кишені,</li> <li>-із чобота.</li> </ul>	45	<p>Довести умови проведення контролю.</p> <p>Теоретична частина – провести опитування слухачів за змістом вивчаємої теми, а також правових підстав застосування поліцейських заходів.</p> <p>Практична частина- виконати 5 завдань.</p> <p>Для оцінювання рівня засвоєння навчального питання викладач визначає питання особисто кожному курсанту.</p> <p>Під час виконання прийомів звернути увагу на найпоширеніші вади:</p>

	<p><b>при намаганні злочинця витягти зброю із кобури працівника поліції :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-спереду,</li> <li>-збоку,</li> <li>- ззаду.</li> </ul> <p><b>від загрози рушницею:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-спереду у груди ( з близької відстані).</li> <li>- ззаду у спину ( впритул).</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- не виконаний (не означений) розслаблюючий удар, удар в уразливу точку;</li> <li>- не відійшов з лінії атаки;</li> <li>- при виконання будь-якого важеля руки не виконується виведення супротивника із рівноваги;</li> <li>- зброя залишається без контролю;</li> <li>- при конвоюванні лікоть загнutoї руки злочинця не упирається у стегно, чи не заведений за стегно.</li> </ul> <p>Слідкувати за дотриманням мір безпеки.</p>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина-5хв.</b>		
<b>1.</b>	Підведення підсумків заняття	<b>4 хв.</b>	Оголосити оцінки слухачам.Звернути увагу на загальні та індивідуальні помилки. Вказати на позитивні сторони заняття.
<b>2.</b>	Загальні та індивідуальні завдання на самопідготовку	<b>1 хв.</b>	Вдосконалення вивченого матеріалу. Розвиток фізичних якостей.

## **Тема: №12 «Способи взаємодопомоги»**

### **Практичне заняття №1 «Способи взаємодопомоги»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалити техніки взаємодії поліцейських протидії(нападу)правопорушника,
- вдосконалити вміння застосовувати навичок за складних обставин;
- виховувати та розвивати морально-вольові та фізичні якості.

**Кількість годин:** 2 години

**Місце проведення:** спортивна зала

#### **Навчальні питання**

1. Вдосконалити способи допомоги працівнику поліції під час нанесення супротивником удару ножом або іншим предметом ззаду.
2. Вдосконалити способи допомоги працівнику поліції, якого захопили за ноги спереду та ззаду.
3. Вдосконалити способи допомоги працівнику поліції, якого захопили за шию, тулуб ззаду.

#### **Література**

1. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Тактика спеціальної підготовки працівників органів внутрішніх справ України», методичні рекомендації Харків, ХНУВС, 2010 – 34с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/t\\_fizo.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/t_fizo.pdf)
2. Стійки, захвати, виведення із рівноваги, самострахування, кувирки та спеціальні підготовчі вправи», навчально-методичні рекомендації; уклад: Савінов О.В., Ковальов І.М., Харків: ХНУВС, 2014.-80с: 160 іл.
3. Кидки, больові прийоми та утримання», навчально-методичні рекомендації; уклд: Ковальов І.М., Гладніков О.В. Харків:ХНУВС, 2013.- 28с. : іл.<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

#### **Матеріально – технічне забезпечення**

1. Килим для боротьби (татамі).
2. Макети ножів та пістолетів- на 50%навчальної групи.
3. Свисток.
4. Секундомір.

#### **План проведення заняття**

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1	<b>Підготовча частина - 15 хв</b>		
1.	Шикування. Рапорт. Перевірити особовий склад групи, зовнішній вигляд. Довести тему мету та навчальні питання заняття.	3 хв.	Шикування групи у дві шеренги.  Нагадання заходів безпеки під час проведення заняття.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	Проводяться з метою організації групи.
3.	Загально-розвиваючі вправи на місці та в русі. Спеціальні підготовчі вправи.	10 хв.	Виправляти помилки під час виконання вправ. Чітко та гучно подавати команди.
2	<b>Основна частина - 60 хв</b>		
1.	<p><b>Вдосконалення способів надання допомоги працівнику поліції під час нанесення супротивником удару ножом або іншим предметом зверху – ззаду.</b></p> <p><i><b>В.П. – супротивник знаходиться позаду працівника поліції і намагається нанести удар зверху. Другий працівник поліції знаходиться збоку супротивника.</b></i></p> <p>Працівник поліції, який знаходиться збоку від супротивника з кроком правої ноги вперед захоплює обома руками його руку, швидко виконує кидок «Задня підніжка» і</p>	20 хв.	<p>Перешикувати групу у три шеренги.</p> <p>Назвати, зразково показати вправу в цілому.</p> <p>Вправа виконується в трійках. Слухачам в трійці присвоюються перший, другий та третій номери. Після повторення вправи викладач подає команду: «перші та другі номери виконують, треті атакують», і вправа виконується в цілому. Після кожного повторення викладач подає команду «Відставити».</p> <p>Після трьох - чотирьох повторень вправи викладач подає команду: «другі, треті номери виконують, перші атакують». Після трьох-чотирьох повторень вправи викладач подає команду «перші треті номери виконують другі</p>

	<p>притримує супротивника.</p> <p>Перевертає супротивника на живіт і виконує загинання його руки за спину. Подає команди: «Розвернутися на правий бік»,</p> <p>«зігнути ноги у колінах».</p> <p>Другий працівник поліції підходить до затриманого і бере його за ліву руку під ліктьовий згин. Перший працівник поліції подає команду «Встати», другий – виконує больовий прийом на кистьовий згин «супровід під руку». Разом виконують супровід затриманого.</p>		<p>атакують».</p> <p>Підіймати нападника із землі треба тільки після того, як до нього будуть застосовані больові прийоми на обидві руки.</p> <p>Виконувати 2 – 3 рази у різних темпах.</p>
--	---	--	---

