

Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти  
ім. К.Д. Ушинського  
Комунальний позашкільний навчальний заклад  
«Центр національно-патріотичного виховання, туризму та краєзнавства  
учнівської молоді»

ПОГОДЖЕНО

Протокол засідання науково-методичної ради Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти ім. К.Д. Ушинського

від 03.09.2020 року № 03

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Управління освіти і науки Чернігівської обласної державної адміністрації

від 13 жовтня 2020 року №244

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
військово-патріотичного напрямку  
«Юні джури»  
2 роки навчання**



м. Чернігів  
2020 рік

**Автор:** Дорошенко О.І., методист комунального позашкільного навчального закладу «Центр національно-патріотичного виховання, туризму та краєзнавства учнівської молоді»

**Відповідальний за випуск:** Степовик П.М., директор комунального позашкільного навчального закладу «Центр національно-патріотичного виховання, туризму та краєзнавства учнівської молоді»

## ЗМІСТ

Пояснювальна записка .....	4
1. Вступ .....	4
2. Мета і завдання програми .....	5
3. Цілі програми .....	6
1. Навчально-тематичний план початкового рівня навчання .....	6
1. Вступне заняття (2 години) .....	7
2. Моя країна – Україна (40 годин) .....	7
3. Українське козацтво (84 години) .....	8
4. Мій рідний край (36 годин) .....	10
5. Основи медичних знань (18 годин) .....	13
6. Фізична підготовка (18 годин) .....	14
7. Туристська підготовка (18 годин) .....	16
8. Вимоги до знань і вмінь гуртківців початкового рівня навчання .....	17
2. Навчально-тематичний план основного рівня навчання .....	18
1. Вступне заняття (2 години) .....	18
2. Мій рідний край (52 години) .....	18
3. Українське козацтво (108 годин) .....	21
4. Основи медичної підготовки (18 годин) .....	23
5. Фізична підготовка (18 годин) .....	25
6. Туристська підготовка (18 годин) .....	26
7. Вимоги до знань і вмінь гуртківців основного рівня навчання .....	27
Авторські рекомендації .....	28

## Пояснювальна записка

### 1. Вступ

У період національно-культурного і соціально-економічного відродження України гостро постає питання патріотичного виховання молоді, прищеплення любові до Батьківщини, виховання справжнього, свідомого громадянина нашої держави. Саме підростаюче покоління несе в собі потенційну енергію подальшого розвитку. Від того, якою буде молодь сьогодні, які цінності становитимуть ядро її свідомості, від того, наскільки молоді люди будуть готовими до нового типу соціальних відносин, залежить, яким буде майбутнє нашої країни.

З метою формування у дітей патріотичної, національної свідомості і самосвідомості протягом останніх років велика увага приділяється вивченню культурної та історичної спадщини, історії та традицій рідного краю і українського козацтва, обрядів, свят, оберегів запорізьких козаків; освоєнню екскурсійного потенціалу рідного краю.

Гурткові заняття, походи екскурсії, експедиції, туристсько-спортивні змагання мають велике значення для виховання у підростаючого покоління поваги до історичного минулого нашої країни, формують патріотичні почуття, відповідальне ставлення до природи. Любов до рідної землі – це первинний стан патріотизму. Дитина природно і непомітно звикає до навколишнього середовища, рідного слова, побуту, традицій свого краю, прагне зберегти пам'ятки старовини та бережно ставитися до оточуючого світу.

Також важливим у наш час є набуття знань про історію та функції Збройних Сил України, популяризація професії військового, надання першої допомоги потерпілим.

Туристсько-краєзнавча робота з учнівською молоддю є важливим засобом патріотичного виховання, це - багатогранна, потрібна і благородна справа.

Програма гуртка «Юні джури» розрахована на здобувачів освіти 2-5-х класів, тобто на дітей 7-10 років і передбачає теоретичні та практичні заняття.

Програму гуртка «Юні джури» укладено згідно вимог типових навчальних планів для позашкільних навчальних закладів з розрахунку 216 годин на рік, 6 годин на тиждень терміном навчання 2 роки і передбачає роботу гуртка під час двох рівнів навчання – початкового та основного. Розподіл годин у програмі є орієнтовним, керівник гуртка може змінювати їх, враховуючі регіональні аспекти.

Згідно програми, заняття в гуртках проводяться з поєднанням теоретичної та практичної діяльності (бесіди, навчальні екскурсії, туристичні прогулянки та подорожі, туристсько-краєзнавчі експедиції та походи, краєзнавчі спостереження та дослідження на місцевості, набуття навичок з техніки пішохідного туризму).

Важлива роль в програмі відводиться забезпеченню техніки безпеки під час проведення екскурсій, туристських подорожей, змагань, тренувань, проведенню інструктажів з техніки безпеки серед гуртківців.

Програма охоплює історико-краєзнавчі, етнологічні, географо-краєзнавчі складові історії нашої країни і дає можливість кожному керівнику реалізувати свій творчий потенціал.

## ***2. Мета і завдання програми***

Програма гуртка спрямована на використання елементів козацької педагогіки, виховання підростаючого покоління на досвіді наших предків та передбачає:

- вивчення традицій, духовної спадщини, символіки, культури, звичаїв українського народу;
- розуміння історії рідного краю як невід'ємної складової України;
- виховання любові до рідної землі;
- виховання національної гідності, морально-психологічних якостей громадянина, патріота;
- виховання готовності захищати слабших, молодших;

- набуття знань про історію та функції Збройних Сил України;
- формування вмінь і навичок у здобувачів освіти щодо надання першої медичної допомоги потерпілому;
- створення умов для отримання вихованцями додаткової (позашкільної) освіти;
  - збереження і пропаганду історичної та культурної спадщини українського народу, використання його героїчних традицій в процесі формування у молоді високої патріотичної свідомості, національної гідності;
  - суттєве поповнення знань членів гуртка з історії рідного краю;
  - вироблення вміння відшукувати, оцінювати та синтезувати історичну інформацію;
  - прищеплення навичок змістовного дозвілля гуртківців.

