

<b>№ п/п</b>	<b>ФИО конкурсанта, место работы, должность</b>	<b>Процент оригинальности</b>
	Лепешкина Алена Викторовна МБОУ СОШ №5, учитель физкультуры	<b>44,32%</b>

Чтобы быть хорошим преподавателем,  
нужно любить то, что преподаешь,  
и любить тех, кому преподаешь.

В.О.Ключевский

Чтобы стать учителем, нужно быть человеком, который умеет заражать детей своими эмоциями и чувствами, чтобы каждое сказанное им слово стало для них значимым, весомым. Настоящим учителем может быть человек верящий в возможности ученика, служащий раскрытию этих возможностей, показывающий ученику его способности, человек с богатым внутренним миром, находящийся в гармонии со своей душой и совестью, умеющий искренне любить детей, понимающий, что такое добро и зло.

Каждый из нас вспоминает школьные годы как самые яркие и интересные. Разумеется, в наших воспоминаниях важное место занимает образ учителя: доброго, способного понять, помочь поверить в свои силы, подарить крылья. Не зря говорят: «Дети рождаются с крылышками, а учителя помогают им взлететь».

В школу приходят учителя по разной причине. Кто-то воплощает в жизнь детскую мечту, кто-то продолжает семейную династию, а у кого-то это желание быть похожим на своего учителя и отдать знания другим ученикам, которые дали тебе.

Я - счастливый человек. В моей жизни мне встречались только хорошие учителя: умные, добрые, справедливые, хорошо знающие свое дело. Они учили меня не только школьным предметам, но и жизни. Самым первым и главным учителем для меня была и остается моя мама, Южакова Валентина Григорьевна. Она часть своей жизнь отдала педагогической деятельности. Всегда была очень ответственным, знающим, совершенствующим свои знания учителем. Пользовалась огромным уважением и любовью учеников и

их родителей. Я с детства наблюдала за работой мамы, брала с неё пример. Поначалу было очень тяжело, не хватало ни знаний, ни опыта работы с детьми. Диплом мне не помогал. На помощь приходили мои учителя, ставшие теперь коллегами. И, конечно же, мама, которая была и остается моим главным помощником и советчиком. Я не могу не сказать про человека, который повлиял в выборе моей профессии. Это мой тренер Юрий Самуилович Пантюхин. Его жизненный и профессиональный опыт является для меня примером. Настоящий учитель запоминается детям на всю жизнь. Именно он помогает им разобраться в способностях, интересах, наклонностях. На многие мои вопросы помогал ответить тренер по лыжным гонкам. Объясняя доступным, простым языком, он сумел открыть передо мной увлекательный и сложный мир спорта. Меня удивляло, что он мог быть одновременно строгим и «открытым для общения». Мне повезло, что у меня был и есть такой пример для подражания.

На протяжении обучения в МОУ «ООШ № 10» я занималась: танцами, шейпингом, лыжными гонками, ходила в кружок макраме. Старалась участвовать во всех спортивных соревнованиях за честь класса, школы в районных и областных соревнованиях. В пятом классе начались первые мои шаги занятием спортом, после очередного соревнования за честь класса. В дальнейшем я стала посещать секции в спортивной школе имени Б.В. Непомнящего. По окончании школы я поступила в Кемеровский государственный профессионально-педагогический колледжа факультет физической культуры. В колледже сразу приняли в первую команду. На протяжении 3 лет защищала честь колледжа на городских соревнованиях, среди учебных заведений. При этом не забывала и свой район, помогала родной школе в различных соревнованиях.

По окончании колледжа я поступила в Кемеровский государственный университет. В 2011 году, закончив институт, я сделала свой выбор и связала судьбу с физкультурой и спортом, поставила перед собой задачу заинтересовать, приобщить к ежедневным занятиям физической культурой и

спортом каждого школьника. Преподаватели учили нас прежде всего быть хорошими тренерами и учителями, учили правильной технике выполнения приемов и упражнений.

В данный момент работаю 9-й год в МБОУ «СОШ №5 г. Гурьевска» учителем физкультуры. У меня 1 взрослый разряд по лыжным гонкам. Я стремлюсь научить детей тому, что знаю сама, сделать так, чтобы дети стремились к лучшему, чтобы с каждым уроком им было все интересней и интересней.