2.	<p><b>Вдосконалення способів надання допомоги працівнику поліції, якого захопили за ноги спереду та ззаду.</b></p> <p><b>Спереду.</b></p> <p><i><b>В.П. – нападник намагається захопити за ноги працівника поліції, другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</b></i></p> <p>Працівник поліції, ноги якого намагаються захопити, лівою рукою блокує праву руку супротивника, правою рукою віджимає його голову донизу праворуч, правою ногою виконує крок назад.</p> <p>Працівник поліції, який знаходиться збоку від нападника, швидко підходить до нього та виконує захват лівої руки обома руками або удушуючий прийом правою рукою за шию, гомілкою правої ноги наступає на підколінний згин лівої ноги, після чого різким рухом зриває захват лівої руки нападника з правої ноги першого працівника поліції та виконує больовий контроль «дожим кісті», другий працівник поліції - больовий контроль «загинання руки за спину».</p> <p>20 хв.</p>	<p>Назвати, зразково показати вправу в цілому.</p> <p>Пояснити техніку виконання прийому.</p> <p>Якщо не вдається зірвати захват лівої руки нападника обома руками, необхідно виконати удушуючий прийом правою рукою за шию і потім різким рухом зірвати захват. Захоплення лівої руки нападника і контроль лівого підколінного згину виконуються майже одночасно.</p> <p>Підіймати нападника із землі треба тільки після того, як до нього будуть застосовані больові прийоми на обидві руки.</p> <p>Виконувати 2 – 3 рази у різних темпах.</p>
----	--	--

3.	<p><b>Ззаду.</b></p> <p><b><i>В.П. – нападник знаходиться позаду працівника поліції та намагається захопити його за ноги. Другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</i></b></p> <p>Нападник захопив і кинув працівника поліції на черево, сів на нього верхи і намагається нанести удар кулаком у потилицю.</p> <p>Другий працівник поліції швидко підходить і захоплює нападника за шию плечем та передпліччям. Під дією удушуючого прийому підіймає нападника у стійку так, аби той опинився на носках.</p> <p>Перший працівник поліції швидко підіймається і виконує больовий прийом «важіль руки через передпліччя». Другий працівник поліції виконує загинання руки супротивника за спину.</p> <p><b>Вдосконалення способів надання допомоги працівнику поліції, якого захопили за шию, тулуб ззаду.</b></p> <p><b>За шию.</b></p> <p><b><i>В.П. – нападник знаходиться позаду</i></b></p>	20 хв	<p>Назвати, зразково показати техніку виконання вправи в цілому.</p> <p>Застосовуючи больові прийоми при взаємодопомозі двох працівників поліції щодо затримання одного правопорушника, не рекомендується застосовувати однакові больові прийоми на обидві руки, при цьому є вірогідність втечі правопорушника.</p> <p>Вправу виконувати у повільному, середньому та швидкому темпі 2-3 рази.</p>
----	---	----------	---



	<p><i>працівника поліції та намагається захопити його за шию. Другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</i></p> <p><b>За тулуб.</b></p> <p><i>В.П. – нападник знаходиться позаду працівника поліції та намагається захопити його за тулуб. Другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</i></p>		
	<b>Заклучна частина - 5 хв</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання. Шикування.	1 хв.	У дві шеренги.
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Відмітити кращих слухачів, звернути увагу на загальні та індивідуальні помилки .
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Вдосконалення прийомів. Розвиток фізичних якостей.

### **Тема: №12 «Способи взаємодопомоги»**

#### **Практичне заняття №2 «Способи взаємодопомоги»**

##### **Навчальна мета заняття:**

- контроль способів надання допомоги працівнику поліції та взаємодопомоги між ними,
- вмінню застосовувати набутих навичок за складних обставин;
- виховувати та розвивати морально-вольові та фізичні якості .

**Кількість годин**            2 години  
**Місце проведення:**        спортивна зала

### **Навчальні питання**

1. Вдосконалити техніки взаємодопомоги працівників поліції під час нападу.
2. Контроль виконання способу допомоги працівнику поліції під час нанесення супротивником удару ножом або іншим предметом зверху – ззаду.
3. Контроль виконання способу допомоги працівнику поліції, якого захопили за ноги спереду.
4. Контроль виконання способу допомоги працівнику поліції, якого намагаються захопити за ноги ззаду.

### **Матеріально – технічне забезпечення**

1. Килим для боротьби (татамі).
2. Макети ножів та пістолетів
3. Свисток.
4. Секундомір.

### **План проведення заняття**

<b>№</b>	<b>Зміст</b>	<b>Час (хв.)</b>	<b>Методичні вказівки</b>
<b>1</b>	<b>Підготовча частина - 15 хв</b>		
1.	Шикування. Рапорт. Перевірити особовий склад групи, зовнішній вигляд, нагадати про дотримання заходів безпеки. Довести тему мету та навчальні питання.	3 хв.	Шикування групи у дві шеренги.
2.	Стройові прийоми на місці та в русі.	1 хв.	Проводяться з метою організації групи.
3.	Загальнорозвиваючі вправи на місці та в русі. Спеціальні підготовчі вправи.	10 хв.	Виправляти помилки під час виконання вправ. Чітко та гучно подавати команди.
	<b>Основна частина -60 хв</b>		

