

**Исследование уровня развития смысловых ориентаций студентов
вуза физической культуры**

Титорова Ольга Никитична, кандидат педагогических наук, доцент

Крафт Наталия Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент

Титоров Никита Владимирович

*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и
здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация

Цель исследования – выявить уровень сформированности осмысленности жизни у студентов физкультурного вуза.

Методы и организация исследования. Использованы методы анализа и обобщения научно-методической литературы, опроса, математической обработки данных. Для определения осмысленности жизни использовали тест «смысловые ориентации или ориентиры».

Результаты исследования и выводы. Студенты физкультурного вуза, являясь спортсменами высокой квалификации, демонстрируют повышенные показатели смысловых ориентаций. Такая ситуация характеризует необходимость сконцентрировать внимание студентов на смысле и путях дальнейшего профессионального саморазвития, так как повышенные представления о себе и своих возможностях, сформированные на фоне занятий спортом, могут отрицательно повлиять на успешность образовательной в настоящем и профессиональной в будущем деятельности и процесс саморазвития.

Ключевые слова: профессиональное саморазвитие, студенты-спортсмены, смысловые ориентации, образовательный процесс.

**The study of the level of development of life-meaning orientations among students
of a physical culture university**

Titorova Olga Nikitichna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Kraft Nataliya Nikolaevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Titorov Nikita Vladimirovich

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The purpose of the study is to identify the level of life meaningfulness formation among students of a physical education university.

Research methods and organization. Methods of analysis and generalization of scientific and methodological literature, surveys, and mathematical data processing were employed. To determine the meaning of life, the "meaningful life orientations or guidelines" test was utilized.

Research results and conclusions. Students of a physical education university, being highly qualified athletes, demonstrate elevated levels of life meaning orientations. This situation highlights the necessity to focus students' attention on the meaning and paths of further professional self-development, as inflated perceptions of oneself and one's abilities, shaped against the background of sports activities, may negatively affect current educational success and future professional activities and the process of self-development.

Keywords: professional self-development, student-athletes, life-meaning orientations, educational process.

ВВЕДЕНИЕ. Профессиональная подготовка специалиста в сфере физической культуры и спорта обусловлена потребностью сочетать образовательный процесс и спортивную деятельность. При этом большинство студентов-спортсменов на данном этапе завершают спортивную карьеру, определяют ориентиры своей будущей профессиональной деятельности, что, несомненно, оказывает влияние на личностное и профессиональное самоопределение будущего специалиста. В этой связи значимой выступает проблема сформированности профессиональной готовности и осознания потребности к профессиональному саморазвитию.

Все это обусловлено необходимостью формирования мотивационной составляющей профессиональной подготовки, что позволит решить проблемы, связанные с отсутствием четких представлений о будущем после окончания образования, конкретизации профессиональных ориентиров и ценностей, четких критериев жизненного успеха, принятия решения о направленности жизненного пути.

Следует отметить, что организация образовательного процесса должна быть направлена на формирование у будущих специалистов умений профессионального саморазвития. Сущность саморазвития заключается в овладении способностью быть субъектом собственной жизнедеятельности. Так, процесс саморазвития обусловлен личностными факторами, способствующими обозначению целевых ориентиров, проектированию жизнедеятельности и осмыслению себя как субъекта жизни и собственного развития. В этой связи саморазвитие личности будущего специалиста обусловлено процессом профессионального становления личности.

Так, по мнению В.А. Слостенина, профессиональное саморазвитие есть «процесс интеграции внешней профессиональной подготовки и внутреннего движения, личностного становления человека» [1, с. 3]. При этом внешняя профессиональная подготовка характеризует компоненты профессиональной рефлексивной деятельности, а внутренняя – личностный смысл профессиональной деятельности, осмысленность целей и профессионального развития.

Акцентируем внимание на взаимосвязи саморазвития и сформированных смысло-жизненных ориентаций, влияющих на процесс профессионального становления личности в дальнейшем.

Отметим, что на процесс саморазвития влияют сформированные смысло-жизненные ориентации, определяемые как отношением человека к жизни, так и поведенческими компонентами в процессе жизнедеятельности. В этом аспекте можно констатировать, что смысло-жизненные ориентации позволяют осуществлять целеполагание, личностный и профессиональный выбор, решать возникающие трудности. Вместе с тем их формирование обусловлено личным опытом, социальной средой и направленностью самой личности, в том числе профессиональной. При этом процесс саморазвития личности включает в себя самопознание, самоорганизацию, самообразование и самореализацию.

