

## Эссе «Моя педагогическая философия»

Я выбрала профессию такую,  
Что лучше мне на свете не найти  
И с каждым годом убеждаюсь,  
Что я иду по верному пути.

Мечтала ли я стать педагогом?

Думаю, что - нет. По воле случая поступила в педагогическое училище, окончила его с красным дипломом, и пришла работать в детский сад. Но не до конца определившись с выбором профессии, я поступила в экономический институт, окончив который, решила поменять сферу деятельности и пойти работать бухгалтером. Напоследок одна из коллег бросила фразу: «Не знаю, какой из тебя получится бухгалтер, но воспитатель ты от бога!», которая заставляла постоянно задумываться над правильностью моего решения. Совершенно случайно, по соседству с моей новой работой, находился детский сад. С улицы доносились крики ребят, вышедших на прогулку, выглядывая в окно, наблюдая за детьми, с теплотой вспоминала своих дошколят, и что-то екало в груди. И не думала тогда, что пройдет несколько лет, и я вернусь в родные стены моего «Теремка». Сейчас, имея за плечами 10 лет педагогического опыта, я с уверенностью могу сказать - выбор моей профессии не случаен.

Сегодня я - инструктор по физической культуре, в том саду, где я начинала свою педагогическую деятельность молодым специалистом. Мой учебно - воспитательный процесс ориентирован на создание здорового образа жизни ребенка. Ведь дети - наше будущее, а здоровые дети - наше здоровое будущее. Я хочу, чтобы мои воспитанники выросли здоровыми, успешными, умели преодолевать препятствия и не сдавались перед трудностями, чтобы любили спорт и вели здоровый образ жизни. Я считаю, что инструктор должен личным примером вдохновлять ребят на занятия спортом, на ведение здорового образа жизни, и цитирую им слова А. Мюссе: «Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не поможет заменить физические упражнения».

Невозможно добиться успехов в работе, если не любить то, чем занимаешься. Для меня моя работа - это, прежде всего любимое дело, которым я увлечена. Как сказал Конфуций: «Займись тем, что тебе нравится, и ты не будешь работать ни дня в своей жизни». Я увлечена профессией, своим делом. Детский сад - маленький мир, где я чувствую себя свободно и легко.

Я стараюсь повышать свое профессиональное мастерство: посещаю методические объединения, курсы повышения квалификации, занимаюсь

самообразованием, постоянно нахожусь в поиске эффективных здоровьесберегающих технологий и инновационных методов физического воспитания.

Изучив методическую литературу по физкультурно - оздоровительной работе, решила включить в свои занятия элементы хатха - йоги. Так как, по моему мнению, новая форма работы по формированию физической культуры дошкольников основывается на трех основных направлениях: социально-психологическом, интеллектуальном и двигательном. Эффективным средством, отвечающим выше изложенным принципам развития детей, будет использование детской йоги. Так как база йоги очень обширна и сложна, на своих занятиях я использую элементы хатха – йоги (основанной на выполнении упражнений связанных с животными и окружающими предметами) для развития физических, умственных и эмоциональных способностей детей.

Гимнастика с элементами хатха - йоги доступна детям любой категории: с ослабленным здоровьем, с низким уровнем физических качеств, с проблемами в эмоционально-волевой сфере. В отличие от других физических упражнений, в гимнастике хатха-йога основное внимание уделяется статическому поддержанию поз. Их выполнение требует плавных, осмысленных движений, спокойного ритма и оказывает на организм умеренную нагрузку. Важная особенность – сочетание хатха-йоги физических упражнений с расслаблением и дыхательной гимнастикой. Кроме того, доступность системы в том, что выполнение физических упражнений не требует никаких снарядов и специальных приспособлений.

Результаты проделанной работы показали, что внедрение элементов хатха-йоги на занятиях физической культурой дошкольников очень перспективное и актуальное направление работы, способствующее не только физическому развитию детей, но и эмоциональному, умственному, то есть гармоничному развитию детей в очень увлекательной и ненавязчивой форме. Поэтому я планирую и в дальнейшем использовать на физкультурных занятиях с детьми элементы хатха - йоги. Перед собой я ставлю цель - разработать систему физкультурных занятий, основанную на повышении интереса детей за счет введения увлекательных упражнений хатха - йогой во всех возрастных группах.

В нашей работе не возможно останавливаться на достигнутом. Здесь нужно постоянно расти, расти вместе с детьми. Рядом с детьми ощущаешь себя всегда молодой, живой и энергичной.