

**Эссе «Я-педагог»**  
**учителя физической культуры**  
**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**  
**«Средняя школа № 4»**  
**Хромовой Людмилы Константиновны**

*«Ученик – это не сосуд, который надо заполнять,  
а факел, который надо зажечь»*  
*Л.Г. Петерсон*

**Как все начиналось...**

В школьные годы я с удовольствием занималась спортивной гимнастикой, участвовала в соревнованиях за честь класса, школы и города. По окончании школы я сделала свой выбор, и связала свою судьбу с физкультурой, поступив и закончив сначала Новомосковский техникум физической культуры, а затем Смоленский институт физической культуры. Да, именно учителем физической культуры я решила стать, т.к. мне хотелось заинтересовать и приобщить к ежедневным занятиям физической культурой каждого школьника.

**Я – учитель!**

И вот я учитель самой молодой Дзержинской школы! После проведенного первого урока я поняла: «Моя мечта осуществилась!» Хорошие УЧИТЕЛЯ встретились на моем профессиональном пути: Муратов Евгений Дмитриевич, директор школы, Ершова Ольга Васильевна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, которые сумели поддержать меня, молодого специалиста.

А сейчас я – учитель с 27-летним стажем. И теперь я знаю, что школа - это удивительное место. Школа живет тревожной жизнью, и в ней, как в капле воды, отражаются все процессы, происходящие в обществе. Одно лишь неизменно - познание нового и таинство обучения. Педагоги – люди, пришедшие сюда по зову сердца, никогда не покинут этот вечно кипящий страстями дом. В нем живут две центральные фигуры: учитель и ученик.

Я люблю свою профессию за тайны, которые она в себе хранит; за мудрость, которой она наделяет меня с течением времени; за то, что заставляет двигаться вперед. Я считаю, что настоящий педагог должен работать на будущее, опережать свое время.. Современное оборудование и инновационные технологии – это часть новой школы. Однако главенствующая роль принадлежит учителю. Соответственно, непрерывное самообразование и самосовершенствование – это часть деятельности учителя. Уча, учитель учится и сам.

Физкультура – это урок, где сухие строчки школьной программы превращаются для ребенка в удивительные минуты, в течение которых можно выплеснуть свои эмоции и раскрыть свой талант, самореализоваться! Как же интересно наблюдать за изменением в настроении ребят, когда они заходят в спортивный зал, как загораются их глаза, уходят на второй план неудачи, забываются на время двойки по другим предметам. Приятно видеть, как скованные и неуклюжие на первых уроках дети, постепенно расправляют плечи, становятся крепче и увереннее в себе, превращаясь в ловкого и шустрого подростка! Ведь недаром еще Жан Жак Руссо говорил: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

В наше время компьютеров и гаджетов, человечество, не осознавая того, вырыло себе глубокую яму. Достижения науки и техники все больше отодвигают на второй план физическую работу, отдавая предпочтение умственной с ее сложными психоэмоциональными нагрузками. Живое общение заменено виртуальным, подвижные игры и активный отдых заменены компьютерными играми и времяпровождением в социальных сетях. Нарушенный нормальный физиологический баланс жизнедеятельности организма человека порождает все новые недуги, ограничивающие его нормальную жизнедеятельность. И все потому, что недостаток движения распространяется как на отдельные системы и функции, так и на весь организм человека в целом. Доказано, что физические упражнения приводят в действие резервы человеческого организма. Ничто не в состоянии возместить нашей нервной системе то, чем одаривают ее активная работа мышц и оптимальные физические нагрузки.

Мы живем в непростое и суровое время. Окружающий мир бросает множество вызовов современному человеку. Вся наша жизнь, начиная с рождения, проходит в постоянной борьбе, а зачастую, как не страшно это звучит, она протекает по закону джунглей, где своей цели добиваются только самые сильные, настойчивые и целеустремленные. Моим ученикам, в дальнейшем предстоит борьба за свое счастье, за счастье их близких, борьба с обстоятельствами, а некоторым придется бороться с самой судьбой, а это просто невозможно без крепкого здоровья и закалки. На своих уроках я прививаю детям стремление бороться до конца и никогда не сдаваться. Я воспитываю в учениках тягу к самопознанию, изучению себя, своих внутренних резервов, возможностей, потенциала. Учю ставить перед собой цели и добиваться их. Ведь успех лучше всего мотивирует ребенка. Успех служит трамплином для достижения следующей высоты, пробуждает в детях азарт, желание двигаться дальше.