Н.Б. Стамбулова отмечает, что проблемы самореализации личности спортсменов обусловлены завершением спортивной карьеры, что характеризуется проявлениями неудовлетворенности, отсутствием перспектив развития и, как следствие, влияет на процесс личностного и профессионального становления [2]. Адаптацию квалифицированных спортсменов-студентов к условиям профессиональной деятельности необходимо проводить уже в процессе обучения, не дожидаясь, когда жизнь сама поставит перед ними проблемы [3].

Занятия спортом, несомненно, влияют на формирование качеств личности, которые сказываются на последующей жизни, но с точки зрения сформированности потребности к саморазвитию могут возникнуть противоречия и даже барьеры. Ряд авторов отмечает, что для спортсменов характерны значимые параметры самооценки, независимо от вида спорта и пола, к которым относятся уверенность в себе, удовлетворенность спортивными результатами, авторитетность, высокий уровень

агрессивности, высокий уровень амбиций и ожиданий. Они самоуверенны и независимы, что необязательно означает, что спортсмен будет столь же успешен в какой-либо трудовой деятельности после завершения спортивной карьеры [3, 4, 5, 6].

Важнейшим фактором в формировании потребности в саморазвитии является осознание системы смыслов и жизненных ориентиров в личностном и профессиональном самоопределении, обуславливающих смысложизненные концепции, в основе которых лежат осознание собственной значимости и задач самореализации. Поиск и осознание смысловой сферы — мощная мотивационная сила в жизни и деятельности, в том числе и профессиональной.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – выявить уровень сформированности осмысленности жизни у студентов вуза физической культуры.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В исследовании были использованы: анализ источников информации, опрос, математическая обработка данных. Для определения осмысленности жизни использовался тест "Смысложизненные ориентации" (СЖО), разработанный Д.А. Леонтьевым [7]. Выборку составили студенты НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, в количестве 60 человек, обучающиеся на 2 курсе по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт», все – квалифицированные спортсмены. Опрос проводился в онлайн-формате, что повышает объективность результатов, снижая уровень тревожности и неуверенности респондентов [8].

Опрос позволил определить следующие показатели [7, с. 12]:

- общий показатель осмысленности жизни;
- оценку жизненных целей;
- определение насыщенности жизни;
- выявление удовлетворенности жизнью;
- оценку уровня самореализации.

А также аспекты контроля [7, с. 12]:

- «контроль – Я»;
- «контроль – жизнь».

По результатам тестирования определялась степень осмысленности жизни, которая проявляется при соблюдении следующих условий:

1. Существование целей – факт их наличия говорит о том, что у человека есть стимулы для движения.
2. Удовлетворение существующими достижениями – обязательный аспект осознанности и важности оценки своих действий.
3. Уверенность в способности ставить задачи и цели, правильно их определять, отсекай лишнее и навязанное.
4. Навык движения к целям и достижению результатов. Важны не осознание, а именно практические навыки, свидетельствующие о факте действий [7, с. 12].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для анализа полученных данных проводилось сравнение со среднестатистическими нормативными показателями, определенными на основе исследования СЖО у девушек и юношей 19-28 лет (табл. 1).

Таблица 1 – Сравнительные показатели сформированности смысловых ориентаций (СЖО) студентов физкультурного вуза со среднестатистическими нормативными показателями [7, с. 14]

Шкалы	Мужчины (n 33)		Женщины (n 27)	
	Норма	M±SD	Норма	M±SD
1 — Цели	32,90	31,14 ±1,15	29,38	34,8±1,35
2 — Процесс	31,09	30,66±1,25	28,80	34±0,28
3 — Результат	25,46	26,46±0,95	23,30	28±1,01
4 — ЛК-Я	21,13	21,53±1,03	18,58	23,2±0,77
5 — ЛК-жизнь	30,14	31,86±1,2	28,70	34,33±1,24
Общий показатель ОЖ	103,10	103,33±3,11	95,76	112,46±3,27

Примечание: M - среднее, SD - стандартное отклонение.