1.	Повторити техніку виконання способу допомоги працівнику поліції, під час нанесення супротивником удару ножом або іншим предметом зверху – ззаду, способу допомоги працівнику поліції, якого захопили за ноги спередуС техніку виконання способу допомоги працівнику поліції, якого намагаються захопити за ноги ззаду.	15хв	<p>Назвати, зразково показати техніку виконання вправи в цілому.</p> <p>Застосовуючи больові прийоми при взаємодопомозі двох працівників поліції щодо затримання одного правопорушника, не рекомендується застосовувати однакові больові прийоми на обидві руки, при цьому є вірогідність втечі правопорушника.</p>
2	<p><b>Контроль надання допомоги працівнику поліції під час нанесення супротивником удару ножом або іншим предметом зверху – ззаду.</b></p> <p><i>супротивника.</i></p>	15хв	<p>Вправа виконується в трійках. слухачам в трійці присвоюються перший, другий та третій номери.</p> <p>Підіймати нападника із землі треба тільки після того, як до нього будуть застосовані больові прийоми на обидві руки.</p>
3.	<p><b>Контроль надання допомоги працівнику поліції, якого захопили за ноги спереду.</b></p> <p><i><b>В.П. – нападник намагається захопити ноги працівника поліції, другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</b></i></p>	15хв	<p>Якщо не вдається зірвати захват лівої руки нападника обома руками, необхідно виконати удушуючий прийом правою рукою за шию і потім різким рухом зірвати захват. Захоплення лівої руки нападника і контроль лівого підколінного згину виконуються майже одночасно.</p> <p>Підіймати нападника із землі</p>

			треба тільки після того, як до нього будуть застосовані больові прийоми на обидві руки.
4	<p><b>Контроль надання допомоги працівнику поліції, якого намагаються захопити за ноги ззаду.</b></p> <p><i><b>В.П. – нападник знаходиться позаду працівника поліції та намагається захопити його за ноги. Другий працівник поліції знаходиться збоку нападника.</b></i></p>	15 хв	Застосовуючи больові прийоми при взаємодопомозі двох працівників поліції щодо затримання одного правопорушника, не рекомендується застосовувати однакові больові прийоми на обидві руки, при цьому є вірогідність втечі правопорушника.
	<b>Заклучна частина - 5 хв</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання. Шикування.	1 хв.	У дві шеренги.
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Відмітити кращих слухачів, оголосити оцінки за роботу, звернути увагу на помилки та недоліки.
3.	Загальні та індивідуальні завдання на самопідготовку.	1 хв.	<p>Теоретичні. Знати та вміти назвати тему, назву вправи, розповісти алгоритм її виконання.</p> <p>Практичні. Повторити вправи, вивчені на занятті.</p>

## **Тема № 6: «Кидки та прийоми боротьби лежачи»**

### **Практичне заняття № 1: «Кидки та прийоми боротьби лежачи»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення техніки виконання кидка задня підніжка з больовим прийомом вузол руки руками, кидка передня підніжка з больовим прийомом важіль ліктя через стегно, кидка через стегно з утриманням збоку, кидка із захватом руки на плече з больовим прийомом «вузол руки стегном та гомілкою», кидка із захватом ніг спереду з больовим прийомом ущемлення Ахіллового сухожилля», кидка із захватом ніг ззаду з больовим прийомом «вузол ноги стегном та гомілкою;
- розвиток сили, координації рухів, швидкості, витривалості;
- виховання морально-вольових якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивна зала

#### **Навчальні питання**

1. Навчальний поєдинок

#### **Література:**

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
4. «Кидки, больові прийоми та утримання», навчально-методичні рекомендації; уклад: Ковальов І.М., Гладніков О.В. Харків:ХНУВС, 2013.- 28с. : іл. <http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби (татамі)
2. Куртка самбо – на кожного курсанта
3. Свисток
4. Секундомір

### План проведення заняття

№	З м і с т	Час (хв).	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
1.1	Організація курсантів: - шикування; - рапорт; - привітання особового складу; - огляд зовнішнього вигляду; - доведення теми, мети та навчальних питань заняття; - нагадати про дотримання мір безпеки.	<b>4 хв.</b>	Група вишикувана в двохшереножному строю.  Доповідь командира групи, привітання викладача.  Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.  Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.
1.2.	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та у русі.	<b>1 хв.</b>	Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.
1.3.	Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу, та на місці:  - вправи для м'язів шиї;  - рук, плечового поясу;	<b>10 хв.</b>	Виконується в колонну по одному або по два в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.  Кожну вправу виконати 6-8 разів.

	<p>- тулуба;</p> <p>- ніг;</p> <p>- спеціально підготовчі вправи.</p>		<p>При показі вправи у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в двох – (3-х, 4-х) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда: «Вправу починай!».</p> <p>На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
2.	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
1.	<p><b>Навчальний поєдинок</b></p> <p>Проводиться для виправлення недоліків у техніці та тактиці, для удосконалення деталей та варіантів раніше вивчених прийомів і комбінацій.</p>	<b>60 хв.</b>	<p>Розподілити курсантів по парам згідно ваги, зросту та статті.</p> <p>Викладач ставить умовні завдання для кожного із номерів.</p> <p>Кожна вправа виконується по одному раунду по 2 хв.</p> <p>Після чого викладач подає команду «Стій», «Зміна» при звучанні якої, курсанти змінюються номерами. Відпочинок між раундами 1 хв., де викладач підкреслює помилки і надає шляхи їх виправлення.</p> <p>Планується темп сутичок (середній або швидкий в залежності від завдань, що поставленні перед курсантом</p> <p>Плануються навчальні поєдинки із чергуванням боротьби у стійці та у партері, із різними темпами. Тут особливо важливе дотримання принципу поступовості, з таким розрахунком, аби час</p>

			<p>сутички у підготовчому періоді тренування зростав від заняття до заняття.</p> <p>Міри безпеки: кидки повинні бути направлені від центра до країв килима.</p> <p>Після хлопка по татамі або по тілу атакуючого або за сигналом «Є!» негайно припинити виконання больового прийому.</p> <p>Страхування: атакуючі підтримують обома руками обидві ноги партнера або праву (ліву) руку партнера.</p>
3.	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
1.	<b>Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів. Прибирання місць занять.</b>	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
2.	<b>Підведення підсумків заняття.</b>	<b>3хв.</b>	<p>Група вишикувана в дві шеренги.</p> <p>Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.</p>
3.	<b>Завдання на самопідготовку.</b>	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.