### **3. Цілі програми**

- сприяти гармонійному фізичному розвитку, зміцненню здоров'я вихованців;
- виховувати носіїв українського національного звичаю, стійких патріотів-захисників України;
- готувати вольових, сміливих, дисциплінованих громадян України.

#### **1. Навчально-тематичний план початкового рівня навчання**

№з/п	Розділ, тема	Кількість годин		
		теор.	практ.	всього
1.	Вступне заняття	2	-	2
2.	Моя країна – Україна	12	28	40
3.	Українське козацтво	28	56	84
4.	Мій рідний край	12	24	36
5.	Основи медичної підготовки	6	12	18
6.	Фізична підготовка	6	12	18
7.	Туристська підготовка	6	12	18
<b>Всього:</b>		<b>72</b>	<b>144</b>	<b>216</b>

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **1. Вступне заняття (2 години)**

Ознайомлення гуртківців з планом роботи гуртка, правилами безпеки життєдіяльності під час занять, екскурсій, змагань (в робочому кабінеті, спортзалі, на спортивному майданчику тощо).

### **2. Моя країна – Україна (40 годин)**

Україна – наша суверенна держава. Державні символи України – герб, прапор, гімн. Козацькі прапори. Походження та значення блакитно-жовтих барв. Походження та значення тризуба. Конституція України.

Київ – столиця України. Найбільші міста України. Україна на карті світу. Країни – сусіди. Адміністративний поділ та населення України. Обласні центри України, герби обласних центрів.

Народні символи України. Українська мова - мова солов'їна. Вірші, пісні, присвячені народу України та її мові.

#### **Практичні заняття:**

Екскурсії містом (селом), до органів місцевого самоврядування (міської, селищної, сільської ради); до обласного, районного центру. Екскурсія до столиці України. Конкурс-вечір віршів про Україну. Екскурсія на виставку творів народних умільців, зустрічі з майстрами та майстринями. Вивчення гімну України. Виготовлення поробок «Україна – єдина країна», «Наш герб – тризуб», «Без верби і калини нема України», «Український віночок» тощо. Конкурс малюнків та поробок про Україну.

#### **Запитання і завдання для закріплення:**

1. Назвіть державні символи нашої країни.
2. Розкажіть про походження герба України.
3. Назвіть народні символи нашої країни. Що ви про них знаєте?
4. Скільки обласних центрів в Україні?
5. Назвіть столицю нашої країни.
6. Що ви знаєте про козацькі прапори?
7. Заспівайте гімн України.

8. Прочитайте вірші про Україну.

**Рекомендована література:**

1. Конституція України.
2. Сергійчук В. Національна символіка України. – К., 1992.
3. Герби та землі України. – К., Такі справи, 2001.
4. Панченко В. Гербівник міст України. – К.; Нью-Йорк, 1996.
5. Пастернак О. Пояснення тризуба. – Ужгород, 1934. – Репринт, - К. 1990.
6. Січинський В. Український тризуб і прапор. – Вінніпег. – 1953.  
Белов О. Ф., Шаповалов Г. І. Український Тризуб. Історія дослідження та історичний реконструкт - Запоріжжя: Дике поле, 2008. – 264 с. : іл.
7. Символи України: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=UTpSQvivMnM>.

**Методичні поради:**

Під час вивчення даної теми керівник гуртка обов'язково повинен познайомити учнів з державними символами нашої країни. Необхідно розповісти гуртківцям історію виникнення прапора, походження і виникнення жовто-блакитних барв. Гуртківці повинні на заняттях вивчити Гімн України, вміти поводити себе під час звучання Гімну. Кожен гуртківець повинен вивчити вірш про Україну, взяти участь у конкурсі віршів.

Під час вивчення адміністративного поділу країни бажано надати учням статистичні дані щодо чисельності населення України, своєї області, а також познайомити з даними щодо демографічної ситуації в Україні. На практичних заняттях обов'язково слід навчити дітей працювати з картами світу, України, нашої області, знаходити Україну на карті світу, свою область на карті України.

**3. Українське козацтво (84 години)**

**Теоретичні заняття:**

Походження терміну «козак». Вивчення побуту, місця проживання запорозьких козаків. Кодекс лицарської звитяги та лицарської честі. Усна



народна творчість про козаків. Історія місцевих козацьких осередків, учасників визвольних змагань за волю та незалежність України. Козацька сім'я, мати-Берегиня, батько-Захисник. Родинні свята. Народні свята, ігри, забави.

Козацька старшина: кошовий отаман, суддя, писар, осавул, обозний. Козацька рада. Козацькі клейноди.

Війська українського козацтва: піхота, кіннота, артилерія, флот.

Перші кошові і гетьмани.

### **Практичні заняття:**

Екскурсії до історичних, краєзнавчих, етнографічних музеїв, шкільних народознавчих музеїв та музейних кімнат, світлиць, клубів бойових мистецтв козацько-лицарського виховання.

