

Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014

4. Лисицын Ю.П., Полунина Н.М., Общественное здоровье и здравоохранение, Медицина, 2002 г., 416 стр.

Батыркаев Р.Р., Корепанова Ю.А., Канаев Ю.С., Паначев В.Д.

Пермский национальный исследовательский
политехнический университет,
г. Пермь, Пермский край, Россия

ГЕНДЕРНЫЙ АНАЛИЗ ЗДОРОВЬЕФОРМИРОВАНИЯ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Здоровьеформирование молодежи происходит с учетом гендерного подхода к развитию организма юношей и девушек. Способность организма сопротивляться воздействиям вредных факторов у них различны и определяются генетическими особенностями адаптивных механизмов и характером их изменений в подростковом возрасте.

Ключевые слова: здоровьеформирование, женский спорт, спортсменки, студенты.

Здоровьеформирование во многом зависит от гендерной составляющей развития организма юношей и девушек. Несмотря на стремительное и бурное развитие женского спорта, дать однозначную положительную оценку данному феномену в современном обществе пока невозможно. Видимо, это связано с тем, что влияние занятий спортом на женский организм, психику спортсменки, ее дальнейшую судьбу также далеко не однозначно. Как показывает практика, очень сложно адаптируются к социальной жизни девушки-спортсменки, которые уже в детском возрасте познали радость больших спортивных побед. В таких видах спорта, как гимнастика, фигурное катание, плавание, художественная гимнастика, победителями мировых первенств, олимпийских игр становятся юные спортсменки, начиная с 14 лет. Спортивная карьера в этих видах спорта у многих спортсменок, как правило, заканчивается к 20-25 годам. После окончания спортивных выступлений почти у всех девушек возникает проблема: как жить дальше? Как строить свои отношения вне спорта? Чтобы ответить на эти вопросы и разработать систему интеграции девушек-спортсменок в социальную жизнь, нами было проведено исследование, в котором приняли участие 200 девушек-спортсменок из Москвы, Санкт-Петербурга, Перми и Челябинска. Респонденткам была предложена анкета из 20 вопросов, касающихся жизненных планов, самооценки личностных качеств и выяс-

нения отношения спортсменок к занятиям спортом. В анкетировании приняли участие спортсменки 40 видов спорта. Из них опрошено около 30% спортсменок I разряда и кандидатов в мастера спорта, 20% составили мастера спорта, 16% - спортсменки массовых разрядов. В возрастном аспекте все спортсменки разделились на три категории: до 20 лет - 45% опрошенных; 21-25 лет - 35% и 26 лет и старше - 20% респонденток.

Как показало наше исследование, большинство респонденток (60% опрошенных) начали заниматься спортом еще в детстве, в возрасте до 10 лет. Третья часть спортсменок приступили к спортивным занятиям в 11 -12 лет и только 3% опрошенных пришли в спорт в 15 лет и старше. Полученные нами данные подтверждают современную тенденцию омоложения женского спорта. И это понятно: стремительный рост рекордов вынуждает тренеров привлекать к занятиям спортом детей дошкольного и младшего школьного возраста. Данная тенденция характерна для развития современного спорта, в том числе и международного.

Таблица 1. Возраст спортсменок, заканчивающих спортивную карьеру

Показатели	Возрастные периоды, лет											
	до 15		16-18		19-20		21-25		^26		все-го	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Возраст окончания	21	7	58	20	52	18	67	25	72	2	200	100

Таблица 2. Самооценка спортсменками влияния спорта на их внешность

Изменения во внешности	n	%
Появились диспропорции в телосложении	40	14
Вес выше нормы	24	8
Стала стройнее, выгляжу замечательнее	100	65
Другие изменения	44	13
Всего	200	100

Таблица 3. Определение понятия женственности

Показатели женственности	Количество опрошенных		Место
	n	%	
Приветливость, вежли-	175	62	1
Приятные формы телосло- жения	133	47	2
Сексуальность	124	44	3
Красивая походка	119	42	4

Первые шаги в спорте многое определяют в жизни девочки-спортсменки. В этом возрастном периоде формируются ее мотивация и спортивный интерес, строится система ценностных ориентации, воспитывается спортивный характер, закладываются основы женского здоровья.

