

**РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. А.И. ГЕРЦЕНА  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**ВЛИЯНИЕ ВЫБОРА ВИДОВ СПОРТА СТУДЕНТАМИ  
НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРОЙ**

Новикова Анна Вадимовна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент  
Фокин Александр Михайлович

## Цель исследования

определение мотивов, обуславливающих  
направленность занятий физической культурой и  
спортом у обучающихся педагогического вуза, с  
целью повышения их эффективности

## Задачи исследования:

1. Выяснить отношение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.
2. Определить мотивы, выявляющие потребность обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.
3. Оценить влияние выбора видов спорта студентами на эффективность занятий физической культурой и спортом.

## Что вы вкладываете в понятие «вести здоровый образ жизни»?

Не иметь вредных привычек

27,7%

Заниматься спортом

25,4%

Правильное питание

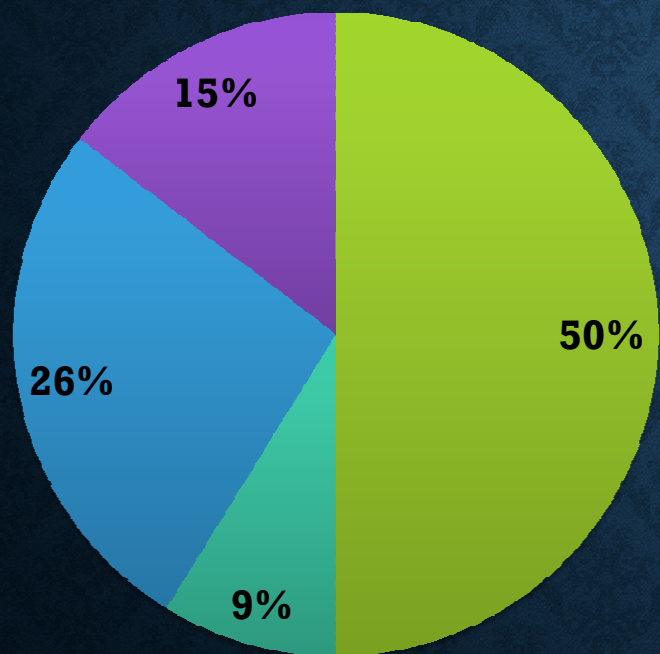
23,2%

Всё вышеперечисленное

23,7%

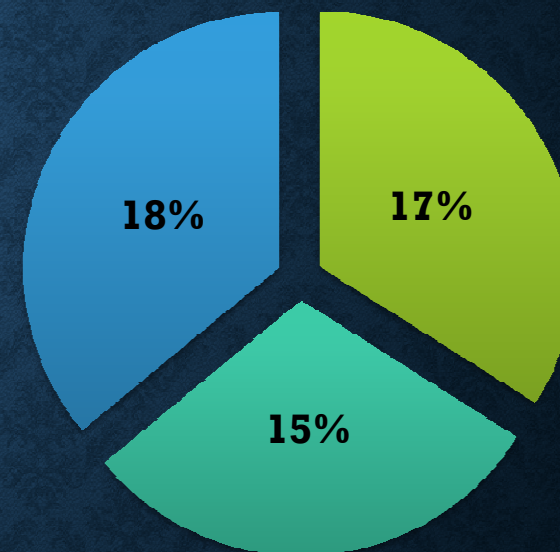


## Чем вас привлекают занятия по физической культуре



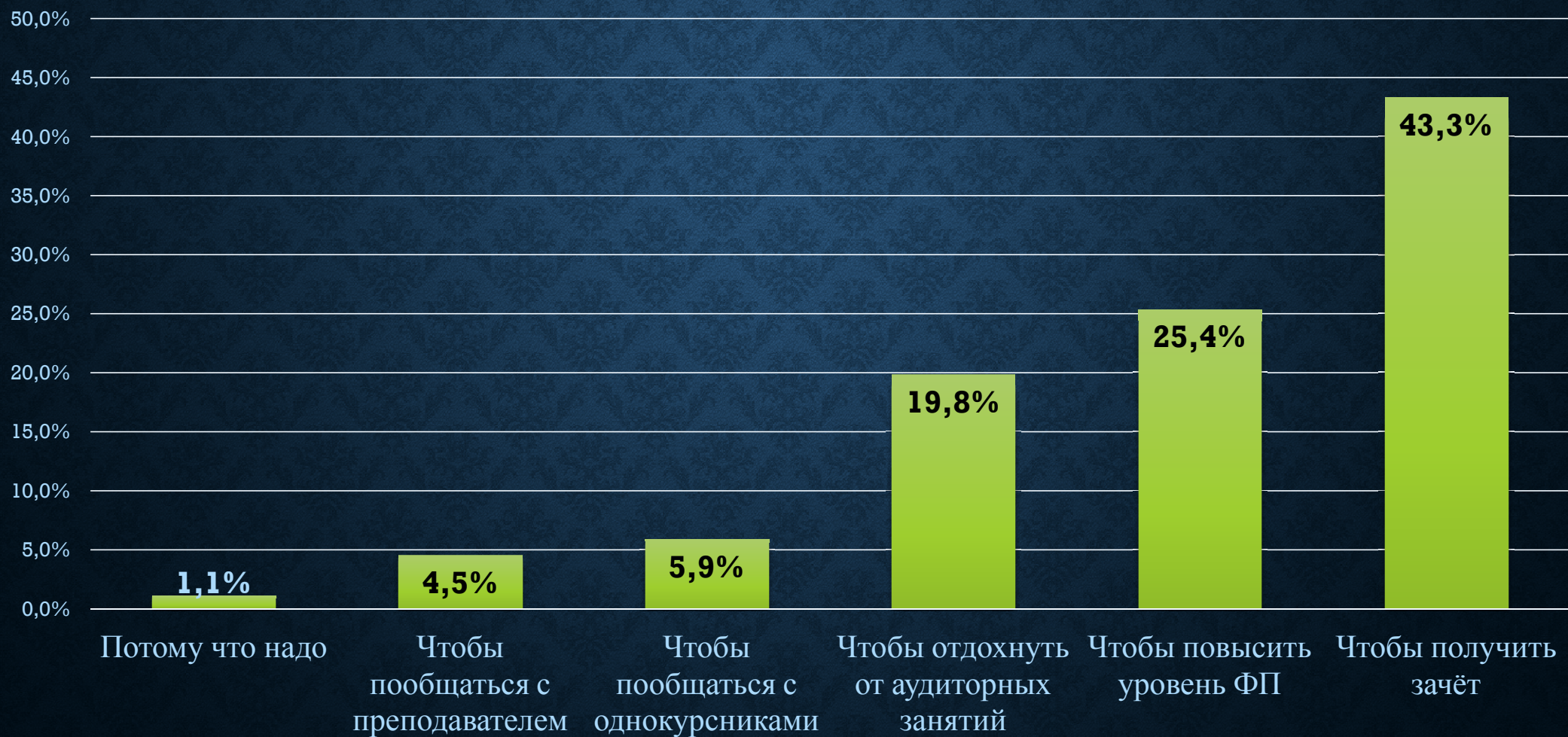
