

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ  
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Факультет магістратури, заочного навчання та підвищення кваліфікації  
Кафедра олімпійського та професійного спорту

СОЛОМЯНОВА-КИРИЛЬЧУК КАТЕРИНА ОЛЕГІВНА

АНАЛІЗ ШЛЯХІВ ДОСЯГНЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В  
ОЛІМПІЙСЬКИХ ЄДИНОБОРСТВАХ (НА ПРИКЛАДІ ДЗЮДО)

Кваліфікаційна робота

освітній рівень	<u>Другий (магістерський) рівень</u> (назва освітнього рівня)
галузь знань	<u>01 Освіта / Педагогіка</u> (шифр і назва галузі знань)
спеціальність	<u>017 Фізична культура і спорт</u> (код і назва спеціальності)
спеціалізація	<u>Тренувальна діяльність в обраному виді спорту</u> <u>(дзюдо)</u> (назва спеціалізації)

Науковий керівник: Таран Лариса Миколаївна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

## АНОТАЦІЯ

*Соломянова-Кирильчук К.О.* Аналіз шляхів досягнення гендерної рівності в олімпійських єдиноборствах (на прикладі дзюдо). Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт». Спеціалізація «Тренувальна діяльність в обраному виді спорту (дзюдо)», 2026 р.

Попри численні дослідження гендерної рівності в спорті, немає однаковості в розумінні сутності і змісту цього феномену. Розуміння цього явища залежить від особистого досвіду, рівня занурення в питання, культурних особливостей тощо. Тому необхідне єдине визначення феномену для того, щоб надати подальшим дослідженням єдиного вектору. Отже, з цією метою авторська пропозиція передбачає наступне визначення гендерної рівності в спорті: це однакове оцінювання суспільством і спортивною спільнотою подібностей і відмінностей чоловіків і жінок, а також ролей, які вони відіграють, засноване на тому, що жінки і чоловіки є повноцінними партнерами на всіх рівнях функціонування спорту.

Гендерна рівність в спорті може розглядатися в різній теоретичній площині. Шестикомпонентна модель вимірів гендерної рівності була представлена в якості авторської пропозиції: історичний, символічний, економічний, освітній, інституційний та системний. Ця модель унаочнює як окремі практики дискримінації зв'язуються в єдиний комплекс, як всі ці рівні пов'язані між собою, створюючи передумови один для одного і ускладнюючи побудову гендерної рівності через гендерну справедливість.

Дослідження часто не враховують інтерсекційність, тому наголошено на різності досвідів окремих жінок і посад в спорті, а також про необхідність дослідження гендерного питання в розрізі видів спорту і національних спортивних органів.

Жоден з існуючих видів спорту на сьогодні не може похизуватися досягненням цільового рівня гендерної справедливості. Менш з тим, жінки в

олімпійських одноборствах, які стереотипно вважаються «чоловічими», зазнають додаткового тиску, в тому числі, через внутрішню мізогінію, що підтримується на символічному рівні. Але є і гарні приклади в спорті, як не дивно, саме дзюдо з моменту його заснування демонструє систематичний і послідовний рух до досягнення гендерної рівності, тому має сенс вивчати саме його.

Питання гендерної рівності в спорті гостро стоять в усіх країнах, незалежно від загального рівня гендерної рівності. Так, навіть Скандинавські країни, які є у фронтірі цього питання саме в спорті мають низку проблем. Звісно, кожна країна має культуральні особливості, що впливатиме на вивчення питання. Тому має сенс приділити окрему увагу і вивченню національного аспекту гендерної рівності.

Розрахунок Індексу гендерної рівності для олімпійських єдиноборств дозволив визначити дзюдо (значення індексу 0,793) як найбільш просунутий в питаннях гендерної рівності вид спорту. Це обґрунтувало подальший аналіз робочих інструментів для досягнення гендерної рівності саме в цьому виді спорту.

Всебічний аналіз результатів змагальної діяльності на рівні чемпіонатів світу і Олімпійських ігор дозволив визначити країнами-лідерками в жіночому дзюдо Японію, Францію, Косово, Бразилію, Італію та Іспанію. Також було проаналізовано досягнення в жіночому дзюдо України.

Вивчення спортивних документів, звітів, інтерв'ю та іншого тематичного контенту дозволило виявити, що в зазначених країнах широко впроваджуються різноманітні програми і заходи, спрямовані на покращення ситуації із залученням жінок в дзюдо, їх реалізації та реінтеграції після закінчення кар'єри. Важливим аспектом підтримки жінок є використання квот і вимога щодо звітності по гендерному складу як на рівні атлеток, так і на рівні керівних структур федерацій, що запобігає зловживанням і створює можливості для жінок. Для країн-лідерок жіночого дзюдо притаманна медійна увага до питань гендерної рівності як на рівні масових комунікацій, зокрема

документальні фільми, рекламні компанії, так і на офіційному рівні, як-от оприлюднення офіційної звітності по гендерному складу, окремі розділи на сайті, присвячені зазначеній темі. На жаль, Україна суттєво відстає за всіма цими показниками і має мінімальну активність в питаннях гендерної рівності.

Зважаючи на досвід країн-лідерок було вироблено методичні рекомендації для впровадження в українському дзюдо. Зазначені пропозиції спрямовані не тільки на підняття рівня підтримки дзюдоїсток і тренерок з перспективою покращення змагальних результатів на міжнародній арені, але і на приведення фактичного стану гендерної рівності у відповідність з вимогами Міжнародної федерації дзюдо, Міжнародного олімпійського комітету тощо. Також було запропоновано ключові показники ефективності впровадження зазначених заходів.

*Наукова новизна одержаних результатів.*

- обґрунтовано визначення Індексу гендерної рівності в олімпійських єдиноборствах;
- розроблено шестикомпонентну модель вимірів гендерної рівності, що унаочнює окремі практики дискримінації;
- розроблено класифікацію сфер проявів гендерної рівності за двома основами: роль і ієрархія;
- розроблено методичні рекомендації для впровадження практик гендерної рівності в українське дзюдо на основі міжнародного досвіду;
- розширено та доповнено дані про гендерні політики і практики гендерної рівності у федераціях країн-лідерок жіночого дзюдо;
- розширено та доповнено дані про часову динаміку розвитку жіночого дзюдо;
- розширено та доповнено дані про залученість жінок в дзюдо з розділенням за призначенням по ролях;
- доповнено дані про визначення поняття гендерної рівності в спорті;
- підтверджено відомості щодо становлення жіночого дзюдо у світі та в Україні.

*Практичне значення одержаних результатів:* матеріали дослідження можуть бути використані в навчальному процесі при підготовці здобувачів вищої освіти з дисциплін «Теорія та методика обраного виду спорту», «Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту», у роботі тренерів при підготовці спортсменів різного рівня кваліфікації в дзюдо.

*Ключові слова:* гендерна рівність; дзюдо; жінки; заходи для досягнення гендерної рівності.

## ABSTRACT

*Solomianova-Kyrylchuk K.O.* Analysis of ways to achieve gender equality in Olympic martial arts (using judo as an example). Specialty 017 "Physical Culture and Sports." Specialization "Training Activities in the Selected Sport (Judo)," 2026.

Despite numerous studies on gender equality in sports, there is no consensus on the essence and content of this phenomenon. Understanding this phenomenon depends on personal experience, level of immersion in the issue, cultural characteristics, etc. Therefore, a single definition of the phenomenon is necessary in order to provide a single vector for further research. To this end, the author proposes the following definition of gender equality in sport: it is the equal assessment by society and the sporting community of the similarities and differences between men and women, as well as the roles they play, based on the fact that women and men are equal partners at all levels of sport.

Gender equality in sport can be considered in different theoretical planes. A six-component model of gender equality measurements was presented as the author's proposal: historical, symbolic, economic, educational, institutional, and systemic. This model illustrates how individual practices of discrimination are linked into a single complex, how all these levels are interconnected, creating preconditions for each other and complicating the construction of gender equality through gender justice.

Research often does not take intersectionality into account, so the diversity of experiences of individual women and positions in sport is emphasized, as well as the need to study gender issues in the context of sports and national sports bodies. None of the existing sports today can boast of achieving the target level of gender justice. Nevertheless, women in Olympic combat sports, which are stereotypically considered "masculine", experience additional pressure, including through internal misogyny, which is supported at a symbolic level. But there are also good examples in sport.

Surprisingly, it is judo that, since its inception, has demonstrated a systematic and consistent movement towards gender equality, so it makes sense to study it. The issue of gender equality in sports is acute in all countries, regardless of the overall level of gender equality. Even Scandinavian countries, which are at the forefront of this issue in sports, have a number of problems. Of course, each country has cultural characteristics that will influence the study of the issue. Therefore, it makes sense to pay special attention to the study of the national aspect of gender equality.

Calculation of the Gender Equality Index for Olympic combat sports allowed judo (index value 0.793) to be identified as the most advanced sport in terms of gender equality. This justified further analysis of working tools for achieving gender equality in this particular sport. A comprehensive analysis of competition results at the World Championships and Olympic Games identified Japan, France, Kosovo, Brazil, Italy, and Spain as the leading countries in women's judo. The achievements of women's judo in Ukraine were also analyzed.

A study of sports documents, reports, interviews, and other thematic content revealed that these countries are widely implementing various programs and measures aimed at improving the situation with the involvement of women in judo, their implementation, and reintegration after the end of their careers. An important aspect of supporting women is the use of quotas and reporting requirements on gender composition at both the athlete and federation management levels, which prevents abuse and creates opportunities for women. Leading countries in women's judo are characterized by media attention to gender equality issues both at the level of mass communications, including documentaries and advertising campaigns, and at the official level, such as publication of official reports on gender composition, separate sections on the website dedicated to this topic. Unfortunately, Ukraine lags significantly behind in all these indicators and has minimal activity in gender equality issues.

Based on the experience of leading countries, methodological recommendations have been developed for implementation in Ukrainian judo. These proposals are aimed not only at increasing the level of support for female judokas

and coaches with a view to improving competitive results on the international arena, but also at bringing the actual state of gender equality into line with the requirements of the International Judo Federation, the International Olympic Committee, etc. Key performance indicators for the implementation of these measures were also proposed.

*Scientific novelty of the results obtained.*

- The definition of the Gender Equality Index in Olympic combat sports has been substantiated.
- A six-component model for measuring gender equality has been developed, which illustrates specific practices of discrimination.
- A classification of areas of gender equality has been developed based on two criteria: role and hierarchy.
- Developed methodological recommendations for implementing gender equality practices in Ukrainian judo based on international experience;
- expanded and supplemented data on gender policies and gender equality practices in the federations of countries that are leaders in women's judo;
- expanded and supplemented data on the temporal dynamics of the development of women's judo;
- Expanded and supplemented data on women's involvement in judo, broken down by role;
- data on the definition of gender equality in sport has been supplemented;
- information on the development of women's judo in the world and in Ukraine has been confirmed.

*Practical significance of the results obtained:* the research materials can be used in the educational process in the training of higher education students in the disciplines "Theory and Methods of the Selected Sport" and "Modern training technologies in the chosen sport," and in the work of coaches in training athletes of various skill levels in judo.

*Keywords:* gender equality; judo; women; measures to achieve gender equality.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	11
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ТА РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В ОЛІМПІЙСЬКИХ ЄДИНОБОРСТВАХ.....	14
1.1. Поняття гендерної рівності в контексті спорту.....	14
1.2. Історія розвитку жіночих олімпійських єдиноборств на прикладі дзюдо.....	29
1.3. Сучасні гендерні проблеми та стереотипи в олімпійських єдиноборствах.....	35
1.4. Особливості питань гендерної рівності в Україні та закордоном.....	46
Висновки до розділу 1.....	50
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	52
2.1. Загальна характеристика методів дослідження.....	52
2.1.1. Методи теоретичного аналізу і узагальнення науково- методичної та спеціальної літератури.....	52
2.1.2. Контент-аналіз спортивних документів.....	53
2.1.3. Методи математичної статистики.....	54
2.2. Організація дослідження.....	63
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАХОДІВ, СПРЯМОВАНИХ НА ДОСЯГНЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В УКРАЇНСЬКОМУ ДЗЮДО.....	65
3.1. Аналіз досягнення гендерної рівності в олімпійських одноборствах.....	65
3.2. Порівняльний аналіз стану гендерної рівності в українському дзюдо і дзюдо інших країн .....	71

3.3. Розробка методичних рекомендацій щодо впровадження практик гендерної рівності в українське дзюдо на основі міжнародного досвіду.....	78
Висновки до розділу 3.....	92
ВИСНОВКИ.....	94
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	96
ДОДАТКИ.....	110

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Гендерна рівність є однією з ключових цінностей сучасного олімпійського руху, закріпленою в Олімпійській хартії та стратегіях МОК. Проте, незважаючи на задекларовані принципи, олімпійські єдиноборства досі демонструють структурну нерівність у доступі, представленості, ресурсах і визнанні спортсменок. Про актуальність питання свідчить і те, що вивченням гендерних питань в спорті займалися чимало вітчизняних, як-от Жаровська І.М. [11], Балинська О.М. [2], Мулик В.В. [38], Таран Л.М. [35], Тарасевич О.А., Камаєв О.І., Окунь Д.О. [36, 37], Гращенко Ж.В. [9] тощо і закордонних вчених Ćorak S. [60], Callan M. [56], Oliveira M. [94], Kavoura A. [87, 111] тощо.

Дзюдо, як олімпійський вид спорту, має глибоке історичне коріння, і хоча жіноче дзюдо було включено до програми Олімпійських ігор лише з 1992 року, в порівнянні з іншими єдиноборствами політика гендерної рівності в цьому виді спорту є однією з найпослідовніших і результативних, але загалом в заходи і дії для досягнення гендерної рівності є обмеженими. Тому аналіз шляхів досягнення гендерної рівності в дзюдо дозволяє не лише окреслити бар'єри, які стоять перед жінками, а й запропонувати конкретні інструменти трансформації спортивного середовища. Дослідження є особливо актуальним в умовах впровадження національних і міжнародних стратегій досягнення справедливості і гендерного балансу у сфері фізичної культури та спорту.

Тема роботи є важливою як з наукової, так і з прикладної точки зору – вона сприяє підвищенню інклюзивності спорту, формуванню гендерночутливої політики та розвитку жіночого спортивного лідерства.

**Мета дослідження** – проаналізувати шляхи досягнення гендерної рівності в олімпійських єдиноборствах (на прикладі дзюдо).

**Завдання дослідження.**

1. Проаналізувати етапи розвитку дзюдо серед дівчат та жінок.

2. Виявити динаміку представництва жінок серед керівного складу міжнародної та національних федерацій, суддівського і тренерського корпусу, учасників міжнародних змагань та Олімпійських ігор.

3. Визначити стан гендерної рівності в олімпійських одноборствах в порівнянні з дзюдо

4. Виробити методичні рекомендації щодо впровадження практик, спрямованих на досягнення гендерної рівності в українському дзюдо.

**Об'єкт дослідження:** досягнення гендерної рівності у спорті.

**Предмет дослідження:** показники гендерної рівності за різними ознаками, критеріями, показники ефективності впровадження заходів, спрямованих на досягнення гендерної рівності.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використовувались наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, контент-аналіз спортивних документів – аналіз результатів змагань з дзюдо на Іграх Олімпіад, аналіз впровадження практик, спрямованих на досягнення гендерної рівності, математичні методи.

**Практичне значення одержаних результатів:** матеріали дослідження можуть бути використані в навчальному процесі при підготовці здобувачів вищої освіти з дисциплін «Теорія та методика обраного виду спорту», «Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту», у роботі тренерів при підготовці спортсменів різного рівня кваліфікації в дзюдо.

**Наукова новизна одержаних результатів.**

– обґрунтовано визначення Індексу гендерної рівності в олімпійських єдиноборствах;

– розроблено шестикомпонентну модель вимірів гендерної рівності, що унаочнює окремі практики дискримінації;

– розроблено класифікацію сфер проявів гендерної рівності за двома основами: роль і ієрархія;

– розроблено методичні рекомендації для впровадження практик гендерної рівності в українське дзюдо на основі міжнародного досвіду;

- розширено та доповнено дані про гендерні політики і практики гендерної рівності у федераціях країн-лідерок жіночого дзюдо;
- розширено та доповнено дані про часову динаміку розвитку жіночого дзюдо;
- розширено та доповнено дані про залученість жінок в дзюдо з розділенням за призначенням по ролях;
- доповнено дані про визначення поняття гендерної рівності в спорті;
- підтверджено відомості щодо становлення жіночого дзюдо у світі та в Україні.

**Особистий внесок студента.** Автору роботи належить визначення актуальності теми досліджень, постановка мети і задач дослідження, проведення та інтерпретація даних дослідження, статистична обробка та обґрунтування отриманих результатів.

**Апробація результатів дослідження.** Про отримані експериментальні дані було повідомлено на засіданні студентського наукового гуртка кафедри олімпійського та професійного спорту ХДАФК, кафедральній науковій студентській конференції (м. Харків, ХДАФК, листопад, 2025 р.). Подано до публікації статтю в науковий журнал Єдиноборства (грудень, 2025 р.) – «Рекомендації Міжнародної федерації дзюдо з питань гендерної рівності».

**Структура і обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, практичних рекомендацій і списку використаних джерел; викладена на 112 сторінках тексту, ілюстрована 18 таблицями, 12 рисунками. У бібліографії наведено 126 літературних джерел.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ТА РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В ОЛІМПІЙСЬКИХ ЄДИНОБОРСТВАХ

#### 1.1. Поняття гендерної рівності в контексті спорту

Гендерна рівність у спорті є однією з ключових передумов справедливого та сталого розвитку галузі. Попри формальну інтеграцію жінок у професійний спорт, змагання, керівні посади – залишається низка системних бар'єрів, які обмежують повноцінну участь жінок. Спорт як соціальна інституція не тільки відтворює, а й формує гендерні норми, тому аналіз нерівності в ньому дозволяє виявити ширші соціокультурні механізми дискримінації.

Дослідження гендерної рівності є важливим для всього суспільства в цілому, а не лише для жінок, які є тією частиною спільноти, потенціал якої в економіці наразі використовується найменше. Разом з тим збільшення участі жінок на різних ланках у спорті може розвинути лідерські навички, підвищити самооцінку та впевненість, а також сприяти можливостям участі в освіті, бізнес-лідерстві та підприємництві, що може сприяти економічному розвитку. Це підтверджується дослідженнями, так в Африці на південь від Сахари сприяння участі жінок у спорті було пов'язане з економічними дивідендами та соціальними змінами для всього суспільства [109].

Говорячи про жіночий спорт, в нашій країні панує упередження, що найкращими видами спорту для жінок є художньо-естетична група [4], с. 444-464]. Разом з тим, художньо-естетичні види пов'язані з такими небезпечними факторами як тріада спортсменок (недостатнє споживання енергії, менструальна дисфункція, порушення здоров'я кісток) [126] та негативними практиками стримування природнього дорослішання. В той самий час, такий вид спорту як дзюдо сприяє всебічному розвитку особистості, бо в самому методі закладена ідея поєднання духовного, інтелектуального та фізичного розвитку, саме тому в останні роки зростає кількість жінок в єдиноборствах загалом, і зокрема в дзюдо. Через стереотипне ділення на «жіночі» і «чоловічі»

види спорту не було приділено достатньо уваги для розвитку жіночих одноборств, тому суспільство все ще стикається з негативними наслідками для жінок, які вже залучені в єдиноборства, а також зниження привабливості цих видів для дівчат. Серед таких відсутність гендерночутливих підходів у тренувальній практиці, замовчування результатів жінок у ЗМІ, дисбаланс у фінансуванні й репрезентації в порівнянні з чоловіками, відсутність практик заохочення жінок для продовження кар'єри в спорті. Усе це вказує на наявну гендерну нерівність в українських єдиноборствах. Актуальність гендерних досліджень в спорті також обумовлена потребою адаптації спортивних політик до міжнародних стандартів прав людини й п'ятої цілі сталого розвитку ООН [23]. Отже, задля досягнення гендерної рівності і залучення жінок в спорт, що матиме довгострокові позитивні наслідки для економічного і суспільно-політичного життя, необхідно дослідити сучасний стан питання і виокремити вдалі світові практики, які можна буде інтегрувати у вітчизняні реалії.

Гендерна рівність – це рівні права, обов'язки та можливості для жінок та чоловіків, хлопців і дівчат [78]. Європейський інститут гендерної рівності зазначає, що рівність не тотожна ідентичності, вона має враховувати контекст і умови життя, особливості доступу до ресурсів, інтереси і потреби як жінок, так і чоловіків, визнаючи в такий спосіб розмаїття груп і осіб. Тому поряд з поняттям гендерної рівності (gender equality) існує поняття гендерної справедливості (gender equity). Ідея гендерної справедливості ґрунтується на передумові, що рівне ставлення до жінок і чоловіків в контексті, де ці групи початково мають різні умови і доступ до ресурсів, існує ризик досягнення несправедливих результатів [122, с. 10]. Отже, гендерна рівність – це мета, а справедливість – це те, в який спосіб вона має досягатись. Виходячи з даних Всесвітнього економічного форуму 2024 року для досягнення повного паритету знадобиться 130 років [77], разом з тим вони зазначають, що темпи уповільнюються через відсутність масштабних і значущих змін в цій галузі за останні кілька років. Окрім того, гендерна рівність може визначатися через

відсутність дискримінації [2]. Гендерна дискримінація визначається, як утиск щодо жінок та дівчат, який включає ставлення до них, відмінне від ставлення до чоловіків та хлопців, та так, що перешкоджає їм реалізовувати свої права людини [8]. При цьому негативні наслідки гендерної дискримінації відображаються не тільки на жінках, які як клас зазнають системного утиску, але і на чоловіках, бо достатня представленість жінок сприяє покращенню економічної ситуації, дотриманню прав людини, зростанню громадського здоров'я тощо, в той час як стійка нерівність створює серйозні наслідки для добробуту всіх людей [115]. Зважаючи на вищезазначене, актуальною науковою і суспільною проблемою є досягнення гендерної рівності і недискримінації через заходи, що враховують ідеї гендерної справедливості.

Суспільне життя поєднує чимало галузей, як-от, політика і економіка, освітні і культурні інститути, військова справа, спортивна діяльність тощо. Спорт – є однією з найбільш недооцінених галузей суспільного добробуту. Він є не лише засобом фізичної активності, а й важливим елементом політики держави, що формує соціальні норми, згуртовує націю, сприяє зміцненню здоров'я громадян, індукує розвиток економіки, дозволяє в мирний спосіб реалізовувати прагнення до боротьби і здорової конкуренції між країнами. Говорячи про професійний спорт варто зауважити, що, з одного боку, він відображає існуючу соціальну структуру і особливості гендерних відносин в суспільстві, а з іншого, за рахунок поширеності і медійності сприяє змінам в цих процесах. Тому гендерний дискурс має розгортатися обопільно, досліджуючи не тільки гендерну рівність в спорті, але і гендерну рівність через спорт.

На жаль, спорт як професійна діяльність все ще залишається галуззю суспільного життя з одним з найбільших проявів гендерної дискримінації, незважаючи на десятиріччя активних дій, скерованих на досягнення рівності [11], бо в ньому традиційно домінують чоловіки як в розрізі участі, так і в розрізі управління. Згідно даних бюлетеня Європарламенту щодо гендерної рівності в спорті, серед країн Європейського союзу у 2023 році з 27 очільників

Національних олімпійських комітетів лише 4 були президентками. Крім того, частка жінок – лише 22% усіх керівних посад у національних федераціях [69]. За звітами ЮНЕСКО станом на 2024 рік лише 5% спортивних ЗМІ поза великими подіями, такими як Олімпійські ігри, висвітлювали жіночий спорт, а в перелік Forbes ТОП-50 найоплачуваніших атлетів світу не увійшло жодної жінки [89]. Попри наявні дослідження, більшість чоловіків, залучених в спортивні організації, коментують сучасний гендерний устрій, як проблему, що виходить за межі політичної відповідальності організацій, або як проблему окремої жінки, або як тимчасове явище [100].

Аналіз робіт української наукової спільноти також відображає актуальність питань гендерної рівності в спорті. В таблиці 1 зазначені ключові роботи з теми і порушені в них актуальні питання гендерної нерівності.

*Таблиця 1.1*

**Дослідження проблематики гендерної рівності у публікаціях  
українських вчених**

№	Назва статті	Автор(к)и	Проблематика, що досліджувалася
1	Історичні аспекти становлення і розвитку жіночого дзюдо [39]	Шамардіна Г., Саварець Д. (2011)	Авторки наголошують на упередженому ставленні до жінок-дзюдоїсток у минулому, пізньому визнанні, нестачі ресурсів і змагань
2	Становлення і розвиток жіночої боротьби в Олімпійських іграх [40]	Шандригось В.І., Яременко В.В., Первачук Р.В. (2018)	Вказано на необхідність наукового супроводу жіночої боротьби відповідно до змінених правил і сучасних вимог. Висвітлюється упереджене ставлення до жіночої боротьби на всіх етапах її легітимації. Стаття підтверджує: попри успіхи, жіночі єдиноборства досі стикаються з інерцією дискримінаційного мислення.
3	Гендерний аспект у висвітленні жіночого спорту в медіа [5]	Войтович Н., Іванців Х, Іванців-Гріга І. (2019)	Автор(к)и доводять, що навіть зі зростанням присутності спортсменок у змаганнях, журналістські матеріали продовжують акцентувати увагу не на досягненнях, а на зовнішності, емоційності та приватному житті. Така модель комунікації закріплює стереотипи і знижує соціальний капітал жінок у спорті.

Таблиця 1.1. Продовження

4	Проблеми гендерної рівності у галузі фізичної культури і спорту [13]	Кисельова О. (2019)	У звіті подано статистичні дані про рівень участі жінок у дитячо-юнацькому спорті та спорті вищих досягнень. Встановлено значне відставання жіночого спорту за кількісними показниками, відсутність окремих програм підтримки та гендерно розділених бюджетних звітів. Показано, що гендерна асиметрія відтворюється на всіх рівнях — від тренерської освіти до організаційного керівництва.
5	Гендерна ідентифікація спортсменів різної кваліфікації відносно класифікаційних груп видів спорту [36]	Тарасевич О., Камаєв О., Окунь Д. (2019)	Автори роблять висновок, що вид спорту прямо впливає на формування гендерної ідентичності. Це підтверджує тезу, що спорт є простором гендерної соціалізації, в якому жінки змушені "вписуватись" у маскулінну норму, замість створення альтернативної моделі жіночої атлетичності.
6	Гендерна проблематика у фізичному вихованні. Історико-філософський аналіз [7]	Марченко О., Цикало Л., Бричук М., Симоненко Н. (2020)	В роботі підкреслюється необхідність впровадження гендерного компонента в освітні програми фізичного виховання, а також деідеологізації та деконструкції традиційної маскулінної норми в спорті. Робота слугує теоретичною базою для переосмислення спорту як інструменту не тільки фізичного, а й соціального виховання з урахуванням принципів рівності.
7	Гендерні схожості і гендерні відмінності спортсменів і спортсменок у циклічних видах спорту [38]	Тарасевич О. та ін. (2020)	Автори підкреслюють, що довготривала спільна підготовка хлопців і дівчат в "нейтральних" видах спорту призводить до стирання гендерних відмінностей. Це вказує на те, що навіть у несединорборчих видах спорт може бути середовищем маскулінізації жінок через домінування відповідної моделі успішності, що має бути враховано при проєктуванні освітніх програм з фізвиховання.
8	Проблеми гендерної рівності у спорті: протидія дискримінації [2]	Балинська О.М. (2023)	Стаття розглядає дискримінацію у спорті як комплексне правове та соціальне явище. Окреслено сфери, де гендерна нерівність найбільш помітна: оплата праці, доступ до керівних посад, тренерських позицій, медіапопулярність
9	Гендерні аспекти у спорті: проблеми правового регулювання [11]	Жаровська І.М. (2023)	Проаналізовано проблеми правового регулювання, пов'язані з недостатньою представленістю жінок у керівних органах, сексизмом у ЗМІ та нестачею гендерно чутливих стандартів.

