

Юрчик Н.А., канд. пед. наук (Белорусский государственный университет физической культуры)

ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ В ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ

Статья посвящена актуальной проблеме применения гендерного подхода в исследованиях, посвященных организации учебно-тренировочного процесса спортсменов высокого класса в пулевой стрельбе.

The article is devoted to the urgent problem of gender approach in investigations studying educational and training processes organization of top class athletes specialized in shooting.

Изучая состояние и функциональные возможности спортсменов, следует учитывать, что мужчины и женщины имеют определенные различия. Как отмечает польский профессор С. Соха: «Этот успех женщин характеризуется как своеобразный феномен XX века, в котором практика опережает теорию, а общественное мнение не успевает за действительностью. В настоящее время женщины заняли прочное место в международном спортивном движении, активно участвуя в соревнованиях самого высокого ранга. Уровень женских рекордов непрерывно повышается по темпам роста, в ряде видов спорта даже более значительно изменяется, чем в мужских. Тренировочные и соревновательные нагрузки достигли таких величин, что их воздействие на организм спортсменок находится на грани предельных возможностей».

Одной из проблем является научное изучение влияния на женский организм интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле подготовки. Второй, не менее актуальной проблемой можно считать разработку научно-методических основ оптимизации тренировочных нагрузок, позволяющих добиться высоких спортивных результатов без угрозы для здоровья женщины [1].

Однако на современном этапе развития спорта высших достижений высоких спортивных результатов невозможно достичь без комплексного научного обоснования, которое выдвигает перед учеными и практиками ряд актуальных проблем. К сожалению, вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений касаются преимущественно мужчин. Сведения о здоровье спортсменок, об их функциональных возможностях, специфике адаптационных возможностей к экстремальным физическим и психологическим нагрузкам малочис-

ленны и недостаточны по отношению к тому, что еще необходимо узнать об особенностях женского организма, методике тренировочного процесса у женщин. Анализ исследований показывает, что даже самый тяжелый труд не способен вызвать в организме человека таких адаптационных перестроек, какие наблюдаются у высококвалифицированных спортсменок. Это объясняется тем, что интенсивность тренировочной работы сочетается с экстремальными условиями соревновательной деятельности.

Как отмечает З.А. Гасанова [1], перспективы развития женского спорта, вне всякого сомнения, в очень большой мере сейчас зависят от разработки дифференцированной методики построения спортивной подготовки женщин, соответствующей особенностям женского организма и ее психики. Практический опыт свидетельствует о том, что в системе спортивной тренировки часто наблюдается перенос содержания тренировки мужчин без какой-либо специальной корректировки на многие виды женского спорта [1, 4, 5].

Анализ научно-методической литературы позволяет отметить, что современная теория спортивной тренировки не содержит достаточно знаний рационального построения учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменок. Для достижения высоких спортивных результатов без ущерба для здоровья женщины в построении (планировании) учебно-тренировочного и соревновательного процессов спортсменок необходимо учитывать функциональные отличия женского организма от мужского. Это весьма важная и актуальная проблема дальнейшего развития теории и практики спортивной тренировки. Современный уровень знаний в этой области не позволяет в полном объеме определить особенности женского организма, которые обуславливают высокие результаты в различных видах спорта [4]. Практически доступным и объективным методом определения этих особенностей является анализ уровня физического развития, спортивных результатов с точки зрения полового диморфизма [4]. Как известно, в организме человека, независимо от пола существуют определенные показатели, характеризующие строение и функции отдельных органов и систем. В зависимо-

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

сти от пола эти параметры отличаются друг от друга как качественно, так и количественно. Их различия есть те свойства и характеристики размеров и функций, которые включают в себя понятие «половой диморфизм». Одна и та же характеристика будет иметь у мужчины и женщины разные величины и качественные различия. Это – суть полового диморфизма. Половой диморфизм проявляется в размерах, массе, пропорциях тела мужчины и женщины, спортивных результатах [4, 5, 7].

Однако более наглядно эти различия прослеживаются при использовании в исследованиях гендерного подхода, где различия, основанные на половом диморфизме, рассматриваются как совокупность специальных психологических и физиологических особенностей мужчин и женщин.

