

## **Ценностные ориентации спортсменов-подростков в реальных условиях жизнедеятельности**

**Черная Анастасия Игоревна**, кандидат педагогических наук, доцент

**Куликов Владимир Семенович**, кандидат технических наук, доцент

**Баряев Алексей Алексеевич**, доктор педагогических наук, доцент

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

### **Аннотация**

**Цель исследования** – проанализировать особенности ценностных ориентаций спортсменов-подростков в реальных условиях жизнедеятельности.

**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение литературных источников, анкетирование, педагогический эксперимент, математическая обработка полученных результатов.

**Результаты исследования.** В ходе педагогического эксперимента выявлены доминирующие ценности у спортсменов 14-17 лет. В ценностной иерархии спортсменов-подростков преобладают гуманистические и жизненные ориентации: здоровье, любовь, уважение и альтруизм. Даже будучи включенными в интенсивный учебно-тренировочный процесс, спортсмены-подростки в первую очередь ориентированы на физическое благополучие и эмоциональную привязанность к значимым людям.

**Ключевые слова:** детско-юношеский спорт, ценностные ориентации, спортсмены-подростки, учебно-тренировочный процесс, психология спорта

## **Value orientations of adolescent athletes in real-life conditions**

**Chernaya Anastasia Igorevna**, candidate of pedagogical sciences, associate professor

**Kulikov Vladimir Semenovich**, candidate of technical sciences, associate professor

**Baryayev Aleksey Alekseevich**, doctor of pedagogical sciences, associate professor

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

### **Abstract**

**The purpose of the study** is to analyze the characteristics of value orientations of adolescent athletes in real-life conditions.

**Research methods:** theoretical analysis and generalization of literary sources, questionnaires, pedagogical experiment, mathematical processing of the obtained results.

**Research results.** During the pedagogical experiment, the dominant values among athletes aged 14-17 were identified. In the value hierarchy of adolescent athletes, humanistic and life-oriented priorities prevail: health, love, respect, and altruism. Even while being engaged in an intensive educational and training process, adolescent athletes primarily focus on physical well-being and emotional attachment to significant others.

**Keywords:** youth sports, value orientations, adolescent athletes, educational and training process, sports psychology

**Введение.** Современное общество предъявляет к молодому поколению высокие требования и ожидания, включая самостоятельность и способность решать свои проблемы [1].

Подростковый возраст – период активного формирования ценностной системы, «оси сознания». Спорт выступает как мощный инструмент социализации: он структурирует жизнь, задаёт модели поведения и является «социокультурным феноменом». Участие в спорте напрямую влияет на становление воли, ответственности, дисциплины и других личностных качеств. Подростковый возраст справедливо считается критически важным для формирования ценностно-смысловой сферы, определяющей траекторию личностного самоопределения. В этот период происходит активная подготовка к взрослой жизни, профессиональному самоопределению,

решаются вопросы жизненных ориентиров. Процесс выстраивания отношений с системой социальных ценностей в подростковом возрасте сопровождается обретением внутреннего единства и его практическим воплощением. В понимании С.Л. Рубинштейна, ценность есть значимость для человека объектов и явлений, причем подлинным регулятором поведения становится только признанная ценность [2]. Д.А. Леонтьев определяет ценности как смысловые структуры, обеспечивающие регуляцию всей жизнедеятельности субъекта [3]. Б.Г. Ананьев указывает на труд как на главную ценность, преобразующую мир человека и формирующую личность, способную создавать материальные и духовные блага для общества. Ценностные ориентации, интегрируя личные и общественно значимые потребности, направляют поведение и деятельность, реализуя функции мировоззрения, саморегуляции и мотивообразования, а также участвуют в целеполагании [2]. Согласно И.В. Афоньшину и А.А. Зюзе, ценностные ориентации отражают профессиональную направленность личности и воплощают значимые цели, идеалы и ведущие идеи эпохи [4].

Включенность в спортивную деятельность позитивно сказывается на развитии самооценки и идентичности подростков. Через освоение физических навыков и преодоление тренировочных трудностей подростки учатся оценивать собственный потенциал, решать проблемные ситуации, ставить цели и последовательно их достигать. Исследователи отмечают, что спортсмены-подростки характеризуются более высоким уровнем рефлексии и дифференцированности Я-концепции, а также более многогранным самовосприятием в различных сферах жизнедеятельности по сравнению с их сверстниками, не вовлеченными в спорт [5].

Спортивная карьера связана с переживанием кризисных явлений на каждом возрастном этапе. Поскольку спортивная карьера становится образом жизни спортсмена, изменения в ней часто являются предпосылкой сильнейших переживаний. Именно поэтому важно изучать смысложизненные ориентации спортсменов на разных возрастных этапах [6].