Данные исследования показывают, что у студентов-спортсменов результаты находятся в зоне высоких баллов. Сравнивая показатели, можно отметить общую характеристику: значительно более высокие баллы у обследуемых девушек относительно юношей, хотя нормативные показатели демонстрируют обратную тенденцию. Наиболее значимые различия наблюдаются в показателях процесса и локуса жизни, а также общем показателе осмысленности жизни (ОЖ). Количественные результаты проведенного констатирующего исследования представлены на рисунке 1.

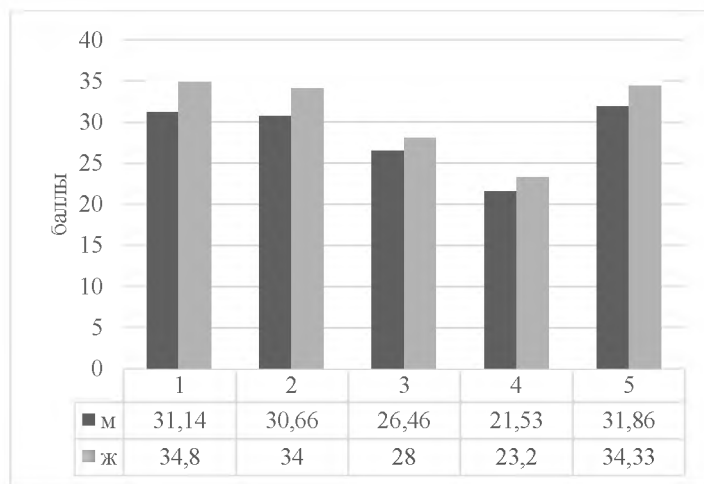


Рисунок 1 – Сравнительные показатели сформированности смысловых ориентаций (СЖО) у юношей и девушек: 1 – цели, 2 – процесс, 3 – результат, 4 – ЛК – Я, 5 – ЛК – жизнь

Проведенное исследование позволяет по показателям трех субшкал оценить конкретные смысловые ориентации и два аспекта локуса контроля [7, с. 14]:

1. «Цели в жизни». Полученные показатели у юношей достаточно высокие, но незначительно ниже среднестатистической нормы – меньше на 1,76 балла (–6%), что характеризует необходимость позитивной коррекции уровня сформированности целей в будущем, осмысленности и направленности на временную перспективу. У девушек наблюдаются значительно более высокие, чем норма, показатели – больше на 5,4 балла (+16%), что свидетельствует об их высокой целеустремленности, однако может указывать на несколько идеалистическую жизненную позицию,

сниженную личную ответственность за реализацию целей, отсутствие реалистичной картины будущего.

2. «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни». У юношей показатель на 1,24 балла меньше нормы (–2%), что демонстрирует, что восприятие ими процесса жизни в настоящем времени недостаточно наполнено интересом, эмоциональной насыщенностью и смыслом. У девушек – наоборот, показатели выше нормы на 5,2 балла (+16%), что свидетельствует об удовлетворенности жизнью в настоящем, гедонистической позиции.

3. «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией». Показатели у юношей и девушек выше нормы. У юношей на 1 балл (+4%), у девушек значительно больше – на 4,7 балла (+17%). Данная тенденция характеризует удовлетворенность прожитой частью жизни.

4. «Локус контроля - Я (Я - хозяин жизни)». Высокие баллы и у юношей (больше на 0,4, +2%) и у девушек (больше на 4,62, +20%) показывают, что респонденты имеют высокое мнение о своей личности, полагают наличие свободы выбора, верят в свои силы, в способность построить свою жизнь в соответствии со своими целями, представлениями о смысле своей жизни.

5. «Локус контроля - жизнь или управляемость жизни». Исследуемые студенты показали убежденность в том, что они способны контролировать свою жизнь, принимать решения и реализовывать их в жизнь. В этом показателе также проявляется тенденция небольшого различия у юношей (больше на 0,4, +6%) и значительного у девушек (больше на 5,63, +17%).

При оценке общего показателя осмысленности жизни (ОЖ) девушки имеют значительное преимущество: их результат на 16,7 балла (+15 %) выше нормы. Юноши демонстрируют среднестатистические показатели – всего на 0,2 балла выше нормы (+1 %).