Гендерный подход включает морфологические, психологические и социально-психологические аспекты. Современный спорт высших достижений представляет собой модель деятельности, при которой двигательная работа систем организма человека протекает в зоне предельных напряжений. Это дает возможность проникнуть в тайны закономерностей механизмов проявления максимальных возможностей в процессе многогранной профессионально-трудовой и спортивной деятельности человека.

Гендерная дифференциация определяется как процесс, в котором биологические различия между мужчинами и женщинами наделяются социальным значением и употребляются как средства социальной классификации. Гендер конструируется через определенные схемы социализации, разделение труда и принятые в обществе культурные нормы, роли и стереотипы, которые в определенной степени формируют психологические качества, способности, виды деятельности, профессии людей в зависимости от их биологического пола [2].

Результаты многочисленных исследований свидетельствуют об анатомо-физиологических особенностях строения и функционирования женского организма, его отличии от мужского в умственной и физической работоспособности. В общебиологическом аспекте женщины по сравнению с мужчинами характеризуются лучшей приспособляемостью к изменениям внешней среды (температурные сдвиги, голод, кровопотери), меньшей детской смертностью и большей продолжительностью жизни [4]. По

результатам исследований ряда авторов отмечено, что для женщин характерны специфические особенности деятельности мозга. Доминирующая роль левого полушария у них проявляется в меньшей степени, чем у мужчин. Женщин отличает высокая способность к переработке речевой информации, овладению родным и иностранными языками, синхронному переводу, а также словесно аналитической стратегии решений и высокой степени регуляции движений. Женщины легче решают стереотипные, а мужчины – новые задачи, особенно в условиях дефицита времени. Женщинам присущ более высокий уровень мотивации, более высокая эмоциональная возбудимость, эмоциональная неустойчивость и тревожность по сравнению с мужчинами. Для женщин характерна высокая чувствительность кожных рецепторов, двигательной и вестибулярной сенсорных систем. Тонкие дифференцировки мышечного чувства способствуют развитию хорошей координации движений, их плавности и четкости, повышению устойчивости вестибулярного аппарата, овладению статическим и динамическим равновесием, формированию сложных двигательных навыков. Женщины обладают острым зрением, высокой способностью различать цвета и хорошим глубинным зрением. Музыкальный слух женщин в 6 раз лучше, чем у мужчин, что облегчает их движения под музыку.

Ряд авторов [5] отмечают, что при сравнении мужчин и женщин одного возраста показатели физического развития у них разные.

В теории и методике физического воспитания термин «физическое развитие» имеет две трактовки: «состояние» и «процесс». Физическое развитие – естественный биологический процесс, отражающий возрастное развитие и признаки влияния факторов окружающей среды; физическое развитие (как состояние) – комплекс признаков, характеризующих моррофункциональное состояние организма, уровень развития физических качеств и способностей, необходимых для жизнедеятельности организма. Показатели физического развития характеризуются соматометрическими величинами – длина, масса тела, окружность грудной клетки; физиометрическими – физическая работоспособность, уровень развития физических качеств; соматоскопическими – развитие костно-мышечной системы, кровенаполнение, жироотложение, половое развитие, телосложение, осанка [3].

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

По результатам исследований в литературе описаны особенности физического развития мужчин и женщин. В среднем женщины ростом ниже мужчин на 10 см [5, 7]. Вес тела женщин меньше, чем у мужчин, в среднем на 10 кг. Мышечная масса у женщин меньше, ее вес не превышает 35 %, у мужчин она достигает 40–45 % от общего веса тела. Соответственно и сила отдельных групп мышц у женщин в 1,5–1,8 раза меньше, чем у мужчин. Жировая ткань у женщин составляет относительно большую часть тела – 28 % (у мужчин – 18 %). Систематические занятия спортом способствуют увеличению мышечной массы, но она не достигает уровня, свойственного мужчинам. Туловище у женщин длиннее, плечи уже, таз шире, ноги и руки короче, общий центр массы тела, играющий большую роль в механизме управления движениями, ниже, чем у мужчин. С возрастом у женщин, особенно тех, кто не занимается физическими упражнениями, показатели физического развития ухудшаются: увеличивается вес, снижается сила мышц, экскурсия грудной клетки, ЖЕЛ и т. д. [5, 7].