Я как учитель, на своих уроках стараюсь соблюдать два основных принципа при работе с детьми:

- ✓ Важно понять ученика, проникнуть в его душу, познать его интересы и желания. Это помогает найти ключик к каждому ребенку и увлечь его.
- ✓ Дать ученику возможность поверить в себя. Ведь именно недостаток веры уничтожает инициативу, становится преградой на пути реализации задач, барьером для развития. Нельзя допускать, чтобы дети чувствовали себя слабыми, ведь они могут свыкнуться с этой мыслью навсегда.

Я люблю свою профессию, потому что она не дает мне права стоять на месте, заставляет всё время искать и находить что-то новое, учит упорству и сопереживанию, нацеливает на успех меня и моих детей. Сегодня я не представляю себя ни в какой другой роли. Мне необходим этот ритм жизни, детский смех, тренировки, соревнования, дни, наполненные заботами и тревогами, радостью и сомнениями, вечным поиском.

Для меня урок — это не погоня за результатами, а кропотливая работа по укреплению здоровья детей. Ещё А. П. Чехов сказал: «Разве здоровье не чудо?»

«Не навредить!» Именно этот принцип считаю одним из самых важных. Нельзя давать ребенку чувствовать, будто он хуже других, нельзя унижать его достоинство. А вот согреть каждого, не оставить никого в тени, быть мудрым, осторожно и бережно помогать раскрыться, вселять в ребенка уверенность, помогать в преодолении

трудностей и гордиться его успехами и даже маленькими победами – задача каждого учителя и моя лично.

В полной мере стараюсь использовать на своих уроках межпредметные связи с биологией, историей, математикой, химией и физикой. Учащиеся определяют среднюю длину шага, измеряют скорость бега, частоту пульса. Узнают с помощью, каких тестов можно определить уровень физического развития биологический возраст. А при выполнении строевых упражнений можно обратиться и к литературе, вспомнить басню, где жука, рак и лебедь действуют по своему.

Кто-то из великих людей сказал однажды, что лучшей наградой для артиста служат аплодисменты его зрителей, а лучшей наградой для учителя, несомненно, являются счастливые улыбки его учеников! От себя добавлю, что только физически и духовно здоровый человек может полноценно улыбаться и радоваться жизни!

На своих уроках я учу детей преодолевать себя, быть дисциплинированными. Ведь именно в школе должны закладываться такие важные качества, которые помогут им не только в спорте, учёбе, но и будущей взрослой жизни.

### **Мои достижения.**

Ежегодно мои ученики принимают участия в олимпиадах, интернет-проектах, школьных, городских, областных и Всероссийских соревнованиях:

- ✓ «Президентские спортивные игры»
- ✓ «Президентские состязания»
- ✓ «Кросс Нации-2019»
- ✓ Спартакиада школьников на призы Дзержинского филиала РАНХиГС,
- ✓ Лично-командные первенства по лыжным гонкам, спортивному ориентированию и биатлону

Многие из них занимают призовые места.

Так, в 2019-2020 учебном году команда 6-А класса заняла 1-е место по мини-футболу и 2-е место по плаванию во Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские состязания» .

Команда 5-А класса заняла 2-е место по плаванию, 3-е место в спортивном многоборье во Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские состязания» .

Сборная команда девушек 5-6 классов заняла 1-е место по волейболу во Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские спортивные игры».

Сборная команда 7-8 классов заняла 3-е место в соревнованиях по шашкам во Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские спортивные игры».

Сборная команда (12-15 лет) заняла 1-е место в соревнованиях по мини-футболу в турнире Детской футбольной лиги.

Ежегодно одиннадцатиклассники сдают на серебряные и золотые значки ГТО.

### **Мысли о будущем.**

У меня много планов на будущее: совершенствовать свое педагогическое мастерство, не останавливаться на достигнутом, искать новые ответы на возникающие вопросы, так как мои ученики – дети нового поколения. Ведь через десять-двадцать лет именно они составят основную трудоспособную часть нашего государства. Нам, учителям, нужно внимательно всмотреться в этих будущих взрослых, от которых будет зависеть наше завтра.