

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
І СПОРТУ УКРАЇНИ
КАФЕДРА ПРОФЕСІЙНОГО, НЕОЛІМПІЙСЬКОГО ТА
АДАПТИВНОГО СПОРТУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістра

за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт,

освітньою програмою «Спорт»

на тему: **«ЧОЛОВІЧА ХУДОЖНЯ ГІМНАСТИКА ЯК НОВІТНІЙ ТРЕНД**
МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО РУХУ»

здобувача вищої освіти другого
(магістерського) рівня
Авдеєнко Олександр Андрійович

Науковий керівник:
Кропивницька Тетяна Анатоліївна,
к. фіз. вих., доцент

Рецензент: Салямін Ю. М.,
к. п. н., доцент, завідувач кафедри
спортивних видів гімнастики

Рекомендовано до захисту на засіданні
кафедри (протокол
№ 3 від 28 листопада 2022 р.)

Завідувач кафедри: Матвеев С.Ф.
кандидат педагогічних наук, професор

(підпис)

Київ – 2022

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ		5
ВСТУП		6
РОЗДІЛ	1 ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ	
	1.1 Історичні витоки формування художньої гімнастики як виду спорту	9
	1.2 Фактори розвитку виду спорту та особливості появи нових дисциплін	12
	1.3 Вплив соціуму на динаміку розвитку спорту	14
	1.4 Специфіка розвитку ключових фізичних якостей в художній гімнастиці та їх відмінність у чоловіків та жінок	19
	Висновки до розділу 1	25
РОЗДІЛ	2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	
	2.1 Методи дослідження	26
	2.1.1 Аналіз літературних джерел, документальних матеріалів та інформації мережі інтернет	26
	2.1.2 Анкетування	26
	2.1.3 Інтерв'ю	27
	2.1.4 Соціологічне опитування	27

	2.1.5	Метод математично-статистичної обробки даних	27
	2.1.6	Порівняння	28
	2.1.7	Відеоаналіз	28
	2.2	Організація дослідження	28
РОЗДІЛ	3	ДОСВІД СВІТОВИХ ЛІДЕРІВ У РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ	
	3.1	Характеристика японської школи чоловічої ритмічної гімнастики	30
	3.1.1	Організаційне забезпечення	34
	3.1.2	Матеріально-технічне та кадрове забезпечення	36
	3.1.3	Правила та система змагань японської художньої гімнастики	37
	3.2	Іспанський напрямок розвитку чоловічої художньої гімнастики	46
	3.2.1	Організаційне забезпечення іспанського напрямку	47
	3.2.2	Матеріально-технічне та кадрове забезпечення іспанського напрямку	48
	3.2.3	Правила та система змагань	50
		Висновки до розділу 3	52
РОЗДІЛ	4	ОБҐРУНТУВАННЯ АКТУАЛЬНИХ ПРОБЛЕМ ТА ПЕРСПЕКТИВ РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ	

4.1	Сприйняття суспільством чоловічої художньої гімнастики	54
4.2	Актуальні проблеми та перспективи розвитку чоловічої художньої гімнастики	61
	Висновки до розділу 4	63
РОЗДІЛ	5 АНАЛІЗ ТА ОГОВОРЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ	64
	ВИСНОВКИ	70
	ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	72
	СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	73
	ДОДАТОК А	85
	ДОДАТОК Б	87
	ДОДАТОК В	88
	ДОДАТОК Г	90

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

KЗ— координаційні здібності

XГ— художня гімнастика

РГ— ритмічна гімнастика

ЗФП— загальна фізична підготовка

СФП— спеціальна фізична підготовка

FIG— Міжнародна федерація гімнастики

D— Оцінка складності програми в художній гімнастиці

E— оцінка виконання програми в художній гімнастиці

A— оцінка артистичності виконання програми в художній гімнастиці

DB— елементи складності тіла

DA— елементи складності з предметом

R— ризик (динамічний елементи художньої гімнастики, що включає в себе високий кидок предмету та виконання послідовної комбінації акробатичних рухів під ним)

W— хвилеподібний компонент програми художньої гімнастики

HPSC/NTC— Національний тренувальний центр Hyper Performance Sports Center

JGA— японська асоціація гімнастики

RSGF— Національна федерація гімнастики Іспанії

FGF— Національна федерація гімнастики Франції

ФГУ— федерація гімнастики України

СК— спортивний клуб

ВСТУП

Актуальність. На сьогоднішній день художня гімнастика являє собою складно-координаційний вид спорту, що входить до переліку дисциплін літніх Олімпійських Ігор, де офіційне право тренуватися та змагатися мають представниці виключно жіночої статі [8]. На сучасному етапі міжнародного спортивного руху не залишилося майже жодного виду спорту, в якому порушено принцип олімпізму щодо будь-якого прояву дискримінації за гендерною та статевою приналежністю. Проте, не зважаючи на чітко описані цінності олімпійської хартії, соціум, гімнастична спільнота та вищі спортивні організації і до нині категорично скептично ставляться до напрямку чоловічої художньої гімнастики.

Міжнародна федерація гімнастики (FIG) є головним керівним органом спортивних видів гімнастики у всьому світі. На офіційному сайті FIG вказано, що в перелік визнаних видів спорту входять наступні: гімнастика спортивна, гімнастика художня, спортивна акробатика, спортивна аеробіка, стрибки на батуті, паркур. Всі вищеперелічені види спорту, окрім художньої гімнастики, включають в себе змагальні дисципліни як для спортсменів, так і для спортсменок.

Цікаво те, що художня гімнастика історично бере свій початок з основ школи рухів балету, де з покон віків були втілені образи на базі і жіночих, і чоловічих партій. Також до аналогічних прикладів чоловічих спортивних артистичних дисциплін можна віднести надпопулярне чоловіче фігурне катання, бальні танці, спортивну акробатику й навіть нещодавні зміни в синхронному плаванні, які дозволили чоловікам брати участь в парній дисципліні [28].

Важливо зазначити, що в останні 30 років, попри всі засудження в художній гімнастиці поступово розвиваються змагання серед чоловіків, а саме японський та іспанський напрямки. Між собою вони мають суттєві відмінності: іспанська чоловіча художня гімнастика почала розвиватися на початку 2000-х

років та за правилами повністю ідентична жіночій. Натомість японська школа чоловічої художньої гімнастики має глибшу історію, в її основу покладено рухи традиційно японських національних бойових мистецтв; замість звичних обруча, м'яча, булав та стрічки спортсмени використовують два малих кільця (імітація обруча), палка - 90-сантиметрова тростина, збільшені у вазі булави та більш звична для глядача скакалка. Також японські гімнасти змагаються в двох дисциплінах: індивідуальні та групові вправи [107].

Задля забезпечення розвитку чоловічої художньої гімнастики важливо сформувати адекватне сприйняття у суспільстві даного напрямку, сприяти підготовці кваліфікованих кадрів (тренерів, суддів) та популяризувати цей вид спорту.

Мета дослідження - обґрунтування перспектив розвитку чоловічої художньої гімнастики на сучасному етапі міжнародного спортивного руху.

Завдання:

1. Проаналізувати передумови виникнення розвитку чоловічої художньої гімнастики в світі.
2. Здійснити порівняльну характеристику японської та іспанської шкіл чоловічої художньої гімнастики на сучасному етапі.
3. Оцінити сприйняття суспільством чоловічої дисципліни художньої гімнастики.
4. Визначити актуальні проблеми та перспективи розвитку чоловічої художньої гімнастики.

Об'єкт: чоловіча художня гімнастика.

Предмет: проблеми та перспективи розвитку чоловічої художньої гімнастики в різних країнах.

Методи дослідження: науково-методичний аналіз літературних та Інтернет джерел, анкетування, відеоаналіз, експертне опитування, математично-статистична обробка даних, соціологічне опитування, порівняння.

Наукова новизна:

- вперше досліджено напрямок чоловічої художньої гімнастики;
- вперше розкриті проблеми гендерної нерівності в художній гімнастиці на сучасному етапі міжнародного спортивного руху.

Практична значимість. Результати дослідження можуть бути використані:

- в роботі федерацій художньої гімнастики на національному та регіональному рівнях;
- центральним органом виконавчої влади в художній гімнастиці— FIG;
- Спортивним комітетом України при розробці стратегій розвитку неолімпійських видів спорту в Україні;
- спортивними клубами різних форм власності, дитячо-юнацькими спортивними школами для поширення надання спортивних послуг;
- закладами вищої освіти України у навчальному процесі студентів.

Структура та обсяг магістерської роботи. Кваліфікаційну роботу викладено на 90 сторінках друкованого тексту. Робота складається зі вступу, 5-ти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаних літературних джерел і додатків. Список літератури складається з 109 джерел. Матеріали дослідження містять 6 таблиць та 5 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

1.1 Історичні витоки формування художньої гімнастики як виду спорту.

Художня гімнастика — олімпійський вид спорту, класифікований як складно-координаційний, сутність якого полягає у виконанні послідовності комбінації елементів тіла та предмету (скакалка, обруч, м'яч, булави, стрічка) під музичний супровід. Наразі розрізняють індивідуальні та групові виступи [29, 31].

Витоки художньої гімнастики мають декілька корінь, що в майбутньому сприяли зародженню та становленню виду спорту на світовому рівні [62]. Зачинателем перших натяків на формування нової школи рухів, що притаманна художній гімнастиці, прийнято вважати Франсуа Дельсарта- французький актор та педагог драматичного мистецтва та дикції. В своїй роботі Дельсарт досліджував закони виразного жесту, а пізніше йому вдалося винайти цілу систему виразної гімнастики, яка об'єднувала віртуозні навички володіння голосом, жестами та позами тіла. На практиці ним були класифіковані понад 250 рухів руками, головою й навіть деталізовано описані різновиди поглядів. Сукупність жестів Дельсарт розподіляв за трьома ознаками: семіотика (відображення внутрішньому душевному стану), статика (володінням тіла та рівновага), динаміка (структура послідовності рухів у комбінації). Серед його важливих відкриттів неможливо не приділити увагу тому, яку цінність Дельсарт надавав виразності. За методикою французького актора всі прояви виразності можна класифікувати за трьома ґрунтовними принципами:

- принцип взаємодії та взаємозв'язку між рухами та емоційним наповненням виконавця;

- принцип протиставлення в русі (застосування різнойменних частин тіла при пересуванні в просторі);
- принцип повного включення всіх м'язів та більшості суглобах, що сприяє збільшенню амплітуди виконання рухів [46, 48, 72].

Основоположними передумовами, що вплинули на зародження сучасної художньої гімнастики, слід вважати візити в Росію професора Женевської консерваторії Емілія Жака Далькроза на початку ХХ століття. На той момент його ідеї були сконцентровані навколо розвитку музичності, поєднанні фізичного та інтелектуального розвитку засобами ритмічної гімнастики. Його погляди на методику розвитку фізичних здібностей тісно переплітаються з філософією підходу до фізичної культури Античної Греції. Композитор за основу взяв вправи оркестрики, додавши елементи ритміки, пластики, імпровізації, музичні вправи на тренування слуху, сольфеджіо. Ритмічна складова рухів стала поштовхом до передумов зародження ритмічної гімнастики [52]. Найбільшим досягненням Е. Ж. Далькроза стало відкриття Інституту ритму у німецькому місті Хелерау. Програма занять була насичена - студенти відтворювали рухи малоритму, динаміки, темпу й навіть відтінки музичного звучання. Спрямованість комплексу полягало у системному виконанні симбіозу простих та координаційно ускладнених комбінацій рухів. Чимало часу приділялося і вправам на увагу. Такий глибокий систематизований підхід Далькроз орієнтував та позиціонував у якості засобу загального виховання адаптований для використання широкою публікою, адже гармонійний фізичний, художній й розумовий розвиток є необхідними для кожної людини [46].

Описуючи історію та напрямки, що сприяли зародженню художньої гімнастики, автори Нестерова та Міронова відмічають суттєву участь російського педагога-лікаря Лесгафта П. Ф. В 70-ті роки ХІХ століття у своїх працях вчений запропонував методику тренувань, за допомогою якої підвищувався рівень володіння та управління ступенем напруженості м'язів в момент часу. В основу

даної методики було покладено ідею економізації витрат енергії та оптимізація рухів у просторі та часі. Завдяки його наробітками гімнастичні рухи будувалися на принципах відповідності анатомо-фізіологічних показників [33].

Чималий внесок у наповнення та формування художньої гімнастики додав фізіолог і педагог з Франції Жорж Демені. У своїй практиці він застосовував новітній на той час принцип чергування динамічних вправ на розтягування та розслаблення м'язів, танцювальних комбінацій з предметами, що сприяють розвитку спритності, формують естетику руху, поєднуючи у вправі пластичність та граційність виконання. Серед використовуваних предметів Жорж Демені застосовував вінки, палаці-тростини, булави. Всі гімнастичні вправи за методикою педагога мали бути амплітудними, різноманітними, природньо динамічними, вільними - позбавлені зайвого напружені в тілі [43, 46].

На початку ХХ століття відкриттям в індустрії руху та найбільш потужним поштовхом до переосмислення естетики танцю, його форми, стали революційні на той час виступи американської акторки і танцюристки Айседори Дункан. Її новаторський погляд на втілення індивідуально неповторного образу на сцені мовою рухів тіла задали тенденцію активного пошуку нової форми виразу внутрішнього світу на публіку. Джерелом її натхнення на втілення нових ідей у танці прийнято вважати природу. Творча індивідуальність та свобода самовираження були основами філософії її перформансів. Щоразу, демонструючи свої виступи, танцюристка експериментувала із костюмами, музикою, реквізитом. В своїх виступах вона неодноразово використовувала шарф, що в майбутньому стане своєрідним прототипом сучасного виступу гімнастки із стрічкою [49, 70].

Спеціалізованої методики та системи навчання від Айседори Дункан не існує і до нині, проте головний її посил стимулював глядачів та діячів індустрії до пошуку та освоєння нових вправ, кардинально інших підходів до творчості. Таким чином її діяльність надихнула багатьох розширити кордони мислення, що

в подальшому надало можливість перейняти й закласти міцний фундамент для розвитку художньої гімнастики. В той період більшість захопилася образом та проявом вільної жіночності у рухах, пластичністю та лініями тіла в русі. Саме це в певній мірі відсторонило участь представників чоловічої статі в освоєнні нового виду спорту.

1.2 Фактори розвитку виду спорту та особливості появи нових дисциплін

Реалії сьогодення в рамках міжнародного спортивного руху диктують його учасникам досить високий ритм змін та швидку динаміку розвитку. Як відзначають дослідники, за останній час спортивними організаціями було винайдено та успішно організовано чимало нових комплексних змагань високого рівня [27]. Це неодмінно спонукає до активного пошуку та втілення нових ідей щодо розширення можливостей в сфері спорту.

Серед основних факторів, які мають позитивний вплив та визначають розвиток певного виду спорту або окремої дисципліни, спеціалісти виділяють наступні:

- Кадрове забезпечення виду спорту (під цим розглядається підготовка спеціалістів тренерів, суддів, менеджерів, кваліфікованих лікарів, реабілітологів, наукові-методичні дослідники тощо);
- Наявність інфраструктури (змагальна діяльність, ліцензування спортсменів, тренерів, суддів, відповідна налагоджена комунікація між федерацією, клубами, спортсменами, тренерами);
- Матеріально-технічне забезпечення (достатня кількість відповідних нормам та стандартам спортивних об'єктів для тренувань та організації змагань, наявність необхідного спортивного обладнання, спеціального інвентарю);
- Стабільне фінансування (залучення інвестицій, зацікавленість з боку державного бюджетування, спонсорські програми);

- Наявність організаційної структури управління (вертикаль керівництва в ролі міжнародної та національної федерації, чітка робота їх членів);
- Популярність виду спорту, його актуальність (поширення зацікавленої активної цільової аудиторії спортсменів та глядачів виду спорту/дисципліни засобами масової інформації, медіа, інтернет сайтів, платформ, маркетингові методи та практики залучення тощо) [19, 37].

Відповідно можна виділити шість основних груп факторів, що визначають динаміку розвитку нового напрямку в спорті. Це підкреслює важливість комплексного підходу у вирішення задач даного характеру, адже кожна з перелічених складових є невід’ємним елементом цілісного процесу [67].

В своєму дослідженні щодо джерел та чинників, які впливають на появу нових дисциплін та форм фізичної активності, Міронова Т. А. серед особливостей розвитку нових видів спорту виділяє сім характерних ознак:

- Оригінальний вид спорту, не схожий на інші (наприклад спортивна гра “Яджент”);
- Модифікація або видозміна вже існуючої дисципліни;
- Мікс та злиття відомих традиційних видів спорту (наприклад біатлон);
- Міграція виду спорту з виключно національної/народної дисципліни у міжнародну (наприклад Айкидо, що заздалегідь було виключно японським видом спорту);
- Реалізація потреби екстремальності в спорті (наприклад вейкбординг);
- Види спорту, що органічно виникають через динаміку розвитку науково-технічного прогресу (наприклад перегони на аквабайках, флайборд, кіберспорт);
- Поява нових дисциплін в традиційних видах спорту, що викликана потребою у реалізації гендерної рівності в сфері спорту [44].

До останньої групи фахівці відносять ті види спорту, в яких ще відносно не так давно жінки не мали можливості брати участь у змаганнях, а іноді й тренуватися. Наприклад важка атлетика, хокей, футбол, регбі, бокс, спортивні єдиноборства — всі ці види спорту ще донедавна обмежували жінок у правах. З часом активізувався рух, що підтримує й відкриває можливості для спортсменок будувати свою кар'єру на високому професійному рівні, незважаючи на засудження, переконання та неприйняття патріархальним соціумом нововведень.