Перед тренером стоят трудные и сложные задачи, требующие высокого педагогического мастерства, способности гармонично формировать в девочке-спортсменке и любовь к спорту, и физические качества, и двигательные умения в соответствии с той ролью, которую ей придется в будущем исполнять. В педагогическом арсенале тренера должны быть подобраны разнообразные методы и средства воздействия на физические и духовные качества девочек-спортсменок. И они, конечно, должны быть отличны от системы воспитания и тренировки мальчиков. Эти различия могут быть выражены в нормировании физических нагрузок в особом педагогическом такте, предупредительном отношении тренера, его акцентированном внимании на возрастных особенностях развития психики и физического состояния девочек-спортсменок. Спортивная карьера юной спортсменки не всегда складывается удачно и бывает весьма краткосрочной. Как показало наше исследование, к 20 годам заканчивают активные занятия спортом 46% спортсменок (табл. 1). Причины раннего ухода из спорта у спортсменок разнообразны. У одних это травмы и болезни, у других - спортивные неудачи, неспособность выдерживать высокие спортивные нагрузки, третьи - разочаровались в спортивной деятельности и хотели бы попробовать себя в другом деле, в том числе получить образование, выйти замуж и т.д. Тем не менее, 24% опрошенных и после 20 лет не помышляют о закате своей спортивной карьеры, около 4% никогда не задумывались над вопросом о времени ее окончания и не представляют, когда они покинут спорт. Как правило, это спортсменки, имеющие большой спортивный стаж и высокую спортивную квалификацию. Тем не менее, около 6% занимающихся спортом студенток считают для себя оптимальным закончить спортивные выступления в 23 года. Таким

образом, большинство спортсменок связывают свою спортивную карьеру с определенным жизненным периодом (от младшего школьного возраста до середины студенческого), пока они свободны от семейных обязательств. В планах подавляющего большинства опрошенных после окончания спортивной карьеры выйти замуж. В то же время 21% опрошенных спортсменок уже вышли замуж и оставили спорт. Тем не менее, большинство студенток отмечают положительное влияние спорта на формирование их характера. Благодаря занятиям спортом, как утверждают спортсменки, они стали более коммуникабельны. У них сформировалась целеустремленность, они собраны и дисциплинированы. Особое внимание в исследовании было нами уделено такой черте характера спортсменок, как стремление к лидерству, поскольку, как свидетельствует практика, именно это качество оказывает негативное влияние на прочность семейной жизни спортсменки. Основная часть респонденток утверждают, что именно спортивная деятельность сформировала у них стремление к лидерству. Тем не менее, лидером в семейной жизни пожелала быть только половина опрошенных, другая их половина не хотела бы занимать лидирующее положение в семье. Такая же тенденция в отношении лидерства уже существует в семьях замужних женщин-спортсменок. Учитывая, что для девушки очень важно мнение о том, как она выглядит, а также то обстоятельство, что спорт может специфически повлиять на внешность спортсменки, мы проанализировали их субъективные мнения об оценке своей внешности и влиянии на нее занятий спортом (табл. 2). Как видно из табл. 2, большинство опрошенных респонденток отмечают позитивное влияние занятий спортом на их внешний вид, 65% говорят, что они стали стройнее и выглядят замечательно. Тем не менее, спорт может и отрицательно влиять на внешность спортсменки, об этом свидетельствуют 14% опрошенных, которые утверждают, что их вес стал выше нормы в связи со спортивной деятельностью. Особенно это касается баскетболисток, пловчих и конькобежек. Прежде чем проанализировать самооценку спортсменками своей женственности, мы предварительно выяснили, что они считают показателями женственности (табл. 3). Как видно из табл. 3, понятие женственности спортсменки ассоциируют с приветливостью и вежливостью (I место), приятными формами телосложения (II место), сексуальностью (III место) и красивой походкой (4-е место). В то же время удовлетворены своей женственностью 66% опрошенных спортсменок. Одна треть из них считают, что их женственность нуждается в коррекции, и только 3% респонденток убеждены, что они не обладают таким качеством, как женственность.

Самооценка женственности тесно коррелирует с показателем самооценки своей привлекательности: 87% опрошенных нами спортсменок утверждают, что они нравятся мужчинам, очень маленькая часть

опрошенных (0,7%) ответили, что скорее не нравятся, чем нравятся, затруднились ответить на этот вопрос 11% опрошенных.

