

тренувального процесу, поступовість і тенденції до максимальних навантажень, хвилеподібність динаміки навантажень, циклічність тренувального процесу, взаємозв'язок структур змагальної діяльності та підготовки.

У спортивній підготовці волейболістів ДЮСШ важливе місце займають навантаження. Вони поділяються: за характером – на тренувальні та змагальні, специфічні та неспецифічні; за величиною – на малі, середні, значні та великі; за спрямуванням – на такі, що сприяють розвитку рухових здібностей (швидкісних, силових, координаційних, витривалості, гнучкості) чи їх окремих компонентів (алактатних чи лактатних анаеробних тощо).

Навантаження характеризуються із зовнішнього боку обсягом тренувальної роботи, кількістю занять, змагальних ігор, тощо, але більш об'єктивно з внутрішнього за показниками функціональних систем організму (ЧСС, частоти дихання, тощо). Величина та спрямованість навантаження визначають ступінь і характер стомлення. Розрізняють явне стомлення, коли працездатність знижується, і приховане, коли працездатність ще не знижена, але вже змінилась структура рухів, їх амплітуда [3].

Успішна спортивна підготовка волейболістів залежить від системи спеціальних заходів відновлення працездатності, які включаються у тренувальні заняття, змагальний процес в інтервали між заняттями та змаганнями.

Тренувальний процес спортивної підготовки будується у формі циклів. Цикли тренування являють собою послідовно повторювальні заняття, етапи, періоди. Кожен наступний цикл є повторенням попереднього, але має іншу мету, завдання, їх вирішення, а також відрізняється оновленням змістом, зміненими засобами та методами, зменшенням або збільшенням навантаження.

Цикли є універсальною формою організації тренувального процесу і поділяються на три категорії: малі – мікроцикли (тиждень); середні – мезоцикли (місяць); великі – макроцикли (рік) [3].

Крім того, спортивна підготовка волейболістів як спеціалізований процес фізичного виховання, спрямований на досягнення високих спортивних результатів має різні аспекти. Основні з них: педагогічний, соціально-психологічний, медико-біологічний. При удосконаленні системи спортивної підготовки волейболістів дитячо-юнацьких спортивних шкіл важливо враховувати дані аспекти, адже вони органічно взаємопов'язані та взаємозумовлені у отриманні результатів високих досягнень [2].

Таким чином особливого інтересу набуває вивчення особливостей спортивної підготовки волейболістів у дитячо-юнацьких школах з метою пізнання, доповнення та удосконалення тренувального процесу і практичного застосування методів, засобів під час змагань з метою досягнення високих результатів у даному виді спорту.

ВИСНОВКИ. Отже, на різних етапах тренування волейболістів поряд з іншими якість, спортивна підготовка є однією з основних і весь час потребує доповнення, удосконалення згідно вікових, фізіологічних, психологічних особливостей організму.

Побудова спортивної підготовки волейболістів у дитячо-юнацьких школах ґрунтується на принципах програмування та моделювання тренувального процесу. Її характерними рисами є раціональне планування тренувального процесу на всіх ланках підготовки з обов'язковим урахуванням календаря змагань і рівня підготовленості гравців; урахування всіх компонентів навантаження; коректний розподіл годин за видами підготовки залежно від етапу підготовки; використання специфічних та неспецифічних засобів, вибірково спрямованих на розвиток якостей, найбільш необхідних на певному періоді підготовки.

