

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ РІВНЕНСЬКОЇ
ОБЛДЕРЖАДМІНІСТРАЦІЇ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «ЦЕНТР НАЦІОНАЛЬНО –
ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ»
РІВНЕНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

ПОГОДЖЕНО

Вченою радою Рівненського
обласного інституту післядипломної
педагогічної освіти
від 05.06.2025 № 04

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказом департаменту освіти і науки
Рівненської обласної державної
адміністрації
від 12.06.2025 № 118

Наталія БРОНЧУК

Навчальна програма з позашкільної освіти
військово-патріотичного напрямку
«Бойове двоборство»
Основний рівень

2 рік навчання

Автор:

Брончук Н.О. – завідувачка відділу військово-патріотичного та туристсько-краєзнавчого напрямку комунального закладу «Центр національно-патріотичного виховання і позашкільної освіти» Рівненської обласної ради.

Рецензенти:

Мінакова Н.Г. – методист лабораторії національного виховання Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.

Мельничук В.В. – методист комунального закладу «Центр національно-патріотичного виховання і позашкільної освіти» Рівненської обласної ради.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність навчальної програми з позашкільної освіти військово-патріотичного напрямку «Бойове двоборство» обумовлена необхідністю забезпечення у закладі освіти виховного процесу, який ґрунтується на демократичних засадах, загальнолюдських та національних цінностях, а також потребою суспільства у самодостатній, відповідальній особистості, яка здатна брати участь у суспільному житті, проявляти соціальну активність та ініціативність, усвідомлювати свою роль у житті держави, бути відданою її інтересам та готова до її захисту. Саме тому патріотичне виховання визнано одним із головних пріоритетів держави та регулюється рядом законодавчих документів.

Мета програми – створення умов для виховання підростаючого покоління фізично здоровим, міцним, загартованим, формування почуття патріотизму, свідомого ставлення до питань особистої та громадянської безпеки, засвоєння теоретичних знань та розвиток практичних навичок поведінки в екстремальних ситуаціях, творчого потенціалу та соціальної активності особистості, розумових і фізичних якостей, готовності до виконання громадянського та конституційного обов'язку – особистої відповідальності щодо захисту України, становлення людини (дитини, юнака, дорослого), яка готова до участі в демократичному управлінні суспільством, є дійсним творцем, лідером свого життя.

Завдання програми - реалізація змісту освіти на заняттях гуртків та спрямування на набуття пізнавальної, практичної, творчої, соціальної та громадянської компетентностей.

Пізнавальна компетентність. Оволодіння знаннями з історії, географії, етнології, народознавства, українознавства, звичаєвого українського права, світових цивілізаційних процесів та ролі у них України, мистецтва, різноманітних видів спорту та бойових єдиноборств, військової справи, фізичної культури, морально-психологічних особливостей людини та особистості, способів організації змістовного дозвілля.

Практична компетентність. Формування умінь та навичок занять фізичною культурою і спортом, військової справи, свідомої діяльності у науково-пошуковій роботі, волонтерській діяльності, виживання та усвідомлених дій в екстремальних ситуаціях, надання домедичної допомоги, в т.ч. тактичній медицині, самовпорядності, самоосвіти, самоврядування, збереження народних звичаїв, традицій, обрядів, залучення до здорового способу життя, організації змістовного дозвілля.

Творча компетентність. Набуття досвіду власної творчої діяльності, внеску в популяризацію фізичної культури і спорту, військової справи, розвиток громадянського суспільства, здатності проявляти творчу ініціативу, навичок проведення самостійних наукових досліджень, формування досвіду взаємовідносин людини і природи, здібностей системного, просторового, логічного мислення, творчої уяви і фантазії, намагання творчої самореалізації та духовного самовдосконалення.

Соціальна компетентність. Розвиток культури праці, досягнення високого рівня освіченості та вихованості, моральний, духовний, фізичний та інтелектуальний розвиток, формування кращих особистісних рис (відповідальність, чесність, працелюбність, самостійність, моральність), ціннісне ставлення до себе та оточуючих, культурно-історичної спадщини і традицій, природи, навколишнього середовища, вміння працювати в колективі.