Между женщинами и мужчинами имеются также отличия в структуре и функциях внутренних органов, отмечены различия в деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем. Так, сердце женщины по объему и весу меньше мужского на 10–15 %, сердечная мышца сокращается чаще, поэтому в момент сокращения в сосуды выбрасывается меньше крови. Частота сердечных сокращений у женщин выше по сравнению с мужчинами и в среднем составляет 72–78 уд/мин. Сердечные сокращения у женщин слабее, чем у мужчин, что является одной из причин сравнительно низкого уровня кровяного давления. Отмечено, что объем сердца у нетренированных женщин составляет $580 \pm 8,5 \text{ см}^3$, у нетренированных мужчин – $760 \pm 11 \text{ см}^3$, у спортсменок – $716 \pm 10 \text{ см}^3$, спортсменов – $902 \pm 15 \text{ см}^3$ [4, 5, 7].

Ударный объем сердца в покое у женщин на $10-15 \text{ см}^3$ меньше, чем у мужчин, а минутный объем кровообращения – на 0,5–0,8 л/мин [5].

В условиях выполнения максимальной физической нагрузки сердечный выброс у женщин также существенно ниже, чем у мужчин. ЧСС в покое у женщин выше на 10–15 уд/мин. Все это указывает на более низкие функциональные возможности сердечно-сосудистой системы у женщин по сравнению с мужчинами [5].

При исследовании системы внешнего дыхания женщин определяется более высокая глубина дыхания и несколько меньший его минутный объем, чем у мужчин. Тип дыхания у женщин – грудной, у мужчин – брюшной [7]. Приведенные данные свидетельствуют о гендерных различиях в формировании и адаптации сердечно-сосудистой и дыхательной систем спортсменов в различных видах спортивной деятельности, в том числе и в пулевой стрельбе.

Особенности размеров и состава тела определяют и специфические черты вегетативных функций женского организма. Как отмечают авторы [5, 6], дыхание женщин характеризуется меньшими объемом и емкостью легких, более высокими частотными показателями. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) у женщин меньше, чем у мужчин, примерно на 1000 мл.

Для достижения высоких спортивных результатов без ущерба для здоровья в организации учебно-тренировочного и соревновательного процессов спортсменок необходимо учитывать функциональные отличия женского организма от мужского.

Женский организм имеет отличия от мужского не только по морффункциональным признакам, но и по степени развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, координационных способностей. Как утверждают А.С. Солодков и Е.Б. Сологуб, женщины отличаются меньшим развитием качества быстроты по сравнению с мужчинами [5]. Больше времени затрачивается у них на обработку поступающей информации. В связи с этим увеличивается и продолжительность зрительно-двигательной реакции. Максимального значения скорость зрительно-двигательной реакции достигает у женщин в 13 лет (у мужчин – в 15 лет). Статическая выносливость у женщин достигает максимальных показателей к 15–20 годам. Авторы констатируют, что аэробные возможности женщин, оцениваемые по показателю максимального потребления кислорода (МПК), в среднем меньше на 25–30 %, чем у мужчин.

Общеизвестно, что в гендерные различия входит и социальный аспект, в данном случае представленный в спорте высших достижений. Поскольку спорт высших достижений является социальным институтом, то гендерный подход на современном этапе развития стрелкового спорта является актуальным.

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Таблица 1 – Дескриптивная статистика антропометрических показателей женщин (n=16), занимающихся пулевой стрельбой

