**Я – педагог**

Если я во что и верю, так только в культуру.

Культура, если вдуматься,

 основывается вовсе не на любопытстве,

 а на любви к совершенству;

культура – это познание совершенства.

Люди культуры – истинные апостолы равенства.

М. Арнолд

Давайте знакомиться. Меня зовут Кайдалов Павел Александрович. Я – педагог физической культуры. Как, наверно, каждый педагог считаю свой предмет особенным и самым важным. Ключевое слово в названии дисциплины – культура. Ведь это то, к чему должен стремиться любой человек. Читаем определение слова «культура» в одном из словарей: от лат. cultura- возделывание, воспитание, образование, развитие, специфический способ организации и развития человеческой жизнедеятельности, представленный в продуктах материального и духовного труда, в системе социальных форм и учреждений, в духовных ценностях, в совокупности отношений людей к природе, между собой и к самим себе. Действительно, на мой взгляд, человек должен стремиться к гармонии своего внутреннего и внешнего мира через огромный труд, самовоспитание, саморазвитие. А такие возможности даёт именно физическая культура. Поддержание и совершенствование физической формы, работа над телом, несомненно, формирует душу, преображает человека внутренне. Усилия над собой приучают к дисциплине, стремление к идеалу учит целеустремленности. Не случайно в народе говорят: «В здоровом теле – здоровый дух». Кроме того, мой предмет – самый демократичный: каждый может ощутить себя успешным, если ты преодолел самого себя, сделал хотя бы маленький шаг вперед. Так я и пришел в профессию.

Моя любовь к физической культуре зародилась в младшем школьном возрасте. Тогда, если помните, широко практиковались «продлёнки», на которых ученики могли подтянуться по учебным предметам. Так как я учился на «хорошо» и «отлично», мне давали небольшое количество заданий, с которыми я справлялся довольно быстро, и меня рано отпускали из школы. Домой я шёл неохотно. И вот одним теплым весенним днем я отправился на урок физической культуры к старшеклассникам. Они заканчивали разминку и готовились играть в футбол. Я попросил учителя разрешения побыть на уроке. И вот счастье… Учитель дал своё согласие! Ура! Я с самозабвением гонял мяч. И понял, что урок физической культуры – самый демократичный и свободный учебный предмет, а наш учитель – самый добрый в мире человек. И я буду, как он.

Со временем я познал ещё одну сторону физической культуры – внеурочная деятельность, когда стал ходить на секции. Тренировки, которые проводил наш учитель, проходили на одном дыхании. Время пролетало незаметно.

Я до сих пор с огромной благодарностью вспоминаю своего учителя, который научил меня любить физическую культуру, которой я служу верой и правдой по сегодняшний день.

Чем же является для меня урок сейчас? Как сказал Л.Н. Толстой, «надо встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно». Я тоже считаю, что через физическую активность надо стремиться к нравственному идеалу. Этому и посвящаю свои уроки.

Конечно, урок должен быть продуман и чётко организован. Это принципиально. Только тогда можно достичь цели, если она сформулирована и конкретна. К уроку физкультуры – особые требования, ведь можно нанести непоправимый вред. Всегда иду от простого к сложному. Обязательной основой моих уроков является учебная дисциплина.

Требования ФГОС – это уже реальность, поэтому строю урок в соответствии с этими требованиями, применяю элементы новых технологий, формирую УУД, из которых основными считаю личностные. Предлагаю ребятам вести дневник личных достижений. Это самое важное, чтобы человек измерял свои успехи не в сравнении с другими, хотя и это значимо, а с самим собой: шаг вперёд – это цель каждого урока.

Наряду с двигательной активностью не забываю про теоретический курс, ведь основа основ в физкультуре – это грамотность физиологическая, необходимо знать не только как выполнять упражнение, но и для чего, что развивают различные упражнения, как стать скульптором своего тела.

Привлекает меня и внеурочная деятельность. Волейбол, футбол, баскетбол, эстафета – командные соревнования. Азартные, яркие, захватывающие. Ребята меняются на глазах, они готовы часами быть на тренировках. Чувство локтя, коллективной ответственности формирую на секциях. Радует, что количество любителей физической культуры только растет.

Провожу много времени с учениками на соревнованиях, олимпиадах. И зачастую те ребята, которые никак не проявляют себя на других уроках, становятся успешными. А значит, я им даю шанс поверить в себя.

Считаю очень своевременным введение норм ГТО, так как нужно стимулировать подрастающее поколение к занятию спортом, ведь здоровье нации – это одна из главных задач государства, поэтому учитель физкультуры работает на здоровое будущее страны, это ли не главная цель.

В заключение хочу привести слова Дины Дин, которая сказала, что «культура – великий учитель того, как следует жить», добавлю, что именно физическая культура – основа того, **как** следует **жить**. Ведь культура – это то, что остается после того, когда всё забывается.