Эссе на тему: «Создаем настоящее, ДУМАЯ О БУДУЩЕМ»

Инструктор по физической культуре МБДОУ - детский сад №469

Абрамкина Наталья Вячеславовна

Физическая культура с детсадовских времен в моей жизни. Я всегда любила бегать, прыгать, играть в мяч и, конечно же, моим любимым уроком была физкультура в школе по беговым дистанциям, я всегда занимала первые места.

Находить общий язык с детьми для меня не сложная задача. С детства я занималась со своими младшими сестрам зарядкой и придумывала для нас интересные спортивные игры. Поэтому моя профессия стала для меня продолжением любимого времени препровождения. Я стала воспитателем.

Спустя некоторое время, появилась возможность поработать инструктором по физической культуре и меня «затянуло» учить детей простым и сложным навыкам, движениям. Когда я вижу, каких спортивных результатов достигают мои ученики, я горжусь ими и радуюсь тому, что мои труды приносят пользу детям.

Я нашла себя! Моё призвание - заниматься с детьми любимым спортом! Когда ко мне пришла эта мысль, я пошла учиться. Спустя время, я получила дополнительное образование и стала работать инструктором по физической культуре.

Когда я проработала несколько лет инструктором по физической культуре, мне предложили открыть кружок детского фитнеса. Я изучала особенности ЛФКа, стрейчинга, пилатеса, гимнастики, фитбола, «хатка-йоги» и многое другое. Мне нравится разбираться в особенностях различных техник и методик.

Для того чтобы занятия были увлекательными и интересными, мною были изучены и куплены для работы различные оборудования для проведения занятий.

Сейчас я - инструктор по физической культуре в одном из детских садов города Екатеринбурга. Уже несколько лет я учу дошкольников бегать, прыгать и конечно же играть. В наше очень быстро меняющее время с большим количеством информации и помощниками-гаджетами, которые, в свою очередь, привлекают детей и освобождают время родителям, физической активности в жизни детей становиться очень мало.

Когда я начала проводить занятия по физической культуре, поняла, что многие дети уже приходят в детский сад с какими-нибудь физиологическими отклонениями и нарушениями. Многие дети плохо развиты физически: не умеют подбрасывать, отбивать мяч, прыгать через скакалку. Мало того, дети просто боятся мяча! Очень грустно осознавать и наблюдать, что у большинства детей нет дома ни мячей, ни скакалок, ни других спортивных атрибутов. Удивительным было для меня, что современные дети не умеют играть в подвижные игры! Я всегда рассказываю родителям о важности подвижных игр, рекомендую воспитателям на прогулках приучать детей играть в подвижные игры как индивидуальные, так и командные. И я вижу результат своей работы: положительную динамику у детей и очень радуюсь, что моя работа проделана не зря.

Как я заметила, дети виртуозно играют в компьютерные игры и легко справляются с другими гаджетами, занимаются английским и китайским языками.

У детей всегда была и есть потребность в высокой двигательной активности. Именно в движении дети познают мир, учатся общаться и выстраивать отношения, а также всесторонне развиваются физически и психологически.

К большому сожалению, многие родители не осознают это или просто закрывают на это глаза. Я думаю, спорт в жизни детей вообще должен занимать по праву первое место. Ведь спорт - это здоровье, хорошее самочувствие, правильная и красивая осанка, хорошее жизнерадостное мировоззрение.

Дети отлично развиваются, с удовольствием занимаются на интеллектуальных занятиях, имеют отличный аппетит, уверенны в себе, раскрыты в общении, умеют распределять свое время, если в их жизни присутствует физическая активность.

Период взросления в подростковом возрасте у детей, которые занимаются спортом, проходит более спокойно, уравновешенно в нужном русле. Самое главное, донести эту информацию до родителей и привлечь их к спортивной жизни детского сада. Спортивная жизнь садика – это праздники здоровья, мастер-классы, консультации, мини-фильмы, открытые занятия, прогулки, совместные экскурсии на природу с играми в футбол, баскетбол и так далее.

Перед занятиями или разучиванием каких-либо новых упражнений всегда стараюсь объяснить детям для чего мы это делаем, какие мышцы работают и как им это пригодится в жизни. Это полезная привычка помогает детям понять как важен и нужен спорт в нашей жизни, в том числе, и занятия фитнесом. Также очень важно не допускать на занятиях физкультурой переутомления детей. Обязательна яркая и разнообразная атрибутика и оборудование. Сейчас очень много спортивного оборудования выпускает наша отечественная промышленность.

«Создаем настоящее, думая о будущем»!

А наше будущее – это наши дети! Крепкие, здоровые и умные.