Обобщая результаты анализа показателей смысложизненных ориентаций, можно заключить, что в процессе профессиональной подготовки в системе высшего образования в сфере физической культуры и спорта необходимо внедрять систему педагогических мероприятий, направленных на формирование ценностей самопознания, саморазвития и самоактуализации личности будущих педагогов [9]. Осуществление системного подхода к организации интеграции педагогического потенциала вуза и личностного потенциала студента реализует современные тенденции развития профессионального образования и предупреждает риск стихийности и неопределенности при выстраивании студентами стратегии саморазвития [10].

В.Н. Мезинов с соавторами отмечают, что основными условиями формирования готовности к профессионально-личностному саморазвитию являются:

- обеспечение педагогического сопровождения процесса профессионального саморазвития, ориентированного на формирование конкурентоспособного специалиста, мобильного на рынке труда;
- проектирование профессионально-ориентированной образовательной среды, способствующей целевой ориентации содержательного и процессуального компонентов образовательного процесса на формирование необходимых компетенций будущего специалиста;

- выстраивание межличностного взаимодействия субъектов образовательного процесса с целью организации совместной творческой деятельности, направленной на реализацию личностного и профессионального потенциала;
- осуществление мониторинга процесса профессионально-личностного саморазвития посредством рефлексии учебной и профессиональной деятельности [11, с. 71].

Образовательная программа по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, осуществляющая профессиональную подготовку к тренерско-преподавательской деятельности, создает благоприятные организационно-педагогические условия для внедрения в образовательный процесс программы педагогического сопровождения профессионального саморазвития студентов. Так, на третьем курсе обучения появляется возможность совместить изучение базовых теоретических основ педагогической деятельности в физической культуре и спорте с практикой в условиях реальной профессиональной деятельности. Это позволяет сформировать общепрофессиональные компетенции, необходимые знания, умения и опыт деятельности, а также оценить и проанализировать степень профессиональной готовности обучающихся. В процессе профессионально-ориентированного обучения важной задачей становится формирование умений саморазвития, которые создадут совокупность потенциальных возможностей для постоянного профессионального роста.

Программа педагогического сопровождения профессионального саморазвития студентов физкультурного вуза строится в следующей последовательности этапов:

- анализ: самообследование характеристик собственной личности, влияющих на развитие потенциального успеха в педагогической деятельности, и определение мотивации к саморазвитию;
- сравнение: изучение опыта состоявшихся профессионалов, определение модельных характеристик, обеспечивающих успешность будущей деятельности, что является позитивным стимулом к самопринятию и уверенности в необходимости саморазвития;
- оценка: осуществление деятельности по освоению способов саморазвития в интегрированном процессе теоретической и практической подготовки, контроль и коррекция результатов выполнения учебных задач;
- самосовершенствование: идентификация и рефлексия, определение индивидуального понимания сущности идеального «Я – педагог»;
- самообразование: определение программы саморазвития и реализация ее в процессе дальнейшего обучения, включающего в себя практическую деятельность в различных условиях профессиональной среды.

ВЫВОДЫ. Студенты физкультурного вуза, являясь спортсменами высокой квалификации, демонстрируют повышенные показатели смысложизненных ориентаций, что во многом определяется перфекционистскими установками и завышенными личными стандартами, которые могут негативно отразиться на повседневной жизни и профессиональном становлении. В связи с этим необходимо сконцентрировать внимание студентов на смысле и путях дальнейшего саморазвития, особенно профессионального, так как завышенные представления о себе и своих возможностях, сформированные на фоне занятий спортом, могут отрицательно повлиять на