Что же такое урок физкультуры? Для меня это время, отведенное на общение с детьми, но общение необычное: через движение к положительным эмоциям, результатам. Урок физкультура – основной предмет в школе, призванный целенаправленно формировать у молодого поколения здоровые интересы, бороться с вредными привычками и наклонностями, последовательно прививать потребность физического и нравственного совершенствования, воспитывать высокие волевые качества, мужество и выносливость.

Радостно наблюдать за изменением настроения 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 шустрого 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. 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. 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. Полное доверие. 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 обязательном 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.

Еще хорошим стимулом занятием физкультурой и спортом служит возрождения ВФСК «ГТО», дети показывают свою физическую подготовленность, стремление саморазвитию и достижению высоких показателей.

И в этом плане мой предмет уникален. Он обеспечивает овладение учащимися важными знаниями о человеке, его развитии, решает задачи воспитания необходимых ему двигательных навыков. Физкультура для меня это кропотливая работа над укреплением здоровья детей, подготовка к трудностям и преодоления их, работа не навредить здоровью детей. Именно

считаю самым важным: Ребенка лучше «не догрузить» физическими упражнениями, чем «перегрузить». 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. Я уверена, что интерес ребенка нужно подкреплять, совершенствуя методы и приемы обучения физкультуре через соревновательную деятельность.

За годы работы в школе у меня сложилось свое педагогическое кредо: «Чтобы учить других - нужно учиться самому».

Идя по дороге знаний вместе с учениками, начинаешь понимать, что они просто своим существованием, своими радостями и горестями, смехом и слезами, бесконечными вопросами, замечаниями, удачами и неудачами, протестами, заставляют меня думать, спрашивать не только с них, но и, в первую очередь, требовать с себя. А как научить? Какой подобрать ключик? Как использовать тот или иной прием и метод? Почему одни дети понимают быстро, а другим нужно время? Как сказать, как показать, где найти нужные слова... И еще тысячи вопросов и сомнений у меня в голове.

В своей работе я стремлюсь научить детей выполнять упражнения не механически, а осознанно, точно зная, для чего они их выполняют, чтобы ученики в какой-то момент осознали, как важно самому научиться быть здоровым и научить этому других. Ведь «в здоровом теле здоровый дух!» Где ещё, как не на уроке физкультуры, ребёнок в полной мере может «раскрыться». Я, осуществляя межпредметные связи, объясняю детям, как управлять своим телом правильно, грамотно выполняя двигательные действия, и что для этого необходимы знания других предметов: основ биологии, физики, математики, химии и т.д. На уроках физкультуры дети должны осознать, что через двигательную деятельность, человек тренирует мозг, повышает уровень своего интеллекта.

Но главным показателем профессионализма является умение создавать у обучающихся атмосферу тепла и доверия. Мне нравятся слова: «Коль светятся глаза учеников, стремясь к познанию истины науки, то знай, учитель, преданность, любовь, сердца они в твои вверяю руки. И помни, ты несешь за все ответ: за их печали, радости, невзгоды. И каждый твой урок, и твой совет ученики проносят через годы».

В своей педагогической деятельности я стараюсь найти подход к каждому ребенку, помочь ему развить способности, да и самому нельзя стоять на месте, останавливаться на достигнутом. Я уверен, что учитель - это не просто профессия, это образ жизни.

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, ведь в здоровом теле – здоровый дух!

Учитель физкультуры должен быть и тренером, и психологом, и массовиком-затейником, и...педагогом! Это трудно, но когда я вижу неподдельную радость ребенка от победы над собой, то забываю обо всех сложностях. Невозможно объяснить словами те чувства, какие я испытываю, когда маленькие мальчишки и девчонки начинают с легкостью выполнять те упражнения, которые еще вчера казались им невыполнимыми, когда на перемене прибегают старшие за советом или поделиться своими успехами в учебе, победами в спорте. В такие минуты понимаешь – это главная награда за мой труд.

Я уверена, что учитель - это не просто профессия, это образ жизни. Быть всегда в самой гуще детей, а жить их жизнью, их интересами, зажигать в их душах стремление постичь секреты и красоту, таинство физической культуры. Это и есть смысл моей жизни. Закончить эссе хочу словами Л.Н. Толстого «Прожив одну свою жизнь и тысячу жизней своих учеников - и ты проживешь вечность!». Как стать Человеком, Учителем, Другом? На этот вопрос я буду отвечать из урока в урок!