Аналіз науково-методичної літератури даного дослідження показав, що деякі автори виділяють окрему групу деструктивних факторів розвитку спорту. Ознаками негативних чинників впливу на спорт Лукашук В. І. у своєму дослідженні описує наступні: соціальний та ідеологічний тиск, негативні наслідки індустріалізації, маніпуляції з боку політичної сфери впливу, нав'язування відповідних ідеологічних норм, ринкові відносини, комерціалізація спорту, посилення бюрократичного контролю організаційної структури індустріального суспільства та його окремих інститутів [36].

1.3 Вплив соціуму на динаміку розвитку спорту

За останні десятиліття спорт перетворився на багатофункціональне явище, в якому переплітаються процеси культурного, економічного й соціального характеру. Наслідком активного розвитку спорту виступає формування в суспільстві окремого спектру соціально зумовлених потреб. В свою чергу такі потреби стимулюють виникнення умов для інтенсивного розвитку дослідницької діяльності в спортивній галузі, пояснюючи появу нових рушійних сил в спорті та визначаючи місце і роль спорту в суспільстві [63]. Люта Л. П. в своєму дослідженні підсумовуючи виділяє три характерні риси сфери спорту, які підтверджують сформованість галузі в окремий соціальний інститут, що відповідає усім вимогам інституалізації:

- Наявність соціальних функцій (соціальна, соціоемоційна, виховна, оздоровча, соціальної мобільності, політична);
- Підготовка кадрів (наявність та розвиток інфраструктури надання спеціальної професійної освіти);
- Динамічний розвиток матеріально-технічного забезпечення, формування інфраструктури [40].

Суто чоловічі види спорту, в яких на сучасному етапі міжнародного спортивного руху жінки активно приймають участь й змагаються на всіх рівнях, на перших етапах інтеграції змагальної практики серед жінок викликали чимало обурень та нерозуміння. Проте результати останніх десятиліть демонструють, що змагальна практика жінок у видах спорту, що втілюють на фізичному рівні прояв тих фізичних якостей, які за стереотипизованими шаблонами притаманні саме представникам чоловічої статі, стала не тільки свого роду викликом для тих, хто протистоїть соціальним нормам і тиску щодо “канонів жіночності”, а й відкриттям можливостей для жінок проявляти себе і свої таланти [1, 71].

Доцільно відмітити що останні роки спорт як індустрія стала своєрідним відзеркаленням динаміки соціального контексту. Соціальна сфера має великий вплив на розвиток спортивної галузі. Зміна цінностей, правил етики створюють нові рамки, які в свою чергу певним чином задають напрямок формування структури спортивного руху на сучасному етапі [25]. Такі ідеї проголошує безпосередньо і керівництво Міжнародного олімпійського комітету (МОК). У звіті щодо Олімпійських Ігор у Токіо 2020 (2021) представництво МОК зазначає, що Ігри, як суспільне явище, можуть стимулювати соціальний прогрес та змінювати життя, адже змагання такого рівня забезпечують потужну підтримку та можливості для змін, включаючи в себе просування цінностей гендерної рівності, поєднання спорту, мистецтва та культури, підтримку спільноти ЛГБТК+. Таким чином Олімпійські ігри, виконуючи функцію привернення уваги

до актуальних проблем, стають окрім найважливіших комплексних змагань ще й важливою соціокультурною платформою [22, 87].

Досліджуючи заходи Міжнародного олімпійського комітету щодо підвищення гендерної рівності на Олімпійських іграх в ході аналізу було виявлено, що обговорення було сконцентроване на питанні жінок у спорті та більш детально розглядалася тематика проблем, з якими зустрічаються саме представниці спортивного руху [64].

Завдяки планомірній праці й активній діяльності жінок у спортивному русі за останні десятиліття ми спостерігаємо шалений прогрес, адже наразі неможливо навіть уявити, що 20-30 років тому жінки не мали прав ані змагатися, ані практикуватися й тренуватися в багатьох видах спорту [6, 105].

Аналізуючи історичні факти про участь жінок на Олімпійських Іграх, можна виявити, що наступну динаміку:

- 1896-1900 рр. приріст кількості учасниць 2% від загального числа спортсменів
- 1900-1928 рр. приріст кількості учасниць до 10% від загального числа спортсменів
- 1928-1976 рр. приріст кількості учасниць до 20% від загального числа спортсменів
- 1976-1996 рр. приріст кількості учасниць до 34% від загального числа спортсменів
- 1996-2012 рр. приріст кількості учасниць до 44% від загального числа спортсменів
- 2012-2020 рр. приріст кількості учасниць до 48% від загального числа спортсменів [39].

Наприклад склад української олімпійської збірної команди на останні XXIV зимові Ігри у Пекіні загалом налічував 45 спортсменів й, у співвідношенні, нашу країну на 46% представляли жінки. У 2018 році на Олімпійських іграх

кількість спортсменок від загального складу команди становило 48%. Порівнюючи цей показник із даними Олімпіади 2006 року - 32% жінок та 68% чоловіків відповідно, однозначно можна зазначити, що жіночий спорт в Україні динамічно розвивається як в кількісних, так і в якісних показниках. Це свідчить про досить високий рівень збалансованості при формуванні олімпійської збірної команди України [55].

Такий розвиток індустрії був би не можливим без належної підтримки Міжнародного олімпійського комітету, відповідних представників федерацій й безпосередньо жінок, що боролися за свої права [56]. Літні Ігри в Токіо 2020 продемонстрували найбільш збалансований склад учасників змагань, адже вперше відсоток спортсменок учасниць на Олімпійських іграх сягнув 48%. Такий результат роботи неодмінно пов'язаний з активною позицією спортивних організацій. Зокрема голова комісії “Жінки у спорті” Лідія Нсекера у своєму зверненні зазначає: “Спорт вимагає, щоб усі учасники дотримувалися тих самих правил і грали одному полі, він долає межі статі, раси, мови, сексуальної орієнтації, релігії, політики чи національності”; “Одним з наших ключових обов'язків на наступні чотири роки виступає зміцнення Олімпійських ігор як одну з найбільш ефективних глобальних платформ для просування гендерної рівності, інклюзивності та різноманітності” [45, 87].

Поняття гендерної нерівності в рамках міжнародного спортивного руху сучасні дослідники зазвичай розглядають у розрізі жінок та їх ролі, їх можливостей в галузі спорту. Проте мало хто звертає увагу на те, що гендерні стереотипи стосуються не лише спортсменок, а й спортсменів [1, 69].

Слід зазначити, що у переліку видів спорту, які представлені на останніх літніх Олімпійських Іграх у Токіо окрім греко-римської боротьби, не включає в себе жодну дисципліну, яка наразі дискримінує або обмежує можливості жінок. Натомість існує 2 види спорту- синхронне плавання та художня гімнастика, в

яких чоловікам змагатися на такому високому рівні можливості не надано [32, 54].

Якщо розглядати ті види спорту, які за історичними обставинами розвивалися виключно серед чоловіків, то в процесі розвитку жіночих дисциплін в цих видах спорту фахівці в області спортивних досліджень у своїй позиції досить часто виражають занепокоєність рівнем та якістю показників здоров'я спортсменок, які за специфікою обраного виду спорту мають виконувати надважкі фізичні вправи. В основі бази рухів даних видів спорту були закладені фізичні якості статистично більш притаманні представникам чоловічої статі, тому тренування і підготовка до змагань вимагають виконання великого обсягу важких фізичних навантажень [18]. Саме тому результати сучасних досліджень рекомендують тренерам розробляти і дотримуватися спеціальних методик тренування, що адаптують тренувальні навантаження під особливості анатомії та фізіології організму жінок [14].

Проте у випадку з інтеграцією жінок у типово маскулинні види спорту одним з бар'єрів для прийняття соціумом виступає в певній мірі об'єктивні фактори подальшого негативного впливу специфічних тренувань на стан здоров'я та рівень функціонування систем організму, то у випадку з інтеграцією чоловіків у види спорту з більш вираженим проявом фемінних рис у рухах бар'єром постає лише засудження соціуму, в основі якого лежить стереотипне уявлення [10].

В ході аналізу науково-методичної літератури було виявлено вагому роль гендерної соціалізації в спорті. Предметом дослідження виступає ідентифікація зі спортивною спеціалізацією та її вплив на формування рис особистості. Проблема ґрунтується на гіпотезі, щодо взаємозалежності спортивної орієнтації та гіпертрофії виражених маскулинних або фемінних якостей залежно від статі [4]. М. Месснер вважає спорт найважливішим професійним інститутом для вираження маскулинності, на його думку спорт пригнічує природну рівність

статей, конструює їх відмінності. Тривалий час спорт виступав формою видовища, яке підтримувало концепцію чоловічої переваги, проте наразі кордони цієї концепції все більш розмиті, а кількість концепцій поширюється. Умовно певні види спорту можна поділяти на дві групи:

- Ті, що репрезентують в своїй основі образи стереотипів маскулинності, тобто за рахунок рухів та елементів тіла транслюються такі прояви як: мужність, жорстокість, сила, агресія у взаємодії з супротивником (наприклад види єдиноборств, важка атлетика, метання ядра, хокей);

- Ті, базові рухи й елементи яких уособлюють м'якість, елегантність, емоційність, грацію, артистизм (наприклад синхронне плавання, бальні танці, ХГ, фігурне катання).

Не зважаючи на перелічені характерні особливості у своїй роботі Лукашук В. І. доходить висновку, що на сучасному етапі розвитку спорту виникають характерні тенденції не тільки до активного залучення дівчат у види спорту, що традиційно сприймаються соціумом як чоловічі, але й зростання популярності стереотипизовано жіночих видів спорту серед представників чоловічої статі. І як підсумок можна вважати, що це підкреслює розвиток процесу подолання стереотипів щодо “жіночих” та “чоловічих” видів спорту” [39].

1.4 Специфіка розвитку ключових фізичних якостей в художній гімнастиці та їх відмінність у чоловіків та жінок

Заняття художньою гімнастикою вимагають від представників цього виду спорту оволодіння всіма видами фізичних якостей на досить високому рівні. Серед розвитку загальноприйнятих швидкості, сили, координації, витривалості та гнучкості тренери та спортсмени задля досягнення високих результатів мають не просто чітко відпрацьовувати елементи складності тіла та предмету, але й поєднувати композицію у цілісний образ шляхом інтеграції художнього образу, ідеї та настрою програми [14].

Художню гімнастику прийнято асоціювати саме з проявом здібностей гнучкості. Оскільки середньостатистично така фізична якість як гнучкість, на думку багатьох експертів сфери фізичного розвитку, легше проявляти жінкам аніж чоловікам, сформувався певний стереотип щодо виключно жіночого виду спорту.

Доволі важливим є те, що фахівці художньої гімнастики справедливо вважають художню гімнастику динамічним видом спорту з точки зору розвитку та характерних змін правил змагань у відповідності з циклом Олімпіади. Кожні правила змагань починаючи з 1984 року вимагали зміщення фокусу та пріоритетного орієнтиру підготовки спортсменок та їх фізичних якостей [35].

Правила змагань перших олімпійських циклів до 2004 року характеризуються поступовим збільшенням елементів складності тіла. Акцент у відборі спортсменок був на виявленні помітних проявів здібностей гнучкості. Подальша підготовка до змагань була так само направлення на удосконалення техніки володіння тілом, збільшення амплітуди рухів. Всі елементи поділені на чотири групи: стрибки, елементи рівноваги, повороти та елементи гнучкості. Постановка композиції була побудована в першу чергу на представленні можливостей тіла гімнастки, її гнучкості. В ході аналізу відеоматеріалів змагань 2004 року в середньому гімнастки високого рівня в своїй індивідуальній програмі виконували 27-28 елементів, в групових вправах спортсменки мали 23 елементи в композиції.

В наступних двох чотириріччях правила зменшили кількість елементів тіла до 12 в індивідуальній програмі та 7 в групових вправах, що дало змогу більше застосовувати елементи в предметом. Таким чином весь фокус процесу відбору та підготовки спортсменок зміщався зі здібностей тіла на координаційні навички з предметами.

Для того щоб конкретизувати ключові фізичні якості в художній гімнастиці нами було детально проаналізовано правила змагань FIG 2022-2024 та

безпосередньо виступи гімнасток за програмою сеньйорів індивідуальної першості. Діючі правила змагань дають змогу оцінити виступ за трьома основними показниками:

1. Складність програми — наразі даний компонент у суттєвій мірі визначає фінальну суму балів. Цей показник відображає сумарну кількість балів за кожен виконаний елемент тілом та предметом. Судді бригади D (difficulty - складності) окремо підраховують кількість та вартість R, DA, та BD. Дана бригада немає обмеження у кількості балів для оцінювання, а отже гімнастка має можливість використовувати елементи будь-якої вартості, проте має обмеження у їх кількості.

2. Виконання програми — даний компонент оцінюють судді бригади E (execution - виконання), у їх обов'язки входить математично вираховувати сбавки за відповідні порушення (втрати предмету, недотримання форми елемента, зміщення з місця під час або після елемента, неточність траєкторії руху предмету тощо). Від максимально можливої суми 10 балів судді бригади E вираховують бали за кожну помилку, після чого фінальна оцінка E сумується з результатом двох інших бригад.

3. Артистична складова — виразність виконання композиції, відповідність рухів акцентам музичного супроводу оцінюють судді бригади A (artistry – артистика). За принципом підрахунку балів задача суддів даної бригади співпадає із бригадою E, тобто з максимальних 10 балів судді віднімають бали й фінальний результат сумується з балами D та E.

Підсумкова оцінка за виступ складається з суми балів D, E та A.

Розглядаючи компоненти сучасної вправи на основі аналізу відеоматеріалів останніх змагань чемпіонату світу в індивідуальній першості серед сеньйорів гімнастки виконують:

- 5 R
- 20 DA

- 9 DB (3 елементи комбіновані)
- 2 S

В сумі структура компонентів кожної вправи гімнастики, що змагається на рівні сеньйорів, налічує 36 елементів, 25 з яких вимагають високого рівня розвиток координаційних здібностей з предметами, 2 елементи танцювальних кроків, що дає можливість спортсменкам проявляти артистичну складову виступу та 9 елементів складності тіла, де основними виступають відчуття рівноваги, рівень розвитку гнучкості, вміння виконувати багатообертові піруети та здібності до виконання стрибковий елементів.

Виходячи з цього можна зробити висновок, що за сучасними правилами FIG лише 25% оцінених суддями елементів в програмі гімнасток відповідають за можливий прояв гнучкості, як фізичної якості. Відповідно основна частина, що включає в себе координаційні елементи майстерності з предметами, акробатичні зв'язки, танцювальні комбінації складають 75% програми спортсменок.

Для жіночого організму характерні специфічні особливості прояву і більш раннього розвитку фізичних якостей у процесі онтогенезу. Особливості рухового апарату чоловіків полягають у тому, що у чоловіків більша довжина тіла (в середньому на 10 см) і більша вага (в середньому на 10 кг). Є відмінності у пропорціях різних частин тіла: кінцівки у чоловіків довші, а тулуб коротший, поперечні розміри таза менші, а плечі ширші. Особливості будови тіла жінки обумовлюють більш низьке положення центру ваги, що сприяє кращому збереженню рівноваги. Завдяки хорошій рухливості і еластичності хребетно-зв'язкового апарату можлива значна амплітуда рухів і гнучкість.

У своїй роботі А. Г. Єфремова зазначає: "Абсолютна м'язова сила у жінок менша, ніж у чоловіків, оскільки у них тонші м'язові волокна і менша м'язова маса (30-35 %, а у чоловіків 40-45 % від маси тіла). Максимальна довільна сила м'язів рук, плечового поясу і тулуба у жінок становить 40-70 %, а м'язів ніг – 70-80 % від сили чоловіків. Максимальні показники сили досягаються у жінок в 15-

16 років (чоловіків – 18-20)” [103]. В ХГ помірний розвиток силових здібностей поясу верхніх кінцівок важливий для високих кидків предметів (8-12м), добре розвинена сила м’язів спини допомагає гімнастам вправно виконувати елементи рівноваги та повороти, в яких необхідно утримувати високий рівень положення ноги назад (“Пенше” та “Арабеск”), а також допомагає запобігати травмуванням через надмірні гіперекстензії у більшості елементів в ХГ.

Координаційні здібності включають в себе орієнтацію тіла та предметів у просторі та часі, відчуття ритму, рівноваги, прояви спритності. Бернштейн Н. А. визначає спритність “як здібність виконувати будь-яку рухову задачу правильно, швидко, раціонально та винахідливо”. Натомість автор Заціорський В. М. пояснює прояви координації як “здібності людини до злагодження, підпорядкування окремих рухів у єдину, цілісну рухову діяльність, тобто швидко, точно та економно вирішувати поставлені рухові задачі”. Суттєвих, характерних відмінностей у рівні розвитку координаційних здібностей у чоловіків та жінок не спостерігається [2].

Вікові особливості розвитку рухових координацій:

- генетичні чинники на 55% визначають розвиток КЗ;
- найбільш сприятливий період - від 7 до 11-12 років;
- нерівномірний розвиток координації рухів у дівчаток період статевого дозрівання;
- другий за значимістю період тренуваності КЗ від 14 до 15-16 років.

Гнучкість являє собою фізичну якість, що визначає здатність людини, яка характеризується виконання рухів ланок опорно-рухового апарату з великою амплітудою. В художній гімнастиці особливу увагу приділяють окремими комплексам вправ для розвитку гнучкості плечового відділу, грудного та поперекового відділів хребта, гнучкість в зоні кульшового суглобу та еластичність стопи [60].