- Мне не нравится занятия по физической культуре
- Не стандартные формы проведения занятий
- Приобщение к спорту (раньше не занимался)
- Нравится как преподаватель ведет занятия

## Что вам не нравится в занятиях физической культурой?



- не люблю заниматься спортом
- не нравится форма организации занятий
- не нравится как преподаватель ведет занятия

## С какой целью вы посещаете занятия по физической культуре и спорту?



## Если вы не ходите на занятия по физической культуре и спорту, объясните причину



## Чтобы вы хотели изменить в занятиях по физической культуре и спорту?





# Определение мотивов занятий физической культурой и спортом



**Какими видами спорта вы бы хотели заниматься на занятиях по физической культуре и спорту?**

<b>Вид спорта</b>	<b>Результат выбора, %</b>
<b>Аэробика</b>	<b>23,4</b>
<b>Волейбол</b>	<b>20,2</b>
<b>Пилатес</b>	<b>15,8</b>
<b>Настольный теннис</b>	<b>11</b>
<b>Баскетбол</b>	<b>8,2</b>
<b>Единоборства</b>	<b>4,6</b>
<b>Футбол</b>	<b>5,4</b>
<b>Плавание</b>	<b>2,2</b>
<b>Танцы</b>	<b>2,4</b>
<b>Гимнастика, стрельба, спортивный туризм, художественная гимнастика, бокс, пауэрлифтинг, лыжные гонки, бадминтон</b>	<b>3,0</b>