Таблиця 1.1. Продовження

10	Стратегічні напрямки роботи Міжнародного олімпійського комітету щодо гендерної рівності [33]	Таран Лариса, Окунь Дар'я, Таран Ганна (2023)	Встановлено напрямки роботи Міжнародного олімпійського комітету щодо реалізації гендерної рівності в Олімпійському русі, відповідно до Олімпійського порядку денного 2020+5.
11	Ретроспективний аналіз участі жінок в Іграх Олімпіад (1900-2020 рр.) [34]	Таран Лариса, Таран Ганна (2023)	Проведено аналіз особливостей участі жінок в Іграх Олімпіад, який дозволив дослідити показники поступового зростання гендерної рівності за окремими періодами Олімпійських ігор сучасності, а саме за кількістю видів змагань, видів мікстових змагань та кількістю учасниць.
12	Аналіз вікових та гендерних відмінностей в результативності дзюдоїстів-учасників Олімпійських Ігор Токіо-2020 [42]	Чоботько М.А., Чоботько І.І. (2023)	У статті здійснено порівняння вікових характеристик та змагальних результатів чоловіків і жінок. Автори виявили, що кар'єрний пік у жінок припадає на молодший вік, можливо, через системні бар'єри. Робота акцентує увагу на необхідності врахування гендерних особливостей у плануванні кар'єрної траєкторії та підтримки спортсменок старшого віку.
13	Проблема насильства в спорті [9]	Гращенко Ж. В., Мішин М. В. (2024)	У статті викладено типологію насильства: фізичне, психологічне, сексуальне. Вказується, що жінки у спорті особливо вразливі до всіх видів насильства через гендерну асиметрію влади. Рекомендовано розробку превентивних політик безпеки.
14	Філософія сучасного олімпізму очима українських й американських спортсменок [10]	Дейнеко А., Красова І., Стадник С. (2024)	Авторки порівнюють сприйняття філософії олімпізму серед українок і американок. Українки переважно підтримують гуманістичні ідеали спорту, тоді як американки вказують на наявність гендерної дискримінації, політизації, допінгу та несправедливого суддівства. Стаття цінна як якісне дослідження, що відображає різні соціокультурні підходи до питання гендерної справедливості в спорті.
15	Участь жінок в Олімпійських іграх: проблеми та перспективи [14]	Ковальов В.О. (2024)	Стаття охоплює історію дискримінації жінок в Олімпійському русі: від заборони до сучасних змін. Вказано на збереження нерівності у кількості дисциплін, медіарепрезентації, фінансуванні.
16	Гендерна нерівність у висвітленні інформації про атлетів у засобах масової інформації	Маркова О.В. (2024)	У статті розглянуто системні бар'єри для жінок у спорті, зокрема в олімпійських єдиноборствах. Підкреслюється, що жінки становлять понад 40% усіх спортсменів, але представлені лише у 4% спортивного медіаконтенту.

Таблиця 1.1. Продовження

17	Особливості спортивної кар'єри олімпійських чемпіонок у боротьбі жіночій [24]	Мельник О.О., Черкасова А.К., Хіменес Х.Р., Мороз Т.І. (2024)	Прямої критики гендерної нерівності немає, проте робота є джерелом для аналізу доступу до ресурсів і умов підготовки спортсменок на глобальному рівні. Дослідження підкреслює, що немає єдиної "ідеальної" траєкторії, і результат залежить не лише від досвіду, а й від умов підготовки, системи підтримки, наявності ресурсів.
18	Гендерна рівність у вільній боротьбі на Олімпійських іграх [32]	Таран Лариса (2024)	Встановлено, що динаміка кількості вагових категорій у чоловіків та жінок з вільної боротьби у програмі Олімпійських ігор 2004-2024 рр. розподіляється на два періоди. Впродовж Ігор XXVIII-XXX Олімпіади 2004-2012 рр. кількість вагових категорій складала у чоловіків сім та у жінок – чотири. Вжиті стратегічні заходи спрямовані на досягнення гендерної рівності призвели до введення однакової кількості вагових категорій – шести, як для чоловіків, так й для жінок впродовж Ігор XXXI-XXXIII Олімпіади 2016-2024 рр. Введення рівної кількості вагових категорій для чоловіків й жінок суттєво вплинуло на зміни у співвідношенні учасників Олімпійських ігор. Так, на Іграх XXVIII Олімпіади 2004 року співвідношення становило 74% (146 осіб) чоловіків до 26% (50 осіб) жінок, а вже на Іграх XXXII Олімпіади 2020 року кількість учасників зрівнялась та склала 50% (96 осіб) чоловіків до 50% (96 осіб) жінок.
19	Аналіз ключових етапів становлення олімпійських чемпіонів 2024 року зі спортивної боротьби [1]	Латишев М., Коротя В., Лень Ю., Корольов Б., Ляшенко О. (2025)	Дослідження олімпійських медалістів виявило, що середній вік чемпіонок значно менше, ніж у чоловіків, а також відрізняється кар'єрний шлях. Стаття підкреслює структурну нерівність у віковій динаміці спортивної кар'єри жінок і потребу адаптації програм розвитку під ці особливості
19	Шляхи досягнення гендерної рівності у вільній боротьбі [35]	Таран Лариса, Тарасевич Олена, Окунь Дар'я (2025)	Проаналізовано шляхи досягнення гендерної рівності у вільній боротьбі, які розроблені міжнародною федерацією; напрями, які у майбутньому призведуть до гендерного паритету за основними напрямками діяльності міжнародної федерації.

Гендерну рівність в спорті визначають здебільшого або через відсутність дискримінації, або через набір цілей, які мають бути досягнуті, або через описання програм, політик, заходів та умов, які забезпечують рівність між жінками та чоловіками. А гендерну рівність через спорт – як унікальну силу

спорту для розширення можливостей жінок і дівчат не тільки в спорті, але і поза його межами; боротьби з гендерними упередженнями; викорінення гендерного насильства та сприяння змінам на системному рівні [6].

Асоціація канадських жінок в спорті визначає її, як процес справедливого розподілу ресурсів, програм і прийняття рішень для всіх статей без будь-якої дискримінації за ознакою статі та усунення будь-яких дисбалансів у перевагах, доступних людям різної статі [54]. Міжнародний олімпійській комітет, наголошуючи на тому, що гендерна рівність є головним пріоритетом усього руху, визначає її через досягнення цілей: полегшення доступу атлеток до спорту, а також збільшення кількості жінок у спортивному керівництві [22].

Згідно з О.М. Балинською [2], гендерна рівність у спорті означає відсутність дискримінації на основі статі та забезпечення рівних можливостей для всіх учасників у всіх аспектах спортивної діяльності. Це включає рівні умови для участі в змаганнях, тренуваннях та доступ до спортивних ресурсів. Важливо, щоб жінки та чоловіки мали однакові можливості, зокрема у керівних посадах, тренерських місцях та змаганнях [2]. Н. О. Войтович із співавторками зазначає, що гендерна рівність у спортивному середовищі стосується не тільки рівних можливостей для участі в спортивних заходах, але й питання справедливого висвітлення досягнень спортсменок у медіа. Для цього процеси мають бути скеровані на визнання та усунення стереотипів, боротьбу із сексуалізацією, стереотипами та амбівалентними уявленнями про жінок-спортсменок [5]. І.М. Жаровська додає до цього переліку відсутність виваженої спортивної нейтрально-гендерної лінгвістики [11].

Вочевидь, єдине змістовне і всеохоплююче визначення досліджуваного феномену наразі відсутнє. Тому ґрунтуючись на вищезазначених підходах і визначені гендерної рівності, яке пропонує Організація об'єднаних націй [96], можна запропонувати наступне визначення гендерної рівності в спорті: це однакове оцінювання суспільством і спортивною спільнотою подібностей і відмінностей чоловіків і жінок, а також ролей, які вони відіграють, засноване на тому, що жінки і чоловіки є повноцінними партнерами на всіх рівнях

функціонування спорту. Рівність не тотожна ідентичності і забезпечує жінкам і чоловікам справедливий доступ до можливостей та розподілу прав і обов'язків з урахуванням потреб, цінностей і життєвого контексту без дискримінації за статевою приналежністю.

Як зазначалося вище, всебічне визначення гендерної рівності потребує індикаторів, якими можуть бути конкретні цілі і показники, або окреслені сфери, в яких можна оцінювати стан справ. Так Європейський інститут гендерної рівності визначає індекс гендерної рівності, оцінюючи репрезентацію чоловіків і жінок в розрізі сфер: освіта, ринок праці, заробіток, здоров'я. Таким чином, для повноцінного визначення гендерної рівності в спорті, потрібно виділити ті елементи спорту, в яких наявність можливостей і репрезентація жінок слугуватиме її індикатором.

Національний інститут спортивних досліджень Румунії пропонує п'ять сфер [113]:

- збільшення участі жінок у спортивних заходах;
- досягнення рівного представництва та гендерної чутливості в процесі прийняття рішень;
- досягнення гендерної рівності у спортивному тренуванні та викладанні;
- викорінення гендерного насильства у спорті та через спорт;
- усунення гендерних стереотипів у спорті та у висвітленні спорту в засобах масової інформації.

ЮНЕСКО визначає цілу низку індикаторів, які можна згрупувати в наступні сфери [114]:

- спортивне лідерство і управління;
- рівноцінне, неупереджене висвітлення в медіа;
- розвиток м'якої та жорсткої інфраструктури;
- професійний розвиток тренерства і вчительства;
- протидія та превенція гендерно зумовленого насильства;

- подолання розривів в інвестиціях і фінансуванні.

Вони пропонують вирішувати ці завдання за допомогою: інвестицій, квот, навчальних програм, використання видимості спортивних подій, залучення союзників-чоловіків, моніторингу та оцінки, створення нормативної бази, політик і стандартів тощо.

Українські дослідниці також не оминули цю тему, М. Маєрчик, О.Плахотнік, Г. Ярманова виділяють аспекти гендерної рівності в спорті, які можна згрупувати в наступні [6]:

- доступ жінок до керівних органів;
- нерівномірне фінансування жіночих та чоловічих програм в спорті;
- тілесність та відношення до неї;
- гендерні стереотипи;
- спортивна форма;
- репрезентація в медіа.

Як можна побачити, підходів багато, але вони не мають спільної основи для формування індикаторів гендерної рівності в спорті. Тому важливим елементом досліджень в цій сфері є випрацьовування зрозумілої структури, на основі якої можна було б визначити критерії-індикатори гендерної рівності. Також підіймаючи питання гендерної рівності, ми маємо зважати на принцип інтерсекційності, тобто перетин різних форм дискримінації з утиском за принципом статі. До прикладу, спортсменка і тренерка можуть зазнавати насильства, але зважаючи на їх статус в системі, воно матиме різні форми. Так, спортсменка в порівнянні з тренеркою частіше стикатиметься з фізичним насильством, а саме побиттям, стусанами тощо; а в порівнянні з колегами спортсменами, фізичний вплив може мати специфічні прояви, притаманні для насильства над жінками, на кшталт, тягання за волосся, нанесення ударів по сідницях тощо. Тому важливо визначити сфери прояву дискримінації за ознакою статі, які допоможуть максимально враховувати різність досвіду жінок у спорті.

Для реалізації цього завдання, пропонуємо класифікувати сфери проявів гендерної рівності за двома основами: роль і ієрархія (рис. 1.1); виміри прояву (рис. 1.2).

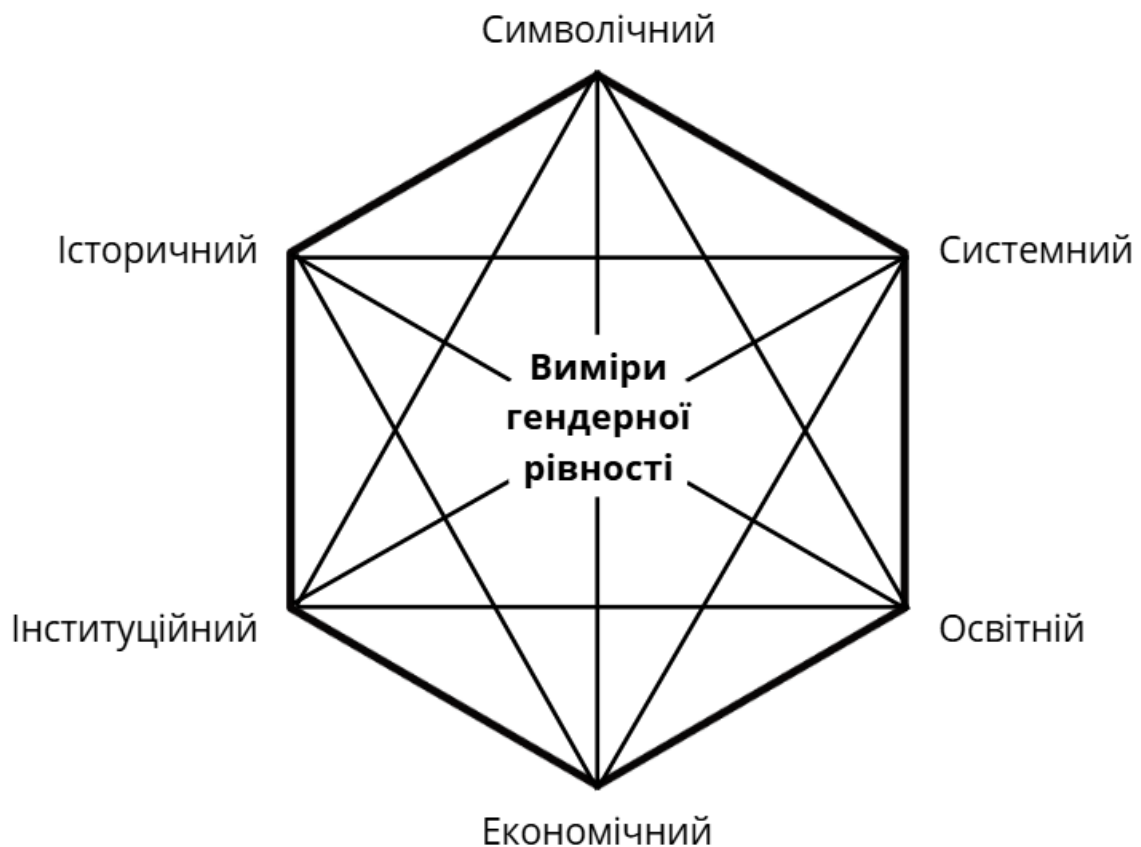


**Рис. 1.1. Ролі жінок і ієрархія в спорті (авторська пропозиція)**

Як можна побачити, найбільш вразливі в цій системі спортсменки, оскільки вони зазнають дискримінації не тільки за ознакою статі, але й властивий тиск від системи ієрархії. Зміни в системі можуть йти як знизу вгору, тобто від законодавчих змін, загальнонаціональних програм, світових тенденцій; так і згори вниз, атлетки можуть бути змінотворицями завдячуючи своїй медійності, створюючи фактичні прецеденти, які потім лише закріплюються в законодавчій і управлінській практиці. Окремо варто відзначити навколоспортивних фахівчинь, як-от лікарки, реабілітологині, фізіотерапевтки тощо, а також представниць академічної спільноти. Вони знаходяться поза системою ієрархії, менш з тим і зазнають гендерної дискримінації, і мають можливість опосередковано впливати на покращення стану гендерної рівності в спорті.

*Історичний вимір* відображає динаміку дискримінації і витоки нерівності для всіх інших вимірів. Наприклад, статті Шамардіної Г., Шандригося В. [39, 40] та ін. фіксують, що жіноча боротьба й дзюдо довго не визнавались як легітимні види спорту. Властиво, що на системному рівні не створювались програми підготовки адаптовані під особливості жіночого організму. Варто

зауважити, що розглядаючи історичний рівень треба враховувати контекст, так жінки були долучені до практик дзюдо самим засновником Дзігоро Кано, хоча вони були суттєво обмежені в порівнянні з чоловічим. З позиції сьогодення, це виглядає, як дискримінаційна практика, втім, беручи до уваги прийнятні норми того часу і країни, це було доволі прогресивне і профеміністичне рішення.



**Рис. 1.2. Виміри гендерної рівності (авторська пропозиція)**

*Символічний або ідейний.* Виходячи з того, що гендер – це соціокультурний, символічний конструкт, який відтворює певний асоціативний зв'язок і допомагає підтримувати вкорінений соціальний порядок, символічний вимір зачіпає питання відношення до жінки в цілому і жінки в спорті як феномена, репрезентацію в медіа, особливості зовнішнього вигляду тощо. Міжнародні дослідження підтверджують тези, що з

дитинства символізм гендерних ролей та культурний тиск прищеплюють соціально прийнятні гендерні практики [74]. Ідея, що жінка має слугувати прикрасою, ланцюжком призводить до того, що відомі чоловіки українського спорту С.Н Бубка і В.М. Платонов нав'язують спортсменкам необхідність відповідати «поглядам на ідеальних жінок» і стверджують, що естетична складова – є однією з найважливіших цінностей жіночого спорту [4]. І таке відношення знайшло підтвердження в дослідженнях Войтович Н. і Маркової О. [5, 17], які показали, що жіночий спорт у медіа представлений через сексуалізовані, некомпетентні або побутові образи.

*Культурний вимір*, який є підсистемою символічного, стосується репрезентації в медіа, соціально-прийнятних практик, одягу, гендерних ролей. Так, увага при зйомці приділяється конвенційно привабливим атлеткам; одяг жінок в тих самих дисциплінах більш відвертий і сексуалізований ніж у чоловіків; в професійному боксі саме дівчата виносять таблички з номерами раундів.

*Економічний вимір* – це нерівність у розподілі фінансування, гонорарах, сучасній інфраструктурі і засобам тренування та відновлення. Якщо на символічному рівні закріплюється ідея, що єдиноборства – це чоловічий вид спорту, то фінансування жіночих команд може бути меншим. До прикладу Маркова О. [17] демонструє в своїй роботі, що в певних видах спорту навіть за однакового статусу, зарплати жінок у десятки разів нижчі. Перекіс у фінансуванні на користь чоловічого спорту закріплює стереотип, що жінки не зацікавлені в спорті, тобто впливає на символічний вимір.

*Системний вимір* – це те, як організована система, побудовані тренувальні плани, система управління, організації тощо. Саме в цьому вимірі ми будемо оцінювати кількість жінок, залучених в спортивну діяльність. Актуальність проблем на цьому рівні проявляється в різних дослідженнях, зокрема Штефюк І. [41] показує, що жінки тренуються за схемами, розробленими для чоловіків, що призводить до втоми, травм і зниження ефективності.

*Освітній вимір* – проявляється в двох аспектах наявності або відсутності гендерно чутливого підходу в спортивній і професійній освіті, наявності або відсутності досліджень і програм, присвячених гендерним питанням. Це пов'язане не в останню чергу з відсутністю фінансування таких напрямків (економічний рівень), і як наслідок, жінки страждають на системному рівні через відсутність спеціалізованого підходу, частіше отримують травми, стикаються з наднормовим навантаженням, раніше йдуть зі спорту, підкріплюючи стереотипи в символічному вимірі, що спорт це не жіноча справа. Увагу до цього виміру проявляють багато вчених, зокрема Захарченко М. [12] підіймає питання, що фізичне виховання має бути простором не для закріплення ролей, а для розвитку індивідуальності.

*Інституційний вимір* пов'язаний з нормативно-правовими і декларативними актами, формалізованими практиками і правилами, що реплікують дискримінацію, навіть якщо вона не декларується відкрито. Вочевидь цей вимір перетинається з усіма іншими. Так, проєкт «Гендерне бюджетування в Україні» [13] фіксує, що більшість обласних спортивних бюджетів не враховують стать при плануванні й не звітують окремо по жінках.

Окремо можна зазначити напрямки проявлення нерівності: горизонтальний – розподіл дівчат і хлопців за видами спорту, для дівчат частіше пропонуватимуть художньо-естетичні види спорту; вертикальний – доступ до ресурсів всередині виду спорту, так, наприклад, 12 місць в українській збірній до Чемпіонату Європи з дзюдо серед кадетів розподіляють не рівно: 7 хлопцям, 5 дівчатам.

Також варто говорити про форми прояву: формальна (*de jure*) — юридична відсутність обмежень; фактична (*de facto*) — реальні бар'єри й обмеження. Досягнення гендерної рівності можливе лише за наявності інституційних передумов, тому вкрай важливим є міжнародні і українські нормативно-правові акти, які створюють рамку для реалізації ініціатив, спрямованих на її досягнення. Серед них можна виділити наступні:

#### Міжнародні нормативні акти:

1. Конвенція про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок (CEDAW) – ООН [8]. Прийнята 1979 року, ця конвенція зобов'язує держави-учасниці вжити заходів для ліквідації дискримінації за ознакою статі, включаючи сферу спорту. Ратифікована в Україні 1999 року [29].

2. Олімпійська хартія (Olympic Charter) [95]. Хартія МОК закріплює принципи рівності та заборону дискримінації за ознакою статі у спорті, зокрема щодо участі у змаганнях та доступу до спортивних можливостей.

3. Міжнародна конвенція про боротьбу з усіма формами расової дискримінації (CERD) [8]. Охоплює боротьбу з расовою та гендерною дискримінацією в різних сферах, включаючи спорт, забезпечуючи рівні права для всіх спортсменів незалежно від раси та статі.

4. Резолюція Генеральної Асамблеї ООН 70/1 "Перетворення нашого світу: порядок денний на період до 2030 року для досягнення сталого розвитку" [25]. Ця резолюція включає цілі сталого розвитку (SDG), зокрема мету щодо досягнення гендерної рівності (SDG5), яка має пряме відношення до рівних можливостей у спорті.

5. Принципи рівності у спорті, ухвалені Радою Європи [105]. Документи Ради Європи надають важливі рекомендації щодо боротьби з дискримінацією в спорті та забезпечення рівних умов для чоловіків і жінок.

#### Українські нормативні акти:

6. Конституція України [16]. Стаття 24 гарантує рівність прав і свобод всіх громадян, без будь-якої дискримінації за ознакою статі, що є основою для боротьби з дискримінацією в усіх сферах, включаючи спорт.

7. Закон України "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків" [27]. Цей закон забезпечує рівні права жінок і чоловіків у всіх сферах життя, включаючи спорт. Він передбачає запровадження спеціальних заходів для забезпечення гендерної рівності.

8. Закон України «Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні» [28]. Закон визначає механізми правового захисту осіб, які стали

жертвами дискримінації, та створює можливості для звернень до суду, антикорупційних органів і уповноважених осіб для вирішення спірних питань.

9. Закон України "Про фізичну культуру і спорт"[31]. У цьому законі зазначено, що державна політика спрямована на розвиток фізичної культури і спорту для всіх громадян без дискримінації за ознакою статі, що забезпечує рівні можливості для участі жінок у спортивних заходах.

10. Кодекс України про працю [15]. Відповідно до цього кодексу забороняється будь-яка дискримінація за ознакою статі на роботі, що включає також спортивні організації та установи.

11. Національна стратегія з просування рівних прав жінок і чоловіків в Україні [30]. Стратегія включає конкретні цілі і заходи щодо забезпечення гендерної рівності в усіх сферах, зокрема в спорті, і передбачає покращення доступу жінок до спортивних можливостей.

Таким чином, можна було б зробити висновок, що досягнення гендерної рівності цілком забезпечене інституційно, та, як зазначають О. В. Маркова та Т.Є. Мотузенко [18], справжнє питання полягає в тому, наскільки це впливатиме на зміни та яку роль відіграватиме закон. Балинська А.О. [2] підкреслює, що формальне збільшення кількості жінок у системі не гарантує відсутності дискримінації, якщо не змінено управлінську культуру. Таким чином, щоб ґрунтовно розібратись в питанні, треба глибше вивчити наявні практики дискримінації і гендерно зумовлені проблеми, що фактично вкорінені в сучасному спорті і олімпійських єдиноборствах.

## **1.2. Історія розвитку жіночих олімпійських єдиноборств на прикладі дзюдо**

Отже, для поглибленого вивчення питання, варто розглянути кожен з вимірів гендерної нерівності, що представлений на рис. 1.2. Насамперед варто розглянути історичний, хоча він і є єдиним виміром, на який ми не маємо безпосереднього впливу і можемо обмежитись лише ретроспективними дослідженнями. Водночас цей вимір обґрунтовує наявність дискримінації у

всіх інших, бо більш пізнє становлення жіночого спорту є запорукою його меншого розвитку, тому обізнаність щодо історії становлення жіночого спорту робить суттєвий внесок в запобігання і протидію гендерної нерівності в розрізі інших вимірів.

Серед олімпійських єдиноборств саме дзюдо є оптимальним видом для дослідження, бо з одного боку, порівняння з боксом, фехтуванням, тхеквондо та іншими видами спорту виявляє кілька спільних проблем, як-от, домінування чоловіків та недостатня представленість жінок постійно спостерігаються у всіх видах спорту, дискримінаційні практики та культурні стереотипи зберігаються як у дзюдо, так і в інших бойових видах спорту [94]. З іншого боку, існують унікальні нюанси — дзюдо іноді пропонує структуру, яка може пом'якшити традиційні гендерні ролі [79], тоді як такі види спорту, як бокс та фехтування, демонструють чіткі культурні та інституційні бар'єри. Отже, у сукупності дослідження показують, що проблеми гендерної рівності в дзюдо відображають проблеми в інших олімпійських бойових мистецтвах, що характеризуються дискримінацією, обмеженою участю та впливом усталених чоловічих норм, але в той самий час, дзюдо служить прикладом впровадження вдалих практик гендерної рівності, тому саме це єдиноборство було обране для дослідження.