Громадянська компетентність. Вміння аргументувати та відстоювати свою позицію, ухвалювати аргументовані рішення в життєвих ситуаціях та діях військовослужбовця в сучасному загальновійськовому бою, співпрацювати в колективі, вносити свою частку в роботу групи для вирішення проблеми, виявляти соціальні почуття, змістом яких є любов до Батьківщини, застосовувати процедури та способи захисту власних інтересів, прав та свобод, виконувати громадянський обов'язок у межах місцевої громади та держави загалом, ефективно спілкуватися, долати стереотипи, робити свідомий вибір та діяти відповідально.

Усвідомлення людини як вищої соціальної цінності, поваги до її прав і свобод, закону, прагнення до суспільної справедливості, рівноправності. Формування активної та відповідальної громадянської позиції, розуміння громадянського обов'язку та відповідальності за спільну справу.

Дана програма є продовженням навчальної програми «Бойове двоборство» І року навчання, затвердженої наказом департаменту освіти і науки Рівненської обласної державної адміністрації № 154 від 20.06.2024 року.

Навчальна програма розрахована на 216 годин на рік, при педагогічному навантаженні 6 годин на тиждень, що становить:

- теоретичні заняття – 4 години на тиждень;
- практичні (на місцевості) – 8 (або 4+4) годин раз в місяць
- одноденне таборування (рейд-похід, змагання) – 8 годин,
- 3-4 рази на рік;
- дводенне таборування (рейд-похід, змагання) – 14 годин, 1-3 рази на рік;
- триденне таборування (рейд-похід, змагання) – 22 години, 1-2 рази на рік.
- Багатоденні таборування, польові збори, рейд-походи, змагання тощо – поза сіткою годин.

Програма розрахована на вихованців (учнів, слухачів) позашкільних закладів та закладів загальної середньої освіти віком 13-18 років.

Розподіл годин у програмі є орієнтовним, керівник гуртка може змінювати їх, плануючи свою роботу, з урахуванням особливості закладу освіти, місцевих умов, рівня підготовленості вихованців, учнів, слухачів, матеріального забезпечення, запланованих масових заходів.

Перевірка знань, умінь та навичок (компетентностей) вихованців, учнів, слухачів здійснюється під час виконання практичних занять, участі у змаганнях, таборувань, а також у формі конкурсів тощо. Практичні заняття є обов'язковими та необхідними складовими освітнього процесу. Вони передбачають створення умов для наближення змісту тем програми до реального життя.

Наповнюваність гуртків встановлюється відповідно до чинного законодавства України.

Навчальна програма з позашкільної освіти військово-патріотичного напрямку «Бойове двоборство» II року навчання адаптована для керівників гуртків закладів позашкільної та загальної середньої освіти освіти.

Основний рівень, другий рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу	Кількість годин		
		216 год.		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступне заняття	2	-	2
2.	Вивчення історії України, рідного краю, козацтва, українських військових формувань визвольних змагань боротьби за незалежність, сучасних Збройних сил України	2	8	10
3.	Духовні цінності та заповіді українського народу	2	8	10
4.	Структура бойового двоборства та особливості проведення змагань	10	50	60
5.	Загальна характеристика спортивної підготовки в бойовому двоборстві	10	40	50
6.	Засади стрільби з пневматичної гвинтівки	10	40	50
7.	Домедична допомога та дії у надзвичайних ситуаціях. Проведення рятувальних робіт	2	8	10
8.	Туристсько-спортивна підготовка	2	12	14
9.	Участь у волонтерських та інших масових заходах	-	8	8

10.	Підсумки навчального року, завдання на літо.	2	-	2
РАЗОМ		42	174	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступне заняття. (2 год)

Теоретична частина. Актуалізація знань, отриманих у попередній рік навчання. Ознайомлення з планом роботи на навчальний рік. Правила безпеки життєдіяльності під час занять, рейд-походів, таборувань та змагань. Правила поведінки в навчальному кабінеті, спортзалі, спортивному майданчику, у закладі освіти. Правила дорожнього руху.

Інструкція щодо організації та проведення туристських спортивних походів з учнівською та студентською молоддю та Інструкція щодо організації та проведення екскурсій та подорожей з учнівською та студентською молоддю (наказ Міністерства освіти і науки України від 02.10.2014 р. № 1124, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 27 жовтня 2014 р. за № 1340/26117).