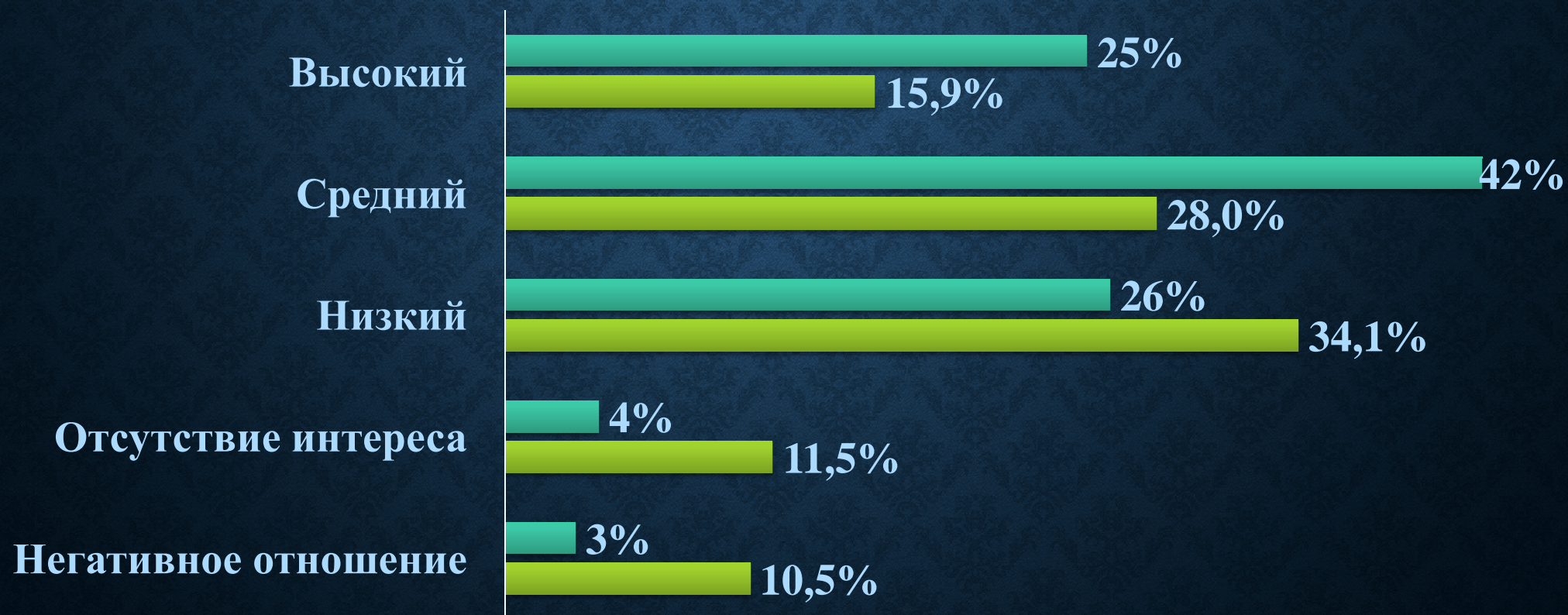
## Какие чувства вы испытываете, посещая занятия по физической культуре и спорту?

— поле — до



## Уровень интереса обучающихся к занятиям физической культурой и спортом

■ после ■ до



# Оценка уровня физической подготовленности студентов

Группа	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) Хср		Прыжок в длину с места (см) Хср		Поднимание и опускание туловища (кол-во раз) Хср		Наклоны вперед (см ниже опоры) Хср		Бег 2000 м (мин.) сек) Хср		Бег 60 м (сек) Хср	
	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после
Пилатес	7,4	<b>12,3</b>	160,3	<b>163,1</b>	34,7	<b>42,9</b>	8,2	<b>12,15</b>	13,06	<b>13</b>	10,3	<b>10,19</b>
Аэробика	5,8	<b>11,6</b>	165	<b>168</b>	35,35	<b>45,5</b>	7,75	<b>11,5</b>	13,06	<b>12,56</b>	10,5	<b>10,39</b>
Настольный теннис	8	<b>11,45</b>	160,9	<b>167,3</b>	35,4	<b>39,35</b>	10,5	<b>11,25</b>	13,12	<b>13,01</b>	10,47	<b>10,31</b>
волейбол	5,8	<b>12,35</b>	167,5	<b>173,7</b>	34,45	<b>42,8</b>	9,45	<b>10,4</b>	13,18	<b>13,03</b>	10,2	<b>10,0</b>

# Динамика показателей физической подготовленности студентов после завершения эксперимента

■ Волейбол ■ Настольный теннис ■ Аэробика ■ Пилатес



**БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!**