

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

ПОГОДЖЕНО

Протокол засідання вченої ради
Рівненського обласного інституту
післядипломної педагогічної освіти

від 14 червня 2024 р. № 3

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ департаменту освіти і науки
Рівненської обласної державної
адміністрації

від 20 червня 2024 р. № 154

Навчальна програма з позашкільної освіти
військово-патріотичного напрямку

«БОЙОВЕ ДВОБОРСТВО»

I рік навчання
(основний рівень)

Рівне – 2024

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

Згідно реалізації Концепції національно-патріотичного виховання в системі освіти України, затвердженої наказом Міністерства освіти і науки України 06 червня 2022 року № 527, та з метою національно-патріотичного виховання головним завданням держави є становлення самодостатнього громадянина-патріота України, гуманіста і демократа, готового до виконання громадянських і конституційних обов'язків, до успадкування духовних і культурних надбань українського народу, досягнення високої культури взаємин, формування активної громадянської позиції, утвердження національної ідентичності громадян на основі духовно-моральних цінностей Українського народу, національної самобутності.

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.

Основним нормативно-правовим забезпеченням патріотичного виховання дітей та молоді є: закони України «Про освіту» (2017), «Про повну загальну середню освіту» (2020), «Про позашкільну освіту» (2020), укази Президента України «Про Стратегію національно-патріотичного виховання» (2019), «Про День захисника України» (2014), «Про невідкладні заходи щодо захисту України та зміцнення її обороноздатності» (2014), «Про Концепцію допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді (2014), Постанова Кабінету міністрів України «Про деякі питання дитячо-юнацького військово-патріотичного виховання» (2018), Концепція національнопатріотичного виховання в системі освіти України (2015) та інші.

Мета і завдання 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.

Програма передбачає реалізацію змісту освіти на заняттях гуртків та спрямована 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.

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» адаптована для керівників гуртків закладів позашкільної та загальної середньої освіти.

Основний рівень
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу	Кількість годин		
		216 год.		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступне заняття	4	-	4
2.	Вивчення історії України, рідного краю, козацтва, українських військових формувань визвольних змагань боротьби за незалежність, сучасних Збройних сил України	4	8	12
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	8	40	48
6.	Засади стрільби з пневматичної гвинтівки	8	40	48
7.	Домедична допомога та дії у надзвичайних ситуаціях. Проведення рятувальних робіт	2	8	10
8.	Туристсько-спортивна підготовка	2	8	10
9.	Участь у волонтерських та інших масових заходах	-	12	12
10.	Підсумки навчального року, завдання на літо.	2	-	2
РАЗОМ		42	174	216

Зміст програми

1. Вступне заняття. (4 год.)

Теоретична частина. Ознайомлення з порядком організації та проведення занять і планом роботи. Правилами 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 України (12 год.)

Теоретична частина. Історія рідного краю як віддзеркалення загальної історії України. Місця історичних подій. Розкриття «білих плям» історії краю. Формування української народності та нації. Виникнення назви «руси» та поширення назви «Русь». «Київська земля» – ядро формування української народності. Виникнення назви «Україна», основні ознаки української нації. Розширення української етнічної території у XVI – XVII ст.

Чи козацького ми роду? Місця таборування козаків. Козацькі прізвища та роди рідного краю. Гетьманські столиці. Історія боротьби за незалежність України. Українські військові формування періоду визвольних змагань за єдину і соборну Україну. Історія створення сучасних Збройних сил України. Героїчні подвиги українських воїнів сучасності. Учасники АТО.

Практична частина. Проведення туристсько-краєзнавчих подорожей з активним способом пересування, семінарів, фестивалів, круглих столів з громадськістю та батьками, зустрічі з учасниками АТО, екскурсії до місць історичної та культурної спадщини України.

3. Вивчення культури та побуту українців, обрядів, традицій і звичаїв українського народу, календаря народних та церковних свят, основ українського звичаєвого права, життя та діяльності видатних українських діячів. (10 год.)

Теоретична частина. Культура українців: тяглість, синкретизм, універсалії. Українство як етноментальний феномен. Ментальність і процеси націотворення. Історична доля українців, Українська мова як

визначальна ознака українського етносу в його часопросторових вимірах, конституційний чинник українського державотворення на сучасному етапі.

Запорізька Січ. Вивчення побуту, місця проживання козаків. Поняття «козак», його морально-психологічна суть. Козацьке побратимство. Кодекс лицарської звитяги та честі. Козацтво: історична давність захисних і консолідуючих національних функцій. Козацька регула. Основи українського звичаєвого права.