В розвитку гнучкості у хлопців з середнім рівнем фізичного розвитку спостерігається два основних періоди активізації – з 9 до 11 років і з 14 до 16 років. Проте з розвитком організму гнучкість також змінюється нерівномірно. Так, рухливість хребта при розгинанні помітно підвищується у хлопчиків з 7 до 14 років, а в дівчаток з 7 до 12 років, а в старшому віці приріст гнучкості знижується. Рухливість хребта при згинанні значно зростає у хлопчиків 7-10 років, та був у 11-13 років зменшується. Високі показники гнучкості відзначаються у хлопчиків у 15 років, а в дівчаток – у 14 років, при активних рухах гнучкість дещо менша, ніж при пасивних. У суглобах плечового пояса рухливість при згинальних та розгинальних рухах збільшується до 12-13 років, найвищі результати мають місце в 9-10 років [24].

Задля ефективного розвитку гнучкості в першу чергу важливо встановити мету й відповідно обрати методи контролю. Ефективність розвитку гнучкості юних спортсменів залежить в більшій мірі від оптимального вибору засобів тренування, що сприяють підвищенню рухливості в суглобах. При плануванні та дозуванні навантаження необхідно чергувати різновиди вправ, що направлені на розвиток активної та пасивної гнучкості. Серед методичних рекомендацій важливо підібрати навантаження, що адекватно відповідатиме вихідному рівню здібностей спортсмена. До них необхідно віднести вправи, які можна виконувати з максимальною амплітудою. Розтягнути сполучну тканину цих м'язів, зробити м'язи податливими і пружними – завдання вправ на розтягування. Рекомендовано застосовувати наступні методи розвитку гнучкості: статичного, змішаного, динамічного розтягування, колового тренування. Для підвищення ефективності роботи навантаження слід розподіляти рівномірно, застосовуючи чергування груп м'язів та види засобів тренувань.

Висновки до розділу 1

Науково-методичний аналіз літературних та Інтернет джерел дозволив виявити джерела виникнення та формування художньої гімнастики як виду спорту. Серед них спеціалісти підкреслюють великий вплив балету та основ хореографічного мистецтва, що заклали базу школи рухів художньої гімнастики. Важливу роль на перших етапах зіграла активна творча діяльність Айседори Дункан. Також поява та розвиток ідей поєднання ритміки та елементів з предметами заклали певні засади для подальшого формування більш складних вправ зі скакалкою, обручем, м'ячем, булавами та стрічкою.

Нами було розглянуто проблематику гендерної рівності та вплив соціальних аспектів на сферу спорту, що наразі є суттєвим чинником розвитку міжнародного спортивного руху. Виділено основні фактори появи та формування нових видів спорту.

Для розвитку ключових фізичних якостей, що демонструють спортсмени в художній гімнастиці характерний вузькоспрямований спеціалізований процес. Посилаючись на анатомічні особливості тілобудови, методологія розвитку певних здібностей припускає суттєві відмінності для жінок та чоловіків.

Проаналізовані дані, щодо компонентів програми в художній гімнастиці на сучасному етапі, допомогли точніше виокремити пріоритетні сторони підготовки спортсменок. Тенденції модифікації правил змагань, що змінюються кожні чотири роки, диктують та корегують вектор розвитку навичок гімнасток, відповідно вимогам діючих правил FIG. Наразі в художній гімнастиці тренери в процесі підготовки спортсменів велику увагу приділяють розвитку координаційних навичок, що в певній мірі дає змогу прогнозувати більш активне залучення чоловіків та розвиток напрямку чоловічої художньої гімнастики.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методи дослідження

В ході проведення дослідження з питань розвитку чоловічої художньої гімнастики, як новітнього тренду на сучасному етапі міжнародного спортивного руху було обрано наступні методи:

- науково-методичний аналіз літературних та Інтернет-джерел;
- анкетування;
- відеоаналіз;
- експертне опитування;
- математично-статистична обробка даних;
- соціологічне опитування;
- порівняння.

2.1.1 Науково-методичний аналіз літературних та Інтернет-джерел

Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел здійснювалися з метою розкриття стану досліджуваної теми, визначення стану актуальності питань, що вивчаються, а також обґрунтування мети і завдань дослідження.

Проаналізована науково-методична література, в якій відображені питання, що стосуються аспектів формування фемінних та маскулинних рис засобами спорту, особливостей історії зародження та динаміки розвитку художньої гімнастики, соціальні фактори міжнародного спортивного руху дозволили підкреслити актуальність обраної теми дослідження.

2.1.2 Анкетування

В рамках проведення дослідження нами була розроблена анкета для представників міжнародного спортивного руху та спеціалістів в області художньої гімнастики. Анкета складалася з 5 комплексних питань, відповідно до теми даного дослідження. Для більш повної та широкої оцінки отриманих

результатів, респондентів було поділено на групи за фаховою спрямованістю: тренери, судді та спортсмени.

2.1.3 Експертного опитування

Метод експертного опитування в процесі дослідження дозволив отримати детальну інформацію від успішних спортсменів, що представляють напрямок чоловічої художньої гімнастики. Пітерсон Сеуз, Бенедикт Бауманн та Айван Фернандез являються яскравими представниками чоловічої художньої гімнастики Франції, Америки та Іспанії відповідно. В опитуванні спортсмени поділилися своїм шляхом в спорті, проблемами, з якими боролися та їхніми поглядами на майбутній розвиток виду спорту.

2.1.4 Соціологічне опитування

В рамках соціологічного опитування було задіяно 120 респондентів, результати якого дали можливість зрозуміти загальне відношення спільноти до розвитку чоловічої художньої гімнастики. Опитування складалося з двох питань та проводилося у 5 країнах Європи (Україна, Польща, Словаччина, Франція та Фінляндія). Аудиторію респондентів представляли 47,5% жінок та 52,5% чоловіків, результати також були розподілені за віковою категорією опитуваних 18-25, 26-35, 36-45, 46-60. В подальшому під час обробки отриманих даних результати були проаналізовані з урахуванням географічної, вікової та статевої ознак. Для реалізації соціологічного опитування застосовувалася Гугл-форма.

2.1.5 Метод математично-статистичної обробки даних

Статистичні дані, які були отримані в ході аналізу відповідей респондентів анкетування та соціологічного опитування є зібраними зведеннями, що в подальшому піддавалися статистичній обробці. Показники такі як: середньо арифметичне значення, медіани, моди є одними із найбільш інформативних характеристик досліджуваного об'єкта. Виявлені результати всіх підрахунків дали змогу обґрунтувати висновки та вирішити основні завдання даного дослідження.

2.1.6 Порівняння

Оскільки напрямок чоловічої художньої гімнастики поділений на два суттєво відмінних напрямки— японський та іспанський, невід’ємною частиною процесу дослідження було порівняння й аналіз спільних та протилежних сторін, параметрів суддівства, технічної складової та історію розвитку. Даний метод дослідження також використовувався нами для порівняння техніки та компонентів виконання певних елементів складності предмету та тіла у чоловіків та жінок в художній гімнастиці. Враховувалися такі показники як амплітуда, точність виконуваних елементів, складність програми, артистична складова. В основі порівняння лежать данні безпосередньо результатів офіційних змагань жіночої художньої гімнастики та чоловічої дисципліни за 2020-2022 роки

2.1.7 Відеоаналіз

З метою наочного ознайомлення з аспектами технічної насиченості компонентів вправ спортсменів в ході проведення дослідження нами було проаналізовано 34 відео виступів представників жіночої та чоловічої художньої гімнастики с часів її зародження до сучасного етапу. Також доцільним виявився відеоаналіз школи рухів чоловічих партій в балеті, що використовуються в якості підґрунтя для основи елементів рівноваги, піруетів та стрибкових елементів у художній гімнастиці.

2.2 Організація дослідження

На I етапі (з жовтня 2021 року до грудня 2021 року) — формування мети та задач дослідження, виявлення основних методів дослідження, пошук та аналіз теоретико-методичної літератури, оформлення першого розділу.

На II етапі (з січня до травня 2022 року) — розробка анкети, проведення анкетування, соціального опитування, інтерв’ю, відеоаналіз виступів, оформлення другого та третього розділів.

На III етапі (з червня по серпень 2022 року) — написання четвертого розділу кваліфікаційної роботи, опис результатів анкетування та соціологічного опитування)

На IV етапі (з жовтня до грудня 2022 року) — оформлення кваліфікаційної роботи та додатків, написання висновків, підготовка до захисту.

РОЗДІЛ 3

ДОСВІД СВІТОВИХ ЛІДЕРІВ У РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

3.1 Характеристика японської школи чоловічої ритмічної гімнастики

Художня гімнастика для представників чоловічої статі східного напрямку являє собою альтернативний напрямок виду спорту, який частково повторює зміст, проте правила змагань суттєво відрізняються від традиційної ХГ. Аналіз компонентів даної дисципліни дає можливість виділити основні відмінності чоловічої та жіночої художньої гімнастики:

- Назва не зовсім співпадає зі звичною нам “художня”, адже дану дисципліну прийнято визначати як ритмічна гімнастика. Таке рішення прийняли через неоднозначне, в певній мірі негативну думку про чоловіків, які розвиваються в даному напрямку. Щоб підкреслити відмінність, проте не змінювати суть, назву виду спорту повністю утворює переклад з англійської— rhythmic gymnastics.

- Візуальна складова— гімнасти, що демонструють свої вправи на змаганнях мають стриманий зовнішній вигляд, костюми спортсменів мінімально прикрашені яскравими елементами у верхній частині або зовсім без деталей, нагадують форму для виступів спортивних гімнастів або представників фігурного катання. Таке рішення сприяє утриманні фокусу глядача та суддів суто на майстерності володіння тілом та предметом й підкреслює чоловічий стиль.

- Наявність складних акробатичних стрибкових елементів. В художній гімнастиці жінкам використання подібних стрибків заборонено правилами змагань. Натомість в чоловічій дисципліні такі елементи являються невід’ємною складовою змагальної вправи. Це надає видовищності й унікальності.

Спортсмени виконують як ізольовані елементи, так і комбіновані зв'язки, що дає можливість набрати більшу кількість балів.

- Предмети в чоловічій ритмічній гімнастиці кардинально відмінні від звичних обруча, м'яча, булав та стрічки. Правила передбачають виступи так само з чотирма предметами, проте вони мають суттєво інші форми:

- Скакалка — єдиний предмет, що повністю співпадає за формою в чоловічій та жіночій дисциплінах. З нею гімнасти виконують базові стрибкові елементи, різнопланові маніпуляції, високі кидки тощо.

- Гімнастичні кільця — за формою нагадують малі обручі, але мають характерні відмінності за розміром та кількістю. Два кільця діаметром 35 см для юнаків та 41см для гімнастів дорослої програми, зовні мають шар м'якого покриття для запобігання травм та важких ударів. За вагою кожне кільце має відповідати стандарту- мінімум 200г, в обхваті 2,5-3,5 см. За легендою уособлюють образ щитів воїнів для захисту.

- Гімнастична палка — це 90-сантиметрова тростина, виконана з пластмасового матеріалу. Основними елементами, що демонструють спортсмени з цим предметом виділяють переكاتи по тілу, вертушки, маніпуляції, малі й високі кидки. Тростина імітує шест японського самурая.

- Булави — схожі за суттю, проте відмінні за формою у порівнянні із жіночою дисципліною. Мають збільшений розмір та вагу, нагадують циркові снаряди джонглерів. Стандартний розмір для юніорів 41см, для дорослих спортсменів— 44см у довжину. Діаметр верхньої частини за правилами має бути в межах 4 см, обхват шийки (частина з'єднання верхньої та середньої частин булав) від 1,5 см до 3,5 см. Символізує меч.

- Майданчик для змагальної і тренувальної діяльності має однакові параметри щодо розміру 13 x 13м, але відрізняється за типом покриття. Правила жіночої дисципліни за регламентом вимагають твердий помост, що обов'язково розташований під спеціальним килимом. За стандартами чоловічі виступи з

ритмічної гімнастики виконуються на м'якому майданчику, що за своїми ознаками подібний до того, що використовують акробати. Це зумовлено специфікою складних, технічних, стрибкових компонентів змагальних вправ гімнастів. Наявність амортизуючого прошарку в килимі дозволяє запобігати високому ризику травмувань спортсменів.

- Групові вправи за правилами ритмічної гімнастики виконує команда, що складається з шести спортсменів, хоча в художній гімнастиці групові композиції виконують п'ять гімнасток. Характерною особливістю також є те, що в груповій дисципліні чоловіки виступають без предметів, тому такі виступи частково нагадують змагання з естетичної гімнастики. Змагальна композиція в чоловічій РГ триває 3 хвилини, що на 30 секунд довше дозволеної тривалості групової вправи в ХГ. Серед основних компонентів гімнасти виконують синхронні танцювальні зв'язки, підтримки, колаборації, акробатичні стрибкові елементи.

Історично дисципліна чоловічої художньої гімнастики східного напрямку бере свій початок з середини 20-го століття. Саме Японія стала провідною країною в чоловічій ритмічній гімнастиці не випадково, тому передують декілька чинників:

- По-перше, одним з факторів формування японської чоловічої ритмічної гімнастики є школа рухів східних бойових мистецтв, яка широко представлена в даному регіоні. Особливу роль в історії чоловічої ритмічної гімнастики відіграє низка елементів бою японських воїнів Ніндзюцу (більш відомих як Ніндзя). Сучасні вправи, які гімнасти демонструють на змаганнях, насичені технічними елементами, що поєднані характерними рухами та позами тіла, притаманні стилістиці динамічного атакуючого бою. Важливо зазначити, що воїни Ніндзя в своїй практиці з давніх часів поєднували віртуозне володіння тілом у просторі та часі та роботу зі снарядами (сабля, палка, мотузка), що мали назву Рокугу;

- По-друге, в японській культурі з давніх часів люди практикували гімнастику, як основний вид прояву фізичної активності. Комплекси вправ у даному регіоні поєднують в собі традиції та багатовіковий досвід та виконуються з метою злагодженого розвитку тіла й духу в гармонії з оточуючим середовищем. Для представників різних вікових категорій гімнастика стала важливим культурозначущим елементом, завдяки якому виконується оздоровча, профілактична, соціальна функції. Гімнастику на сході розподіляють на наступні типи: мануальна, дихальна, ушу-йога, гігієнічна, ритмічна, функціональна, відновно-статична гімнастика. В цілому рухова активність цього напрямку не лише допомагає підтримувати тіло в тонусі, а й сприяє формуванню певного способу життя.

Японська гімнастика в своїй основі покладає багатий досвід та духовні цінності. Характерними особливостями оздоровчих гімнастичних систем східного регіону виділяють:

- Релігійний фундамент;
- Філософське підґрунтя;
- Перелік вимог та правил, що пояснюють межі та норми поведінки між учнем та учителем;
- Канони взаємозалежних дій, вправ, поз, що узгоджені між собою всередині системи;
- Взаємовідповідність між відчуттями внутрішнього стану, думок та їх проявами у рухах
- Образність та направленість кожної вправи певній частині тіла або органу;
- Вимога високої концентрації, фокусування та утримання уваги, що межує із медитацією;
- Для більшого поринання та осмислення рухів деякі вправи виконуються без зорового контролю

Джерелом, що дало поштовх для розвитку ритмічної гімнастики серед чоловіків, доцільно вважати органічне сплетіння основ традицій східної гімнастики, елементів бойових мистецтв та акробатики й віртуозне володіння предметами, що демонстрували представниці художньої гімнастики.

Ритмічна гімнастика для чоловіків продовжує популяризуватися в Японії. Наразі ще 7 країн (Південна Корея, Малайзія, Канада, США, Австралія та Росія) активно розвивають даний напрямок, спортсмени приймають участь на національних чемпіонатах та міжнародних змаганнях, а також регулярно стають учасниками спортивних подій із показовими виступами. З 2020 року в Росії спробували втілити практику змішаних дуетів юнаків та дівчат з ритмічної та художньої гімнастики, проте наразі даний напрямок не розвивається.

3.1.1 Організаційне забезпечення. Ефективність розвитку кожного виду спорту можна розглядати з різних сторін. Виділяють три головних напрямки функціональних процесів: побудова та реалізація тренувальної, змагальної та внутрішньо- й зовнішньоуправлінської діяльності.

Проаналізований досвід розвитку альтернативних видів гімнастичних дисциплін дає підстави визначати фактор структури організаційного забезпечення одним із ключових компонентів в системі функціонування спорту. Побудована система управління дозволяє зміцнювати сукупність сталих зв'язків між різними рівнями керівництва та допомагає регулювати їхні задачі відповідно до цілей організації. Показником злагодженої роботи організаційної структури виду спорту виступає наявність відповідних організацій на міжнародному, національному та регіональному рівнях. Саме ці компоненти в більшій мірі визначають прогрес та майбутні перспективи виду спорту. У порівнянні з жіночою дисципліною в художній гімнастиці досвід розвитку ритмічної гімнастики серед чоловіків в Японії наразі лише частково відповідає повноцінній організаційній системі. Дані наведені у таблиці 3.1 відображають відмінні й відсутні структурні ланки організації РГ східного напрямку.

**Порівняння організаційної структури ритмічної гімнастики
японського напрямку та художньої гімнастики**

Рівень управління	Чоловіча РГ японського напрямку	ХГ жіноча дисципліна
Міжнародний рівень	Відсутня організація	FIG, 1881
Національний рівень	Асоціація гімнастики Японії (JGA), 1930	Національні федерації (наприклад ФГУ, 1997)

Наочно прослідковується недосконалість організаційного забезпечення РГ, адже на міжнародному рівні дана дисципліна не підтримується FIG. Це має негативний вплив на динаміку розвитку та поширення ритмічної гімнастики серед чоловіків в світі й формує закриту систему, без перспективи виходу на новий рівень. Тим не менш слід зазначити, що JGA намагається взяти на себе більшість координуючих, керуючих обов'язків, що стосуються напрямку ритмічної гімнастики. Так в звіті організаційна схема Японської асоціації гімнастики станом на 2022 рік включає в себе штаб з питань художньої гімнастики. Генеральним менеджером штабу наразі є Юкарі Мурата. Штаб займається двома напрямками: укріплення художньої гімнастики та розвиток чоловічої РГ. Головою офісу з питань укріплення чоловічої дисципліни назначений Мідзуторі Шоусі. Також важливу роль в японській системі відіграють Всеяпонська федерація студентської гімнастики, Всеяпонська федерація молодіжних клубів гімнастики та японська федерація художньої гімнастики.

