

ЭССЕ « Моя педагогическая философия »

Я учитель физической культуры, которая является частью общей культуры. Другими словами являюсь проповедником здорового образа жизни или говоря языком понятным Во всем мире –Exisice is medicine- физические упражнения и есть лучшая медицина для человека.

Двадцать пять лет назад при входе в спортивный зал нашей школы я повесил красивый транспарант, выполненный в стиле коммунистических лозунгов на демонстрациях трудящихся. Этаким кумач со строгим текстом: «Спортсменом Можешь ты не быть , но физкультурником обязан.» Это перефразированная цитата из творчества русского поэта Н Некрасова.

Многие поколения школьников уже выросли под этим лозунгом и с помощью теории и практики физической культуры поняли его глубокий философский смысл, который он в себе несет.

Нынешним поколениям объясняем его простую истину. Слово SPORT в переводе с английского языка означает отклонение от нормы, иными словами перегиб в деятельности. Спорт это и в самом деле адские нагрузки ,бесконечные тренировки , тяжелые травмы , периоды восстановления и всё ради одной цели : стать чемпионом, завоевать золотую медаль, побить рекорд. Порой спортсмены достигают поставленной цели в ущерб своему здоровью. В конце спортивной карьеры становятся больными людьми, а то и инвалидами таких примеров в мировой практике спорта очень много.

Другое дело физическая культура, даже на слух это словосочетание звучит красиво. Таким же становится и человек постоянно занимающийся физкультурой, как античная скульптура Геракла из Александровского сада в Петербурге!

Физическая культура подразумевает различную физическую деятельность направленную на разные группы мышц и все это в умеренных нагрузках. Главная задача физкультуры это здоровье в гармонии с физическим развитием, которая как все знают не купить ни за золото, ни за серебро, ни за бронзу олимпийских медалей.

Физическая культура это одна из составляющих такого понятия как здоровый образ жизни. Физическая культуры в совокупности с соблюдением правильного питания, гигиены, правильного отдыха (активного) делает человека здоровым на многие годы, а отсюда человека полезного для общества.

Какие же два близких и в тоже время два разных понятия – Спорт и Физкультура! Очень точно подходящие под закон диалектического материализма « Единства и борьбы противоположностей». Такая простая философия!

Двадцать пять лет работает этот лозунг в нашей школе, как реклама на людной улице. При правильной его расшифровке с практическим подкреплением, с личным примером учителя он приносит огромную пользу подрастающему поколению.

После окончания школы детей ждет трудная жизнь в России. Но как же будет легче обрести себя в ней, когда ты здоров и физически развит. « В здоровом теле - здоровый дух» гласит народная мудрость и вот этот дух и будет противостоять всем трудностям всем невзгодам.

**«СПОРТСМЕНОМ МОЖЕШЬ ТЫ НЕ БЫТЬ, НО
ФИЗКУЛЬТУРНИКОМ ОБЯЗАН!»** - золотые слова.