**Визитная карточка**

**Щепкиной Анастасии Николаевны.**

Уже не первый год работаю инструктором физического воспитания в «детском саду Березка». На выбор данной профессии повлияло моё увлечение спортом и любовь к детям. Каждый день в физкультурном зале меня встречает звонкий смех детей, с которыми я провожу утреннюю гимнастику, образовательную физкультурную деятельность, организую праздники, соревнования. От своих воспитанников заряжаюсь положительной энергией и позитивом.

Считаю, что главным в моей работе является формирование у детей потребности в двигательной активности, повышения уровня здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни, как у воспитанников, так и у родителей и сотрудников.

В своей педагогической деятельности придерживаюсь принципа доверительного и доброжелательного отношения к детям, стимулирую их творческую активность посредством внедрения игровых приемов, нетрадиционных методов обучения, таких как: психогимнастика, пальчиковая гимнастика, степ-аэробика, самомассаж, музыкальные подвижные игры, игры-задания, коллективное взаимодействие. Комплексный подход и личная мотивация всегда дают желаемый результат.

При организации двигательной деятельности использую как традиционные, так и нетрадиционные формы занятий: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты и др. Процесс обучения носит дифференцированный, вариативный характер. Использую принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию. Включаю в свою деятельность циклы занятий «Познай себя» и «Уроки здоровья для дошкольников», направленные на формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, своим возможностям и способностям. С детьми разучивает комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия и дыхательной системы.

При планировании и проведении занятий использую принцип интеграции образовательных областей, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, что способствует целостному восприятию ими окружающего мира и получению разностороннего развития. Стараюсь поддерживать детскую инициативность как в непосредственно образовательной деятельности, так и в индивидуальной работе, работаю в тесном контакте с педагогами.

Работая над темой самообразования «Использование здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании детей» активно внедряю технологии сохранения и стимулирования здоровья и технологию обучения здоровому образу жизни. Использую разнообразные методы оздоровления детей: дыхательную гимнастику, различные виды закаливания, занятия физкультурой на свежем воздухе.

Изучение специальной литературы, практического опыта коллег из других садов, анализ существующих форм, методов и условий реализации оздоровительной работы в нашем дошкольном образовательном учреждении помогли найти мне новые решения и новые возможности в этом направлении через использование степ-аэробики. Так как, с помощью степ-аэробики можно сформировать гармонично развитое тело, прямую осанку и выработать выразительные, плавные, точные движения. Но, самое главное достоинство степ-аэробики – её оздоровительный эффект. Поэтому возникла необходимость создания программы физкультурно-спортивной направленности, которая дополняла бы программу по физическому воспитанию и способствовала оздоровлению детей. И я разработала программу по дополнительному образованию физкультурно – оздоровительной направленности «Грация». Я думаю, что использование в практике работы занятий физической культурой на основе степ-аэробики, базирующихся на учете возрастных особенностей детей дошкольного возраста, позволит повысить эффективность процесса физического воспитания.

Как педагог участвую в различных смотрах – конкурсах, выставках проводимых как на муниципальном, всероссийском уровне, так и в ДОО: всероссийский конкурс творческих работ «Путешествие каждый день», выставка декоративно-прикладного творчества «Уват-село мастеров», конкурс фотографических работ «Моя малая Родина!», Креатив-фестиваль «Надежда», «Питание и здоровье», родительский форум «Большая перемена».

Убеждена, что именно в детском саду у детей закладывается отношение к физической культуре, как необходимым слагаемым своего здоровья. Поэтому мои воспитанники всегда с удовольствием бегут в спортивный зал (спортивную площадку), особенно любят спортивные развлечения в форме квест-игры, спортивные походы, и конечно досуги, развлечения, спортивные праздники с привлечением родителей.

Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать на собственном примере, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Поэтому родители являются моими основными помощниками в спортивных мероприятиях. Я заметила, если дети видят, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, они обязательно подражают. После участия в мероприятиях меняется психологическая атмосфера семьи, укрепляются семейные ценности, повышается педагогическая культура родителей.

Как педагог стараюсь во всем быть примером для своих воспитанников, дарить им радость и получать удовлетворение от занятий физической культурой, так как педагог – это пример для подражания.