



AKADEMIA POLONIJSKA  
POLONIA UNIVERSITY

**Polonia University in Częstochowa**

International scientific conference

**PUBLIC HEALTH – A BASIS  
OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

November 1–2, 2023



IZDEVNIECĪBA  
**BALTĪJA**  
PUBLISHING

**2023**

## **ORGANISING COMMITTEE:**

**Andrzej Krynski**, Prof. PhD, ThDr., Dr h.c. mult., Rector of Polonia University in Częstochowa.

Each author is responsible for content and formation of his/her materials.

The reference is mandatory in case of republishing or citation.

**Public health – a basis of physical culture and sports** (November 1–2, 2023. Częstochowa, the Republic of Poland). Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2023. 120 pages.

## CONTENTS

### THEORY AND METHODOLOGY OF ATHLETES TRAINING

Improving the physical fitness of female handball players

**Andronov V. M., Nikulichev D. S., Sokolova O. V. .... 7**

Peculiarities of the organization of educational and training classes of sportsmen with hearing impairment during their studies at higher education institutions

**Babalich V. A. .... 10**

Characteristics of the general physical fitness of 10–11 years old swimmers

**Bilov S. O., Tyshchenko V. O. .... 13**

Self-esteem as an important aspect of psychological research of female handball players

**Diachenko M. V., Tyshchenko V. O. .... 16**

Structure of the process of training of highly qualified athletes in rugby in the annual macrocycle

**Kvasnytsya O. M., Tyshchenko V. O. .... 19**

Sports preparation in preschool football clubs in Ukraine and the world

**Kos R. S., Ulan A. M. .... 23**

Coping strategies of athletes with different levels of qualification in cheerleading

**Krykun O. A., Voronova V. I., Fedorchuk S. V. .... 27**

Analysis of the level of physical and technical and tactical preparedness of volleyball players

**Nesterenko N. A., Burdaiev A. .... 32**

Development of coordination skills of football players in a yearly training cycle

**Samokhvalova I. Yu., Biloshnichenko B. S. .... 37**

Requirements for the fitness of female handball players

**Tyshchenko D., Osadchii D., Sokolova O. .... 41**

Planning of physical and technical training of young football players at the initial stage of training	
<b>Chopilko T. G.</b> .....	<b>44</b>
<b>HUMAN HEALTH, FITNESS AND RECREATION, PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT GROUPS OF POPULATION, PHYSICAL REHABILITATION</b>	
Sports and recreational projects for student youth	
<b>Babich T. M.</b> .....	<b>48</b>
The influence of sectional classes on physical condition of nine-ten-old boys	
<b>Grabyk N. M., Hulka O. V., Hrubar I. Ya.</b> .....	<b>52</b>
Sports dances as a means of strengthening the physical health of boys aged 11–12 in extracurricular time	
<b>Diedukh M. O., Brychuk M. S.</b> .....	<b>57</b>
The role of strength training in rowing on Dragon boats for young men	
<b>Eremenko N. P., Liu Jiale, Sadovsky O. O.</b> .....	<b>60</b>
Peculiarities of controlling the posture of children of primary school age (7–9 years old)	
<b>Kolomiets T. V.</b> .....	<b>64</b>
Health running is a component of a healthy lifestyle	
<b>Kryvobohova N. P., Miroshnikova N. S., Vykhruk O. O.</b> .....	<b>67</b>
Movement games in the physical education of primary school students	
<b>Kuznetsova L. I., Dolghenko L. P., Podosinova L. P.</b> .....	<b>70</b>
The importance of physical education in the preparation of geography specialists	
<b>Lavrín H. Z., Anheliuk I. O., Osip N. B.</b> .....	<b>74</b>
The essence of the pedagogical component in the health aspect of physical education	
<b>Moroz Yu. N.</b> .....	<b>78</b>

Assessing the prevalence of cervicgia and the risk factors contributing to it among young adults	
<b>Ovdii M. A., Trunina T. I., Davydiuk A. O.</b> .....	<b>81</b>
Development of the ability to sense the rhythm of younger schoolchildren in physical education lessons	
<b>Omelyanenko I. O., Omelyanenko V. H.</b> .....	<b>84</b>
Application of respiratory methods in the rehabilitation of persons who have transferred coronavirus disease	
<b>Onyshchuk V. Ye.</b> .....	<b>87</b>
Psycho-physical training as a key component of the professional activity of security and defence sector personnel	
<b>Otkydach V. S., Korchagin M. V., Maniak S. V.</b> .....	<b>91</b>
Practices of formation of protocols for assessment of swimming skills and competences in the aquatic environment of children of primary school age	
<b>Pivovar A. A., Kovach S. Yu., Syrotiuk S. M.</b> .....	<b>96</b>
Modern approaches to rehabilitation after amputations of the upper limb	
<b>Pozmogova N. V., Potapova L. V., Kavrin M. O.</b> .....	<b>99</b>
Cardiorespiratory endurance of future policemen	
<b>Rymyk V. R.</b> .....	<b>103</b>
Determining the adaptive capabilities of military personnel with the upper limb performs protective actions based on the estimated motor activity from the modeling of professional activity situations	
<b>Shestopal N. O.</b> .....	<b>105</b>
<b>MODERN PROBLEMS OF POPULATION RECOVERY AND WAYS TO SOLVE IT</b>	
The use of the “STEPS” technique in the expanded possibilities of involving school-age children in tennis lessons	
<b>Trachuk S. V., Holub V. A., Dovhal V. I.</b> .....	<b>108</b>

