

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**

**ДОНЕЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМ. М. ГОРЬКОГО**

**II ВСЕУКРАЇНСЬКА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ "АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВУЗІ"**

**I частина  
Тези доповідей**

**Донецьк 1998**

который соответствует индивидуальным особенностям организма.

Исследования многих ученых определили норму двигательной активности человека. Для лиц 18-39 лет она составляет 10-15 шагов в сутки, т. е. не менее 1.0-1.5 часа. Многочисленные исследования показывают, что оптимальной является та, на которую затрачивается около 300-500 ккал. Если сложить все виды движений, которые выполняет человек на работе, в быту и т. п., то на двигательную активность должно тратиться до 1200-1500 ккал в сутки (50 % энерготрат организма).

Программа по основам валеологии, как показал опыт, формирует ответственное отношение к своему здоровью, основой которого является ежедневная, соответствующая индивидуальным особенностям организма, двигательная активность

#### МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОБОСНОВАНИЮ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

Г. П. ГРИБАН

Государственная агроэкологическая академия г.Житомир

Изменения в экономике, политике, идеологии поставили перед учеными и педагогами требования к подготовке специалистов в высшей школе. Вопрос совершенствования качества преподавания физического воспитания в настоящее время в значительной мере связан с отсутствием средств, нарушением старых связей финансирования, обеспечением спортивного инвентарем, ухудшением агитации и пропаганды массовой физической культуры, уходом физкультурных кадров в другие сферы деятельности, а также новым содержанием направленности личности студента, то есть его мыслями и чувствами, ценностными ориентациями, потребностями, интересами.

В связи с этим процесс развития физического воспитания должен рассматриваться не только с позиции функционально! о

подхода, а прежде всего с позиции системного и комплексного. Системный подход способствует изучению связей преобразования, развития, внутренние, внешние, прямые, обратные. Все эти связи в процессе физического воспитания студентов должны образовать определенную структуру, которая явится основой функционирования данной системы. В то же время, комплексный подход способствует рассмотрению многих факторов (организационных, материальных, социальных), которые влияют на развитие физического воспитания.

Таким образом, комплексный анализ развития физического воспитания в высшей школе можно рассматривать как горизонтальное направление системного подхода. Законченным системно-комплексным подходом к решению проблемы развития физического воспитания следует считать органическое сочетание горизонтального и вертикального направлений.