

2. Щастный, А. Т. Инновационные составляющие модернизации образовательного процесса : Монография / А. Т. Щастный, В. С. Глушанко и др. – Витебск : ВГМУ, 2016. – 168 с.

УДК 796.035: [316.346+316.647.8]

ГЕНДЕРНЫЙ ДИСБАЛАНС В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ФИТНЕСЕ: СОЦИАЛЬНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ И РЕАЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ

Пальвинский Е.Ю., Левшукова П.И.

УО «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»,
г. Витебск, Республика Беларусь

*В статье анализируется устойчивое разделение любительских фитнес-практик на «женские» и «мужские». На основе наблюдений и интервью с посетителями и инструкторами фитнес-клубов выявлены три социальных механизма, воспроизводящих гендерный дисбаланс: маркетинговая сегментация, пространственно-символическое зонирование залов и различная двигательная социализация в детстве. Предложены направления для снижения дисбаланса: изменение маркетинговых стратегий, проектирование универсальных пространств и программы двигательной ресоциализации для взрослых. **Ключевые слова:** гендерный дисбаланс, фитнес-практики, социальные стереотипы, разделение по гендерному признаку, фитнес-индустрия, двигательная социализация.*

GENDER IMBALANCE IN AMATEUR FITNESS: SOCIAL STEREOTYPES AND REAL PRACTICES

Palvinski E.U., Levshukova P.I.

Vitebsk State University named after P.M. Masharov,
Vitebsk, Republic of Belarus

*The article analyzes the persistent division of amateur fitness practices into "female" and "male". Based on observations and interviews with fitness club visitors and instructors, three social mechanisms reproducing gender imbalance are identified: marketing segmentation, spatial-symbolic zoning of gym areas, and differential motor socialization in childhood. Directions for reducing the imbalance are proposed: changes in marketing strategies, design of universal spaces, and programs of motor resocialization for adults. **Keywords:** gender imbalance, fitness practices, social stereotypes, gender-based division, fitness industry, motor socialization.*

Введение. В современной индустрии фитнеса и оздоровительной физической культуры наблюдается устойчивое разделение видов активности по гендерному признаку. При этом формальных запретов на посещение любых групповых программ или тренажерных залов не существует, а идеология фитнес-индустрии декларирует инклюзивность и равенство возможностей.

Данное противоречие – между формальной доступностью и реальной сегрегацией – требует объяснения. Цель настоящей работы – выявить механизмы формирования гендерного дисбаланса в любительском фитнесе, показав, что он обусловлен не биологическими различиями, а социальными стереотипами, маркетинговыми стратегиями и пространственной организацией фитнес-клубов [1-5].

Материалы и методы исследований. Теоретической основой послужили концепции социального конструирования гендера (К. Уэст, Д. Циммерман) и теория гендерного габитуса П. Бурдьё. Эмпирическая часть базируется на качественном анализе: наблюдении за посетителями трех фитнес-клубов разного ценового сегмента в течение двух месяцев, а также на интервью с 4 инструкторами и 15 постоянными посетителями (9 женщин, 6 мужчин). Локация – г. Витебск. Период – февраль-март 2026 года.

Результаты исследований. Анализ показал наличие трёх ключевых факторов, поддерживающих гендерный дисбаланс.

Первый механизм – маркетинговое деление. Фитнес-клубы сознательно позиционируют групповые программы как «женские», а залы со свободными весами – как «мужские». В рекламных материалах йога и пилатес сопровождаются изображениями стройных женщин в пастельных тонах, тогда как реклама тяжелой атлетики использует мускулистых мужчин в агрессивной черно-красной гамме.

Второй механизм – пространственная организация и символические границы. В большинстве фитнес-клубов зона групповых программ (студии) визуально и акустически отделена от «железного зала». Студии оформлены в светлых тонах, с зеркалами, ковриками и спокойной музыкой. Зал свободных весов – это темные цвета, грифы, «блины», металлический звук. Пространство кодирует гендер: войти в «чужую» зону означает нарушить негласный порядок.

Третий механизм – разная социализация в детстве и юности. Девочек чаще отдают на танцы, гимнастику, плавание. Мальчиков – на футбол, хоккей, борьбу, бокс. К моменту прихода во взрослый фитнес у женщин сформированы двигательные навыки и телесные привычки, соответствующие «женским» практикам, а у мужчин – «мужским». Преодолеть этот укоренившийся комплекс привычек трудно: женщине часто тяжело начать приседать со штангой, потому что у нее нет техники и боязно, мужчине – идти на йогу, потому что «все равно не гнусь». При этом фитнес-индустрия не предлагает системных программ для такой ресоциализации, предпочитая эксплуатировать сложившиеся стереотипы.

Важно подчеркнуть, что гендерный дисбаланс варьируется в зависимости от возраста и социального статуса. В возрасте 18–25 лет разделение по гендерному признаку наиболее выражено: молодые люди жестко следуют стереотипам, боясь осуждения. В возрасте 35–45 лет наблюдается сглаживание различий: женщины активнее осваивают силовые тренировки, мужчины – практики на гибкость и осознанность.

Заключение. Гендерный дисбаланс в любительском фитнесе не является следствием биологических различий между мужчинами и женщинами. Он воспроизводится тремя социальными механизмами: маркетинговым делением, пространственно-символическим разделением фитнес-клубов и различной двигательной социализацией в детстве. В результате фитнес-индустрия не столько преодолевает гендерные стереотипы, сколько их закрепляет. Для реального выравнивания возможностей необходимы целенаправленные действия: изменение маркетинговых стратегий, проектирование универсальных пространств (где студия и «железо» не противопоставлены), а также программы «фитнес-ликбеза», помогающие взрослым людям осваивать нетипичные для их гендера практики без психологического дискомфорта.

Литература.

1. Бурдые, П. Различение : социальная критика суждения / П. Бурдые // Экономическая социология. – 2005. – Т. 6, № 3. – С. 25–48.
2. Вест, К. Создание гендера / К. Вест, Д. Циммерман // Хрестоматия феминистских текстов. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2000. – С. 193–219.
3. Ильин, В. А. Гендерные стереотипы в сфере физической культуры / В. А. Ильин // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 8. – С. 45–49.
4. Markula, P. Feminist Sport Studies: Sharing Experiences of Joy and Pain / P. Markula // Sociology of Sport Journal. – 2019. – Vol. 36, no. 2. – P. 87–96.
5. Sassatelli, R. Fitness Culture : The Body and the Commercialization of Well-being / R. Sassatelli // The International Encyclopedia of Sociology of Sport. – 2010. – P. 234–248.