Показатели		Выборочное среднее, \bar{X}	Размах варьирования, R	Выборочное среднее стандартное отклонение, σ	Стандартная ошибка выборочной средней, $S\bar{X}$
Возраст		21,00	15,00	4,32	1,11
Вес		58,80	21,90	6,30	1,62
Рост	стоя	177,00	13,60	3,91	1,01
	сидя	87,21	7,50	2,16	0,55
Окружность	шеи	32,76	4,10	1,18	0,30
	плеча правого спокойно	25,55	3,50	1,00	0,26
	плеча правого напряжено	27,48	5,40	1,55	0,40
	плеча левого спокойно	25,27	5,20	1,49	0,39
	плеча левого напряжено	27,13	4,60	1,32	0,34
	грудной клетки вдох	90,46	9,90	2,85	0,73
	грудной клетки выдох	80,53	10,10	2,90	0,75
	пауза	84,29	10,00	2,88	0,74
	размах	10,20	2,30	0,66	0,17
	бедра правого	55,20	13,60	3,91	1,01
	бедра левого	54,00	12,70	3,65	0,94
	голени правой	35,59	5,70	1,64	0,42
	голени левой	35,67	5,30	1,52	0,39
	плеча	36,81	3,80	1,09	0,28
	грудная фронтальная	24,48	5,70	1,64	0,42
Диаметрия	грудная сагиттальная	17,52	5,00	1,44	0,37
	тазовая	27,92	5,30	1,52	0,39
	кисти правой	29,17	13,90	4,00	1,03
	кисти левой	25,43	12,30	3,54	0,91
	ЖЕЛ	3478,50	19,33	558,80	143,50

Таблица 2 – Дескриптивная статистика антропометрических показателей мужчин (n=13), занимающихся пулевой стрельбой

Показатели		Выборочное среднее, \bar{X}	Размах варьирования, R	Выборочное среднее стандартное отклонение, σ	Стандартная ошибка выборочной средней, $S\bar{X}$
Возраст		19,00	8,20	2,51	0,72
Вес		72,40	39,00	11,97	3,45
Рост	стоя	175,70	22,70	6,99	2,01
	сидя	91,29	13,50	4,14	1,19
Окружность	шеи	37,67	8,00	2,45	0,70
	плеча правого спокойно	29,53	8,80	2,70	0,77
	плеча правого напряжено	32,06	9,40	2,88	0,83
	плеча левого спокойно	28,96	8,70	2,67	0,77
	плеча левого напряжено	31,46	9,20	2,82	0,81
	грудной клетки вдох	99,16	15,10	4,63	1,33
	грудной клетки выдох	89,06	14,50	4,45	1,28
	пауза	93,15	20,10	6,16	1,78
	размах	10,40	2,80	0,85	0,24
	бедра правого	55,90	15,50	4,75	1,37
	бедра левого	54,48	23,50	7,21	2,08
	голени правой	37,65	8,50	2,60	0,75
	голени левой	37,58	8,00	2,45	0,70
	плеча	39,06	13,50	4,14	1,19
Диаметрия	грудная фронтальная	27,82	6,60	1,90	0,58
	грудная сагиттальная	20,69	6,70	2,05	0,59
	тазовая	27,31	5,50	1,68	0,48
	кисти правой	46,04	32,50	9,97	2,87
Динамометрия	кисти левой	42,46	34,00	10,43	3,01
	ЖЕЛ	4372,61	24,33	745,80	215,30

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Под влиянием занятий спортом разница в функциональных показателях различных систем организма у женщин и мужчин становится еще более существенной. Так, реакция на функциональные пробы с физической нагрузкой у женщин характеризуется более выраженным повышением ЧСС и меньшим подъемом АД, а также более длительным периодом восстановления этих показателей [5].

Исследования многочисленных авторов убеждают в том, что при разработке инновационных технологий в подготовке спортсменов высокого класса оправданным является гендерный подход.

Обследовано 29 квалифицированных спортсменов-стрелков (16 женщин и 13 мужчин) по показателям антропометрии, динамометрии, ЖЕЛ, оценивался уровень их физического развития (таблицы 1, 2) [9, 10, 12].

Было установлено, что данные, характеризующим уровень физического развития, спортсменок-стрелков отличаются от мужчин-стрелков [9, 10].

Возраст спортсменок на момент обследования составил 21 год; масса тела – 58,80 кг; рост – 177 см; динамометрия правой руки – 29,17 кг; левой – 25,43 кг; ЖЕЛ – 3478,50 мл. Если показатели совпадают со средним арифметическим или отличаются от него на величину $\pm 1\sigma$, индивидуальное физическое развитие принято считать средним (типичным). При разнице между показателями от $\pm 1\sigma$ до $\pm 2\sigma$ физическое развитие соответственно выше или ниже среднего, а при разнице от $\pm 2\sigma$ до $\pm 3\sigma$ – высокое или низкое. Полученные данные обследования спортсменок-стрелков (таблица 1) показали, что уровень физического развития женщин-стрелков соответствует высокому.