Посвята в козачата. Створення та реєстрація рою. Вибори ройового та розподіл доручень. Святкування Покрови Пресвятої Богородиці – Дня українського козацтва. Проведення вікторин на тему «Козацькі обряди», «Козацькому роду – нема переводу», «Роде наш красний...».

### **Запитання і завдання:**

1. Що ви знаєте про запорозьких козаків?
2. Що означає слово «козак»?
3. Що вас зацікавило в народознавчому музеї?
4. Що таке «козацьке коло»?
5. Назвіть дату святкування Дня українського козацтва?
6. Які роди військ українського козацтва ви знаєте?
7. Що таке «фальконети», «армати»?
8. Назвіть козацькі клейноди.
9. Назвіть перших кошових отаманів та гетьманів.

### **Рекомендована література:**

1. Петров В. Походження українського народу. – К., 1992. – 192 с.
2. Булашов Т. Український народ в своїх легендах, релігійних поглядах і віруваннях. – К., 1992.

3. Климинець Ю. Купальська обрядовість на Україні. – К., 1990.
4. Кравець О.М. Звичаї українського народу: історичний етнографічний нарис – К., 1996.
5. Прокопчук В.С. Шкільне краєзнавство: Нвч. пос. –К.: Кондор, 2011.
6. Козацько-лицарське виховання учнівської і студентської молоді. / Ю.Руденко, Ю. Мельничук. – К.: «Золоті ворота», 2011.
7. Українська козацька педагогіка: витоки, духовні цінності, сучасність. / Ю. Руденко, О. Губко. – К. : МАУП, 2007. - . 384 с.: іл.
8. Лицарське козацтво. Укл. О.М. Уліщенко. – Х.: Віват, 2015. – 63 с.
9. Українське козацтво. В.І. Лепко. – Харків: «Торсінг Плюс», 2008.
10. Велика книжка «Українське козацтво». О. В. Завязкін. – Київ: ПП «Кристал бук», 2006.
11. Дітям про козаків: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=NsidAJbjcT8/>
12. М/ф: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=7sb5mcH4aCM>.
13. М/ф: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=Bd-lt6-AceY>.
14. День Захисника України – Історія свята: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=uouStb1p5t8>.
15. Козацькі пісні: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://amazing-ukraine.com/ukrainski-kozatski-pisni-spravzhnia-kozatska-muzyka-video/>.

#### **4. Мій рідний край (36 годин)**

Фізико-географічна та економічна характеристика рідного краю.

Географічне положення, рельєф, клімат, рослинний та тваринний світ.

Корисні копалини. Розвиток промисловості та сільського господарства.

Транспортний зв'язок. Кордони рідного краю. Екскурсійні об'єкти: історичні, архітектурні та інші пам'ятні місця. Довідники, путівники та інша краєзнавча література про рідний край.

Охорона природи. Закон про охорону природи. Ознайомлення з Червоною книгою України.

**Практичні заняття:**

Вивчення кордонів рідного краю. Робота з краєзнавчою літературою про рідний край. Ознайомлення з маршрутами походів рідним краєм. Екскурсії пам'ятними місцями рідного краю, до музеїв, на промислові підприємства. Робота з картами України, області, району.

**Запитання і завдання:**

1. Де розташований твій край?
2. Мій рідний край – це Україна, ..... (продовжити речення).
3. На карті України знайди свою область.
4. З якими областями вона межує?
5. В якій частині нашої держави розташована наша область?
6. Назвати рослини і тварин свого краю.
7. Назвати рослини і тварин України (області), які занесені до Червоної книги.
8. Назвати корисні копалини рідного краю.

**Рекомендована література:**

1. Шилова Л.Г., Тимашова В.І. Географія рідного краю, Інформаційно-енциклопедичне видавництво «Горизонт», 1999.
2. Микола Тищенко Симфонія Сіверського краю. Фотоальбом. Чернігів, Редакційно-видавничий комплекс «Деснянська правда», 2005.
3. Чернігівщина. Енциклопедичний довідник за ред.. А.В.Кудрицького. К., «Українська Радянська Енциклопедія» ім.. М.П.Бажана, 1990.
4. Подесення моє (Перекази, легенди та оповідки про сіверянський край). Упор. Римма Дев'яненко, Чернігів, 2001.
5. Батурин: історія в пам'ятках. (Путівник Національного історико-культурного заповідника «Гетьманська столиця». Ніжин, «Видавництво» Аспект-Поліграф», 2008.
6. Карти України та області.

7. Чернігівщина – краса минулого і сучасного: [Електронний ресурс] / Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa\\_C2ts](https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa_C2ts).
8. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 1: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=qlEdwBIVSYM>.
9. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 2: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=T7W6d11L0G4>.

### **Методичні поради:**

На заняттях бажано розповісти дітям про фізико-географічну характеристику свого краю, а саме: про географічне положення, рельєф, клімат, рослинний і тваринний світ, корисні копалини. Необхідно звернути увагу про розвиток промисловості в своїй області та сільського господарства. На конкретних прикладах показати, що дуже важливо знати рослинний і тваринний світ своєї місцевості і вміти раціонально використовувати його. Водночас треба, щоб школярі добре усвідомили, яку користь вони можуть принести, охороняючи зеленого друга, ознайомити із законом про охорону природи.

Під час прогулянок на природу треба навчити гуртківців розпізнавати породи дерев і кущів, визначати види грибів та ягід, лікарські рослини. Знати рослини та тварин, які занесені до Червоної книги України, впізнавати тварин за їх слідами на снігу.

Під час опрацювання даної теми корисно провести навчальні екскурсії на підприємства та сільські господарства з метою вивчення розвитку промисловості та сільського господарства в рідному краї, транспортного зв'язку, сфери послуг для населення.