### **Тема № 6: «Кидки та прийоми боротьби лежачи»**

#### **Практичне заняття № 2: «Кидки та прийоми боротьби лежачи»**

##### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення техніки виконання кидка задня підніжка з больовим прийомом вузол руки руками, кидка передня підніжка з больовим прийомом



важіль ліктя через стегно, кидка через стегно з утриманням збоку, кидка із захватом руки на плече з больовим прийомом «вузол руки стегном та гомілкою», кидка із захватом ніг спереду з больовим прийомом ущемлення Ахіллового сухожилля», кидка із захватом ніг ззаду з больовим прийомом «вузол ноги стегном та гомілкою»;

- розвиток сили, координації рухів, швидкості, витривалості;
- виховання морально-вольових якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивна зала

### **Навчальні питання**

1. Навчальний поєдинок

### **Література:**

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

2. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

3. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)

4. «Кидки, больові прийоми та утримання», навчально-методичні рекомендації; уклд: Ковальов І.М., Гладніков О.В. Харків:ХНУВС, 2013.- 28с. : іл. <http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### **Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби (татамі)
2. Куртка самбо – на кожного курсанта
3. Свисток
4. Секундомір

### **План проведення заняття**

№	З м і с т	Час (хв).	Методичні вказівки
1.	Підготовча частина – 15 хв.		

1.1	<p>Організація курсантів:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи, привітання викладача.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>
1.2.	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та у русі.	<b>1 хв.</b>	Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.
1.3.	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу, та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів шиї;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправи у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в двох – (3-х, 4-х) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда: «Вправу починай!».</p> <p>На завершення: «Вправу</p>

			закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».
2.	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
1.	<p><b>Навчальний поєдинок</b></p> <p>Проводиться для виправлення недоліків у техніці та тактиці, для удосконалення деталей та варіантів раніше вивчених прийомів і комбінацій.</p>	60 хв.	<p>Розподілити курсантів по парам згідно ваги, зросту та статті.</p> <p>Викладач ставить умовні завдання для кожного із номерів.</p> <p>Кожна вправа виконується по одному раунду по 2 хв.</p> <p>Після чого викладач подає команду «Стій», «Зміна» при звучанні якої, курсанти змінюються номерами. Відпочинок між раундами 1 хв., де викладач підкреслює помилки і надає шляхи їх виправлення.</p> <p>Планується темп сутичок (середній або швидкий в залежності від завдань, що поставленні перед курсантом</p> <p>Плануються навчальні поєдинки із чергуванням боротьби у стійці та у партері, із різними темпами. Тут особливо важливе дотримання принципу поступовості, з таким розрахунком, аби час сутички у підготовчому періоді тренування зростав від заняття до заняття.</p> <p>Міри безпеки: кидки повинні бути направлені від центра до країв килима.</p> <p>Після хлопка по татамі або по тілу атакуючого або за сигналом «Є!» негайно припинити виконання больового прийому.</p>

			Страхування: атакуючі підтримують обома руками обидві ноги партнера або праву (ліву) руку партнера.
3.	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
1.	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів. Прибирання місць заняття.	1 хв.	Вправи провести в ходьбі у колоні по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
2.	Підведення підсумків заняття.	3 хв.	Група вишикувана в дві шеренги. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Закріплення вивченого матеріалу.

## **Тема № 7: «Удари та захист від ударів»**

### **Практичне заняття № 1: «Удари та захист від ударів»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення техніки ударів руками і ногами та захисту від них;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивна зала.

#### **Навчальні питання:**

1. Навчальні поєдинки (спаринги), проти двох партнерів (один проти двох).

### Література:

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.
2. <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
4. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
5. 4.«Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Килим для боротьби (татамі)
2. Боксерські рукавички - (чотири пари)
3. Боксерській бандаж– (дві шт.)
4. Секундомір
5. Свисток

### План проведення заняття

№	З м і с т	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	Підготовча частина – 15 хв.		

<b>1.1</b>	<p>Організація курсантів:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи, привітання викладача.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>
<b>1.2.</b>	<p>Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та у русі.</p>	<b>1 хв.</b>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.</p>
<b>1.3.</b>	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу, та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів ший;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправи у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в двох –(3-х, 4-х) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда:</p>

			<p>«Вправу починай!».</p> <p>На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	<p><b>Навчальні поєдинки (спаринги), проти двох партнерів (один курсант проти двох).</b></p> <p><b>- Спаринг (двобій) руками та ногами</b></p>	<b>60 хв.</b>	<p>Курсанти стають у пари незалежно від статті та вагових категорій. Викладач ставить умовні завдання для кожного із номерів (перед початком курсанти у парах розбиваються на перші та другі номери).</p> <p>Кожна вправа виконується по одному раунду по 1,5 хв.</p> <p>Після чого викладач дає команду «Стоп», «Зміна» при звучанні якої, курсанти змінюються номерами. Відпочинок між вправами 1 хв., де викладач підкреслює помилки і дає шляхи виправлення цих помилок.</p> <p>Для м'язового навантаження курсант робить 20 разів згинання та розгинання рук в упорі лежачі та 20 присідань (зі стрибком вгору).</p> <p>Для тренування вестибулярного апарату курсант виконує 8 кувирків вперед.</p>

	- <b>Навчальні поєдинки (спаринги) проти двох партнерів (один курсант проти двох).</b>		<p>Викладач формує групи по 3 курсанти, незалежно від статті та вагових категорій. Перед початком курсанти у групах розбиваються на перші, другі та треті номери. Кожна група працює окремо під наглядом викладача.</p> <p>Перший номер в групі веде бій проти другого та третього (другий та третій номери атакують тільки прямо) після закінчення 1 хв, викладач дає команду «Стоп», «Зміна» після чого, курсанти змінюються номерами.</p>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина - 5 хв.</b>		
<b>1.</b>	<b>Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів. Прибирання місць занять.</b>	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
<b>2.</b>	<b>Підведення підсумків заняття.</b>	<b>3 хв.</b>	<p>Група вишикувана в дві шеренги.</p> <p>Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.</p>
<b>3.</b>	<b>Завдання на самопідготовку.</b>	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.