успех в образовательной и профессиональной деятельности, а также в процессе саморазвития, являющемся неотъемлемой частью педагогической деятельности. Следует включить в интегрированный процесс обучения студентов программу формирования умений выстраивать траекторию своего профессионального саморазвития, поддерживать устойчивую мотивацию к самопознанию и стремлению к постоянному профессиональному росту.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Сластенин В. А. Профессиональное саморазвитие учителя // Сибирский педагогический журнал. 2005. № 2. С. 3–12. EDN: JVTKHX.
2. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры. Санкт-Петербург : Изд. Центр карьеры. 1999. 386 с. EDN: NLOUVZ.
3. Станиславская И. Г., Иванов И. Б. Личные проблемы спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры // Вестник Балт. пед. акад. 2009. Вып. 86. С. 72–79. EDN: TPPZVJ.
4. Фэнцзоань Юй. Влияние спорта на развитие личностных качеств спортсменов // Вестник экспериментального образования. 2017. № 4 (13). С. 8–15.
5. Кузьмин Е. Б. Взаимосвязь спортивной мотивации со свойствами личности спортсмена // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2008. Т. 3, № 1. С. 155–160. EDN: JUBTMN.
6. Гржебина Л. М., Казанчева А. Р. Формирование духовно-нравственных ценностных ориентаций студентов-спортсменов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 3. С. 8–11. EDN: TXEJLV.
7. Леонтьев Д. А. Тест смысловых ориентаций (СЖО). 2-е изд. Москва : Смысл, 2000. 18 с.
8. Осин Е. Н., Кошелева Н. В. Тест смысловых ориентаций: новые данные о структуре и валидности // Вопросы психологии. 2020. Т. 66, № 6. С. 150–163. EDN: JERMWS.
9. Маралов В. Г., Низовских Н. А., Щукина М. А. Основы самопознания и саморазвития. Москва : Юрайт, 2023. 320 с.
10. Белоновская И. Д., Неволina В. В. Педагогическое сопровождение профессионального саморазвития современного студента. DOI 10.25198/1814-6457-223-12 // Вестник Оренбургского государственного университета. 2019. № 5 (223). С. 12–18. EDN: WOCNFX.
11. Формирование готовности будущих учителей физической культуры к профессионально-личностному саморазвитию / Мезинов В. Н., Захарова М. А., Карпачева И. А., Ларина И. Б. // Теория и практика физ. культуры. 2021. № 3. С. 70–72. EDN: SRDULK.

REFERENCES

1. Slastenin V. A. (2005), "Professional self-development of the teacher", *Siberian pedagogical journal*, No 2, pp. 3–12.
2. Stambulova N. B. (1999), "Psychology of sports career", St. Petersburg, Publ. Career Center, 386 p.
3. Stanislavskaya I. G., Ivanov I. B. (2009), "Personal problems of athletes at the stage of completion of a sports career", *Bulletin of the BPA*, issue 86, pp. 72–79.
4. Fengquan Yu (2017), "The influence of sports on the development of personal qualities of athletes", *Bulletin of experimental education*, No. 4 (13), pp. 8–15.
5. Kuzmin E. B. (2008), "The relationship between sports motivation and the personality traits of an athlete", *Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical education and sports*, V. 3, No. 1, pp. 155–160.
6. Grzhebina L. M. Kazancheva A. R. (2023), "Formation of spiritual and moral value orientations of student-athletes", *Physical education: upbringing, education, training*, No. 3, pp. 8–11.
7. Leontiev D. A. (2000), "Test of life-meaning orientations (SLO)", 2nd ed., Moscow, Smysl, 18 p.
8. Osin E. N., Kosheleva N. V. (2020), "Test of life-meaning orientations: new data on the structure and validity", *Questions of Psychology*, V. 66, No. 6, pp. 150–163.
9. Maralov V. G., Nizovskikh N. A., Shchukina M. A. (2023), "Fundamentals of self-knowledge and self-development", Moscow, Yurayt, 320 p.
10. Belonovskaya I. D., Nevolina V. V. (2019), "Pedagogical support of professional self-development of a modern student", *Bulletin of Orenburg State University*, No 5 (223), pp. 12–18.
11. Mezinov V. N., Zakharova M. A., Karpacheva I. A., Larina I. B. (2021), "Formation of readiness of future teachers of physical culture for professional-personal self-development", *Theory and practice of physical culture*, № 3, pp. 70–72.

Информация об авторах: Титорова О.Н., профессор кафедры теории и методики физической культуры, ORCID: 0009-0001-9635-3585, SPIN-код: 4633-9113. Крафт Н.Н., доцент кафедры педагогики, ORCID: 0009-0002-1704-888X, SPIN-код: 3609-6983. Титоров Н.В., ORCID: 0009-0003-7444-6769.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 24.02.2025.

Принята к публикации 21.03.2025.