Используя аналогичные методы исследования, нами оценивался уровень физического развития мужчин-стрелков. Результаты измерений антропометрии, динамометрии, ЖЕЛ мужчин-стрелков показали, что уровень физического развития у них также высокий (таблица 2).

Сравнительная характеристика физического развития мужчин и женщин-стрелков по полученным результатам представлена на рисунке 1.

Изучение средних росто-весовых данных стрелков показывает, что женщины чуть выше ростом и легче мужчин (вес тела у спортсменок 58,80 кг, у спортсменов – 72,40 кг), мышечная сила рук у мужчин больше, чем у женщин, а жизненная емкость легких у мужчин-стрелков

в среднем на 1000 мл больше, чем у женщин-стрелков, из чего следует, что проведенный нами анализ уровня физического развития женщин и мужчин-стрелков показал, что гендерные различия существуют и в стрелковом спорте [11–14].

Приведенные данные свидетельствуют о том, что признаков полового диморфизма (различий по одному и тому же признаку у представителей разного пола) проявляются и для спортсменов-стрелков. Как утверждает Е.П. Брублевский (2002), именно разница в размерах тела (мужчин и женщин) предопределяет их различную работоспособность и может существенно отразиться, в конечном итоге, на росте спортивных результатов.

Это еще раз подтверждает необходимость учета специфики женского организма, обусловленного биологическим циклом, и усиливает важность отдельного подхода к планированию тренировочных нагрузок для женщин-стрелков.

Определив уровень физического развития стрелков, небезынтересно проанализировать их гендерные различия в спортивных результатах.

Примечательно, что если сопоставлять не только рекордные достижения, но и часто демонстрируемые спортивные результаты мужчин и женщин-стрелков, то разница между ними оказывается более значительной, чем при сопоставлении рекордов. При сопоставлении рекордных достижений сильнее сказывается их зависимость от индивидуальных особенностей рекордсменов и рекордсменок и отчетлиwie выявляется общая тенденция различий (в данном случае половых). С достаточным основанием можно считать, что разница между мужскими и женскими спортивными достижениями естественна, закономерна и будет существовать в силу, прежде всего, природных функциональных и морффункциональных особенностей женского и мужского организма.

Проведенный анализ гендерных различий спортивных результатов участников Олимпийских игр 2000, 2004 и 2008 г. по пулевой стрельбе включает результаты финалистов в стрелковых упражнениях, входящих в программу Олимпийских игр. Как известно, в программу Олимпийских игр по пулевой стрельбе входит 11 упражнений (с 2008 года – 10). 7 упражнений у мужчин: МВ-6, МВ-9, ВП-6, ПП-3, МП-6, МП-8, ВП-12 (с 2008 года ВП-12 не входит в программу Олимпийских игр) и 5 упражнений у женщин: МВ-5, МВ-9, ВП-4, ПП-2, МП-5. Сравнительный анализ показывает, что из