## **Тема № 7: «Удари та захист від ударів»**

### **Практичне заняття № 2: «Удари та захист від ударів»**

#### **Навчальна мета заняття:**

- вдосконалення техніки ударів руками і ногами та захисту від них;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** спортивна зала.

#### **Навчальні питання:**

2. Навчальні поєдинки (спаринги), проти двох партнерів (один проти двох).

#### **Література:**

1. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.

2. <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

3. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

4. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)

5. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

#### **Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Килим для боротьби (татамі)
2. Боксерські рукавички - (чотири пари)
3. Боксерській бандаж – (дві шт.)
4. Секундомір
5. Свисток

### План проведення заняття

№	З м і с т	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
<b>1.1</b>	<p>Організація курсантів:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи, привітання викладача.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>
<b>1.2.</b>	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та у русі.	<b>1 хв.</b>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості. Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.</p>
<b>1.3.</b>	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу, та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів ший;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправи у русі потрібно рухатися</p>

	<p>- ніг;</p> <p>- спеціально підготовчі вправи.</p>		<p>назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в двох –(3-х, 4-х) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда: «Вправу починай!».</p> <p>На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	<p><b>Навчальні поєдинки (спаринги), проти двох партнерів (один курсант проти двох).</b></p> <p><b>- Спаринг (двобій) руками та ногами</b></p>	<b>60 хв.</b>	<p>Курсанти стають у пари незалежно від статті та вагових категорій. Викладач ставить умовні завдання для кожного із номерів (перед початком курсанти у парах розбиваються на перші та другі номери).</p> <p>Кожна вправа виконується по одному раунду по 1,5 хв.</p> <p>Після чого викладач дає команду «Стоп», «Зміна» при звучанні якої, курсанти змінюються номерами. Відпочинок між вправами 1 хв., де викладач підкреслює помилки і дає шляхи виправлення цих помилок.</p> <p>Для м'язового навантаження курсант робить 20 разів згинання та розгинання рук в упорі лежачі та 20 присідань (зі</p>

	<p>- <b>Навчальні поєдинки (спаринги) проти двох партнерів (один курсант проти двох).</b></p>		<p>стрибком вгору).</p> <p>Для тренування вестибулярного апарату курсант виконує 8 кувирків вперед.</p> <p>Викладач формує групи по 3 курсанти, незалежно від статті та вагових категорій. Перед початком курсанти у групах розбиваються на перші, другі та треті номери. Кожна група працює окремо під наглядом викладача.</p> <p>Перший номер в групі веде бій проти другого та третього (другий та третій номери атакують тільки прямо) після закінчення 1 хв, викладач дає команду «Стоп», «Зміна» після чого, курсанти змінюються номерами.</p>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина - 5 хв.</b>		
<b>1.</b>	<p><b>Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів. Прибирання місць занять.</b></p>	<b>1 хв.</b>	<p>Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.</p>
<b>2.</b>	<p><b>Підведення підсумків заняття.</b></p>	<b>3 хв.</b>	<p>Група вишикувана в дві шеренги.</p> <p>Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих,</p>

			хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
3.	Завдання на самопідготовку.	1 хв.	Закріплення вивченого матеріалу.

## Тема № 13: «Розв’язання квестових (ситуативних) завдань»

### Практичне заняття № 1: «Подія на вулиці».

#### Навчальна мета заняття:

- навчитись розв’язувати ситуативні службові ситуації, які пов’язані із порушенням публічного порядку громадянами;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** відкрита місцевість.

**Навчальні питання:** ситуативне завдання: «Дії патрульного під час масових заходів».

#### Література:

1. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 р.  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем’єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
4. В.О. Артем’єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)

5. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації,  
 уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В.,  
 Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Радіостанції – 2;
2. Поясна система із спорядженням – 2;
3. Індивідуальна аптечка – 2;
4. Бронежилет – 2;
5. Нагрудна камера – 2;
6. Планшет – 2.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
<b>1.1</b>	<b>Організація курсантів :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- перевірка особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>

	<p>Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.</p>	<p><b>1 хв.</b></p>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості.</p> <p>Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.</p>
	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів шиї;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> <li>- вправи в парах;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>	<p><b>10 хв.</b></p>	<p>Виконується в колону по одному або по два на гімнастичному майданчику, в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
2.	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
1.	<p>«Дії патрульного під час масових заходів»</p>	<p><b>60 хв.</b></p>	<p>Удосконалити вміння несення служби під час масових заходів.</p> <p>Навчити діям нарядів патрульної поліції під час</p>

			групових порушень публічного порядку. Удосконалити вміння патрульних при проведенні блокування вулиць, майданів, будівель та споруд.
<b>3.</b>	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
<b>3.1</b>	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
<b>3.2</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>3 хв.</b>	Група вишикувана в дві шеренги. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
<b>3.3</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.

## **Тема № 13: «Розв'язання квестових (ситуативних) завдань»**

### **Практичне заняття № 2: «Подія на вулиці».**

#### **Навчальна мета заняття:**

- навчитись розв'язувати ситуативні службові ситуації, які пов'язані із порушенням публічного порядку громадянами;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** відкрита місцевість.