Перед вивченням теми про історичні, архітектурні, етнографічні, природні та інші пам'ятки рідного краю бажано у працівників місцевого краєзнавчого музею, у досвідчених краєзнавців-старожилів, дізнатися про велику кількість хвилюючих фактів і подій, свідками і учасниками яких вони були, відвідати місця історичних та історико-краєзнавчих подій,

покласти вінок з польових квітів на могилу тих, хто віддав своє життя за наше світле майбутнє.

## **5. Основи медичної підготовки ( 18 годин)**

Визначення поняття про здоров'я людини. Вплив спадковості та середовища на ріст і розвиток організму.

Екологічна і соціальна ситуація в Україні та її вплив на здоров'я людей. Дитячі хвороби та їх профілактика.

Основи здорового способу життя. Загальні гігієнічні вимоги.

Надання першої медичної допомоги.

### **Практичні заняття:**

Профілактичні бесіди щодо пропаганди здорового способу життя. Зустріч з дитячим лікарем. Екскурсія до медичного закладу.

### **Запитання і завдання:**

1. Які дитячі хвороби ви знаєте?
2. Що таке здоров'я людини?
3. Що ви знаєте про загартування організму? В чому його користь?
4. Назвіть загальні гігієнічні вимоги.

### **Рекомендована література:**

1. Військово-медична підготовка: Практикум: Навч. Посіб. – К.: Медицина, 2010. – 304 с.
2. Гут Т.М., Гут Р.П. Військово-медична підготовка: Практикум: Навч. Посіб. – К.: Медицина, 2010. – 304 с.
3. Навчальні посібники з основ безпеки життєдіяльності (для загальноосвітніх шкіл). – К., 1996.
4. Перша допомога дитині у надзвичайних ситуаціях: [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=bcHNFkTnSQY>.
5. 9 відео для дітей про безпеку: [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://ns-plus.com.ua/2018/08/10/9-video-dlya-ditej-pro-bezpeku/>.

### **Методичні поради:**

Для проведення занять на цю тему бажано запросити лікаря, який розповість, що здоров'я людини – це стан повного фізичного, душевного й соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад. Також необхідно довести до відома дітей інформацію про вплив спадковості та оточуючого середовища на ріст та розвиток дитячого організму.

При проведенні профілактичних бесід щодо пропаганди здорового способу життя слід зазначити про основні засоби зміцнення й збереження здоров'я – фізичну культуру, загартування, раціональне харчування, відмову від шкідливих звичок, аутотренінг, оптимальну рухову активність. Практичні заняття бажано проводити у вигляді інтелектуальних ігор (наприклад, брейн-ринг «Тютюн і я»), сюжетно-рольових ігор (гра «Курінню – ні»). Доречним буде надати гуртківцям статистичні дані щодо впливу шкідливих звичок на стан здоров'я людини.

### **6. Фізична підготовка (18 годин)**

Значення фізичної культури для людини. Ранкова гімнастика - невід'ємна частина загальної фізичної підготовки. Умови проведення ранкової гімнастики, її підготовча, основна і завершальна частини.

Загальнорозвиваючі вправи. Похідний крок. Різні види ходьби. Перехід з кроку на біг і з бігу на крок. Зміна швидкості бігу. Біг на короткі дистанції 30, 60, 100 метрів, естафетний біг на короткі дистанції.

Вправи для м'язів рук і плечового поясу, ніг, шиї і тулуба.

Гімнастичні вправи без предметів: стійки, перекиди, перевороти, перекручування.

Рухливі ігри. Значення рухливих ігор. Рухливі ігри на увагу, кмітливість, координацію.

### **Практичні заняття:**

Розучування різних комплексів ранкової гімнастики. Знайомство з видами ходьби і бігу, їх розучування. Біг на короткі дистанції.

Вивчення вправ для м'язів рук, плечового поясу, шиї, тулуба.

Відпрацьовування гімнастичних вправ без предметів.

Рухливі ігри в кімнаті, на майданчику, в лісі («Журавель і жаба», «Квач парами», «Хто швидше?» та інші). Народні рухливі ігри («Стовпи», «В'юни», «Підсічка», «Піжмурки з дзвіночком» та інші). Рухливі ігри під час відпочинку. («М'яч по колу», «Гуси», «Біг зі зв'язаними ногами», «Стрибки навприсядки», «Естафета з м'ячем» та інші»).

### **Запитання і завдання:**

1. Розкажіть про значення фізичної культури та спорту для людини.
2. З яких частин складається ранкова гімнастика?
3. Розкажіть про умови проведення ранкової гімнастики.
4. Які види ходьби ви знаєте?
5. Виконання залікових вправ: біг на 30, 60, 100 метрів.
6. Показати гімнастичні вправи без предметів: стійку, перекид, переверот, перекручування.

### **Рекомендована література:**

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навч. посібник для студ. навч. закладів II-IV рівнів акредитації. – 2-ге вид. перероб. і доп. – Кам'янець-Подільський: Абетка НОВА.
2. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.

### **Методичні поради:**

Під час проведення занять з даної теми керівнику гуртка необхідно підготувати літературу, відеоролики чи відеофільми з різними комплексами ранкової гімнастики, щоб на занятті з гуртківцями розучити новий комплекс вправ. Бажано підготувати вихованців до самостійного проведення ранкової гімнастики в колективі однолітків. На теоретичних заняттях обов'язково треба розповісти про умови проведення ранкової гімнастики, ознайомити з її складовими частинами та розтлумачити значення кожної щодо фізичних навантажень на людину під час виконання гімнастичних вправ.

