

Аннотация

«Влияние выбора видов спорта студентами на эффективность занятий физической культурой»

Сегодня, как никогда, остро встает проблема формирования здорового образа жизни молодежи, в том числе и студенческой. От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить в сознании навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит в последующем реальный образ жизни, препятствующий или способствующий раскрытию потенциала личности. В настоящее время, многие факты говорят о необходимости дальнейшего повышения эффективности образовательного процесса по физической культуре в вузах, управление которым традиционно сводится к администрированию. В практической деятельности акцент делается на выполнение нормативно-базовой части учебной программы без учёта мотивов и потребностей студентов в различных видах двигательной активности.

Нами было проведено анкетирование среди студентов 1–3 курсов РГПУ им. А. И. Герцена в количестве 449 человек. В ходе исследований предусматривалось выявление мнения обучающихся о здоровом образе жизни, их отношении к дисциплине «Физическая культура и спорт», определении ведущих форм и способов мотивации к физкультурно-спортивной деятельности.