2. Вивчення історії України, рідного краю, козацтва, українських військових формувань визвольних змагань боротьби за незалежність, сучасних Збройних сил. (10 год)

Теоретична частина. Видатні історичні події на території Рівненської області. Історія боротьби за незалежність України. Українські військові формування періоду визвольних змагань за єдину і соборну Україну. Історія сучасних Збройних сил України. Героїчні подвиги українських воїнів сучасності.

Практичні заняття. Проведення туристсько-краєзнавчих подорожей з активним способом пересування, фестивалів, круглих столів з громадськістю та батьками, екскурсії до місць історичної та культурної спадщини України.

3. Духовні цінності та заповіді українського народу. (10 год)

Теоретична частина. Історична доля українців, Українська мова як визначальна ознака українського етносу в його часопросторових вимірах, конституційний чинник українського державотворення на сучасному етапі. Українська пісенна творчість як феномен світової культури. Українська діаспора у світі.

Календар народних та церковних свят. Свята Різдяного та Новорічного циклу. Веснянки, зажинки, Івана Купала тощо.

1 жовтня в державних, народних, церковних та козацьких українських звичаях. Життя та діяльність видатних українських діячів. Зміст, сутність поняття «історична місія».

Україна та українство у відносинах із зовнішнім світом. Україна і Росія у процесі історичного співіснування.

Практичні заняття.

Святкування 1 жовтня – Дня захисника України, Дня українського козацтва та свята Покрови Пресвятої Богородиці.

Проведення походів. Відвідування військових частин, військових закладів освіти, полігонів тощо.

Бесіди, круглі столи з педагогами, батьками, представниками влади та громадськості. Волонтерські Добрі діла. Екскурсії, походи.

4. Структура бойового двоборства та особливості проведення змагань. (60 год)

Теоретична частина. Структура бойового двоборства та особливості проведення змагань. Характер змагань. Організація змагань. Учасники змагань. Режим навчально-тренувальної роботи та наповнюваність навчальних груп. Засоби, методи, принципи спортивної підготовки. Організація навчально-тренувальної роботи. Техніка всестильового бою на різних етапах підготовки. Спрямованість до максимальних спортивних досягнень. Взаємозв'язок загальної та спеціальної фізичної підготовки. Взаємозв'язок поступовості й тенденції до граничних навантажень. Хвилеподібність динаміки навантажень. Поглиблена спеціалізація. Організація навчально-тренувальної роботи відповідно до вікових особливостей вихованців. Всестильовий бій (володіння прийомами за допомогою ударної і кидкової техніки з використанням елементів боротьби, боксу та східних єдиноборств — карате тощо) за шістьма версіями: Б-1 — легкий контакт, Б-2 — дозований контакт, Б-3 і Б-4 — повний контакт (без завдання та із завданням ударів колінами і ліктями по корпусу), крім дівчат, Б-5 — демонстрація техніки самозахисту, Б-6 — демонстрація формальних технічних комплексів.

Практична частина. Особисті змагання, командні змагання, особисто-командні змагання.

5. Загальна характеристика спортивної підготовки в бойовому двоборстві. (50 год)

Теоретична частина. Самовдосконалення фізичного стану. Фізична культура і спорт. Загальна фізична підготовка (ЗФП). Особиста гігієна занять фізкультурою і спортом. Загальнорозвиваючі вправи та ранкова гімнастика. Спеціальні вправи для розвитку різних груп м'язів, вправи на витривалість, координацію, гнучкість, спритність, швидкість. Основи техніки оздоровчого бігу. Спеціальні бігові вправи. Робота рук під час бігу. Постанова стопи на землю. Довжина кроку. Дихання під час бігу. Човниковий біг. Біг на 100 метрів з рівномірним прискоренням, біг на 400, 1000, 2000 метрів. Біг з повторним прискоренням на 15-20 метрів та вільний біг між ними. Метання в ціль та на відстань. Стрибки в довжину, висоту, у «кроці», зі скакалкою, через перешкоди, опорні стрибки.

Розвиток прикладних психофізичних якостей та особистісних властивостей засобами військово-спортивних ігор.

Гімнастичні та акробатичні вправи з елементами бойових мистецтв. Бойові мистецтва захисту та нападу.

Практична частина. Участь у спортивних змаганнях, естафетах, іграх, показових виступах.

6. Засади стрільби з пневматичної гвинтівки. (50 год)

Теоретична частина. Бойовий прапор. Стройова підготовка і прийоми руху зі зброєю.

