Эссе

"В спорте человек утверждает себя"

Здоровый дух – в здоровом теле, –

вот краткое, но полное описание

счастливого состояния в этом мире…

Д. Локк «Мысли о воспоминании»

Учитель физической культуры – профессия особенная. Еще в школе я твердо решил стать учителем физической культуры, и вот уже девятый год я работаю учителем физкультуры. С 20 лет вся моя жизнь связана с этой профессией, которую очень люблю и не представляю себя в другом качестве. Думаю, что моя специальность одна из самых нужных и востребованных.

Мне нравится работать в школе с детьми, учителями, требовательными родителями и в хорошо оснащенной материально-технической базе школы. Избрав свою профессию, я раз и навсегда поставил цель: я отвечаю за здоровье детей, за их физическое, духовное, нравственное развитие.

Мониторинг состояния здоровья в Кенской показали, что наиболее распространенными болезнями среди учащихся являются болезни органов дыхания, нарушения зрения. Если при этом учесть наши сельские условия: низкую температуру школьных помещений, слабую освещенность учебных кабинетов, то практически здоровых детей крайне мало. Все это подтверждает, что в школах необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

В этой сложной ситуации, что может сделать школа и учитель? Я не могу повлиять на изменение, улучшение условий образовательной среды, но я могу через уроки, занятия спортом, взаимодействие с семьей помочь укреплению и сохранению здоровья детей. Я убежден, что творческий подход к работе, а именно, разработка и реализация образовательных здоровьесберегающих программ, проведение комплексных профилактических и оздоровительных мероприятий могут реально помочь не только физическому, но и духовному становлению ребенка.

Почему мне близка та тема? С самого начала педагогической деятельности появилась убежденность, что именно спорт помогает воспитанию характера, воли, личности ребенка. Физическая культура и спорт оказывают всестороннее воздействие на учащихся. Для многих физкультурно-спортивная деятельность – единственная возможность восстановления здоровья, преодоления уже имеющихся отклонений от норм физического развития. Учитель воспитывает учащихся в духе преодоления трудностей, ведет их по пути «от простого к сложному», от изученного к неизученному, т.е., все время создает учащимися систему перспективных направлений в стремлении к самосовершенствованию.

На мой взгляд, спорт помогает сохранять собственное достоинство, быть сильным, порождает желание стать востребованным в обществе. Некоторые считают: подумаешь, побегали, попрыгали, подышали, очки, секунды – все это не таит в себе никаких широких знаний и умений, а я стараюсь давать на уроке и во время спортивной тренировки чувственно-конкретное представление о красоте человеческого тела и удивительных возможностях организма.

Между тем, здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея крепкий организм, совершенствуя свой физический потенциал, можно добиться больших успехов. Я думаю, одним из важнейших составляющих физического воспитания школьников является двигательная активность. Как показывает мой опыт, при хороших материально-технических условиях и в правильно организованной системе физического воспитания можно добиться неплохих результатов. Поэтому я работаю по теме: «Воспитание любви к спорту у учащихся». Теоретической основой моей деятельности является методика Границкой А.С. по адаптивной системе обучения. В результате обобщения многолетнего опыта работы, проводимого мониторинга по определению физической подготовленности учащихся. Большое внимание уделяю общей и специальной физической подготовке учащихся, использую национальные виды спорта как средство развития скоростно-силовых качеств, гибкости, ловкости и координации.

Проводимые на базе Кенской средней школы, районные соревнования по таким видам спорта как: волейбол, казак курес и другие, позволяют растущему поколению преодолеть себя в спорте через постоянные тренировки, самоутвердиться как личности. С 2007 года ежегодно проходят соревнования по лыжным гонкам и биатлону. Готовясь к таким ежегодным традиционным соревнованиям, учащиеся постоянно находятся в хорошей спортивной форме, что, несомненно, оказывает положительное влияние и при поступлении в различные учебные заведения, и при прохождении воинской службы.

Кроме этого, как показывает многолетний опыт, занимающиеся именно лыжным спортом ребята успешно занимаются и добиваются неплохих результатов и по другим видам спорта. Правильным выбором направления работы являются успешные выступления учащихся на различных соревнованиях. Так, по итогам комплексной спартакиады школьников по 14 видам спорта, наша школа участвует и показывает неплохие результаты среди 20 школ района.

Компетенция личностного самосовершенствования направлена на то, чтобы осваивать способы физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональную саморегуляцию, самоподдержку, саморазвитие.

В результате применения данной методики работы повысилась посещаемость уроков, появился интерес для получения отличных и хороших результатов, сократилось количество освобожденных по состоянию здоровья от уроков физкультуры учеников, увеличивается число желающих заниматься в спортивных секциях.

Внеурочные занятия проводим по общешкольному плану школы. Так, каждый четверг проводятся соревнования между классами в зачет комплексной спартакиады по трем возрастным группам.

Традиционные мероприятия, такие как общешкольные лыжные гонки, велопробег «Фестиваль здоровья», утренние зарядки способствуют пропаганде здорового образа жизни.

Ключевые образовательные компетенции позволяют выстроить структуру личностного самосовершенствования, умение вырабатывать и закреплять позитивные привычки, регулировать и контролировать свое поведение, создавать ситуацию успеха в повседневной жизни, планировать и организовывать деятельность, постоянно совершенствовать в себе положительные личностные качества, заниматься ежедневной физической культурой, совершенствованием своего тела и духа.

Наши предки хорошо знали, что человек представляет собой часть огромной природной среды, что он - дитя природы. Философия триединого понятия "Мир - Природа - Человек" предоставляет неограниченные возможности, чтобы максимально повысить физический, духовный, умственный потенциал человека, начиная с малых лет.

Отсюда вытекает вывод, что проблема физического развития школьников актуальна и востребована в наше время.

Современный учитель должен находиться в поисках различных развивающих методов и приемов, не давать ученикам готовые знания, а добиваться того, чтобы каждый ученик раскрывался как личность.

Я, учитель, а это значит, что я радуюсь успехам ученика, замечаю его малейшие победы.

Я, учитель, а это значить, что самое большое счастье – входить в свой класс, к своим детям, которых я люблю больше всего на свете, которые ждут меня и рады мне