**Навчальні питання:** ситуативне завдання: «Евакуація поораненого та переміщення на значну відстань»

**Література:**

1. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 р.  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
6. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
7. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
8. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
9. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

**Матеріально-технічне забезпечення:**

1. Радіостанції – 2;
2. Поясна система із спорядженням – 2;
3. Індивідуальна аптечка – 2;
4. Бронежилет – 2;
5. Нагрудна камера – 2;
6. Планшет – 2;
7. **Медичні ноші.**

**План проведення заняття**

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	Підготовча частина – 15 хв.		

<b>1.1</b>	<p><b>Організація курсантів :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- перевірка особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>
	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.	<b>1 хв.</b>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості.</p> <p>Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.</p>
	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів шиї;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два на гімнастичному майданчику, в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи в парах;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>		<p>місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	«Евакуація поораненого та переміщення на значну відстань»	<b>60 хв.</b>	<p><b>Удосконалити вміння евакуації пораненого.</b></p> <p>Навчити діям нарядів патрульної поліції під час групових порушень <b>публічного порядку, а також надзвичайних подій.</b></p> <p>Удосконалити вміння патрульних при проведенні блокування вулиць, майданів, будівель та споруд.</p>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
<b>3.1</b>	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
<b>3.2</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>3 хв.</b>	<p>Група вишикувана в дві шеренги.</p> <p>Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.</p>
<b>3.3</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.

## **Тема № 13: «Розв'язання квестових (ситуативних) завдань»**

### **Практичне заняття № 3: «Виклик до помешкання».**

#### **Навчальна мета заняття:**

- навчитись розв'язувати ситуативні службові ситуації;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** полігон.

#### **Навчальні питання:**

1. Ситуативне завдання: «Вбивство в квартирі».

#### **Література:**

1. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 р.  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
4. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
5. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.

### Матеріально-технічне забезпечення:

1. Радіостанції – 2;
2. Поясна система із спорядженням – 2;
3. Індивідуальна аптечка – 2;
4. Бронежилет – 2;
5. Нагрудна камера – 2;
6. Планшет – 2.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
1.	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
1.1	<b>Організація курсантів :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- шикування;</li><li>- рапорт;</li><li>- привітання особового складу;</li><li>- перевірка особового складу;</li><li>- огляд зовнішнього вигляду;</li><li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li><li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li></ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>

<b>1.2</b>	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.	<b>1 хв.</b>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості.</p> <p>Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному темпі.</p>
<b>1.3</b>	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів шиї;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> <li>- вправи в парах;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два на гімнастичному майданчику, в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	Ситуативне завдання «Вбивство в квартирі».	<b>60 хв.</b>	<p>Група шикується у дві шеренги:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навчити алгоритму правомірних та безпечних дій у</li> </ul>

			<p>визначеній ситуації;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удосконалювати «контакт та прикриття», комунікацію, заходи особистої безпеки, володіння нормативно-правовою базою, надання домедичної допомоги, застосування заходів поліцейського примусу та прийомів самозахисту;</li> <li>- сприяти розвитку психологічної стійкості, сміливості, рішучості та впевненості в своїх діях.</li> </ul>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
<b>1.</b>	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
<b>2.</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>3 хв.</b>	Група вишикувана в дві шеренги. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
<b>3.</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.

### Тема № 13: «Розв'язання квестових (ситуативних) завдань»

## **Практичне заняття № 4: «Затримання правопорушника у транспортному засобі».**

### **Навчальна мета заняття:**

- навчитись розв'язувати ситуативні службові ситуації які пов'язані із порушенням публічного порядку громадянами;
- виховання морально-вольових та розвиток фізичних якостей.

**Кількість годин:** 2 години.

**Місце проведення:** проїжджа частина.

### **Навчальні питання:**

1. Ситуативне завдання: «Водій у стані сп'яніння».

### **Література:**

1. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 р.  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А.,- Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
3. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
4. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
5. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харків, ХНУВС 2014.-58с.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### **Матеріально-технічне забезпечення:**



1. Радіостанції – 2;
2. Поясна система із спорядженням – 2;
3. Індивідуальна аптечка – 2;
4. Бронежилет – 2;
5. Нагрудна камера – 2;
6. Планшет – 2.

### План проведення заняття

№	Зміст	Час (хв.)	Методичні вказівки
<b>1.</b>	<b>Підготовча частина – 15 хв.</b>		
<b>1.1</b>	<b>Організація курсантів :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шикування;</li> <li>- рапорт;</li> <li>- привітання особового складу;</li> <li>- перевірка особового складу;</li> <li>- огляд зовнішнього вигляду;</li> <li>- доведення теми, мети та навчальних питань заняття;</li> <li>- нагадати про дотримання мір безпеки.</li> </ul>	<b>4 хв.</b>	<p>Група вишикувана в двохшереножному строю.</p> <p>Доповідь командира групи.</p> <p>Для перевірки особового складу використовується навчальний журнал групи.</p> <p>Під час огляду зовнішнього вигляду звернути увагу на стан спортивної форми, взуття, а також самопочуття курсантів.</p>
<b>1.2</b>	Стройові прийоми, вправи на увагу на місці та в русі.	<b>1 хв.</b>	<p>Проводиться згідно стройового статуту з метою стройової підтягнутості.</p> <p>Вправи на увагу проводяться під швидкі команди в прискореному</p>

			темпі.
<b>1.3</b>	<p>Загально-розвиваючі вправи у ходьбі, бігу та на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправи для м'язів шиї;</li> <li>- рук, плечового поясу;</li> <li>- тулуба;</li> <li>- ніг;</li> <li>- вправи в парах;</li> <li>- спеціально підготовчі вправи.</li> </ul>	<b>10 хв.</b>	<p>Виконується в колону по одному або по два на гімнастичному майданчику, в спортивному залі з інтервалом і дистанцією між курсантами 2-3 кроки.</p> <p>Кожну вправу виконати 6-8 разів.</p> <p>При показі вправ у русі потрібно рухатися назустріч строю.</p> <p>Для виконання вправ на місці перешикувати групу в дво- (три-, чотири-) шереножний стрій. Для виконання вправи подається команда : «Вправу починай!». На завершення: «Вправу закінчити», при виконанні вправ на місці – «Стій».</p>
<b>2.</b>	<b>Основна частина – 60 хв.</b>		
<b>1.</b>	Ситуативне завдання «Водій у стані сп'яніння».	<b>60 хв.</b>	<p>Група шикується у дві шеренги:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навчити алгоритму правомірних та безпечних дій у визначеній ситуації;</li> <li>- удосконалювати «контакт та прикриття»,</li> </ul>

