

- « 7 31.08.2020 .); « » (: 7
 30.06.2022 .); « » (: 7
 30.06.2022 .).
 - « » (: 5 26.04.2021 .); «
 » (: 6 26.05.2022 .); « »
 (: 5 27.04.2022 .); « ()» (» (:
 : 6 30.06.2020 .); « » (:
 : 6 31.05.2021 .); « » (:
 : 13 28.12.2021 .); « » (:
 5 26.04.2021 .); « - » (:
 : 5 26.04.2021 .).
 - « » (: 6 31.05.2021 .);
 « » (: 5 26.04.2021 .);
 « » (: 6 26.05.2022 .); « ,
 » (: 6 26.05.2022 .); «
 » (: 6 26.05.2022 .); « »
 (: 6 26.05.2022 .); « » (:
 : 6 26.05.2022 .); « » (:
 : 6 26.05.2022 .).
 - « ()» (: 6 30.06.2020 .); «
 » (: 5 25.05.2020 .); « » (:
 : 6 30.06.2020 .); « » (:
 : 4 27.04.2020 .); « » (:
 6 30.06.2020 .); « » (: 6
 30.06.2020 .).
 - « » (: 7 30.06.2022 .);
 « » (: 7 30.06.2022 .); « »
 (: 6 26.05.2022 .); « ,
 » (: 5 27.04.2022 .); «
 » (: 6 31.05.2021 .); « »
 (: 6 31.05.2021 .).
 - « ()» (: :
 3 28.02.2022 .); « ()» (: 5
 25.05.2020 .); « » (: 6 31.05.2021 .);
 « ()» (: 6
 30.06.2020 .); « ()» (: 6
 31.05.2021 .); « » (: 7 30.06.2021 .);
 « » (: 6 31.05.2021 .); « » (:
 : 6 31.05.2021 .); « » (:
 : 1 01.02.2021 .).
 - « , » (: 7 30.06.2021 .).
 - « ()» (: 7
 30.06.2022 .); « ()» (: 3
 28.02.2022 .); « / » (: 7
 30.06.2022 .); « » (: 7
 30.06.2021 .); « » (: 7
 30.06.2021 .); « » (: 6 30.06.2020
 .); « » (: 5 27.04.2022 .); « »
 (: 7 30.06.2021 .).
 - « » (: 5 26.04.2021 .); « » (:
 : 7 30.06.2021 .).
 - « » (: 1
 31.01.2022 .); « » (: 7 30.06.2022 .); «
 » (: 8 31.08.2021 .); « » (:
 : 10 27.09.2021 .); « » (:
 7 30.06.2022 .); « » (: 10
 27.09.2021 .); «T ,

» (: 9 30.08.2022). 7 30.06.2021); « » (: 7 30.06.2021); « » (: 10 02.11.2020); « » (: 6 26.05.2022); « » (: 7 30.06.2022); « » (: 6 31.05.2021); « » (: 6 26.05.2022); « » (: 7 30.06.2022); « » (: 4 28.03.2022); « » (: 7 31.08.2020); « » (: 4 28.03.2022); « » (: 11 25.10.2021); « » (: 10 27.09.2021); « » (: 7 30.06.2022); « » (: 5 26.04.2021); « » (: 7 30.06.2022) .

1.1.

- 023 ; 191
- 014.07 ; 073 ; 103 ; 106 ; 193
- 051 ; 073 ; 051 ; 071 ; 072 ; 075 ; 076
- 014.03 () ; 032 ; 052 ; 281
- 014.04 () ; 014.09 () ; 111 ; 113
- 012 ; 013 ; 014.13 () ; 025
- 014.01 ; 035.01 ; 014.027 ; 061
- 081 ; 293
- 201 ; 091 ; 162 ; 193
- 014.10 () ; 015.34 () ; 181 ; 102
- 104 ; 105 ; 121
- 122 ; 123 ; 125 ; 126
- ; 141 ; 152
- ; 153 ; 172 ; 186

1. ().

« »
 ,
 ,
 :
 193 15.02.2021 . «
 2025 »;
 2025
 « 9 – 2016 42/2016; – »,
 2025 . (
 1 25.08.2021).

:
 - ;
 - , - , ;
 , .

2. :

, , , , ,
 , , , , ,
 , , , , ,
 .

3. :

, , , , ,
 ; .

