

13. Antonovsky, A. The Sense of Coherence as a Determinant of Health / A. Antonovsky // *Advances, Institute for Advancement of Health*. – 1984. – Vol. 1. – № 3. – P. 37–50.

14. Леонтьев, Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности / Д.А. Леонтьев // *Психологический журнал*. – 2000. – Т. 21 – № 1. – С. 15–25.

ИССЛЕДОВАНИЕ НЕКОТОРЫХ ВОПРОСОВ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ КАФЕДРЫ СПОРТИВНО-БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К ЗАНЯТИЯМ ДЕВУШЕК

Бульбенова О.Н.,

Конюх-Синица С.А.,

Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»,

Республика Беларусь

В последнее время прекрасный пол все больше вторгается в исконно мужские виды спорта. Представительницы женского спорта показывают высочайшие спортивные результаты, стремительно приближаясь к абсолютным рекордам, установленным мужчинами. Последние Олимпийские игры показали, что по количеству рекордов женщины намного опережают мужчин. Интересно, что и белорусские спортсменки на Олимпийских играх подтвердили эту тенденцию: количество золотых медалей у мужчин составляет 56 %, у женщин – 44 %, серебряных: – М – 60 %; Ж – 40 %, бронзовых: М – 57 %; Ж – 43 %. При этом необходимо учесть, что процентное соотношение мужчин и женщин в национальной команде составляет примерно 75 к 25 %.

Однако за блеском побед и медалей нельзя забывать о том, каким трудом они добываются. Трудно поверить, что женщина останется женщиной, изнуряя себя тяжелейшими физическими нагрузками, и отводя второстепенную роль проблемам здоровья. Мы знаем примеры, свидетельствующие о том, что длительные занятия профессиональным спортом приводят к искажению и деградации личностной сферы спортсменок.

Если вспомнить историю, то цивилизация начиналась с мужских состязательных игр. В современном мире спорт также является эмоциональным центром многих мужчин. Занятия спортом – традиционный способ развития мужественности. Для мальчика это самый действенный способ уйти из мягкого, женственного мира матери в мир вызовов и опасностей, который делает его мужчиной; спорт является цивилизованной заменой войне и сублимирует мужскую агрессию в менее опасные формы. Но все это относится к мужчинам, в особенности, к развитию маскулинности и мужского характера. Если считать, что спорт помогает готовить мужчин к войне, мы должны заключить что то же самое относится и к женщинам. Женщины, с детства занимающиеся спортом, духовно сильнее, мужественнее, чем мужчина, не знающий, что такое спорт. И здесь встает вопрос – что нужно обществу на современном этапе: заботливые матери и хранительницы домашнего очага или же бойцы, независимые личности, непокорные и сильные духом леди? И не превратит ли современный спорт наших женщин в «машины», которые готовы выдержать любые испытания, чтобы добиться наивысшего спортивного результата? А самое главное: как повлияет большой спорт на здоровье женщин и в первую очередь, на ее репродуктивные функции? Эти вопросы являются предметом научных исследований и не имеют однозначного решения.

В данной статье мы рассмотрим ряд вопросов, связанных со спортивной деятельностью женщин.

Что становится причиной прихода девушек в спорт?

В давние времена строгое разграничение половых ролей в обществе не давало женщине возможности проявить себя. Бурный всплеск феминизма привел к социальному взрыву, в результате чего женщина заняла равное положение с мужчинами, в том числе и в желании двигательной активности. Но действительно ли только социальная свобода дала бурный толчок

развитию женского спорта в последнее столетие? По этому вопросу существуют разные мнения. В частности, еще сто лет назад немецкий психиатр О. Вейнингер в своей монографии «Пол и характер» поднимал вопрос о двуполости человека как в морфологических, так и в психологических проявлениях. Он считал, что каждый человек несет в себе сочетание как женственности, так и мужественности [1, с. 29]. Совокупность этих составляющих в широком смысле формирует огромное множество переходных форм с преобладанием одного из начал или равного вклада обоих в общую суть человека. В современном представлении такое гармоничное сочетание двух составляющих называется **андрогенией**. Считается, что в человеческой популяции есть как мужеподобные женщины, так и женоподобные мужчины. Отклонение же от усредненных величин того или иного признака в человеке лежит в основе полового диморфизма, который является главным выражением проблемы пола. Половой диморфизм понимается как расстояние между принятой усредненной нормой и собственной величиной индивида. Он охватывает большое множество соматических и психических качеств человека, начиная с физиогномики (черты лица), телосложения, выраженности вторичных половых признаков, строения и функций внутренних систем организма, кончая психологическими особенностями характера и психосексуальным развитием.

Важен и другой вопрос – откуда у спортсменок появляются, сугубо мужские черты характера: желание лидерства, воля, напористость, агрессивность, низкие чувствительность и эмоциональность?