			<p>комунікацію, заходи особистої безпеки, володіння нормативно-правовою базою, надання домедичної допомоги, застосування заходів поліцейського примусу та прийомів самозахисту;</p> <p>- сприяти розвитку психологічної стійкості, сміливості, рішучості та впевненості в своїх діях.</p>
<b>3.</b>	<b>Заключна частина – 5 хв.</b>		
<b>1.</b>	Вправи на відновлення дихання та розслаблення м'язів.	<b>1 хв.</b>	Вправи провести в ходьбі у колону по одному з дистанцією 2-3 кроки або на місці в одну-дві шеренги з інтервалом і дистанцією 2-3 кроки. Кожну вправу повторити 3-5 разів.
<b>2.</b>	Підведення підсумків заняття.	<b>3 хв.</b>	Група вишикувана в дві шеренги. Визначити індивідуальні та загальні помилки під час виконання вправ, виділити кращих курсантів, а також тих, хто слабо засвоїв навчальний матеріал.
<b>3.</b>	Завдання на самопідготовку.	<b>1 хв.</b>	Закріплення вивченого матеріалу.

### **3. Рекомендована література (основна, допоміжна), інформаційні ресурси в інтернеті**

#### **Тактико-спеціальна підготовка**

##### **3.1 Лекції**

1. Лекція 1: «Фізична підготовка в системі МВС України».  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

2. Лекція 2: «Основи розвитку фізичних якостей».  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

3. Лекція 3: «Шляхи підвищення психофізичної підготовки майбутніх працівників МВС України».  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

4. Лекція 4: «Тактика застосування заходів фізичного впливу і спеціальних засобів працівниками Національної поліції України».  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

**3.2 Методичні розробки проведення занять, затверджені та рекомендовані до використання в навчальному процесі навчально-методичною радою ХНУВС за темами:**

1. «Легка атлетика»;
2. «Гімнастика»;
3. «Спортивні ігри»
4. «Подолання перешкод»;
5. «Спеціальні підготовчі вправи»;
6. «Кидки та прийоми боротьби лежачі»;
7. «Удари та захист від ударів»;
8. «Способи затримання»;
9. «Звільнення від обхватів та захватів»;
10. «Захист від загрози холодною зброєю»;
11. «Захист від загрози вогнепальною зброєю»;
12. «Способи взаємодопомоги»;
13. «Розв'язання квестових (ситуаційних) завдань».

<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

### **3.3 Навчально-методична література**

1. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 р.  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>

2. Наказ МВС України від 26.01.2016р. №50 «Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16>

3. «Особливості підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України» збірник матеріалів; Харків, ХНУВС, 2016.-170с.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/940>

4. «Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України» збірник матеріалів; Харків, ХНУВС, 2017.-376с.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/2544>

5. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України, збірник наукових праць, Харків, ХНУВС 2018- 246с.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/5808>

6. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України, збірник наукових праць, Харків, ХНУВС 2019- 364с.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/5737>

7. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Моргунов О.А., Соколов О.А., Калюжний М.Г., Лозовий Є.А., - Харків, ХНУВС 2017.- 124с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1189>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
8. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України, методичні рекомендації, уклад: Бортник С.М. Моргунов О.А., Артем'єв О.А. Хомко І.Г.- Харків: ХНУВС, 2017.- 136с.: іл.  
<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1169>,  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
9. Спеціальна фізична підготовка працівників органів внутрішніх справ, підручник/ Кол-в авторів – Харків, ХНУВС 2011. - 215с.: іл.
10. В.Н. Платонов «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті». – Київ, Олимпийская література, 2004 г. – 806 с.  
<https://www.twirpx.com/file/1487997/>
11. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Тактика спеціальної підготовки працівників органів внутрішніх справ України», методичні рекомендації Харків, ХНУВС, 2010 – 34с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/t\\_fizo.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/t_fizo.pdf)
12. В.О. Артем'єв, В.В. Колесніков. «Уразливі зони тіла», методичні рекомендації; Харків, ХНУВС, 2010 – 28с.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/13.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/13.pdf)
13. Чуносков М.А. Совершенствование процесса преподавания специальной физической подготовки на основании применения положений психологической модели деятельности в экстремальной ситуации. Матеріали відкритої науково – метод. Конференції “Фізична підготовка військовослужбовців”. – К., 2003, С. 181 – 185.
14. Колесніков В.В. Способи ефективного застосування гумового кийка. Методичні рекомендації. - Харків, ХНУВС, 2008. – 23 с.
15. Забора А.В. Гімнастика у вищих навчальних закладах системи МВС України. Методичні рекомендації. Харків, ХНУВС, 2010. – 27 с.
16. Моргунов О.А., Ярещенко О.А., Колесніков В.В. Комплекси вправ для розвитку силових здібностей курсантів ХНУВС під час самостійної підготовки/Методичні рекомендації - Харків, ХНУВС., 2011. – 39 с.
17. Забора А.В., Лозовий Є.А., Боровик М.О. Подолання єдиної смуги перешкод. – Харків, ХНУВС, 2014. – 48 с. іл. - навчально-методичні вказівки.  
<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>
18. «Обеззброєння та затримання злочинців, озброєних холодною або вогнепальною зброєю», навчально - методичні рекомендації; уклад: Моргунов О.А., Сергієнко В.В., Ярещенко О.А.- Харків.: ХНУВС, 2012. – 48с. :іл.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/obezbroy.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/obezbroy.pdf)
19. «Легка атлетика: техніка бігу та спеціальні бігові вправи», навчально-методичні рекомендації, О.А. Моргунов, О.А. Соколов, В.Ю. Соколова, М.А. Демчук; Харків, ХНУВС, 2013.- 48с. :іл.  
[http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4\\_lit/legk\\_athlet.pdf](http://univd.edu.ua/general/publishing/nav4_lit/legk_athlet.pdf)