Велике значення у загальному зміцненні здоров'я має ходьба і повільний біг. Дуже важливо привчати дітей до бігу поступово. Він не повинен стати нудною, примусовою справою. Дитина сама повинна відчувати інтерес до бігу. Під час бігу потрібно звертати увагу на дотримання правильної постави – положення тулуба й голови. Слід пам'ятати, що правильна техніка бігу народжується й закріплюється у повільному темпі. На заняттях керівник гуртка повинен познайомити гуртківців з різними видами ходьби. Також необхідно навчити дітей виконувати правильно естафетний та «човниковий» види бігу.

Заняття на тему «Рухливі ігри» бажано проводити на природі. На теоретичних заняттях необхідно звернути увагу на виховне значення рухливих ігор та використання рухливих ігор для виховання фізичних якостей у гуртківців, згадати рухливі ігри наших предків. Під час практичних занять керівник гуртка обов'язково повинен контролювати фізичні навантаження дітей та звернути увагу на груповий метод проведення рухливих ігор.

### **7. Туристська підготовка (18 годин)**

Групове та особисте спорядження. Основні вимоги до спорядження. Туристський побут. Види багать. Техніка безпеки в поході. Орієнтування на місцевості. Компас. Топографічні знаки.

#### **Практичні заняття:**

Складання списків групового та особистого спорядження. Складання рюкзака. Робота з топографічною картою. Підсумкові таборування ігор «Котигорошко», «Сокіл» («Джура»).

#### **Запитання і завдання:**

1. Назвіть види багать.
2. В чому різниця між особистим та груповим спорядженнями?
3. Назвіть необхідні речі, які ви візьмете з собою в туристський дводенний похід.



## **8. Вимоги до знань і вмінь гуртківців початкового рівня навчання**

### **Гуртківці повинні знати:**

- державні символи України та історію їх походження;
- гімн України;
- найбільші міста України;
- вірші про Україну;
- походження і зміст терміну «козак»;
- козацький побут, традиції, обряди;
- загальні засади козацької самоорганізації та дитячого самоврядування;
- роди військ та допоміжні війська українського козацтва;
- туристсько-краєзнавчі можливості рідного краю;
- фізико-географічну характеристику рідного краю;
- головні аспекти економічного розвитку свого краю;
- представників рослинного і тваринного світу рідного краю, занесених до Червоної книги України;
- вправи ранкової гімнастики, загальнорозвиваючі та легкоатлетичні вправи;
- вимоги до техніки безпеки під час проведення туристських подорожей та екскурсій.

### **Гуртківці повинні вміти:**

- виконувати природоохоронні заходи;
- виконувати загально-розвиваючі вправи з фізичної підготовки;
- самостійно вести ранкову гімнастику в групі;
- орієнтуватись на карті;
- складати опис змін погоди в залежності від сезону року;
- збирати і правильно оформляти святкові і обрядові дії своєї родини, свого краю;
- розрізняти їстівні та отруйні гриби і ягоди, збирати та сушити лікарські рослини, виготовляти гербарії рослин рідного краю;
- виконувати правила особистої гігієни.

## 2. Навчально-тематичний план основного рівня навчання

№з/п	Розділ, тема	Кількість годин		
		теор.	Практ.	Всього
1.	Вступне заняття	2	-	2
2.	Мій рідний край	16	36	52
3.	Українське козацтво	36	72	108
4.	Основи медичної підготовки	6	12	18
5.	Фізична підготовка	6	12	18
6.	Туристська підготовка	6	12	18
<b>Всього:</b>		<b>72</b>	<b>144</b>	<b>216</b>

### ЗМІСТ ПРОГРАМИ

#### 1. Вступне заняття (2 години)

Ознайомлення гуртківців з планом роботи гуртка, правилами безпеки життєдіяльності під час занять, екскурсій, змагань (в робочому кабінеті, спортзалі, на спортивному майданчику тощо).

#### 2. Мій рідний край (52 години)

Рідний край в далекому минулому, його кордони, територія, населення. Зв'язок із державними архівами, вивчення документів з історії рідного краю. Пам'ятні місця на території рідного краю, їх виявлення та опис.

Вивчення краєзнавчих об'єктів на території рідного краю: документальні джерела архівів і музеїв; учасники історичних подій; предмети матеріальної та духовної культури; топонімічний матеріал рідного краю; легенди про географічні назви; фольклорний матеріал; фотографії, малюнки, гравюри, плакати, картини.

### **Практичні заняття:**

Вивчення літератури з історії рідного краю та архівних даних. Зустрічі зі старожилами-краєзнавцями, записи їх спогадів.

Дослідницька робота з вивчення географічних назв рідного краю. Легенди. Записи старовинних пісень, обрядів.

### **Запитання і завдання:**

1. Знайти на карті світу Україну та записати, на якому материку та в якій частині світу вона розташована.
2. На карті України знайти свою область.
3. В якій частині нашої держави вона розташована і хто її сусіди?
4. Які історичні події в житті рідного краю ви знаєте?
5. Для чого людям потрібно знати свою історію?
6. Назвіть імена відомих людей, причетних до визначних історичних подій рідного краю?
7. Які легенди про виникнення вашого міста вам відомі?
8. Які цікаві події з історії вашого населеного пункту вам розповіли місцеві жителі?