Поняття про бій. Сутність сучасного загальновійськового бою. Особиста зброя та екіпіровка солдата в бою. Тактична підготовка. Вогнева підготовка. Засоби індивідуального захисту.

Воєнні дії та руйнування. Миротворчі війська та їх функції.

Основи сучасного військового бою за досвідом російсько-української війни.

Практичні заняття. Виконання стройових прийомів. Виконання стройової пісні. Виконання стрільби із пневматичної та малокаліберної гвинтівки. Виконання стрільби із автоматичної зброї. виправлення помилок при стрільбі, їх усунення. Тренування у стрільбі за різних погодних умов. Використання засобів індивідуального захисту. Теренова гра (відпрацювання дій у складі малих диверсійно-розвідувальних груп). Рейд- похід (марш-кидок).

7. Домедична допомога та дії у надзвичайних ситуаціях. Проведення рятувальних робіт. (10 год)

Теоретична частина. Класифікація опіків. Класифікація обморожень. Домедична допомога при опіках та обмороженнях. Домедична допомога при укусах отруйних змій, комах та павуків. Відмінність ознак при отруєннях та алергічних реакціях. Допомога при алергії. Допомога при потертостях, мозолях, вивихах, розтягах. Похідна аптечка.

Ознайомлення із тактичною медициною згідно затверджених Міністерством охорони здоров'я та Міністерством оборони України стандартів.

Практичні заняття. Обробка уражених ділянок при опіках та обмороженнях. Виготовлення нош із підручних засобів та матеріалів. Виготовлення та накладання шин при вивихах, розтягах. Транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях. Порядок проведення штучного дихання та непрямого масажу серця. Знезараження води.

Участь у змаганнях з рятувальних робіт.

8. Туристсько-спортивна підготовка. (14 год)

Теоретична частина. Туристське і спортивне орієнтування. Поняття «крос-похід». Способи подолання природних перешкод із застосуванням спеціального спорядження.

Практичні заняття. Орієнтування на місцевості. Участь у змаганнях зі

спортивного орієнтування.

Подолання перешкод:

- на заздалегідь обладнаних трасах (полігонах);
- подолання канави, струмка, неширокої річки за допомогою підвісної мотузки («маятником»);
- переправа через річку вбрід з використанням поручнів;
- переправа через річку по навісній переправі;
- переправи по мотузці з поручнями;
- переправа через річку, яр по колоді;
- піднімання по схилу з використанням поручнів;
- спуск по схилу (в т.ч. спортивним способом)
- траверс схилу;
- подолання скельних ділянок;
- подолання болота по купинах та за допомогою жердин.

Участь у змаганнях зі спортивного туризму на дистанціях «Смуга перешкод», «Крос-похід». Орієнтування при обході перешкод на маршруті. Практичні навички користування сокирою, пилкою, лопатою, ремонтним набором. Приготування їжі. Ігри та забави у поході та таборуванні.

9. Участь у волонтерських та інших масових заходах. (8 год)

Практична частина. Виконання Доброго Діла відповідно до лицарських принципів служити Богові, Батьківщині, Близькому. Виконання індивідуальних та групових завдань.

10. Підсумки навчального року, завдання на літо. (2 год)

Теоретична частина. Підведення підсумків роботи за рік. Відзначення кращих учасників за підсумками змагань, організації рейдів-походів, волонтерських заходів, ігор та дозвілля, підсумкового таборування.

Завдання на літо.

Підготовка та проведення багатоденного рейд-походу, таборування, змагань, вишколів(проводиться поза сіткою годин та, як правило, під час літніх канікул).