The use of “STEPS” pedagogical techniques to involve children  
of primary school age in activities in the aquatic environment  
**Trachuk S. V., Semenenko V. P., Kholodova O. S. .... 111**

**MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES**

**IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

Application of information technologies in work with students and lyceums  
of the Khortytsk National Academy  
**Kiktenko I. P. .... 114**

## **MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-367-5-31>

### **APPLICATION OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN WORK WITH STUDENTS AND LYCEUMS OF THE KHORTYTSK NATIONAL ACADEMY**

### **ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В РОБОТІ ЗІ СТУДЕНТАМИ І ЛІЦЕЙСТАМИ ХОРТИЦЬКОЇ НАЦІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ**

**Kiktenko I. P.**

*Lecturer at the Department of Physical  
Culture and Sports, Scientific Lyceum  
Khortytsk National Academy  
Zaporozhye, Ukraine*

**Кіктенко І. П.**

*викладач кафедри фізичної культури  
і спорту, наукового ліцею  
Хортицька національна академія  
м. Запоріжжя, Україна*

Інформаційні технології є однією з тих галузей, які найбільш динамічно та успішно розвиваються останні десятиріччя в Україні та світі. З розвитком інформаційних технологій зростає їхня роль та використання у сфері освіти. Тому, нікого вже не здивувати онлайн-курсами або медіа освітою.

Багатьох фахівців цікавили аспекти впровадження сучасних інформаційних технологій у галузі фізичної культури і спорту, адже використання цих технологій дає можливість ефективно збирати, обробляти та передавати інформацію, якісно використовувати сучасні прийоми в роботі зі студентами, з учнями на уроках фізичної культури, змінювати методи й організаційні форми підготовки висококваліфікованих спортсменів, підвищувати результативність діяльності тренерів, суддів, викладачів і фахівців фізичного виховання і спорту [3; 4; 5].

Інформаційно-комп'ютерні технології використовують: як засіб навчання і організації інтелектуального дозвілля; для біомеханічного аналізу техніки руху спортсменів, створення моделей тренувальних і змагальних ситуацій, як засіб автоматизації процесів обробки результатів змагань і наукових досліджень; для інформаційно-методичного забезпечення та управління навчально-виховним процесом у навчальних закладах, спортивних установах і організаціях; з метою







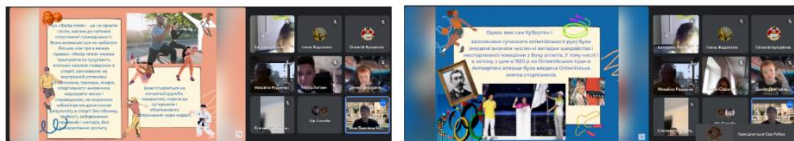


Рис. 5.

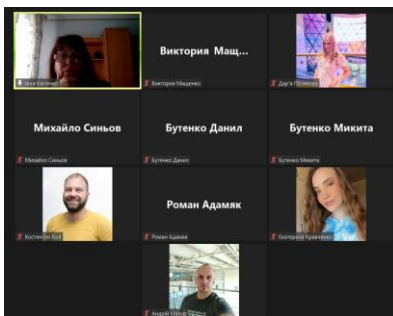


Рис. 6.

5. Захоплюючий інтерактивний процес: Використання комп'ютерних технологій може перетворити фізичну активність на захоплюючу гру або виклик, що стимулює здобувачів освіти до більшого зацікавлення та активності. Використання студентами 2 курсу спеціальності фізична культура та спорт мобільних спортивних додатків для самостійного тренування, представлено на рисунку 7.



Рис. 7.

Впровадження інформаційних технологій в освітній процес здійснюється в різних формах, щоб підвищити якість навчання. Загалом, інформаційні технології допомагають зробити навчання більш ефективним, захоплюючим та доступним для всіх здобувачів освіти

Хортицької національної академії, сприяючи розвитку навичок, які необхідні в сучасному світі.

### **Література:**

1. Каллаур Л. В. Застосування інформаційних технологій у фізичному вихованні школярів та студентів. Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. 2018. Випуск 2. С. 43–48.

2. Петренко Г. В. Застосування комп'ютерних технологій у здоров'я орієнтованому фізичному вихованні дітей дошкільного віку. Наука і освіта. 2014. № 4. С. 126–128.

3. Сущенко А. В. Інформаційно-комунікаційні технології і засоби навчання в професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання та спорт. 2012. № 1 (7). С. 104–111.