Аналізуючи науково-методичну літературу з даного питання, можна зробити висновок, що від рівня розвитку фізичних якостей і здібностей, специфічних для гри у волейбол, залежить рівень володіння учнями техніко-тактичними навичками. Чим вищий рівень розвитку спеціальних якостей і здібностей, тим швидше можна оволодіти основами техніки і тактики гри. На сучасному високому рівні розвитку гри у волейбол виконання необхідних тактичних дій можливе тільки в умовах удосконалення спортивної підготовки волейболістів у дитячо-юнацьких школах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Борисов О. О. Основи теорії методики викладання волейболу і футболу / Борисов О. О. – К. : ПП «Люскар», 2004. – 664 с.
2. Демчишин А. Д. Волейбол – гра для всіх / Демчишин А. Д. – К. : „Здоров'я”, 2002. – 83 с.
3. Оптимизация тренировочного процесса волейболистов: методические рекомендации / Касаткин А. Н., Максименко Г. Н., Корол М. Ю. – М. : ФиС, 2000. – 144 с.
4. Лапутин А. Н. Обучение спортивным движениям / Лапутин А. Н. – К. : „Здоров'я”, 2005. – 214 с.
5. Perel'man M. P. Spetsyal'naya fizpodgotovka voleybolystov / Perel'man M. P. – М. : FyS, 1989. – 134 с.
6. Platonov V. N. Obshchaya teoriya podgotovky sportsmenov v olimpyyskom sporte / Platonov V. N. – К. : Olympyskaya lyteratura, 1997. – 544 с.
7. Platonov V. M. Fizychna pidhotovka sportsmena / Bulatova M. M. – К. : Olimpiys'ka literatura, 1995. – 342 с.

УДК 796.011.3 :373+159.922.1

Захарченко Марина Олександрівна
Національний університет фізичного виховання і спорту України
м. Київ

ПРОБЛЕМА ГЕНДЕРНОГО ПІДХОДУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ

Анотація. Відсутність гендерного підходу до формування особистості дітей може не тільки деформувати процес їх психічного розвитку, а й негативно позначитися на їх фізичному здоров'ї. У зв'язку з цим залучення дітей і молоді до систематичних занять фізичними вправами, як основного чинника здорового способу життя, можливо за умови диференційованого гендерного підходу.

Ключові слова: гендерний підхід, фізичне виховання.

Анотація. ЗАХАРЧЕНКО М. А. ПРОБЛЕМА ГЕНДЕРНОГО ПОДХОДА В ПРОЦЕСЕ ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ *Отсутствие гендерного подхода к формированию личности детей может не только деформировать процесс их психического развития, но и негативно сказаться на их физическом здоровье. В связи с этим привлечение детей и молодежи к систематическим занятиям физическими упражнениями, как основного фактора здорового образа жизни, возможно при условии дифференцированного гендерного подхода.*

Ключевые слова: гендерный подход, физическое воспитание.

Annotation. MARYNA ZAKHARCHENKO THE PROBLEM OF GENDER APPROACH IN PHYSICAL EDUCATION IN SCHOOLS *The lack of a gender approach to formation of the personality of children can not only distort the process of their mental development, but also affect their physical health. In this regard, the involvement of children and young people to systematic physical activities as the main factor of a healthy lifestyle, possibly subject to a differentiated gender approach.*

Integration of gender approach in physical education of the modern secondary school is one of the indicators of the gender balance of Ukraine as a developed state, standing in front of the European choice. This, in turn, requires targeted gender mainstreaming as a new way of knowing and understanding the realities of modernity in the educational process and physical activities of secondary school and, on this basis, the improvement of the educational process, filling it with content that will contribute to the formation of modern worldview of students and development of their personal potential.

Today more than ever there is a question about the implementation of the gender approach in physical education of the younger generation. Introduction of gender approach in physical education of schoolchildren should be understood as an extension of living space for the development of individual abilities and inclinations of each child that will help develop a specific strategy for attracting students to systematic physical training and inculcate in them a positive attitude towards physical activity.

Key words: gender approach, physical education.

Постановка проблеми дослідження. Інтеграція гендерного підходу в процесі фізичного виховання сучасної загальноосвітньої школи є одним із індикаторів гендерної збалансованості України як розвиненої держави, що стоїть перед європейським вибором. Це, в свою чергу, потребує цілеспрямованого впровадження гендерного підходу як нового способу пізнання та розуміння реалій сучасності у навчально-виховному процесі та фізкультурній діяльності загальноосвітньої школи і, на цій основі, вдосконалення виховного процесу, наповнення його змістом, який сприятиме формуванню сучасного світогляду учнівської молоді та розвитку їхнього особистісного потенціалу.