Дзюдо виникло в Японії у 1880-х роках завдяки Кано Дзігоро, який на основі традиційних шкіл дзюдзюцу створив модерну систему фізичного виховання з чіткою освітньою та моральною складовою. Від самого початку Кано бачив у дзюдо не лише бойове мистецтво, але й інструмент формування гармонійної особистості, здатної поєднувати інтелектуальний розвиток із тілесним та моральним. Попри прогресивні для свого часу погляди, його система залишалася продуктом культури кінця XIX століття з її жорсткою гендерною ієрархією. Жінки отримали доступ до занять лише поступово і в обмеженому форматі, що зумовило тривалу і складну історію становлення жіночого дзюдо. Зацікавлені жінки почали звертатися до Кодокану на початку 1890-х років. У 1893 році Томіта Цунедзіро, один із найближчих учнів Кано, з

дозволу вчителя розпочав навчання кількох учениць[112]. Коли за 6-7 років жінки звернулися по наставництво до самого Кано, він не дав згоди допоки не порадився з дружиною. Однак від самого початку умови їхнього залучення були іншими, ніж у чоловіків. Жінкам дозволяли обмежений спектр технік, уникали надмірного силового навантаження, бо фізична активність для жінок все ще сприймалася як загроза здоров'ю і традиційному баченню жінки лише в ролі матері та берегині дому [39]. Менш з тим, дослідники зазначають, що цілком ймовірно, що засновник дзюдо Дзігоро Кано турбувався не через загрозу репродуктивним можливостям жінок, а через глобальний гірший стан функціональних систем організму і м'язів жінок, що спричинений малорухливим способом життя, тому доступ до шіаі (змагальних практик) для жінок був закритим [92]. Далі поступово дзюдо починає розповсюджуватись світом.

Після Першої світової війни жінок почали більше заохочувати до занять дзюдо як у Японії, так і за кордоном. В 1918 році було засновано «Будокваї» в Лондоні, і вже в 1920 було проведено рекламну кампанію в пресі для заохочення жінок до занять дзюдо. До кінця лютого в книгах членства було зазначено 110 членів, з яких 12 були жінкам. Загально в світі в 1939 році лише 68 з майже 8000 осіб, що належали до товариств дзюдо, були жінками.

В 1926 відкривається окреме жіноче додзьо – Джоші-бу [55]. В ньому проводилися тренування, адаптовані до тогочасних уявлень про жінок: менш інтенсивні, з акцентом на ката і самооборону. Утім, сама наявність жіночої секції стала важливим прецедентом, адже жінки отримали легітимне право займатися дзюдо у стінах головного центру світу, хоча і мали нижчий статус зі своїми чоловічими колегами і обмежений доступ до демонстрацій та змагань. Втім, в школі-конкурентці Кодокану, Бутокукай Озакі Канеко почала приймати участь в змаганнях разом з чоловіками, це зрушило з місця систему оцінки навичок жінок і відкрило можливість отримувати не тільки учнівські ступені КЮ, але і майстерські – дан. Варто зауважити, що чорний пояс, якій

відповідає майстерському ступеню, в жінок мав білу полосу. Зараз пояси в чоловіків і жінок ідентичні.

Після Другої світової війни в процесі демілітаризації Японії школу Дай Ніппон Бутокукай було розпущено через націоналістичні ідеї. Філософія Кодокану відрізнялася, вона була орієнтована не на агресію і націоналізм, а на виховання особистості через принципи несупротиву, власного розвитку задля процвітання і зростання всього суспільства, що і дозволило цій школі уникнути закриття. Очільницею жіночого напрямку стає онука засновника Кейко Фукуда, яка у 2006 році отримала дев'ятий дан Кодокану, ставши першою в історії жінкою з таким ступенем [107].

Менш з тим, пані Фукуда була зорієнтована більше на «м'яке» дзюдо, без шіаі, тобто змагань. Разом з тим, як згодом шляхи розвитку Кодокану та Міжнародної федерації дзюдо (IJF) частково розійшлися, бо IJF уводила новації, так і жіноче дзюдо розгалужується на дві гілки. Символом другої гілки є Рена «Расті» Канокогі [86], завдячуючи якій з 1980 року проводяться Чемпіонати світу серед жінок та Олімпійські ігри з 1992. Показово те, що в перших змаганнях вона брала участь під виглядом чоловіка, вони закінчилися перемогою, менш з тим, дізнавшись про те, що Канокогі є жінкою – в неї забрали медаль, яку їй все ж таки вручили у серпні 2009 року за кілька місяців до її смерті.

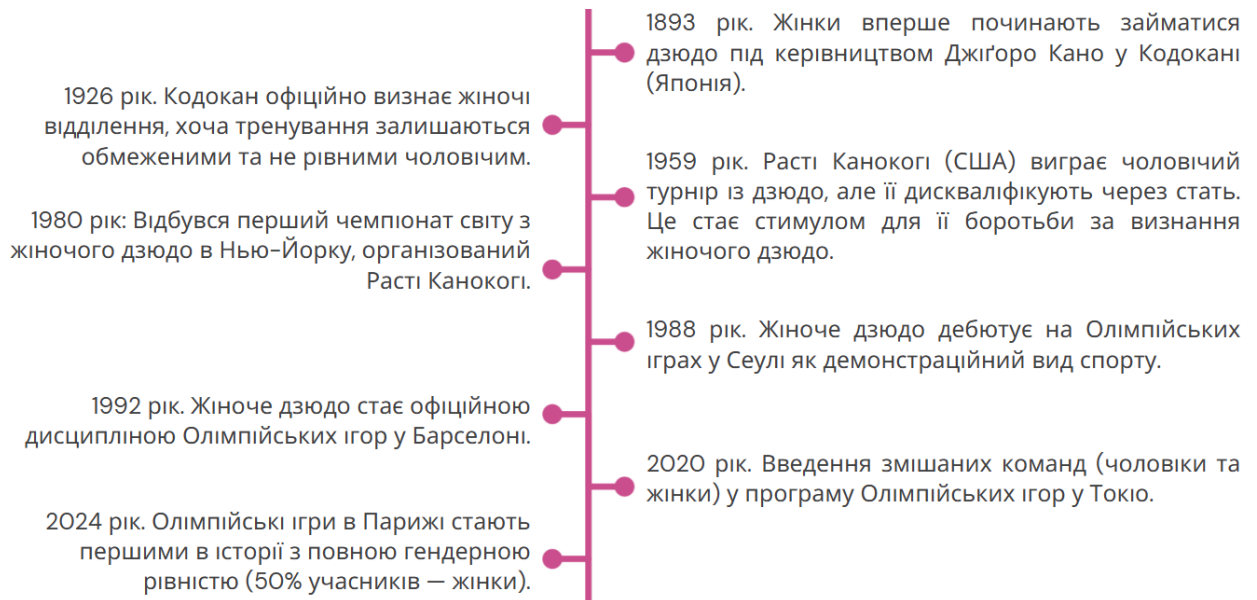
В таблиці 1.2. представлені видатні жіночі постаті дзюдо. Недостатня обізнаність сучасних дзюдока про історію розвитку жіночого дзюдо, є підґрунтям для меншовартості жінок в цьому спорті, а також дискримінації в усіх вимірах, тим більше, що в цьому виді спорту вивчення традицій є важливою частиною практики. Історичний вимір може перетікати в символічний через таку логіку: якщо жінок не було в дзюдо, значить воно їм не цікаве, або вони не здатні. Тому вивчення стану обізнаності в історії жіночого дзюдо є цікавою дослідницькою задачею.

Таблиця 1.2.

**Жіночі історичні постаті в дзюдо [39, 55, 56, 86, 112]**

Жінка	Рік згадки в літературних джерелах	Країна діяльності	Внесок
Ашія Суеко	1893	Японія	Перша жінка, яка звернулася з проханням вивчати дзюдо.
Оба Хісака	~1900	Японія	Учениця Кано; активно практикувала; свідчила про інтерес Кано до прогресу жінок.
Ясуда Норіко	1904	Японія	Учениця Кано, демонструвала оздоровчу функцію дзюдо для жінок; стала інструкторкою.
Фуде Ямашіта	1903–1905	США	Навчала дзюдо світських левиць Америки та їх дітей, брала участь у публічних показах разом зі своїм чоловіком, інструктором Теодора Рузвельта.
Фібі Робертс	1904–1908	В.Британія / Португалія	Інструкторка в Лондоні; одна з перших популяризаторок дзюдо в Європі.
Емілі Воттс	1904	Велика Британія	Написала першу жіночу книгу про дзюдо; проводила заняття в Лондоні.
Едіт Гарруд	1910-ті	Велика Британія	Використовувала дзюдо як самооборону; навчала суфражисток у політичній боротьбі.
Естер Кронгольм	1910-ті	Скандинавія	Разом зі своїм чоловіком Вікінгом, який навчився дзюдо ймовірно під час участі у війську) демонструвала бойові мистецтва співвітчизникам-шведам
Флоренс Гардінер (Флоренс Ле Мар)	1913	Нова Зеландія	Демонструвала дзюдо на сцені, писала про свої «пригоди»; популяризувала серед жінок.
Озакі Канеко	1932	Японія	Порушила усталені норми і взяла участь у шіаі (змаганнях) з чоловіками. Перша жінка, що отримала 1й дан Бутокукай, а рік по тому і Кодокан.
Норітомі Канеко	1935	Японія	Перша жінка, що отримала другий дан (нідан)
Сара Майєр	1935	Велика Британія / Японія	Перша західна жінка, що отримала сьодан; перша жінка, що тренувалася з чоловіками в Кодокан.
Кейко Фукуда	1930-ті – 2011	Японія / США	Онучка учителя Кано; просувала жіноче дзюдо у світі; отримала 9-й дан Кодокана та 10-й дан у США.
Жанін Леваньє	1951	Франція	Отримала сьодан; відома боротьбою з чоловічою командою; приклад рівності у поєдинках.
Рена «Расті» Канокоті	1959–1980-ті	США	Боролася за визнання жіночого дзюдо; організувала перший жіночий чемпіонат світу, сприяла становленню жіночого дзюдо на Олімпійських іграх

З моменту появи перших жіночих світових чемпіонатів у 1980 році відбулися суттєві зміни в структурі й правилах змагань, що поступово наближали жіноче дзюдо до рівня чоловічого. Міжнародна федерація дзюдо не лише адаптувала існуючі правила, але й запровадила нові, які формували умови для більшої рівності та розвитку. У цьому процесі еволюція правил відіграла вирішальну роль. Одним із важливих кроків стало уніфікування вагових категорій та приведення їх у відповідність до чоловічої системи, так, починаючи з дебютних для жінок Ігор XXV Олімпіади 1992 року, кількість чоловічих і жіночих вагових категорій є однаковою. На рисунку 1.2. Показані основні часові точки розвитку жіночого дзюдо.



**Рис. 1.3. Часова динаміка розвитку жіночого дзюдо (авторська пропозиція на основі 93, 112, 117)**

Зміни правил супроводжувалися організаційними реформами. Важливим кроком стало рішення IJF у 2019 році підписати Декларацію Брайтона + Гельсінкі [53] щодо рівності у спорті та ухвалити власну Стратегію гендерної рівності [70]. Це закріпило рівні призові для чоловіків і жінок та засвідчило, що еволюція правил має не лише технічний, а й політичний вимір.

Отже, завдячуючи увазі до питань гендерної рівності, жінки в дзюдо отримали:

- однакову тривалість поєдинків;
- ідентичні вагові категорії;
- рівність у правилах оцінювання;
- однаковий доступ до технологій (CARE, відеоповтори);
- фінансову справедливість у вигляді рівних призових фондів.

Історичний вимір є підґрунтям і поясненням сучасного стану гендерної рівності, але окрім еволюції самого виду спорту, змінюється суспільно-політичний контекст, що також має вплив, тому надважливим є дослідження гендерної рівності і в інших вимірах.

### **1.3. Сучасні гендерні проблеми та стереотипи в олімпійських єдиноборствах**

Досліджуючи історичний вимір гендерної рівності, варто робити коригування на соціальні норми, притаманні тій чи іншій епосі, адже ті прояви, які за сучасного положення жінок в суспільстві здаватимуться мізогінією, в 1920-х роках можуть вважатись прогресивними і профеміністичними. Враховуючи це, можна сказати, що дзюдо дещо випереджало час в контексті ставлення до жінок, саме тому в сучасному світі ми спостерігаємо, що хоч гендерні проблеми в олімпійських єдиноборствах є дуже подібними (см. табл. 1.3.), є і докази того, що структура дзюдо в порівнянні з іншими видами спорту дещо ігнорує гендерні ролі [79].

Звісно, зазначені в таблиці 1.3. прояви не є вичерпними, тому варто приділити увагу кожному з вимірів гендерної рівності.

Символічний вимір або вимір ідей, культури пов'язаний з уявленнями про жінку і жіноче в суспільстві. Вивчення цього виміру є надважливим, бо він є основою для дискримінації і, навіть, злочинів на ґрунті ненависті. Проводячи паралелі з пірамідою ненависті, побудуємо піраміду гендерних проблем в спорті (рис.1.4.)

**Порівняльний аналіз проявів гендерної нерівності в олімпійських  
єдиноборствах [63, 94]**

<b>Вид спорту</b>	<b>Дискримінуючі практики, що згадуються в літературі</b>
Дзюдо	Домінування чоловіків, недостатня представленість, гендернозумовлене негативне ставлення, лідерські бар'єри, не враховуються психологічні гендерні відмінності, культурні стереотипи, недостатня представленість
Бокс	Дискримінація, сумніви щодо жіночності, повага до бійців залежить від культури, недостатня представленість
Боротьба	Чоловіче домінування, недостатня представленість
Фехтування	Елітарний, обмежений доступ, маскулінна типізація
Тхеквондо	Військове коріння, маскулінна типізація, недостатня представленість жінок, чоловіче домінування
Карате	Чоловіче домінування, недостатня представленість

Ілюстрацією найвищого рівня може бути легенда про Калліпатеїру, гречанку, яка перевдягалася чоловіком-тренером, щоб побачити змагання свого сина, адже жінкам під страхом смерті не дозволялося бути присутніми на аренах [3].



**Рис. 1.4. Піраміда ненависті в спорті [авторська пропозиція на основі [104]**

Відходячи від ретроспективного аналізу до сучасності, прикладом може бути ситуація в Афганістані. У 2004 році пані Фріба Резаї представляла Афганістан на Олімпійських іграх, а у 2021 році понад 100 дівчат займались дзюдо, попри те, що родичи і сусіди чоловічої статі залякували і погрожували дзюдоїсткам через їх участь в спорті, навіть наносили тілесні ушкодження [91]. Станом на 2025 рік, жінкам в Афганістані заборонено не тільки займатися будь-якими видами спорту, відвідувати тренажерні зали та брати участь у спортивних заходах, а і отримувати освіту, і, навіть, говорити на вулиці. Це наочний приклад, як швидко можна перейти від упереджень, до феміциду.

До четвертого рівня відноситься концепція Sport-Related Violence (SRV) — насильства, пов'язаного зі спортом [97], що охоплює фізичне, психологічне та сексуальне насильство, зокрема з боку тренерів, лікарів, керівників команд. Такі випадки трапляються під час тренувань, зборів, у роздягальнях; присутність батьків іноді захищає від деяких форм насильства, але не гарантує повний захист. Наслідки SRV включають психологічні травми, фізичні ушкодження, зниження самооцінки, передчасне завершення кар'єри, поведінку самоушкодження, наприклад, тренування незважаючи на травми. Сумний приклад дзюдоїстка Кайла Гаррісон [50], дворазова олімпійська чемпіонка, яка пережила сексуальне насильство з боку тренера, але залишилася в спорті й стала активісткою проти зловживань. Найгірші приклади четвертого рівня починаються з окремих випадків і незначних, буденних на перший погляд проявів третього рівня.

Рівень системної дискримінації відповідає тому факту, що жіночий спорт у світі все ще здебільшого сприймається неповноцінним [100]. Говорячи про більше конкретні приклади, це коли дівчатам дають менші призові, менше демонструють їх по ТВ, не розробляють тренувальні програми для жінок, проводять змагання тільки для хлопчиків. Другий рівень — це акти мікроагресії, недоречні жарти, вибір тренерів замість тренерок. І все це вкорінено на рівні символів і стереотипів, головним з яких є ідея, що спорт — це не жіноча справа, тому жінок не утискають, забороняючи участь у спорті, а

оберігають. Загалом ідея, що спорт – не жіноча справа, призводить до зменшення зацікавленості дівчат спортом і, як наслідок, зменшення кількості атлеток. Оскільки участь на інших ієрархічних рівнях зазвичай починається з власного тренувально-змагального досвіду, це призводить до глобального зменшення жінок в спорті. Окрім того, ці стереотипи можуть негативно впливати на психологічний стан, увагу, впевненість і в підсумку — на результат. Як показує метааналіз, особливо відчутним цей вплив є, коли мова йдеться про види спорту, які вважаються чоловічими [76], як-от дзюдо. Дослідження показали [99], що в більшості випадків жінки демонстрували зниження результатів, коли:

- їхня стать була акцентована перед тестом;
- їм нагадували, що завдання пов'язане з «чоловічим» видом спорту;
- дослідники натякали на гендерні очікування.

У завданнях з видів, які асоціюються з чоловічими компетенціями — ефект був статистично значущим. У жінок, які вважали себе менш досвідченими або новачками, вплив загрози стереотипу був сильнішим. А коли жінки знали, що їхня робота буде оцінюватись у порівнянні з чоловіками, їхній рівень помилок зростав.

Також свій негативний внесок робить патріархальна організація суспільства, в якому жінки розглядаються як «берегині», а самореалізація можлива тільки через народження дітей. Це негативно впливає на тривалість спортивної кар'єри. Так в дослідженні Чоботько М.А., Чоботько І.І. [42] серед дзюдоїсток Токіо-2020 більша частка учасниць була молодшими за середній вік (59%), у чоловіків — вона складала 45%. Дослідження кар'єрних шляхів олімпійських чемпіонів Латишева М.В. та ін. [1] виявило, що середній вік чемпіонок у жіночій боротьбі становив 22,8 року — значно менше, ніж у чоловіків (понад 26 років).

Підрівнем символічного виміру – є культурний, тобто наочний прояв символів в суспільному житті. Сюди відносимо репрезентацію в медіа, гендерні ролі і практики в суспільстві, одяг тощо. Саме символічний вимір

формує рамки, в межах яких журналісти і журналістки розуміють події, визначають спрямованість дискурсу у власних медіапродуктах, обирають питання, які ставлять спортсменкам тощо. Так Джулія Т. Вуд [84] говорить про дихотомію репрезентації чоловіків і жінок в медіа, де чоловіки асоціюються з владою та компетентністю, тоді як жінки – з некомпетентністю та підпорядкуванням. Аналогічно, чоловіча діяльність часто на символічному рівні – відкрита та публічна, натомість жіноча діяльність зосереджена на внутрішній та приватній сферах. Це ілюструє, як гендерні ролі підсилюють ієрархічні відносини та гендерну нерівність у символічному вимірі. [51] створила типологію, згідно з якою медіа підходять до жінок через п'ять символічних фігур або архетипів, які використовуються для опису та кваліфікації жінок у медіадискурсі: муза, мадонна (Мадонна), мати, культова фігура, пристрасна активістка. Бертіні стверджує, що засоби масової інформації не просто описують світ, але встановлюють символічний порядок, який утримує жінок маргіналізованими в публічній сфері. Ці теоретичні концепти глибоко пояснюють фактичну ситуацію, що складається в медіависвітленні спорту. Дашпер [62] та Форнарі та ін. [72] виявили, що висвітлення в ЗМІ наголошувало на ролі жінок як дружин, матерів або у стосунках з чоловіками, а не як спортсменок як таких, а більше медіа-уваги приділялося тим, хто відповідав традиційним жіночим ідеалам або мав високу популярність серед знаменитостей.

Жінки-спортсменки в олімпійських бойових мистецтвах зображуються з точки зору, що наголошує на естетиці, а не на спортивній компетентності. Дослідження показують, що зображення підкреслюють фізичну зовнішність і традиційні жіночі ролі. Так, зберігається об'єктивація жінок. Даффернер та ін. [61] повідомляли, що жінки-олімпійські спортсменки частіше зображувалися на обкладинках журналів у сексуально об'єктивованому вигляді, навіть попри те, що їхня представленість з часом зростала. Дешпер також виявила [62]., що, хоча відверта сексуалізація зменшилася, тіла спортсменок продовжують оцінюватися естетично, причому дескриптори зосереджуються на зовнішності

чи жіночності, а не на атлетизмі. Форнарї та ін. [72] зазначили, що висвітлення подій у бразильських ЗМІ відтворювало сексистські моделі, підкреслюючи стереотипні жіночі характеристики та посилюючи традиційні гендерні ролі. Ще одним медіа-фактором є знецінення досягнень атлеток є амбівалентність у зображеннях [62], де досягнення спортсменок визнавалися, але одночасно применшувалися, ставлячи під сумнів легітимність виду спорту для жінок чи рівня змагань. Стереотипи включали інфантилізацію (наприклад, називання спортсменок «дівчатами» або «юними леді») та зосередження на сімейних ролях (наприклад, «супермама»). Даффернер та ін. [61] зазначали, що сексуалізація тривіалізує досягнення жінок, зміщуючи фокус з продуктивності на зовнішній вигляд. Також науковиці відзначають, що навіть коли досягнення жінок визнавалися, висвітлення часто відтворювало гендерні стереотипи, зокрема в контексті повідомлень про насильство щодо спортсменок [72].

Загалом медіа-покриття жіночого спорту набагато нижче. В систематичному огляді медіарепрезентації жінок на Олімпійських іграх [110] дослідниці визначили, що в загальносвітових ЗМІ жінки мають 24% згадок, а в спортивних — лише 4%, хоча вони складають 40% від усіх спортсменів, навіть за умов зростання кількості учасниць частка висвітлення їх у медіа не відповідає рівню участі. Це підтверджується в роботі О. Балинської [2], яка зазначає, що висвітлення жінок-спортсменок у телевізійних новинах і найкращих шоу, з 1989 року до 2019 збільшилось лише 0,03%. Нажаль, конкретні дані щодо паритету медіапокриття жіночого і чоловічого дзюдо наразі відсутні, що ставить дослідницьку задачу. Окрім кількості, важливою є і якість, Дешпер [62] та Хігс та ін. [80] виявили, що чоловічі змагання отримували значно більше висвітлення, і навіть коли висвітлювалися жіночі змагання, кадрування було менш технічним і більше зосередженим на особистих чи естетичних аспектах. Антунович та Бартолучі [49] зазначають, що під час Олімпіади жіночі змагання отримували висвітлення тільки за умови участі національної представниці. А Ада-Ламейрас та Родрігез-Кастро зазначають [45], що навіть поява соціальних медіа, вільних від часових та

просторових обмежень, які використовуються для виправдання низького висвітлення жіночого спорту в традиційних ЗМІ (телебачення, радіо та преса), не дозволяє змінити незначну присутність спортсменок у висвітленні ЗМІ під час спортивних мегаподій, таких як Олімпійські ігри. Загалом, дані свідчать про те, що навіть там, де видимість покращилася, гендерні стереотипи зберігаються в медіа-уявленнях про жінок-олімпійок, які займаються бойовими мистецтвами, порівняно з їхніми колегами-чоловіками. Пам'ятаючи про інтерсекційність, варто зауважити, що хоча більшість з цих даних отримана саме на прикладі атлеток, всі інші групи жінок, дотичні до спорту, так само потерпають від утиску на символічному рівні. Втім, на відміну від атлеток, які все ж є публічними персонами, тренерки, менеджерки, дослідниці тощо отримують ще менше уваги від ЗМІ.

Традиція дзюдо історично привілеює «чоловічі» риси — силу, агресію, лідерство. Це створює системну перевагу чоловіків у ролі тренерів і суддів, а жінок — у підлеглому становищі. Авторки зазначають, що в дзюдо жінки стикаються з «подвійним викликом» історичних заборон та постійної системної дискримінації [63, 94], з обмеженими лідерськими ролями та стійкими чоловічими нормами [90]. Через те, що жіночі змагання і тренування з дзюдо впроваджувались пізніше за чоловічі, тренувальні методики для жінок не розроблялися паралельно або винятково, або бодай з урахуванням жіночої фізіології і психології. Але як ми не можемо тренувати дітей, як мінідорослих, а розробляємо для них окремі програми з урахуванням їх особливостей і можливостей, так і жінки потребують окремої уваги, бо невідповідні тренувальні стратегії призводять до травматизації, передчасного вичерпання резервів тощо [85]. Так дослідження [106] показало, що дівчата уважніше сприймають вербальні інструкції тренера і краще запам'ятовують матеріал. Це вимагає від тренерів адаптації педагогічних стратегій — більшої ясності, повторення, зворотного зв'язку. А от дослідження олімпійських сутичок з дзюдо [52] показало, що динаміка бою у жінок майже не відрізняється від чоловічої, отже, немає підстав занижувати технічні вимоги. Натомість, серед

тренерів все ще панує упередження, що існує «жіноча» техніка, а психологічний клімат і педагогічні методи не суттєві, що на системному рівні послабляє позицію жінок в дзюдо в порівнянні з чоловіками, бо проблеми самооцінки й перфекціонізму часто підсилюються тиском з боку тренерів, особливо чоловіків. Це підіймає ще один зріз системного виміру гендерної рівності – положення тренерок і керівниць в дзюдо, які працюють під керівництвом чоловіків або в чоловічих структурах [60]. Дослідження показують, що жінки зрідка обіймають керівні посади в спортивному менеджменті в цілому і бойових мистецтвах та спортивних єдиноборствах зокрема, бо існує так звана вертикальна ієрархія [100]. Оскільки переважна більшість керівних посад в спортивних організаціях історично належить чоловіками, які в свою чергу при запрошенні на суміжні посади послуговуються особистими неформальними контактами – існує наявне домінуюче гендерно-владне співвідношення. Ті з небагатьох жінок, хто обіймають посади в менеджменті чи тренерстві стикаються з перешкодами для кар'єрного зростання, не одержуючи підтримку для поєднання сімейного і професійного життя, якої вони потребують, бо все ще саме жінки відповідальні в родині за материнство та домашні справи [63, 94]. Деякі дослідження рекомендують посилити інституційну підтримку, змінити дискримінаційну політику та сприяти дослідженням та лідерству самих жінок. Перонді з співавторками демонструють у своєму дослідженні, що тренерки з дзюдо змогли подолати кар'єрні бар'єри завдяки поєднанню широкої формальної та неформальної освіти, а також підтримки сім'ї та друзів [68]. Але освітній вимір гендерної рівності також сповнений дискримінуючих практик.

Освітній вимір вміщає в себе як навчальні програми, так і дослідження жінок в контексті їх діяльності в дзюдо. Здебільшого під програмами маються на увазі саме тренувальні, а не освітні ініціативи, до прикладу, успішний кейс Словенії [64], який є гарним прикладом соціальної цінності і спроможності дзюдо, але не є освітньою програмою в широкому сенсі. Майже відсутні або не набувають широкого розголосу освітні програми для жінок, які хочуть

залишатися в спортивному менеджменті, тренуванні після закінчення активної кар'єри; освітні програми про жінок. Гарний приклад такої ініціативи “Career up Seminar”: Inspire and Motivate Young Women [57]. Найбільшою освітньою ініціативою в дзюдо є Академія Міжнародної федерації дзюдо, яка, на жаль, немає окремих програм для жінок, а ті програми, які є, не приділяють достатньої уваги гендерним питанням. До прикладу, інструктор першого рівня, хоча і має окрему підглаву в навчальному модулі, яка присвячена базовим даним становлення жіночого дзюдо, геть не дає інформації про особливості жіночого тіла, тренування в період менструацій, ризики «тріади атлеток» тощо. З позитивних здобутків – у 2025 Академія IJF виділила п'ять стипендій для жінок, які покривають навчання на інструкторку [59].

