ПРИМАК Д.,
1 курс, 1 група, ФТБ ДТЕУ
Науковий керівник
КОЛУМБЕТ О., *д-р пед. наук, проф. (ДТТЕУ, м. Київ)*

ГЕНДЕРНІ ТА СТАТЕВІ ПИТАННЯ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ

У сучасному світі проблеми здоров'я, пов'язані з недостатньою руховою активністю, стають дедалі більш актуальними [1, 3]. Особливо це стосується людей, які ведуть сидячий спосіб життя, що може призвести до різних захворювань та порушень функцій органів та систем. У цьому контексті виникає необхідність розгляду гендерних та статевих аспектів рухової активності та її впливу на здоров'я (табл. 1).

Таблиця 1

Проблеми здоров'ям пов'язані з недостатньою руховою активністю

Проблема здоров'я	Опис
Збільшення ризику серцево-судинних захворювань	Недостатня рухова активність може призвести до збільшення ризику серцевих проблем
Порушення метаболічних процесів	Сидячий спосіб життя може сприяти розвитку ожиріння та інших метаболічних розладів
Проблеми з м'язовою тонусом та суглобами	Недостатня рухова активність може спричинити зниження м'язового тонусу та гнучкості
Порушення функцій органів	Брак фізичної активності може впливати на роботу різних органів, зокрема, шлунково-кишкового тракту та дихальної системи
Загроза психічного здоров'я	Сидячий спосіб життя може призвести до стресу та погіршення психічного стану

Важливо враховувати, що різні гендерні групи можуть мати відмінності в підходах до фізичних вправ та рухової активності [4]. Наприклад, деякі дослідження показують, що чоловіки та жінки можуть мати різні підходи до вибору видів спорту або типів рухової активності через соціокультурні чинники та власні вподобання [5].

Однією з основних причин недостатньої рухої активності у жінок може бути культурний стереотип, що пов'язується з неприпустимістю активністю жінки у спорті [5]. Також, жінки частіше

стикаються з труднощами у доступі до спортивних і фітнес закладів або можливості займатися фізичними вправами у вільний час через сімейні та домашні обов'язки.

З іншого боку, чоловіки можуть стикатися з тиском соціальних очікувань, пов'язаних з будовою тіла (м'язистість) та високими стандартами фізичної форми, що також може бути стресовим фактором та обмежувати їхню рухову та соціальну активність.

Однак, незалежно від гендерної приналежності, рухова активність є важливою складовою здорового способу життя. Для вирішення цих проблем потрібно сприяти рівному доступу до спортивних і фітнес закладів, пропагувати здоровий спосіб життя та підтримувати ініціативи, спрямовані на залучення всіх гендерних груп до рухової активності. Таким чином, розгляд гендерних і статевих питань у контексті фізичної активності є важливим кроком у покращенні здоров'я населення та розвитку соціальної рівності. Особливу увагу слід звертати на створення сприятливих умов для зайняття спортом і фізичними вправами для всіх гендерних груп, а також на популяризацію ідеї про важливість регулярної рухової активності для збереження здоров'я та підтримки активного та щасливого життя (табл. 2.).

Таблиця 2

Гендерні та статеві аспекти рухової активності

Проблема	Наслідки
Тиск соціальних очікувань на чоловіків	Стрес, обмеження рухової активності, погіршення психічного стану
Рівний доступ до спортивних і фітнес закладів	Забезпечення рівних умов для всіх гендерних груп у зайняттях спортом і фізичними вправами
Пропаганда здорового способу життя	Підвищення свідомості про важливість фізичної активності для всіх
Створення сприятливих умов для занять спортом і фізичними вправами	Забезпечення інфраструктури та можливостей для рухової активності для всіх гендерних груп
Популяризація ідеї регулярної рухової активності	Підтримка активного та здорового способу життя для всіх гендерних груп

Список використаних джерел

1. Грибан В.Г., Мельников В.Л., Хрипко Л.В., Казначеєв Д.Г. Фізичне виховання: підручник. Дніпро: ДДУВС, 2019. С. 18-22.

2. Іванова, О.М. Статеві відмінності в заняттях фізичною культурою серед студентів. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки, (2), 2020. 98-103.

3. Паришкура Ю.В., Вихляєв Ю.М., Томіч Л.М., Супрунюк М. В. Основи психологічної готовності до професії для фахівців фітнесу та рекреації: психолого-педагогічна проблема. К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, Випуск 5 (150) 2022. С. 78-82.

4. Петрова, А. В. Гендерні аспекти фізичної культури та спорту: проблеми та перспективи. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 4(22), 2019. С. 56-61.

5. Smith, J. Gender differences in physical activity levels of adolescents. Journal of Physical Activity and Health, 15(9), 2018. S. 11–12.

ПРОЦЕНКО І.,
2 курс, 10 група, ФІТ ДТЕУ
Науковий керівник
КЛИМЕНКО Г., *канд. наук з фіз. виховання і спорту, доц. (ДТЕУ м. Київ)*

РОЛЬ ТЕХНОЛОГІЙ У РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТУ: СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Спортивний менеджмент – це галузь, що неспокійно розвивається і змінюється відповідно до вимог сучасного світу. З плином часу технології стають ключовим фактором, що впливає на розвиток спортивного менеджменту, прискорюючи процеси, покращуючи ефективність та відкриваючи нові можливості. У цьому контексті дослідження ролі технологій у спортивному менеджменті набуває особливого значення. Ця робота присвячена аналізу сучасних тенденцій використання технологій у спортивному менеджменті та їхнім впливом на розвиток цієї галузі.

Зростаючий інтерес до спорту та його важливе значення для сучасного суспільства робить спортивний менеджмент ключовим елементом організації та управління спортивними подіями та інфраструктурою. В контексті стрімкого розвитку технологій важливо розуміти, які нововведення можуть змінити ландшафт спортивного менеджменту та які виклики це може викликати [1, с. 17].