

# Социальная адаптация ребенка

## к физической культуре

Одной из целей физической культуры является «социальная адаптация» человека. Двигательный опыт ребенка образуется при занятиях физическими упражнениями. Занятия социализируют ребенка, создают предпосылки для его адаптации как субъекта социальной жизни.

Активное выполнение двигательных действий позволяет осваивать социальные нормы жизни в ходе непосредственного выполнения детьми соответствующих социальных ролей.

Успех адаптации к занятиям физкультурой зависит от того, на какой стадии развития находится дошкольник. Наиболее ярко это можно наблюдать, когда он приходит не в младшую, а в старшую или подготовительную группу.

В то время когда дети проходят стадии адаптации к физическим упражнениям не один год, вновь пришедшему ребенку необходимо адаптироваться за короткий срок.

Условиями физкультурной адаптации служат:

- Наличие двигательных навыков и умений;
- Личностные качества, необходимые для выполнения той или иной двигательной задачи;
- Удовлетворение потребностей в общении.

Каждый ребенок в общении с другими усваивает физкультурные ценности. Именно поэтому физкультурная адаптация дошкольников неразрывно связана с содержанием их деятельности.

Все это помогает детям осваивать физические упражнения и осуществлять эффективную саморегуляцию в двигательной сфере, на что и нацеливает нас современный федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

Социальная адаптация обеспечивает приспособление к сложившейся среде за счет умения анализировать текущие ситуации, осознания своих возможностей в ходе занятий физкультурой, умения удерживать свое поведение в соответствии с главными целями деятельности.

Таким образом, формирование физической культуры ребенка неразрывно связано с его социальной адаптацией – усвоением социальных ценностей, норм и знаний для успешных занятий физическими упражнениями.