

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Методика екстремальної рухової активності (рятувальне багатоборство  
"Школа безпеки", військово-спортивні ігри)

---

Рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський)</u>
Освітня програма	<u>«Середня освіта (фізична культура)»</u>
Спеціалізація	<u>014.11 Фізична культура</u>
Спеціальність	<u>014 Середня освіта (за предметними спеціальностями)</u>
Галузь знань	<u>01 Освіта/Педагогіка</u>

Затверджено на засіданні кафедри  
теорії та методики фізичної культури  
Протокол № 7 від «22» квітня 2024 р.

## ЗМІСТ

1.	Загальна інформація	3
2.	Анотація до навчальної дисципліни	3
3.	Мета та цілі навчальної дисципліни	3
4.	Програмні компетентності та результати навчання	4
5.	Організація навчання	5
6.	Система оцінювання навчальної дисципліни	5
7.	Політика навчальної дисципліни	9
8.	Рекомендована література	10

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Методика екстремальної рухової активності (рятувальне багатоборство "Школа безпеки", військово-спортивні ігри)
Викладач (і)	Луцький Василь Ярославович кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Контактний телефон викладача	+380665654169
Е-mail викладача	<a href="mailto:vasyl.lutskyi@pnu.edu.ua">vasyl.lutskyi@pnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/</a>
Консультації	Згідно графіка, який знаходиться на сайті кафедри <a href="https://ktmfks.pnu.edu.ua/hrafiky-vidpratsiuvanpropushchenykh-zaniat/">https://ktmfks.pnu.edu.ua/hrafiky-vidpratsiuvanpropushchenykh-zaniat/</a>

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

ОК «Методика екстремальної рухової активності (рятувальне багатоборство "Школа безпеки", військово-спортивні ігри)» побудований на основі інтегрованого поєднання елементів спеціальних знань, умінь і навичок щодо збереження і захисту життя, зміцнення здоров'я молодшої людини, формування ключових здоров'язберігаючих компетентностей.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

**Мета** - формування у студентів професійних знань, навичок і компетенцій, необхідних для організації та проведення екстремальної рухової активності, рятувального багатоборства та військово-спортивних ігор. Розвиток фізичних і психологічних якостей, здатності діяти ефективно в умовах підвищеного ризику, навчання сучасним методикам підготовки, виховання командного духу, відповідальності та здатності приймати рішення в нестандартних ситуаціях.

Цілі дисципліни «Методика екстремальної рухової активності (рятувальне багатоборство "Школа безпеки", військово-спортивні ігри)» полягає у:

- Опанування основ теорії та практики екстремальної рухової активності.
- Здобуття практичних навичок з рятувального багатоборства, тактичної підготовки та організації ігор на зразок "Школи безпеки".
- Виховання здатності аналізувати ризику та діяти злагоджено в команді.
- Розвиток фізичної витривалості, швидкості реакції, сили, координації рухів та стресостійкості.
- Підготовку до реалізації виховної, навчальної та тренерської діяльності у військово-спортивному та рятувальному середовищі.

## 4. Програмні компетентності та результати навчання

### Компетентності

**ІК** Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорій, технологій та методів відповідних наук, педагогіки, психології, теорії та методики фізичної культури, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері шкільного туризму

### Загальні компетентності

- ЗК-4.** Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;
- ЗК-5.** Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;
- ЗК-9.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК-10.** Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК-12.** Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

### Фахові компетентності

- ФК-1.** Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.
- ФК-7.** Здатність оволодівати базовими і новими видами спортивно-оздоровчої діяльності
- ФК-8.** Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.
- ФК-9.** Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей
- ФК-10.** Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.
- ФК-11.** Здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, оздоровчих гуртках, здійснювати профілактику травматизму.
- ФК-12.** Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
- ФК-13.** Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.
- ФК-16.** Здатність до організаційної роботи у сфері спортивно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборач
- ФК-18.** Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.
- ФК-19.** Здатність до безперервного професійного розвитку.