Календар народних та церковних свят. 14 жовтня в державних, народних, церковних та козацьких українських традиціях.

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.

Практична частина. Написання сценаріїв та святкування народних, церковних та державних свят. Проведення рейд-походу. Святкування 14 жовтня – Дня українського козацтва, Дня захисника України та свята Покрови Пресвятої Богородиці.

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. (48 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. Постановка 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. (48 год)

Теоретична частина. Найкращі риси воїна-українця.

Основи захисту України. Конституція України про призначення Збройних сил та інших військових формувань України. Державна та військова символіка України. Товариство сприяння обороні України (ТСОУ) – обороннопатріотична громадська організація.

Загальновійськова підготовка. Поняття про військові статuti. Муштровий порядок. Військові звання та знаки розрізнення (в т.ч. Козацької старшини та НАТО). Суть та значення військової дисципліни. Начальники (командири) та підлеглі, старші та молодші, їх права та обов'язки. Порядок звернення до начальників, віддання та виконання наказів.

Види тактико-технічних дій на місцевості, в т.ч. малих диверсійнорозвідувальних груп (ДРГ).

Вогнева підготовка. Загальна будова пневматичної гвинтівки, її характеристика та принцип дії.

Заходи безпеки під час стрільби.

Особливості стрільби з пневматичної гвинтівки. Помилки при стрільбі та їх усунення. Вибір точки прицілювання. Стрільба лежачи, з коліна та з упору.

Теоретичні основи стрільби із бойової зброї.

Практична частина. Виконання стрільби із пневматичної гвинтівки. Виправлення помилок при стрільбі, їх усунення. Тренування у стрільбі.

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

Теоретична частина. Анатомія людини. Поняття про рани. Види ран та кровотеч. Накладання пов'язок. Накладання кровоспинного джгута. Правила транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях. Домедична допомога при тепловому і сонячному ударах, водно-солевий баланс, питний режим та знезараження води. Допомога при ураженні електричним струмом. Домедична допомога при харчових отруєннях, отруєннях грибами, ягодами, травами. Домедична допомога при утопленні. Допомога при захворюваннях. Поняття про втрату свідомості та шок. Загальне уявлення про смерть, ознаки смерті, порядок проведення реанімації та рятувальних робіт.

Особливості проведення рятувальних робіт у межах населених пунктів та безпосередньо на зруйнованих житлових та нежитлових об'єктах. Природні та антропогенні перешкоди.

Практична частина. Накладання пов'язок. Накладання кровоспинного джгута. Порядок стискання судин для зупинки кровотечі. Виготовлення нош із підручних засобів та матеріалів. Транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях. Порядок проведення штучного дихання та непрямого масажу серця. Знезараження води. Тренування на майданчиках Збройних сил України, ДСНС тощо. Участь у змаганнях з рятувальних робіт.

8. Туристсько-спортивна підготовка. (10 год.)

Теоретична частина. Види спортивного туризму: пішохідний, водний, гірський, велосипедний, лижний. Відродження кінного туризму. Рух групи у поході. Залежність швидкості руху від рельєфу, характеру місцевості, наявності перешкод.

Забезпечення безпеки під час руху в поході. Фактори небезпеки в поході (природні, антропогенні). Подолання природних перешкод різного ступеня складності (яри, канали, болота, річки та інші водні перешкоди, організація переправ), круті схили, скелясті ділянки, ділянки густого лісу чи чагарнику тощо. Дії групи в екстремальних умовах (психологічна загартованість).

Роль спорядження для успішного проведення походу та організації таборувань (вага, надійність, компактність). Види спорядження (загально туристське та спеціальне, індивідуальне та групове тощо). Індивідуальне спорядження. Рюкзаки (наплічники). Теплоізоляційні килимки (каремати). Спальні мішки. Одяг та взуття. Намети та їх види. Основні вимоги до спорядження. Догляд за спорядженням. Комплектація ремонтного набору.

Мотузки (основні та допоміжні), особливості їх використання. Карабіни та інші технічні засоби. Страхувальні системи.

Основні туристські вузли. Техніка в'язання та призначення.

Орієнтування на місцевості. Поняття про карту (мапу) і план. Види карт. Масштаб (мірило). Визначення відстані на мапі та місцевості. Компас, його будова та призначення. Визначення сторін світу за допомогою компаса, небесних світил та місцевих прикмет. Особливості орієнтування під час рейдупоходу. Умовні знаки топографічних та військових карт.

Рельєф. Зображення рельєфу горизонталями. Види горизонталей. Бергштрих. Перетин рельєфу. Типові форми рельєфу та їх зображення на мапі.

