

- завдяки зростанню інтересу до жіночих єдиноборств, ці види спорту отримують більше медійної уваги та сприяють розвитку спортивної культури серед жінок.

- участь сприяє розширенню горизонтів гендерної рівності та допомагає розбивати стереотипи про те, що певні види спорту відповідають визначеній статі.

Усе це свідчить про важливість та значущість участі жінок у світі єдиноборств, яка не тільки зміцнює їх фізичне здоров'я та ментальну міць, але й впливає на соціокультурні та гендерні норми в сучасному суспільстві.

**Список використаних джерел:**

1. Махінко, М. П., Ставрінов, М. Р., Лукіна, О. В., & Кусовська, О. С. (2015). Історія розвитку олімпійських видів спортивних єдиноборств (боротьби греко-римської, вільної, дзюдо та тхеквондо). Методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів вищої освіти з дисципліни «ТМ боротьби», ТМС обраного виду спорту. Дніпро.

2. Singh, R. M., Skrypchenko, I., Kamo, H., Shopulатов, A., Ahmedov, F., & Hofmeister, M. (2023). Fear of failure and anxiety in kurash athletes: gender and age differences. *Health, sport, rehabilitation*, 9(4), 46-56.

**Юлія Лисенко**

*студентка групи 402-ФС бакалаврату спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»,*

**Тетяна Йона**

*аспірант кафедри фізичної культури та спорту,*

**Анастасія Коваленко**

*викладач кафедри фізичної культури та спорту*

*( Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», м. Полтава, Україна)*

## ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ ТА ПРОЯВИ ЖІНОЧОГО ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ В БІЛЬЯРДІ

*Lysenko Yuliia, Yopa Tatiana, Kovalenko Anastasia. Gender equality in billiards.*

*Key words: billiards, gender equality, women in billiards.*

Питання гендерної рівності в спорті завжди були актуальними, а більярд не виключення. Хоча ця гра вважається як одна з тих, де не існує фізичних обмежень за статевою ознакою, жінки часто залишаються менш представленими на професійному рівні порівняно з чоловіками. Гендерна рівність у більярді стала темою обговорення в останні роки, оскільки жінки часто менш представлені на професійному рівні. Проте, деякі жінки-більярдистки, такі як Ефрен Рейс та Алісон Фішер, досягли значних успіхів і навіть конкурували з чоловіками на професійних турнірах. Зусилля з

просування гендерної рівності в цій галузі включаються зусиллями для збільшення участі жінок у турнірах, рівним спонсорством та просуванням більярду серед жіночої аудиторії.

Гендерна рівність у більярді – це концепція, що визнає рівні можливості, прав та статус для жінок і чоловіків у цьому виді спорту. Хоча більярд традиційно асоціюється з чоловіками, нині спостерігається зростання інтересу до цієї гри серед жінок.

Однією з основних перешкод у гендерній рівності в більярді є стереотипне уявлення, що це чоловічий вид спорту. Проте, існують численні ініціативи та програми, спрямовані на підтримку жінок у більярді та популяризацію цього виду спорту серед них. Деякі з них включають жіночі турніри, тренувальні програми, кампанії з просування та підтримку через медіа.

Більярд, хоч і традиційно сприймається як переважно чоловічий вид спорту, все більше набуває популярності серед жінок. Цей процес відбувається через кілька ключових факторів:

- технічні аспекти (більярд не вимагає фізичної сили або швидкості, що робить його доступним для гравців будь-якої статі);
- стратегія і майстерність (у більярді ключовими є техніка та стратегія, а не фізичні параметри. Жінки можуть успішно змагатися за допомогою стратегічного мислення та точних рухів);
- спільнота і підтримка (з'являються жіночі більярдні спільноти та групи, які надають жінкам можливість обмінюватися досвідом, навчатися і підтримувати один одного);
- розвиток турнірів (жіночі більярдні турніри стають все популярнішими, надаючи жінкам можливість проявити свою майстерність на міжнародному рівні);
- реклама та медіа (популярність жіночого більярду зростає завдяки збільшенню інформації в медіа, рекламних кампаніях і підтримці спільноти);
- спортивна ідентичність (багато жінок відчують себе комфортно у більярдному середовищі, і вони шукають спортивну ідентичність у цій грі).

Таким чином, більярд стає все більш популярним серед жінок, які знаходять у цьому виді спорту можливість для самовираження, розвитку та конкуренції.

Тренування жінок у більярді може мати свої власні особливості, але в багатьох відношеннях вони подібні до тренування чоловіків. Ось деякі аспекти, які можуть бути важливими при тренуванні жінок у більярді:

- техніка: правильна техніка в більярді включає в себе розуміння становища та рухів кия та кулі на столі. Тренери можуть допомогти жінкам вирішити технічні аспекти, такі як візуальний вимір, стійка та підготовка до удару;
- стратегія: розуміння стратегії гри також є важливим аспектом тренування. Це включає в себе вивчення правил, планування кожного ходу та

адаптацію стратегії під час гри;

- концентрація та фокус: тренування жінок може включати в себе вправи з підвищення концентрації та зосередженості, оскільки ці аспекти гри є ключовими для успішної виступів;

- психологічний аспект: деякі жінки можуть зіткнутися з особистими або психологічними перешкодами під час тренувань або змагань[1].

Тренери можуть допомогти їм розвивати стратегії для подолання стресу або тривоги, щоб досягти кращих результатів.

- гра в команді: в деяких випадках жінки можуть відчувати себе більш комфортно в групових або командних заняттях. Гра в більярд у складі команди може сприяти розвитку навичок співпраці та спілкування.

- підтримка та мотивація: важливою частиною тренувань є підтримка та мотивація тренера або співгравців. Позитивне середовище може сприяти більш успішному навчанню та досягненню результатів.

Враховуючи ці аспекти, тренування жінок у більярді може бути успішним і продуктивним, допомагаючи їм поліпшити свої навички та досягти високих результатів у грі.

Важливо також враховувати, що гендерна рівність у більярді відображається не лише на участі жінок у спортивних змаганнях, а й на їхньому представництві в адміністративних та керівництвах спортивних організацій, наукових дослідженнях і різноманітних аспектах спортивної індустрії. Забезпечення гендерної рівності у всіх цих сферах є важливим завданням, сприяючи розвитку більярду як спортивної галузі та розширенню можливостей для всіх його учасників.

Гендерна рівність у більярді є важливою проблемою, яка вимагає уваги та зусиль для вирішення. Хоча деякі жінки-більярдистки досягають великих успіхів, загальна представленість жінок у цьому спорті залишається недостатньою. Для досягнення справедливості та рівних можливостей в більярді потрібно продовжувати здійснювати зусилля для збільшення участі жінок на всіх рівнях гри, розробки програм підтримки та сприяння створенню привітного середовища для всіх гравців, незалежно від їх статі. Тільки за таких умов можна досягти повної гендерної рівності у більярді.

**Список використаних джерел:**

1. Іванченко А. Е., Іванченко Е. І. Гра в більярд (снукер). *Світ спорту*, 2010. № 04. С. 48–53.