### Програмні результати навчання

- ПРН-4.** Знати правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.
- ПРН-5.** Знати вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.
- ПРН-14.** Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності; вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.
- ПРН-15.** Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.
- ПРН-16.** Вміти складати планувальну і звітну документацію, організувати та проводити масові спортивно-оздоровчі заходи та спортивні змагання.
- ПРН-19.** вміти аналізувати інформацію з різних джерел, готувати до публікації тексти професійного змісту державною та іноземною мовами; узагальнювати результати

експериментально-дослідницької і аналітичної роботи у вигляді дипломної роботи та інших наукових публікацій; проявляти принциповість і нетерпимість до проявів академічного плагіату.

## 5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни			
Вид заняття		Загальна кількість годин	
лекції		8	
семінарські заняття / <b>практичні</b> / лабораторні		22	
самостійна робота		60	
Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
	014 Середня освіта (фізична культура)	3-4	Вибіркова

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Кількість год.		
	лекції	практичні	сам. роб
Тема 1. Основи екстремальної рухової активності. Психологічна підготовка до екстремальних ситуацій	2	4	14
Тема 2. Методика підготовки до рятувального багатоборства "Школа безпеки". Тактика та техніка рятувальних операцій	2	6	16
Тема 3. Військово-спортивні ігри: історія та сучасність. Методика підготовки та проведення	2	4	12
Тема 4. Методика проведення занять з рятувального багатоборства	2	8	18
	<b>Всього</b>	<b>8</b>	<b>22</b>
			<b>60</b>

## 6. Система оцінювання освітньої компоненти

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	<p>Система оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни включає поточний та семестровий контроль знань. Оцінювання відповідей студентів на практичних заняттях відбувається за 100 бальною шкалою. По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,70, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 70 балів.</p> <p>При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, практичних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.</p> <p>Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з</p>
---	---

	<p>дозволу зав. кафедри (за заявою).</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 70 балів), отриманих балів за самостійну роботу (КСР) (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множитья на ваговий коефіцієнт 0,20, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 20 балів), оцінки за письмову (додаткову) роботу (написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів і т.д.) (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множитья на ваговий коефіцієнт 0,10, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.</p>
Вимоги до письмових робіт	<p>Письмовими роботами студентів денної форми навчання є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– огляд питань за темами та виступ на практичному занятті;</li> <li>– підготовка реферату, презентації, доповіді на практичне заняття.</li> </ul> <p>Письмовими роботами студентів заочної форми навчання є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– підготовка реферату, презентації, доповіді на практичне заняття.</li> </ul> <p>Критерії оцінювання письмової роботи студентів денної форми навчання:</p> <p><i>90–100 балів</i> – Огляд у письмовому вигляді всіх питань самостійної роботи, передбачених програмою та НМКД, підготовка реферативної роботи та виступ на практичному занятті, підготовка презентації;</p> <p><i>80–89 балів</i> – Виконання зазначених завдань письмової роботи, однак не в повному обсязі, а в такому, що становить 80–90 % від запропонованих завдань;</p> <p><i>70–79 балів</i> – Підготовка письмових робіт у повному обсязі та підготовка реферативної роботи (без виступу на практичних заняттях);</p> <p><i>60–69 балів</i> – Підготовка письмових робіт та виступи на практичних заняттях у обсязі 50 %; підготовка реферативної роботи (без виступу на практичному занятті);</p> <p><i>50–59 балів</i> – Підготовка письмових робіт у обсязі 50 % або підготовка реферативної роботи (без виступу на практичному занятті).</p> <p>Критерії оцінювання письмової роботи студентів заочної форми навчання (реферати):</p> <p><i>90–100 балів</i> – виконані всі вимоги до написання й захисту реферату: позначені проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему й логічно викладена власна позиція, сформульовані висновки, тема розкрита повністю, витриманий обсяг, дотримані вимоги до зовнішнього оформлення, дані правильні відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії;</p> <p><i>80–89 балів</i> – виконані всі формальні вимоги до написання й захисту реферату: витриманий обсяг, дотримані вимоги до зовнішнього оформлення. Проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему й викладена власна позиція, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно, дані правильні відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії;</p> <p><i>70–79 балів</i> – основні вимоги до реферату і його захисту виконані,</p>