Міжнародна федерація дзюдо офіційно закріпила принцип рівних виплат між чоловіками та жінками, у своїй політиці вона зобов'язується до рівності призових, медійної уваги, можливостей участі та структури змагань. В таблиці 1.4. представлено порівняння дзюдо та інших топових видів спорту.

Таблиця 1.5.

**Порівняльний аналіз виплат в різних видах спорту в залежності від гендеру [4]**

Вид спорту / федерація	Прояв гендерної рівності/дискримінації
Дзюдо (IJF / IJF World Tour)	IJF позиціонує себе як лідер, який встановив стандарт «equal prize money»
Теніс (Grand Slam)	На чотирьох турнірах Grand Slam призові вирівняні між чоловіками і жінками, але у інших турнірах жінки заробляють менше: чоловічі турніри мають більший призовий фонд у багатьох випадках
Велоспорт (UCI / жіночі тури)	На 2023 рік найвищий гарантований зарібок — €38 000, що відповідає доходам нижчих категорій чоловічого континентального рівня. Хоч введення мінімальних зарплат — крок уперед, але різниця в доходах між чоловіками і жінками лишається суттєвою
Баскетбол (WNBA / NBA порівняння)	Мінімальна зарплата у NBA $\approx$ \$838 000, у WNBA — максимум для ветерана $\approx$ \$113 500 Оплата у баскетболі демонструє одну з найбільших диспропорцій серед професійних видів спорту
Футбол / збірні команди (чоловічі vs жіночі)	Різниця у виплатах у футболі часто обґрунтовується доходами від телеправ, спонсорства і комерційного інтересу. Наприклад, у жіночому чемпіонаті світу (2015) США жінки отримали \$2 млн, а в аналогічному рішенні чоловічої команди — \$35 млн на світовому рівні раніше.

Також IJF вводить додаткові бонуси для лідерів рейтингу: наприклад, у 2018 році призовий фонд \$220 000 був поділений між чоловіками й жінками-лідерами рейтингу; кожний із топів (чоловік і жінка) отримав \$50 000. Менш з тим, економічний вимір гендерної рівності набагато глибший, бо Декларація рівності не автоматично змінює культурні практики, доступ спортсменок до спонсорів, медійне покриття чи інвестиції в жіночий спорт. Так, на рівні міжнародних офіційних турнірів призові однакові, але на рівні федерацій, молодіжного і дитячого спорту – дівчата часто отримують менше, або взагалі не отримують нічого, розповсюджена практика серед вітчизняного спорту видавати дівчатам гірший нагородний матеріал [71]. Окрім прямих виплат, економічний рівень вміщає фінансування зборів, оновлення екіпірування тощо. Дослідження 30 елітних іспанських жінок-дзюдоїсток документує, що недостатня фінансова підтримка, відсутність декретної відпустки та відсутність визнаного професійного статусу створюють явні відмінності в оплаті праці порівняно з чоловіками [63]. Такі результати показують, що на елітному рівні спортсменки стикаються з різними економічними труднощами, які можуть обмежувати їхнє кар'єрне зростання.

Інституційний вимір є надважливим і задає сучасну законодавчу рамку для всіх інших вимірів гендерної рівності, він ієрархічний і включає як загальні політики Міжнародного олімпійського комітету, Міжнародної федерації дзюдо і національних федерацій, так і державні нормативні акти. Недивно, що дослідження наголошують на необхідності посилити інституційну підтримку, змінити дискримінаційну політику та сприяти дослідженням та лідерству самих жінок [94]. Цей рівень тісно переплетений з іншими, зокрема, системним, бо саме жіноче лідерство і залученість жінок у вертикаль влади – є запорукою інституційних норм і політик, що сприятимуть гендерній рівності. Розуміючи це, сучасна спортивна спільнота поступово прагне до збільшення кількості і долі жінок-лідерок, впроваджуючи нормативні акти і рекомендації щодо цього, але більшість дослідниць і дослідників відмічають, що послідовні інституційні політики відсутні [119],

недосконалі [81] або суто формальні [65]. Так Піггот та Меттьюз зазначають, що впровадження моніторингу і фінансових стимулів не допомогло досягти цільових 30% жіночого представництва в радах директорів спортивних організацій Англії [101]. Папе зазначає, що підхід Міжнародного олімпійського комітету є адаптаційним, а не трансформаційним [98]. Нормативні документи, що приймаються призводять до розширення доступу жінок до сфери спорту в цілому, але оскільки ідеологія і дискурс залишаються незмінними, суттєвих зрушень в бік досягнення гендерної рівності немає, тобто жінок більше, а дискримінуючі практики, як-от насильство, менші виплати – залишаються. Заходи, які впроваджує IJF в інституційному вимірі також певною мірою є адаптаційними, а не трансформаційними: як-от, визначення квот для жінок в керівних структурах, але в той самий час певні рішення принципово трансформують системний рівень, як-от, впровадження змішаних команд – є саме трансформаційною зміною. Взаємообумовленість вимірів вимагає від нас додаткової уваги до будь-яких можливих змін, бо за рахунок таких адаптаційних мір, як квотування, ми можемо отримати більше жінок в керівних структурах, які вже будуть здатні впровадити зміни трансформаційні. Такою адаптаційною мірою є «позитивна дискримінація». В суспільстві набирає обертів дискурс, в якому заходи, спрямовані на розширення можливостей жінок включають певні преференції, такі як квоти, декретні відпустки, сприймаються як зворотна дискримінація проти чоловіків і оцінюються негативно. Наразі використання терміну «позитивна дискримінація» вважається недоречним. Закон України [28] пропонує термін «позитивні дії», що включають спеціальні тимчасові заходи, спрямовані на усунення юридичної чи фактичної нерівності у можливостях. Комітет ООН з ліквідації всіх форм дискримінації щодо жінок, пропонує термін «тимчасові спеціальні заходи». Рекомендація №25 конкретизує [75], що такі заходи, спрямовані на прискорення встановлення фактичної рівності між чоловіками та жінками, не є дискримінаційними, але повинні бути тимчасовими та скасованими після досягнення поставлених цілей. Важливо чітко

розмежовувати ці заходи, спрямовані на забезпечення фактичної та суттєвої рівності жінок, від інших загальних соціальних стратегій, метою яких є поліпшення становища жінок і дівчат. Не всі заходи, що можуть мати позитивний вплив на жінок, повинні вважатися спеціальними тимчасовими заходами. Заходи, спрямовані на забезпечення загальних умов для реалізації прав жінок і дівчат у різних сферах (громадянських, політичних, економічних, соціальних та культурних) без дискримінації, не можна відносити до тимчасових спеціальних заходів.

#### **1.4. Особливості питань гендерної рівності в Україні та закордоном**

Згадуючи про інтерсекційність, варто дослідити також, чи є практики гендерної дискримінації унікальними для окремих країн.

У Фінляндії [87] дослідниці показали, що спортсменки відтворюють чоловічі стереотипи про неприналежність жінок до єдиноборств, пояснюючи свою участь через уявлення про себе: як «природжених бійчинь», здатних конкурувати на рівних, і водночас як винятків серед «звичайних» жінок, нібито непридатних до боротьби. Така ідентичність водночас емансипує і відтворює маскулінні стереотипи, не сприяючи системній зміні гендерного порядку у дзюдо. Навіть у відносно егалітарному фінському суспільстві ідеї «справжньої боротьби» залишаються культурно прив'язаними до уявлень про мужність.

У Данії ситуація подібна: сфера спорту формально відкрита, проте щоденна практика демонструє структурну нерівність. Як зазначають дослідниці [73], навіть у країнах із високими показниками гендерної рівності спорт залишається побудованим довкола «чоловічої норми». Домашні обов'язки та догляд за дітьми залишаються головно на жінках, що унеможлиблює повноцінну спортивну кар'єру. Рівність сприймається як «досягнута», а проблема дискримінації — як така, що «вирішиться сама собою», що консервує нерівність і приховує її під фасадом політичної коректності.

На перший погляд в Хорватії гендерна політика має підкріплення в інституційному вимірі. Хорватський олімпійський комітет у 2012 р. зобов'язав федерації забезпечити щонайменше 40 % жінок у спортивних асоціаціях, але за даними Федерації дзюдо, жінки становлять лише 23 % спортсменок і 13 % посадовців [48]. Серед старших вікових груп спостерігається масовий відхід із змагань, що пояснюється зростанням сімейних і професійних обов'язків. Попри формальні ініціативи, бар'єри участі у керівництві та відсутність підтримки старших спортсменок свідчать про розрив між політикою і реальною практикою.

У Греції гендерні виклики набувають культурно-ідентифікаційного характеру. Дослідження показують, що грецькі спортсменки вимушені маневрувати між кількома ідентичностями — бути водночас «жінками» і «бійцями» [87]. Для досягнення прийнятності в середовищі вони часто відтворюють маскуліні норми й цінності, які нібито протистоять жіночності. Таким чином, навіть спроби самоствердитися у спорті парадоксально підтримують ієрархію статей.

У Франції [79] соціальні відносини в клубах дзюдо також формують подвійні стандарти. Тренувальне середовище поєднує елементи емансипації й контролю: жінки, здобуваючи технічну майстерність, одночасно навчаються пристосовувати поведінку до очікувань чоловічої більшості. Подібно до фінського випадку, жіноча тілесність інтерпретується крізь призму «винятковості» — як така, що потребує окремого пояснення у сфері бойових мистецтв.

У країнах Латинської Америки контексти інші, але результати схожі. У Бразилії жінки долають «подвійний виклик»: культурну дискримінацію та інституційні заборони, які історично обмежували їхню участь у бойових видах спорту [94]. Вони стикаються не лише з сексистськими висловлюваннями, а й з нерівним доступом до фінансування та спортивної інфраструктури.

В Іспанії [63] елітні спортсменки повідомляють про системну економічну нерівність, нестачу кар'єрних можливостей і низьке

представництво у спортивному менеджменті — симптоми тієї самої структурної проблеми, що й у Центральній Європі.

Досвід Чилі [47] демонструє психологічний вимір гендерної динаміки. Жінки виявляють вищу чутливість до мотиваційного клімату команди, тоді як чоловіки більше спираються на фізичну самооцінку. Це підтверджує важливість гендерно диференційованих підходів у тренерській роботі.

Дослідження, проведене в Південній Африці [43] розкриває складну взаємодію соціальних, економічних та гендерних чинників, які визначають участь жінок у дзюдо. Попри тридцятирічний період після скасування апартеїду, спортивна система країни досі залишається простором соціальної нерівності. Автори вказують, що основними бар'єрами для жінок є фінансові обмеження, нестача тренерок і клубів у сільських районах, низький рівень маркетингу та інформованості про вид спорту, а також культурні уявлення про «чоловічий» характер бойових мистецтв. Дослідження також наголошує, що лише третина жінок-тренерок мають стабільну фінансову підтримку від федерацій або держави, тоді як більшість працюють на волонтерських засадах. Таким чином, у південноафриканському контексті проблематика жіночого дзюдо набуває подвійного виміру: з одного боку, це боротьба з історичними наслідками расової та соціальної нерівності, а з іншого — подолання традиційних уявлень про гендер у спорті.

В Індонезії, де соціальні й релігійні норми значно обмежують жіночу участь у спорті, Пурнамасарі [103] показує, що за наявності підтримки сім'ї жінки можуть досягати значних результатів, але суспільні установки лишаються головною перешкодою. Навіть за успішних прикладів із Західної Яви, участь спортсменок сприймається як виняток, а не норма.

В Південній Кореї дослідниці відзначають значні інституційні зміни щодо гендерної рівності в національному спорті, менш з тим стан гендерної різноманітності в національних федераціях не досягає цільових показників МОКу, так, середній відсоток жінок у виконавчих радах становив 16%, і лише 6 федерацій досягли мінімального показника в 30% [81].

В Україні попри наявні державні ініціативи, як-от програма НОК «Гендерна рівність в спорті» та цікавість до питання серед української наукової спільноти, увага до питань гендерної рівності знаходяться на нижчому ступені розвитку ніж в Скандинавських і Західноєвропейських країнах і має низку суттєвих проблем. Так, в своєму дослідженні Дейнеко А.Х., Красова І.В., Стадник С.О. [10] показали, відмінності в поглядах сприйняття філософії олімпізму і соціокультурних підходах до питання гендерної справедливості серед українських і американських атлеток. На відміну від вітчизняних спортсменок, їх закордонні колеги зацікавлені питаннями рівності, політики, чесної репрезентації в спорті. В дослідженні Петрушина Д.В. і Хованової Д.О. [26] щодо мотивів заняття спортом серед курсанток відповідь «для забезпечення гендерної рівності» дали 4% респонденток. При цьому, варто зазначити, що включення такого варіанта відповіді в анкету є методологічною помилкою, бо жіночі заняття єдиноборствами з будь-якої причини само по собі є протидією гендерним упередженням. Все це обумовлює актуальність дослідження питання в контексті нашої країни. Нерівність на символічному рівні знаходить відображення на системному і економічному. Так, гендерний аналіз 11 програм (2015–2018 рр.) показав [13], що усі програми мають гендерні розриви. До прикладу, серед тих, хто тренується в дитячо-юнацьких спортивних школах дівчата становлять 26–30 %, хлопці — понад 70 %, при цьому бюджети мають гендерний перекид: Одеська область — 71 % коштів на чоловіків, 29 % на жінок; Харківська — видатки на хлопців у 2,7–2,9 рази вищі. Жінки рідше отримують спортивні звання (лише 3,5–12 % у вибірці 2015–2017 рр.), і тренерські посади займають переважно чоловіки: Кіровоградська область — 75–89 % тренерів чоловіки, Харківська — 68 %, Дніпропетровська — 80 %.

Отже, узагальнюючи можна простежити три закономірності. По-перше, навіть у країнах із високим рівнем формальної рівності (Фінляндія, Данія) гендерні стереотипи зберігаються у культурному дискурсі й уявленнях про тілесність. По-друге, у державах із активною політикою інституційної рівності

(Хорватія, Франція) структурні бар'єри й надалі обмежують участь жінок у керівництві. По-третє, у глобальному Півдні (Індонезія, Бразилія, Чилі) ключову роль відіграють соціальні та культурні норми, що визначають прийнятність жіночої активності.

### **Висновки до розділу 1**

1. Попри численні дослідження гендерної рівності в спорті, немає однаковості в розумінні сутності і змісту цього феномену. Розуміння цього явища залежить від особистого досвіду, рівня занурення в питання, культурних особливостей тощо. Тому необхідне єдине визначення феномену для того, щоб надати подальшим дослідженням єдиного вектору. Отже, з цією метою авторська пропозиція передбачає наступне визначення гендерної рівності в спорті: це однакове оцінювання суспільством і спортивною спільнотою подібностей і відмінностей чоловіків і жінок, а також ролей, які вони відіграють, засноване на тому, що жінки і чоловіки є повноцінними партнерами на всіх рівнях функціонування спорту.

2. Гендерна рівність в спорті може розглядатися в різній теоретичній площині. Шестикомпонентна модель вимірів гендерної рівності була представлена в якості авторської пропозиції: історичний, символічний, економічний, освітній, інституційний та системний. Ця модель унаочнює як окремі практики дискримінації зв'язуються в єдиний комплекс, як всі ці рівні пов'язані між собою, створюючи передумови один для одного і ускладнюючи побудову гендерної рівності через гендерну справедливість.

3. Дослідження часто не враховують інтерсекційність, тому наголошено на різності досвідів окремих жінок і посад в спорті, а також про необхідність дослідження гендерного питання в розрізі видів спорту і національних спортивних органів.

4. Жоден з існуючих видів спорту на сьогодні не може похизуватися досягненням цільового рівня гендерної справедливості. Менш з тим, жінки в олімпійських одноборствах, які стереотипно вважаються «чоловічими»,

зазнають додаткового тиску, в тому числі, через внутрішню мізогінію, що підтримується на символічному рівні. Але є і гарні приклади в спорті, як не дивно, саме дзюдо з моменту його заснування демонструє систематичний і послідовний рух до досягнення гендерної рівності, тому має сенс вивчати саме його.

5. Питання гендерної рівності в спорті гостро стоять в усіх країнах, незалежно від загального рівня гендерної рівності. Так, навіть Скандинавські країни, які є у фронтірі цього питання саме в спорті мають низку проблем. Звісно, кожна країна має культуральні особливості, що впливатиме на вивчення питання. Тому має сенс приділити окрему увагу і вивченню національного аспекту гендерної рівності.

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Загальна характеристика методів дослідження

Для розв'язання поставлених завдань при виконанні роботи було використано наступні методи дослідження:

1. Методи теоретичного аналізу та узагальнення науково-методичної літератури.
2. Контент-аналіз спортивних документів.
3. Методи математичної статистики.

**2.1.1. Методи теоретичного аналізу і узагальнення науково-методичної та спеціальної літератури.** Методи теоретичного аналізу науково-методичної літератури включають загальнонаукові прийоми, такі як аналіз, синтез, індукція, дедукція, абстрагування, узагальнення та порівняння, що дозволяють виокремити ключові концепції, ідентифікувати прогалини, порівняти підходи та систематизувати знання для формування власного наукового бачення і досягнення цілей дослідження.

У запропонованому дослідженні застосовано комплекс методів теоретичного аналізу, спрямованих на систематизацію сучасних наукових уявлень щодо гендерної рівності в олімпійських єдиноборствах, зокрема у дзюдо. Аналіз охоплював наукові статті, монографії, звіти міжнародних спортивних організацій, нормативно-правові документи, методичні матеріали федерацій, інтерв'ю та емпіричні дослідження у сфері спорту. Для узагальнення теоретичних даних застосовувався комплекс взаємодоповнюючих методів, що дозволив отримати системне уявлення про механізми формування та подолання гендерної нерівності в олімпійських єдиноборствах, зокрема у дзюдо.

Метод порівняльно-історичного аналізу застосовувався для дослідження змін у статусі та ролі жінок у дзюдо й олімпійських єдиноборствах в часовій

перспективі. Також порівняльний аналіз застосовувався для зіставлення практик, політик і результатів у різних країнах та федераціях. Систематизація використовувалась для впорядкування результатів досліджень за тематичними блоками, що дало можливість виділити ключові напрями трансформацій у спорті. Метод дозволив запропонувати підхід на базі рівнів гендерної рівності. Інтерпретаційний аналіз застосовувався для осмислення соціокультурного контексту участі жінок у єдиноборствах, гендерних стереотипів і норм, що панують у спортивному середовищі. Метод концептуального аналізу використовувався для уточнення змісту ключових понять, що дозволило запропонувати визначення поняття «гендерна рівність в спорті». Метод аналогії застосовувався для інтерпретації явищ дискримінації та ненависті в спорті через перенесення вже відомих моделей із суміжних галузей, спираючись на що було побудовано «Піраміду ненависті в спорті».

Додатково застосовувався метод критичного аналізу джерел. Відібрані джерела оцінювались з позиції наукової валідності, актуальності, відповідності предмету дослідження та доказовості. Перевага надавалася публікаціям у рецензованих журналах, офіційних звітах міжнародних інституцій, офіційних сайтах федерацій тощо. Загалом було опрацьовано 126 джерел. Отримані результати дозволили узагальнити сучасні наукові уявлення з проблематики дослідження та окреслити завдання наукової роботи.

**2.1.2. Контент-аналіз спортивних документів.** Контент-аналіз спортивних документів – це якісно-кількісний науковий метод дослідження текстових матеріалів спортивних організацій з метою об'єктивної оцінки їхнього змісту, як-от регламентів, звітів, нормативів, статей, тренувальних програм тощо. Він дозволяє виявляти тенденції і закономірності розвитку спорту, змістові структури, провідні ідеї, тенденції через підрахунок частоти появи певних одиниць аналізу. Такий підхід дає змогу проаналізувати соціальний контекст, управлінські підходи та ефективність організації спортивної діяльності.

Контент-аналіз застосовувався для системного вивчення змісту офіційних документів, що регламентують діяльність у сфері дзюдо та олімпійських єдиноборств. Аналізу підлягали:

- статuti, регламенти, політики, бази даних, звіти федерацій зокрема Міжнародної федерації дзюдо та Федерації дзюдо України, інших федерацій;
- звіти, плани документи комітетів з гендерної рівності різних федерацій;
- документи МОК та інших міжнародних інституцій щодо гендерної рівності;
- сайти федерацій;
- медійні та комунікаційні матеріали федерацій.

Одиницями аналізу були:

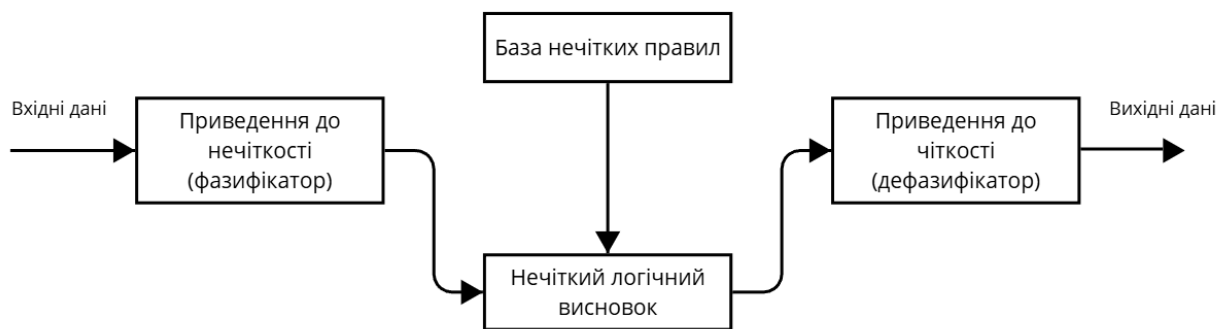
- кількість медалей Олімпійських ігор;
- співвідношення жінок та чоловіків;
- згадки про жінок і гендерну рівність;
- вимоги до репрезентації жінок на різних рівнях спортивної ієрархії;
- положення щодо безпеки та недискримінації;
- критерії доступу до ресурсів.

Контент-аналіз поєднував кількісний (підрахунок медалей, вирахування квот, частота згадувань тощо) та якісний (аналіз тональності, впливовості, контексту тощо) підходи.

### **2.1.3. Математичні методи**

В ході дослідження для визначення індексу гендерної рівності в спорті було використано математичний апарат Нечіткої логіки [20]. Основою систем нечіткої логіки є теорія нечітких множин, яка була запропонована математиком Лотфі Заде у 1965 році, і використовується для моделювання систем, що містять невизначеність, неточність та суб'єктивність. Ці характеристики ідеально підходять для аналізу соціальних і гуманітарних

показників, таких як гендерна рівність. Нечітка логіка дозволяє використовувати лінгвістичні змінні, наприклад, "так", "є в планах", "ні"; та агрегувати різнорідні критерії оцінки числові, як-от відсоток лідерок; бінарні, логічні тощо у єдиний Інтегральний Індекс Гендерної Рівності (ІГР). Такий підхід дозволяє уникнути простого усереднення, де якісні відмінності губляться. На рисунку 2.1 наведено загальну схему нечіткого виведення.



**Рис. 2.1. Загальна схема системи нечіткого виведення. [Джерело: 19]**

В табл. 3.1. представлені сирі, необроблені значення, кількісні, якісні, які мають надходити до блоку Фазифікатора. На цьому етапі відбувається перетворення сирих даних на ступені належності до кожного лінгвістичного терму. Отже, наступним кроком було визначено функції приналежності для лінгвістичних змінних.

Початкова «Рік впровадження жіночого виду в Олімпійську програму» ( $\mu_{\text{впр}}$ ). Перші жіночі змагання в Олімпійській програмі відбулися в 1900 році. У 1991 році Міжнародний олімпійський комітет (МОК) ухвалює правило, що всі нові види спорту, які додаються до Олімпійських ігор, повинні обов'язково включати жіночі змагання, тобто все, що було включене раніше можна вважати раннім включенням. Разом з тим, це рішення було ухвалене в Олімпійський цикл 1988-1992. Звісно таке рішення вимагає певного часу для впровадження федераціями, і ті з них, які зреагували на зміни в бік гендерної рівності, зробили це не пізніше за наступний олімпійський цикл, тобто 1992-

1996. Разом з тим, ті, п'ять років на впровадження такої ініціативи забагато. Тому визначаємо три нечіткі терми на часовій осі, орієнтуючись на ключовий 1991 рік: раннє впровадження, своєчасне впровадження, пізнє впровадження. Функції належності нечітких термів лінгвістичної змінної ( $\mu_{\text{впр}}$ ) аналітично задаватимуться наступним чином:

1. Лінгвістичний терм "Вчасно" є трикутним, оскільки має пік. Аналітично функція належності для нього ( $\mu_{\text{впр\_вчас}}$ ) задається формулою 2.1.:

$$\mu_{\text{впр\_вч}}(x) = \begin{cases} 0, & x \leq 1988 \\ \frac{x-1988}{1992-1988}, & 1988 < x < 1992 \\ \frac{1996-x}{1996-1992}, & 1992 < x < 1996 \\ 0, & x \geq 1996 \end{cases} \quad (2.1)$$

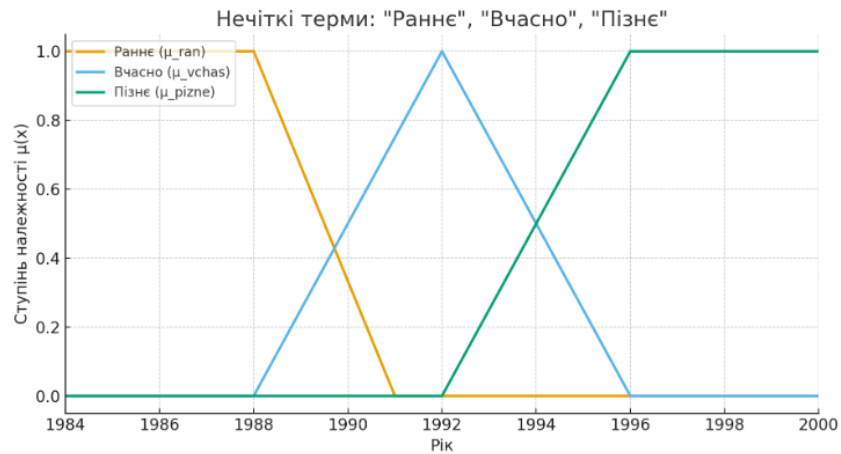
2. Функція належності для терму Раннє ( $\mu_{\text{впр\_ран}}$ ) Терм "Раннє" є трапецієподібним (trapz), оскільки ступінь належності дорівнює 1 до 1988 року, а потім спадає до 0 у 1991 році.

$$\mu_{\text{впр\_ран}}(x) = \begin{cases} 1, & x \leq 1988 \\ \frac{1991-x}{1991-1988}, & 1988 < x < 1991 \\ 0, & x \geq 1991 \end{cases} \quad (2.2)$$

3. Функція Належності для терму "Пізнє" ( $\mu_{\text{впр\_піз}}$ ). Терм "Пізній" також трапецієподібний, його належність дорівнює 0 до 1992 року, починає зростати і досягає 1 після 1996 року.

$$\mu_{\text{впр\_піз}}(x) = \begin{cases} 0, & x \leq 1992 \\ \frac{x-1992}{1996-1992}, & 1992 < x < 1996 \\ 1, & x \geq 1996 \end{cases} \quad (2.3)$$

Вибір трикутних/трапецієподібних функцій обумовлений необхідністю неперервності та плавності переходу між лінгвістичними термами, що точніше відображає суб'єктивність експертної оцінки. Графічне відображення лінгвістичного терму ( $\mu_{\text{впр}}$ ) представлено на рисунку 2.2.



