

**Віталій Грибан**

доктор біологічних наук, професор,  
професор кафедри фізичного виховання  
та тактико-спеціальної підготовки,  
Заслужений працівник народної освіти України,  
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ  
(м. Дніпро, Україна)

**Володимир Мельников**

кандидат біологічних наук, доцент,  
доцент кафедри природно-наукових дисциплін,  
Західно-Казахстанський інноваційно-технологічний університет  
(Уральск, Казахстан)

## **РІВНІСТЬ ПРАВ І МОЖЛИВОСТЕЙ ТА ЯВНА І СХОВАНА ГЕНДЕРНА ОСОБЛИВІСТЬ**

*Hryban V.G. Melnikov V.L. Equal Rights and Opportunities and Overt and Hidden Gender Specificity*

*Key words: Equal Rights, physical education, Gender Specificity*

В сучасному соціумі мають місце зміни, які викликають позитивні емоції, впевненість за наше майбутнє, наприклад, прагнення молоді до оволодіння інформаційними технологіями та їх використання в різних галузях народного господарства для якісного покращення ефективності та умов праці, зростання активності жінок, їх прагнення до оволодіння новими професіями, які в недалекому минулому були характерні лише для осіб чоловічої статі. Все це сприяє розвитку суспільства, перебудові соціальних зв'язків, стиранню жорстких меж між традиційними гендерними ролями. Внаслідок емансипації, сексуальної революції та діяльності феміністського руху спектр свобод для жінок значно розширення життєвого простору індивідуальних здібностей і задатків учнівської та студентської молоді, зокрема дівчат. що в подальшому сприятиме залученню її до заняття фізичною культурою і спортом та зростанню здоров'я нації. Гендер – це соціально- біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначене поняття «чоловік» і «жінка» Основу гендерних відмінностей жінки становлять її біологічні особливості [1].

Природа створила жінку в першу чергу для відновлення людського роду, надала їй материнське чуття, яке охопило не лише дитячу душу, але і весь соціум. Якщо хтось прагне знайти різницю в соціально-психологічних якостях між жінкою та чоловіком, то тоце марна трата часу. Відмінності в руховому апараті жінок, зумовлені їх здатністю до народження дітей. А привабливість та жіноча краса ґрунтуються на своєрідних особливостях обмінних процесів та нервово-ендокринного апарату. Цьому сприяють характерні особливості рухового апарату жінок, відмінності в пропорціях

різних частин тіла: кінцівки у жінок коротші, а тулуб довший, поперечні розміри таза більші, а плечі вужчі. Ці особливості будови тіла обумовлюють більш низьке положення центру ваги, що сприяє кращому збереженню рівноваги. Разом з тим значна ширина тазу знижує ефективність рухів при локомоціях. Завдяки хорошій рухливості і еластичності хребетно-зв'язкового апарату можлива значна амплітуда рухів і гнучкість, що ми бачимо на прикладі гімнасток.

Для жіночого організму у порівнянні з чоловічим характерний більш ранній розвиток фізичних якостей в процесі онтогенезу. Велику роль у формуванні фідмінностей між жіночим і чоловічим організмом відіграє гормон тестостерон. Він регулює формування м'язових волокон, їх силову здатність, а тому м'язова сила у жінок менша, ніж у чоловіків, так як у них тонші м'язові волокна і менша м'язова маса (30-35%, а у чоловіків – 40-45% (відносно маси тіла). Максимальна довільна сила м'язів рук, плечового поясу і тулуба у жінок становить 40-70% від сили чоловіків. При цьому максимальні показники сили досягаються у жінок в 15-16 років (чоловіків – 18-20). Тренованість м'язової сили у жінок теж менша, ніж у чоловіків [2]. Особливо помітна ця відмінність у віці від 16 до 30 років.

Слід відмітити, що жінки володіють великою аеробною витривалістю, проте при менших розмірах тіла вони мають і менший розмір серця і легенів. Максимальні показники загальної витривалості досягають у жінок до 18-22 років, швидкісна витривалість до 14-15 років, статична - до 15-20 років.