Таким образом, проведенный анализ самооценки внешности и привлекательности свидетельствует, что спортсменки довольно высоко оценивают свою женственность и привлекательность. Они не комплексуют по поводу своего высокого роста или избыточного веса и считают, что именно спорт помогает им хорошо выглядеть. По их мнению, они ничуть не проигрывают своим сверстницам в привлекательности, нравятся мужчинам, а значит, занятия спортом только способствуют устройству их женской судьбы,

После завершения спортивной карьеры большинство опрошенных спортсменок хотели бы связать свою дальнейшую жизнь с физической культурой и спортом: 38% намереваются стать тренером, 20% — менеджером, 17% избрали бы профессию инструктора физической культуры, 16% — организатора физкультурно-спортивной работы. С профессией учителя физической культуры связывают свой профессиональный интерес только 4% опрошенных. Нас интересовал вопрос о целях, которые ставили перед собой спортсменки, когда только начинали заниматься спортом. Как показало исследование, в основном это была цель улучшить свое здоровье (1 место), второй целью по степени значимости у спортсменок оказалось желание добиться высоких спортивных результатов, стать мастером спорта, чемпионкой. Третьей по рангу стала цель войти в новый круг общения. Многие из этих целей в конечном итоге были достигнуты. Положительное влияние занятий спортом отметили 65% опрошенных; около 13% респонденток считают, что спорт не оказал на здоровье заметного влияния, но значительно помог здоровьесформированию. В то же время 20% считают, что занятия спортом негативно повлияли на их здоровье из-за травм. Тем не менее 86% спортсменок считают, что решение заниматься спортом было правильным, только 5 девушек из 200 сомневаются в правильности этого решения. Проведенный анализ исследования дает основание для формирования некоторых тенденций, характерных для развития современного женского спорта и гендерного здоровьесформирования:

- краткосрочность спортивной карьеры спортсменок, небольшой спортивный стаж, занятия спортивной деятельностью заканчиваются, как правило, в возрасте до 20 лет;

- резкое омоложение спорта. Большинство спортсменок начинают заниматься спортом еще в детстве, до 10 лет;

- эмансипация спорта, освоение спортсменками нетрадиционных, новых и чисто «мужских» видов спорта связываются с общей тенденцией феминизации общества;

- высокое мнение спортсменок о положительном влиянии занятий спортом на их здоровье, внешность, привлекательность и жен-

ственность;

- ценностное отношение спортсменок к спортивной деятельности, выражающееся в осознании ее высокой значимости на формирование их характера: коммуникабельности, целеустремленности, собранности; в отдельных случаях спорт может формировать у спортсменок и негативные черты характера: агрессивность и жестокость;

- ведущая мотивация начинающих спортсменок определяется их желанием укрепить здоровье, завести новый круг общения. Значительная часть спортсменок начинают заниматься спортом ради достижения высоких спортивных результатов;

- основные цели спортсменок, как правило, реализуются. Женщины, отдавшие много лет спорту, не жалеют о принятом когда-то решении заниматься спортом и считают его правильным.

Полученные результаты позволяют утверждать, что женщины в современном обществе получили новые возможности для реализации спортивных интересов. Есть основания полагать, что после введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО еще больше девушек станут заниматься спортом и здоровьесформированием, что в конечном итоге положительно скажется на демографическую ситуацию в России. Однако необходимо совершенствовать систему спортивных состязаний, смягчать условия спортивной борьбы, разрабатывать особые правила соревнований, гуманизировать женский спорт, защищать гендерную особенность спортсменок, учитывая особую биосоциальную роль, которую они играют в обществе. Они – главный банк генофонда России.

Библиографический список:

1. Паначев В.Д. Физическая культура и спорт – средство социально-педагогического развития личности // Мониторинг качества здоровья в практике формирования безопасной здоровьесберегающей образовательной среды: материалы всерос. науч. практ. конф., г. Волгоград, 25-27 нояб. 2011г. – с. 28-32.

2. Паначев В.Д. К оценке здорового образа жизни в студенческой молодежи // Физическая культура и спорт в структуре здоровьесберегающей системы высшей школы: сб. науч. тр. по материалам междунар. науч.-метод. конф., посвященной 80-летию образования Ставропольского государственного университета 19 апр. 2011г. – с.67-71.

3. Паначев В.Д. Анализ физической культуры и здорового образа жизни. Международный журнал экспериментального образования №4 (2) 2013 Москва С. 40-45