Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение   
Средняя общеобразовательная школа №1   
имени Чернявского Якова Михайловича   
станицы Крыловской муниципального образования Крыловский район

ЭССЕ

Тема: «Я – учитель здоровья»

учитель физической культуры  
Викторович А.В.

Я – учитель. Учитель физической культуры. И я очень этим горжусь.  
Профессия педагога – одна из самых важнейших в современном мире.  
Профессиональный педагог – это единственный человек, который большую часть своего времени занимается воспитаем и обучением детей.

Я - учитель здоровья, и за три года работы в этой роли я глубоко осознал важность своей миссии. Мой опыт включает в себя не только передачу знаний о здоровье, но и формирование у учеников осознанного отношения к своему благополучию.

Я отчётливо понимаю, что недостаточно быть просто хорошим учителем. Надо быть профессионалом своего дела и двигаться всё время вперёд. И конечно о здоровье своих учеников. Я должна сама вести и пропагандировать здоровый образ жизни, учить детей внимательно относится к своему здоровью. Я учитель здоровья, и моя задача - не только передавать знания, но и вдохновлять, мотивировать и поддерживать своих учеников на пути к здоровому образу жизни.  
 Здоровье - это не просто отсутствие болезни. Это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Я стараюсь донести до своих учеников, что здоровье - это комплексный аспект жизни, который включает в себя правильное питание, физическую активность, психологическое равновесие и социальные связи. Одной из основных задач учителя здоровья является формирование у учеников осознания значимости выбора. Я обучаю своих учеников анализировать последствия своих выборов, чтобы они могли принимать осознанные решения, которые положительно скажутся на их здоровье.

В соответствии с профессиональным стандартом «Учитель здоровья» я стремлюсь к всестороннему развитию учащихся, акцентируя внимание на их физическом, психологическом и социальном здоровье.

На своих уроках используя активные методы обучения, я вовлекаю детей в обсуждение тем, связанных с правильным питанием, физической активностью и профилактикой заболеваний. Я стремлюсь к тому, чтобы мои ученики чувствовали себя комфортно, делясь своими переживаниями и проблемами. Это позволяет мне лучше понять их потребности и адаптировать свои методы обучения. Я использую интерактивные занятия, групповые обсуждения и практические упражнения, чтобы сделать процесс обучения более увлекательным и эффективным. Не менее важным аспектом моей работы является вовлечение учеников в активные формы досуга.

В целях предупреждения утомляемости детей особое место уделяю смене видов деятельности на уроке, элементы ситуативного обучения, обязательное проведение физминуток, пауз отдыха, своеобразных минуток «Весёлая физкультура» для создания психологического комфорта. Я стараюсь организовывать различные мероприятия, чтобы ученики могли проявить себя и почувствовать радость от активного образа жизни, такие как «уроки Здоровья» и семейные выходные «Мама, папа, я – спортивная семья», а также уже традиционными стали «Дни здоровья», «Веселые старты».

Я верю в силу примера. Как учитель здоровья, я стремлюсь быть образцом для подражания. Я сама придерживаюсь здорового образа жизни: занимаюсь спортом, и уделяю внимание своему психоэмоциональному состоянию.

В заключение, я понимаю, что быть учителем здоровья - это не просто профессия, а призвание. Это возможность влиять на будущее поколения, формируя у них осознанное отношение к своему здоровью. Я горжусь тем, что могу помогать своим ученикам находить путь к здоровой и счастливой жизни. Каждый успех моих учеников - это моя победа, и я готова продолжать свою работу с полной отдачей.