В наше время научно обоснованы факты изменения полового поведения человека. Еще внутриутробно под воздействием половых гормонов у плода происходит **половая дифференцировка мозга**. Нарушение этого процесса у плодов женского пола вызывает **маскулинизацию** (омужествление) полового центра, что в тяжелых случаях ведет к изменению в дальнейшем свойственного женщине поведения. Изменяются материнский инстинкт, полоролевое поведение, сексуальная ориентация и, что особенно важно, степень двигательной активности. Выяснено, что самцы животных уже с раннего возраста более подвижны, что связано с внутриутробным воздействием половых гормонов на головной мозг. Маскулинизация мозга плодов женского пола может возникать под влиянием половых гормонов извне, некоторых лекарств, стресса. Внутренние призывы «мужского» мозга в детстве могут проявляться у девочки в нарушении полоролевого поведения (мальчишеские игры, лидерство в мальчишеской компании), в более старшем возрасте – в выборе мужских видов спорта (бокс, борьба и др.), а в дальнейшем – и мужских профессий (летчик, моряк, хирург). В сексуальной сфере у таких женщин может снижаться либидо или изменяться половая ориентация [1, с. 34].

Как же происходит становление мужеподобных девушек на всех стадиях формирования пола?

Первая – это *репродуктивная составляющая*. Это – полное соответствие полу анатомического строения половых органов. Однако уже при внутриутробном развитии существуют условия, при которых происходит нарушение формирования первичных половых органов. Следствием ошибки природы, подтвержденной врачами-акушерами, служит появление на свет «девочек» – генетических мальчиков. Такие «девочки» имеют мужские внутренние половые железы, которые, особенно в период полового созревания, секретируют в кровь большое количество мужских половых гормонов – андрогенов. Ошибка природы дает таким «девушкам» свойства мужского организма, так как тестостерон не только стимулирует рост мышечной массы, но и запускает в постнатальном онтогенезе функционирование вегетативных систем, и особенно ЦНС, по мужской программе. В конечном итоге именно андрогены у таких «девочек» и определяют большие силу, выносливость и скорость. Именно эти «девочки» уже в детстве чаще всего и попадают в женский спорт.

Вторая – *общесоматическая составляющая* (соматотип) – соответствующее полу строение и пропорции тела, в первую очередь, соотношение ширины таза и плеч, а также распределение жира и мышц.

Третья – поведенческая и социальная составляющая – это половое сознание и половая идентичность, т. е. ощущение себя представителем определенного пола и наличие у индивида соответствующего полоролевого поведения [1, с. 30].

Тем не менее, не отрицая важность освещенных выше вопросов, одним из ключевых направлений в изучении первопричинного прихода девушек в спорт является мотивация. С целью изучения мотивов и отношения студентов к занятиям девушек единоборствами на кафедре СБЕ и СП было проведено анкетирование студентов. В пилотажном исследовании приняло участие 60 студентов 1–4-го курсов. За основу выборки были приняты следующие признаки: специализация, спортивная квалификация, курс обучения, пол.

На вопрос: «Что явилось побудительным мотивом к началу занятий единоборствами?» ответы студентов и студенток распределились следующим образом:

51,7 % респондентов ответили, что хотят быть сильными, здоровыми и физически развитыми;

28,3 % - чтобы быть первым среди сверстников;

16,7 % - утвердить себя;

3,3 % - попали в спорт совершенно случайно.

Анализируя полученные данные, можно сказать, что мотивы занятия единоборствами как видом спорта у юношей и девушек практически одинаковы. На вопрос: «Как Вы относитесь к занятиям единоборствами девушек?» около 80 % юношей ответили, что относятся к этому положительно, особенно если это не будет негативно влиять на состояние здоровья девушки. В то же время юноши считают, что занятия мужскими видами спорта приводит к формированию мужских стереотипов у девушек, а также к изменению полоролевой функции в обществе. Противоположное мнение о занятиях единоборствами как спортом имеют девушки. Практически все респонденты женского пола положительно относятся к боевым искусствам как к спорту. Более того, 50,3 % девушек считают, что смысл спортивных состязаний в достижении максимального результата, а 80 % получают удовлетворение от самого процесса занятий. При анализе состава респондентов очень резко меняется отношение к занятиям единоборствами девушек у юношей в зависимости от курса обучения: 71,3 % юношей 1–2 курса негативно относятся к данному факту. Наиболее положительно к этому вопросу подходят студенты старших курсов (80 %).

В целом следует отметить позитивное отношение у студентов кафедры спортивно-боевых единоборств и специальной подготовки к проблеме занятий девушек единоборствами. Это положительный фактор, показывающий, что будущие специалисты готовы работать с данным контингентом населения и понимают основные мотивы девушек, побуждающие их заниматься спортивно-боевыми единоборствами.

В то же время практика и опыт общения с ведущими специалистами показывают, что во избежание каких-либо негативных последствий как для организма, так и для психики женщин в условиях тренировочного процесса необходимо учитывать адаптационные возможности женского организма к интенсивным физическим нагрузкам. Также необходимо постоянно совершенствовать правила соревнований (ограничение опасных технических приемов, изменение регламента боя, применение защитной экипировки) и др., что позволит уменьшить негативное влияние контактного взаимодействия, характерного для единоборств.

1. Соха, Т. Женский спорт (новое знание – новые методы тренировок) / Т. Соха. – М.: Теория и практика физической культуры, 2002. – 203 с.

2. Гасанова, З.А. Женщины в изначально мужских видах спорта / З.А. Гасанова // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 7. – С.18–22.