**Моё педагогическое кредо**

«Гимнастика – залог творческой активности и здоровья»

Каждый человек, живущий на Земле, как говорится в мудрой пословице, должен построить дом, вырастить дерево, воспитать ребенка (сына или дочь). Воспитать ребенка означает развить не только умственное, духовное и эстетическое начало, но вырастить его здоровым, физически крепким. Ведь здоровый дух может быть только в здоровом теле. В нашем современном мире наличие компьютеров и различных электронных игры двигательная активность детей снижена, что приводит к увеличению массы тела, сколиозу, недостаточному развитию жизненно важных систем организма. Поэтому основным средством формирования здорового организма и правильного образа жизни являются регулярные занятия физической культурой.

 Гимнастика – как азбука всех двигательных действий, является превосходным средством формирования крепкого, физически здорового и гармонично развитого ребёнка. Занятия гимнастикой укрепляют сердечно -сосудистую систему, опорно – двигательный аппарат, формирует правильную осанку, развивает все основные двигательные качества: гибкость, силу, быстроту, прыгучесть, развивает координацию движений, ловкость – которые необходимы не только в жизни, но и для занятий любым видом спорта. Спортивная гимнастика имеет огромное разнообразие двигательных действий, а с применением таких снарядов как брусья, гимнастическое бревно, опорный прыжок, акробатическая дорожка возможность развить своё тело и способности невероятно велико. Кроме того занятия гимнастикой способствуют формированию и развитию таких качеств характера как трудолюбие, упорство, воля, выдержка, которые останутся неизменными спутниками и помощниками в дальнейшей трудовой деятельности, помогая быть успешными, активными и творческими людьми. Поэтому главной задачей взрослых является не только приобщить ребенка к занятиям физической культурой, а помочь вместе с педагогом сформировать устойчивый интерес к ним. Ведь здоровый ребёнок-это здоровое общество.