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Після завершення навчання за програмою гуртка у вихованців мають сформуватися наступні компетентності:

пізнавальна:

- знати основні питання історії України, рідного краю, козацтва, українських військових формувань, сучасних Збройних сил України, українських визвольних змагань та боротьби за незалежність;
- знати основи українського звичаєвого права;
- знати видатних українських діячів;

практична:

- оволодіти особливостями військової підготовки, стрільби, в т.ч. бойової з

автоматичної зброї;

- оволодіти основами бойових єдиноборств;
- оволодіти основами всестильового бою;
- орієнтуватись на місцевості;
- освоїти захисні та атакуючі елементи бойових єдиноборств;
- надавати та виконувати накази, діяти в ладу;
 - проводити тактико-технічні дії;
 - стріляти з пневматичної, малокаліберної та автоматичної зброї;
 - надавати домедичну допомогу, проводити рятувальні роботи;
 - користуватись засобами індивідуального захисту;
 - долати природні та штучні перешкоди;
 - діяти в екстремальних та нестандартних ситуаціях. у т.ч. в умовах населених пунктів;

творча:

- набуття досвіду власної творчої діяльності, внеску в популяризацію фізичної культури і спорту, військової справи, розвиток громадянського суспільства;
- здатність проявляти творчу ініціативу;
- навички проведення самостійних наукових досліджень;
- формування досвіду взаємовідносин людини і природи, здібностей системного, просторового, логічного мислення, творчої уяви і фантазії;
- намагання творчої самореалізації та духовного самовдосконалення;

соціальна:

- розвиток культури праці;
- досягнення високого рівня освіченості та вихованості;
- моральний, духовний, фізичний та інтелектуальний розвиток;
- формування кращих особистісних рис (відповідальність, чесність, працелюбність, самостійність, моральність);
- ціннісне ставлення до себе та оточуючих, культурно-історичної спадщини і традицій, природи, навколишнього середовища;
- вміння працювати в колективі;

громадянська:

- вміти аргументувати та відстоювати свою позицію, ухвалювати аргументовані рішення в життєвих ситуаціях та діях військовослужбовця в сучасному загальновійськовому бою;
- співпрацювати в колективі;
- вносити свою частку в роботу групи для вирішення проблеми;
- виявляти соціальні почуття, змістом яких є любов до Батьківщини;
- застосовувати процедури та способи захисту власних інтересів, прав та свобод;
- виконувати громадянський обов'язок у межах місцевої громади та держави загалом;
- ефективно спілкуватися, долати стереотипи, робити свідомий вибір та діяти відповідально.

ЛІТЕРАТУРА

1. Афанасьєв А., Проблеми формування ідеалів патріотичного виховання та ціннісних орієнтацій студентів на сучасному етапі. Рідна школа. - 2009. - № 12, 18-21 с.
2. Барановська Л. М., Китрар В. С., Коломоець Г. А. Формування моральноволевових якостей в умовах сьогодення на уроках фізичної культури. «Методист» № 7-8 липень-серпень, 2021. 115-116 с.
3. Берека В. Є. Козаком я мрію бути. Навч.метод. посіб.: Кам'янець-Подільський: Абетка, 2004. 396 с.
4. Бех І. Патріотичне виховання дітей та молоді. Позашкільля. 2011. № 10, 9-16 с.
5. Блохін О. Спорт як засіб патріотичного виховання та формування здорового способу життя особистості. Вища освіта України. 2012. 4. 59-71 с.
6. Бондарчук Д. О. Вечірня варта. Пісенник. Київ, Український державний центр туризму і краєзнавства учнівської молоді, 2016. 62 с.
7. Велікандо, А. Пісні моєї Батьківщини: патріотичне виховання засобами мистецько-художньої культури. Шкільний світ. 2008. № 2. 5-6 с. Вкладка.
8. Вишневський О. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : навч. посіб. Вид. 3-тє, доопрац. і доповн. – К. : Знання, 2008. – 566 с.
9. Вишневський, О. Український національний характер та сучасний ідеал виховання української молоді. Педагогічна думка. 2013. № 1. 3-8 с.
10. Пилат В. Бойовий Гопак. Львів: Галицька видавнича спілка, 1999, 336 с.
11. Воропай, Олекса Іванович. Звичаї нашого народу: етнографічний нарис. – Київ: Оберіг, 1993. – 589, [1] с.
13. Гарнійчук, В. Аналіз конкретних ситуацій як один з методів виховання патріотизму старших підлітків. Історія в школі. 2009. № 4. 16–18 с.
14. Гарнійчук, В. Програма курсу "Шляхом злагодженої взаємодії" для спільної співпраці вчителів, організаторів виховної роботи, членів громадських організацій патріотичного спрямування у вихованні патріотизму старших підлітків. Історія в школі. 2009. № 10. 24-26 с.
15. Грушевський, Михайло Сергійович. Ілюстрована історія України. – Репр. відтворення вид. 1913 р. – Київ: [б.в.], 1990. – [2], 524 с. : іл.
16. Грушевський, Михайло Сергійович. Історія України-Руси = History of Ukraine-Rus- Нью-Йорк : Книгоспілка, 1956.
Т. 10 : Від смерті Хмельницького до Гадяцької умови. – Передрук з вид. 1936 р. – 1958. – 594 с. : портр.
17. Дан О. Ю., Кривошея В. В. Вінниччина козацька: історія вінницького козацького полку. - Київ: видавничий дім "Стилос", 2004. - 202 с. (рецензії) . Наукові записки [Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського]. Серія: Історія. 2005.
18. Е. А. Єрьоменко. Хортинг–національний вид спорту України: методичний посібник /; МОНУ. ММСУ, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, НАПНУ. Київ : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

