

Третье: подростки считают, что состояние здоровья в большей степени зависит от качества медицинского обслуживания.

Четвертое: подростки, как правило, любят заниматься самолечением, слушать советы, смотреть что-то в интернете или использовать знакомую схему лечения в случаях плохого состояния здоровья.

Пятое: плохое состояние здоровья не вызывает у подростков негативные эмоции, общий фон настроения остается одинаковым в сравнении с другими ситуациями.

Библиографический список:

1. Баранов, А.А. Состояние здоровья детей Российской Федерации / А.А. Баранов // Педиатрия, 2012. №3.С. 9-14.
2. Баранов, А.А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Н.А. Скоблина. Москва: Издатель Научный центр здоровья детей РАМН, 2008. 216 с.
3. Баранов, А.А, Альбицкий, В.Ю, Антонова, В.И. Современные подходы в изучении заболеваемости детского населения России / Российский педиатрический журнал, 2008. №5. С. 4-7.

Лобанова А. А., Комлева С.В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА

Аннотация. Физическая культура и спорт – важный компонент социальной адаптации детей и юношества. Социальная адаптация является гарантом физического здоровья, так как оно зависит и от общего психологического состояния. Физическая культура активно

содействует формированию социально ценных моральных качеств личности. Физическая культура и спорт может использоваться как средство коррекции дезадаптации

Ключевые слова: физическая культура, спорт, адаптация, социальная адаптация.

В современном мире существует потребность в решении проблемы, связанной с обеспечением адаптации детей и юношества к самостоятельной жизни в условиях нестабильного, быстро меняющегося социума.

В настоящее время роль физической культуры становится все более актуальной, она становится неотъемлемой частью общей культуры в жизни человека и общества. Физическая культура и спорт функционально приспособляется к быстроразвивающейся и меняющейся структуре общества.

Социальное воспитание – это целенаправленный процесс, направленный на усвоение общественно значимых ценностей, взглядов, представлений, и тд.

Физическая культура активно содействует формированию социально ценных моральных качеств личности. К данным качествам можно отнести патриотизм, коллективизм, целеустремленность, стойкость, смелость и решительность.

Важной и неизменной задачей физической культуры является содействие формированию подтянутости, опрятности и навыков культуры поведения. Таким образом, физическое воспитание вносит существенный вклад в формирование всесторонне развитой личности и помогает социально адаптироваться.

Способность к адаптации выражена в приспособлении к меняющимся обстоятельствам. Кроме того, адаптация выражается в

выработке фиксированных способов поведения, которые позволяют преодолевать разноплановые и порой острые затруднения.

Под адаптацией обычно понимается:

- процесс приспособления организма к окружающей среде;
- результат приспособительного процесса;
- некая «цель», к которой «стремится» организм.

Социальная адаптация во многом может считаться успешной, если взаимоотношения между детьми в социальной группе на высоком уровне. При соответствии социально-психологических условий коллектива направленности личности ребенка, их взаимоотношения будут характеризовать: благоприятная атмосфера дружбы, заботы друг о друге будет способствовать быстрой адаптации ребенка. Если нормы групповой морали не будут соответствовать компонентам социально-психологической структуры личности, то существует риск возникновения состояния психологического дискомфорта.

Психологический дискомфорт ухудшает общее психологическое состояние, что в свою очередь может привести к ухудшению здоровья.

Для детей, общение со сверстниками формирует самоанализ, то есть дети учатся воспринимать и оценивать себя со стороны. Самоанализ является одним из условий социальной адаптации.

В настоящее время существует необходимость в поиске путей, направленных на обеспечение адаптации детей и юношества к социальной жизни.

В процессе социализации адаптация становится более сложной и дифференцированной. Детям нередко приходится адаптироваться к условиям нескольких социальных сред, у них расширяется число социальных ролей. В школьном возрасте дети находятся дома, в школе, в учреждениях дополнительного образования, а также гуляют во дворе, все

это разные социальные среды, соответственно, и разные социальные роли.

Социализация молодежи также происходит при помощи адаптационных форм ее жизнедеятельности. При этом с переходом от одного этапа социализации к другому роль социальной адаптации детей и юношества не ослабевает, а наоборот, усиливается.

Понятие «адаптация» и соответствующую терминологию психологи используют для объяснения процессов социализации и развития личности.

Под социальной адаптацией понимается: физиологические изменения, психологическое развитие, познавательные процессы, трансформацию системы ценностей индивида, активное воздействие субъекта адаптации на себя и среду.

Все методы физического воспитания влияют на развитие занимающегося. Физическая культура помогает научиться красоте и правильности выполнения движений. Игровой метод позволяет сплотить детей, так как во время игр дети общаются между собой, вместе занимаются поиском решения проблемы. Кроме того, игровой метод часто помогает адаптироваться, за счет того, что во время игры, дети учатся примерять на себя различные роли, что в свою очередь способствует обучению менять свои социальные роли и понимать их сущность.

Физическая культура и спорт может использоваться как средство коррекции дезадаптации. Так же помогает детям социально адаптироваться, ведь во время игры, соревнований и тренировок дети становятся более общительными и открытыми.

Спорт улучшает и сохраняет здоровье, повышает уровень интеллекта, улучшает собственные физические возможности и навыки. Физическая культура и спорт предназначена для совершенствования

физико-психических характеристик человека, а также для адаптации в социуме.

Физическая культура – это часть культуры, которая представляет собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека. Благодаря физической культуре происходит совершенствование двигательной активности и формирования здорового образа жизни. Кроме того, происходит социальная адаптация путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Библиографический список

1. *Алексеев, С. В.* Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. Москва: Теор. и практ. физ. культ., 2013. 780 с. Текст: непосредственный.

2. *Виноградов, П. А.* Физическая культура и спорт трудящихся / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. Москва: Советский спорт, 2015. 172 с. Текст: непосредственный.

Лошкарева А. В., Колесова И.С.

*Российский государственный
профессионально-педагогический университет,
Екатеринбург, Россия*

МЕЧТАЮ СТАТЬ ИДЕАЛЬНЫМ ПЕДАГОГОМ ИЛИ
ИСТОРИЯ О ТОМ, КАК ЭКОНОМИСТ ПРЕВРАТИЛСЯ В
УЧИТЕЛЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Аннотация. Вашему вниманию предлагается удивительная история о профессиональном становлении и духовном развитии специалиста в сфере физической культуры. Может показаться, что данные материалы не очень встраиваются в тематику конференции. Но ведь именно