Фундаментально важливим документом для забезпечення вдосконалення окремих видів спорту є програма розвитку виду спорту. Розробляється з метою:

- формування цілей та задач;
- описання стратегій напрямку розвитку;

- визначення наявних проблем та ймовірні оптимальні шляхи їх вирішення;
- планування взаємодії з місцевими органами влади, виконавчими ланками влади в сфері фізичної культури та спорту;
- співпраця з іншими зацікавленими організаціями (спонсорство);
- розрахунок економічної складової та пошук залучення альтернативних джерел фінансування;
- оцінка й встановлення термінів виконання програми.

3.1.2 Матеріально-технічне та кадрове забезпечення. На сьогоднішній день вся матеріально-технічна база для здійснення тренувальних занять та проведення змагань має змішаний характер. Це означає, що інвентар та спортивні об'єкти слугують не тільки спортсменам ритмічної гімнастики, а й використовуються акробатами, спортивними гімнастами тощо. Завдяки широко розвиненій інфраструктурі студентського спорту більшість приміщень, що використовуються в підготовці та організації змагань знаходяться на базі університетів Японії. На базі HPSC/NTC є все необхідне обладнання, яке також використовується командами при підготовці.

До мінімального переліку головних компонентів матеріально-технічного забезпечення входять:

- Спортивні зали, що вміщують майданчик 13 x 13 м з обов'язково висотою стелі не менше 10 м;
- Килим з м'яким покриттям та помостом, що відповідає регламенту правил з виду спорту;
- Пристрої для музикального супроводу;
- Гімнастичні стінки, мати, поролонові ями, трампліни.

Кадрове забезпечення характеризується недостатністю вузькопрофільних спеціалістів тренерської діяльності. Більшість спортсменів тренуються під керівництвом тренерів з художньої гімнастики, які додатково практикують

заняття РГ. В галузь активно запрошуються фахівці зі сфери акробатики й спортивної гімнастики для навчання та опрацювання методики виконання акробатичних стрибкових елементів, а також хореографів, що допомагають як у побудові школи рухів та й у формуванні цілісної змагальної композиції.

У профільюючих університетах фізичного виховання Японії, що займаються підготовкою тренерських кадрів наразі немає цілісного окремого напрямку, що виконує задачі дослідження в області чоловічої ритмічної гімнастиці, специфіки організації тренувального процесу. Проте є окремі статті, що були проаналізовані в ході даного дослідження.

3.1.3 Правила та система змагань японської художньої гімнастики. В індивідуальній першості спортсмени змагаються у чотирьох дисциплінах, відповідно до предметів, з якими демонструють вправи гімнасти. Розподілення балів за кожен виступ формується з підсумкових оцінок двох бригад суддів. Перша колегія суддів відповідальна за композиційне насичення програми. Друга бригада оцінює якість виконання елементів програми. Повна інформація щодо формули суддівства надана в таблицях 3.2 та 3.3.

Суддівський склад:

- 4 судді бригади Композиції “А” (підсумковий бал є середнім арифметичним із центральних оцінок, найвищий та найнижчий результат не враховується)
- Суддя-координатор “А1”
- 4 судді бригади Виконання “В” (підсумковий бал є середнім арифметичним із центральних оцінок, найвищий та найнижчий результат не враховується)
- 2 судді хронометриста (фіксують узгоджену відповідність між початком та кінцем музики і рухів гімнаста)

- 2 судді на лінії (для контролю виходу гімнаста або предмета за межі змагального килиму, кожен з суддів займає позицію на протилежних кутах майданчика)

Таблиця 3.2

Схематичне зображення підрахунку оцінок індивідуальної першості

Розподілення та підрахунок підсумкової оцінки	
<p style="text-align: center;">Композиція (А)</p> <p style="text-align: center;">Максимум 5.00 балів — 4 судді, враховується середня з двох центральных оцінок</p> <p>Компоненти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Технічна цінність: рівень та кількість складностей, складність з елементами вільної вправи з акробатичними елементами, присутність • фундаментальних груп предметів; • Різноманітність: вибір елементів, динаміка, використання простору; • Музика: гармонія та відповідність між ритмом, характером музики та рухів 	<p style="text-align: center;">Виконання (В)</p> <p style="text-align: center;">Максимум 5.00 балів— 4 судді, враховується середня з двох центральных оцінок</p> <p>Компоненти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Техніка володіння предметом; • Техніка вільної вправи; • Акробатична техніка; • Ритмічне виконання (співпадіння рухів та музики); • Віртуозність (бездоганне виконання без помилок)
<p>Кінцева оцінка: 10 балів максимум</p> <p>Підраховується шляхом додавання результату бригади "А" та бригади "В"</p>	

Таблиця 3.3

Схематичне зображення підрахунку оцінок першості в групових вправах

Розподілення та підрахунок підсумкової оцінки
--

Продовження таблиці 3.3

<p style="text-align: center;">Композиція (А)</p> <p>Максимум 10.00 балів— 4 судді, враховується середня з двох центральних оцінок</p> <p>Компоненти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кількість та рівень складності елементів; • Композиція вільних вправ; <p>Композиція акробатичних елементів, елементів з партнерами та перешикування;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Різноманіття в композиції; • Технічна цінність комбінацій; • Оригінальність 	<p style="text-align: center;">Виконання (В)</p> <p>Максимум 10.00 балів— 4 судді, враховується середня з двох центральних оцінок</p> <p>Компоненти:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цілісне поєднання музики та рухів в змісті програми; • Техніка виконання вільних, акробатичних елементів; • Чистота виконання перешикувань, командних та партнерських взаємодій протягом всієї композиції.
<p style="text-align: center;">Кінцева оцінка: 20 балів максимум</p> <p style="text-align: center;">Підраховується шляхом додавання результату бригади "А" та бригади "В"</p>	

Довільна вправа має бути оригінальною, гармонійною музикою, в ній має використовуватися простір, майданчик, повинна змінюватися швидкість виконання та техніка, володіння предметом має бути віртуозним при швидкому русі, а також виконання має бути плавним, дотримуючись логічних переходів у рухах тіла та предмета.

Правилами чоловічої РГ передбачене розподілення всіх елементів на чотири рівня:

1. Складності рівня (А). Наступні елементи вважаються складностями рівня А, якщо вони зустрічаються у поєднанні з вільними вправами або акробатичними елементами, за кількістю виконуються без обмежень

❖ Виконання акробатичного елемента (А) із предметом у руках;

- ❖ Одна дія з предметом під час виконання акробатичного елемента рівня складності А. Перекат не включається до ряду дій;

- ❖ Ловля предмета, що знаходиться в повітрі, без елементів;

- ❖ На додаток до вищесказаного, комбінація цінностей А.

2. Проблеми рівня (В). Наступні елементи будуть вважатися складностями рівня В, якщо вони поєднуються з вільними вправами або акробатичними елементами, максимум 3 в програмі:

- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня В з предметом в руках;

- ❖ Дві дії з предметом під час виконання акробатичного елемента рівня А. Перекат не вважається дією;

- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня А поки предмет знаходиться в повітрі;

- ❖ Виконання однієї вільної вправи або акробатичного елемента доки предмет перебуває у повітрі;

- ❖ На додаток до сказаного вище, комбінація цінностей рівня В.

3. Складності рівня (С). Наступні елементи будуть вважатися труднощами рівня С, якщо вони поєднуються з вільними вправами або акробатичними елементами, виконується 1 раз у програмі:

- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня С предметом у руках;

- ❖ Дві дії з предметом під час виконання акробатичного елемента рівня В. Перекат не вважається дією;

- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня В поки що предмет знаходиться в повітрі;

- ❖ Виконання комбінації 2 вільних вправ або акробатичних елементів поки предмет перебуває у повітрі;

- ❖ Крім того, комбінація цінностей рівня С.

4. Цінності рівня D. Наступні елементи будуть вважатися складностями рівня D, якщо вони поєднуються з вільними вправами або акробатичними елементами, в програмі за кількістю обмежень немає:

- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня D із предметом у руках;
- ❖ Дві або більше дій із предметом під час виконання акробатичного елемента рівня C. Перекат не вважається дією;
- ❖ Виконання акробатичного елемента рівня D поки предмет перебуває у повітрі;
- ❖ Виконання комбінації трьох або більше вільних вправ або акробатичних елементів, поки предмет знаходиться в повітрі;
- ❖ В доповнення до вищесказаного, комбінація цінностей рівня D.

Композиція акробатичних елементів кожної програми має включати:

- Акробатичні стрибки вперед, назад та в сторону, сбавки:
 - Статичне положення предмету під час виконання акробатичній стрибків 0.10
 - Незавершеність в одному та більше акробатичних стрибків 0.20
 - Відсутність акробатичних стрибків в програмі 0.3
- Перекиди вперед, назад, в сторону, містки.

Майстерність володіння предметами є важливим компонентом кожної індивідуальної вправи в чоловічій РГ. Правилами зазначено, що спортсмен має демонструвати рівномірне розподілення роботи між правою та лівою руками, композиція має бути гармонічною, а елементи складності предмету органічно вплетені у цілісну композицію. Внаслідок якщо спортсмен використовує лише одну сторону для роботи з предметом суддя бригади Виконання фіксує сбавку - 0.20 бала.

Техніка роботи з предметом оцінюється за певними критеріями, невиконання яких як наслідок тягне за собою відповідні сбавки. Всі критерії можна розподілити на:

- Загальні, до них відносяться ті, що застосовуються незалежно від предмету, з яким виступає гімнаст;

- Вузконаправлені розподілені за кожним предметом окремо, для детального роз'яснення видів маніпуляцій та відповідних сбавок за недотримання правильної техніки виконання.

Повна інформація надана в таблиці 3.4

Таблиця 3.4

Загальні правила техніки роботи з предметами, критерії композиції

Критерій	Роз'яснення та сбавка
Техніка роботи з предметами	
Висота кидка	Від 2м низький кидок - не вважається помітним, він зараховується як «втрата предмета». Сбавка -0.10
Зафіксований/статичний предмет	Предмет не повинен бути зафіксований на підлозі протягом більш ніж 2 секунд Сбавка -0.10 бала
Втрата предмета	Сбавка 0.10 бала
Контакт з предметом	Відсутність контакту на початку вправи. Сбавка -0.20 бала Протягом вправи: - легке торкання тіла сбавка -0.10 бала; - Коли орбіта предмета змінюється внаслідок контакту - 0.20 бала Відсутність контакту в кінці вправи, предмет в межах майданчику Сбавка -0.20 бала; - Завершення програми без предмету, предмет за межами майданчика сбавка -0.30 бала;

Продовження таблиці 3.4

Різноманітність композиції	
Різноманітність елементів	<p>Композиція завжди повинна справляти враження цілісної, що є результатом з'єднання елементів роботи з предметом та елементів руху тіла</p> <ul style="list-style-type: none"> - Незначне повторення однакових фундаментальних елементів предметом або тілом сбавка -0.20 бала; - Відсутність різноманітності елементів тіла та предмету Сбавка -0.30 бала
Динаміка	<p>Гімнасту необхідно показати володіння технікою контрольованих рухів достатньої амплітуди, віртуозного поводження з предметом, швидкість та різні види акробатичних рухів.</p> <p>Сбавка -0.20 бала.</p>
Різноманітність у використанні простору змагального майданчику	<ul style="list-style-type: none"> - Застосування різних способів пересування по килиму; - Охоплення всіх кутів майданчику; - Використання низького, середнього та високого рівня простору <p>Сбавка -0.1</p>

Правилами чоловічої ритмічної гімнастики чітко виокремлені вимоги, критерії та відповідні сбавки в оцінюванні техніки майстерності володіння предметами, структура яких наведена у таблиці 3.5. За своїм змістом проаналізовані вимоги до виконання багато в чому співпадають із жіночими правилами ХГ.

Таблиця 3.5

Структура специфічних критеріїв роботи з предметами

Предмети		Вимоги, критерії та сбавки
Фундаментальні групи елементів	Гімнастична палка	<p>Загальні вимоги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Предмет не зупиняє рух; - Палка має утворювати уяву продовження руки; - Хват палки довільний, кисть мобільна <p>Фундаментальні групи та сбавки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мельниці: не менше 2, сбавка 0.3 - Перекати (не менше 1 разу, виконується по тілу від 1м в довжину), сбавка -0.3; - Кидки (не менше 2, висота від 2м) -0.3
	Гімнастичні кільця	<p>Фундаментальні групи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обертання (не менше 2 разів) відсутність 1 сбавка -0.2, відсутність 2 сбавка -0.3; - Перекати (мінімум 1) сбавка -0.3; - Кидки (обов'язкових 2) сбавка за відсутність 1 -0.2, відсутність обох -0.3
	Скакалка	<p>Фундаментальні елементи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Види послідовних стрибків (3 обов'язкових, сбавка за невиконання від -0.1 до -0.3); - Кидки (мінімум 2, сбавка від -0.1 до -0.2); - Акробатичні стрибки з проходом в скакалку <p>Вимоги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Робота зі складеною та розгорнутою скакалкою; - З "ешапе" та без; - Використовувати різні напрямлення та рівні; - Основне положення утримання за вузли

Продовження таблиці 3.5

	Булави	Фундаментальні групи: <ul style="list-style-type: none"> - Мельниці (мінімум 2, сбавка -0.1 та -0.2); - Перекати (1 обов'язковий, довжина мінімум 50см, сбавка -0.3); - Кидки (2 обов'язкових, сбавка від -0.2 до -0.3); - Акробатичні стрибки з булавами Вимоги: Застосування різних напрямлень та рівнів, частин тіла
--	---------------	--

В Японії JGA проводить кілька серій змагань, що поділяються на категорії за віком учасників:

- Дитячі 8-12 років
- Юніорські 13-15 років;
- Сеньйорські від 16 років

Основні змагання JGA:

- Всеяпонський юніорський турнір
- Всеяпонський турнір серед середніх шкіл,
- Всеяпонський міжсередньошкільний атлетичний турнір (Inter-High),
- Всеяпонський чемпіонат з художньої гімнастики для студентів (міжвузівський)
- Всеяпонський чемпіонат з художньої гімнастики

Важливо зазначити, що активний розвиток РГ на сході популяризується завдяки сфері студентського спорту, адже більшість спортсменів виступають за університет. Це зумовлено можливістю чоловіків займатися РГ не тільки в ранньо-дитячому та юніорському періоді, як це зазвичай відбувається у ХГ, а й підтримувати фізичну форму у більш старшому віці.

У 1985 році в Токіо були вперше організовані та проведені змагання з чоловічої дисципліни ХГ. Тоді європейська аудиторія висловлювала негативні

враження від побаченого, натомість глядачі азійського континенту вкрай позитивно відгукувалися й із захопленням стежили за подальшим розвитку даного виду спорту. З того часу до розвитку індустрії чоловічої ХГ долучилися тренери та спортсмени з Південної Кореї, Малайзії, Канади, США, Мексики, Австралії та Росії. Це дало можливість розвивати систему міжнародних змагань та було ухвалено рішення про регулярне проведення кубку світу з РГ.

Проведення міжнародних змагань узгоджується відповідно графіку календаря змагань JGA. Традиційно міжнародні турніри організують в східному регіоні, задля зручності пересування спортсменів. Після пандемії COVID-19 проведення змагань суттєво ускладнилося, тому наразі регулярних змагань по типу етапів гран-прі або кубків світу не проводиться, проте в країнах, де розвивається дисципліна художньої гімнастики серед чоловіків відбуваються турніри та щорічні національні першості в індивідуальній та груповій першості.

Також РГ не рідко демонструється у якості показових виступів. Так наприклад, чоловіча команда ритмічної гімнастики “Аоморі” виконали групову вправу на церемонії закриття Олімпійських Ігор в Токіо 2020. Також команди середніх шкіл та університетів були запрошені до різних країн та виступали на Festival del sole та GALA. Важливо зазначити, що реакція публіки була вкрай сприятлива.

3.2 Іспанський напрямок розвитку чоловічої художньої гімнастики

Історія розвитку іспанського напрямку ХГ серед чоловіків бере свій початок з середини 2000-х років. Першим чоловіком в ХГ, що почав змагатися за класичними правилами, був Рубен Аяуелло. Його вважають зачинателем даного напрямку. На перших етапах безпосередньо він вплинув на те, що федерація гімнастики Іспанії підтримала його ініціативу та дала дозвіл на включення в програму національних змагань чоловічу дисципліну. Так у 2009 році Рубен став чемпіоном Іспанії, а даний напрямок, окрім Іспанії, продовжує свій розвиток ще у трьох країнах: Франція, Португалія та США.

Характерною особливістю даного напрямку є те, що іспанська художня гімнастика за своїм змістом та формою повністю співпадає із жіночої дисципліною. Гімнасти змагаються за діючими правилами FIG, без їх адаптації. Такий підхід значно відрізняється від попередньо розглянутого японського напрямку, тим самим привертає увагу спільноти. ХГ стає досить популярною дисципліною серед чоловіків, деякі з тих хто зупиняє свою спортивну кар'єру продовжує залишатися в чоловічій ХГ в ролі тренера.

Наразі чимало клубів перелічених країн займаються підготовкою спортсменів до змагань національного та міжнародного рівнів. В деяких країнах хлопці різного віку починають знайомитися з цим видом спорту та приймають безпосередню участь у тренувальному процесі, проте через недостатній рівень популяризації виду дисципліни не мають можливості демонструвати навички на змаганнях. Чоловіки даної дисципліни наразі змагаються лише в індивідуальній першості.

