

*розвитку службово-прикладних, традиційних та східних единоборств*: зб. наук. пр. за матеріалами XV Міжнар.наук.-метод. конф., присвяч. пам'яті д-ра пед. наук, професора Бізіна Віктора Петровича (м. Харків, 30 листоп. 2021 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Наук. парк «Наука та безпека». Харків, 2021. С.132-136

3. Women Make the News 2018.UNESCO.2018. [Internet source]. – access: URL: <https://webarchive.unesco.org>.

4. Макаревська К. Хто їм заважає? Перешкоди для жінок у спорті та сміливиці, які їх долають. *Гендер в деталях*. 2023.

5. Basaraba E. Why Women Should Not Train Like Men. 2023. [Internet source]. – access: URL: <https://www.fitnello.com>

6. Skrypchenko I. T., Bjelica B., Aksović N. Bullying in modern sports environment: understanding and prevention. *Physical Culture in University Education: World Practice and Modern Trends: a collection of materials from the International Scientific and Practical Conference (Dnipro, April 13, 2023)*. ДДУВС, 2023. С. 69-72

7. Singh, R. M., Skrypchenko, I., Kamo, H., Shopulatov, 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.

**Олександр Косяк**

*викладач кафедри фізичної культури та спорту,*

**Юрій Шавиро**

*старший викладач кафедри фізичної культури та спорту,*

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

## **МІЗОГІНІЯ ТА ПРОФЕСІОНАЛІЗМ ЖІНОК В ЄДИНОБОРСТВАХ**

*Kosiak Oleksandr, Shavyro Yuriy. Misogyny and women's professionalism in martial arts.*

*Key words: misogyny, martial arts, gender equality*

Мізогінія, або ворожнеча до жінок, може проявлятися і в единоборствах, хоча це може бути менш очевидно через фізичну природу цих видів спорту.

Ось деякі аспекти, які можуть включати мізогінію в единоборствах:

1. Жінки у единоборствах можуть стикатися з підвищеними очікуваннями та стереотипами про те, якими вони повинні бути. Наприклад, поширюється думка, що жінка не може бути настільки сильною або витривалою, як чоловік.

2. У деяких випадках жінки в единоборствах можуть стикатися з сексуалізацією або об'єктифікацією свого тіла, яка може впливати на їхню самооцінку та відносини з оточуючими.

3. Існують ситуації, коли жінки зіштовхуються з нерівними умовами в

конкуренції через більш обмежені можливості для тренування, меншу підтримку чи визнання у спортивному середовищі.

4. Жінки у єдиноборствах можуть стикатися зі зневажливими коментарями або критикою, яка базується на їхній статі, замість їхніх спортивних здібностей та досягнень.

5. Деякі жінки недооцінені в спортивному середовищі через свою стать, що може призвести до відмови від визнання їхніх досягнень та зусиль.

Жіночі єдиноборства мають свої особливості, які варто враховувати. У деяких видах, таких як тхеквондо, дзюдо або бразильське джиу-джитсу, існують різні технічні аспекти, що дозволяють жінкам ефективно використовувати свої фізичні можливості.

Важливою особливістю єдиноборств є вагові категорії, що дозволяють забезпечити рівні умови для учасниць. Це допомагає уникнути ситуацій, коли жінки борються з фізично сильнішими суперницями і стимулює здорове змагання. Також жінки використовують різні стратегії та підходи, щоб компенсувати фізичні відмінності. Наприклад, вони можуть використовувати більш гнучкі та технічні методи боротьби та розвивати стратегії, спрямовані на використання переваги в техніці та швидкості.

Успіх залежить від психологічної підготовки спортсменок. Важливою є впевненість у власних здібностях, зосередженість та вміння працювати в команді та з тренером.

Загалом, жіночі єдиноборства відрізняються від чоловічих за рядом аспектів, але вони надають можливість розвиватися фізично, психологічно та спортивно, сприяючи рівній участі в спортивних змаганнях [2].

Боротьба з мізогінією в єдиноборствах важлива для створення сприятливого та справедливого середовища для жінок-спортсменок. Це включає усвідомлення та боротьбу зі стереотипами, підтримку та визнання жіночих команд і спортсменок, а також забезпечення рівних умов для участі та конкуренції.

У світі єдиноборств жінки займають значну роль, і їхня участь стає все більш важливою та визнаною. Вони проявляють високий рівень професіоналізму, витривалості та сили, виконуючи складні техніки та борючись на змаганнях.

Ось деякі ключові аспекти їх участі:

- досягають вражаючих результатів на міжнародній арені. Здобувають медалі на Олімпійських іграх, чемпіонатах світу та інших престижних турнірах.

- жінки-єдиноборці проходять через важку тренувальну програму та демонструють високий рівень техніки, фізичної підготовки та стратегічного мислення під час змагань.

- в більшості єдиноборств існують вагові категорії, що забезпечують рівні умови для учасниць. Це дозволяє змагатися зі спортсменками, які мають приблизно однакові фізичні параметри.

- 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