Высокие требования к современным спортивным достижениям обуславливают как высокие физические нагрузки для спортсменов, так и сильнейшее напряжение для личности. Наравне с этим проходят проверку на прочность ценностные и смысловые структуры спортсмена, которые в первую очередь фокусируются в ответственности за результат. У спортсмена ценности напрямую отражаются на результатах его достижений. Воспитание юного спортсмена на различных жизненных этапах сопровождается разными смысложизненными ориентациями, которые необходимо понимать тренеру и обучающемуся для построения более эффективного трека достижений [7].

На ценностные ориентации личности оказывают влияние внутренние (уровень развитости психологических механизмов) и внешние (социальные отношения, социально-политическая структура общества, материальные и духовные ценности) факторы. Следовательно, ценностные ориентации выступают в качестве одного из основных драйверов развития личности, выражают сознательное отношение людей к социальной действительности и в этом аспекте определяют широкую мотивацию

их поведения, оказывая существенное влияние на все аспекты их жизнедеятельности. В этой связи развитие ценностных ориентаций тесно связано с развитием ориентации личности [8].

Коррекция ценностных ориентаций у спортсменов должна осуществляться систематически и индивидуально, с учетом особенностей каждого спортсмена. В целом, этот педагогический процесс в новых социокультурных условиях является важным аспектом их воспитания и развития. Тренеры-преподаватели должны быть готовы адаптироваться к изменяющимся условиям и активно работать над формированием моральных ценностей у спортсменов. В ходе учебно-тренировочного процесса тренер-преподаватель должен постоянно помнить о необходимости формирования не только физического здоровья и подготовки спортсмена из числа спортивного резерва, но и о развитии их интеллектуального потенциала [9].

Важно отметить, что ценностные ориентации спортсменов не являются статичным показателем – они претерпевают изменения по мере взросления и накопления спортивного опыта. Если на начальных этапах спортивной карьеры доминируют ценности, связанные с игрой, общением и получением удовольствия от движения, то по мере перехода к спортивному совершенствованию на первый план выходят ценности достижения, самодисциплины и ответственности за результат. Подростковый возраст в этом контексте выступает переломным моментом: именно в 14-17 лет происходит переоценка ценностей, когда прежние мотивы (например, просто «быть в команде») могут либо трансформироваться в устойчивую спортивную мотивацию, либо привести к уходу из спорта. В связи с этим особую значимость приобретает изучение ценностных ориентаций именно на данном возрастном этапе.

**Методы и организация исследования.** Педагогический эксперимент был проведен на базе спортивного лагеря «Заря» Курортного района города Санкт-Петербурга в октябре 2025 года. В анкетировании приняли участие 20 спортсменов 14-17 лет (спортивное ориентирование, скалолазание, гандбол) 1-го спортивного разряда и КМС.

В работе использовались следующие методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования;
- анкетирование (с использованием методики С.С. Бубновой);
- педагогический эксперимент;
- методы математической обработки полученных данных.

Эмпирическое исследование проводилось с помощью опросника «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» С. С. Бубновой, который состоит из 66 вопросов [10]. С помощью опросника оценивается степень выраженности одиннадцати ценностных ориентаций:

1. Приятное времяпрепровождение, отдых.
2. Высокое материальное благосостояние.
3. Поиск и наслаждение прекрасным (эстетические ценности).
4. Помощь и милосердие к другим людям (гуманистические ценности).
5. Любовь.

6. Познание нового в мире, природе, человеке.
7. Высокий социальный статус и управление людьми.
8. Признание и уважение людей, влияние на окружающих.
9. Социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе.
10. Общение.
11. Здоровье.

В основе опросника лежит системный подход к пониманию ценностных ориентаций. Важным теоретическим положением является разграничение "идеальных" ценностей (ценностей-идеалов, того, что человек декларирует как важное) и "реальных" ценностей, которые проявляются в конкретных поступках и выборах человека в реальной жизни.

По результатам обработки данных строится графический профиль, отражающий выраженность каждой ценности (рис. 1).



Рисунок 1 – Ценностные ориентации спортсменов 14-17 лет (по опроснику С. С. Бубновой)

Проанализировав полученные данные, представленные на Рисунке 1, можно констатировать, что высокий приоритет (доминирующие ценности) у исследуемых спортсменов имеют здоровье (74%), признание и уважение людей (70%), любовь (68%) и помощь и милосердие к другим (67%). Это говорит о том, что для спортсменов-подростков физическое и психическое благополучие стоят на первом месте в повседневной жизни. Им также важно, что думают окружающие; они стремятся к социальному одобрению и уважению в своем кругу общения, что свидетельствует об их причастности к спорту. Отмечается и склонность к альтруизму, поддержке близких, любви.