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

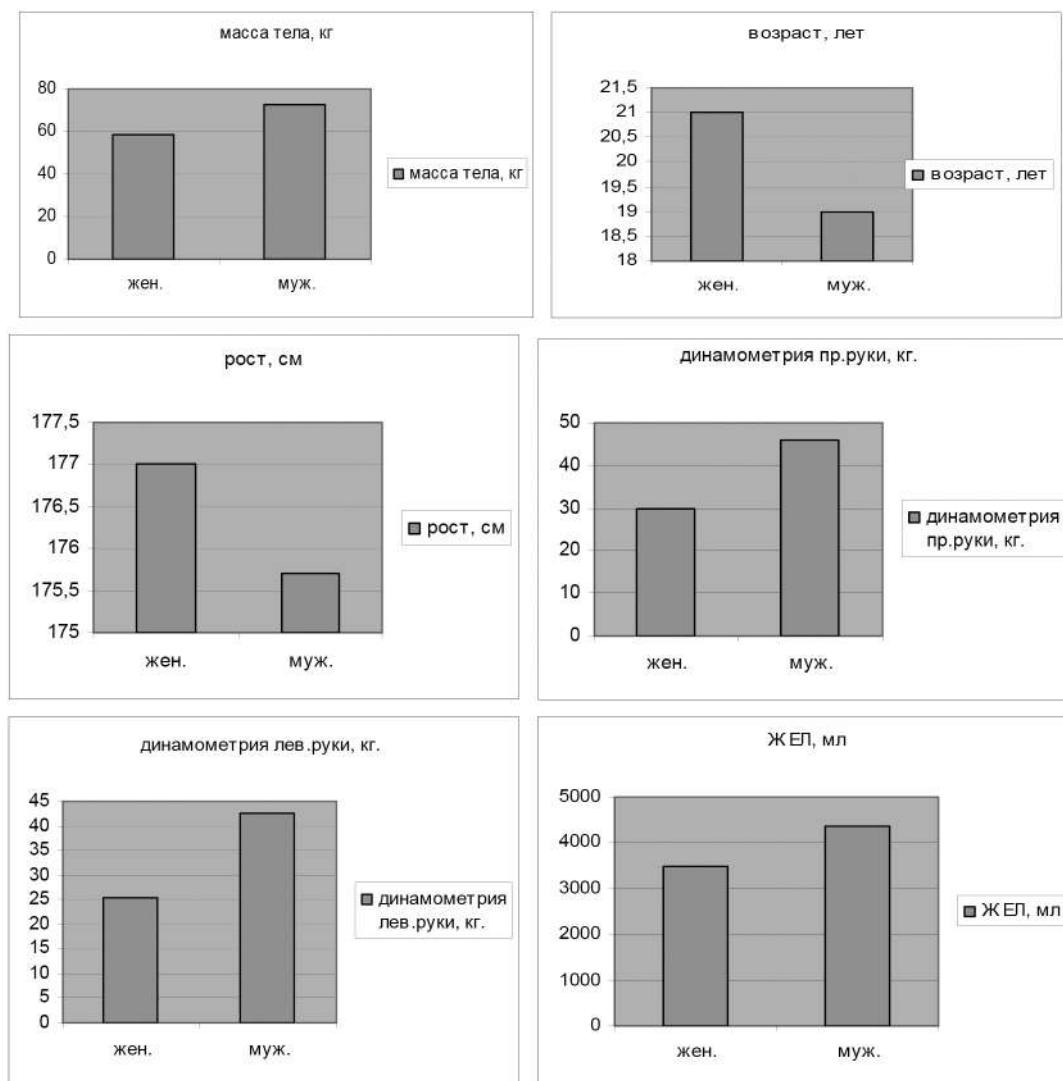


Рисунок 1 – Сравнительная характеристика уровня физического развития женщин и мужчин-стрелков по результатам исследования

7 упражнений, входящих в программу Олимпийских игр среди мужчин, белорусские стрелки завоевали право участвовать в 2000 году в 5 упражнениях, что составляет 71,40 % от общего количества упражнений у мужчин, в 2004 году – в 6 упражнениях (85,70 %), а в 2008 году – в 5 упражнениях (83,33 %).

Рассматривая участие женщин в программе Олимпийских игр по пулевой стрельбе, следует констатировать, что впервые они приняли участие в 1968 году, а с 1984 года в программе появились стрелковые упражнения отдельно для женщин.

Анализируя участие женщин в программе Олимпийских игр, белорусские спортсменки в 2000, 2004 и 2008 г. приняли участие в 2 упраж-

нениях (пистолет) из 5 стрелковых упражнений для женщин, что составляет 40 % от женской программы Олимпийских игр по пулевой стрельбе (таблица 3).

Спортивная практика подтверждает, что результаты выступлений женщин-стрелков отличаются от спортивных результатов мужчин почти в 2 раза.

Для объективной оценки гендерных различий мы приводим анализ выступлений (по завоеванным местам) белорусских стрелков на Олимпийских играх в 2000 (Сидней), 2004 (Афины) и 2008 г. (Пекин) (таблица 4), попавших восьмерку лучших из 390 участников среди мужчин-стрелков и женщин-стрелков в различных стрелковых упражнениях, входящих в программу Олимпийских игр (рисунок 2) [8, 10, 14].