3.2.1 Організаційне забезпечення іспанського напрямку. Всі основні функції організаційного забезпечення чоловічої художньої гімнастики іспанського напрямку виконують національні федерації гімнастики тих країн, що розвивають дану дисципліну.

Так як Франція та Іспанія являються найбільш розвинутими в даній сфері країнами, тому в першу чергу нами було розглянуто структуру та основні обов'язки членів іспанської федерації гімнастики (RSGF) та французької федерації гімнастики (FGF), що відповідальні за розвиток чоловічої дисципліни в художній гімнастиці.

В RSGF входять 19 регіональних федерацій. В Іспанії діє клубна система, для права участі у змаганнях та їх організації клуб має бути в реєстрі федерації. Всього на території Іспанії 13 клубів, що розвивають й активно займаються тренувальною та змагальною діяльністю для юнаків.

В перелік основних обов'язків RSGF та FGF входить:

- Організація та проведення змагань національного та міжнародного рівнів
- Координація та оптимізація роботи регіональних федерацій
- Реєстр СК
- Ліцензування тренерів, спортсменів та суддів
- Затвердження календарю змагань
- Контакткування та узгоджена робота з іншими національними федераціями та FIG
- Проведення курсів та акредитацій суддів відповідно до категорій
- Пошук та залучення зовнішніх джерел фінансування
- Популяризація сфери спорту

Аналіз офіційних сайтів організацій вказує на лише часткове виконання зазначених функцій, що стосуються розвитку саме чоловічої художньої гімнастики. Викладена в доступ інформація не повністю розкриває діяльність досліджуваної теми. Натомість офіційні сайти та соціальні мережі спортивних клубів, що займаються розвитком чоловічого напрямку в ХГ активно поновлюють інформацію, що стосується змагальної та тренувальної діяльності.

Це свідчить про недостатній рівень якості організаційного забезпечення та безпосередньо не в повній мірі реалізоване залучення національних федерацій іспанського напрямку художньої гімнастики для чоловіків.

На противагу важливо зазначити, що всі змагання, в яких надано можливість приймати участь чоловікам, узгоджені з федерацією на національному рівні, що все ж таки дає вагомий позитивний вплив на розвиток індустрії.

3.2.2 Матеріально-технічне та кадрове забезпечення іспанського напрямку. Фактор того, що чоловіча художня гімнастика, що розвивається на західно-європейській частині континенту, повністю в своїй основі базується на правилах жіночої дисципліни, дає досить широкі можливості для використання

існуючої матеріально-технічної бази. Весь необхідний інвентар може використовуватися як в цілях підготовки гімнасток, та і для організації тренувального процесу юнаків.

Оскільки в програму іспанської чоловічої ХГ не входять акробатичні стрибки, що вимагають окремого помосту та покриття для занять для зниження ризику травмувань, спортсмени в даній дисципліні використовують ідентичний класичній ХГ килим та твердий помост, яким вже забезпечені СК. Це значно спрощую систему заходів для підготовки матеріально-технічного оснащення центрів підготовки спортсменів.

Кадрове забезпечення полягає у підготовці наступних спеціалістів: судді, тренери, хореографи, організаційні посадовці.

На сьогоднішній день завдяки єдиним правилам змагань, відповідно й однаковій системі навчання й процедури акредитації суддів, організація суддівства реалізується без додаткових етапів. Відповідно судді, що успішно пройшли іспит і мають допуск до оцінювання змагань жіночої дисципліни автоматично вповноважені реалізовувати суддівство чоловічої дисципліни.

В СК підготовкою спортсменів займаються тренери, що так само виконують свої обов'язки організації та проведенню тренувального процесу жіночих груп. Юнаки приймають безпосередню участь в тренуваннях разом із дівчатами. Паралельно тренери навчають та досліджують особливості та специфіку методологічних основ тренувань чоловіків.

Хореографи, які закладають основи школи рухів, позиції, техніки фундаментальних елементів, викладають уроки балету одразу як чоловікам, так і жінкам. Адже базис хореографії як система рухів заздалегідь побудована без орієнтури на стать. Хоча деякі більш складні елементи класичного балету розрізняють для чоловічих та жіночих партій. В художній гімнастиці такі елементи активно використовуються та не поділяються.

3.2.3 Правила та система змагань. Правила, що регламентують підготовку й безпосередню участь спортсменів на змаганнях, повністю співпадає з діючими правилами FIG з ХГ, головні компоненти наведені у таблиці 3.6. Гімнасти змагаються в індивідуальній першості за віковими категоріями:

- Pre-junior (до 12 років)
- Junior (з 12 до 15 років)
- Senior (з 16 років)

Змагальна форма гімнастів має повторювати силует спортсмена, для можливості оцінювання техніки виконання елементів. Предмети, з якими виступають гімнасти, за своїми параметрами та формою мають повністю відповідати стандартам FIG:

- Скакалка (довжина регулюється за зростом спортсмен, матеріал синтетичний)
- Обруч (внутрішній діаметр від 80 до 90 см, вага 300 г, матеріал синтетичний)
- М'яч (діаметр 18.5 см, вага 450 г, матеріал гумовий)
- Булави (44 см, вага від 150 г кожна, матеріал синтетичний, каучуковий або змішаний)
- Стрічка (6 м, обов'язкова паличка та карабін для прикріплення)

Таблиця 3.6

Схема підрахунку підсумкової оцінки за виступ за правилами художньої гімнастики Міжнародної федерації гімнастики 2021-2024

Бригади оцінювання вправи та їх компоненти		
Бригада D	Бригада E	Бригада A
4 судді: D1, D2 відповідальні за оцінювання елементів складності тіла	4 судді: E1, E2, E3, E4 Відповідальні за відповідність виконання	4 судді: A1, A2, A3, A4

Продовження таблиці 3.6

D3, D4 відповідальні за оцінювання елементів складності предмету	елементів технічним вимогам	Відповідальні за оцінювання артистичних помилок
Компоненти:	Компоненти:	Компоненти:
- DA (20 за програмою сеньйорів, 15 у юніорській програмі)	- Помилки, втрати предмету	- Відповідність ритму музики рухам
- R (мінімум 1 R, максимум 5 у сеньйорів, 4 у юніорів)	- нечіткість траєкторії польоту предмету	Гармонійність між характером музики та діями спортсмена
- DB (всього 9 у сеньйорів, 3 з яких можуть бути комбінованими)	- Невідповідність форми DB зазначеному регламенту	- Втілення цілісного образу
Обов'язкові дві W та дві S	Оцінка вираховується без найвищої та найнижчої, середня центральних оцінок йде у підсумковий результат	Оцінка вираховується без найвищої та найнижчої, середня центральних оцінок йде у підсумковий результат
Оцінка не обмежена	Максимум 10.00 балів	Максимум 10.00 балів
Підсумкова оцінка = (DB + DA) + (10.00 – E) + (10.00 – A)		

Система змагань чоловіків в рамках іспанського напрямку ХГ передбачає регулярні мерії чемпіонатів на національному рівні. Також СК на чолі з регіональними організаціями під егідою Національних федерацій організують міжнародні турніри. В більшій мірі змагання відбуваються у змішаному форматі, що означає одночасне проведення змагань у жіночій та чоловічій дисциплінах. Такий підхід спрощує організаційну процедуру. Рейтинг результатів кожної з дисциплін будується окремо.

Висновки до розділу 3

Порівняльний аналіз чоловічої художньої гімнастики японського та іспанського напрямків допоміг всебічно їх дослідити за такими критеріями: історичні витoki, правила та системи змагань, матеріально-технічне та кадрове забезпечення.

Отримані данні дають підстави вважати, що японський та іспанський напрямки мають характерні відмінності не тільки за географічним показником, а й за цілісним образом представлення виду спорту. Серед відмінних рис слід виділити:

- Назва
 - Ритмічна гімнастика (назва східного напрямку);
 - Чоловіча художня гімнастика (назва західно-європейського напрямку).
- Правила змагання
 - відмінні предмети;
 - Різний стандарт форми для змагань;
 - Наявність в японському напрямку групових вправ;
 - Технічний набір елементів;
 - Формування підсумкової оцінки та аспекти суддівства.
- Матеріально-технічна база
 - Специфічність покриття майданчика для тренувань та змагань в східному напрямку.
- Система змагань
 - Студентський спорт є основою для РГ;
 - Клубна система змагань поширена у ХГ для чоловіків.

Важливим є підкреслити спільні риси, що об'єднують досліджувані напрямки ХГ:

- Вищим органом управління є федерації на національному рівні;

- Кадрове забезпечення наразі сформовано зі спеціалістів різних сфер, в тому числі хореографії, спортивної гімнастики, акробатики, жіночої ХГ;
- Помірне збільшення кількості тих, хто займається.

Для реалізації поставлених задач нами був виконаний аналіз офіційних сайтів СК та громадських організацій, а саме JGA, RSGF та FGF. Всі ресурси характеризуються невеликим вмістом інформації про чоловічу ХГ, що ймовірно може не достатньо позитивно впливати на приріст зацікавленості та розвиток індустрії в цілому.

Отже, всі виявлені показники вказують на необхідність приділення уваги з боку організаційного управління, щодо забезпечення задовільних умов розвитку чоловічої дисципліни в художній гімнастиці.

РОЗДІЛ 4

ОБҐРУНТУВАННЯ АКТУАЛЬНИХ ПРОБЛЕМ ТА ПЕРСПЕКТИВ РОЗВИТКУ ЧОЛОВІЧОЇ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

4.1 Сприйняття соціумом чоловічої художньої гімнастики

Дослідження проблематики чоловічої художньої гімнастики як новітнього тренду міжнародного спортивного руху потребує всебічного комплексного підходу. В ході проведення даного дослідження нами були застосовані наступні методи дослідження: аналіз літературних джерел, документальних матеріалів та інформації мережі інтернет, анкетування, соціологічне опитування, інтерв'ю, відеоаналіз, порівняння та статистична обробка даних.

Соціальне опитування проводилося з метою отримання інформації, щодо ступеня інформованості та загальної думки соціуму про розвиток напрямку чоловічої сфери в ХГ. Тому було сформульовано 2 питання:

1. Чи відомий Вам факт існування чоловічої художньої гімнастики в цілому?
2. Яке ставлення викликає напрямок чоловічої дисципліни в художній гімнастиці?

В опитуванні прийняло участь 120 респондентів з п'яти країн Європи: України, Польщі, Франції, Фінляндії та Словаччини. Важливо зазначити, що в соціальному опитуванні приймали участь люди, чия професійна діяльність не пов'язана із ХГ. При детальному аналізі отриманих результатів, відповіді були окремо поділені за наступними трьома ознаками респондентів:

- Географічне розташування (зادля виявлення тенденцій розвитку певного суспільства, що можуть впливати на думку респондентів)
- За статевою ознакою
- Вікова категорія

Якщо розглядати результати загальної сукупності відповідей, то результати розподілились наступним чином— 70,8% респондентам поняття чоловічої ХГ було невідомо й, відповідно, 29,2% респондентів від загальної кількості раніше чули про даний напрямок в спорті. Результати наведені в рис. 4.1.

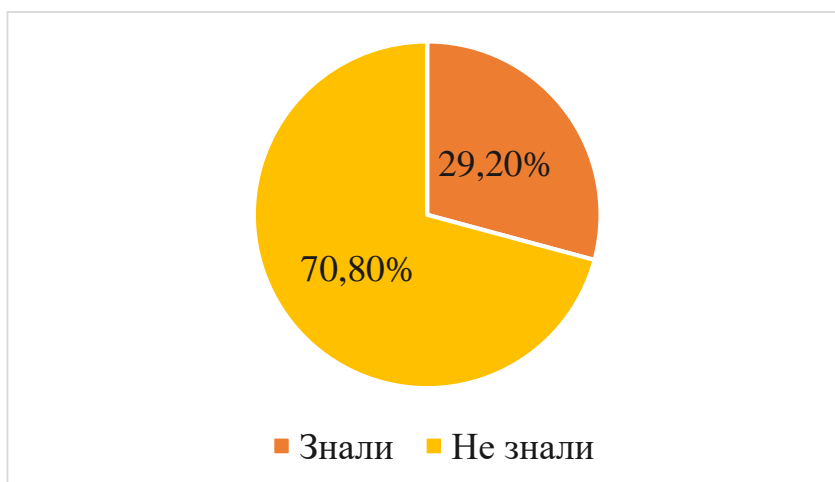


Рис. 4.1 Загальний результат соціологічного опитування за питанням №1

Аналізуючи відповіді окремо за вказаними вище ознаками після статистичної обробки даних виявлені наступні результати:

- Розподіл за ознакою географічного розташування респондентів: в Україні 38,3% мали уяву про поняття чоловічої ХГ, 61,7%— не знали про існування цього напрямку; 40% респондентів з Польщі позитивно відповіли на перше запитання, 60%— не були ознайомлені з чоловічою дисципліною в ХГ; результати опитування в Словаччині показали досить низький рівень інформованості суспільства щодо напрямку розвитку чоловіків в ХГ— 69,2% респондентів вказували, що напрямок ХГ серед чоловіків їм на момент опитування був невідомий. Найвищий рівень інформованості проявили респонденти з Фінляндії та Франції— 56,7% та 70% відповідно. Високий рівень інформованості у Франції обумовлений фактором сталого розвитку даної дисципліни на національному рівні. Деталі аналізу наведені на рис. 4.2.

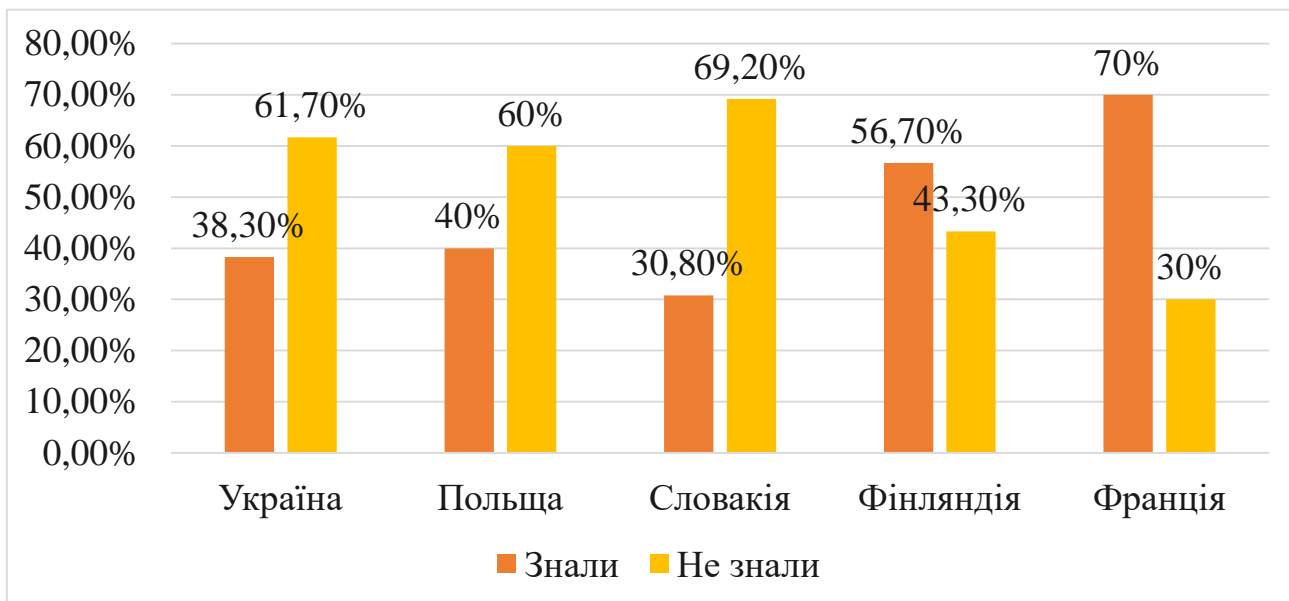


Рис. 4.2 Результати соціологічного опитування з урахуванням ознаки географічного розташування респондентів

- В соціологічному опитуванні серед респондентів було 47,5% жінок та 52,5% чоловіків. В результаті математично-статистичної обробки отриманих даних було виявлена відсутність характерної різниці між відповідями чоловіків та жінок, адже відсоткова розбіжність незначна. Результати наведені в рис. 4.3.

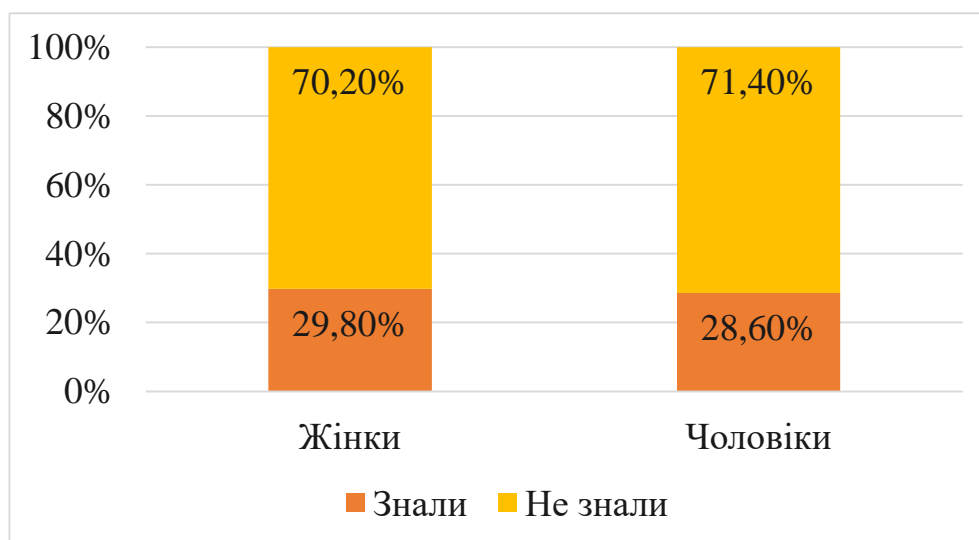


Рис. 4.3 Результати соціологічного опитування з урахуванням статевої ознаки

- За віком всіх респондентів було поділено за чотири групи. Отримані дані виявляють певну взаємозалежність— чим старша аудиторія, тим менший відсоток тих, хто заздалегідь знав про тенденцію розвитку чоловічої дисципліни в ХГ. Причиною цього може бути те, що люди молодого віку в більшості поглинають інформацію в режимі онлайн, особливу роль відіграють соціальні мережі, якими люди старшого віку користуються не так активно. Результати відображені в рис. 4.4.