Средний приоритет (актуальные, но не ведущие ценности) имеют приятное времяпрепровождение, отдых (60%) и эстетические ценности (поиск и наслаждение

прекрасным) (53%). Это объясняется стремлением к комфорту и отдыху, но данные ценности уступают место более значимым социальным и гуманистическим ценностям.

Нейтральными ценностями для спортсменов-подростков являются высокое материальное благосостояние (47%) и познание нового (46%). Деньги и материальные блага важны ровно настолько, насколько обеспечивают базовый комфорт, но не доминируют в структуре личности. Это может быть связано с тем, что в подростковом возрасте материальные потребности во многом удовлетворяются родителями, и спортсмены еще не сталкиваются с необходимостью самостоятельного заработка. Любопытно отметить, что интерес к новым знаниям выражен слабо. Вероятно, что в подростковом возрасте, особенно в контексте спортивной деятельности, интерес к новым знаниям смещен в практическую плоскость. Абстрактное, теоретическое познание (например, школьные предметы, не связанные со спортом, или общая эрудиция) отходит на второй план, так как воспринимается как нечто отвлекающее от основной цели – спортивных достижений. Познавательная активность спортсменов преимущественно направлена на изучение того, что непосредственно связано с их видом спорта: техника, тактика, физиология, методы тренировок.

Низкий приоритет (наименее значимые ценности в реальном поведении) имеют высокий социальный статус и управление людьми (44%) и социальная активность (43%). Общественная деятельность им также менее интересна; скорее, они сосредоточены на своем ближнем круге. Наиболее показательный момент заключается в том, что общение (39%) – самая низкая ценность. Несмотря на высокую потребность в уважении и любви, широкое общение как процесс (легкость в контактах, большое количество друзей, «тусовки») не нужно спортсменам. Вероятно, интенсивный тренировочный режим, частые сборы и соревнования оставляют мало времени и сил на поддержание широкого круга общения, формируя привычку к избирательным и глубоким контактам.

Полученные данные позволяют выделить несколько ключевых особенностей ценностной сферы спортсменов-подростков. Прежде всего, обращает на себя внимание высокая значимость здоровья (74%), что вполне закономерно для данной категории респондентов. Спортивная деятельность ежедневно актуализирует для подростка состояние его организма, самочувствие, физическую форму, что и формирует устойчивую ценностную ориентацию на здоровье.

Интерес представляет соотношение ценностей «признание и уважение» (70%) и «общение» (39%). Такая поляризация указывает на то, что спортсменам важно быть уважаемыми, но они не стремятся к расширению социальных контактов ради самого процесса общения. Можно предположить, что основными источниками уважения для них выступают значимые взрослые (тренеры, родители) и ближайшее окружение (партнеры по команде), чье мнение для них авторитетно. Качество отношений оказывается важнее их количества.

Высокие показатели по шкалам «любовь» (68%) и «помощь и милосердие» (67%) подтверждают общие возрастные закономерности подросткового периода, для которого характерны повышенная эмоциональность, потребность в глубоких личных привязанностях и поиск идентичности через помощь другим. Спортивная

среда, основанная на командном взаимодействии и взаимоподдержке, вероятно, дополнительно усиливает эти гуманистические тенденции.

**Выводы.** На основе анализа ценностных ориентаций спортсменов-подростков (14–17 лет) можно констатировать, что в структуре ценностных ориентаций опрошенных спортсменов доминируют базовые гуманистические и жизненные ценности: здоровье, любовь, уважение окружающих и помощь другим людям. Это свидетельствует о том, что в подростковом возрасте, даже в условиях интенсивной спортивной деятельности, приоритетными остаются фундаментальные потребности в физическом благополучии и эмоциональной близости. Выявлена избирательность в социальных контактах: при высокой значимости уважения и признания, ценность широкого общения оказалась минимальной. Это говорит о том, что спортсмены-подростки ориентированы преимущественно на узкий круг значимых людей (семья, тренер-преподаватель, близкое окружение), а не на расширение социальных связей.

Наименее значимыми оказались ценности социального статуса, управления людьми и общественной активности. Это позволяет заключить, что для спортсменов-подростков из исследуемой группы не стремятся к власти; их мотивационная сфера сосредоточена на личных достижениях и ближайшем окружении.

Таким образом, можно утверждать, что специфика спортивной деятельности накладывает отпечаток на систему ценностей подростков: спорт формирует уважение к здоровью и потребность в признании, однако не актуализирует в данном возрасте стремление к широкой социальной активности и управленческой карьере.

