

Міністерство освіти і науки України
Північно-Східний науковий центр НАН України та МОН України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**75-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

Том 2

02 травня – 25 травня 2023 р.

Полтава 2023

*В.А. Конюхова, студентка групи 101-ФР
О.В. Гордієнко, заступник декана
факультету фізичної культури та спорту
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПАУЕРЛІФТИНГОМ НА ВЕРБАЛЬНУ КОМУНІКАЦІЮ ЖІНОК

Останнім часом дослідники стали приділяти значно більше уваги проблемам жіночого спорту. В умовах загального підходу до спортивного удосконалення розмиваються кордони між жіночими і чоловічими соціальними ролями, статева соціалізація здійснюється стихійно, без належного педагогічного впливу.

Мета нашого дослідження полягає в тому, щоб відповісти на питання, що саме спонукає жінок до занять пауерліфтингом та як впливають ці заняття на вербальну поведінку та самооцінку спортсменок.

У результаті наших досліджень вдалося встановити, що для більшості опитаних жінок-спортсменок (79 %) характерною є висока думка про позитивний вплив занять пауерліфтингом на їхнє здоров'я, зовнішність та привабливість, жінок, які займаються пауерліфтингом, оцінюють спортивну діяльність як важливий елемент стилю життя якого вони не змогли досягти до початку тренувальних занять, але так необхідного для самореалізації.

Під час дослідження також з'ясувалося, що одним із мотивів щодо занять пауерліфтингом є власні амбіції, пов'язані зі спортивною діяльністю. Під час спортивної кар'єри спортсменки набули таких рис характеру, як упевненість та сміливість. Зміна характеру суттєво, в кращий бік, скорегувала як стиль їхнього приватного життя, так і відносини в суспільстві, жінки стали більш комунікабельними, відкритими до спілкування. У таких жінок сформувалася цілеспрямованість, зібраність і дисциплінованість. Це дало нам можливість зробити припущення, що в заняттях пауерліфтингом жінки вбачають можливість змінити гендерні стереотипи і цим полегшити собі життя в сучасному світі.

Значна увага була приділена характеру міжособистісних стосунків у сім'ї спортсменок та їхньої соціально-суспільної ролі. У той час, як стать людини не змінюється, гендерні ролі сконструйовані соціально й можуть певний час розвиватися чи змінюватися, під впливом занять фізичною діяльністю та спортом.

Не дивлячись на існуючі жорсткі вимоги сучасного спорту, спортсменки знаходять можливість поєднувати заміжжя та материнство з успішною спортивною діяльністю. Треба зазначити, що із загального числа опитаних, котрі досягли віку соціальної і фізичної зрілості та перебувають чи перебували в зареєстрованому або громадянському шлюбі (67 %), 47 % мають дітей, а 8 % – навіть двох.

Проаналізувавши результати дослідження, ми дійшли висновку про те, що:

- спортсменки, які займаються пауерліфтингом, оцінюють свою спортивну діяльність як важливий елемент стилю життя, необхідний для самореалізації;

- заняття пауерліфтингом формує в жінок такі риси характеру як упевненість, сміливість, наполегливість;

- жінки, які займаються пауерліфтингом, вдало поєднують спортивну кар'єру, материнство та соціально-суспільну роль;

- труднощі, які виникають під час тренувального процесу та спортивної діяльності в жіночому пауерліфтингу, пов'язані з недостатнім врахуванням гендерних особливостей жінок-спортсменок;

під час роботи з жінками тренери не приділяють достатньої уваги підвищенню психічної стійкості до подолання фізичних і емоційних навантажень.

Література

1. Виничук, Л. А. "Програмування групових занять фітнесом силової спрямованості з жінками першого періоду зрілого віку." (2021).

2. Крисенко, Ю. В. "Репрезентація гендерного концепту жінка у різних типах дискурсу"