### **Рекомендована література:**

1. Шилова Л.Г., Тимашова В.І. Географія рідного краю. Інформаційно-енциклопедичне видавництво «Горизонт», 1999.
2. Микола Тищенко Сімфонія Сіверського краю. Фотоальбом. Чернігів, Редакційно-видавничий комплекс «Деснянська правда», 2005.
3. Чернігівщина. Енциклопедичний довідник за ред. А.В.Кудрицького. К., «Українська Радянська Енциклопедія» ім. М.П.Бажана, 1990.
4. Подесення моє (Перекази, легенди та оповідки про сіверянський край). Упор. Римма Дев'яненко, Чернігів, 2001.
5. Батурин: історія в пам'ятках. (Путівник Національного історико-культурного заповідника «Гетьманська столиця». Ніжин, «Видавництво» Аспект-Поліграф», 2008.
6. Обласні газети («Деснянська правда», «Гарт», «Вісник Ч» тощо).

7. Чернігівщина туристична: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://oldchernihiv.com/chernigivskiy-ditinets-val/>.
8. Чернігівщина – краса минулого і сучасного: [Електронний ресурс] / Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa\\_C2ts](https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa_C2ts).
9. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 1: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=qlEdwBIVSYM>.
10. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 2: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=T7W6d11L0G4>.
11. [Електронний ресурс] / Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa\\_C2ts](https://www.youtube.com/watch?v=x-7bEa_C2ts).
12. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 1: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=qlEdwBIVSYM>.
13. Театралізована екскурсія Черніговом від Ервіна. Частина 2: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=T7W6d11L0G4>.

### **Методичні поради:**

На заняття слід запрошувати працівників музейних та архівних установ міста, готувати до них цікаві ілюстрації (альбоми, монтажні, кіноплівку чи відеофільм) про історичне минуле свого краю. Під час практичних занять слід провести екскурсії до історичного, краєзнавчого музеїв, до архіву, до пам'ятних місць.

Знайти живих свідків та безпосередніх учасників історичних подій – важливе завдання юних патріотів. Зустрічі гуртківців зі старожилами-краєзнавцями, знатними працівниками будуть дуже цікавими, повчальними і цінними у виховному відношенні. Ці люди можуть багато цікавого розповісти про події, які, можливо, ще не ввійшли до славного літопису нашої Батьківщини. Тому слід виховувати у гуртківців звичку до старанного запису спогадів людей, з якими їм пощастило зустрітися.

Доцільно доручити дітям зробити докладний опис всіх історичних пам'яток, які є в даній місцевості, замалювати або сфотографувати їх, залучити учнів до широкої пропаганди в місцевій пресі, на радіо матеріалів, зібраних під час походів, екскурсій, зустрічей з цікавими людьми рідного краю.

### **3. Українське козацтво (108 годин)**

#### **Теоретичні заняття:**

Історія місцевих козацьких осередків, учасників визвольних змагань за волю та незалежність України. Порядок і суд на Січі. Як козаки стерегли кордон.

Реєстрові козаки. Доля реєстрових полків. Козаки на війні. Козацька зброя. Основні битви визвольної війни українського народу. Морські походи козаків.

Козацькі ватажки і гетьмани.

Визвольна війна. Богдан Хмельницький. Перші битви. Перемоги і поразки Хмельницького.

Останні гетьмани українського козацтва.

#### **Практичні заняття:**

Екскурсії до історичних, краєзнавчих, етнографічних музеїв, шкільних народознавчих музеїв та музейних кімнат, світлиць, клубів бойових мистецтв козацько-лицарського виховання.

Вибори ройового та розподіл доручень. Святкування Покрови Пресвятої Богородиці – Дня українського козацтва. Проведення вікторин на тему «Козацькі обряди», «Козацькому роду – нема переводу», «Роде наш красний...».

Організація зустрічей та бесід з учасниками Другої світової війни, подій Революції Гідності 2014 року, з учасниками АТО/ООС.

#### **Запитання і завдання:**

1. Назвати учасників визвольних змагань за волю та незалежність України доби козаччини.
2. Що означає слово «історія»?

3. Хто такі реєстрові козаки?
4. З карних злочинів на Січі найбільшим вважалося .... (назвати).
5. Назвати основні битви визвольної війни українського народу.
6. Що таке «Золотий Спокій»?
7. Розказати про тактику козаків на морі.

**Рекомендована література:**

1. Петров В. Походження українського народу. – К., 1992.
2. Булашов Т. Український народ в своїх легендах, релігійних поглядах і віруваннях. – К., 1992.
3. Климинець Ю. Купальська обрядовість на Україні. – К., 1990.
4. Кравець О.М. Звичаї українського народу: історичний етнографічний нарис – К., 1996.
5. Прокопчук В.С. Шкільне краєзнавство: Навч. пос. –К.: Кондор, 2011.
6. Козацько-лицарське виховання учнівської і студентської молоді. / Ю.Руденко, Ю. Мельничук. – К.: «Золоті ворота», 2011.
7. Українська козацька педагогіка: витоки, духовні цінності, сучасність./ Ю. Руденко, О. Губко. – К.: МАУП, 2007. 384 с.: іл.
8. Лицарське козацтво. Укл. О.М. Уліщенко. – Х.: Віват, 2015. – 63 с.
9. Символи України: : [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=UTpSQvivMnM>.
10. Українське козацтво: : [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=HvSaxiutTDo>.
11. Козацькі байки: : [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://ictv.ua/ua/videos/dokumentalnyj-film-kozatski-bajky-2/>.
12. Козацькі пісні: [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://amazing-ukraine.com/ukrainski-kozatski-pisni-spravzhnia-kozatska-muzyka-video/>.