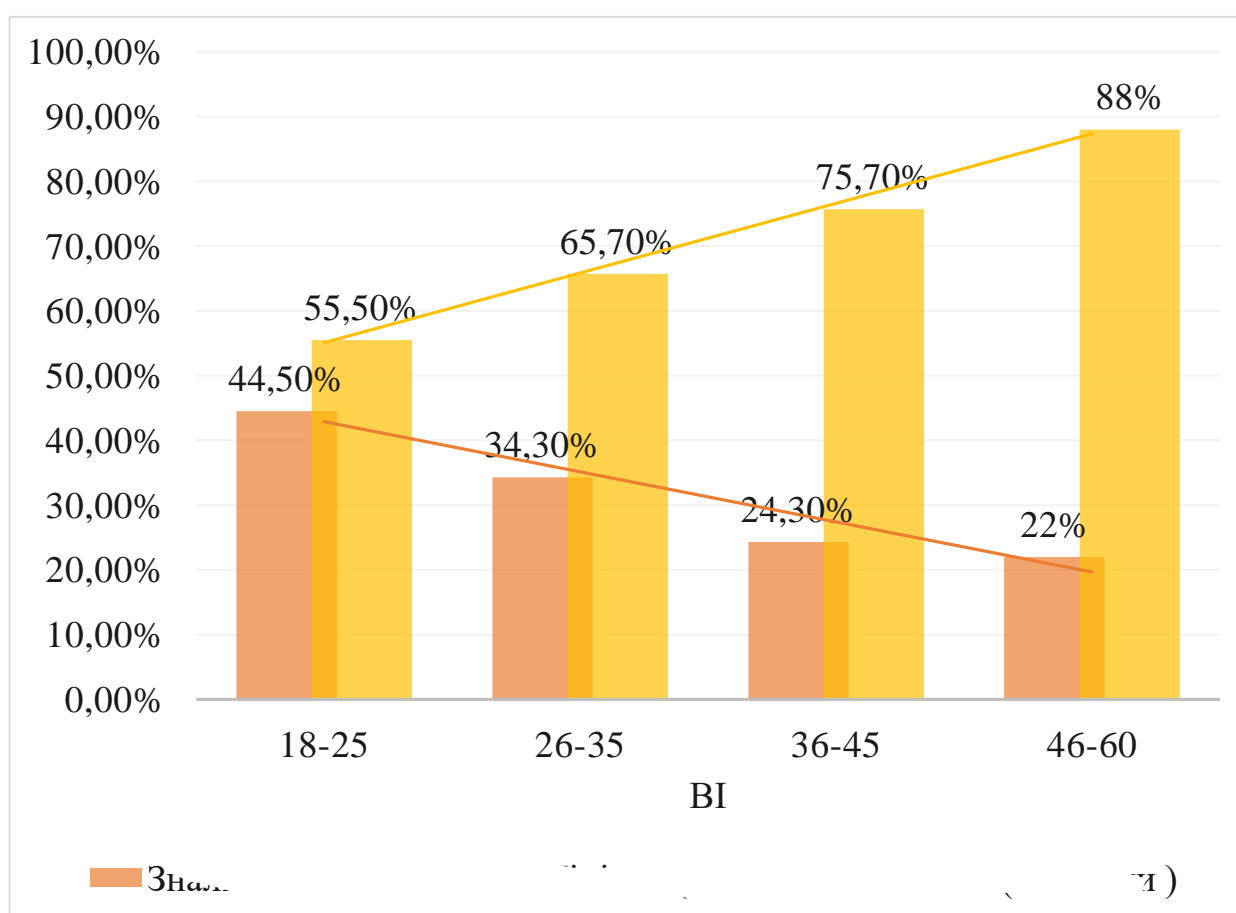


Рис. 4.4 Результати соціологічного опитування з урахуванням ознаки вікової категорії респондентів

Для більш точного розуміння ставлення людей до існуючої тенденції розвитку чоловічої ХГ в світі, респондентам було запропоновано визначити власну позицію щодо досліджуваного питання. Результати продемонстрували здебільшого нейтральне ставлення суспільства до чоловічої дисциплін в ХГ, проте 35% відповідей відображають негативне відношення людей до даного напрямку в спорті. Аналізуючи деталі, було виявлено, що 64% відповідей від загальної кількості респондентів, чия думка обрамлена негативним враженням, була властива чоловікам з України, що може бути спричинене стереотипним уявленням.

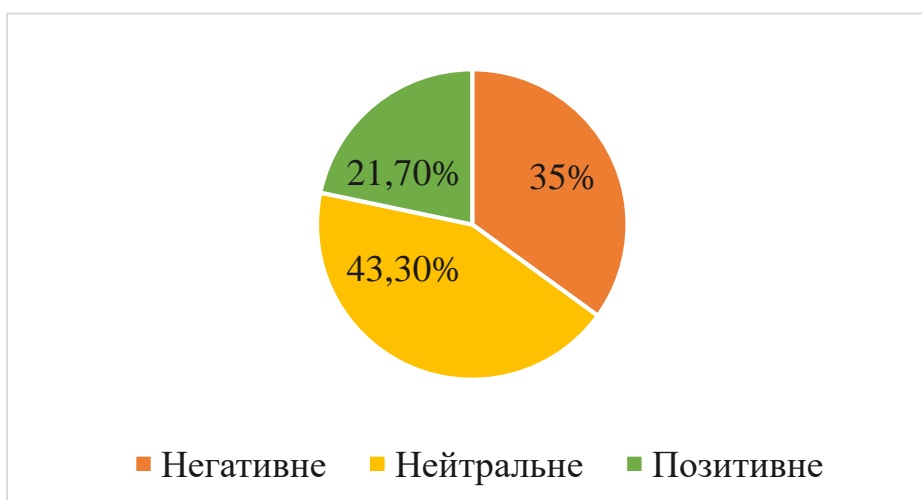


Рис. 4.5 Результати соціологічного опитування за питанням №2

В процесі дослідження чоловічої художньої гімнастики як новітнього тренду міжнародного спортивного руху експертне опитування стало одним з методів, що допоміг ближче познайомитися з представниками даного виду спорту та дізнатися їхню думку, щодо проблем в сфері та шляхів їх подолання. Серед респондентів були:

1. Пітерсон Сеуз - чемпіон Франції з художньої гімнастики, призер та учасник численних турнірів, є активним діячем у сфері чоловічої художньої гімнастики, є діючим спортсменом. Повна розшифровка бесіди надана в додатку "А".

2. Бенедикт Бауманн - гімнаст, тренер юніорської групи у США. Повна розшифровка бесіди надана в додатку “Б”.

3. Айван Фернандез - гімнаст, учасник, призер та переможець змагань національного та міжнародного рівня, представник Іспанії, наразі не виступає. Повна розшифровка бесіди надана в додатку “В”.

В експертному опитуванні гімнасти поділилися своєю історією, як вони зрозуміли, що хочуть спробувати саме художню гімнастику, з якими проблемами та труднощами зустрічалися та як вони бачать майбутній розвиток даного виду спорту.

Для детального розбору технічних складових вправ гімнасток та гімнастів ХГ, нами був застосований метод відеоаналізу. Нами було проаналізовано 30 чоловічих та 30 жіночих виступів з ХГ. Даний підхід дав можливість визначити сукупність елементів, які найчастіше використовують спортсмени у своїй змагальній програмі, та зрозуміти, наскільки вправно представники чоловічої художньої гімнастики справляються з вимогами діючих правил змагань. Оскільки всі елементи ХГ за своєю структурою поділяють на три групи: повороти, елементи рівноваги та стрибки, дані було відповідно систематизовано:

- В своїх програмах гімнасти найбільш вправно виконують повороти. 20% поворотів були виконані на 1800° , 30% — на 1440° , 35% — на 1080° , 15% — на 720° . Це пояснюється наявністю достатньої кількості елементів обертів, виконання яких не зумовлене великою амплітудою рухів.

- Елементи стрибків у виконанні чоловіків характеризується високим відштовхуванням й збільшеною довжиною прольоту, проте в 65% випадків була помітна вада амплітуди рухів та позицій тіла, причиною чого ірже виступати недостатній рівень гнучкості в кульшових суглобах.

- Рівноваги, що виконують чоловіки в своїй програмі здебільшого відповідають вимогам позицій тіла та фіксації цієї позиції. Хоча 60% спортсменів

виконують у вправах елементи рівноваги середньої складності, що в результаті знижує можливість отримання високої підсумкової оцінки бригади D.

В ході проведення дослідження, для вирішення поставлених задач, було застосовано метод анкетування. Для анкетного опитування були обрані респонденти, чия професійна діяльність пов'язана із сферою художньої гімнастики. Серед опитаних були тренери, судді та спортсмени. Всього участь прийняло 30 фахівців. Анкета сформована з 5 комплексних запитань, які допомогли відобразити загальну думку спеціалістів та виявити ймовірні подальші шляхи розвитку даної дисципліни. Приклад анкети наданий в додатку "Г".

- Всі респонденти без виключення були заздалегідь ознайомлені зі змістом, різновидами ХГ серед чоловіків та її головними особливостями, що свідчить про достатній рівень інформованості вузького кола спеціалістів.

- За результатами питання №2, про ставлення та особистої позиції, щодо японського напрямку чоловічої ХГ, 80% респондентів відмітили дану дисципліну як цікаву й неординарну. Серед переваг найчастіше вказували: збереження характерного маскулинного стилю, видовищність за рахунок включення акробатичних стрибків, які в традиційній ХГ заборонені правилами

- Характеризуючи іспанський напрямок фахівці відмічали проблеми наступного характеру: низький рівень естетичної складової, що стосується форми висунуту спортсменів та недостатній рівень розвитку профільної фізичної якості — гнучкості, що середньостатистично зумовлено природнім фактором у чоловіків

- Питання №4 було орієнтоване на виявлення наявного досвіду тренерської діяльності або суддівства чоловічої дисципліни. Проте лише один тренер мав подібний досвід тренування юнака в групі художньої гімнастики. Як вказала респондентка, робота відбувалася в звичному режимі, оволодіння

основними навичками спортсмену вдавалось без вагомих перешкод. Тренер відмітила гарну динаміку підвищення рівня ЗФП та СФП.

- Питання №5 мало на меті виявити можливі шляхи розвитку та ймовірні перспективи даної дисципліни. Одним з шляхів розвитку було запропоновано спробу поєднання елементів прави двох напрямків, для утворення симбіозу віртуозного володіння технікою предметів ХГ та акробатичних елементів, що виділяли би чоловічу дисципліну від жіночої. Серед перспектив найчастіше обирали визнання чоловічої дисципліни як окремої на міжнародному рівні, визнання даного виду спорту федерацією гімнастики (FIG) та ймовірне попадання чоловічої ХГ в програму Всесвітніх Ігор.

4.2 Актуальні проблеми та перспективи розвитку чоловічої художньої гімнастики

Отримані в ході проведення дослідження результати дозволяють виділити декілька чинників, що гальмують розвиток чоловічої дисципліни художньої гімнастики.

По-перше, в більшій мірі відповіді респондентів опитування включали в себе стереотипне уявлення. Художня гімнастика історично була лише жіночим видом спорту, тому чоловічі виступи можуть неоднозначно сприйматися публікою глядачів.

По-друге, в сфері чоловічої ХГ наразі відсутній єдиний орган управління, що встановлює єдині правила та цілісну систему змагань. Це неодмінно негативно впливає на динаміку розвитку даної дисципліни.

По-третє, аналітика офіційних сайтів організацій, медіа та інтернет ресурсів вказують на низький рівень інформаційного висвітлення чоловічої художньої гімнастики.

По-четверте, проаналізовані нами літературні джерела вказують на недостатній об'єм науково-методичного базису галузі чоловічої художньої гімнастики.

Виходячи з цього, нами запропоновано наступні шляхи вирішення зазначених проблем:

- Сприяння формуванню та піднесенню іміджу виду спорту;
- Налагодження організаційно-управлінської злагодженої роботи відповідних організацій на національному та міжнародному рівнях;
- Поширення науково-методичного підґрунття, розвиток дослідницької діяльності в сфері чоловічої ХГ.

Висновки до розділу 4

Дослідження досвіду світових країн-лідерів, що просувають спортивну діяльність чоловіків у ХГ й подальший аналіз отриманих даних в ході анкетування, соціологічного та експертного опитування, дозволило виявити основні напрями, що перешкоджають переходу від регіонального та національного рівня розвитку виду спорту до міжнародного. Головними бар'єрами виступають:

1. Характерне стереотипне уявлення про чоловічу дисципліну ХГ
2. Відсутність єдиного керівного органу для координації роботи сфери ХГ для чоловіків
3. Низький рівень інформаційного висвітлення даної дисципліни
4. Недостатній об'єм науково-методичного базису

Всі вище перелічені проблеми мають комплексний характер й відповідно потребують підбору оптимальних засобів задля ефективного їх вирішення. Нами було виділено три основні напрямки роботи:

- Формування іміджу виду спорту
- Налагодження організаційно-управлінської роботи
- Розвиток науково-методичного базису даної галузі

РОЗДІЛ 5

АНАЛІЗ ТА ОГОВОРЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Художня гімнастика серед чоловіків є відносно новою дисципліною, тому не всі процеси вдосконалені та налаштовані. Це дає підстави виокремити декілька напрямків розвитку даного виду спорту, що наразі мають негативний вплив на динаміку поширення зацікавленої аудиторії та підвищення рівня розвитку чоловічої ХГ. Анкетування, соціальне опитування, експертне опитування, аналіз літературних та інтернет ресурсів — всі ці методи дослідження стали підґрунтям для визначення головних орієнтирів в роботі та дозволили виявити основні проблеми, які гальмують досягнення ймовірних перспектив цього виду спорту. В результаті нами було сформульовано наступні 4 напрямки:

- Проблема стереотипного уявлення про чоловіків у ХГ;
- Проблема відсутності єдиного керівного органу в сфері чоловічої художньої гімнастики;
- Низький рівень висвітлення даного виду спорту;
- Недостатній об'єм науково-методичного базису досліджуваної сфери.

Для глибшого розуміння суті, що лежить в основі даної проблематики, необхідно розкрити значення поняття стереотипу. Соціальний стереотип сприйняття – явище, що визначає ставлення людини чи групи людей до будь-якого феномену. Стереотипи стійкі за своєю структурою, і зміна стереотипу навіть у разі однієї конкретної особистості трудомісткий за зусиллями та часом процес [51]. Якщо звернутися до Великого психологічного словника (Мещеряков Б.Г., Зінченко В.П., 2009), то соціальний стереотип трактується як стійке, спрощене та вкрай категоричне сприйняття та ставлення до будь-якого явища. У

цьому формування стереотипів – це нормальний процес, що є частиною соціалізації особистості.

Чоловіча дисципліна в ХГ не перший випадок, коли основоположною проблемою гальмування розвитку виду спорту постає упередження в якості уявлення гендерного стереотипу. Так наприклад, багато років прослідковується аналогічна проблема в жіночому футболі. Соціум важко сприймає змагання цієї дисципліни саме через проблему суб'єктивного упередженого сприйняття реальності, хоча об'єктивно досить важко виділити конкретні причини негативного ставлення. Аудиторія вболівальників звикла десятиліттями спостерігати гру чоловічих команд, тому мозок змодельював відповідний сталий стереотип, який блокує та не дає змогу з легкістю, вільно, без упереджень реагувати на нову інформацію або ситуацію. Так само ще декілька століть назад участь жінок в Олімпійських Іграх була в принципі неможливою, а будь-які намагання змінити це правило категорично негативно сприймалося соціумом. Для суспільства того часу такі зміни були неприйнятними, але наразі навряд чи такий стереотип має місце.

Чоловіча дисципліна в художній гімнастиці обрамлена шаром упередженої негативної думки в соціумі, що неодмінно виступає вагомою перешкодою динамічного розвитку цього напрямку. Про це свідчать позиції як спеціалістів сфери гімнастики, так і людей, чия діяльність безпосередньо не пов'язана із сферою ХГ. Найчастіші тези, якими люди апелюють своє негативне враження щодо чоловіків у ХГ виступають наступні:

- Неможливість прояву маскулинних рис у зазделегідь жіночому виді спорту;
- Неприйняття форми, в якій змагаються представники ХГ (трико та декоративні елементи)

На противагу важливо підкреслити, що художня гімнастика завжди була проявом поєднання мистецтва та спорту. В своїй основі ХГ охоплює вагому

частину, що побудована та перейнята з школи рухів класичної хореографії. Балетні рухи та елементи завжди втілюватися як балеринами, так і артистами балету. Наприклад чоловічі партії в балеті “Спартак” на музику Арама Хачатуряна, “Кармен-сюїта” Ж. Бізе – Р. Щедріна, “Дон Кіхот” Людовіка Мінкуса, “Ромео і Джульєтта” Сергія Прокоф’єва за своїм змістом завжди підкреслювали маскулинність героя, його вольові, іноді брутальні риси. Для форми, в якій танцюристи виконують виступи також в більшості випадків обирають трико, з метою підкреслення ліній тіла [26, 94].