4. : -

« »
 :
 :

1.	.
2.	, , , , , ()
3.	, , , , ,

(;)														
1	45		15			30								
1.1.	14		4			10								
1.2.	16		6			10								
1.3.	14		4			10								
1.4.	1		1											
1	45		15			30								
1.1.	14		4			10								
1.2.	16		6			10								
1.3.	14		4			10								

1.4. - .	1		1								
1	45		15			30					
1.1. , .	14		4			10					
1.2. , .	16		6			10					
1.3. (4 1,5 2) , 7 7.	14		4			10					
1.4. - . ,	1		1								
	45		15			30					
1.1. .	14		4			10		1			10
1.2. , .	16		6			10		1			20

1.3. · (40-70%)).	14		4			10						
1.4. - · ·	1		1									
1	45		15			30						
	2. (, , , ,) (, ,)*											
2.1.	14		4			10						
2.2. · - ·	16		6			10						
2.3. · , - ·	14		4			10						
2.4. - · ·	1		1									
2	45		15			30						
2.1. · , , 4- · ·	14		4			10						
2.2. · · ·	16		6			10						

2.3.	14		4			10							
2.4.	1		1										
2	45		15			30							
2.1.	14		4			10							
2.2.	16		6			10							
2.3.	14		4			10							
2.4.	1		1										
2	45		15			30							
2.1.	14		4			10							

7. «...» 2 (90) . 2021. . 199-201.

8. ... 15. ... (...): ... / ... 4 (132). 2021. . 150-153.

9. ... (2021). ovid-19. 15. 9 (140) (2021): . . 28-31.

1. ... (. . . , 27–28 . . . 2020). : « ... », 2020. . 40-42.

2. : , 2020. 384 .

3. Pedagogical conditions for the formation of physical culture in first grade school students by means of olympic education in the New Ukrainian:[Collective monograph]. Edited by Ya. Galan, A. Ohnystyi, O.Andrieiva, Ya. Zoriy, Yu. Moseychuk, O. Yarmak, K. Ohnysta, M. Kozhokar. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2020.118 p.

4. Vaskan I. & Kozhokar M. The organizational basics and methodical provision of motion activity development of teenagers in the extracurricular activity: monograph. Dallas, USA: Primedia e-Launch LLC. 2021. 144 p.

5. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-cherwnya-2018-roku--poryadok-provedennya-schorichnogo-ocinjuvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>

6. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>

7. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/

« » ()

1-2	1.1.	10	
3-5	1.2.	10	
6	1.3.	10	
7	2.1.	10	
8-9	2.2.	10	
10-12	2.3.	10	

() : . . . : - . . . , 2019. . 6 (114). . 64-67.

2. . . . : . . . () :

3. . . . , 2019. 48 .

4. . . . «Volleyball as a means of physical education of higher education institutions» Collective International monograph. . Riga, Latvia.2020. c. 42 -57.

5. . . . , , 2022. 99 .

15. - () , (6(137)). 2021. . 46-50.

6. „ „ . 1- 2- XXVIII . 2022 2(24). . 4-11.

1. . . . » . 4.1 (68.1). 2019 . . 194-197.

2. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-cherwnya-2018-roku--poryadok-provedennya-schorichnogo-ocinjvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>

3. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>

4. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/

« » ()

1-2	1.1. . . . :	10	
3-5	1.2. . . . (, . . .).	10	
6	1.3. . . . , . . . ,	10	
7	2.1.	10	
8-9	2.2.	10	() .
10-12	2.3.	10	

1. 2 (108) 2019. . 186-191.
2. / , , // , 2019. . 7 (26). . 242– 248.
3. [] / // . 2018. 5(87). . 32–38.
4. : „ : „ , 2020. 54 .
5. : „ : „ , 2021. 26 . :/
6. »: . ./ ; : « (1 : 7,1) . – : „ . , 2021. 127 .