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

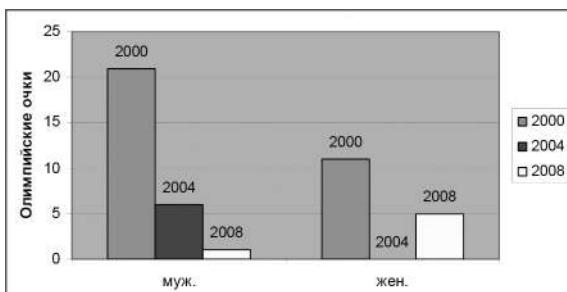


Рисунок 2 – Итоги выступлений белорусских стрелков на Олимпийских играх в 2000 (Сидней), 2004 (Афины), 2008 г. (Пекин) по сумме очков

Следует отметить, что на протяжении трех последних Олимпиад спортсменки-винтовочницы национальной команды Республики Беларусь не завоевывают олимпийские лицензии, в то время как олимпийская программа в стрельбе из винтовки у женщин самая обширная, она включает 3 упражнения: стрельба лежа (МВ-9), стрельба из трех положений – лежа, стоя, с колена (МВ-5) и стрельба из пневматической винтовки (ВП-4).

Данный факт свидетельствует о том, что на протяжении нескольких лет позиции спортсменок-винтовочниц имеют тенденцию к снижению стабильности в спортивной результативности. На наш взгляд, стремительный рост спортивных результатов женщин-винтовочниц возможен при использовании современных знаний теории и методики спортивной тренировки в сочетании со смежными науками: медициной, физиологией. В настоящее время при подготовке женщин-стрелков используется общепринятая методика планирования учебно-тренировочного процесса, присущая мужчинам-стрелкам, где доминирующим направлением является повышение объемов тренировочных нагрузок. В то же время большие объемы тренировочных нагрузок очень часто являются причиной перенапряжения регуляторных систем и истощения адаптационного потенциала женского организма. Это приводит к сокращению сроков выступления высококвалифицированных спортсменок-стрелков и отсеву талантливой молодежи. Многие спортсменки, специализиру-

Таблица 3 – Гендерные различия участия белорусских стрелков в олимпийской программе 2000 (Сидней), 2004 (Афины) и 2008 г. (Пекин)

Виды программы	Пол					
	мужчины			женщины		
	2000	2004	2008	2000	2004	2008
МВ-6	+	+	+			
МВ-5				–	–	–
МВ-9	+	+	+			
МВ-9				–	–	–
ВП-6	–	+	+			
ВП-4				–	–	–
ПП-3	+	+	+			
ПП-2				+	+	+
МП-6	+	+	+			
МП-5				+	+	+
МП-8	+	–	–			
ВП-12	–	+				
Всего, %	5 (71,40 %)	6 (85,70 %)	5 (83,33 %)	2 (40,00 %)	2 (40,00 %)	2 (40,00 %)

Примечание – «+» – участие, «–» – неучастие в Олимпийских играх.

Таблица 4 – Результаты выступлений белорусских стрелков на Олимпийских играх в 2000 (Сидней), 2004 (Афины) и 2008 г. (Пекин) по количеству завоеванных мест и сумме очков

Пол	Завоеванные места																Сумма очков				
	1-е		2-е		3-е		4-е		5-е		6-е		7-е		8-е						
	2000	2004	2008	2000	2004	2008	2000	2004	2008	2000	2004	2008	2000	2004	2008	2000	2004	2008			
Мужчины				1			2	1		1				1				1	21	6	1
Женщины							1			1		1						11	0	5	

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

ющиеся в стрельбе из винтовки, ушли из спорта, так и не показав высоких спортивных результатов, адекватных своим функциональным возможностям, а молодые спортсменки еще не успели достигнуть высокого уровня спортивного мастерства, который необходим призерам и победителям Олимпийских игр [12].