Індустрія балету теж не стоїть на місці, адже з плином часу класичні балетні трупи на чолі з хореографами почали трансформувати традиційні елементи у нові концепції, що дало початок розвитку модерністського стилю, а згодом і аудиторію глядачів й театральних критиків захопили експерименти в течії постмодерну. Сучасна форма балету намагається тонко, засобами мистецтва та мовою тіла відзеркалити актуальні гострі соціальні проблеми, які в певні періоди постають перед кожним з нас [74]. Один з засобів, котрим сучасні хореографи активно користуються, носить назву “Травісті ампуа” [3]. Такий прийом одним з перших використовували в рамках традиційного японського театру “Кабукі”, де з 1653 року мали змогу виступати виключно чоловіки, хоча образи, що втілювали актори були і маскулинні, і фемінні. Пізніше, наприкінці 20го- початку 21го століття засіб обміну ролей між чоловіками та жінками застосовували у своїх постановках такі поважні балетмейстери як: Матс Ек, Олексій Канонов, Борис Ейфман, Рафаель Боначела, Гарретт Сміт, Стефані Лейк, Александр Ейкман та ін [76, 77].

Будь-яка галузь проходить етапи трансформації, адже світ невпинно динамічно розвивається. Галузь спорту не є виключенням, тому появу нових форм, сенсів та концепцій, які не завжди легко сприймаються суспільством, можна вважати закономірними етапами розвитку загальносвітових процесів.

Виходячи з цього, можна зробити висновок, що найбільш оптимальний шлях подолання стереотипного уявлення є перетворення його на звичку. Даний процес є відносно повільним, а отже ймовірно займатиме великі часові проміжки, що можуть сягати від 3-5 років до десятиліть.

Однією з нетипових проблем, які не дають можливості в повній мірі динамічно розвиватися чоловічій ХГ є те, що напрямок чоловічої ХГ розуміє під собою два кардинально відмінних види. Японська ритмічна гімнастика має на меті створення окремої дисципліни. В супереч цьому іспанський напрямок за стратегією розвитку повністю за змістом та формою слідує традиційній художній гімнастиці.

Обидва види чоловічої художньої гімнастики на сьогоднішній день не мають підтримки на міжнародному рівні. З боку FIG не ведеться роботи задля реалізації розробки програми чоловічої дисципліни або формуванню єдиних правил змагань.

Керівні органи наразі в обох напрямках функціонують лише на національному рівні. Координація чоловічої художньої гімнастики відбувається ізольовано та не узгоджено, що в свою чергу гальмує розвиток та поширення зацікавленої аудиторії даним видом спорту.

Для ефективної реалізації програми, мета якої виступає підвищення розвитку виду спорту, важливим компонентом неодмінно виступає активне висвітлення подій та явищ, що пов'язані з конкретною дисципліною.

Станом на 2022 рік об'єктивно чоловіча художня гімнастика немає достатнього рівня висвітлення. Такі висновки були зроблені на базі аналізу офіційних сайтів відповідних керівних органів, СК, їх соціальних мереж, статей, інтерв'ю тощо. Всі вищеперелічені ресурси надають досить вичерпану інформацію, не в повній мірі забезпечують інформацією про актуальні заплановані або реалізовані спортивні заходи. Загалом процес пошуку інформації характеризується досить ускладненим алгоритмом, адже навіть офіційні інтернет

ресурси не подають інформацію у зручному для користувача вигляді. На сайтах новини оновлюються нерегулярно, що в свою чергу не дає змогу слідкувати за подіями сфери чоловічої художньої гімнастики в умовах реального часу.

Чимало статей популярних спортивних новинних ресурсів подають інформацію про чоловічу дисципліну в ХГ іспанського напрямку коротко, резонансно, використовуючи провокативні засоби. Це вкрай негативно впливає на формування повноцінної уяви спільноти про вид спорту. Таким чином вибудовується хибний імідж спортсменів, що не сприяє подальшому розвитку сфери.

На сучасному етапі міжнародного спортивного руху науково-методична література відіграє важливу роль. Це забезпечує єдину платформу обміну знаннями та досвідом між дослідниками та науковцями в різних галузях, дозволяє поширювати межі доступних знань та стимулювати динамічний розвиток науково технічного прогресу в світі. Завдяки розвиненій системі науко-методичних основ створюється простір для вузькоспеціальних досліджень, що в свою чергу допомагає застосовувати методології та техніки безпосередньо на практиці.

В галузі чоловічої художньої гімнастики станом на 2022 рік об'єм науково-методичного базису лише починає формуватися. Розвиток напрямку ХГ серед чоловіків активізувався протягом останніх 15-20 років, тому відповідної літератури не так багато, у порівнянні із науковим обґрунтуванням жіночої дисципліни.

На сьогоднішній день недостатня кількість проведених та описаних досліджень в області чоловічої дисципліни в ХГ виступає однією з перешкод, для ефективного досягнення бажаного рівня розвитку художньої гімнастики серед чоловіків в світі.

Кожна з визначених нами проблем потребує ґрунтовного підходу для ефективного вирішення задач. Виділені нами проблеми характеризують співзалежністю, а отже засоби їх подолання мають нести комплексний характер

1. Формування іміджу виду спорту, передбачає наступні кроки:
 - Своєчасне публікування та регулярне оновлення актуальної інформації щодо спортивних подій та заходів на офіційних сайтах керівних органів;
 - Поширення пізнавальної інформації про історію, особливості, результати чоловічої дисципліни у ХГ іспанського та японського напрямків у ЗМІ (телебачення, новинні ресурси, онлайн журнали тощо)
 - Розвиток соціальних мереж, наповнених контентом, що всебічно відображає аспекти розвитку ХГ серед чоловіків із залученням діючих спортсменів (Instagram, YouTube, платформи для подкастів, TikTok тощо).
2. Налагодження організаційно-управлінської роботи:
 - Налаштування регулярної комунікації із представництвом FIG
 - Формування окремої групи функціонерів, для організації управління напрямком чоловічої художньої гімнастики
 - Розробка програми виду спорту
3. Розвиток науково-методичного базису даної галузі:
 - Подальша організація та проведення досліджень в фермі чоловічої ХГ
 - Розробка спеціальних методик тренувань для чоловічої дисципліни в ХГ.

ВИСНОВКИ

1. Міжнародний спортивний рух неупинно розвивається, постійно з'являються нововведення, збільшується вплив зовнішніх чинників, що сприяє появі нових дисциплін. Саме такою дисципліною і є чоловіча художня гімнастика.

Історично художня гімнастика формувалася як вид фізичної діяльності виключно для жінок, проте за останні десятиліття з'явилася нова тенденція - розвиток чоловічого напрямку. Обсяг проаналізованих нами літературних джерел в процесі підготовки та проведення дослідження надав можливість всебічно вивчити аспекти, що стосуються історичних передумов виникнення даної спортивної дисципліни, визначення актуальних проблем в сфері чоловічої художньої гімнастики та розглянути можливі перспективи подальшого розвитку цього напрямку.

2. Існуючі японська та іспанська школи чоловічої художньої гімнастики розкривають кардинально протилежні погляди на формат та зміст дисципліни. Характерними рисами східного напрямку виступає новизна форми предметів, технічних елементів та особлива маскулинна стилістика рухів. Напротивагу, представники іспанської традиції дотримуються канонів започаткованих класичною художньою гімнастикою.

3. Для оцінки сприйняття суспільством чоловічої художньої гімнастики нами було застосовано наступні методи: експертне опитування, анкетування та соціологічне опитування. Результати дали змогу глибше виявити недоліки розвитку даної дисципліни та сформулювати шляхи їх подолання.

Художня гімнастика серед чоловіків є відносно новою дисципліною, тому не всі процеси вдосконалені та налаштовані. Проблематика була розглянута нами з наступних 4 сторін:

- Проблема стереотипного уявлення про чоловіків у ХГ;

- Проблема відсутності єдиного керівного органу в сфері чоловічої художньої гімнастики;

- Низький рівень висвітлення даного виду спорту;

- Недостатній об'єм науково-методичного базису досліджуваної сфери

Щодо подальших перспектив розвитку чоловічої дисципліни можна виділити наступні:

- Популяризація занять чоловічою художньою гімнастикою серед широкого загалу;

- Визнання даної дисципліни Міжнародною федерацією гімнастики;

- Поширення системи регулярних змагань;

- Уніфікація правил з виду спорту;

- Збільшення об'єму матеріалу науково-методичного характеру та подальший розвиток дослідженні цієї галузі.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Міжнародній федерації гімнастики (FIG) нами запропоновано наступні рекомендації ймовірних шляхів розвитку чоловічої дисципліни художньої гімнастики:

- визнати дисципліну на офіційному рівні;
- висвітлювати спортивні події (змагання, показові виступи) на сайті та офіційних сторінках у соціальних мережах задля сприяння формуванню позитивного іміджу виду спорту;
- стандартизувати та затвердити єдині правила та систему змагань

Організація узгодженої роботи федерацій художньої гімнастики на національному та регіональному рівнях забезпечить сталий розвиток чоловічої дисципліни.

Включення питання розвитку напрямку чоловічої художньої гімнастики при розробці стратегій розвитку неолімпійських дисциплін спортивним комітетом України.

Спортивним клубам різних форм власності, дитячо-юнацьким спортивним школам рекомендовано розглянути можливість надання спортивно-оздоровчих послуг у якості занять художньою гімнастикою для хлопців, задля популяризації чоловічої ХГ серед широкого загалу.

Профільним закладам вищої освіти в навчальний процес доцільно включати тему про чоловічу дисципліну в художній гімнастиці для збільшення об'єму матеріалу науково-методичного характеру та сприяння подальшому розвитку досліджень цієї галузі .

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аверина, М. В. (2011). Проблематика гендерных трансформаций в современном спорте. Теория и практика физической культуры, (9), 25-28
2. Андрис Э. Р. Обзор. Координация: основополагающее средство в современно тренировочном процессе 2022
3. Аникина В.Р. Новый пол: мужчины в женских ролях // Альманах «Studia culturae», Studia culturae. Выпуск 3., №3 Санкт-Петербург : Санкт-Петербургское философское общество, 2002. С.147-153
4. Багадирова С.К. (2014), «Формирование гендерной личности в условиях профессионализации личности в спорте». Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. No 2. С. 114 - 118.
5. Білогур, В. Є. "Становлення і розвиток парадигми філософії спорту в умовах глобалізації." Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії 61 (2015): 78-89
6. Бойко, В. С., Володіна, П. М., Геворгян, С. А., Стратій, Н. В. (2019). Інтеграція жінок в олімпійські ігри
7. Бондаренко, С. В., А. О. Журба. "Розвиток гнучкості у юних спортсменів." 29
8. Брага, Л. В. "Зародження художньої гімнастики." Сучасні виклики і актуальні проблеми науки, освіти та виробництва (2020): 173
9. Винер И. А., Крючек Е. С., Медведева Е. Н., Терехина Р. Н. Теория и методика художественной гимнастики. 2014. 120 с
10. Виноградова, Тетяна. "Гендерні стереотипи у спорті (психологічні особливості)." (2019)
11. Власюк, Ігор. "Психологія жінки та чоловіка в спорті: гендерний аспект." Збірник матеріалів науково-практичної конференції «Гендерна освіта—ресурс розвитку паритетної демократії», Київ, 2011 (2011): 506

12. Войнаровська, Ганна Анатоліївна. "Хореографічний імпресіонізм як історична складова творчого підходу в художній гімнастиці." Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві 1 (2014): 5-7
13. Волчукова, Вікторія Миколаївна, and Олена Миколаївна Тіщенко. "Особливості інтерпретації гендерних стереотипів балетмейстерами в тематиці сучасних хореографічних творів." Наукові записки. Серія: Педагогічні науки 203 (2022): 47-51
14. Воропай, С. М., А. Ю. Бондаренко, and А. О. Бурдун. "Гендерна рівність в олімпійській спортивній програмі: позитивні та негативні аспекти." 18
15. Гальчук Д.С. (2017), «Понятие «идентичность личности». Вестник Бурятского государственного университета. Педагогика. Филология. Философия. Вып. 5. С. 44 - 51.
16. Гиряков Я. В., Голубева Г. Н. Стереотипы восприятия и их влияние на развитие вида спорта (на примере киберспорта) // Олимпийский спорт и спорт для всех: сборник научных трудов. – 2020. – С. 205.
17. Гончаренко Є. В. Сучасні тенденції та актуальні проблеми розвитку неолімпійського спорту / Є. В. Гончаренко // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2013. – № 27 (2). – С. 35-38.
18. Гончаренко, Ю. О. "Проблеми гендерну у спорті та фізичному вихованні у сучасному суспільстві." «Фізична культура в університетській освіті: інновації, досвід та перспективи розвитку в умовах сучасності»: збірник матеріалів (2022): 449
19. Гузарь, В. М., and Л. В. Гаврильченко. "Вплив деяких факторів на розвиток фізичної культури і спорту." Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту 6 (2001): 3-8
20. Дейнеко, Альфія Хамзіївна, and Дар'я Петрова. "Особливості художньої гімнастики як олімпійського виду спорту." (2018)

21. Долбишева, Н. Г. "Особливості тенденцій розвитку Всесвітніх ігор." Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова]. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) 3 (2016): 46-51
22. Єднак, Валерій Дмитрович. "Гендерна рівність в Олімпійському спорті." (2021)
23. Єфремова А. Г., Гринько В. М., Куделко В. Е. Особливості методики спортивного тренування чоловіків і жінок в обраному виді спорту. – 2022
24. Замрозович-Шадріна С. Р. "Вікові аспекти розвитку гнучкості" //Editorial board. – 2022. – С. 191
25. Зінюк, А. В. "Соціальний контекст розвитку сучасного спорту." Наукові праці [Чорноморського державного університету імені Петра Могили]. Сер.: Соціологія 177, Вип. 165 (2012): 83-85
26. Карандєєва Олена. "Педагогічна школа чоловічого балетного виконавства в Україні." Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв 3 (2020): 145-151
27. Кирило, Краснянський. "Сучасні тенденції розвитку спорту та їх вплив на організацію комплексних змагань." (2016)
28. Колчина И. А. Перспективы развития мужского синхронного плавания в России //Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – С. 46-48.
29. Кривенко, Анатолій Петрович, and Максим Миколайович Желізний. "Гімнастика (теоретичні відомості)." (2019)
30. Кропивницька, Т. А. "Перспективи розвитку неолімпійського спорту." (2016)
31. Крючек, Елена, et al. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития. Litres, 2017

32. Кудрявцева, Т. А.; Мельникова, Н. Ю.; Трескін, А. В. Гендерные тенденции в развитии синхронного плавания. In: Олимпийский бюллетень № 21. 2020. p. 163-168
33. Лесгафт, П. Ф. "Основы естественной гимнастики." Собрание педагогических сочинений 4: 7-22.
34. Лещенко, Д. О. "Вплив соціокультурних змін ХХ–ХХІ століть на розвиток танцю постмодерн та танцювального мистецтва загалом." Young 74.10 (2019)
35. Литвин, Є. О. (2022). Особливості художньої гімнастики як виду спорту. DOI: <https://doi.org/184>
36. Лукашук, В. І. "Деструктивні фактори розвитку індустрії спорту." Вісник Львівського університету. Серія соціологічна 5 (2011): 287-292
37. Лукашук, В. І. "Маркетингові практики в індустрії спорту." Український соціум 3.30 (2009): 65-71
38. Лукашук, Віталій Игоревич. Тенденции развития спорта в условиях рыночных преобразований. Diss. Харьковський національний університет ім. ВН Каразіна, 2006.
39. Лукашук, Віталій Ігорович. "Особливості гендерної соціалізації у спорті." Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи 29 (2012): 141-145
40. Люта, Леся Петрівна. Інституціалізація спорту: динаміка структурних змін. Diss. Люта Леся Петрівна, 2007
41. Мальцев, А. Е. Предпосылки возникновения и развития синхронного плавания как вида спорта. ББК 75 О 54, 144
42. Марчук, Володимир. "Сучасні тенденції розвитку видів спорту зі складною координаційною структурою." Вісник Кам'янець-Подільського

- національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини (2012)
- 43.Миронова, Е. А. История и факторы развития художественной гимнастики. In: Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа. 2020. p. 229-229
- 44.Миронова, Татьяна Александровна, et al. "Особенности возникновения новых видов спорта." Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки 22.4 (168) (2017): 74-80
- 45.Мягкова С. Н. Проблеми гендерної асиметрії в сучасному олімпійському русі / С. Н. Мягкова // Теорія і практика фізичної культури. – No 3. – 2001. – 49 с.
- 46.Нестерова, Тетяна Володимирівна. Передумови виникнення художньої гімнастики як специфічної системи фізичного виховання жінок. Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодення, майбутнє (до 100-річчя першого київського диплома вчителя фізичної культури): матер. Міжнар. наук.-практ. конфер., 18—19 жовт. 2012 р., 2012, 190-196
- 47.Носенко Є., Порхун В. Особливості розвитку координаційних здібностей //Сучасна наука: тенденції та перспективи. – С. 76
- 48.Овдиенко, А. Г. (2015). Становление и развитие музыкально-ритмического воспитания. Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование, (2), 73-76
- 49.Осинцева, Надежда Владимировна. Рациональное и иррациональное в танце Айседоры Дункан. Общество: философия, история, культура, 2020, 5 (73)
- 50.Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев: Олимпийская литература, 2013. 624 с
- 51.Ратошнюк, Микола Миколайович. Психологічні підходи до розуміння гендерних стереотипів. Рекомендовано до друку вченою радою