**Рисунок 2.2.** Графічне зображення термів лінгвістичної змінної ( $\mu_{впр}$ )

Фінальна ступінь належності визначається за формулою зваженого  $\mu_{впр}$  як максимальний зважений внесок від трьох термів.

$$\mu_{впр}(x) = \max(1 \cdot \mu_{впр\_ран}; 0,7 \cdot \mu_{впр\_вчас}; 0,3 \cdot \mu_{впр\_пізнє}) \quad (2.4)$$

Фінальна ступінь належності представлена в таблиці, ваги відображають перевагу раннього включення жіночого виду програми:

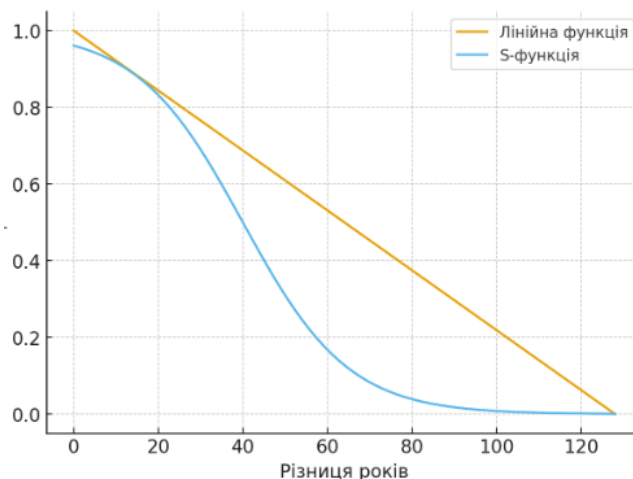
*Таблиця 2.1.*

**Результати фазифікації лінгвістичної змінної ( $\mu_{впр}$ )**

Спорт	Рі впровадження	$\mu_{впр\_ран}$	$\mu_{впр\_вч}$	$\mu_{впр\_пізн}$	$\mu_{впр}$	Лін. Терм
Фехтування	1924	1.0	0.0	0.0	1	Раннє
Дзюдо	1992	0.0	1.0	0.0	0,7	Середнє
Тхеквондо	2000	0.0	0.0	1.0	0,3	Пізнє
Боротьба	2004	0.0	0.0	1.0	0,3	Пізнє
Бокс	2012	0.0	0.0	1.0	0,3	Пізнє
Карате	2020	0.0	0.0	1.0	0,3	Пізнє

Наступна лінгвістична змінна це: «Різниця років впровадження чоловічого і жіночого виду програми» ( $\mu_{рр}$ ). Так як карате і тхеквондо вносились в програму ігор за часів, коли умовою входження була наявність і чоловіків, і жінок, тут показники будуть найкращими. З одного боку, це може здаватись «несправедливою» перевагою, менш з тим така ситуація, нехай і вимушена, але сприяє тому, що і жіночий, і чоловічий спорт одразу отримують однакову увагу, а також відсутній часовий простір і привід для вкорінення

стереотипів, як-от «це початково чоловічий спорт», «стільки років не було жінок, для чого вони зараз». Варто зупинити увагу і на фехтуванні, остаточним роком впровадження вважаємо 2008, коли кількість комплектів нагород, що розігруються серед чоловіків і жінок, дійшла паритету, оскільки існування такої різниці маніфестувало гендерну нерівність. Не рахуючи карате і тхеквондо, дзюдо має найменший показник – 28 років. Це 7 олімпійських циклів, що само по собі доволі велике значення, бо за такий період жінки, які хотіли і могли б змагатися, не отримали б такої можливості через закінчення кар’єри. І навіть один-два цикли можуть бути вирішальними для атлетки, тому ми не можемо чітко розділити, який розрив в часі – це багато, але можемо рівень невідповідності ідеальному значенню, тобто відсутності розриву. Варто визнати, що на довгому терміні різниця між роками впровадження нівелюється, тобто немає особливої переваги при впровадженні жіночого виду з відставанням в 100 чи в 80 років, а от на меншому періоді часу, це може мати суттєві наслідки. Тому використаємо S-подібну функцію, бо лінійна функція занадто згладжує важливі історичні відмінності, а S-функція збільшує валідність інтегрального індексу та дозволяє коректно виділити спорт, який реально впроваджував реформи раніше. Також нам варто зазначити іншу крайню точку, оскільки перші Олімпійські ігри відбулися у 1896 році, а останні у 2024, найбільший розрив міг би бути – 128 років. Перевагу S-подібної функції перед лінійною для цілей дослідження можна побачити на рис 2.3.



**Рис. 2.3. Порівняння лінійної та S-функції належності**

Перейдемо до фазифікації. Оскільки ми моделюємо ( $\mu_{pp}$ ) як ступінь належності до "Високої рівності", функція має бути спадною:

$$\mu_{pp}(x) = \begin{cases} 1, & x = 0 \\ \frac{1}{1+e^{-0,08 \cdot (x-40)}}, & 0 < x < 128 \\ 0, & x = 128 \end{cases} \quad (2.5)$$

В Таблиці 2.2. наведені розраховані ступені належності

Таблиця 2.2.

### Результати фазифікації лінгвістичної змінної ( $\mu_{pp}$ )

Спорт	Різниця (роки) X	Оновлена $\mu_{pp}$
Карате	0	0.9608
Тхеквондо	0	0.9608
Дзюдо	28	0.7231
Бокс	108	0.0043
Боротьба	108	0.0043
Фехтування	112	0.0031

Наступна змінна «Рівність кількості чоловічих і жіночих вагових категорій» ( $\mu_{кат}$ ). З одного боку, тут бінарна логіка: або кількість категорій є рівною, або ні, але ми маємо виключення в боротьбі. Під боротьбою в Олімпійській програмі мається на увазі і вільна, і грекоримська. Кількість категорій у вільній є однаковою, а от у грекоримській – ні, тому цей вид спорту потребує окремого обґрунтування. Було використано гібридну фазифікацію, що поєднує бінарний критерій з урахуванням структурних винятків, що відображено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

### Правила Фазифікації для змінної ( $\mu_{кат}$ )

Лінгвістичний Терм	Критерій	Ступінь Належності $\mu_{кат}$	Обґрунтування
Повна рівність	Кількість чоловічих категорій = Кількості жіночих категорій	1.0	Повний паритет (Дзюдо, Карате, Тхеквондо, Фехтування).

Таблиця 2.3.продовження

Часткова рівність	Співвідношення нерівне, але внутрішня структура (дисципліни) демонструє рівність в окремих компонентах.	0.5	Боротьба: паритет у Вольній, відсутність у Греко-римській.
Низька рівність	Співвідношення нерівне, без структурних винятків, що пом'якшують оцінку.	0.0	Бокс: нерівна кількість (7/6).

Змінну «Рік впровадження рівних призових» ( $\mu_{\text{приз}}$ ) варто оцінювати насамперед в економічному вимірі, тоді логіка буде бінарною: вони або є, або ні. З іншого боку, має сенс враховувати і історичний вимір впровадження рівних призових, бо такий фактор впливає на популярність виду спорту, активність в ньому жінок, їх кар'єрні перспективи – тому, чим раніше це відбувається, тим краще. Тому, було поєднано бінарний та хронологічний підхід, щоб отримати єдину гібридну функцію належності, що дозволить нам отримати нечіткі значення від 0 до 1. Бінарна оцінка (від  $\mu_{\text{приз}} = 0$  до  $\mu_{\text{приз}} = 0,5$ ): Застосовується до видів спорту, де формальний паритет не досягнуто. Значення  $\mu_{\text{приз}}$  відображає ступінь наявності неформальних згадок або ініціатив. Хронологічна оцінка (від  $\mu_{\text{приз}} = 0,5$  до  $\mu_{\text{приз}} = 1$ ) застосовується до видів спорту, де рівні призові впроваджено. Чим раніше відбулося впровадження, тим вищою є ступінь належності до лінгвістичного терму «Висока рівність». Була використана лінійна функція спаду на діапазоні 1950-2025 роки, де 1950 рік відповідає  $\mu_{\text{приз}} = 1$ , а 2025 рік —  $\mu_{\text{приз}} = 0,5$ . Найраніша згадка змагань, де зафіксовані рівні призові для чоловіків і жінок – Кубок Світу з конного спорту, дисципліна «Виїздка», але варто зауважити, що в кінному спорті жінки змагаються проти чоловіків, тому рівність виплат є очевидною. Але змінотворча подія економічного виміру спорту сталася у 1973, коли на Tennis US Open були виплачені однакові призові. Отже, аналітична функція для визначення ступеню належності виглядає так:

$$\mu_{\text{приз}}(x) = 1 - 0,5 \cdot \frac{x-1973}{52} \quad (2.6)$$

Зведені результати фазифікації представлено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Результати фазифікації лінгвістичної змінної ( $\mu_{\text{приз}}$ )

Спорт	Рік впровадження / Статус	Діапазон оцінки	Формула / Правило	Ступінь Належності $\mu_{\text{приз}}$
Бокс	Призові відрізняються	Бінарний	Відсутність рівності	<b>0.00</b>
Фехтування	Наразі зобов'язання відсутнє	Бінарний	Низька активність / Не задекларовано	<b>0.25</b>
Карате	2010 (не задекларовано, є згадки)	Бінарний	Часткова обізнаність / Неформальна ініціатива	<b>0.50</b>
Боротьба	2018	Хронологічний	$1 - 0,5 \cdot \frac{2018 - 1973}{52}$	<b>0.57</b>
Тхеквондо	2013	Хронологічний	$1 - 0,5 \cdot \frac{2013 - 1973}{52}$	<b>0.62</b>
Дзюдо	2008	Хронологічний	$1 - 0,5 \cdot \frac{2008 - 1973}{52}$	<b>0.66</b>

Для змінної відсоток жінок на лідерських позиціях  $\mu_{\text{лід}}$  було використано S-подібну функцію (трапецієподібну функцію), що починається з нуля і досягає плато при 50%, бо це є ідеальний паритет. Аналітична функція належності виглядатиме наступним чином:

$$\mu_{\text{лід}}(x) = \begin{cases} 0, & x \leq 0 \\ \frac{x}{50}, & 0 < x < 50 \\ 1, & x \geq 50 \end{cases} \quad (2.7)$$

Результати отримані за допомогою фазифікації представлено в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Результати фазифікації лінгвістичної змінної ( $\mu_{\text{лід}}$ )

Спорт	% Лідерок X	Розрахунок $\mu_{\text{лід}}$	Ступінь Належності $\mu_{\text{лід}}$
Дзюдо	25%	25 / 50	0.50
Фехтування	23%	23 / 50	0.46
Бокс	21%	21 / 50	0.42
Тхеквондо	18%	18 / 50	0.36
Боротьба	17%	17 / 50	0.34
Карате	12%	12 / 50	0.24

Перед опрацюванням наступних змін варто зауважити, чому саме обрані документи мають значення. Рамкова програма "Спорт заради рівності поколінь" (Sports for Generation Equality Framework [121]) — це багатостороння ініціатива під керівництвом «ООН Жінки» та Міжнародного олімпійського комітету (МОК), започаткована у 2020 році. Її мета полягає в тому, щоб прискорити прогрес у досягненні гендерної рівності в спорті та за його допомогою. Рамкова програма закликає всю спортивну екосистему, включаючи уряди, спортивні організації, ЗМІ та бренди приєднатися до спільного бачення та набору принципів, щоб втілити гендерну рівність у життя. Вона зачіпляє такі питання як гендерно зумовлене насильство в спорті, публічний моніторинг, жіноче лідерство-тощо. Декларація Брайтон+Гельсінки [53] спрямована на ті ж самі цілі і наголошує на необхідності забезпечення рівних призових. Отже, змінна «Наявність спеціалізованого органу в структурі федерації» ( $\mu_{\text{орг}}$ ). Тут може бути використана бінарна оцінка: {"наявний",  $x = 1$ ; "відсутній",  $x = 0$ }. Змінні «Підписання Декларації Брайтон-Гельсінки» ( $\mu_{\text{дек1}}$ ) та підписання «Sports for generation equality framework» ( $\mu_{\text{дек2}}$ ). Тут значення в залежності від терму будуть: «Підписана» = 1, «Не підписана» = 0, «Має на меті» = 0,5. Отже,  $\mu_{\text{дек1}} = \{0; 0,5; 1\}$ . В таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

### Результати фазифікації лінгвістичних змінних ( $\mu_{\text{орг}}$ , $\mu_{\text{дек1}}$ , $\mu_{\text{дек2}}$ )

Спорт	Наявність Органу ( $\mu_{\text{орг}}$ )	Декларація Б-Х ( $\mu_{\text{дек1}}$ )	Sports for GE ( $\mu_{\text{дек2}}$ )
Бокс	0.0 (Відсутній)	0.0 (Не підписано)	0.0 (Відсутнє)
Боротьба	1.0 (Наявний)	0.5 (Мета наявна)	0.0 (Відсутнє)
Дзюдо	1.0 (Наявний)	1.0 (Підписано)	1.0 (Підписано)
Карате	1.0 (Наявний)	0.0 (Відсутнє)	0.0 (Відсутнє)
Тхеквондо	0.0 (Відсутній)	0.0 (Відсутнє)	0.0 (Відсутнє)
Фехтування	1.0 (Наявний)	0.0 (Відсутнє)	0.0 (Відсутнє)

Вище були визначені ключові критерії гендерної рівності, зібрані вихідні дані та проведена фазифікація кожної змінної. Це дозволило перевести різномірні показники, історичні, інституційні, економічні, системні та

структурні, у порівняний формат ступенів належності  $\mu_i$  в інтервалі  $[0;1]$ . Наступним логічним етапом є формування цілісної оцінки через процедуру нечіткого виведення (Fuzzy Inference). На цьому етапі кожна фазифікована змінна розглядається як окрема лінгвістична умова, що входить у систему правил. Ці правила дозволяють оцінити внесок кожного критерію у фінальний інтегральний індекс гендерної рівності. Нечітке виведення поєднує всі отримані  $\mu_i$  з урахуванням ваг, перетворюючи набір локальних оцінок на єдину інтегральну міру, яка відображає реальний стан гендерного балансу у кожному виді спорту. Розрахунок ведеться за формулою:

$$\text{ІГР}_{\text{спорт}} = \sum_{i=1}^8 w_i \cdot \mu_i(x_{\text{спорт}}) \quad (2.8)$$

де  $\text{ІГР}_{\text{спорт}}$  – індекс гендерної рівності для конкретного виду спорту;

$w_i$  – вага відповідної змінної;

$\mu_i$  – значення відповідної лінгвістичної змінної для конкретного виду спорту

## 2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилось протягом 2024-2025 р. Воно було організовано в три етапи, у кожному з яких передбачалося вирішення певних завдань.

Перший етап (грудень 2024-червень 2025) спрямований на теоретичний аналіз науково-методичної літератури за темою кваліфікаційної роботи. Було визначено мету та завдання дослідження, його актуальність, об'єкт і предмет. В процесі проведення дослідження було проаналізовано етапи розвитку дзюдо серед жінок і дівчат, запропоновано визначення поняття «гендерна рівність в спорті» та фреймфорк для вивчення об'єкту дослідження. Результатом цього етапу стало оформлення першого розділу кваліфікаційної роботи.

Другий етап (липень-жовтень 2025) передбачав підбір та опис методів дослідження, збір даних, контент-аналіз, обробку результатів досліджень за допомогою математичних методів та оформлення другого розділу роботи. На цьому етапі було визначено Індекс, який дав змогу виявити стан гендерної

рівності для всіх олімпійських єдиноборств та визначити дзюдо як лідируючий в цьому питанні вид спорту. Також було виявлено динаміку представництва жінок серед керівного складу Міжнародної федерації дзюдо та Федерації дзюдо України, динаміку представництва жінок серед суддівського і тренерського корпусу, учасників міжнародних змагань, призерів Олімпійських ігор федерацій різних країн, результативність федерацій.

На третьому етапі (листопад-грудень 2025) було розроблено методичні рекомендації для українського дзюдо щодо впровадження заходів, спрямованих на досягнення гендерної рівності в спорті, оформлено третій розділ кваліфікаційної роботи та підготовлено статтю за результатами проведеного дослідження.

### РОЗДІЛ 3

## МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАХОДІВ, СПРЯМОВАНИХ НА ДОСЯГНЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В УКРАЇНСЬКОМУ ДЗЮДО

### 3.1. Аналіз досягнення гендерної рівності в олімпійських однборствах

Аналіз літературних джерел, вивчення історичного контексту показує, що дзюдо є одним з найбільш гендерно-збалансованих видів спорту: рівні призові, змішані команди, рівний час сутичок тощо. Менш з тим, об'єктивних, вимірюваних критеріїв, що показують, що саме дзюдо є гідним прикладом для вивчення та аналізу засобів досягнення рівності – немає. Для того, щоб визначити, чи є дзюдо гідним взірцем для вивчення і наслідування практик гендерної рівності, було проведено порівняльний аналіз базових метрик серед олімпійських єдиноборств.

Результати дослідження представлені в таблиці 3.1. На перший погляд, дзюдо є лідером в частині послідовності політики гендерної рівності. Дзюдо найпершим з єдиноборств ввело жіночі змагання в Олімпійську програму, раніше була лише жіноча рапіра, але якщо порівнювати повне входження виду спорту, то навіть фехтування поступається. На жаль, такий оглядовий аналіз не дає можливості проаналізувати на скільки рівень гендерної рівності в дзюдо вищий за цей показник для інших видів, тому запропоновано розробити Індекс гендерної рівності, який представлятиме інтегральний числовий показник, зручний для порівняння і ранжування. Для цієї мети доцільно використовувати математичний апарат Нечіткої логіки, який ідеально підходить для аналізу соціальних і гуманітарних показників, таких як гендерна рівність. Завдячуючи цьому підходу, можна отримати Інтегральний Індекс Гендерної Рівності (ІГР)

Таблиця 3.1.

**Порівняльний аналіз олімпійських одноборств щодо дотримання політики гендерної рівності**

**[82, 83, 93, 102, 116, 117, 123, 124, 125]**

	Бокс	Боротьба	Дзюдо	Карате	Тхеквондо	Фехтування
Рік впровадження в Олімпійську програму чоловіки/жінки	1904/2012 108 років	1896/2004 108 років	1964/1992 28 років	2020* Обидві статі одночасно	2000 Обидві статі одночасно	1896/1924 рапіра 1900/1996 шпага 1896/2004 сабля Остаточна рівність з 2008, коли увійшла жіноча командна сабля  112 років
Вагові (змагальні) категорії чоловіки/жінки)	7/6*	12/6*	8/8	3/3	4/4	6/6
Наявність спеціалізованого органу в структурі федерації	-	Gender Equality, Diversity and Inclusion	Gender Equality comission	Women sport commission	-	Commission: Women and Fencing
Відсоток лідерок в Федерації (кількість жінок/чол.)	21% (4Ж/15Ч)	17% (5Ж/25Ч)	25% (10Ж/30Ч)	12% (3Ж/23Ч)**	18% (6Ж/28Ч)	23% (6Ж/20Ч)
Рівні призові	Призові відрізняються	2018	2008	2010***	2013	Наразі зобов'язання відсутнє*

Таблиця 3.1. Продовження

Підписання Декларації Брайтон-Гельсінки	-	Мета наявна в плані дій	24.08.2019	-	-	-
Підписання Sports for generation equality framework	_*	-	+	-	_*	-
Примітки	* Заявлено, що паритет у вагових буде впроваджено починаючи з Лос-Анджелес 2028 ** Після призупинення визнання Міжнародної боксерської асоціації (ІВА) у 2019 році МОК створив спеціальну групу боксу, яка має забезпечити та організувати проведення відбіркових турнірів з боксу на Олімпійські ігри	* В Олімпійській програмі як боротьба марковані два види: греко-римська, яка взагалі не має жіночих категорій і вільна боротьба, яка включає рівну кількість жіночих і чоловічих категорій ** Комісія опікується не лише правами і положенням жінок, а і меншин, що зменшує увагу саме до жіночої проблеми		* Одноразово включено до основної програми ** Жінки звичайні членкині в правлінні, не є віцепрезидентками, очільницями комісій тощо *** Прямі регламентації немає. В інтерв'ю 2022 року Президент WKF зазначає, що призові є однаковими. З 2010 року регламенти турнірів говорять про однакові призові, але не виокремлюють жінок	* Світова федерація тхеквондо не залучена, але залучена Jadir Taekwondo Association	* В документі від 1 липня 2017 року Комісія «Жінки і фехтування» вносить пропозицію на 2016-2020 роки зробити рівні призові. Наступний з наявних звітів – план 2025-2028, в ньому мови про призові нема. Можна припустити, що в період з 2018 до 2025 це було зроблено

Отже, в контексті запропонованої моделі оцінки гендерної рівності було відібрано вісім критеріїв, які стали змінними моделі:

- рік впровадження жіночого виду в Олімпійську програму – історичний вимір;
- різниця років впровадження чоловічого і жіночого виду програми – історичний, символічний;
- рівність кількості чоловічих і жіночих вагових категорій – системний;
- рік впровадження рівних призових – економічний та історичний вимір;
- наявність спеціалізованого органу в структурі федерації – системний;
- відсоток жінок на лідерських позиціях – системний та інституційний;
- підписання Декларації Брайтон-Гельсінки – інституційний вимір;
- підписання Sports for generation equality framework – інституційний.

Фінальні ваги були розподілені за чотирма вимірами: 50% виділено на системний і економічний, оскільки вони найбільше відображають поточний стан гендерної рівності і підґрунтя для подальшої її розбудови; 35% на інституційний – бо саме цей рівень задає нормативну рамку і конкретні дії для покращення гендерного балансу; 15% на історичний вимір, оскільки він є надважливим і завжди впливатиме на символічний і культурний рівень, але ці параметри не піддаються виправленню, тому їх вплив має бути меншим. Підсумково ваги надані в таблиці 3.7.

*Таблиця 3.7.*

### **Фінальний розподіл ваг критеріїв**

Вимір	Критерій	Фінальна Вага ( $w_i$ )	Обґрунтування
Системний, Економічний	Відсоток лідерок	0,200	Лідерки мають можливість впроваджувати ініціативи, адвокатувати гендерну рівність. Це наочне відображення положення жінок
	Паритет призових	0,200	Економічний чинник сприяє зацікавленості жінок в конкретному виді спорту, розширює їх можливості, підтримку молодих атлеток

Таблиця 3.7. Продовження

Системний, Економічний	Рівність категорій (Ч/Ж)	0,100	Це наочне відображення положення жінок, менш з тим, сама по собі кількість категорій не створює значних перспектив
Інституційний	Наявність органу	0,150	Важливо для адвокації і лобіювання рішень, що просувають гендерну рівність, створюють медійність
	Sports for GE	0,100	Декларації важливі, задають інституційну рамку, але їх підписання — низький поріг активності
	Декларація Б-Х	0,100	
Історичний	Рік впровадження ЖВ	0,075	Відображає факт дійсності, але не можливо змінити
	Роки до повної представленості	0,075	
СУМА		1,0	

Отже, використавши ваги з таблиці було розраховано Індекс гендерної рівності для кожного з видів олімпійських єдиноборств, який представлено в таблиці 3.8.

Таблиця 3.8.

### Індекс гендерної рівності для олімпійських єдиноборств

Місце	Вид Спорту	Інтегральний Індекс Гендерної Рівності (ІГР)
1	Дзюдо	0.793
2	Боротьба	0.463
3	Карате	0.421
4	Фехтування	0.402
5	Тхеквондо	0.394
6	Бокс	0.119

Як можна побачити саме дзюдо демонструє високі показники гендерної рівності з великим відривом від інших видів спорту. Варто зауважити, що отримані результати не є очевидними на перший погляд. Так боротьба, попри різницю в категоріях і пізніше впровадження жіночих змагань демонструє високий рівень гендерної рівності, тому такий інтегральний індекс є вкрай важливим для всебічної оцінки.

Міжнародна федерація дзюдо від самого початку свого існування є прикладом поступового, але послідовного впровадження принципів гендерної

рівності. В новітній історії варто зауважити кілька часових точок, так Комісія з питань гендерної рівності Міжнародної федерації дзюдо була реструктурована в січні 2018 року, і вже у вересні того ж року під час Чемпіонату світу в Баку відбулася перша конференція «Гендерна рівність в дзюдо», темою якої стало «Разом ми сильніші». У травні 2019 року Комісія ухвалює Стратегію розвитку, яка відповідає інституційній рамці МОК. Після реструктуризації також була ухвалена Політика про рівні змагальні умови; кожні два роки виходять звіти зі статистикою, яка висвітлює динаміку гендерного балансу на різних позиціях в дзюдо; розроблена і впроваджується програма щодо розширення прав і можливостей тренерок; запропоновані спеціальні жіночі навчальні стипендії. Як можна побачити, динаміка розширення участі жінок є позитивною.

Таблиця 3.9.

**Динаміка кількості жінок в дзюдо з розділенням  
по ролях і роках [117]**

Позиція/Роль	2018	2020	2022	2024
Атлетки	дані відсутні	дані відсутні	26,24%	33,25%
Тренерки	17%	18%	13,72%	12,88%
Рефері	18%	21%	24,53%	23,04%
Членкині національних виконавчих комітетів	17%	22%	дані відсутні	дані відсутні
Членкині комісій національних федерацій	18%	21%	дані відсутні	дані відсутні
Генеральні секретарки національних федерацій	дані відсутні	19%	23,53%	23,83%
Адміністраторки національних федерацій	дані відсутні	47%	дані відсутні	дані відсутні
Президентки національних федерацій			8,04%	9,23%

Разом з тим, варто розглядати гендерну рівність не тільки за вимірами, а і за ієрархічними рівнями, регіональними і культурними особливостями. Так, практики рівності і увага до цих питань на міжнародному дорослому рівні і на локальному дитячому – буде геть різною. До прикладу, «стінка на стінку»:

змагання Всесвітнього туру, Чемпіонатів світу, Континентальних чемпіонатів і Олімпійських ігор проводяться між змішаними командами, а Всеукраїнська дитяча ліга – окремо дівчата і хлопці. Також безпосередньо Міжнародна федерація дзюдо в своїй Політиці щодо забезпечення рівних змагальних умов зазначає, що регіональні та культурні відмінності – є обмеженням. Тому для об'єктивної картини треба вивчати не тільки практики досягнення гендерної рівності, які пропонує IJF, але і дослідити локальний досвід.

