

Муниципальный этап конкурса "Педагог года - 2023"

Конкурсное задание "Эссе"

Лапухова Т. Ю.

учитель начальных классов
МБОУ СОШ №42 г. Шахты

Все здоровые люди любят жизнь
Генрих Гейне

В последние годы мы часто сталкиваемся с понятием "здоровье". Что же оно обозначает, и какой педагог сможет воспитать "здорового", достойного и счастливого человека? Для меня "здоровье" - это способность радоваться каждому новому дню, просыпаться пораньше и наслаждаться тишиной утреннего рассвета.

Здоровьесбережение обучающихся - ведущая задача концепции российского образования.

По Уставу Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, душевного, социального благополучия. Школа должна ориентироваться на эти три составляющие.

Я считаю, что именно занятия спортом помогают человеку оставаться здоровым долгие годы. Безусловно, соблюдение режима дня и правильное питание немаловажны. Всё это взаимосвязано и дополняет друг друга: если человек занимается спортом, он соблюдает определённый режим дня, то есть рассчитывает своё время, чтобы везде успеть, и, конечно, полноценно питается, так как физические нагрузки требуют много сил и энергии.

Для приобщения детей к здоровому образу жизни я использую эффективные педагогические технологии. Однако, сколь разнообразной не были бы технологии, главное для ребёнка - это пример взрослого, который находится рядом с ним. Истина в том, что мы не можем дать ребёнку то, чего нет в нас самих. Если мы будем здоровыми и счастливыми, то и детей сможем вырастить такими же.

Если раньше, говоря о здоровьесберегающих технологиях, делали упор только на физическом состоянии здоровья, то теперь во главу угла ставят общее здоровье: физическое, психическое, эмоциональное, нравственное, социальное.

Нам с учениками удалось раскрыть формулу здоровья. С удовольствием поделюсь ею с Вами!

З - задор

Д - движение

О - оптимизм

Р - радость

О - образованность

В - восторг

б - мягкий нрав

Е - единство души и тела

Я убеждена в том, что здоровье будущего поколения в моих руках! Ведь изо дня в день я формирую здоровую личность моих учеников. Как мне это удастся? Я подаю верный пример и мотивирую детей на движение только вперед!

Выбор здоровьесберегающих технологий зависит от программы, условий и возможности школы, от профессионализма педагога. В своей педагогической деятельности стараюсь применять комплексно, сочетая, выбирая оптимальный вариант, следующие технологии: физкультурная минутка, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, смена видов деятельности, артикуляционная гимнастика, игры, релаксация, положительный психологический климат, беседы о здоровье и многое другое.

Не возникает ни единого сомнения в том, что школа способна заботиться о здоровье детей. Передовые учителя уже давно используют разнообразные элементы, снимающие заболеваемость обучающихся. Молодым и начинающим педагогам стоит включить этот вопрос в систему самообразования. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе - мощная система, которая способна сохранить и укрепить здоровье целого поколения!

Поскольку с самого раннего детства я восхищалась активностью своих родителей, мне удастся увлечь в деятельность абсолютно каждого. В свое время я посещала многие спортивные секции, но особое предпочтение отдаю волейболу и спортивной гимнастике.

Нельзя забывать о том, что по мнению философа А. Шопенгауэра, „девять десятых нашего счастья зависят от здоровья“. Ведь между этими понятиями тонкая, едва уловимая грань... И как же важно дать понять детям, что здоровье - это базис счастья!

Считаю своим долгом формировать здоровую личность. Применяя свои богатые знания, я с удовольствием делюсь и принимаю опыт коллег, обращаюсь к изданиям по педагогике и психологии, а также формирую авторскую картотеку с комплексами здоровьесберегающих технологий.

Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе обучения и воспитания, использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности обучающихся - важнейшие факторы, направленные на сохранение и повышение резервов здоровья и работоспособности.

Мне очень откликаются слова, которые произнёс немецкий поэт, критик и публицист, Христиан Иоганн Генрих Гейне: „Все здоровые люди любят жизнь“. И я изо дня в день делаю всё, чтобы мои ученики были не только здоровыми, но и по-настоящему счастливыми людьми.

Своими высшими достижениями считаю: снижение уровня заболеваемости детей, укрепление здоровья ребят, развитие у них стойкого интереса к двигательной активности, воспитание потребности ведения здорового образа жизни, а также демонстрация правильного примера для обучающихся.

Здоровье - это вершина, на которую человек должен подняться сам. Каждый человек должен овладеть искусством здоровой жизни и сберечь этот навык! Я с гордостью называю себя учителем здоровья, потому что в мои силах сформировать здоровую личность!

Здоровый школьник сегодня - здоровая нация в будущем! Здоровая нация - счастливая Россия!

Свои эссе мне бы хотелось завершить отрывком из стихотворения собственного сочинения:

Все здоровые люди любят жизнь...

Ты разве не знаи?

Радуися жизни и кружись,
Будто это сказочной бал!

Как же хочется долететь до звёзд

И загадать лишь однажды,

Чтоб были счастливы все и дружны...

А остальное?

А остальное - не важно...