19. Зінченко А. Поділля. Навчальний посібник з історії рідного краю для 5-9 класів. КРВЦ. «Проза», 1998.

20. Коломоєць Г. А. Організаційно-педагогічні умови патріотичного виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова: Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт». 10 (118) 19. (2019), 49–56 с.

21. Коломоєць Г. А. Військово-спортивні та рухливі ігри / методичний посібник Г. А. Коломоєць, А. А. Ребрина, В. В. Деревянко, В. Б. Базильчук. Хмельницький: 2015. 182 с.

23. Коломоєць Г. А. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класи. Варіативний модуль «Військово-спортивні ігри» 3 роки навчання. Г. А. Коломоєць, А. А. Ребрина, В. В. Деревянко. Фізичне виховання в рідній школі. Київ: 2015. № 5. 7. 12 с.

24. Кривошея В.В., Генеалогія українського козацтва, нариси історії козацьких полків. Київ: Стилос, 2002. 396 с.

25. Культура і побут населення України : навч. посіб. для вузів. В. І. Наулко (кер.), Л. Ф. Артюх, В. Ф. Горленко [та ін.] ; [голов. ред. С. В. Головка]. Вид. 2-ге, допов. та переробл. Київ: Либідь, 1993. 284 с.

26. Луців Є. Бойове мистецтво гуцулів. Є. Луців; [кер. проекту Б. Фенюк; голов. ред. І. Дворницька]. - Тернопіль : Мандрівець, 2014. - 232 с.

27. Мицик, Юрій Андрійович. Як козаки воювали : іст. розповіді про запорізьких козаків / Мицик Ю. А.; худ. Ткаченко К. Д. – Дніпропетровськ: Промінь, 1990. – 302 с. : іл. – (Давно се діялось колись).

28. Організаторам роботи з патріотичного виховання учнівської молоді у навчальних закладах Харківщини. О. М. Бервено, О. С. Бондарчук, Ю. І. Буланов та ін. [упоряд. В. М. Грицюта, О. В. Редіна]. Харків: 2016. 216 с.

29. Козацько-лицарське виховання у закладах освіти Черкащини: навчально-методичний посібник. Кудін В.С., Бугайчук Н.В., Гловацький С.В., Лемешева Н.А. – Черкаси: КНЗ «ЧОППОПП ЧОР», 2018. – 191с.

30. Січко С.М., Тимченко В.В. Джура. Книга майбутнього захисника Вітчизни. Навчальний посібник. Миколаїв: Видавництво Ірини Гудим, 2009. 104с.

31. Сухушин М.П., Палагеша В.О. Військово-патріотичне виховання молоді. Підручник. Київ: Слово, 2009. 488 с. 12.

32. Пятков В.Т., Лопатьєв А.О. Теоретико-методичні основи стрілецького спорту. Львів: 1995. 30 с.

33. Багатоденне таборування (військово-польові збори), рейд-похід проводяться поза сіткою годин. Багатоденне таборування (військово-польові збори), рейд-похід проводяться поза сіткою годин. Тимчик, М. В. Зміст патріотичного виховання учнів 7-9 класів у процесі фізкультурномасової роботи. Фізичне виховання в сучасній школі. 2013. № 6. 35 – 38с.

34. Українська козацька педагогіка: витоки, духовні цінності, сучасність. / Ю. Руденко, О. Губко. Київ: МАУП, 2007.

35. Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. Фізична культура.10-11клас.

-URL:<https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-10-11-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf> (Дата звернення 25.04.2025)