### **3.2. Порівняльний аналіз стану гендерної рівності в українському дзюдо і дзюдо інших країн**

На сьогодні IJF налічує більш ніж 200 національних федерацій в своєму складі [117], властиво, що вони знаходяться на різних етапах свого розвитку. До прикладу, якщо брати кількість всіх медалей в 2025 році серед жінок, враховуючи континентальні чемпіонати, то серед жінок одинадцятий, дванадцятий і тринадцятий шаблі очолюють відповідно Мороко, Алжир та Камерун, але якщо враховувати тільки чемпіонати світу – тільки Алжир посідає 43 місце в загальному заліку, а інші країни навіть не потрапили до нього. Отже, має сенс вивчити лише досвід країн з кращими показниками серед жінок. В таблиці 3.10 наведено кількість медалей по країнах з ТОП-10 2023-2025 років. Як можна побачити, безперечними щорічними лідерами є Японія, Франція, Італія, Бразилія тощо. Але співставивши з загальною кількістю медалей серед чоловіків і жінок, стає очевидним, що Японія, Франція, Італія – це країни з високим рівнем популярності дзюдо, які посідають лідерські позиції і серед чоловіків, і серед жінок. Є і такі країни, як Грузія, яка традиційно посідає лідерські позиції серед чоловіків, але серед жінок тільки-но виривається вперед. Цікава тенденція спостерігається з результатами Узбекистану, який завжди був в лідерах, але у 2025 проривається в ТОП-10 серед жінок, попри те, що це східна країна з певною ментальністю. Бразилія, як і Іспанія, кожен рік серед жінок дає вищі результати ніж серед чоловіків і за загальним місцем, і за кількістю медалей.

Таблиця 3.10.

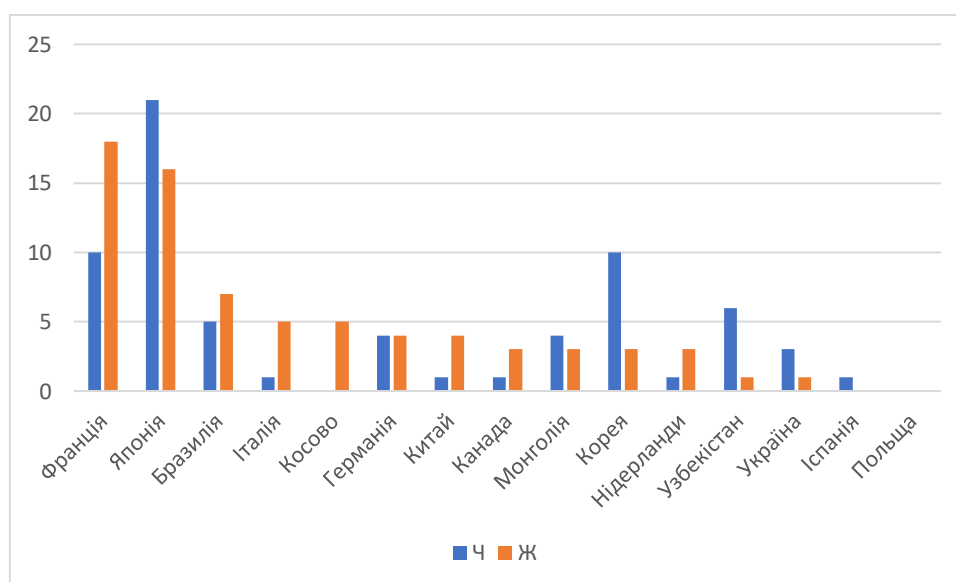
**Загальнокомандні місця та кількість медалей світових чемпіонатів 2023-2025 рр. у дзюдо  
серед жінок [117, 118]**

№ з/п		Жінки 2023-2025					Чоловіки 2023-2025				
		Загальне місце	Золото	Срібло	Бронза	Разом	Загальне місце	Золото	Срібло	Бронза	Разом
1	Японія	1; 1; 1	22	10	10	42	1; 1; 2	17	15	11	43
2	Бразилія	4; 6; 2	5	4	13	22	20; 13; 6	1	4	1	6
3	Міжнародна федерація дзюдо*	-; 20; 3	2	1	3	6	-; 2; 1	10	6	7	23
4	Узбекистан	14; 17; 4	2	3	4	9	14; 5; 3	4	2	17	23
5	Італія	5; 5; 5	4	4	8	16	4; 19; 10	3	4	4	11
6	Франція	2; 2; 6	6	10	16	32	5; 18; 9	2	2	6	10
7	Монголія	15; 3; 7	3	2	4	9	22; 11; 19	0	1	4	5
8	Нідерланди	14; 11; 8	2	1	7	10	24; 39; 26	0	0	1	1
9	Грузія	46; -; 9	1	0	1	2	2; 4; 4	9	8	12	29
10	Республіка Корея	3; 4; 10	5	0	4	9	19; 7; 13	1	0	6	7
11	Польща	23; 7; 24	1	2	10	13	12; 23; 34	1	0	1	2
12	Німеччина	16; 8; 12	1	4	8	13	33; 30; 15	0	0	2	2
13	Китайська Народна Республіка	31; 9; 36	1	1	0	2	-; 15; -	0	1	0	1
14	Іспанія	7; 10; 16	2	1	5	8	9; 20; 35	1	0	3	4
15	Ізраїль	6; 33; 27	1	0	3	4	6; -; 32	1	1	1	3
16	Канада	8; 16; 14	1	3	2	6	28; 14; 24	0	1	0	1
17	Словаччина	9; 14; -	2	0	0	2	36; 46; -	0	0	0	0
18	Азербайджан	10; 31; 40	1	0	0	1	3; 3; 12	6	6	14	26
19	Україна	19; 36; -	0	1	0	1	11; 10; -	1	1	2	4

\* атлети, що виступають під нейтральним прапором

Дзюдоїсти Канади і Німеччини жодного разу за ці три роки не увійшли в ТОП-10 на відміну від дзюдоїсток. Цікава статистика і для України – 19 і 36 серед жінок, 11 і 10 серед чоловіків у 2023 і 2024 роках відповідно. У 2025 Україна не брала участі в світових чемпіонатах. Варто зауважити, що окрім України багато країн, які є лідерками серед чоловіків при цьому мають невисокі результати серед жінок, відносяться до країн з жорсткими патріархальними традиціями: Таджикистан, Азейбарджан, Казахстан, Туреччина, Грузія.

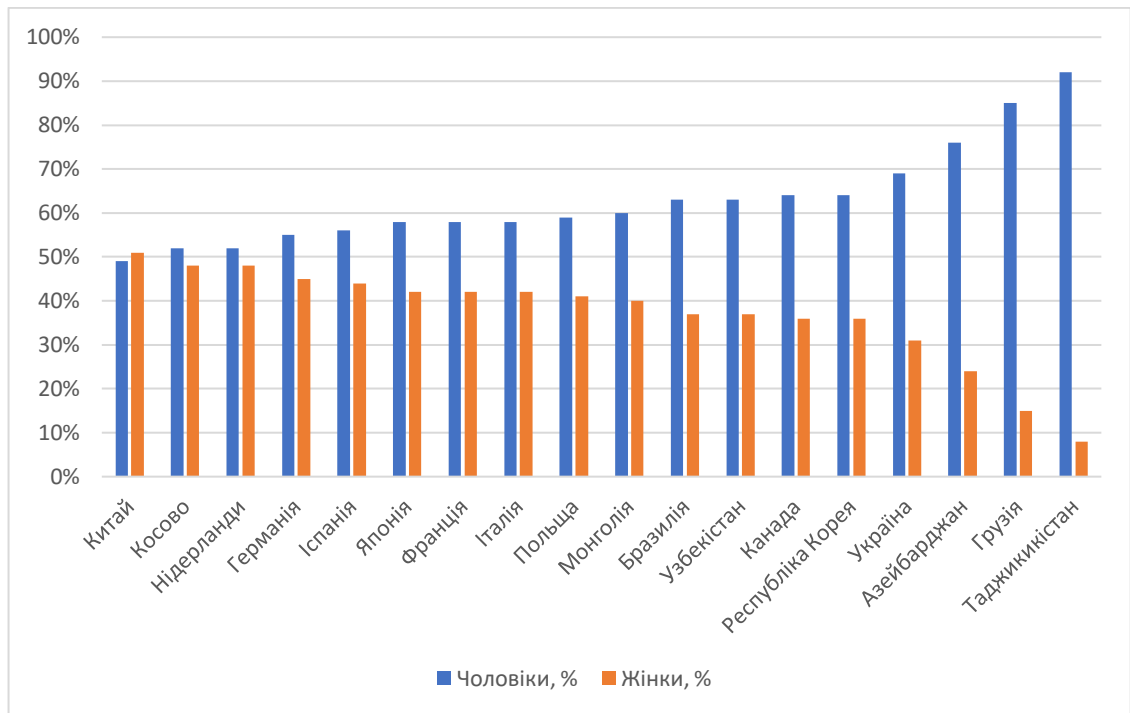
В жіночих категоріях за останні три роки увагу привернули також Китайська народна республіка, Польща і Нідерланди, які за чоловічими результатами посідають нижчі шаблі. Також цікавим є кейс Косово – це невелика країна з 1,6 млн. населення, яка з 2016 року виборола три золоті олімпійські медалі, одну срібну і одну бронзову, всі нагороди вибороли жінки. На рисунку 3.4. представлено співвідношення кількості чоловічих і жіночих олімпійських нагород в період з 2012 року серед обраних країн.



**Рис. 3.4. Співвідношення кількості жіночих і чоловічих олімпійських нагород по країнах за 2012-2024 роки [118]**

На рисунку 3.5 унаочнено співвідношення кількості жінок і чоловіків по країнах, які представляють країну на міжнародному рівні. Для порівняння

наведено Азейбарджан (24%), Грузію (15%) і Таджикистан (8%), які традиційно є серед лідерів за чоловічим результатом, але показують слабкий жіночий результат. Як можна побачити, країни, які дають найкращі жіночі результати мають щонайменше 37% жінок, а в середньому цей показник сягає 33,25%, а в середньому для країн, провідних з жіночого дзюдо мають показник 42%, в той час як в Україні це 31%.



**Рис. 3.5. Співвідношення кількості жінок і чоловіків, які представляють країну на міжнародному рівні за даними Judobase [117]**

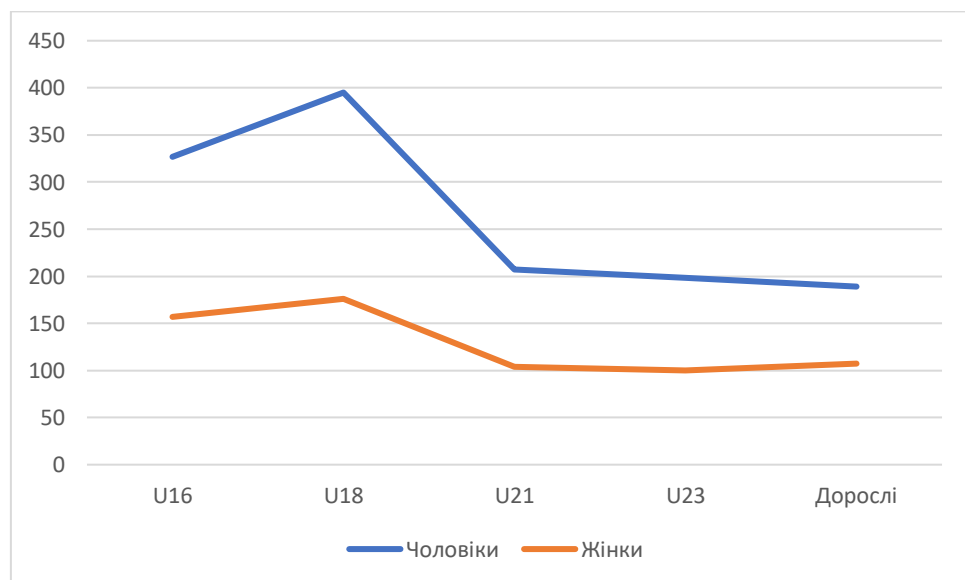
В той же час, на рівні національної збірної команди України відсоток жінок за останні п'ять років не спускався нижче 38%, що представлено в таблиці 3.11. Цьому може бути кілька причин, як-от формальність складу збірної; незацікавленість жінок у виступах на професійному рівні; менша підтримка жінок у виступах на професійному рівні; відсутність підтримки в переході від кадетського і юнацького до дорослого спорту тощо. Так, у 2025 році на Європейський молодіжний олімпійський фестиваль Україна відрядила 7 хлопців і 5 дівчат.

Таблиця 3.11.

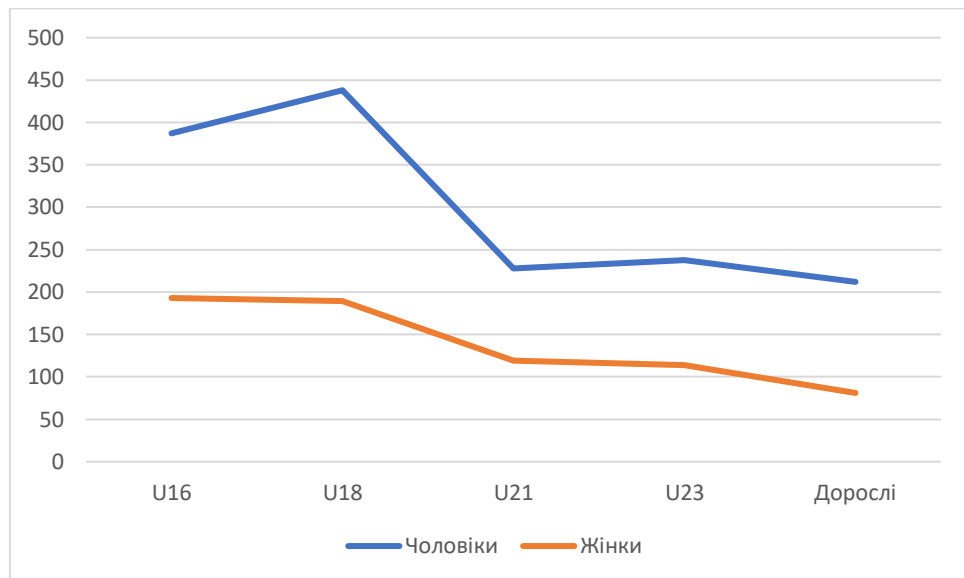
**Відсотковий склад національної збірної команди України з дзюдо  
за 2021-2025 рр. [120]**

	2025	2024	2023	2022	2021
Чоловіки	44	43	43	40	48
Кандидати	49	49	53	57	68
Резерв	45	43	43	44	64
Жінки	28	25	25	32	30
Кандидати	35	29	26	25	54
Резерв	39	35	35	38	38
Усього	240	224	225	236	302
Відсоток Чоловіків	58%	60%	62%	60%	60%
Відсоток Жінок	43%	40%	38%	40%	40%

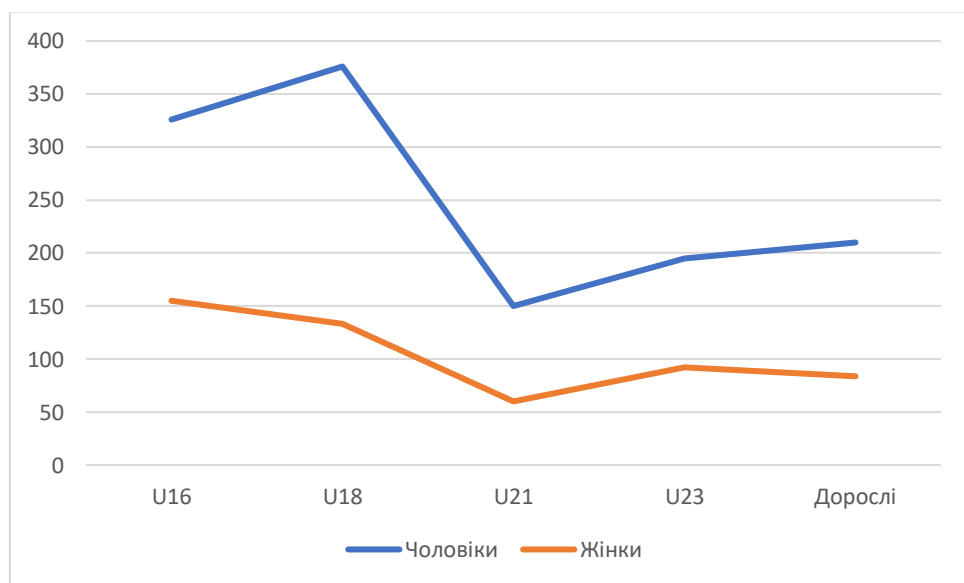
Якщо ж розглядати загальну залученість в національні змагання, її динаміка представлена на рисунках 3.5, 3.6, 3.7., то відсоток жінок в різних вікових групах у 2023-2025 роках варіюється від 26% у віковій групі U-18 у 2023 році до 36% серед дорослих у 2025, середнє значення складає – 31%, що на 11% менше, ніж в провідних в жіночому дзюдо країнах.



**Рис. 3.5. Динаміка кількості спортсменів і спортсменок за віковими групами у 2025 році [120]**



**Рис. 3.6.** Динаміка кількості спортсменів і спортсменок за віковими групами у 2024 році [120]



**Рис. 3.7.** Динаміка кількості спортсменів і спортсменок за віковими групами у 2023 році [120]

Як можна побачити, і серед жінок, і серед чоловіків спостерігається одна й там сама динаміка – різке зменшення учасників і учасниць у віковій категорії U-21. Це ймовірно пов'язано зі вступом у ЗВО, коли частина людей відмовляється від професійного спорту. Варто звернути увагу, що серед жінок спад кількості залучених атлеток більш плавний, це може бути відображенням

того, що багато хлопців опиняються в спорті випадково, через бажання батьків або соціальні фактори, дівчата ж, які опиняються в дзюдо, більше схильні самотужки обирати вид спорту, тому залишаються зацікавленими в ньому. Але варто відзначити, що чим більша вибірка на ранніх етапах спортивної кар'єри, чим більша кількість супротивників – тим вище вірогідність високих результатів серед дорослих для країни.

Якщо проаналізувати склад комітетів федерацій з найбільш успішними виступами серед жінок, то відсоток представниць в них сягає всього 15,8%, а з 14 країни, які початково було запропоновано розглядати як приклад – лише одна президентка федерації. Це знову ставить питання про критерії відбору на керівні посади і сприяння тому, щоб атлетки, після закінчення активної кар'єри, залишалися в спортивній діяльності на позиції менеджерок, рефері, тренерок. Для України показники залученості жінок в роботу Федерації також досить низькі, хоча і співставні з усередненими даними Міжнародної федерації дзюдо. Так, суддівство на рівні 20%, тренерські позиції 17-18% проти 12-13%. Але суттєво менше в комісіях 11% проти загальних 22%. Детальні дані наведено в таблиці 3.12

Таблиця 3.12

### Залученість жінок в роботу Федерації дзюдо України [120]

	Всього	Жінок	Відсоток жінок
Тренери збірної 2025	11	2	18%
Президія 2025	7	1	14%
Комісії 2025	27	3	11%
Очільники 2025	9	2	22%
Президенти обласних федерацій	25	0	0%
Судді міжнародної категорії	5	1	20%
Суддівський корпус 2025	35	8	23%
Суддівський корпус 2024	54	11	20%
Суддівський корпус 2023	41	9	22%
Суддівський корпус 2022	60	13	22%
Суддівський корпус 2021	65	11	17%
Суддівський корпус 2016	54	8	15%
Тренери 2024	378	69	18%
Тренери 2023	389	65	17%

Ще у 2024 році в президії було лише 8% жінок, а тренерок збірної не було взагалі. В 2025 у відповідності до вимог Міжнародної федерації додаткова жінка з'явилася серед очільників. Відмічу, що в Україні немає жодної очільниці обласної федерації, хоча розповсюдженою практикою залишається виконання секретарками основної бюрократичної роботи. Також в ФДУ все ще відсутня комісія з гендерної рівності. Є і більш системні нюанси, так серед підлітків дівочих категорій менше, ніж хлопчачих; все ще проводяться виключно хлопчачі турніри тощо. Тому важливо вивчити рекомендації IJF і досвід інших країн (Японія, Франція, Італія, Бразилія, Косово), щоб обрати найдієвіші практики для втілення в Національній федерації.

### **3.3. Розробка методичних рекомендацій щодо впровадження практик гендерної рівності в українське дзюдо на основі міжнародного досвіду**

*Японія* – є засновницею дзюдо і однією з країн-лідерок в цьому виді спорту як серед чоловіків, так і серед жінок. Менш з тим, японське суспільство залишається патріархальним з низьким ступенем гендерної рівності. Так у 2025 році за цим показником вона посіла 118-те місце серед 148 країн, не показавши значного покращення порівняно з попереднім роком, здебільшого через відставання у політичному представництві та економічній участі. Хоча в Конституції проголошена рівність, на практиці існують серйозні гендерні розриви, особливо у сфері праці, керівних посад та політичного впливу. Гендерна рівність у японському дзюдо залишається системною проблемою, попри задекларовані реформи та публічну увагу до цього питання.

Аналіз матеріалів Всеяпонської федерації дзюдо [46] свідчить, що ключовим викликом є недостатнє представництво жінок на управлінському рівні. У 2020 році з 28 членів правління лише 4 були жінками, що становить 14,3% і суттєво не відповідає рекомендованому показнику у 40%. Водночас федерація офіційно визначила ціль досягти цього рівня до 2030 року, що

демонструє інституційне визнання проблеми та перехід від декларацій до стратегічного планування. Другим критичним аспектом є проблема утримання жінок у дзюдо після завершення або переривання спортивної кар'єри. Жінки значно частіше залишають дзюдо після шлюбу, народження дітей та входження у професійну зайнятість поза спортом. Хоча частка жінок серед рефері та тренерок поступово зростає, вона залишається низькою, що вказує на обмежені можливості кар'єрного просування та відсутність стабільних умов поєднання спорту з іншими життєвими ролями. Окрему роль відіграють гендерні бар'єри та спортивна культура. Попри поступові зміни, у дзюдо зберігаються прояви харасменту та домінування маскуліної норми, що негативно впливає на залучення та утримання жінок. Усвідомлюючи це, федерація впроваджує комплекс заходів, спрямованих на структурні зміни, як-от:

- фіксація проблеми недостатнього представництва жінок в управлінні дзюдо на рівні федерації та публікація даних про склад правління;
- формулювання цільового показника збільшення частки жінок у керівних органах федерації до 40% до 2030 року;
- створення та ведення списків потенційних жінок-лідерок із числа спортсменок, тренерок, рефері та адміністраторок для подальшого залучення до управлінських ролей;
- реалізація програм підготовки жінок до лідерських та управлінських позицій у дзюдо;
- підтримка повернення жінок у дзюдо після перерв через спеціалізований проєкт COME BACK 女子柔道;
- запровадження заходів, спрямованих на зниження бар'єрів входу та утримання жінок у суддівській і тренерській діяльності, зокрема через онлайн-навчання та фінансову підтримку сертифікації;
- організація обміну досвідом, зустрічей і тренінгів для жінок, залучених до дзюдо на різних рівнях;

- проведення лекцій і семінарів, спрямованих на підвищення обізнаності щодо гендерної рівності в дзюдо;
- рекомендації та звернення до регіональних федерацій щодо впровадження гендерно чутливих підходів, зокрема гендерних квот.

Західним «центром тяжіння» дзюдо є *Франція*, яка також є лідеркою серед жінок. Специфіка цієї країни полягає в тому, що вона є доволі егалітарною, тому гендерна рівність в інституційному вимірі не тільки декларативна, але і закріплена законом. Так згідно з Законом «*Avenir professionnel*», всі організації мають розраховувати і публікувати індекс гендерної рівності, який включає показники розриву в оплаті праці, просуванні, відпустках по материнству та паритету у середніх заробітках найвищого рівня. France Judo отримала 83 бали у 2024 році (за 2023 рік) й 90 балів у 2025 році (за 2024 рік) [66]. Відомо також про окремі заходи і акції:

1. Конференція «*Le Judo et les Femmes*»: у травні 2025 року проведена конференція в Музеї культури Японії в Парижі, організована *Académie Française du Judo* за підтримки France Judo, присвячена ролі жінок у дзюдо, з обміном досвідом та обговоренням викликів і перспектив.

2. Акція до Міжнародного жіночого дня: команда France Judo здійснила поїздку до Бухареста (Румунія) 7–8 березня 2024 року для популяризації дзюдо та емансипації жінок через спорт, включно з ініціаціями для школярів і українських біженців, виставкою та круглим столом.

3. Святкування Міжнародного жіночого дня у Dojo de Paris: у лютому–березні 2023 року Ліга Іль-де-Франс та асоціація *Femmenphase* організували захід для жінок із серією різноманітних майстер-класів, у якому взяли участь чемпіонки світу.

4. Ініціація «*Judo Pour Elles*»: у березні 2023 року до Міжнародного дня прав жінок Ліга Іль-де-Франс провела відкриті ініціації з дзюдо, джиу-джитсу та самозахисту, де участь брали молоді жінки та матері з дітьми; також виступали провідні спортсменки та експертки (харчування, фітнес).

Окремо варто розповісти про документальну стрічку «Louves», що побачила світ у 2025 році. У центрі уваги історії десяти провідних дзюдоїсток Франції, серед яких Clarisse Agbegnenou, Shirine Boukli, Amandine Buchard та інші. Цей фільм є соціальним і культурним проєктом, який:

- демонструє реальний досвід жінок у спорті;
- забезпечує видимість жіночих спортивних історій;
- створює рольові моделі для дівчат як в спорті, так і поза ним;
- сприяє нормалізації гендерної рівності в спорті.

*Косово* є маленькою ісламською країною, яка за вісім років від початку свого існування завоювала жіноче золото з дзюдо на Олімпійських іграх в Ріо. За переважною більшістю думок, головним фактором такого успіху є тренер Дрітон Кука, який наголошує в інтерв'ю, що війна, яку пережила країна дала дзюдока нове відчуття мети та надії в їхній новій країні. Але хоча він тренує обидві статі, саме жінки займають лідируючі позиції. Насамперед це пов'язане з успіхом Майлінда Кельменді, яка стала рольовою моделлю і героїнею своєї країни. Так Дістрія Краснічі та Нора Гьякова зазначають в своїх інтерв'ю [88], що саме вона надихнула їх і стала прикладом, що фінансування і відношення до спортсменки-чемпіонки буде відповідним її титулу. Також у 2025 році НОК Косово і Національна федерація дзюдо підписали Декларацію «Брайнон+Гельсінки» Варто зауважити, що попри традиційно патріархальну культуру, зміни в цьому суспільстві очевидні: з моменту світового визнання Косово, як самостійної держави, яке відбулося у 2008 року, в цій країні з п'яти Президентів дві були жінки, що вочевидь позитивно працює в інституційному вимірі гендерної рівності.