#### Список источников

1. Максименко В. Д., Горская Г. Б. Особенности взаимосвязи мотивации, ответственности, социально-психологической адаптации как характеристик субъектности спортсменов подросткового и юношеского возраста // *Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма*. 2023. № 1. С. 124–129. EDN FUDOWE.
2. Рубинштейн С. Л. *Основы общей психологии* : [монография]. Санкт-Петербург : Питер, 2020. 705 с. (Мастера психологии). ISBN 978-5-4461-1063-6.
3. Леонтьев Д. А. *Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности*. 2-е изд., испр. Москва : Смысл, 2003. 487 с. ISBN 5-89357-082-0.
4. Афоньшина И. В. Терминальные ценности выпускников разных ступеней обучения общеобразовательных школ // *Вестник Брянского государственного университета*. 2009. № 1. С. 23–27. EDN: JWDRMC.
5. Ливенкова Е. А. Особенности смысложизненных ориентаций старших подростков-спортсменов // *Семья и личность: проблемы взаимодействия*. 2021. № 21. С. 110–117. EDN SPJHXZ.
6. Босенко Ю. М., Распопова А. С., Берилова Е. И. Возрастные особенности представлений о смысле жизни у спортсменов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2021. № 9 (199). С. 349–351. EDN XPYFHI.
7. Агличева И. В., Аршинов А. С. Смысложизненные ориентации обучающихся спортивных образовательных учреждений // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2023. № 11 (225). С. 3–7. EDN AQIXYZ.
8. Пихтелев А. М. Теоретические предпосылки исследования ценностных ориентаций личности // *Страховские Чтения*. 2020. № 28. С. 261–265. EDN GCBVCA.
9. Куликов В. С., Черная А. И. Влияние информационно-цифрового пространства на формирование ценностей у спортсменов из числа спортивного резерва с признаками девиантного поведения. DOI 10.5930/1994-4683-2025-4-275-280 // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 2025. № 4 (242). С. 275–280. EDN LLGTIV.
10. Мартыненко Л. В., Колесникова Л. Д. Особенности формирования ценностно-смысловых ориентаций личности // *Научные меридианы – 2016* : сборник материалов V Международной научно-практической конференции, Новороссийск, 10 ноября 2016 года / под общ. ред.: И. В. Шевченко, И. Г. Рзун, Н. О. Старковой. Новороссийск : Академия знаний, 2016. С. 41–44. EDN XFDAZX.

#### References

1. Maksimenko V. D., Gorskaya G. B. (2023), "Peculiarities of interrelation of motivation, responsibility, socio-psychological adaptation as characteristics of subjectivity of adolescent and adolescent athletes", *Materials of the annual reporting scientific conference of graduate students and applicants of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism*, No. 1, pp. 124–129.
2. Rubinstein S. L. (2020), "Fundamentals of general psychology", St. Petersburg, Peter, 705 p., Ser. Masters of Psychology, ISBN 978-5-4461-1063-6.
3. Leontiev D. A. (2003), "Psychology of meaning: the nature, structure and dynamics of semantic reality", 2nd ed., ispr., Moscow, Smysl, 487 p., ISBN 5-89357-082-0.
4. Afonshina I. V. (2009), "Terminal values of graduates of various levels of education in secondary schools", *Bulletin of the Bryansk State University*, No. 1, pp. 23–27.
5. Livenkova E. A. (2021), "Features of the semantic orientations of older adolescent athletes", *Family and personality: problems of interaction*, No. 21, pp. 110–117.
6. Bosenko Yu. M., Raspopova A. S., Berilova E. I. (2021), "Age-related features of athletes' ideas about the meaning of life", *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*, No. 9 (199), pp. 349–351.
7. Aglicheva I. V., Arshinov A. S. (2023), "Meaningful life orientations of students of sports educational institutions", *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*, No. 11 (225), pp. 3–7.
8. Pihtelev A. M. (2020), "Theoretical prerequisites for the study of personality value orientations", *Strahov Readings*, No. 28, pp. 261–265.
9. Kulikov V. S., Chernaya A. I. (2025), "The influence of the information and digital space on the formation of values among athletes from the sports reserve with signs of deviant behavior", *Scientific notes of P.F. Lesgaft University*, No. 4 (242), pp. 275–280, DOI 10.5930/1994-4683-2025-4-275-280.
10. Martynenko L. V., Kolesnikova L. D. (2016), "Features of the formation of value-semantic orientations of personality", *Scientific meridians – 2016*, collection of materials of the V International Scientific and practical Conference, Novorossiysk, November 10, 2016, Novorossiysk, Academy of Knowledge, pp. 41–44.

#### Информация об авторах:

**Черная А.И.**, ведущий научный сотрудник научно-исследовательской лаборатории, SPIN-код: 8772-4666.

**Куликов В.С.**, ведущий научный сотрудник научно-исследовательской лаборатории, SPIN-код: 1738-6794.

**Баряев А.А.**, проректор по науке, инновациям и цифровой трансформации, ORCID: 0000-0003-0693-5045, SPIN-код: 7456-8485.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 20.01.2026.*

*Принята к публикации 24.02.2026.*