Особливості розмірів тіла визначають і специфічні риси вегетативних функцій жіночого організму. Дихання у жінок частіше, дихальний обсяг – менший. Життєва ємність у жінок в середньому на 1000 мл менша, ніж у чоловіків. При максимальному навантаженні максимальна вентиляція легень у жінок становить 100 л / хв, що складає 80% від значення у чоловіків .

В системі крові жінок відзначена особливість кровотворної функції. При однаковому у осіб обох статей числі лейкоцитів і тромбоцитів жіночий організм характеризується меншою кількістю еритроцитів, гемоглобіну і міоглобіну. Менший у жінок і об'єм циркулюючої крові на 1 кг маси тіла [3].

Взагалі ж вважається, що чим ближче конституційний тип жінки до чоловічого, тим вищих спортивних результатів вона добивається [4, 5]. Не випадково серед спортсменок високого класу так багато маскулінних: 70-90%.

Згідно з постановою 1968 р. медичної комісії Міжнародного олімпійського комітету, а також більшості міжнародних спортивних федерацій, на олімпійських іграх, чемпіонатах світу та континентів в обов'язковому порядку проводиться контроль жінок-спортсменок на статеву приналежність. Цей контроль визначається за допомогою цитогенетичних методів. Викликано це тим, що в попередні роки рекордні досягнення в жіночому спорті показували особи з порушеннями статевого диференціювання, а саме гермафродити (несправжній чоловічий

гермафродитизм).

За даними М. А. Налбандяна, отриманими при обстеженні 12 тисяч спортсменок різного віку та спортивної кваліфікації, що займаються різними видами спорту, частота порушень статевого диференціювання становить 1 випадок на 700-800 спортсменок, в той час як в загальній популяції - 1 випадок на 20 000 жінок. Вміст тестостерону у жінок з порушенням статевого диференціювання відповідає нормі у чоловіків. Виходить, що ці спортсменки весь час знаходяться під гормональним впливом анаболітиків, тільки природного походження. Крім того, вони мають підвищену чутливість до чоловічого статевого гормону, який міститься в анаболітиках, що дає їм ще одну перевагу в разі їх використання.

Для морфології тіла таких спортсменок характерні високий зріст і астенічні пропорції тіла. Кисть масивна з вираженими епіфізами. Показники динамометрії високі. При психологічному обстеженні у гермафродитів цього типу виявляються чоловічі риси характеру, відсутність жіночності, м'якості в поведінці. Вони характеризуються незалежністю, своєрідністю суджень, неконтактністю, холодністю, впевненістю в собі. Вони вибагливі у виборі подруг, поводяться з ними як лідери.

Таким чином при гермафродитизмі окрім чоловічого та жіночого гендерів має місце гермафродитний гендер, що слід враховувати в теорії та практиці фізичного виховання і спорту. При відборі дівчат для занять спортом необхідно враховувати фактори ризику, що збільшують можливість розвитку патології репродуктивної функції і відхилень з боку інших систем організму в фертильному віці.

#### **Список використаних джерел:**

1. Грибан В.Г., Мельников В.Л., Хрипко Л.В., Казначеев Д.Г. Фізичне виховання: Підручник. Дніпро: ДДУВС, 2019, 232 с.
2. Joksimovic M. et al. Gender differences in development of explosive power and rapidity in schoolchildren aged 14-15 years old. *Uluslararası Anadolu Spor Bilimleri Dergisi*. 2018. Т. 3. №. 2. С. 294-304.
3. Kaur D. et al. Analysis of platelet count among female athletes of volleyball, judo, and football: a comparative study. *Health, sport, rehabilitation*. 2022. Т. 8. №. 4. С. 47-57.
4. Skrypchenko I. et al. Significance of anthropometric characteristics of Olympic sailors and their functional position in boat for relation to racing success. *VIREF Revista de Educación Física*. 2022. Т. 11. №. 4. С. 83-102.
5. Pavlović R. et al. Detection of female volleyball player body composition using bioelectric impedanse analysis: cross-sectional study. *Health, sport, rehabilitation*. 2022. Т. 8. №. 1. С. 28-38.