Сьогодні як ніколи гостро постає питання про реалізацію гендерного підходу у фізичному вихованні підростаючого покоління. Впровадження гендерного підходу у фізичному вихованні школярів слід розуміти як розширення життєвого простору для розвитку індивідуальних здібностей і задатків кожної дитини, що допоможе сформувати певну стратегію залучення учнівської молоді до систематичних занять фізичною культурою та виховання в них позитивного ставлення до рухової активності.

Аналіз останніх досліджень: У сучасних умовах реформування системи освіти в Україні увагу акцентовано на необхідності вивчення та осмислення різних аспектів гендерної проблематики, зокрема, формування гендерної ідентичності молодого покоління в процесі фізичного виховання. Одним з пріоритетних напрямів державної політики в розвитку основної школи є її спрямованість на виховання учнів різної статі, урахування вікових та статевих особливостей юнаків і дівчат у процесі формування цінностей фізичної культури та здорового способу життя. Це зумовлено суттєвими змінами, що відбулися в змісті, формах і методах виховної роботи на уроках фізичної культури, де на першому місці поставлено особистість вихованця, урахування рівня здоров'я, фізичного розвитку, стану фізичної підготовки в контексті сучасних тенденцій диференціації, гуманізації та гуманітаризації фізичного виховання на основі особистісно-орієнтованого підходу (І. В. Євстігнеєва, 2012).

Сучасні вимоги індивідуального підходу до формування особистості людини засобами фізичного виховання не можуть бути виконані без урахування специфіки її статі. Але разом з цим добре відомо, що у практиці сучасної загальноосвітньої школи майже не розрізняються особливості виховання хлопців і дівчат (Давиденко О.В., Семененко В.П., Трачук С.В.).

Відзначають, що змішане виховання й навчання в школах можна назвати безстатевим, тому що протягом декількох поколінь зникає з навчальних закладів статособистісна самоідентифікація в молодих людей, а особливо в хлопчиків (В. Ф. Базарний, 2005). Результатом цього є пригнічення й нейтралізація чоловічих задатків у хлопчиків і жіночих – у дівчаток, що негативно позначається на здоров'ї, у тому числі й репродуктивній функції молоді. Тому вчені звертають увагу на гендерну диференціацію у вихованні та навчанні підростаючого покоління як фактор збереження людини на популяційному рівні (Л. В. Тарасенко, 2007).

Підґрунтям проблем гендеру у фізичному вихованні можна вважати роботи вітчизняних авторів. Так Г. В. Безверхнюю (2004) були досліджені мотиви та інтереси школярів 5-11 класів до занять фізичною культурою і спортом, їх структура і динаміка в процесі вікового розвитку, особливості прояву в осіб різної статі, з різними властивостями ВНД і в залежності від регіону проживання. Визначено, що структура термінальних і інструментальних цінностей юнаків і дівчат старших класів відрізняються за рейтингом і мають взаємозв'язок з ціннісними орієнтаціями у сфері фізичної культури (М. М. Саїнчук, 2011).

Н. Є. Пангелова (2014) в докторській дисертації довела особливості взаємозв'язку між показниками пізнавальних процесів, мовлення і функціонального стану 4-річних хлопчиків і дівчаток. Виявлено гендерні особливості ознак психологічної статі у студенток, що займаються спортом, які визначаються наявністю у 50% маскулінних ознак, що не

впливає на прояв фемінних якостей, яких більш ніж у дівчат, що не займаються спортом (О. О. Біліченко, 2014).

Вчені висловлюють різні точки зору з приводу обліку статевих і гендерних особливостей організації процесу фізичного виховання чоловіків і жінок.