20. Розвиток сили за допомогою атлетичної гімнастики : метод. рек. /[уклад.: Сагайдак С.М., Боровик М.О.]; МВС України, Харк. нац. ун-т внутр. справ, Каф. спец. фіз. підготовки. – Х. : ХНУВС, 2013. - 48 с. : іл.

<http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

21. «Стійки, захвати, виведення із рівноваги, самострахування, кувирки та спеціальні підготовчі вправи», навчально-методичні рекомендації; уклад: Савінов О.В., Ковальов І.М., Харків: ХНУВС, 2014.-80с: 160 іл.

22. «Кидки, больові прийоми та утримання», навчально-методичні рекомендації; уклд: Ковальов І.М., Гладніков О.В. Харків:ХНУВС, 2013.-28с. : іл. <http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

23. «Удари та захист від ударів», навчально-методичні рекомендації, уклад: Проскурнін А.В. Дякін Я.А., Лукін Б.П., Константинов Д.В., Кішніренко Р.О., Харкві, ХНУВС 2014.-58с. <http://lib.univd.edu.ua/?action=predmet&id=103167>

24. Тактика ножового бою, методичні рекомендації, уклад: колектив авторів, Київ, Департамент «КОРД»,2019- 68с.

#### **Інформаційні ресурси:**

1.[http:// fight.uazone.net/](http://fight.uazone.net/) - сайт про бойові мистецтва:

- розминка
- розминка «плюс»
- стійки
- блоки
- уклони
- удари руками
- комбінації уларів руками
- удари ногами
- точки
- підсічки
- прийоми
- спаррінги
- тактика
- тактика «плюс»
- анатомія
- вправи
- ударні поверхні
- захвати рук
- атака на вулиці
- біодинаміка удару
- кидки
- страх та паніка

2. [1.http:// fight.uazone.net/](http://fight.uazone.net/) Ситуації

- Якщо Ви – жінка

- В барі, кафе и т.п.
- Напад собаки
- Поведінка під час викрадення
- Захват заручника
- Захист автомобілістів
- Поведінка на мітингу
- Поведінка на концерті
- Декілька противників
- Безпека на вулиці
- Поведінка під час затримання
- Особиста безпека
- Напад
- 

3 <https://racurs.ua/1597-boevoy-gopak-spas-i-borba-na-poyasah-hto-kroetsya-za-zakonom-o-nacionalnyh-vidah-sporta-foto.html>- сайт- Українські бойові мистецтва.

## **Вогнева підготовка**

### **3.1 Методичне забезпечення:**

1. Навчальний план навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
2. Програма навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
3. Текст лекції за темою: «Заходи безпеки при поводженні з вогнепальною зброєю та боєприпасами, загальні положення Курсу стрільб та правові п
4. Мультимедійні презентації за темою «Матеріальна частина пістолетів»;
5. Мультимедійна презентація за темою «Призначення, загальна будова, бойові властивості, неповне розбирання 5,45 мм АКС-74у (7,62 мм АКМ)»;
6. Методичні розробки для проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
7. Плани проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
8. Тестові завдання для поточного контрольного з навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
9. Комплексна контрольна робота з навчальної дисципліни «Вогнева підготовка» за трьома рівнями складності.
10. Учбова зброя;
11. Учбові патрони;

12. Хронометр;
13. Стенди, плакати з навчальної дисципліни «Вогнева підготовка»;
14. Учбове місце «Фрагмент чергової частини»;
15. Автотренажер для виконання вправ Курсу стрільб із автомобіля.

### **3.2 Рекомендована література:**

1. Закон України від 02.07.2015 р. «Про Національну поліцію»;
2. Наказ МВС України від 01.02.2016 р. № 70;
3. Наказ МВС України від 26.04.2019 р. № 334;
4. В.Ф.Глущенко «Навчання швидкісній стрільбі з пістолетів»;
5. НСС «9мм пістолет Макарова»;
6. Паспорт «9мм пістолет «Форт-12»;
7. НСС «7,62мм АКМ»;
8. НСС «5,45мм АКС – 74У»;
9. Instruction for Use Glock 17 Gen5-Xmodel;
10. H&K MP5 ARmoreders Manual;
11. Стрйовий статут ЗС України;
12. Текст лекції «Заходи безпеки при поводженні зі зброєю та боєприпасами, загальні положення Курсу стрільб із стрілецької зброї, правові підстави застосування вогнепальної зброї»;
13. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» А.О. Савченко, В.І. Бабенко, І.А.Гордієнко, ХНУВС-2007 р.
14. Навчальний посібник «Вогнева підготовка» В.В. Федоров, В.П. Пістряк, А.Ф. Бальва, І.С. Луценко, В.В. Чумак, ХНУВС-2019 р.

### **3.3 Інформаційні ресурси:**

1. [www.mvs.gov.ua](http://www.mvs.gov.ua)
2. [https://uk.wikipedia.org/wiki/Glock\\_17](https://uk.wikipedia.org/wiki/Glock_17)
3. [https://uk.wikipedia.org/wiki/Heckler\\_%26\\_Koch\\_MP5](https://uk.wikipedia.org/wiki/Heckler_%26_Koch_MP5)