**Методичні поради:**

Під час вивчення даної теми необхідно провести екскурсії до історичних, краєзнавчих, етнографічних музеїв, до клубів бойових мистецтв козацько-лицарського виховання, більш детально познайомити

гуртківців з історією місцевих козацьких осередків, учасниками визвольних змагань за волю та незалежність України. Бажано організувати зустрічі з учасниками Революції Гідності 2014 року, учасниками АТО/ООС.

У кожному районі, місті є свої пам'ятні місця, пов'язані з подіями героїчних часів громадянської, Другої світової війн, події Української революції 1917-21 рр., Революції Гідності 2014 року, пам'ятки давнини та мистецтва, заповідники чи заказники. Знайти їх, зібрати необхідні матеріали і відомості – почесна справа юних патріотів.

#### **4. Основи медичної підготовки (18 годин)**

Перша допомога при пораненнях. Правила накладання пов'язок. Поняття про рану. Класифікація ран. Запобігання ранової інфекції. Види та класифікація пов'язок. Загальна техніка накладання пов'язок. Накладання стерильних пов'язок на голову, передпліччя, ліктьовий і плечовий суглоби.

Переломи та вивихи. Травматичний шок. Переломи та їх класифікація. Перша допомога при переломах та вивихах. Травматичний шок, перша допомога. Основи накладання шин з підручного матеріалу. Транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях.

##### **Практичні заняття:**

Тренувальні вправи щодо накладання пов'язок.

Тренувальні вправи щодо накладання шин з підручного матеріалу, транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях.

##### **Запитання і завдання:**

1. Які рани ви знаєте?
2. Назвіть основні типи бинтових пов'язок.
3. Показати як правильно накладати пов'язку на голову («чепець»).
4. Що таке вивих?
5. Назвіть ознаки вивихів.

6. Які переломи бувають?
7. Назвіть ознаки переломів.
8. Як треба накладати шину при переломі?
9. Чому відкритий перелом більш небезпечний, ніж закритий?

**Рекомендована література:**

1. Скачко Б.Г. ВІЛ/СНІД: Наук.-поп. Вид. – К.: Медицина, 2006. – 192 с.
2. Військово-медична підготовка: Практикум: Навч. Посіб. – К.: Медицина, 2010.
3. Гут Т.М., Гут Р.П. Військово-медична підготовка: Практикум: Навч. Посіб. – К.: Медицина, 2010.
4. Військово-медична підготовка: Підруч. для мед. ВНЗ I-III рівн. акрид. Затверджено МОЗ, Знання, 2008. – 344 с.
5. Перша допомога дитині у надзвичайних ситуаціях: [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=bcHNFkTnSQY>.
6. 9 відео для дітей про безпеку: [Електронний ресурс] / Режим доступу:  
<https://ns-plus.com.ua/2018/08/10/9-video-dlya-ditej-pro-bezpeku/>.

**Методичні поради:**

Заняття з цієї теми краще проводити в лікарні, де медична сестра або лікар в дохідливій формі ознайомить гуртківців з видами ран та покаже на практиці як правильно накладати основні типи бинтових пов'язок. Для вивчення даної теми кожному гуртківцю необхідно мати бинт для виконання на практиці тренувальних вправ з накладання пов'язок.

На заняттях з даної теми необхідно познайомити учнів з відкритим та закритим переломами, технікою накладання шин з підручного матеріалу та надання першої долікарської допомоги. Необхідно також звернути увагу на догляд за хворими з переломами та з вивихами, їх транспортування.

При можливості бажано провести екскурсію до травмпункту.



## **5. Фізична підготовка (18 годин)**

Гімнастичні вправи з предметами: скакалками, палицями, обручами, набивними м'ячами. Вправи з гантелями та еспандером.

Легкоатлетичні вправи - біг на 400 і 800 метрів. Естафетний біг на короткі дистанції. Стрибки в довжину.

Рухливі ігри на швидкість, точність рухів, спритність, витривалість.

### **Практичні заняття:**

Гімнастичні вправи з предметами.

Біг на 400 і 800 метрів, естафетний біг, відпрацьовування техніки стрибків в довжину. Рухливі ігри на місцевості.

Змагання з фізичної підготовки серед членів гуртка.

### **Запитання і завдання:**

1. Розкажіть про значення фізичної культури та спорту для людини.
2. Виконання залікових стрибків в довжину.
3. Які види ходьби ви знаєте?
4. Виконання залікових вправ: біг на 400, 800 метрів.
5. Показати гімнастичні вправи зі скакалкою, обручем.

### **Рекомендована література:**

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навч. посібник для студ. навч. закладів II-IV рівнів акредитації. – 2-ге вид. перероб. і доп. – Кам'янець-Подільський: Абетка НОВА.

2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 248 с.

### **Методичні поради:**

Заняття з фізичної культури бажано проводити в спортивному залі або на спортмайданчику. Починати треба обов'язково з гімнастики, нагадуючи про її значення в житті людини. В основній частині заняття розповісти про загальнорозвиваючі вправи, про похідний крок, різні види ходьби. Показати, як правильно переходити з кроку на біг. На практичних заняттях необхідно виконати залікові пробіги на дистанції 400 та 800

метрів. Також необхідно навчити дітей виконувати правильно естафетний та «човниковий» види бігу.

При розучуванні гімнастичних вправ з предметами бажано, щоб у кожного гуртківця були свої скакалки, палиця, обруч, набивний м'яч тощо.

Рухливі ігри на швидкість, точність рухів, спритність, витривалість краще проводити в другій половині заняття. Під час рухливих ігор виховуємо в учнів фізичні якості, ввічливість по відношенню до товаришів. Під час практичних занять керівник гуртка обов'язково повинен контролювати фізичні навантаження.