У більшості досліджень про відмінності між учнями і ученицями, використовувався підхід, заснований на біологічних особливостях, що цілком виправдано, тому що він обґрунтовує методику фізичного виховання, що відрізняється особливостями засобів, методів, фізичних навантажень (Т. В. Петровская, 1983).

Є.П. Ільїн вказує, що потреба в руховій активності у хлопчиків виражена більше, ніж у дівчаток. Досягнувши свого піку до трьох років, вона знижується швидше на протязі дошкільного віку у дівчаток. Середньодобовий обсяг локомоцій у дітей 5-7 років становить у хлопчиків 7,1-9,0 км, у дівчаток - 6,4-7,7 км. Така ж тенденція простежується і в шкільному віці (Е. П. Ильин, 2010).

У студентському віці дівчата витрачають на заняття фізичною культурою і спортом в два рази менше часу, ніж юнаки. У тижневому бюджеті часу 57,9% дівчат, у порівнянні з 47,3% юнаків взагалі не відводять час на фізкультурно-спортивну діяльність (В. П. Зайцев, 2009).

Прояв рухової активності пов'язано і з психомоторним розвитком. За даними П.С. Бабкіна відмінності в психомоториці хлопців і дівчат починають проявлятися у дітей вже на безумовно-рефлекторному рівні. Соціологічні дослідження мотивів занять фізичною культурою і спортом юнаків і дівчат різного віку свідчать про їх відмінностях, обумовлених не тільки підлогою, а й іншими соціальними причинами, такими, як місцем проживання.

Мета роботи – теоретичне обґрунтування проблем гендерного підходу в процесі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл.

Завдання: На основі аналізу літературних джерел проаналізувати проблему гендерного підходу у процесі ФВ загальноосвітніх шкіл

Результати досліджень: Актуальність долучення гендерної проблематики до освітньої системи України на початку ХХІ ст. пов'язана з позитивними тенденціями розвитку шкільної освіти, а саме: варіативністю, дитиноцентризмом, відкритістю до суспільства та особливо – з якістю освіти, рівним доступом обох статей до різних сфер суспільного життя, що в майбутньому визначатиме гідні умови життєдіяльності жінок та чоловіків. Важливими компонентами гендерної соціалізації особистості є гендерна освіта та гендерне виховання. У шкільному віці відбувається формування ролевих позицій чоловіка і жінки.

Сфера фізичної культури в силу своєї специфіки виступає особливо адекватно для здійснення гендерного підходу, гендерних досліджень в спробах вирішення безлічі існуючих соціальних і соціально-психологічних проблем (О. Л.Ворожбітова, 2008).

Впровадження гендерних підходів є питанням соціальної справедливості і необхідним для забезпечення рівноправного та стійкого людського розвитку, в тому числі і фізичного. Значну роль у процесі соціалізації відіграє фізичне виховання. Справжня рівність не передбачає нівелювання статі, але враховує в процесі фізичного виховання специфіку життєвих інтересів та психологічних відмінностей дівчат і хлопців.

У фізичному вихованні дітей та молоді в основному закладено статевий диморфізм, що базується на біологічних відмінностях між чоловіками і жінками. При виявленні психоціальних та соціокультурних ролей чоловіків і жінок вчені вживають термін «гендер» і «гендерні відмінності».

Гендер - це соціокультурна категорія та колективне уявлення, за допомогою якого біологічні розбіжності статей переводяться на мову соціальної та культурної диференціації (Т.В. Орлова, 2008). Сьогодні гендер розуміється як одна з найважливіших граней соціальних відносин. На думку вчених, він включає три групи характеристик: біологічна стать; стереотипи статевих ролей, прийнятих у суспільстві (Ш. Берн, 2007; Т.В. Орлова, 2008).

Під терміном «гендерний підхід», вчені розглядають як сукупність уявлень, які припускають, що відмінності в поведінці і сприйнятті чоловіків і жінок визначаються не стільки їх фізичними можливостями, скільки соціальним чинником як виховання, і поширеними в соціумі уявленнями про чоловіче та жіноче. О. Вейнгер вважає, «що в області досвіду немає ні чоловіка, ні жінки. Існує тільки мужнє і жіночнє».