1. « - » . « » , « » (1-5)/ , 2018. 40 .
2. , , , , . . 8 (27). . - . 2019. . 25-31.
3. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-cherwnya-2018-roku--porjadok-provedennya-schorichnogo-ocinjuvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>
4. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>
5. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/

« » ()

1-2	1.1. , , , , .	10	
3-5	1.2. , , , , .	10	- ;
6	1.3. , , (4 1, 5 2) , 7 7. .	10	- ;

7	2.1.	10	()
8-9	2.2.	10	
10-12	2.3.	10	

:

1. (2020). « » () . 22. . 4. . 154-158.
 2. (2021). 15. - () : . 4 (132). . 104-107.
 3. / : . 4 (132). . 104-107.
 4. (2021). « » 12 (100). . 115-118.
 5. : 13.00.04. , 2021. 320 .
1. (2021). - 15. - () : / . 4 (132). . 135-138.
 2. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-cherwnya-2018-roku--poryadok-provedennya-schorichnogo-ocinjvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>
 3. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>
 4. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/

« »
()

1-2	1.1.	10	- ;
-----	------	----	-----

3-5	1.2. , , , , , , , . , .	10	
6	1.3. (40-70%).	10	
7	2.1. , , , . , , . , . , . , .	10	
8-9	2.2. , . , . , . , . , . , .	10	
10-12	2.3. - . , . , . , . , . , . , .	10	

:

1. . / . . , . . : . . - . . ; . . . 2017. 136 .
2. . . : . . (.) : . . 3 . : - , 2018.
3. (.) (.) / . . . « . » . . . , 2018. 71 .
4. . . : 2019. 208 .
5. . . „ . „ . . . / . . . , . . , - . . . 2020. 283 .
6. 2021. <https://vseosvita.ua/library/navcalno-metodicnij-posibnik-osnovni-principi-sucasnoi-atleticnoi-gimnastiki-406907.html>

1. . . : . . . : 2016. 154 .
2. . . : . . . / . . . : . . . , 2019. 79 .
3. . . „ . „ 18. 2019. . 125-130.
4. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-chervnya-2018-roku--poryadok-provedennya-schorichnogo-ocinjuvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>
5. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>
6. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/

* () .

6.

:

-
-

1. - :

2. - .

- - (.) .

:

, ()

()								()	-
1				2					
1	2	3	4	5	6	7	8	40	100
2	6	6	16	2	6	6	16		

1, 2 ... 9 -

		-	
		()	
1	2		100
.1.4	.2.4		
30	30	40	

:

1. , - .
 2. .
 3. , , , .
 4. - , .
 5. , , .
 6. .
- , , ;
- ;
- ;
.

(3)

	ECTS	
	()	
	A (90-100)	
	B (80-89)	
	C (70-79)	
	D (60-69)	
	E (50-59)	
	FX (35-49)	()
	F (1-34)	(,)

- ()

		,				
		10	8	6	4	2
1. ()	.	19	16	13	10	7
	.	20	17	14	10	7
2. (30 .,)	.	75	70	65	60	50
	.	80	75	70	65	50
3. (60 .,)	.	53	47	40	34	28
	.	47	42	37	33	28
4. 64						

- ()

		,				
		10	8	6	4	2
1. 4 9 .	.	9,0	9,2	9,4	9,6	10,2
	.	10,4	10,6	10,8	11,2	11,5
2. 30 ()	.	4.2	4.4	4.6	4.8	5.0
	.	4.8	5.0	5.2	5.4	5.6
3. (12)	.	11	9	7	5	3
	.	10	8	6	4	2
4. (12)	.	11	9	7	5	3
	.	10	8	6	4	2

- ()

		,				
		10	8	6	4	2
1. 4 9 .	.	9,0	9,2	9,4	9,6	10,2
	.	10,4	10,6	10,8	11,2	11,5
2. 30 ()	.	4.2	4.4	4.6	4.8	5.0
	.	4.8	5.0	5.2	5.4	5.6
3. ()	.	250	240	230	215	200
	.	200	190	180	170	160
4. , 15 ()	.	12	9	7	5	3
	.	10	8	6	4	2

- ()

		,				
		10	8	6	4	2
1. 4 9 .	.	9,0	9,2	9,4	9,6	10,2
	.	10,4	10,6	10,8	11,2	11,5
2. 30 ()	.	4.2	4.4	4.6	4.8	5.0
	.	4.8	5.0	5.2	5.4	5.6
3. (60 .,)	.	53	47	40	34	28
	.	47	42	37	33	28
4. ()	.	50	45	40	30	25
	.	24	19	16	11	7

- ()

		,				
		10	8	6	4	2
1. : - 56 ; - 21 , 60 ()	.	29	27	25	23	21
	.	27	26	24	22	20
2. : - 10 ; - 5 ()	.	25	23	21	15	10
	.	24	22	20	15	10
3. « » - 28 ; - 14 , 60 ()	.	29	27	25	23	21
	.	27	26	24	22	20
4. ()	.	24	19	16	11	7
()	.	16	14	12	10	8

5.