## **6. Туристська підготовка (18 годин)**

Історія розвитку туризму в Україні. Традиції, сучасний стан і основні напрямки розвитку вітчизняного туризму. Види туризму. Зв'язок туризму і краєзнавства. Маршрути туристських походів рідним краєм.

### **Практичні заняття:**

Бесіди про розвиток туризму на Україні. Перегляд відеофільмів про туризм, про досягнення видатних вітчизняних і зарубіжних спортсменів-туристів, альпіністів, мандрівників, краєзнавців.

### **Запитання і завдання:**

1. Що ви знаєте про розвиток туризму в Україні?
2. Які види туризму існують?
3. Яких вітчизняних та зарубіжних туристів, альпіністів ви знаєте?

### **Рекомендована література:**

1. З історії вітчизняного туризму: 36. наук. ст. - К.: ФПУ, 1н-т туризму, 1997.
2. Січинський В. Ю. Чужинці про Україну. Вибір з описів подорожей по Україні та інших писань чужинців про Україну за десять століть. - К.: Довіра, 1992.

### **Методичні поради:**

Заняття повинно бути яскравим, емоційним, розкривати радість спілкування з природою, новими людьми, дати можливість перевірити

себе і своїх товаришів в подоланні труднощів під час походу. Заняття бажано провести десь на лісовій галявині, але і в залі чи в класі його можна зробити цікавим і змістовним. Головне, викликати в учнів бажання займатись туризмом та краєзнавством. На початку занять бажані зустрічі майбутніх туристів з цікавими людьми – досвідченими мандрівниками, геологами, альпіністами. Розповідь повинна бути короткою і яскравою. Можна прочитати цікаві уривки з художньої літератури, розповісти кілька епізодів з життя визначних мандрівників або з власної практики. Їх розповіді можна доповнити переглядом фотографій та відеофільмів про туризм. Діти повинні усвідомити, що туризм – цікава і корисна справа і що кожний, хто набуде певних туристських навичок, зможе стати дослідником природи, її багатств, справжнім мандрівником.

## **7. Вимоги до знань і вмінь гуртківців основного рівня навчання**

### **Гуртківці повинні знати:**

- туристсько-краєзнавчі можливості свого краю;
- фізико-географічну характеристику краю;
- краєзнавчі об'єкти свого населеного пункту;
- чисельність населення свого краю;
- головні події історії українського війська;
- види історичних джерел;
- значення термінів «нумізматика», «сфрагістика» та «геральдика»;
- обряди і повір'я, пов'язані з будівництвом хати, входчинами;
- правила поведінки в оселі;
- поняття про рану, види ран;
- види та класифікацію пов'язок;
- загальну техніку накладання пов'язок;
- поняття про військові звання і знаки розрізнення;
- значення вислову «військова дисципліна»;
- обов'язки військовослужбовців з дотримання військової дисципліни;
- історію розвитку туризму на Україні;
- види туризму;

- особливості спорядження для різних видів туризму;
- основні вимоги до спорядження.

### **Гуртківці повинні вміти:**

- робити опис краєзнавчих об'єктів свого міста;
- опрацьовувати зібрані краєзнавчі матеріали;
- виконувати стрибки в довжину;
- виконувати гімнастичні вправи з предметами;
- надавати медичну допомогу при переломах та вивихах;
- накладати шини з підручного матеріалу;
- транспортувати потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях;
- виконувати гімнастичні та легкоатлетичні вправи з фізичної підготовки, рухливі ігри на швидкість, точність рухів, спритність, витривалість;
- скласти план підготовки дводенного туристсько-краєзнавчого походу, кошторис, перелік індивідуального і групового спорядження, укладати рюкзаки різної конструкції, ремонтувати групове спорядження;
- рухатися групою в пішому поході;
- в'язати туристські вузли для зв'язування мотузок однакового діаметру, грудну обв'язку та бесідку;
- надавати медичну допомогу при травмах і захворюваннях, які виникли через неправильні дії туристів, накладати пов'язки.

### **Авторські рекомендації**

Програма розрахована на два роки навчання зі здобувачами освіти початкових класів. При необхідності можна продовжити термін навчання. Природно, що обсяг матеріалу, види занять, список літератури тощо є орієнтовними. Одна з переваг цієї програми – можливість внесення відповідних змін кожним керівником гуртка залежно від власних творчих уподобань.

Завдання програми полягає у тому, щоб шляхом поглибленого вивчення історії України та рідного краю суттєво поглибити розуміння закономірностей історичного буття українського народу, збагатити всіх гуртківців, продовжити формування стійких моральних переконань, виховувати любов до рідного краю, розвивати творче мислення, творчу пізнавальну активність, самостійність у судженнях, потребу та вміння поповнювати і поглиблювати знання, прищепити любов до героїчних бойових і трудових традицій українського народу, привчити дбайливо ставитися до пам'яток історії та культури. Особливу увагу керівникам гуртка слід приділити пошуковій роботі гуртківців у бібліотеках, музеях, архівах тощо.

При виконанні програми гуртка «Юні джури» слід:

- використовувати різноманітні методи навчання і надавати першочергової уваги індивідуальній роботі з гуртківцями;
- широко використовувати наочність, обов'язково ознайомити учнів з фондами музею, архівними документами, пам'ятками історії та культури козацької доби;
- налагодити зв'язок з краєзнавчими осередками, товариствами, установами зі збереження і охорони історичних пам'яток.