Заняття з фізичної культури, спираючись на гендерний підхід, повинні будуватися з урахуванням гендерних особливостей тих хто займається, актуалізуючи їх гендерні ролі, формуючи розуміння про призначення чоловіка і жінки в суспільстві та регуляцію навантажень під час занять, що вимагає від викладача відповідних знань.

Фізична культура також може бути засобом гендерної соціалізації, тому що в процесі фізичного виховання вирішуються не тільки завдання, що замикаються на особливостях окремого виду виховання, а й загальні завдання, переслідуювані в соціальній системі виховання в цілому. За допомогою підбору засобів і методів фізкультурно-спортивної діяльності, орієнтації на бажані види рухової активності студентів закріплюються моделі поведінки і особистісні якості, що формують гендер.

Людина відкриває фізичну культуру не стільки для себе, скільки відкриває себе в світі фізичної культури. Від своєчасності і повноти сформованості психологічних рис мужності-жіночності багато в чому залежать впевненість в собі, цілісність переживань, визначеність установок, що визначає в майбутньому ефективність спілкування з людьми, відносин в сім'ї та колективі. Заняття з фізичної культури, повинні будуватися з урахуванням гендерних особливостей тих хто займається, актуалізуючи їх гендерні ролі, формуючи розуміння про призначення чоловіка і жінки в суспільстві.

О. В. Фащук стверджує, що стиль шкільного навчання здебільшого побудований за взірцем, більш звичним і зручнішим для хлопчиків: іспит у формі тестів, індивідуальні доповіді, змагання за оцінки заохочують так звану "мужність". На думку деяких авторів, від цього страждають як хлопчики, так і дівчатка, хоча б тому, що в тих та в інших не розвиваються навички критичного мислення, вміння ставити запитання, колективно обговорювати та розв'язувати проблеми (Т. Говорун, 2001; О. Кікінежді, 2001; В. Кравець, 2001).

На думку І. Клециної (1998), С. Кравець (2003), гендерна соціалізація дівчат у роки навчання сприяє формуванню

в них певних внутрішніх перепон, які ускладнюють їх подальшу особистісну та професійну самореалізацію. До них можна віднести страх невдачі, страх втратити жіночність, брак наполегливості в досягненні мети, побоювання суспільного нехтування, що часто проявляється на уроках фізичної культури.

На думку Г. Безверхньої (2004), І. Омеляненко (1999), А. Москальової (2005), Н. Сінкевич (2000), Л. Татарнікової (1997), Д. Ісаєва (1988), Н. Кічук (1994), Є. Сидорова (1983), Л. Фельдштейна (1983), знання педагогом інтересів учнів, ієрархії та вікової динаміки в мотиваційному спрямуванні дасть змогу з'ясувати значення предметної діяльності і на цій основі визначити спільно з учнями навчальну діяльність, виділити ефективні засоби координації й управління індивідуальними діями, узгодити їх і в цілому позитивно розв'язати відповідні завдання. Тобто дії педагога-тренера визначаються не тільки змістом навчально-тренувальних занять, але й мотиваційною, цільовою установкою учня, його позицією, яка значною мірою залежить від зовнішніх чинників, насамперед від спілкування з однолітками та дорослими.

О.О. Біліченко займаючись вивченням рис психологічної статі визначила, що переважна більшість студентів, як юнаків, так і дівчат проявляють андрогідність. У міру навчання у ВНЗ у юнаків андроген проявляється все більшою мірою, так, на II курсі їх налічується 90%, а на IV - вже 100%. На II курсі були відзначені, як маскуліні типи (6%), так і фемінні (4%). У юнаків-спортсменів було 84% андрогенних і 16% маскуліні типів.

