

АКАДЕМИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК СССР

Научно-исследовательский институт физиологии  
детей и подростков

*Л. С. Шев.*

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ФИЗИОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ

Тезисы II Всесоюзной конференции по физическому  
воспитанию и школьной гигиене

/ 18-20 октября 1983 г., г. Одесса /

Москва, 1983.

ного. Данные этапы равномерно распределяются по лыжной трассе протяженностью 3-5 км в зависимости от возраста участников. Зачет - по последнему участнику. Итоги соревнований подводятся в музеях боевой славы в присутствии ветеранов Великой Отечественной войны.

А.С. Бахчанян

Харьковский гос. пединститут  
им. Г.С. Сковороды

### ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В данной работе представлены результаты исследований, проведенных на школьниках IУ-УШ классах (162 человека), посещающих ДЮСШ. Исследования позволили выяснить, что у многих учащихся доминирует индивидуальная мотивация. На формирование положительного отношения к занятиям физической культурой и спортом большее влияние оказывают сверстники, а не взрослые. Общественная направленность мотивов больше выражена у мальчиков 10-15 лет.

Г.П. Богданов, Л.М. Куземко  
НИИ физиологии детей и подростков  
АН СССР, Черниговский гос.  
пединститут им. Т.Г. Шевченко

### ПОВЫШЕНИЕ МАССОВОСТИ КУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО ШКОЛЬНОЙ МОЛОДЕЖЬЮ

Разработана методика обучения девушек и юношей IX-X классов навыкам самостоятельных занятий бегом и лыжными гонками, в которую входят самооценка старшеклассниками физических возможностей посредством определенных тестов, выбор средств и методов тренировки, индивидуальное дозирование физической нагрузки с помощью составленных нами таблиц. Для развития способности учащихся самостоятельно оценивать свои возможности и результаты действий используются так называемые обучающиеся упражнения, а также инструкции с указанием последовательности действий, тренировочные упражнения и приемы срочной информации о правильном или неправильном их выполнении. Методика апробирована в московской школе № 158 заслуженным учителем РСФСР В.Н. Черновым и в школах 7 и 24 г. Чернигова учителями Р.Т. Бородай и Е.В. Луценко