Способи відновлення орієнтування у разі його втрати.

Поняття про бівуак (ночівлю, табір). Вимоги до місця (безпека, наявність джерел питної води, дров (палива), можливість зручного розташування наметів). Порядок дій окремих учасників та групи при влаштуванні бівуаку. Зняття бівуаку. Прибирання місця привалу (ночівлі, табору). Вибір місця для вогнища (багаття). Правила протипожежної безпеки. Різні типи багаття та їх призначення. Розпалювання багаття в т.ч. за несприятливих погодних умов. Сушіння одягу та взуття. Режим дня. Дозвілля в поході, багатоденному таборуванні.

Організація харчування в поході (таборуванні). Набір продуктів, режим харчування, калорійність. Меню одноденного, дводенного та багатоденного походу (таборування). Циклічність меню. Санітарні вимоги. Посуд. Кострове приладдя. Поповнення запасів ловлею риби, збиранням грибів та ягід. Приготування їжі в різних погодних умовах. Страви похідної (таборової) кухні, в т.ч. народної.

Практична частина. Орієнтування на місцевості. Участь у змаганнях зі спортивного орієнтування. виготовлення карток топографічних знаків. Топографічні ігри, диктанти, завдання. Визначення азимутів на місцевості. Читання знаків карт спортивного орієнтування. Робота з компасом, курвіметром, транспортиром, візирною лінійкою. Рух за визначеним азимутом.

Визначення сторін горизонту за місцевими предметами. В'язання вузлів.

Практичні навички користування сокирою, пилюкою, лопатою, ремонтним набором. Приготування їжі. Рейд-похід.

9. Участь у волонтерських та інших масових заходах. (12 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 чи таборування (проводиться поза сіткою годин та, як правило, під час літніх канікул).

Прогнозований результат

Вихованці мають знати:

- основні питання історії України, рідного краю, козацтва, українських військових формувань, сучасних Збройних сил України, українських визвольних змагань та боротьби за незалежність;
- культуру та побут українців, основи українського звичаєвого права;
- видатних українських діячів;
- основи самовиховання, самовпорядності.
- основні аспекти занять фізичною культурою та спортом, елементи бойових єдиноборств;
- основи всестильового бою;
- види тактико-технічних дій на місцевості, в т.ч. малих диверсійно-розвідувальних груп (ДРГ);
- основи надання першої медичної допомоги, проведення рятувальних робіт, тактичної медицини;
- основи пішохідного туризму, спортивного та туристського орієнтування, правила проведення туристських подорожей, організацію таборувань;
- санітарно-гігієнічні норми, правила особистої гігієни;
- правила безпеки життєдіяльності під час занять, рейдів-походів, таборувань, змагань;
- основи інформаційного забезпечення роботи гуртка.

Вихованці мають набути досвіду:

- працювати з різними джерелами інформації;
- збирати та фіксувати зібрані матеріали;
- орієнтуватись на місцевості;
- освоїти елементи фізичної культури, бойових єдиноборств; володіння прийомами за допомогою ударної і кидкової техніки з використанням елементів боротьби;
- надавати та виконувати накази, діяти в ладу;

- стріляти з пневматичної зброї;
- надавати домедичну допомогу, проводити рятувальні роботи;
- долати природні та штучні перешкоди;
- діяти в екстремальних та нестандартних ситуаціях. у т.ч. в умовах населених пунктів;
- складати меню, готувати страви похідної кухні, в т.ч. народної (козацький куліш, борщ, кашу, деруни, вареники тощо);
- організації роботи громадської ради, самоврядування, розподіляти обов'язки залежно від завдань;
- участі у волонтерських заходах, концертах, фестивалях, конкурсах, вікторинах, виставках тощо.

ЛІТЕРАТУРА

Афанасьєв А. Проблеми формування ідеалів патріотичного виховання та ціннісних орієнтацій студентів на сучасному етапі / А. Афанасьєв, Н. Щук / Рідна школа, 2009. № 12. 18-21с.

Барановська Л. М., Китрар В. С., Коломоєць Г. А. Формування моральноволевих якостей в умовах сьогодення на уроках фізичної культури / «Методист» № 7-8 липень-серпень, 2021. 115-116 с.

Берека В. Є. Козаком я мрію бути / В.Є.Берека, І. М. Шоробура / навч.метод. посіб. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2004.396 с.

Бех І. Патріотичне виховання дітей та молоді / І. Бех, К. Чорна / Позашкілля, 2011. № 10. 9-16с.

Блохін, О. В. Спорт як засіб патріотичного виховання та формування здорового способу життя особистості / О. В. Блохін / Вища освіта України.2012. № 4. 59-71с.