	<p>але при цьому допущені деякі недоліки. Не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу. Вимоги щодо оформлення дотримано на належному рівні;</p> <p><i>60–69 балів</i> – основні вимоги до реферату і його захисту виконані, але при цьому допущені недоліки. Зокрема, є неточності у викладі матеріалу; відсутні логічна послідовність у судженнях; не витриманий обсяг реферату; є недоліки в оформленні; на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії при захисті дані неповні відповіді;</p> <p><i>50–59 балів</i> – є істотні недоліки стосовно вимог до написання реферату. Зокрема: тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті реферату або при відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії; під час захисту відсутній висновок;</p> <p><i>Менше 50 балів</i> – тема реферату не розкрита, виявляється істотне нерозуміння проблеми, оформлення не відповідає встановленим вимогам, відсутня логіка викладу представленого матеріалу</p>
Практичні заняття	<p>Оцінювання відповідей студентів на практичних заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p><i>90-100 балів</i> – Студент має глибокі знання з тем практичних занять. Доповідь змістовна, ґрунтовна та відповідає вимогам. При підготовці до заняття студент використовував творчий підхід, не обмежуючись тільки матеріалами підручника або лекції. Під час практичного заняття студент активно приймає участь в дискусіях та доповнює відповіді інших. Протягом відповіді активно використовує приклади для кращого розуміння матеріалу. Під час заняття вдало поєднує теоретичні знання та практичні вміння з даної дисципліни.</p> <p><i>80-89 балів</i> – Студент має міцні ґрунтовні знання. Доповідь змістовна та відповідає вимогам. При підготовці до заняття студент не обмежується тільки матеріалами лекції. Під час практичного заняття студент приймає участь при обговоренні поставленого питання. Протягом відповіді може використати приклади для кращого розуміння матеріалу. Проте існують незначні помилки при змогах застосувати отримані знання в практичній діяльності.</p> <p><i>70-79 балів</i> – Студент знає програмний матеріал повністю. Доповідь відповідає вимогам. Студент своєчасно готується до заняття. Під час заняття студент відповідає на поставлені запитання. Проте існують проблеми з застосуванням прикладів з практичної діяльності. Існують певні помилки в трактуванні поставленого питання, не вміє самостійно та творчо мислити, не може вийти за межі теми.</p> <p><i>60-69 балів</i> – Студент знає тему заняття, має уявлення про навчальний матеріал, але його знання мають загальний характер. Вміє відповідати на окремі поставлені запитання. При обговоренні інших питань практичного заняття не приймає активної участі і не може привести приклади застосування матеріалу на практиці.</p> <p><i>50-59 балів</i> – Студент знає основну тему заняття, має уявлення про поставлене питання, але його знання мають загальний характер. Відповіді базуються лише тільки на лекційному курсі і практично не підкріплені прикладами. Має певні прогалини в інших темах, на яких базується матеріал практичного заняття.</p> <p><i>25–49 балів</i> – Студент має фрагментарні знання, не володіє</p>

	<p>програмним матеріалом. Відповіді на всі поставлені запитання не повні або взагалі відсутні. При відповіді часто зупиняється і не може додатково відповідати на запитання.</p> <p>менше 25 балів – Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працює в аудиторії, не готовий відповідати на будь-яке запитання з теми практичного заняття.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	До заліку допускаються студенти, які набрали мінімум 50 балів за поточний контроль (практичні заняття).
Підсумковий контроль	<p>Залік. Оцінці за 100-бальною шкалою від 50 до 100 балів відповідає оцінка «зараховано» за державною шкалою, а оцінці від 0 до 49 балів – «не зараховано».</p> <p><i>90-100 балів</i> – Студент має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного і практичного курсу, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми навчальної дисципліни, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті практичні та теоретичні знання в усіх видах професійної діяльності. Не допускає помилок під час виконання різних практичних завдань, чітко знає методику дослідження та визначення різних складових та тем навчальної дисципліни.</p> <p><i>80-89 балів</i> – Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну і практичну роботу без помилок, але може допустити незначні помилки при виконанні залікових завдань, та самостійному виконанні практичних завдань.</p> <p><i>70-79 балів</i> – Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо виконання практичних завдань, але не вміє самостійно і творчо мислити, не може вийти за межі теми.</p> <p><i>60-69 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Вміє дати узагальнюючу характеристику стосовно різних практичних завдань. Володіє знаннями і вміннями не в повному обсязі.</p> <p><i>50-59 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Має прогалини в теоретичному курсі та в практичних вміннях та навичках.</p> <p><i>25–49 балів</i> – з можливістю повторного складання. Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Практичні вміння та навички сформовані на примітивному рівні.</p> <p><i>менше 25 балів</i> – з обов'язковим повторним вивченням дисципліни. Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно.</p>

## 7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи	<p>Оцінювання письмових робіт студентів регламентується <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
-----------------	--



<p>Академічна доброчесність</p>	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</a>.</li> </ul> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/">https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</a></p>
<p>Пропуски занять (відпрацювання)</p>	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «<a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a>» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Невідпрацювання занять може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «<a href="#">Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти</a>» – ознайомитися із положеннями можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
<p>Виконання завдання пізніше встановленого терміну</p>	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «<a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a>» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>та до «<a href="#">Положення про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін (кредитів ECTS) в умовах ECTS</a>» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
<p>Неформальна освіта</p>	<p>Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «<a href="#">Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника</a>» (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>

## 8. Ресурсне забезпечення

### Матеріально-технічне забезпечення

Спортивне ядро, туристичне спорядження

### Література

#### Основна

1. . Сагайдак Л.Д., Білоус П.М. Навчальна програма з позашкільної освіти «Юний рятувальник» (основний рівень). Рекомендовано Міністерством освіти України» (лист МОН України від 14.07.2017 № 1/11-7047).
2. Белінський П.Б. Учбова програма підготовки слухачів за курсом “Школа безпеки та виживання”.
3. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях: Навчальний посібник для підготовки фахівців першого (освітньо-професійного) рівня, галузь знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія» (1 курс) (за загальною редакцією Волянського П.Б. та Гринзовського А.М.) / Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін.]. Київ: ІДУЦЗ, 2018. 216 с. <http://surl.li/njzmb>
4. . Давиборщ С.Л., Осипенко С.І., Прохоренко А.С. Правила поведінки в умовах загрози та виникнення надзвичайних ситуацій. ДСНС України 2018.
5. . Дерев'яно В.В., Кондратенко Т.Г., Негрієнко А.О., Семінович А.М. «Дитячій безпеці – «Школа безпеки»». Київ, ПП «Санспарель» 2012.
6. Крилюк В.О., Кузьмін В.Ю. Домедична допомога. Алгоритми та маніпуляції. ТОВ «Ожива». 2017.
7. Гарасимів І.М., Пашко К.О., Фука М.М., Щирба Ю.П. Захист Вітчизни: підручник для 10 класу закладів загальної середньої освіти. Рівень стандарту. Тернопіль: Астон, 2018. 256 с. \
8. Гудима А.А., Пашко К.О., Гарасимів І.М., Фука М.М., Щирба Ю.П. Захист Вітчизни. Рівень стандарту: підручник для 11 класу закладів загальної середньої освіти. Тернопіль: Астон, 2019. 256 с.
9. Альпінізм. Правила сходжень. Офіційне видання / М.В. Загірняк, О.А. Верба, С.М. Федірко, М.М. Горбенко, Ф.П. Мітюхін, В.А. Хітриков, О.С. Фомін; під загальною редакцією М.В.Загірняка. Кременчук: КрНУ імені Михайла Остроградського, 2018. 28 с.
10. Стиценко Т.Є., Пронюк Г.В., Сердюк Н.М., Хондак І.І. Безпека життєдіяльності: навч. посібник. Харків: ХНУРЕ, 2018. 336 с.
11. Герберт Клавдія. Розуміти травматичний досвід. Львів, видавництво «Скриня», 2015. 69 с.
12. Медицина катастроф. Військова медицина: рек. анотований бібліогр. покажч. / уклад.: Н.Б.Гавриш, В.В. Хівренко, І.М. Лазоренко, Л.М. Драган. Х., 2018. 36 с.
13. Луцький Я., Луцький В. Основи шкільного туризму: навч. Посібник. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2008. 137 с.
14. Дейв Кентербері. Бушкрафт. Найважливіші навички для виживання в дикій природі. Наш формат, 2023. 224 с.
15. Лукашук-Федик С.В. Безпека життєдіяльності. Тернопіль, ТНЕУ, 2015.
16. Колотуха О.В., Щербатюк Н.І. Організація краєзнавчо-туристської діяльності. Навчальний посібник. Кіровоград: ПП. Центр оперативної поліграфії «Авангард», 2012. 186 с.
17. Коломоєць Г.А. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор. (Дис. канд. пед. наук). Інститут проблем виховання НАПН України. Київ. 2021. 236 с.

#### Додаткова

1. Навчальні програми з позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку: збірник / укладач В.Ю. Гаврилюк. Біла Церква: КНЗ КОР «КОПОПК», 2015. 144 с.
2. Методичні рекомендації щодо надання долікарської допомоги потерпілому в екстремальних 11 ситуаціях. НМЦ ЦЗ та БЖД Тернопільської області, 2007.
3. Осипенко С.І. Захист і самопоміч у надзвичайних ситуаціях. Київ. 2019.
4. Свириденко С., Навчаємо бути здоровими. Позакласна робота 5-9 класи. Київ «Шкільний

світ» 2007.

5. Фука М.М. Основи медико-санітарної підготовки. Тернопіль, Астон, 2006.
6. Юхименко А.П., Дивак В.В., Болібрux Б.В. Енциклопедія виживання (навчальний посібник в II частині). Кам'янець-Подільський, 2001.

#### **Нормативні документи**

1. Кодекс цивільного захисту України. Київ, 2013.
2. Наказ МОЗ від 16.06.2014 року №398 «Про затвердження порядків надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах». Київ, 2014.
3. Закон України „Про позашкільну освіту” (із змінами, внесеними згідно із Законами). Відомості Верховної Ради (ВВР). 2000 зі змінами (Наказ № 1414-IX від 27.04.2021).
4. Наказ МВС України "Про затвердження Правил пожежної безпеки в Україні" від 30.12.2014 №1417, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 05 березня 2015 р. за № 252/26697. Київ. 2015.
5. Наказ МВС України від 26.04.2018 №340 «Про затвердження Статуту дій у надзвичайних ситуаціях органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту та Статуту дій органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту під час гасіння пожеж, зареєстровано в Міністерстві юстиції України від 10.07.2018 №801/32253. Київ, 2018.
6. Наказ МВС України від 15 січня 2018 року № 25 « Про затвердження Правил експлуатації та типові норми належності вогнегасників».
7. Наказ МНС України від 15.10.2008 № 741 «Про затвердження методичних Порядок виконання нормативів радіаційного та хімічного захисту особовим складом органів управління та підрозділів МНС». Київ, 2012.
8. Концепція Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 року. Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1233-2020-%D1%80#Text>
9. Положення про XI I Всеукраїнський (I Міжнародний) збір-змагання юних рятувальників «Школа безпеки», присвячений пам'яті Героїв Чорнобиля (зі змінами та доповненнями). Затверджено спільним наказом МНС України, МОН, Мінсім'ямолодьспорту 26.04.2006 №253/324/1308. Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0253666-06#Text>.
10. Постанова Кабінету міністрів України «Про деякі питання дитячо-юнацького військовопатріотичного виховання» від 17 жовтня 2018 р. № 845 (із змінами, внесеними згідно з Постановами КМ № 143 від 26.02.2020, № 367 від 13.05.2020). Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/845-2018-%D0%BF#Text>.

#### **Інтернет-ресурси**

1. Наукова бібліотека ПНУ імені Василя Стефаника. – м. Івано-Франківськ, вул. Чорновола, 57, тел. (0342) 59-60-34, [pnu-lib@rambler.ru](mailto:pnu-lib@rambler.ru)
2. Івано-Франківська обласна універсальна наукова бібліотека імені І.Франка. – м. Івано-Франківськ, вул. Чорновола, 22, тел. (0342) 75-01-32; fax: 3-21-89; E-mail: [libifua@gmail.com](mailto:libifua@gmail.com)

Викладач: \_\_\_\_\_ Василь ЛУЦЬКИЙ