***Эссе «Я учитель физкультуры»***

**Тарасенко Оксана Александровна,**

 **учитель физической культуры МБОУ СОШ№14**

**п.Советский Тимашевского района**

Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,

сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает,

 действует, бегает, кричит, пусть он находится в

постоянном движении.

     Ж.Ж.Руссо

По-разному приходят в школу учителя. Разные бывают пути. Кто-то претворяет в жизнь детскую мечту, кто-то продолжает семейную династию, а у кого-то это желание быть похожим на своего учителя.

Я выросла в своей школе. Моя мама учитель с многолетним педагогическим стажем работы. Помню, как совсем маленькой девочкой сидела под ее столом в кабинете и слушала, как она ведет урок. Наверное, там я и решила – буду учителем как мама.
  В школьные годы я с удовольствием занималась спортом, участвовала во всех соревнованиях, как за честь класса, так и за честь школы, и района. По окончании школы я сделала свой выбор, и связала свою судьбу с физкультурой, да именно с физкультурой, т.к. спорт требует результатов, а занимаясь спортом, ставила перед собой задачу заинтересовать, приобщить к ежедневным занятиям физической культурой каждого школьника.

   С 2011 года   работаю учителем физической культуры, заочно в закончив   «Кубанский Государственный Университет физической культуры, спорта и туризма». За все эти годы я не разочаровалась в выбранном пути. Я прихожу в школу, чтобы научить детей быть здоровыми. Всем известно, что за последние годы уровень здоровья подрастающего поколения  резко снизился. Достаточно посмотреть на количество учеников, которые имеют различные ограничения к занятиям физической культуры или полностью освобождены.

            Одной из главных задач своей работы вижу изменение отношения к уроку физической культуры, как самих детей, так и их родителей. Как обидно слышать о том, что есть важные предметы и не очень, что физическая культура  не относится к тем, самым важным. Переубедить детей и родителей - одна из моих задач. Разговаривая с детьми, убеждаюсь, что во многих семьях отсутствуют самостоятельные занятия физическими упражнениями. Исправить положение можно, лишь изменив отношение к физической культуре.

            Так что же такое урок физкультуры? Для меня это время, отведенное на общение с детьми, но общение необычное: через движение к положитель-ным эмоциям. Урок физкультуры - это урок, где сухие строки учебной программы  превращаются в удивительные минуты, когда можно раскрыть талант ученика. Радостно  наблюдать за изменением настроя ребят, когда они входят в спортивный зал. Уходят на второй план неудачи, забывается двойка по математике  или  русскому языку, глаза радостно сияют в предчувствии того, что можно прыгать, бегать, заниматься физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. И за это только похвалят! Приятно видеть, как неуклюжие, скованные в движении на первых уроках ученики постепенно расправляют плечи, становятся крепче и увереннее, превращаясь в умелого и ловкого мальчишку или  шуструю девчонку. Урок физической культуры - это фрагмент естественной жизни детей, так как в движении дети растут, познают мир. Движение укрепляет их, а главное, несет здоровье и радость. Это и есть главная цель уроков физкультуры. Цель рождает принципы. Их три:

1.      Важно **понять ученика,** вникнуть в его душу, познать его интересы и желания. Только так на протяжении всего обучения можно держать его в постоянной увлеченности физической культурой.

2.       Дать ученику возможность **поверить в себя.** Ведь именно недостаток веры уничтожает инициативу, становится преградой для счастья, на пути реализации возможностей человека, барьером для развития.   Нельзя допускать, чтобы дети чувствовали себя слабыми, они могут свыкнуться с этой мыслью навсегда.

3.      **Полное доверие** – третий принцип. Стараюсь только направлять деятельность учащихся, давая какое – либо задание, а они уже сами работают над совершенствованием техники. В этом ли не радость, ведь они осознают, что добились этого сами.

            Наш предмет вариативен. И достичь положительного эффекта можно при непременном соблюдении одного из важнейших условий – методически грамотного  использования физических упражнений на основе знаний правил и основных закономерностей их применения с обязательным учетом индивидуальных способностей и возможностей каждого ученика. Несложно представить, насколько  различается трудность выполнения одного  и того же двигательного задания для разных учеников. Одному легко даются нагрузки, а другому не хватает силы, выносливости. А значит, необходим индивидуальный подход. Главным направлением в своей работе я считаю реабилитацию и сохранение здоровья всех учеников: и вполне здоровых, и нуждающихся в этом, поскольку здоровье – это не только отсутствие болезней, а состояние полного физического, духовного и социального благополучия.

            Издревле считается, здоровье нации должно быть своего рода «визитной карточкой» государства, показателем его культуры и мы в этом убедились на Олимпиаде в Сочи-2014. И в этом плане мой предмет уникален. Он обеспечивает овладение  учащимися важными знаниями о человеке, его развитии, решает задачи воспитания необходимых ему двигательных навыков. Поэтому для меня урок - это не погоня за резуль-татами, а кропотливая работа над укреплением здоровья детей. Не навредить здоровью детей. Именно этот принцип считаю самым важным. Нельзя давать ребенку чувствовать, будто он хуже других, нельзя унижать его достоинство. А вот согреть каждого, не оставить никого в тени, быть мудрым, очень осторожно и бережно помочь раскрыться, вселить в каждого ребенка уверенность, помочь в преодолении трудности и гордиться его успехом – задача каждого учителя и лично моя. Думаю, что многим моим ученикам  пригодится в жизни умение преодолевать трудности, способность радоваться в жизни не только своим, но и чужим успехам, огорчаться, но не отчаиваться.

Считаю, что сумела  наполнить их жизнь радостью, помогла  ощутить ее ценность и полноту. Это и есть мое учительское счастье.