Аналіз офіційних ресурсів *Бразильської* конфедерації дзюдо дозволив виділити наступні заходи для покращення становища гендерної рівності в Бразилії [58]:

1. Політика гендерної рівності (Política de Equidade de Gêner).

Конфедерація офіційно затвердила Політику гендерної рівності, яка є документом із зобов'язаннями щодо створення інклюзивного та рівноправного середовища в дзюдо, застосовною до усіх рівнів діяльності федерації. Документ передбачає:

- просування освіти й постійної *sensibilização* (усвідомлення важливості рівності),
- включення модулів з рівності та протидії харасменту у програми навчання,
- залучення всіх учасниць і учасників Конфедерації до діалогу про підтримку рівного доступу й можливостей.

## 2. Програма «Емпвермент і провідна роль жінок у спорті».

У заході брали участь близько 22 тренерок із різних регіонів Бразилії, що демонструє практичну реалізацію підтримки професійного розвитку жінок у спортивній сфері. Конфедерація у партнерстві з Бразильським Олімпійським Комітетом реалізує *Programa de empoderamento e protagonismo feminino no esporte*, спрямовану на:

- об'єднання жінок-тренерок через тематичні зустрічі, онлайн-лекторії та обмін досвідом,
- створення мережі контактів і культури жінок-лідерок у дзюдо.

## 3. Історичні зміни регламенту щодо гендерної рівності в змаганнях:

- зрівняла мінімальну кваліфікацію (*graduação*) для участі в змаганнях чоловіків і жінок,
- встановила квоту для участі жінок-арбітрів у національних змаганнях.

Конфедерація підкреслює, що всі змагання, організовані нею, включають чоловіків і жінок на рівних умовах участі та премій, а також активно публікує досягнення жіночої команди. Також проводяться тематичні кампанії, присвячені жінкам-натхненницям, що сприяє видимості та репрезентації жінок у дзюдо та громадському дискурсі.

Аналіз матеріалів сайту *Італійської федерації бойових мистецтв з боротьби* [67], дзюдо та карате та суміжних ресурсів дозволяє виділити наступні практики і заходи:

1. Проект *Fight Like a Girl* спрямований на забезпечення доступу до практики дзюдо, боротьби та карате для дівчат і молодих жінок, особливо у віковій групі від ~5 до ~20 років. Ідея полягає у розширенні участі молодих жінок у бойових видах спорту та подоланні гендерних стереотипів про «чоловічі» і «жіночі» види спорту. *Fight Like a Girl* розвивається як великий план із видачі ваучерів/можливостей для того, щоб дівчата могли безкоштовно або з мінімальними бар'єрами приєднатися до тренувань і занять.

2. «*MGA Donna*» — проект протидії насильству на гендерному ґрунті через практики самооборони. Проект передбачає розроблення навчальних модулів, які потім можуть поширюватися у школах і спортивних клубах по всій Італії як інструмент підвищення безпеки та впевненості жінок через спорт.

3. Репрезентація та спеціальні сторінки, спрямовані на жінок. На офіційному сайті *FIJLKAM* існує спеціальний розділ, що описує місію практики дзюдо як засобу соціального розвитку та самоповаги, розширення ролі жінок у спорті, сім'ї й суспільстві. Ці матеріали зміщують фокус від суто спортивних результатів до соціокультурного виміру участі жінок у бойових мистецтвах через спорт як засіб усвідомлення власної цінності.

Велику роботу з питань гендерної справедливості проводить *Іспанська королівська федерація дзюдо та споріднених видів спорту*. Щорічно публікується «Звіт про рівність» [108], який аналізує поточну ситуацію, досягнення та виклики щодо участі жінок у всіх сферах дзюдо. Згідно цього звіту:

- 28% - частка жінок членкинь Федерації;
- 36% - частка жінок в Раді директорів;
- 29% - частка жінок в Генеральній Асамблеї;
- 38% - частка жінок в суддівському корпусі;

- 48% - Стипендіати у Центрах високої ефективності;
- 36% - частка жінок серед національних тренерів.

Також Федерація ініціює чимало спортивних проєктів та заходів, як-от:

- Національні зустрічі жінок у дзюдо, що сприяють обміну досвідом і мотивації.
  - Ліга Національного жіночого дзюдо, як регулярний змагальний формат для спортсменок.
  - Участь у Tour Universo Mujer, проєкті, що просуває спорт як інструмент зміцнення ролі жінки в суспільстві та проєкт «Promesas de presente, referentes de futuro» у рамках Universo Mujer, що підсилює видимість молодих спортсменок.
  - Федерація організовує семінари та круглі столи для арбітрів, готує кандидаток до міжнародних іспитів, що сприяє збільшенню участі жінок у суддівстві офіційних змагань.
  - Щороку приєднується до 25 листопада — Дня протидії насильству щодо жінок, підтримуючи загальнонаціональну кампанію проти гендерного насильства та заохочуючи спільноту дзюдо поширювати повідомлення протидії.
  - Кампанія «Érase una vez Judo para Tod@s», яка проводиться в навчальних закладах з метою показати дзюдо як інклюзивний, рівноправний вид спорту дітям обох статей та запобігати відмові від спорту у підлітковому віці.
- Окрема увага приділяється комунікаційним та просвітницьким кампаніям:
- Федерація забезпечує рівну репрезентацію жінок і чоловіків у промоційних матеріалах (відео, плакати).
  - Розробляє та публікує відео про видатних жінок у дзюдо, показує їхню роль в організації та змаганнях.

– Кампанії на кшталт «Ellas visibles», «Educando en igualdad» і «Yo también soy judoka» покликані підсилити видимість жінок у спорті та розвінчати гендерні стереотипи.

Звісно ж, все це є можливим, завдячуючи Комісія з жінок та дзюдо при національній федерації, до складу якої входять жінки з різних сфер. А в підсиленні медійності не останню роль відіграє: Альмудена Лопес Чавес, докторка журналістики, колишня дзюдока, яка наразі веде власне онлайн-медіа «Judo by women».

Окрім уваги окремим країнам, які було визначено в попередньому розділі, варто звернути увагу і на пропозиції з цього питання Міжнародної федерації дзюдо. Зокрема Комітет з гендерної рівності ІФ висвітлює так звані «кращі практики» в окремому розділі сайту; це програми які втілюються у федераціях різних країн і спрямовані на покращення ситуації щодо гендерної рівності.

У 2017 році *Австрійська федерація дзюдо* [117] розпочала проект «Австрійські олімпійські дівчата-дзюдо», цільовою групою якої є дівчата віком від 10 до 16 років. Суть програми полягає в тому, що під час змагань вищого рівня або інших великих заходів з дзюдо, що проводяться в Австрії, підлітки-початківці беруть участь у тренуваннях, які проводять сучасні спортсменки вищого рівня, а після тренувань проводились бесіди з цими чемпіонками. З 2017 року було проведено дев'ять таких заходів, у яких взяли участь майже 400 дівчат. За останні два роки кількість спортсменок, що брали участь у чемпіонатах країни серед дівчат до 16 років, зросла майже на 15%. Окремо зазначимо, що на Олімпійських іграх 2012 і 2016 австрійські дзюдоїстки не взяли медалей, а вже в Токіо-2020 вибороли срібло і в Парижі-2024 – бронзу.

*Британська федерація дзюдо* впроваджувала кілька програм. В інституційному вимірі реалізовувалась програма «Diversity action plan 2017-2021» [117]. В межах цієї програми було модифіковано і впроваджено політики щодо етнічного розмаїття і гендерної рівності, також було проведено

тренінги для керівництва з цих питань, окремо було висвітлено через вебсайт федерації, а також встановлено моніторинг цих показників. Станом на кінець дії програми відсоток жінок в Раді директорів склав 27,7%, що наближено до цільових 30%, а також серед восьми очільників регіональних осередків – двоє жінок, що складає 25%, а в деяких комітетах, як-от технічному – 62,5% жінок.

Ще одна програма «Judo Girls Rock» [117], розроблена для залучення більшої кількості молодих дівчат до цього виду спорту. Проведені дослідження показали, що лише 41% дівчат віком 13-15 років у Шотландії досягали години фізичної активності на день, а поглиблене дослідження, проведене Фондом жіночого спорту та фітнесу, показало, що багато молодих дівчат відчувають невпевненість під час тренувань або незадоволення цими заняттями, хоча і мають бажання до фізичної активності. Можна сказати, що цей проєкт стосувався символічного рівня, оскільки мав на меті зміну стереотипів. Заняття були розроблені так, щоб поступово вводити дзюдо для максимальної зацікавленості, починаючи з загальних фізичних рухів, подібних до танців, та включали семінари для заохочення здорового способу життя, від безпеки в Інтернеті до здорового приготування їжі. Станом на грудень 2018 року програма «Judo Girls Rock» збільшила участь жінок у дзюдо в Шотландії на 13%.

Ще одна програма, яка мала на меті збільшити кількість залучених жінок через розширення і утримання спортсменок. В межах цієї програми:

- були проведені інформаційні кампанії через організацію конференцій;
- підвищена впізнаваність через впровадження сувенірної і маркетингової продукції, пов'язаної з жінками в дзюдо;
- було здійснено фінансову підтримку для тренерок через навчання і надання безкоштовної коучингової підтримки;

- була організована та проведена програма навчання тренерів лише для жінок;
- проведене національне опитування жінок та дівчат для визначення «чого хочуть жінки»;
- виявлення та підтримка колишніх чемпіонок;
- організація та просування Національної оцінки жінок на Дан, яка збільшила кількість жінок-учасниць у чотири рази.

В результаті цієї кампанії було збільшено кількість тренерок і жінок в керівних структурах.

*Хорватська федерація дзюдо* провела SWOT аналіз, щоб розробити план дій, в який з рештою було включено [117]:

- більш інтенсивна пропаганда серед жіночого населення з метою залучення більшої кількості дівчат до вибору дзюдо як виду спорту (презентації, брошури, що вказують на важливі аспекти дзюдо для дівчат);
- просування найкращих спортсменок через спортивні ЗМІ та журнали, що залучають жіночу аудиторію;
- розширення можливостей через освіту (модулі навчання протягом усього життя з управлінських навичок та лідерства);
- нетворкінг та управління: комунікація між клубами та спортивними асоціаціями на місцевому рівні;
- життєві історії;
- жінки у спорті як «взірці для наслідування»;
- лобіювання, співпраця, дослідження (обмін інформацією між клубами та CJF).

Варто зауважити, що починати з дослідження – це ґрунтовний підхід, важливий для адвокації таких ініціатив, менш з тим, чимало таких ініціатив залишаються на рівні плану дії, не знаходячи втіленні в конкретних програмах, бо саме такий досвід є цікавим, він відображає підводні камені, проблемні моменти, які варто враховувати всім тим, хто піде тим самим шляхом. Туди ж

можна віднести різні конференції, як-от Жіночій самміт 2018, що було проведено Канадською федерацією дзюдо. Підсумком його стали дуже важливі пропозиції і ідеї, але вони не знайдуть втілення без наявності фінансування і розуміння механізмів впровадження. Варто враховувати, що такі заходи також потребують фінансування, тому відкритим залишається питання, чи варто вкладати гроші в такі масштабні, але дещо теоретичні заходи, чи вкласти кошти в конкретні дії, як-от підтримка сестер Капеко з Ботсвани, які отримали освіту в дзюдо і розпочали працювати тренерками.

Отже, аналізуючи кейси, які Комітет з гендерної рівності пропонує як кращі практики, стає очевидним, що реалізовані програми здебільшого або покривають зовсім невелику кількість людей, або є теоретичними, хоча є і ті, які дійсно варто вивчити глибше.

Задля того, щоб випрацювати методичні рекомендації щодо позитивних практик гендерної рівності для українського дзюдо, окрім практик в інших країнах важливо також враховувати безпосередні рекомендації IJF. Отже, проаналізувавши Звіт Комісії з гендерної рівності (2023), Стратегію гендерної рівності IJF, Політику рівних умов змагань та Документ з кращими практиками щодо розвитку і залучення жінок-тренерок, можна визначити *комплексну систему рекомендацій Міжнародної федерації дзюдо (IJF) для системного покращення ситуації у сфері гендерної рівності [117].*

#### 1. Управління та інституційні зміни:

- Національним федераціям (NjF) рекомендовано засновувати власні комісії з гендерної рівності для впровадження політики IJF на локальному рівні.

- Впровадження квот і встановлення цільового показника у 25% для представництва жінок у виконавчих комітетах та керівних органах національних федерацій.

- Забезпечення відкритих та рівних процедур найму на адміністративні та технічні посади.

#### 2. Освіта та розвиток кар'єри для атлеток у відставці:

- Організація спеціалізованих практичних сесій Академії ІґФ виключно для жінок (щоб усунути логістичні та психологічні бар'єри) та надання стипендій для навчання.

- Активна участь у програмі «Жінки у високоефективному спорті» для підготовки елітних тренерських кадрів.

- Створення програм наставництва, де досвідчені лідерки допомагають молодим фахівчиням адаптуватися у професійному середовищі.

### 3. Рівність у змагальному процесі:

- Санкціонування лише тих турнірів Світового туру дзюдо, які передбачають змагання як серед чоловіків, так і серед жінок.

- Забезпечення ідентичних правил, стандартів обладнання та – що найважливіше – рівних призових фондів для обох статей.

- Стимулювання участі жінок-рефері на змаганнях найвищого рівня для створення видимих рольових моделей.

### 4. Комунікація та подолання стереотипів:

- Співпраця з медіа-партнерами для забезпечення рівного обсягу ефірного часу та публікацій для жіночих змагань.

- Використання історій успіху видатних дзюдоїсток для залучення дівчат у спорт та зміни соціального сприйняття дзюдо.

- Кампанія «Stronger Together», яка передбачає залучення чоловіків до адвокації гендерної рівності, наголошуючи, що різноманітність посилює вид спорту в цілому.

### 5. Моніторинг та фінансова підтримка:

- Щорічне оновлення гендерної статистики через базу JudoBase для відстеження прогресу (особливо у сферах, де частка жінок наразі нижче 20%).

- Обов'язкове виділення бюджетних коштів на заходи з гендерної рівності та використання грантів Олімпійської солідарності МОК.

Наразі Україна суттєво відстає від країн-лідерок жіночого дзюдо в частині впровадження заходів щодо досягнення гендерної рівності, зокрема

відсутні: відповідна Комісія в складі Федерації дзюдо України, розділ на сайті, присвячений цим питанням, офіційні документи чи політики, присвячені гендерній рівності, гендерно-орієнтовані ініціативи, медіакампанії скеровані на жінок, прозора і доступна статистика тощо. Звісно, є і певні успіхи, як-от прагнення до приведення складу керівництва у відповідність з вимогами IJF щодо квотування, менш з тим, це радше де-юре, ніж де-факто, бо позиції які обіймають жінки не є ключовими, а серед керівництва обласних федерацій жінки все ще відсутні. Як успіх можна відзначити призначення двох жінок до складу тренерів Національної збірної команди: Ганни Каштанової головною тренеркою жіночої збірної команди України з дзюдо та Іванни Макухи тренеркою, відповідальною за підготовку вікової категорії до 15 років. Менш з тим, підлітки до 15 років не є офіційною віковою категорією. З медіакампаній можна згадати короткометражний фільм «Анаконда», присвячений Дар'ї Білодід, наймолодшій в історії чемпіонці Світу, разом з тим, варто зауважити, що ця стрічка не була ініційована Федерацією, а була частиною рекламної кампанії Mitsubishi.

Отже, зважаючи на таке відставання в питаннях сприяння гендерній рівності, на основі аналізу успішних практик і політик IJF було розроблено методичні рекомендації з цього питання. Бажані ключові показники ефективності і терміни впровадження зазначено в табл. 3.13.

#### 1. Інституційне забезпечення та управління:

- Створення Комісії з питань гендерної рівності ФДУ з відповідним розділом на сайті.
- Розробка та публікація на офіційному сайті ФДУ «Кодексу гендерної рівності», який би регламентував недопущення дискримінації та сексизму.
- Квотування керівних посад. Впровадження обов'язкової квоти для жінок не тільки у Виконавчому комітеті ФДУ, але і в керівництві регіональних федерацій. Важливо, щоб ці посади були ключовими (дирекція, стратегічне планування), а не лише адміністративно-виконавчими.

#### 2. Освіта та розвиток кадрового потенціалу

- Впровадження внутрішніх грантів для навчання жінок-тренерок в Академії ІФ.
- Адміністративна та правнича допомога для подання на участь в міжнародній програмі для тренерок «WISH» від ІФ.
- Організація методичних семінарів виключно для жінок-тренерок для обміну досвідом та розширення компетенцій не тільки в безпосередній професійній сфері, а й суміжних, як-от психологія, нутриціологія, грантрайтинг і фандрейзінг тощо.
- Організація методичних семінарів про жінок: харчування, врахування фізіологічних особливостей жінок в тренувальному і змагальному процесі, протидія гендерно-зумовленому насильству тощо. Такої міри не було впроваджено в інших країнах, менш з тим, це вкрай суттєвий крок для покращення становища атлеток і всіх жінок в спорті.

### 3. Моніторинг та збір даних:

- Щорічне оприлюднення статистики щодо кількості атлеток, тренерок та функціонерів у розрізі областей.
- Впровадження розділу «Гендерна рівність» на офіційному порталі ФДУ, де збиратимуться аналітичні дані та успішні кейси.

### 4. Медійність і розширення участі:

- Впровадження програми для дівчат і жінок з метою популяризації дзюдо і збільшення залученості жінок в цей спорт.
- Публікація інтерв'ю з атлетками, статей про них.

Звісно, це не повний обсяг того, що варто було б зробити. Важливо розширювати медійні кампанії, створити систему анонімного повідомлення про випадки насильства і харасменту тощо. Але запропоновані методичні рекомендації є реалістичним мінімумом який рекомендовано впровадити вже цього олімпійського циклу.

Таблиця 3.13

**Пропоновані КРІ (ключові показники ефективності) для українського дзюдо до 2028 року щодо впровадження заходів спрямованих на досягнення гендерної рівності [авторська пропозиція]**

Показник	Поточний стан	Цільовий показник (бажаний рік досягнення)
Представництво жінок у Президії ФДУ	14%	25% (2028)
Керівниці обласних федерацій	0%	мін. 10% (2028)
Тренерки збірної	18%	25% (2026)
Жінки в складі Комісії ФДУ	11%	20% (2028)
Наявність Комісії з гендерної рівності	Відсутня	Наявна (2026)
Наявність офіційної гендерної політики	Відсутня	Опубліковано та впроваджено (2027)
Навчальні семінари для жінок і про жінок в спорті	Відсутні	Мін. 2 на рік (2026)
Розробка програми грантів для жінок і пошук фінансування (без впровадження)	Відсутня	Наявна (2026)
Оприлюднення статистики складу окремих груп представників ФДУ в розрізі гендеру	Відсутнє	Наявний (2027)
Створення відповідного розділу на сайті ФДУ	Відсутній	Наявний (2026)
Програма популяризації дзюдо серед дівчат все ще не залучених в цей вид спорту	Відсутня	Впроваджена (2028)

### Висновки до розділу 3

1. Розрахунок Індексу гендерної рівності для олімпійських єдиноборств дозволив визначити дзюдо (значення індексу 0,793) як найбільш просунутий в питаннях гендерної рівності вид спорту. Це обґрунтувало подальший аналіз робочих інструментів для досягнення гендерної рівності саме в цьому виді спорту.

2. Всебічний аналіз результатів змагальної діяльності на рівні чемпіонатів світу і Олімпійських ігор дозволив визначити країнами-лідерками в жіночому дзюдо Японію, Францію, Косово, Бразилію, Італію та Іспанію. Також їх результати було порівняно з досягненнями України.

3. Вивчення спортивних документів, звітів, інтерв'ю та іншого тематичного контенту дозволило виявити, що зазначених країнах широко впроваджуються різноманітні програми і заходи, спрямовані на покращення ситуації з залученням жінок в дзюдо, їх реалізації та реінтеграції після закінчення кар'єри. Важливим аспектом підтримки жінок є використання квот і вимога щодо звітності по гендерному складу як на рівні атлеток, так і на рівні керівних структур федерацій, що запобігає зловживанням і створює можливості для жінок. Для країн-лідерок жіночого дзюдо притаманна медійна увага до питань гендерної рівності як на рівні масових комунікацій, зокрема документальні фільми, рекламні компанії, так і на офіційному рівні, як-от оприлюднення офіційної звітності по гендерному складу, окремі розділи на сайті, присвячені зазначеній темі. На жаль, Україна суттєво відстає за всіма цими показниками і має мінімальну активність в питаннях гендерної рівності.

4. Зважаючи на досвід країн-лідерок було вироблено методичні рекомендації для впровадження в українському дзюдо. Зазначені пропозиції спрямовані не тільки на підняття рівня підтримки дзюдоїсток і тренерок з перспективою покращення змагальних результатів на міжнародній арені, але і на приведення фактичного стану гендерної рівності у відповідність з вимогами Міжнародної федерації дзюдо, Міжнародного олімпійського комітету тощо. Також було запропоновано ключові показники ефективності впровадження зазначених заходів.

## ВИСНОВКИ

1. Історичний аналіз розвитку дзюдо серед дівчат і жінок засвідчив поетапний перехід від обмеженої участі до інституціоналізованого включення у структуру міжнародного та олімпійського спорту з декларованою рівністю в оплаті праці і змагальних умовах. Ключовими чинниками цього процесу стали: підтримка засновника виду спорту; активність окремих постатей, таких як Рена «Расті» Канокогі, в просуванні жіночого дзюдо; розширення змагальної програми та нормативне закріплення принципів гендерної рівності в олімпійському русі; на більш пізніх етапах – зміни в політиках Міжнародної федерації дзюдо і діяльність Комітету з гендерної рівності в його структурі.

2. Серед олімпійських одноборств дзюдо показує найвищий рівень гендерної рівності, що засвідчує значення Інтегрального Індексу Гендерної рівності, який було визначено в роботі. Порівняльний аналіз стану гендерної рівності в олімпійських одноборствах виявив, що дзюдо загалом демонструє вищий рівень інституційного, економічного та системного врегулювання гендерних питань у порівнянні з боксом, тхеквондо, карате, вільною боротьбою, фехтуванням. Водночас практична реалізація задекларованих принципів нерівномірна та суттєво залежить від національного контексту.

3. Гендерна нерівність у дзюдо має переважно символічний і системний характер, що проявляється через вкорінені стереотипи, недостатній доступ жінок до управлінських рішень, тренерських посад, дисбалансний перерозподіл фінансових ресурсів на рівні національних федерацій.

4. Аналіз динаміки представництва жінок у системі дзюдо показав стале зростання кількості спортсменок на міжнародних змаганнях та Олімпійських іграх, яке наразі знаходиться на рівні 33%, при цьому країни, які показують високі результати в жіночій програмі мають щонайменше 37% жінок, серед дзюдока, які представляють країну на міжнародному рівні. Для України цей показник сягає 31%, хоча в складі національної збірної відсоток жінок за останні три роки становить не менше 38%. На міжнародному рівні зростає

кількість рефері-жінок, членкинь керівних і виконавчих структур, дуже повільно приростає кількість очільниць національних федерації, разом з тим він залишається вкрай низьким – 9%. В Україні так само спостерігається суттєвий дисбаланс на рівні управління: ті позиції, які відслідковуються в статистиці IJF – знаходяться на припустимому рівні, а ті, що не відслідковуються, але є важливими, як-от керівництво на рівні областей – взагалі не мають жінок в своєму складі. Відсоток тренерок на міжнародному рівні несуттєво зменшився за останні два роки, а в Україні – несуттєво зріс.

5. Аналіз політик і практик у національних федераціях країн-лідерок з жіночого дзюдо дозволив виявити системний підхід до залучення і заохочення дівчат і жінок, які практикують дзюдо. Заходи впроваджуються в усіх вимірах: економічному – фінансова підтримка, стипендії на навчання; освітньому – ініціативи для розширення компетенцій; системному – прозора гендерно-чутлива звітність, полегшення доступу дівчат до занять з дзюдо, підтримка тренерок; символічному – медіакампанії, документальні фільми; інституційному – наявність комісій з гендерної рівності в структурі федерацій, підписання відповідних міжнародних декларацій.

6. На основі узагальнення міжнародних практик та рекомендацій Міжнародної федерації дзюдо розроблено методичні рекомендації для українського дзюдо, спрямовані на інституційні і системні зміни, розвиток освітніх і менторських програм, забезпечення рівних умов змагальної діяльності, системний моніторинг і цільове фінансування заходів з гендерної рівності. Їх впровадження створює підґрунтя для зниження гендерного дисбалансу та сталого розвитку дзюдо в Україні відповідно до міжнародних стандартів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аналіз ключових етапів становлення олімпійських чемпіонів 2024 року зі спортивної боротьби / Латишев М. та ін. Єдиноборства. 2025. № 1(35), С. 14–20. URL: <https://doi.org/10.15391/ed.2025-1.02>
2. Балинська О. Проблеми гендерної рівності у спорті: актуальні питання протидії дискримінації. Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство». 2023. Розділ Х. Філософія права. С. 362–365. URL: <https://doi.org/10.24144/2788-6018.2022.06.66>.
3. Боброва А. Калліпатеїра — перша жінка в Олімпії. Жінки в спорті: історія та стереотипи. URL: <https://genderindetail.org.ua/season-topic/feminism-in-detail/women-in-sport.html> (дата звернення: 02.06.2025)
4. Бубка С., Булатова М., Гуніна Л. Система олімпійської підготовки: основи менеджменту / ред.: С. Бубка, В. Платонов. Київ: Перша друкарня, 2018. 624 с. – С. 444-464.
5. Войтович Н., Іванців Х., Іванців-Грига І. Гендерний аспект у висвітленні жіночого спорту в медіа. Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Sciences. VII(36), I.: 214. URL: <https://doi.org/10.31174/SEND-HS2019-214VII36-13>.
6. Гендер для медій. Підручник із гендерної теорії для журналістики та інших соціогуманітарних спеціальностей / ред.: М. Маєрчик, О. Плахотнік, Г. Ярманова. Київ : Критика, 2017. 224 с.
7. Гендерна проблематика у фізичному вихованні. Історико-філософський аналіз / О. Марченко та ін. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2020. №6(80). С. 22–31. URL: <https://doi.org/doi:10.15391/snsv.2020-6.004>.
8. Генеральна Асамблея ООН. Конвенція про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок (CEDAW). Організація Об'єднаних Націй. 18.12.1979. URL:

[https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/cedaw.shtml](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/cedaw.shtml) (дата звернення: 02.06.2025)

9. Гращенко Ж., Мішин М. Проблема насильства в спорті. Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту: матеріали VII Всеукр. Наук.-практ. Семінару з міжнародною участю, Кропивницький, Україна, 12 квіт. 2024. Кропивницький : Лисенко В. Ф., 2024. С. 225–229.