Бондарчук Д. О. Вечірня варта. Пісенник / упор. Д. О. Бондарчук, О. С. Бондарчук та ін. / Київ: Український державний центр туризму і краєзнавства учнівської молоді, 2016. 62 с.

Боплан Гійом Левассер де. Опис України / Гійом Левассер де Боплан. Пер. з фр., приміт. та передм. Я. І. Кравця. Львів: Каменяр, 1990. 301с.

Брайчевський Л.Ю. Походження Русі. / Київ: Наукова думка, 1965.

Велікандо А. Пісні моєї Батьківщини: патріотичне виховання засобами мистецько-художньої культури / А. Велікандо / Шкільний світ. 2008. № 2. 5-6с.

Вишневський О. Теоретичні основи сучасної української педагогіки: навч. посіб. / О. Вишневський. Вид. 3-тє, доопрац. і доповн. Київ: Знання, 2008. 566 с.

Вишневський, О. Український національний характер та сучасний ідеал виховання української молоді / О. Вишневський // Педагогічна думка. 2013. № 1.3-8с.

Володимир Пилат. «Бойовий Гопак». Львів, 1994.

Воропай О. Звичаї нашого народу. Київ: 1992.

Гарнійчук В. Аналіз конкретних ситуацій як один з методів виховання патріотизму старших підлітків / В. Гарнійчук / Історія в школі. 2009. № 4. 16-18с.

Гарнійчук В. Програма курсу «Шляхом злагодженої взаємодії» для спільної співпраці вчителів, організаторів виховної роботи, членів громадських організацій патріотичного спрямування у вихованні патріотизму старших підлітків / В. Гарнійчук / Історія в школі. 2009. № 10.24-26с. володіння прийомами за допомогою ударної і кидкової техніки з використанням елементів боротьби;

Голубев И.П. Профессионально-прикладная физическая подготовка. 1982. 127с.

Грушевський М.В., Ілюстрована історія України. Київ: 1990.

Грушевський М.В., Історія України – Руси. Київ: «Наукова думка», 2000.

Дон О.Ю., Кривошея В.В., Вінниччина козацька, Історія Вінницького козацького полку. Київ: «Стилос», 2004.

Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. Київ: Паливода А. В., 2014. 1064 с.

Зелений С.М. Краєзнавча підготовка туриста. Київ: 1972.

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

Коломоєць Г. А. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор: дис. на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук: 13.00.07 – теорія і методика виховання. 271 с.

Коломоєць Г. А. Організаційно-педагогічні умови патріотичного виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова: Серія15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт». 10 (118) 19. (2019), 49–56с.

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.

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

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

Культура і побут населення України. Навчальний посібник В.І. Наулко. Л.Ф. Артюр, В.Ф. Горленко та ін.(2-ге видання, доп. да перероб). Київ: Либідь, 1993.

Легенди нашого краю. / Ужгород: Карпати, 1972.

Літопис Руський. / Київ: Дніпро, 1989

Літопис Самовидець. / Київ: Дніпро, 1989

Луців Євген. Бойове мистецтво гуцулів, Є. Луців / Мандрівець, 2014. 232с.

Мисик Ю.А., Плохій С.М., Стороженко І.С., Як козаки воювали. / Київ: Промінь, 1990.

Новиков А.А. с соавт. Функциональные системы управления подготовкой спортсменов в различных видах единоборств /Теория и практика ФК. 1983. № 12. 20 - 22 с.

Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. 2003.863 с.

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.

Руденко Ю. Козацько-лицарське виховання учнівської і студентської молоді: монографія / Ю. Руденко, Ю. Мельничук. Київ, 2011. 415 с.

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

Сухушин М.П., Палагеша В.О. Військово-патріотичне виховання молоді. Підручник. Київ: Слово, 2009.488 с. 12.

Спортивная стрельба: Учеб. для ин-тов физ. культ./Под ред. А.Я.Корха. 1987. 255с.

Пятков В.Т., Лопатьев А.О. Теоретико-методичні основи стрілецького спорту. Львів: 1995.30 с.

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.

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

Чорна К. І. Виховання громадянина, патріота, гуманіста. Навч.-метод. посібник / К. І. Чорна. Київ: ТОВ «ХІК», 2004. 96 с.

Яворницький Д. І. Історія запорозьких козаків. У 3 т. / Редкол.:П. С. Сохань та ін. Київ: Наукова думка, 1990-1991.592 с.

Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. Фізична культура. 10-11 клас. Електронний ресурс. URL:
<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-10-11klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf>