

18. Z-a. Futbol (obyavlenie) (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 3 September, no. 1690, p. 4.
19. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 13 September, no. 1697, p. 5.
20. Bega (obyavlenie) (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 13 September, no. 1697, p. 4.
21. Bega (obyavlenie) (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 18 September, no. 1701, Application.
22. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 28 September, no. 1709, p. 4.
23. Z-a. Fut-bol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 4 October, no. 1713, Application.
24. Sport (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 8 October, no. 1717, p. 4.
25. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 11 October, no. 1719, p. 4.
26. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 19 October, no. 1726, p. 4.
27. Sport (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 25 October, no. 1731, p. 4.
28. Sport (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 27 October, no. 1733, p. 3.
29. Sport (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 30 October, no. 1736, p. 4.
30. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 5 November, no. 1741, p. 4.
31. Z-a. Futbol (1911). *Nikolaevskaya gazeta*, 6 November, no. 1742, p. 3.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).25](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).25)
УДК 796.912 (0)

Петронюк Анастасія
аспірантка кафедри історії та теорії олімпійського спорту
Національний університет фізичного виховання і спорту України 03150, м. Київ

ЗРОСТАННЯ АТЛЕТИЗМУ ТА ДОМІНУВАННЯ ЧОЛОВІЧИХ ЯКОСТЕЙ В ЖІНОЧОМУ СПОРТІ (НА ПРИКЛАДІ ФІГУРНОГО КАТАННЯ НА КОВЗАНАХ)

Анотація. Починаючи з моменту зародження сучасного спортивного руху, де жінки не змагались, а їх участь піддавалась широкій дискусії, і до тепер, коли жіночий спорт – це явище загальноприйняте та буденне, місце жінки в спорті зазнало колосальних трансформацій. У 1900 році участь жінок у змаганнях на світовій арені була офіційно дозволена. Поступово жінки-спортсменки розвінчали тогочасні міфи, а зимові Олімпійські ігри в Пекіні 2022 року включили 45% жінок та стали найбільш гендерно збалансованими іграми на сьогодні.

Безумовно, щоденні тренування вимагають від жінок високих фізичних та емоційних зусиль. Емоційні та фізіологічні зміни, які відбуваються у жінок в процесі занять спортом є актуальним напрямом сучасних досліджень, оскільки психоемоційна складова є важливим компонентом побудови тренувального процесу. Незважаючи на те, гендерними дослідженнями спорту займається багато спеціалістів (Я. Шахліна, 2006; 2010; Maers A. M., Lips H. M., 1978, C. S. Pawlowski, C. Ergler) психоемоційні зміни все ще залишаються малодослідженим напрямком, що підкреслює актуальність даної роботи.

Ключові слова: Маскулінність; фемінність; гендер; фігурне катання на ковзанах; атлетизм, гендерне виховання.

Anastasiia Petroniuk *The increasing of athleticness and the domination of male qualities in women's sports.*

Abstract. Starting from the moment of the birth of the modern sports movement, where women did not compete, and their participation was widely discussed, and until now, when women's sports are a generally accepted and everyday phenomenon, the place of women in sports has undergone tremendous transformations. In 1900, the participation of women in competitions on the world stage was officially allowed. Gradually, female athletes debunked the myths of the time, and the 2022 Beijing Winter Olympics included 45% women and became the most gender-balanced games to date.

Of course, daily training requires high physical and emotional effort from women. Emotional and physiological changes that occur in women in the process of playing sports are an actual direction of modern research, since the psycho-emotional component is an important component of building the training process. Despite the fact that many specialists are engaged in gender research in sports (Y. Shakhlina, 2006; 2010; Maers A. M., Lips H. M., 1978, C. S. Pawlowski, C. Ergler), psycho-emotional changes still remain an understudied area, which emphasizes the relevance of this work.

Keywords: Masculinity; femininity; gender; figure skating; athleticism, gender education.

Постановка проблеми. Сучасний спорт – arena міжнародної діяльності, на якій жінки досягають колосальних успіхів, а за результатами можуть навіть переважати чоловіків. Те, що чоловічий організм відрізняється від жіночого не лише за фізіологічними показниками, але й за низкою психологічних характеристик є широковідомим фактом, саме тому гендерний підхід до тренувань став новим напрямом досліджень у спорті, а знання впливу занять спортом на організм жінок – актуальним питанням сьогодення.

Знання процесу протікання психічних змін, що відбуваються у жінок, є необхідним компонентом побудови тренувального процесу та важливим критерієм участі в змаганнях та соціальної адаптації після закінчення спортивної кар'єри. Зважаючи на те, що численні дослідження в галузі спорту стосуються в основному статевого диморфізму (Я. Шахліна, 2006; C. S. Pawlowski, C. Ergler) [9, 10], питання гендерних особливостей становлення спортсменів висвітлене фрагментарно, що підкреслює актуальність даних досліджень.

Мета дослідження – розглянути роль атлетизму в жіночому спорті як її складової, а також домінуючих психічних якостей, що формуються у жінок у процесі занять спортом на прикладі фігурного катання.

Завдання дослідження: 1) проаналізувати та узагальнити дані щодо місця та ролі атлетизму в сучасному жіночому спорті на прикладі фігурного катання; 2) виділити домінуючі якості, що формуються у процесі занять спортом, спираючись на гендерну класифікацію видів спорту.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової, науково-методичної та спеціальної літератури, досвіду тренерської практики, порівняння та зіставлення, педагогічні спостереження.

Результати дослідження. У витоків зародження фігурного катання змагання серед жінок не проводились і, відповідно до перших правил Міжнародного союзу ковзанярів 1897 року, жінки могли змагатись виключно у парі з чоловіком або жінкою. У 1907 році ISU у чоловічих змаганнях було дозволено брати участь жінці – Медж Сайрес, але це був виняток із правил. Окремі чемпіонати світу серед жінок стали проводитись з 1906 року [8].

Зростання кількості жінок у спорті можна чітко простежити на прикладі фігурного катання. Так, в Україні є тенденція до більшої кількості дівчат, не зважаючи на те, що цей вид спорту має рівну кількість жіночих та чоловічих дисциплін. На чемпіонаті України з фігурного катання 2021 року кількість заявлених жінок – 17, в той час, як чоловіків – 9, а на юнацькому чемпіонаті цього ж року кількість учасників становила 47 дівчат та 10 юнаків [13]. Наприклад, у художній гімнастиці, жіночих дисциплін більше, ніж чоловічих.

Технічна складова виду спорту – одна з характеристик навантаження, що висуває спорт. Суттєвою різницею між виконаними технічними елементами чоловіків та жінок є стрибки. Проаналізувавши протоколи Олімпійських ігор 2022 можна відзначити, що майже кожна програма чоловіків включає стрибки в 4 оберти. Проте, навіть стрибки у 4 оберти, які нещодавно були притаманні лише чоловічому одиночному катанню, відтепер є елементом, без якого жінки ледь залишаються конкурентоспроможними. Спираючись на фізіологічні можливості, за технічною оцінкою чоловіки значно випереджують жінок, однак, на останніх Олімпійських іграх технічна оцінка Олександри Трусової трохи перевищила оцінку Натана Чена. Порівняльний аналіз технічної оцінки є свідченням стрімкого розвитку спорту, зокрема жіночого, а також колосальних фізичних та емоційних зусиль (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняння технічної оцінки за виконання довільної програми призерів зимових Олімпійських ігор 2022 року

Жінки	Технічна оцінка	Чоловіки	Технічна оцінка
Олександра Трусова	95.39	Натан Чен	94.34
Анна Щербакова	79.38	Юма Кагіяма	88.35
Каорі Сакомото	62.02	Сьома Уно	89.93

Еволюція жіночого спорту стала керівним елементом як фізичних, так і психічних змін, що протікають у жінок.

Так, тренувальний та змагальний процес формує наступні трансформації [5]:

1) фізіологічні: атлетична, тілобудова, яка часто нагадує більш чоловічу: гіпертрофія м'язів, зменшення вторинних статевих ознак, збільшення мезоморфного компонента тілобудови.

2) психічні: переважання якостей, необхідних у спорті: впевненості, мужності, хоробрості, наполегливості.

Описуючи вищезгадані якості необхідно розглянути поняття атлетизму, оскільки воно є важливою характеристикою сучасного спортсмена. Поняття атлетизму може бути розглянутий з кількох аспектів. Атлетизм, або атлетична здатність з огляду на фізичні здібності – це комбінація якостей, таких як швидкість, сила, спритність, що характеризують спортсмена. [2]. У психологічному контексті атлетизм – це психологічна характеристика, що дозволяє людині досягати успіху у спортивній діяльності. Атлетизм має безпосередній вплив на психологію, який виражається у рівні впевненості у собі, мотивації, працездатності та психічної стійкості [6].

Попри те, що атлетизм передбачає вдосконалення десяти ключових компонентів: сили, швидкості, потужності, витривалості, гнучкості, рухливості, спритності, рівноваги, координації та психічної стійкості, чого можна досягти за допомогою поєднання важкої атлетики, кардіотренувань, тренувань на рухливість і психічної підготовки, це поняття дедалі частіше використовується в контексті жіночого спорту [12]. Атлетизм став незамінною умовою успіху в спорті та є одним з компонентів гендерної класифікації видів спорту.

Гендерна класифікація поділяє види спорту на маскуліні, фемінні та андрогінні (загальні для обох статей види спорту) [5]. Чоловікам та жінкам приписують певні психічні якості та властивості особистості [3].

Таблиця 2

Психічні якості, характерні для жінок-спортсменок

Якості, загальні з чоловіками	Жіночі сильні якості	Жіночі слабкі якості
креативність	ніжність	залежність від інших
ентузіазм	розуміння	схильність до скарг
адаптивність	пристрасть	схильність до необґрунтованих змін настрою
ввічливість	співчуття	
відданість		
ефективність		

систематичність		
компетентність		

З огляду на психічні якості (табл. 2), важкими для жінок вважаються види спорту, які найбільшою мірою вимагають маскулітних рис і поведінки: бокс, важка атлетика, боротьба, стрибки на лижах з трампліна тощо. Сприятливими для жінок є ті види спорту, які вимагають тендітності, грації, емоційності, артистизму. Наприклад, фігурне катання, художня гімнастика, синхронне плавання.

Панівними якостями у спорті є чоловічі, оскільки їх сукупність неодноразово утверджувалась як успішний стиль спортивної поведінки. Тому найпростіший спосіб для жінок – це використовувати чоловічий стиль у спорті, особливо в андрогінних видах спорту, оскільки він є загальноприйнятим стилем лідерства.

Спорт оцінює чоловіче тіло вище від жіночого, доказом цього є показники сили та швидкості. Як правило, спорт характеризується як агресивна діяльність, до якої жінки не допускаються, адже ґрунтуючись на суспільних нормах вони повинні бути делікатними. Однак, задля уникнення дискримінації, суспільство має бути готовим до того, що жінки демонструватимуть якості, притаманні до цього лише чоловікам. «Якості, пов'язані зі спортом і маскулітністю, - це си4ла домінування: фізична перевага, насильство, агресія, контроль і перемога.» [4]. Перераховані якості асоціюються з чоловіками та вважаються прийнятними для них, однак створюють погану репутацію для жінок-спортсменок, суперечивши тому, якими їх хоче бачити суспільство [1]. При сприйнятті жінки, що спеціалізується на маскулітних видах спорту, значущість ступеня прояву чоловічих характеристик значно зменшується. Також необхідно зазначити, що якості, що проявляються у зовнішньому виді (атлетична тілобудова, гіпертрофія м'язів тощо), не обов'язково деформують особистість або мають негативний вплив. Те саме стосується прояву жіночих якостей у чоловіків у фемінних видах спорту.

Порівняльне дослідження психологічних особливостей спортсменок з чоловіками, які не займаються спортом, показали шість особистісних відмінностей. Три відмінності належать до типологічних, інші три - до характерологічних. Таким чином, ці відмінності частково вроджені та частково набуті. Результати показали, що спортсменки переважають звичайних чоловіків за показниками активності як властивості темпераменту та емоціональної стабільності. Спортсменки характеризуються більшою силою процесів збудження, темпом реакції, меншою експресивністю та м'якістю у поведінці з оточенням. З огляду на ці характеристики жінки перевершують чоловіків, які не займаються спортом, і, в свою чергу, можуть сприйматись як занадто «чоловікоподібні». Порівняльний аналіз психологічних особливостей показав, що спортсменки займають «проміжне» положення на шкалі маскулітності. Так, вони більш атлетичні в порівнянні зі звичайними чоловіками, але менш у порівнянні з чоловіками спортсменами. Таким чином, спорт сприяє посиленню маскулітності як у чоловіків, так і у жінок.

З огляду на маскулітність, притаманну жінкам спортсменкам, виникає питання зіставлення спортивної діяльності з жіночою психологією та поняттям жіночності. Дослідження показали, що більшість спортсменок відзначила позитивний вплив спорту на формування їхнього характеру: 23% відзначили, що спортивна діяльність сформувала у них прагнення до лідерства. Спортсменки, у більшості випадків, стали більш зібраними, цілеспрямованими та дисциплінованими.

Однак, попри переважання чоловічих якостей у жінок, твердження, що спорт перетворює жінку на чоловіка, не слід вважати раціональним. Психічні якості, що виникають у жінок, більшою мірою залежать від того, до якого виду спорту належить спортсменка. Представницям фемінних видів спорту більш характерні культурологічні мотиви – спілкування, життєві контакти, пізнання світу. Однак, відповідно до опитування, основним мотивом занять у всіх видах спорту є бажання досягти високих результатів, самоствердитись та стати чемпіонкою. Так, 74 % спортсменок, які належать до жіночих видів спорту, задоволені своєю жіночністю, 76% заявили, що мають чудовий вигляд, а 69% вважають себе привабливими для чоловіків. Представниці чоловічих видів спорту (зокрема силові та єдиноборства) вважають, що спортивна діяльність стала причиною формування в них агресивності, а деякі заявили про появу в них жорстокості [11].

На особливості становлення жінки-спортсменки впливає ряд факторів: вид спорту за його фемінними чи маскулітними ознаками може бути прогностичним за подальшим психічним та поведінковим становленням жінки, чоловіча модель поведінки вважається за успішну та лідерську в спорті, за рядом показників психічних якостей жінки-спортсменки можуть перевищувати чоловіків, що не займаються спортом, спортивна діяльність має позитивний вплив на формування психічних якостей жінок, тим самим допомагаючи їм бути більш емоційно стабільними, зібраними, дисциплінованими та вмотивованими.

Висновки:

1. Атлетизм – неодмінною складовою у контексті сучасного спорту, що характеризує як емоційну, так і фізичну складову. Попри те, що атлетизм тісно пов'язаний з якостями, більшою мірою притаманними чоловікам, він набуває все більшого поширення й у контексті жіночого спорту, будучи незамінною складовою спортивних перемог.

2. Зважаючи на вимоги, які висуває сучасний спорт до фізичних та психічних показників, можна зробити висновок, що заняття спортом слугують розвитку маскулітних рис характеру у жінок та зростанню атлетизму у жіночому спорті.

Перспективи подальших досліджень передбачають поглиблення гендерних досліджень у спорті, зокрема фігурному катанні, результати яких можуть стати теоретичною основою концепції гендерного підходу у тренуванні спортсменів.

Література

1. Alotaibi F., Cutting R., Morgan J. A Critical Analysis of the Literature in Women's Leadership in Saudi Arabia. *International Journal of Business Administration and Management Research*. 2017. Vol. 3, no. 1. P. 29. URL: <https://doi.org/10.24178/ijbamr>. 2017.3.1.29 (date of access: 10.01.2024).

2. Athleticism. *Psychology Glossary*. URL: <https://www.psychology-lexicon.com/cms/glossary/34-glossary-a/22218-athleticism.html> (date of access: 10.01.2024).
3. Bell R. Academy USS. A history of women in sport prior to title IX. *Sport J.* 2008;22:1543–9518. Available from: <https://thesportjournal.org/article/a-history-of-women-in-sport-prior-to-title-ix/>
4. Cahn, Susan K. "From the 'Muscle Moll' to the 'Butch' Ballplayer: Mannishness, Lesbianism, and Homophobia in U.S. Women's Sport." *Feminist Studies*, vol. 19, no. 2, 1993, pp. 343–68. *JSTOR*, <https://doi.org/10.2307/3178373>. Accessed 7 Aug. 2023.
5. Cichy I, Dudkowski A, Kociuba M, Ignasiak Z, Sebastjan A, Kochan K, Koziel S, Rokita A, Malina RM. Sex Differences in Body Composition Changes after Preseason Training in Elite Handball Players. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 May 30;17(11):3880. doi: 10.3390/ijerph17113880. PMID: 32486202; PMCID: PMC7312478
6. Definition of ATHLETICISM. *Merriam-Webster: America's Most Trusted Dictionary*. URL: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/athleticism> (date of access: 10.01.2024).
7. Gregg EA, Gregg VH. Women in sport: historical perspectives. *Clin Sports Med*. 2017;36(4):603–610. doi: 10.1016/j.csm.2017.05.001. - DOI - PubMed
8. Michael Boo, *The Story of Figure Skating*. New York: Beech Tree, 1998. ISBN 0-688-15821-8.
9. Pawlowski, B. (2003). Variable Preferences for Sexual Dimorphism in Height as a Strategy for Increasing the Pool of Potential Partners in Humans. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 270, 709-712. <http://dx.doi.org/10.1098/rspb.2002.2294>
10. Pawlowski, C. S, Ergler, C., Tjørnhø, j-Thomsen T., Schipperijn, J., Pawlowski, C. (2015). A qualitative exploration of gendered activity patterns in children's self-organized play during school recess. *European Physical Education Review*, no 21, 275–291
11. Stereotypes in Women's Sports and their Psychological Effects. *DigitalCommons@SHU*. URL: <https://digitalcommons.sacredheart.edu/acadfest/2021/all/47/> (date of access: 10.01.2024). университета ім. П. Ф. Лесцафта, (12 (118)), 266-27
12. The Ten Components Of Athleticism (And Why They Matter To You). *Strength Matters*. URL: <https://strengthmatters.com/what-is-athleticism/> (date of access: 10.01.2024).
13. Ukrainian Figure Skating Federation URL: <http://www.ukrfsf.org.ua/> (date of access: 10.01.2024).

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).26)

УДК 7967012.68

Пождаєв М.Ю.
Старший викладач кафедри
спеціальної фізичної підготовки
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
м. Дніпро

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА І СПОРТ КУРСАНТІВ СИСТЕМИ МВС: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Стаття присвячена аналізу сучасного стану фізичної підготовки курсантів у системі Міністерства внутрішніх справ (МВС). В статті розглядаються основні проблеми, з якими зіштовхуються курсанти під час навчання та підготовки, а також висвітлюються можливі перспективи вдосконалення цього процесу. Автори аналізують різноманітні аспекти фізичної підготовки та спортивної діяльності курсантів, а також пропонують шляхи їх подолання та підвищення ефективності навчання. Робота має важливе значення для розвитку методик та програм фізичної підготовки в системі МВС, сприяючи підвищенню загального рівня фізичної підготовки та професійної майстерності курсантів.

Фізична підготовка курсантів правоохоронних органів є актуальною проблемою, яка вимагає уваги та дослідження. У контексті зростаючої складності та різноманітності завдань, які стоять перед сучасними правоохоронцями, важливо розуміти роль та значення їхньої фізичної підготовки. Визначення основних термінів та понять у цьому контексті дозволить точно розглянути ключові аспекти дослідження. Терміни, такі як «фізична підготовка», «курсанти правоохоронних органів» та «ефективність службової діяльності», визначені і пояснені у вступі, стануть основою для подальшого аналізу та обговорення.

Обґрунтування важливості фізичної підготовки для курсантів правоохоронних органів базується на тезі, що вона не лише сприяє підтримці фізичного здоров'я, а й є ключовим елементом успішної службової діяльності.

Ключові слова: фізична підготовка, курсант, поліція, засоби, методи.

Pozhidayev M. Yu., Physical training and sports of mia cadets: problems and prospects. The article is dedicated to analyzing the current state of physical training among cadets in the Ministry of Internal Affairs (MIA) system. It discusses the main challenges faced by cadets during their training and preparation, as well as highlights potential avenues for improving this process. The authors examine various aspects of physical training and sports activities for cadets, while also proposing ways to overcome challenges and enhance the effectiveness of education. This work holds significant importance for the development of