10. Дейнеко А., Красова І., Стадник С. Філософія сучасного олімпізму очима українських й американських спортсменок. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2024. Випуск 4 (174). С. 46–49. URL: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4\(177\).09](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).09).

11. Жаровська І. Гендерні аспекти у спорті: проблеми правового регулювання. Науковий вісник Ужгородського Національного Університету. 2023. Випуск 75: частина 1. С. 81–84. (Серія ПРАВО).

12. Захарченко М. Соціокультурні чинники гендерного підходу у фізичному вихованні. Молода спортивна наука України. 2017. Т. 2. С. 57.

13. Кисельова О. Проблеми гендерної рівності у галузі фізичної культури і спорту / ред.: М. Босніч, І. Степанова ; Гендерне бюджетування в Україні. Київ, 2019. 28 с.

14. Ковальов В.О. Участь жінок в олімпійських іграх: проблеми та перспективи. Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту: матеріали VII Всеукр. Наук.-практ. Семінару з міжнародною участю, Кропивницький, Україна, 12 квіт. 2024. Кропивницький : Лисенко В. Ф., 2024. С. 230–234

15. Кодекс законів про працю України, № 322-08 : станом на 12.10.2025. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text> (дата звернення: 23.10.2025).

16. Конституція України: від 28.06.1996, № 254к/96-ВР : станом на 01.01.2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 23.10.2025)

17. Маркова О.В. Гендерна нерівність у висвітленні інформації про спортсменів у засобах масової інформації. Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту: матеріали VII Всеукр. Наук.-практ. Семінару з міжнародною участю, Кропивницький, Україна, 12 квіт. 2024. Кропивницький : Лисенко В. Ф., 2024. С. 239–242

18. Маркова О. В., Мотузенко Т. Є. Виклик соціальної несправедливості в спорті: історія і сучасність. Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту: матеріали VII Всеукр. Наук.-практ. Семінару з міжнародною участю, Кропивницький, Україна, 12 квіт. 2024. Кропивницький : Лисенко В. Ф., 2024. С. 177–181.

19. Математизація суспільно-гуманітарних спеціальностей / В. Вачилевич та ін. Іноваційні технології в розвитку наукової думки сьогодення: теоретико-практичний аналіз та науково-практичні коментарі. Монографія. Кіровоград : КП "Поліграфія", 2015. С. 4–51.

20. Методи аналізу систем і прийняття рішень в умовах невизначеності : підручник / Л. Г. Раскін, О. В. Сіра, Г. К. Кожевніков. Харків : Факт, 2023. 256 с.

21. Міжнародна конвенція про ліквідацію всіх форм расової дискримінації : Міжнародна конвенція від 04.02.1994, № 995\_105. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_105#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_105#Text) (дата звернення: 23.10.2025).

22. Міжнародний олімпійський комітет. Gender Equality and Inclusion Framework. URL: <https://www.olympics.com/ioc/gender-equality> (дата звернення: 02.06.2025)

23. Організація Об'єднаних Націй. Department of Economic and Social Affairs. Sustainable Development Goals. URL: <https://sdgs.un.org/goals> (дата звернення: 23.04.2025).

24. Особливості спортивної кар'єри олімпійських чемпіонок у боротьбі жіночій / О. Мельник та ін. Єдиноборства. 2024. №2(32). С. 61–70. URL: <https://doi.org/10.15391/ed.2024-2.06>

25. Перетворення нашого світу: Порядок денний у сфері сталого розвитку до 2030 року : Резолюція Генеральної Асамблеї ООН від 11.05.2018, № 70/1. URL: <https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/peretvorennyu-nashoho-svitu-poryadok-dennyu-u-sferi-staloho-rozvytku-do-2030-roku> (дата звернення: 23.10.2025).

26. Петрушин Д.В., Хованова Д.О. Аналіз анкетного опитування жінок ДДУВС, які займаються єдиноборствами. Єдиноборства. 2020. вип. №3 (17). С. 57-67.

27. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків : Закон України від 08.09.2005, № 2866-IV : станом на 19.12.2024. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2866-15#Text> (дата звернення: 23.10.2025).

28. Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні : Закон України від 06.09.2012, № 5207-VI : станом на 03.05.2014. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5207-17#Text> (дата звернення: 23.05.2025).

29. Про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок : Конвенція Організації Об'єднаних Націй від 18.12.1979, редакція від 06.10.1999 № 995\_207. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_207#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_207#Text) (дата звернення: 23.10.2025)

30. Про схвалення Державної стратегії забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2030 року та затвердження операційного плану з її реалізації на 2022-2024 роки : Кабінет Міністрів України Розпорядження від 12.08.2022, № 752-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/752-2022-%D1%80#Text> (дата звернення: 23.10.2025).

31. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24.12.1993, № 3808-XII : станом на 12.10.2025. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text> (дата звернення: 23.10.2025).

32. Таран Л. Гендерна рівність у вільній боротьбі на Олімпійських іграх. Збірник тез наукових доповідей XXIV Міжнародної науково-практичної

конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи», 4 грудня 2024 р., ХДАФК. С.174-175.

33. Таран Л, Окунь Д, Таран Г. Стратегічні напрямки роботи Міжнародного олімпійського комітету щодо гендерної рівності. Проблеми та перспективні напрями розвитку сучасного спорту: актуальні питання теорії та практики: збірник тез I Всеукраїнської науково-практичної конференції (електронне видання), 7 квітня 2023 року. Харків: ХДАФК, 2023. С. 177-181.

34. Таран Л, Таран Г. Ретроспективний аналіз участі жінок в Іграх Олімпіад (1900-2020 рр.). Збірник тез наукових доповідей XXIII Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи», 6-7 грудня 2023 р., ХДАФК. С.149-150.

35. Таран, Л, Тарасевич, О, & Окунь, Д. (2025). Шляхи досягнення гендерної рівності у вільній боротьбі. Олімпійський та паролімпійський спорт. 3. 134-139. <https://doi.org/10.32782/olimpspu/2025.3.23>

36. Тарасевич О., Камаєв О. Особливості гендерних відмінностей спортсменів, що займаються спортивними єдиноборствами. Єдиноборства. 2019. вип. №4 (14). С. 117–126.

37. Тарасевич, О., Камаєв О., Окунь, Д. (2019), "Гендерна ідентифікація спортсменів різної кваліфікації відносно класифікаційних груп видів спорту", Слобожанський науково-спортивний вісник, № 6(74), С. 10-15, doi:10.15391/snsv.2019-6.002

38. Тарасевич, О., Мулик, В., Гращенко, Ж., Окунь, Д. Гендерні схожості і гендерні відмінності спортсменів і спортсменок в циклічних видах спорту. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2020. № 2(76), С. 73-90, doi:10.15391/snsv.2020-2.005

39. Шамардина Г., Саварец Д. Исторические аспекты становления и развития женского дзюдо. Молода спортивна наука України. 2011. Випуск 1. С. 361-366

40. Шандригось В., Яременко В., Первачук Р. Становлення і розвиток жіночої боротьби в програмі Олімпійських Ігор. Проблеми і перспективи

розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладів. 2018. Т. 1. С. 80–83.

41. Штефюк І, Кочина М., Кочін О. Гендерні особливості реакції на тренувальне навантаження спортсменів, що спеціалізуються у рукопашному бої з легким контактом з супротивником. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2020. № 3(77), С. 20-29, doi:10.15391/snsv.2020-3.003

42. Чоботько М., Чоботько І. Аналіз вікових та гендерних відмінностей в результативності дзюдоїстів-учасників Олімпійських Ігор Токіо-2020. Єдиноборства. 2023. №3 (29). С. 118–132. URL: <https://doi.org/DOI:10.15391/ed.2023-3.10>.

43. A Systematic Review of the History of Judo in South Africa: Implication for the Future / Т. Hlasho та ін. Open Public HealthOpen Public Health. 2024. Т. 17. URL: <https://doi.org/10.2174/0118749445313228240905071906>.

44. Abrahamson A. Gender equity means pay equity: judo leading the way. International Judo Federation. 07.03.2019. URL: <https://www.ijf.org/news/show/gender-equity-means-pay-equity> (дата звернення: 31.10.2025)

45. Adá-Lameiras A., Rodríguez-Castro Y. Analysis from a gender perspective of the Olympic Games on Twitter. European Sport Management Quarterly. 2021. Т. 23, вип. 1. С. 683–699. URL: <https://doi.org/10.1080/16184742.2021.1910965>.

46. All Japan Judo Federation. <https://www.judo.or.jp/> (дата звернення: 04.09.2025).

47. Análisis de la resiliencia, autoconcepto y motivación en judo según el género / F. Z. Ortega та ін. Revista de Psicología del Deporte. 2017. Т. 26, вип. 1. С. 71–82.

48. Analysis of the Relevant Factors of Retaining Women in Judo / J. Sindik та ін. Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine. 2014. Т. 3. С. 23–31.

49. Antunovic D., Bartoluci S. Sport, gender, and national interest during the Olympics: A comparative analysis of media representations in Central and Eastern

Europe. *International Review for the Sociology of Sport*. 2023. Т. 58, вип. 1. С. 167–187. URL: <https://doi.org/10.1177/10126902221095686>

50. Battison P. 'There's a UFC belt at end of tunnel', Harrison tells abuse victims. *BBC Sport*. 06.06.2025. URL: <https://www.bbc.com/sport/mixed-martial-arts/articles/cpvkpd1z3z7o> (дата звернення: 23.10.2025).

51. Bertini M.-J. *Femmes : le pouvoir impossible*. Paris : Pauvert/Fayard, coll. Essai, 2002. 252 с.

52. Boguszewski D. Analysis of the final fights of the judo tournament at Rio 2016 Olympic Games. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*. 2016. Т. 1, вип. 7 : (2). С. 67–72. URL: <https://doi.org/10.5604/20815735.1224967>

53. Brighton plus Helsinki 2014 Declaration on Women and Sport : IWG Women and Sport від 02.05.1994. URL: <https://iwgwomenandsport.org/brighton-declaration/> (дата звернення: 23.10.2025).

54. Canadian Women & Sport. What is Gender Equity? URL: <https://womenandsport.ca/gender-equity/what-is-gender-equity/> (дата звернення: 02.06.2025)

55. Callan, M., Heffernan, C., & Spenn, A. Women's Jūjutsu and Judo in the early twentieth-century: The cases of Phoebe Roberts, Edith Garrud and Sarah Mayer. *International Journal of the History of Sport*. 2019 вип. 35(6). С. 530-553.

56. Callan, M, Callan-Spenn, A. (2024). Out of the West: the History of the Development of Women's Judo in the West. *The Arts and Sciences of Judo*. 4 (2), pp. 28-37.

57. CareerUP Empowering Women. Educational Advising Center. 08.05.2024. URL: <https://www.eac.md/scholarships/other/careerupw/index.html> (дата звернення: 31.10.2025)

58. Confederação Brasileira de Judô. <https://cbj.com.br/pt/> (дата звернення: 04.09.2025).

59. Čorak S. Congress 2025 report of the Gender Equality Commission Director. *International Judo Federation. Gender Equality Commission*. 11.06.2025. URL: <https://www.ijf.org/ijf/documents/14> (дата звернення: 31.10.2025)

60. Čorak S. Teamwork as a method of governing in judo/ ред. М. Callan. London: Routledge, 2021. С. 16. URL: <https://doi.org/10.4324/9780429298738-3>
61. Dafferner M., Campagna, J., Rodgers R. Making gains: Hypermuscularity and objectification of male and female Olympic athletes in Sports Illustrated across 60 years.. *Body Image*. 2019. Т. 29. С. 156–160. URL: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.04.001>.
62. Dashper K. Smiling assassins, brides-to-be and super mums: the importance of gender and celebrity in media framing of female athletes at the 2016 Olympic Games. *Sport in Society*. 2017. вип. 21(11). С. 1739–1757. URL: <https://doi.org/10.1080/17430437.2017.1409729>.
63. Deporte e igualdad: las voces de las deportistas de élite / I. Martínez та ін. *Feminismo/s*. 2013. вип. 21. С. 71–90. URL: <https://doi.org/10.14198/fem.2013.21.05>.
64. Empowering women through judo: Slovenia’s model for social inclusion and resilience. The International Platform on Sport and Development. 20.11.2024. URL: <https://www.sportanddev.org/latest/news/empowering-women-through-judo-slovenias-model-social-inclusion-and-resilience> (дата звернення: 31.10.2025)
65. Evans A. B., Pfister G. U. Women in sports leadership: A systematic narrative review. *International Review for the Sociology of Sport*. 2021. вип. 56(3). С. 317–342. URL: <https://doi.org/10.1177/1012690220911842>.
66. Federation Francaise de Judo. <https://www.ffjudo.com/> (дата звернення: 04.09.2025).
67. Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali. <https://www.fijlkam.it/> (дата звернення: 04.09.2025).
68. From Prohibition to Excellence: A Retrospective Study About Learning Situations of Expert Brazilian Women Judo Coaches / D. Perondi та ін. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anth.* 2022. Т. 22, вип. 2 : SOCIOLOGY OF SPORT. С. 1–13. URL: <https://doi.org/10.14589/ido.22.2.1>.

69. Gender Equality in Sport 2024. Infographic. European Parliament. URL: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/ATAG/2024/759597/EPRS\\_ATA\(2024\)759597\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/ATAG/2024/759597/EPRS_ATA(2024)759597_EN.pdf) (дата звернення: 02.06.2025).

70. Gender Equality Strategy Version: Towards More Gender Equality and Inclusion in Judo 10.09.2022 [https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2022/09/IJF\\_Gender\\_Equality\\_Strategy\\_V-1662801531.pdf](https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2022/09/IJF_Gender_Equality_Strategy_V-1662801531.pdf) (дата звернення: 23.10.2025).

71. Gender Equality Commission. Policy for equal competition conditions. International Judo Federation. Gender Equality Commission. URL: [https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2025/05/IJF\\_Gender\\_Equality\\_Policy\\_For-1747061638.pdf](https://78884ca60822a34fb0e6-082b8fd5551e97bc65e327988b444396.ssl.cf3.rackcdn.com/up/2025/05/IJF_Gender_Equality_Policy_For-1747061638.pdf) (дата звернення: 31.10.2025)

72. Gender perspective in reports on women athletes in Rio 2016 Olympic Games / L. F. Fornari та ін. *Texto contexto - enferm.* 2019. вип. 28. URL: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0170>.

73. Gender relations in Scandinavian sport organizations – a comparison of the situation and the policies in Denmark, Norway and Sweden / L. Ottesen та ін. *Sport in Society.* 2010. Т. 4, вип. 13 : *Sport in Scandinavian Societies.* С. 657–675. URL: <https://10.1080/17430431003616423> (дата звернення: 31.10.2025).

74. Gender stereotypes as a determinant of participation in sports in childhood / C. Tuero та ін. *Science & Sports.* 2014. Volume 29, Supplement. С. 20. URL: <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2014.08.036>.

75. General recommendation No. 25, on article 4, paragraph 1, of the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women, on temporary special measures : United Nations Committee on the Elimination of Discrimination against Women від 01.01.2004. URL: <https://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/recommendations/> (дата звернення: 01.11.2025).

76. Gentile A., Boca S., Giammusso I. ‘You play like a Woman!’ Effects of gender stereotype threat on Women’s performance in physical and sport activities:

A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. вип. 39. С. 95–103. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.07.013>.

77. Global Gender Gap Report 2024. World Economic Forum. URL: <https://www.weforum.org/publications/global-gender-gap-report-2024/digest/> (дата звернення: 02.06.2025).

78. Glossary. European Institute for Gender Equality. URL: [https://eige.europa.eu/publications-resources/thesaurus/terms/1059?language\\_content\\_entity=en](https://eige.europa.eu/publications-resources/thesaurus/terms/1059?language_content_entity=en) (дата звернення: 02.06.2025)

79. Guérandel C., Mennesson C. Gender Construction in Judo Interactions. *International Review for the Sociology of Sport*. 2007. вип. 42. С. 167 – 186. URL: <https://doi.org/10.1177/1012690207084750>.

80. Higgs C. T., Weiller K., Martin S. B. Gender Bias In The 1996 Olympic Games. *Journal of Sport and Social Issues*. 2003. Т. 21, вип. 1. С. 52–64. URL: <https://doi.org/10.1177/0193732502239585>.

81. Hwayeoung L., Hong E. Reviewing the Literature Regarding Women's Representation in Sport Society & Analyzing the Current Status of Gender Diversity in the National Federations(NFs). *Korean Society of Sport Policy*. 2021. Т. 19, вип. 3. С. 37–50.

82. IBA presents its far-reaching 4-year competition calendar and \$80 million dollar athlete prize fund. International Boxing Federation. 04.05.2024. URL: [https://www.iba.sport/news/iba-presents-its-far-reaching-4-year-competition-calendar-and-80-million-dollar-athlete-prize-fund/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.iba.sport/news/iba-presents-its-far-reaching-4-year-competition-calendar-and-80-million-dollar-athlete-prize-fund/?utm_source=chatgpt.com) (дата звернення: 14.10.2025).

83. International Boxing Association. URL: <https://www.iba.sport/> (дата звернення: 04.09.2025).

84. Introduction to Gender Studies / ред.: S. Hdii, C. Karkaba. Beni Mellal, Morocco : Societé Work Bureau, 2019. 176 с.

85. Janse de Jonge X. Training and physiological aspects related to judo performance in women/ ред. М. Callan. London : Routledge, 2021. С. 14. URL: <https://doi.org/10.4324/9780429298738-5>

86. Kanokogi J., Kanokogi R. Get Up and Fight The Memoir of Rena "Rusty" Kanokogi, the Mother of Women's Judo. Project Rusty, LLC, 2025. 414 с.

87. Kavoura A., Ryba T. V., Chroni S. Negotiating female judoka identities in Greece: A Foucauldian discourse analysis. *Psychology of Sport and Exercise*. 2015. Т. 17. С. 88–98. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.09.011>.

88. Kosova Judo Federation. <https://kosovajudo.com/> (дата звернення: 04.09.2025).

89. Lighting the torch for Gender Equality in Sports. UNESCO. 26.07.2024. URL: <https://www.unesco.org/en/articles/lighting-torch-gender-equality-sports> (дата звернення: 02.06.2025).

90. Lima G. A., Ferreira H. S., Bonatto Rufino L. G. Gender relations in judo: an integrative review. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*. 2024. вип. 26. С. 144–167. URL: <https://doi.org/10.24197/aefd.26.2024.144-167>.

91. Messner N. The True Heroines. International Judo Federation. 20.04.2021. URL: <https://www.ijf.org/news/show/the-true-heroines> (дата звернення: 23.10.2025).

92. Mizoguchi N. Judo and Gender In Japan. *The Arts and Sciences of Judo*. 2024. Т. 4, вип. 2. С. 19–27.

93. Official website of the Olympics. URL: <https://www.olympics.com/en/> (дата звернення: 04.09.2025)

94. Oliveira M., Telles T., Barreira C. Brazilian women in Olympic combat sports: a discussion through life stories. *Olimpianos – Journal of Olympic Studies*. 2020. V4. С. 207–225. URL: <https://doi.org/10.30937/2526-6314.v4.id108>.

95. Olympic Charter / International Olympic Committee. Lausanne : DidWeDo S.à r.l., 2025. 108 с.

96. OSAGI Gender mainstreaming - Concepts and Definitions. United Nations. URL: <https://www.un.org/womenwatch/osagi/conceptsanddefinitions.htm> (дата звернення: 02.06.2025).

97. Parent, S., & Fortier, K. Comprehensive overview of the problem of violence against athletes in sport. *Journal of Sport & Social Issues*. 2018. Вип. 42(4). С 227–246. URL: <https://doi.org/10.1177/0193723518759448>

98. Pape M. Gender Segregation and Trajectories of Organizational Change: The Underrepresentation of Women in Sports Leadership. *Gender & Society*. 2020. вип. 34. С. 81–105. URL: <https://doi.org/10.1177/0891243219867914> (дата звернення: 01.11.2025).

99. Payne K., Kemmelmeier M. The influence of stereotype threat on athletes' performance and cognition: A meta-analytic review. *Psychology of Sport and Exercise*. 2017. Vol. 32. С. 210–223. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.09.007>

100. Pearson D. W., Hallman K., Zhang J. J. Diversity, Equity, and Inclusion in the Global Sport Community. Taylor & Francis, 2025. 398 с.

101. Piggott L. V., Matthews J. J. Gender, Leadership, and Governance in English National Governing Bodies of Sport: Formal Structures, Rules, and Processes. *Journal of Sport Management*. 2020. Т. 35, вип. 4. С. 338–351. URL: <https://doi.org/10.1123/jsm.2020-0173>.

102. Prize money in sport: In what years were men and women paid equal? BBC Sport. 08.03.2021. URL: <https://www.bbc.com/sport/56298226> (дата звернення: 14.10.2025).

103. Purnamasari I. The Development of Achievement of Women Judo Athletes from West Java. *Advances in Health Sciences Research*. 2019. Т. 11 : Proceedings of the 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education. URL: <https://doi.org/10.2991/icsshpe-18.2019.101>.

104. Pyramid of Hate : Anti-Defamation League від 01.01.2021. URL: [https://www.adl.org/sites/default/files/pyramid-of-hate-web-english\\_1.pdf](https://www.adl.org/sites/default/files/pyramid-of-hate-web-english_1.pdf) (дата звернення: 23.10.2025).

105. Revised European Sport Charter : Council of Europe від 13.10.2021, № CM/Rec(2021)5
106. Ribeiro E, Farias C, Mesquita I. “The Game Changers”: How Equity-Driven Pedagogical Scaffolding Reduces Participation Disparities in Physical Education. *Education Sciences*. 2024; 14(10):1077. <https://doi.org/10.3390/educsci14101077>
107. Romer Y.G. Mrs. Judo: Be Strong, Be Gentle, Be Beautiful. Documentary about Keiko Fukuda. 2012
108. Royal Spanish Judo Federation. <https://www.rfejudo.com/> (дата звернення: 04.09.2025).
109. Rutledge W. L., Donnellan J., Mcdonald M. Female Participation in Sport as an Indicator of Business Success. *The transnational Journal of Business*. 2016. Т. 1, вип. 1. С. 61–77. URL: <https://doi.org/10.64010/FFLJ8474>.
110. Salido-Fernández J., Muñoz-Muñoz A. M. Representación mediática de las deportistas en los Juegos Olímpicos: una revisión sistemática. *Apunts Educación Física y Deportes*. 2021. вип. 146. С. 32–41. URL: [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/4\).146.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/4).146.04).
111. “Some Women Are Born Fighters”: Discursive Constructions of a Fighter’s Identity by Female Finnish Judo Athletes / A. Kavoura та ін. *Sex Roles*. 2018. вип. 79. С. 239–252. URL: <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0869-1>.
112. Spenn A. A history of women in judo. *Women in Judo* / ред. M. Callan. London : Routledge, 2021. С. 12. URL: <https://doi.org/10.4324/9780429298738-2>.
113. Sport and gender equality. An Awareness Guide for Young Sport Professionals / National Institute for Sport Research of Romania. European Commission through ERASMUS +. URL: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/44434ca6-ef3a-46d0-b6dd-5aa47ec2b8fc/Awareness%20Guide%20SPORT%20and%20GENDER%20EQUALITY%20EN.pdf> (дата звернення: 02.06.2025).

114. Sport and gender equality game plan: guidelines for gender-transformative sport policies and programmes / L. Silverberg та ін. ; UNESCO. Paris : United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 2024. 182 с.

115. Sports builds gender equality: a practical guide to foster gender equality and prevent gender-based violence against women and girls through football / Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit. Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH, 2022. 76 с.

116. The International Fencing Federation official website. URL: <https://fie.org/> (дата звернення: 04.09.2025).

117. The official International Judo Federation website - IJF. URL: <https://ijf.org/> (дата звернення: 04.09.2025).

118. The official online database of the International Judo Federation. from <https://judobase.ijf.org/> (дата звернення: 04.09.2025).

119. Turelli F., Kirk D., Vaz A. F. “We could perform much better if we had specific training for girls” – Impacts of the embodiment of tradition for elite-level karateka women. Retos. 2024. вип. 55 : Q1. С. 47–56. URL: <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/102364>.

120. Ukrainian Judo Federation. <https://ukrainejudo.com/> (дата звернення: 04.09.2025).

121. UN Women. Sports for generation equality framework. URL: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Attachments/Sections/News%20and%20events/Stories/2020/Sport-GenerationEquality.pdf> (дата звернення: 21.10.2025).

122. UNESCO. Guidelines on gender-neutral language / ред. В. Pavlic. 1999. 30 с. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000377299> (дата звернення: 02.06.2025)

123. United World Wrestling. URL: <https://uww.org/> (дата звернення: 04.09.2025).

124. World Karate Federation – WKF. URL: <https://www.wkf.net/> (дата звернення: 04.09.2025).

125. World Taekwondo. URL: <https://www.worldtaekwondo.org/> (дата звернення: 04.09.2025).

126. Yeager K. K., Agostini R., Nattiv A., Drinkwater B.. The female athlete triad: disordered eating, amenorrhea, osteoporosis. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 25(7):p 775-777, July 1993.

## ДОДАТОК А

**Співвідношення кількості жіночих і чоловічих олімпійських нагород по країнах за 2012-2024 роки [Джерело: 118]**

Країна	Кількість медалей, завойована чоловіками	Кількість медалей, завойована жінками
Франція	10	18
Японія	21	16
Бразилія	5	7
Італія	1	5
Косово	0	5
Германія	4	4
Китай	1	4
Канада	1	3
Монголія	4	3
Корея	10	3
Нідерланди	1	3
Узбекістан	6	1
Україна	3	1
Іспанія	1	0
Польща	0	0

## ДОДАТОК Б

**Співвідношення кількості жінок і чоловіків, які представляють країну  
на міжнародному рівні за даними Judobase [Джерело: 117]**

Країна	Чоловіки, %	Жінки, %
Китай	49%	51%
Косово	52%	48%
Нідерланди	52%	48%
Германія	55%	45%
Іспанія	56%	44%
Японія	58%	42%
Франція	58%	42%
Італія	58%	42%
Польща	59%	41%
Монголія	60%	40%
Бразилія	63%	37%
Узбекістан	63%	37%
Канада	64%	36%
Республіка Корея	64%	36%
Україна	69%	31%
Азейбарджан	76%	24%
Грузія	85%	15%
Таджикістан	92%	8%

## ДОДАТОК В

**Динаміка кількості спортсменів і спортсменок за віковими групами у  
2021-2025рр**

	Дорослі		U-23		U-21		U-18		U-16	
	Чол	Жін	Чол	Жін	Чол	Жін	Чол	Жін	Чол	Жін
2025	189	107	198	100	207	104	395	176	327	157
2024	212	81	238	114	228	119	438	189	387	193
2023	210	84	195	92	150	60	376	133	326	155
2022	193	94	-	-	154	51	293	98	-	-
2021	-	-	220	95	-	-	-	-	478	152