В связи с этим назрела объективная потребность в разрешении вопросов, касающихся организации учебно-тренировочного процесса спортсменок-стрелков. Решать подобные вопросы необходимо, проводя научные исследования с учетом признаков гендерных особенностей. Только такой подход позволит выяснить объективные причины существующих проблем женского спорта. Трудно сказать, будут ли когда-нибудь женщинами превышенены рекорды, установленные мужчинами-стрелками, но современная тенденция эмансипации женщин в спортивной деятельности требует от мужчин значительного прироста их спортивных результатов. Пример тому – пулевая стрельба, где возможность одинаковы как у мужчин, так и женщин.

Таким образом, анализируя данные нашего исследования, тренерам необходимо планировать учебно-тренировочные программы с учетом данных физического развития спортсменов с позиций гендерных различий.

Представленные результаты выступления квалифицированных спортсменов на международной арене являются показательными и имеют весомую значимость в гендерном подходе. Анализ выступления спортсменов-стрелков на 3 последних Олимпийских играх показал необходимость учета гендерных особенностей как социального фактора. Таким образом, спортивные достижения, показанные спортсменами на соревнованиях высокого уровня, дают возможность решать вопросы организации учебно-тренировочного процесса спортсменов с учетом гендерных особенностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гасанова, В.А. Женщина в изначально мужских видах спорта / В.А. Гасанова // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 7. – С. 18–21.
2. Добреньков, В.И. Гендер семья. Родство / В.И. Добреньков, В.И. Кравченко // Фундаментальная социология. – Т. 10. – М.: ИНФРА-М, 2006. – С. 165.
3. Круцевич, Т.Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: учеб.-метод. пособие / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – Киев: Полиграф-экспресс, 2005. – 195 с.
4. Похоленчук, Ю.Т. Современный женский спорт / Ю.Т. Похоленчук, Н.В. Свечникова. – Киев: Здоров'я, 1987. – 189 с.
5. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: Советский спорт, 2008. – 620 с.
6. Соха, Т.К. К проблеме диморфизма в современном спорте / Т.К. Соха // Наука в олимпийском спорте. – 1995. – № 2. – С. 24–30.
7. Таймазов, В.А. Спортивная генетика: учеб. пособие / В.А. Таймазов, Е.Б. Сологуб. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 127 с.
8. Юрчик, Н.А. Особенности построения тренировочного и соревновательного процесса женщин-стрелков / Н.А. Юрчик // Мир спорта. – 2005. – № 1. – С. 9–13.
9. Юрчик, Н.А. Особенности организации учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменок-стрелков / Н.А. Юрчик // Мир спорта. – 2010. – № 2. – С. 8–17.
10. Юрчик, Н.А. Сравнительная характеристика физического развития стрелков / Н.А. Юрчик // Проблемы совершенствования научно-исследовательской и методической работы в сфере физической культуры и спорта: материалы итоговой науч. конф. Академии физ. воспитания и спорта Респ. Беларусь. – Минск: АФВиС Респ. Беларусь, 1992. – С. 109–110.
11. Юрчик, Н.А. Анализ уровня физического развития и результативности стрельбы стрелков высокой квалификации с учетом полового диморфизма / Н.А. Юрчик // Мир спорта. – 2004. – № 3. – С. 37–43.
12. Юрчик, Н.А. Управление работоспособностью квалифицированных спортсменок в стрелковом спорте / Н.А. Юрчик // Мир спорта. – 2006. – № 3. – С. 6–11.
13. Юрчик, Н.А. Влияние циклических изменений функционального статуса на организм женщин-стрелков / Н.А. Юрчик, Е.И. Злобич // Научное обоснование тренировочного процесса в лыжных и стрелковых видах спорта: материалы VIII Междунар. науч. сес. по итогам НИР за 2004 г. «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту» / сост.: А.Л. Смотрицкий [и др.]; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2005. – С. 142–144.
14. Юрчик, Н.А. Особенности адаптации организма квалифицированных спортсменок-стрелков к физическим нагрузкам в пулевой стрельбе в условиях «сбивающего фактора» / Н.А. Юрчик // Актуальные проблемы подготовки резерва в спорте высших достижений: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 11–12 нояб. 2009 г.: в 2 т. / редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2009. – Т. 2. – С. 225–228.

04.01.2011