5.1. ()

1. () : - / .
2. : - , 2018. 80 . / . :
3. , 2017. 197 . : / . :
4. , 2019. 296 . : [] /
5. [. . . : , . . . 194 .]; - , . . .
6. 5. Body Pump - - « » 10.11.2020, . 115-117.
7. « » 11 (87). 2020. . 231-233.
8. « » 2 (90) . 2021. . 199-201.
9. 15. - / . . . : 4 (132). 2021. . 150-153. (2021). ovid-19. 15. 9 (140) (2021): . . 28-31.
1. () : . . . 15. - / . . . : 4 (132). 2021. . 150-153. (2021). ovid-19. 15. 9 (140) (2021): . . 28-31.
1. () : . . . 15. - / . . . : 4 (132). 2021. . 150-153. (2021). ovid-19. 15. 9 (140) (2021): . . 28-31.
2. , . . . - . . . 15: () : . . . , 2019. . 6 (114). . 64-67. () :
3. . . . , . . . : , 2019. 48 .
4. . . . «Volleyball as a means of physical education of higher education institutions» Collective International monograph. . Riga, Latvia.2020. c. 42 -57
5. . . . , 2022. 99 .
6. , . . . , 15. - () , (6(137). 2021. . 46-50.
7. „ „ . . . 1- 2- XXVIII . 2022 2(24). . 4-11.

1. « () ».
« () » () / , 2018. 40 .
2. ; : , 2018. 40 .
3. 8 (27). 2019. . 25-31.
4. 2 (108) 2019. . 186-191.
5. / , , 2019. . 7 (26). . 242– 248.
6. [] / , // . 2018. 5(87). . 32–38.
7. : / , : - , 2020. 54
8. , 2021. 26 . : « : « »: / ; : (1 : 7,1) . - : , 2021. 127 .
1. () (2020).
2. () 22. . 4. . 154-158.
3. 15. - () : / : 4 (132). . 104-107 (2021).
4. 15. - () : / 4 (132). . 135-138.
5. : / : , 2021. 104 .
6. (2021). « () » 12 (100). . 115-118.

6. . . . : : 13.00.04. , 2021. 320 .
1. () : : , 2016. 154 .
2. : / , :
3. . - ; 2017. 136 .
3. : : () : -) : - , 2018.
4. « » () () / - - ; : , 2018. 71 .
5. , , 18. 2019. . 125-130.
6. : , 2019. 208 .
7. : /
8. : , 2019. 79 .
8. , /
9. , , - : 2020. 283 .
9. 2021. <https://vseosvita.ua/library/navcalno-metodicnij-posibnik-osnovni-principi-sucasnoi-atleticnoi-gimnastiki-406907.html>

5.2.

1. : - / ; , : , 2018. 136 .
2. : « » / ; , : , 2018. 116 .
3. : « » . 227 « » / , [. . . .]; : ; « » » . : " » , 2019. 608 .
4. : [] / : , 2020. 328 .
5. - , , : : (. . . . , 27-28 2020) . : « » , 2020. . 40-42.

6. : , 2020. 384 .
7. Pedagogical conditions for the formation of physical culture in first grade school students by means of olympic education in the New Ukrainian:[Collective monograph]. Edited by Ya. Galan, A. Ohnystyi, O.Andrieiva, Ya. Zoriy, Yu. Moseychuk, O. Yarmak, K. Ohnysta, M. Kozhokar. Riga, Latvia: Baltija Publishng, 2020.118 p.
8. Vaskan I. & Kozhokar M. The organizational basics and methodical provision of motion activity development of teenagers in the extracurricular activity: monograph. Dallas, USA: Primedia e-Launch LLC. 2021. 144 p.
9. : / . – : , 2021. 336 .
10. : / , , , . – : . , 2021. 340 .

6.

1. <http://tavr.osv.org.ua/postanova-%E2%84%96461-vid-6-chervnya-2018-roku--poryadok-provedennya-schorichnogo-ocinjuvannya-fizichnoi-pidgotovlenosti-naselennya-ukraini-09-29-51-17-06-20/>
2. <http://tavr.osv.org.ua/ruhova-aktivnist-10-07-23-17-06-2020/>
3. https://protocol.ua/ua/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_53/