У дівчат також переважають андрогенні типи і від II до IV курсу їх кількість збільшується з 68% до 80%, а прояв фемінінності знижується з 32% до 20%. У дівчат-спортсменок андрогенних типів було 88% і 12% фемінінних. Маскулінінність у даного контингенту відсутня.

О.О. Біліченко аналізуючи прояв властивостей маскулінінності виявила, що на груповому рівні у юнаків ці якості проявляються в 35% випадків, у юнаків-спортсменів в 80% випадків, у дівчат в 10-15%, у спортсменок в 50%, що дає підставу припускати, що основою мотивації до занять спортом, як у юнаків, так і у дівчат є наявність якостей маскулінного характеру. Фемінінних якостей в групах юнаків було виявлено 35-40%, відмінностей між тими хто займається і не займається спортом не виявлено. У дівчат фемініні якості відзначаються на II курсі в 80%, на IV курсі - в 60%, у спортсменок - в 85%. У дівчат-спортсменок більш яскраво виражені деякі з фемінінних якостей, такі як: вміння поступитися - 80%, життєрадісність - 88%, ніжність - 72%, жіночність - 80%, розуміння інших - 92%, здатність втішити - 76%, м'якість - 60%, довірливість - 84%, спокій - 64%, тобто заняття спортом не роблять їх грубіше притому, що маскулінінних якостей у них 50% (О.О. Біліченко, 2014).

ВИСНОВОК: Аналіз обмеженої кількості публікацій щодо гендерного підходу у процесі фізичного виховання школярів, стосується загалом, обліку біологічної статі при проведенні спортивно-оздоровчих занять та формуванні інтересів, мотивів до занять фізичними вправами, що підтверджує недостатній рівень розробленості проблеми гендерного підходу у фізичному вихованні.

Перспективи подальших досліджень є поглиблене вивчення гендерного підходу в процесі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г. В. Безверхня. – Львів, 2004. – 20 с.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология: учеб. пособие / Бендас Т. В. – СПб.: Питер, 2009. – 432 с.
3. Біліченко О. О. Гендерні особливості формування інтересу до фізичного виховання у студентів / О. О. Біліченко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2011. – № 1. – С. 48–51.
4. Ворожбитова А. Л. О гендерном подходе в области физической культуры / А.Л. Ворожбитова // Молодая спортивная наука Беларуси : материалы Международной научно-практической конференции (Минск, 8-10 апреля 2014 г.) : в 3 ч. / ред. Т. Д. Полякова ; МСТРБ, Белорусский ГУФК. – Минск, 2014. – Ч. 2. – С. 73–75.
5. Гендерные особенности юношей и девушек, занимающихся и не занимающихся спортом / Т. Круцевич, О. Марченко, Е. Биличенко, Т. Имас // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – №02. – С. 14–16.
6. Antala V. The impact of coeducational physical education to the class climate at secondary schools / V. Antala, V. Dancikova // Olympic Sports and Sport for All. Sport, Stress, Adaptation : proceeding book of XVI International Scientific Congress and VI International Scientific Congress (17-19 May 2012) : extra issue of Sport and science / ed. staff: P. Gashev, D. Dasheva, S. Videnova ; National Sport Academy "Vassil Leski". – Sofia, 2012. – P. 167–169.
7. Bem S.L. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. Psychological Review, 1981, 88. – P. 354–364.
8. Kolosov A. Interpersonal Addiction in the Sports Interaction / A. Kolosov // Olympic sport and sport for all : proceedings of 17th International scientific congress (Beijing, China, 2nd-6th, June, 2013) / International Association of Universities of Physical Culture and Sport, Capital University of Physical Education and Sports. – Beijing, 2013. – P. 288–289.
9. Orlofsky J.L. Sex-role orientation, identity formation, and self-esteem in college men and women. Sex-Roles, 3, 1977. P. 561–575.
10. Kolayis H. Comparison of some psychological parameters according to education and sexual states of judo athletes / H. Kolayis, I. Kolayis // – P. 524