- Житомирського державного університету ім. Івана Франка (протокол № 4 від 30 квітня 2020 року), 2020, 48
- 52.Савитська, Н. О.; Блажиевський, Г. В. Ритмічна гімнастика: побудова комплексів та методика проведення занять. Фізичне виховання та спорт у контексті держної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи, 2015, 2: 97-99
- 53.Сайнчук М. Формування ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури і спорту учнів старших класів у процесі фізичного виховання. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2012. № 2. С. 68-73.
- 54.Сайт МОК
- 55.Скрипченко І.Т., Скрипченко О.Т. Питання гендерної рівності у спорті в діяльності Міжнародного Олімпійського Комітету. Забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків в Україні: сучасні досягнення та перспективи: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., присвяченій 25-й річниці з дня прийняття Конституції України та 30-й річниці проголошення незалежності України (м. Дніпро, 10-11 червня 2021 р.). - Дніпро : ДДУВС, 2021. С.86-88
- 56.Смолякова, І. Д. "Історичний огляд гендерних підходів у спорті." (2021)
- 57.Сосіна В. "Особливості хореографічної підготовки в спорті." Танцювальні студії 3.1 (2020): 72-79
- 58.Сосіна В. Значение и методика развития активной и пассивной гибкости в хореографии. Науковий журнал Київського національного університету культури і мистецтва «Танцювальні студії». Том 2. 2019. №1. С. 99-105
- 59.Сосіна В., Мазур І. Проблема синтезу хореографічного мистецтва та спорту //Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2022. – №. 1. – С. 107-111
- 60.Сосіна В., Руда І. Сучасні вимоги до розвитку гнучкості у художній гімнастиці //Наука в олімпійском спорте. – 2020. – Т. 1. – С. 48-51

61. Сосіна, Валентина, and Ірина Руда. "Сучасні вимоги до розвитку гнучкості у художній гімнастиці." *Наука в олімпійському спорті* 1 (2020): 48-51
62. Степанюк, С. І.; Ектова, Т. О. Витоки художньої гімнастики. Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та ВНЗ, 2015, 1: 315-320
63. Сутула В. "Основні тенденції та суперечності в розвитку сучасного спорту." *Physical education, sport and health culture in modern society* 3 (35) (2016): 26-32 60
64. Таран, Л. М.; Таран, Г. О. Заходи Міжнародного олімпійського комітету щодо підвищення гендерної рівності на Олімпійських Іграх. ББК 75.4 (0) 90к. я431 М 78 Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIV Міжнародної конференції молодих вчених, 19 травня 2021 року [Електронний ресурс].—К., 2021.—287 с. У збірнику представлені тези з актуальних питань: правові, організаційні, соціальні, екологічні та економічні, 74
65. Тарасевич О., Канунова Л., Мулик В. "Історичні засади формування гендерного підходу у фізичному вихованні." *Physical education, sport and health culture in modern society* 4 (48) (2019): 19-31
66. Тарасевич О., Канунова Л., Мулик В. "Особливості гендерної ідентичності у спортсменів, які спеціалізуються в різних складнокоординаційних видах спорту, у тому числі і силової спрямованості." *World Science* 1 (62) (2021)
67. Хамадрахімова Н. Г., Савосина М. Н. Факторы развития вида спорта //Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – С. 339-342.
68. Цьось, Анатолій Васильович. "Закономірності розвитку фізичної культури." (2010)

- 69.Чечельницкий, А. А. "Особенности реализации идеи гендерного равенства в спорте." Сборники конференций НИЦ Социосфера. No. 29. Vedecko vydavatelske centrum Sociosfera-CZ sro, 2016
- 70.Чиглинищев, Евгений Александрович. «Шлиман античной хореографии»: античность в творчестве Айседоры Дункан. Диалог со временем, 2010, 30: 183-189
- 71.Чистякова, М. А., and А. П. Шишкин. "Проблемы и противоречия в вопросах гендерного равенства в спорте." Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини 12 (2019): 93-98
- 72.Шариков, Д. И. Ритмопластический и авангардный факторы в хореографии XX века. Науковий огляд, 2014, 5.6: 68-73
- 73.Шеремет, Любов. "Культурний потенціал спорту та гуманістичні цінності молоді: проблеми й тенденції розвитку." Науковий вісник Чернівецького університету. Філософія 754-755 (2015): 274-279
- 74.Щербак Є.В. Соціокультурний контекст видозмін у хореографічному мистецтві XX – поч. XXI ст.
- 75.Щербак, Є. В. "Віддзеркалення феміністичної проблематики в українському балеті радянської доби." Вісник Харківської державної академії дизайну і мистецтв 13 (2012): 182-185
- 76.Щербак, Євгенія. "Зміна гендерних ролей у сучасних хореографічних практиках." Етнічна історія народів Європи 42 (2014): 216-218
- 77.Щербаков В.В. Мистецтво балету у постмодерніському дискурсі. Актуальні проблеми історії, теорії та практики художньої культури. 2013. Вип. 31. С. 320–327
- 78.Banes, Sally. Dancing Women: Female Bodies Onstage. Routledge, 2013

- 79.Bozanic, A. and Miletic, D. (2011). Differences between the sexes in technical mastery of rhythmic gymnastics. *Journal of Sports Sciences*, 29, 337-343.
- 80.Bozanic, A., & Miletic, D. (2011). Differences Between the sexes in technical mastery of rhythmic gymnastics. *Journal of Sport Sciences*, 29(4), 337-343.
- 81.Bruno B. G., David L. S. M., de Jesus F. A. F. Basic guide for the application of the main variables of resistance training in elderly //Aging Clinical and Experimental Research. – 2019. – T. 31. – №. 7. – C. 1019-1020
- 82.Chimot Caroline, « Construire sa masculinité et pratiquer un sport artistique et « féminin » : les garçons en gymnastique rythmique », *Staps*, 2014/1 (n° 103), p. 101-117. DOI : 10.3917/sta.103.0101.
- 83.Clegg, Helen, Helen Owton, and Jacquelyn Allen-Collinson. "Attracting and retaining boys in ballet: A qualitative study of female dance teachers." *Journal of Dance Education* 19.4 (2019): 158-167
- 84.Douda, H., Toubekis, A., Avloniti, A., & Tokmakidis, S. (2008). Physiological and anthropometric determinants of rhythmic gymnastics performance. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 3, 41-54.
- 85.Edouard, Pascal, et al. "Gymnastics injury incidence during the 2008, 2012 and 2016 Olympic Games: analysis of prospectively collected surveillance data from 963 registered gymnasts during Olympic Games." *British journal of sports medicine* 52.7 (2018): 475-481
- 86.Erceg, Tina, and Ana Kezić. "The effect of gender on children's rhythmic gymnastics skills." 7th international scientific conference on kinesiology
- 87.Gender equality and inclusion report 2021 IOC
- 88.Grindstaff, Laura, and Emily West. "Cheerleading and the gendered politics of sport." *Social Problems* 53.4 (2006): 500-518

- 89.Haltom, Trenton M., and Meredith GF Worthen. "Male ballet dancers and their performances of heteromascularity." *Journal of College Student Development* 55.8 (2014): 757-778
- 90.Hewitt, J.P., and Shulman, D. (2011). *Self and society: A symbolic interactionist social psychology* (11th ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon
- 91.Kamberidou, I., Tsopani, D., Dallas, G., and Patsantaras, N. (2009). A question of identity and equality in sports: men's participation in men's rhythmic gymnastics. *Nebula 6.4 a Journal of Multidisciplinary Scholarship Australia*, 6, 220-237.
- 92.Kamberidou, Irene, et al. A Question of Identity and Equality in Sports: Men's Participation in Men's Rhythmic Gymnastics. *Nebula*, 2009, 64
- 93.Lutts, Abbey. "Storytelling in Contemporary Ballet." (2019)
- 94.Man Dance Company (MDC).
- 95.Miletić, Đ. (2012) The subjective exercise experiences and aesthetic activities. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 52(1); 5-12
- 96.Oliver, Wendy, and Doug Risner. "An introduction to dance and gender." *Dance and Gender: An Evidence-Based Approach*, eds WR Oliver and D. Risner (Florida: University Press of Florida)(2017): 1-19
- 97.Peterson, G.T., and Anderson, E. (2012). The Performance of Softer Masculinities on the University Dance Floor. *Journal of Men's Studies*, 20, 3-15.
- 98.Pollatou, Elisana, Konstantina Karadimou, and Vasilios Gerodimos. "Gender differences in musical aptitude, rhythmic ability and motor performance in preschool children." *Early child development and care* 175.4 (2005): 361-369
- 99.Priyadharshini, E., and Pressland, A. (2016). Doing femininities and masculinities in a 'feminized' sporting arena: the case of mixed-sex cheerleading. *Sport in Society*, 19, 1234-1248.

100. Roberts, Rosemary. "Performing gender in Maoist ballet: Mutual subversions of genre and ideology in The Red Detachment of Women." *Intersections: Gender and Sexuality in Asia and the Pacific* 16 (2008): 1-17
101. Sandra L. Hanson and Rebecca S / L. Sandra // Kraus *Sociology of Education*. – Vol. 71, No. 2 (Apr., 2014). – P. 93–110.
102. Silva, Maria Raquel, and Paulo Barata. "Athletes and coaches' gender inequality: the case of the gymnastics federation of Portugal." *Science of Gymnastics Journal* 8.2 (2016): 187-196
103. Silva, P. (2013). "Construyendo el puzle de la masculinidad en la educación física portuguesa" [Building the puzzles of masculinities in Portuguese PE]. In J. Piedra (ed.), *Géneros, Masculinidades y Diversidad* (pp. 133-159). Barcelona: Octaedro.
104. Silva, P., Botelho-Gomes, P., and Goellner, S.V. (2012). Masculinities and sport: the emphasis on hegemonic masculinity in Portuguese physical education classes. *International Journal of Qualitative Studies in Education* 25, 269-291.
105. Steinfeldt, J.A., Miller, I.K., and David, J.L. (2016). Masculinities in sport: Incorporating heterogeneity into hegemony. In Y.J. Wong, and S.R. Wester (eds.), *APA Handbook of Men and Masculinities* (pp. 659-681). Washington, DC: APA.
106. Walmsley, Walmsley. "Masculinity and Dance: Male Dancers, Gender and Society in Stockholm, Sweden." (2020)
107. 山田小太郎, 田原淳子. 男子新体操の発祥起源を探る // 日本体育・スポーツ・健康学会予稿集. – 一般社団法人 日本体育・スポーツ・健康学会, 2021. – C. 79.

108. 田中直美 山本清文. "男子新体操におけるダンス・アイソレーショントレーニングの導入に関する研究." (A Study on Introduction of Dance Isolation Training in Men's Rhythmic Gymnastics) 花園大学文学部研究紀要 51 (2019): 119-143
109. 菅正樹 大学男子新体操指導者の現状: 男子新体操競技に対する捉え方 //花園大学文学部研究紀要 (University's Men's Rhythmic Gymnastics Coaches Recognition for Coaching) – 2020. – T. 52. – C. 49-69.

ДОДАТОК А

Експертне опитування Пітерсона Сеуза**Who or what exactly inspired you to start practice rhythmic gymnastics?**

Marina Shpekht, Anna Bessonova were the two persons who inspired me the most to start RG when I was 10. Very different styles but both attracted me for multiple reasons:

- Their presence and charisma transported me to another world. They mesmerized me.
- Their apparatus handling reminded me of circus arts which i loved.
- The things they were doing with their bodies made me feel like they were invisible, unbreakable.

Anna Bessonova, especially, reminded me of my mom with her style. Very powerful, strong but always extremely elegant.

Are there many people who are interested in rhythmic gymnastics among men?

In France Yes, even if the national federation (FFGYM) does not recognize men's rhythmic gymnastics, they have received more than 380 licencies in 2020. And only one federation shared their figure with us. In France we have more than 5 federations proposing RG competitions (FFGYM, FSGT, UFOLEP, FSCF,FFSU).

Also, the general public and the national media are extremely interested here. Every week I receive university students who are interested in writing about men's RG. It is getting more and more popular.

How difficult is it to master the elements of rhythmic gymnastics?

As hard as it is for a woman. RG is extremely difficult and demanding. The hardest thing for men is to be taken seriously. We have to do elements 10 times harder to be noticed by judges.

In which elements do you face the most difficulties?

Honestly, the hardest part is emotions, controlling them to be able to focus on the elements you perform but at the same time, leaving room to express yourself and share love, passion and appreciation to the judges and public.

Which apparatus is easier for athletes to learn and perform with?

It depends on the person. I love every apparatus but rope. Other people love rope. To teach, the easiest is hoop.

Is there a high level of competition within the country?

Unfortunately No. Everything regarding High level competitions is related to the FIG which does not recognize men's RG so the national federation does not either. But men compete against women at every other level. It is normal to see at least one or two men in a competition here and the level is getting better and better every year. In Spain, the level is very high.

May I ask how this area of sport is developing in your clubs?

I train and coach in a club called [AntonyGR](#) in the parisian suburbs. It was created this year due to some issues in the bigger club of the city. The club presidency knew my work very well and decided with the technical manager to add "inclusivity" as a value of the club's identity.

They then asked me to take care of the development part of the male practice.

We are now 7 Men there. 3 Adults (2 competing and 1 professional ballet dancer who's not competing but who always dreamed of practicing RG) and 4 minors (3 of them are trained by me, they are 9 and 11. 1 who is between 4 and 5). We offer a "boy" course. We have decided to separate men and women for sociological purposes only.

Indeed, parents do not always appreciate leaving their little boys with a group only composed of girls so we have created this space mainly to "reassure parents" about the stereotypes they may have about gymnastics.

The technical content of the boy's course is the same as that of the girls'. We learn acrobatics, basic body difficulties, apparatus work, artistic sensibility, plasticity, etc... The only real difference I have noticed is that boys learn faster everything related to the apparatus and coordination work and girls are more on the body work.

ДОДАТОК Б

Експертне опитування Бенедикта Баумена

Tell us how you started your journey in rhythmic gymnastics?

Rhythmic gymnastics appeared in my life by chance, I saw competitions on TV, I was fascinated by the virtuosity and variety of movements. I was also always attracted by circus shows in which jugglers and aerialists performed, I remember it so vividly that at the age of 10 I began to think about trying myself in this direction. At first, I myself tried to learn simple movements and elements from video at home. Later I began to train in the club and I was more and more excited. I didn't compete so much, I was more interested in the training process on saddles. I think that's why I now continue to develop in this sport, but already as a coach.

What is the level of men's rhythmic gymnastics in the USA?

In the USA, rhythmic gymnastics for men is currently not developed at a high level. Still, it is much more popular in Europe. Nevertheless, in some states, clubs are developing this direction and it should be noted quite successfully.

Can you identify the main problems, in your opinion, that hinder the development of men's rhythmic gymnastics?

I think few people can argue that the main problem is the stereotypical opinion about this discipline. People are used to seeing girls on the carpet, and it's probably difficult for them to perceive other plastic. But for me it's a little strange, because no one is surprised by men in figure skating or dancing, ballet. Even in synchronized swimming there is a discipline where men compete. I am sure this is normal, the world is changing, and the new is often perceived by society at first without admiration, and over time everything gets better. I think soon the majority will stop perceiving the performance of men negatively.

What apparatus was the easiest for you to train with?

In general, I really love everything related to the subject, I think you could notice it from my posts on Instagram, for me this is creativity, I'm interested in coming up with something new. I can't pick one for sure.

How do you see the development of this sport discipline in the future?

Difficult question, to be honest, I often think about it. I watch Japanese gymnastics and Spanish gymnastics, but in my opinion in the future it will be a kind of mix - that

is, for example, traditional apparatuses, as in the female form, and the introduction of acrobatic jumps that girls do not do in their programs. Perhaps the replacement of one apparatus or something else.

ДОДАТОК В

Експертне опитування Айвана Фернандеза

Who or what exactly inspired you to start practice rhythmic gymnastics?

I started rhythmic gymnastics when I was 7 years old. My younger sister was the first to start. Then I saw how enthusiastically she trains and how she likes it. I can say she inspired me to try myself in this sport. I persuaded my mother to talk to the coach, because at that time there were no classes for boys in the club. And in the end, the coach was not against me training with the main female group. Since that time, I began my journey in rhythmic gymnastics.

Are there many people who are interested in rhythmic gymnastics among men in your country?

At the moment, this is quite popular in Spain, because Spain is the leader in the development of rhythmic gymnastics among men. There are always a lot of those who want to participate in competitions - this is a good sign. Every year more and more boys begin this sport, clubs contribute to this. In addition, fans at competitions always actively support us, this gives an understanding that the viewer is interested in watching the performances of men.

How difficult is it to master the elements of rhythmic gymnastics?

I think all the elements in rhythmic gymnastics are very complex. They require special training and a high level of development of motor qualities. But as always, everything is individual. Sometimes you quickly master something, sometimes you need to train some elements for a very long time.

In which elements do you face the most difficulties?

Personally, it was difficult for me to learn elements that require back flexibility. Since by nature I did not have this ability, I had to devote more effort, attention and time to this.

Which apparatus is easier for athletes to learn and perform with?

Again, I repeat, I'm sure this is all individual and does not depend on gender, but for me the ball has become my favorite subject.

Is there a high level of competition within the country?

In this sense, the Spanish gymnasts are lucky, because the competition system is well developed here and the level of competition is quite high. This greatly helps to develop and increase the level of complexity and quality of program execution.

May I ask how this area of sport is developing in your clubs?

The clubs are very helpful. Coaches are interested in training athletes, for them it is also a kind of challenge. Each coach shares the training programs that have been developed over the years, because the rules are identical to those for women. I am sure all Spanish gymnasts are very grateful for this opportunity. There is also intense competition between clubs.

How do you see the development of this sport discipline in the future?

I would really like the men's rhythmic gymnastics discipline to gain popularity all over the world and finally be recognized at the international level. Moreover, the current trends in the dynamics of society are in many ways consonant with the idea of gender equality in various areas, so why should rhythmic gymnastics be an exception.

