Зажжённая свеча, её огонь красив, ярок, но одновременно беззащитен, его может потушить любое дуновение, любой порыв ветра, любой дождь или снег.

Вот так и детская душа. Зажжённый в ней божественный огонь жизни можно сберечь и разжечь ярче, сильнее, только сумев в детстве защитить от десятков, сотен, миллионов трудностей, соблазнов: от жестоких сердец, от мелочности, от безделья, от зависти, от бескультурья, от порабощения властью денег, силой сигарет, наркотиков, вина. Это очень непросто. Для меня, учителя физической культуры, нет ничего важнее человека. Человек для меня – храм здоровья, любви и красоты. И если мы хотим, чтобы наши дети были счастливы, мы обязаны научить сотворить этот храм в их душе.

Проработав 29 лет учителем физической культуры, я задал себе вопрос, а где начало моей учительской стези? Где корни, которые питают энергией, желанием действовать, искать, пробовать. Где берёт начало источник веры в возможности простого сельского учителя в безграничность человеческих возможностей, в будущее сегодняшних воспитанников.

Все наши начала в детстве. Моё детство – это школа сердечности, доброты, заботы, любви, культуры. Именно оттуда я вынес 9 заповедей, которые стали аксиомами жизни, моими педагогическими законами, моей педагогической и жизненной философией, философией сельского учителя физической культуры.

1. **Люби отца и мать. Радуйся своей жизни и жизни своих родных, близких и друзей.**

Я всегда был благодарен своим родителям, но только когда сам стал отцом, затем учителем, я понял всю их житейскую мудрость. Ведь душа ребёнка впечатлительна, мягка как воск, что на ней отпечатаешь, то и останется: доброе или худое, святое или грешное. Вот, что хочу донести до каждого современного родителя: воспитывайте на основах христианской морали и этнопедагогики.

**2. Желай себе и всем людям Добра, Красоты, Здоровья**

Я занимаюсь любимым делом, у меня любящая семья, меня окружают верные друзья. Поэтому я счастлив, и всегда этого желаю другим. Детей учу, что бы они занимаясь трудом, учёбой, спортом всегда жили выпрямившись во весь свой человеческий рост, испытали чувство гордости за себя, за свою многовековую культуру, за свою пусть незначительную, но победу на уроке физической культуры. При этом помогая ближнему, поддерживая слабого, не завидуя сильному.

**3. Учить не для школы, а для жизни.**

Века и тысячелетия прошли с тех пор, как древние греки провозгласили этот девиз образования. Учить для жизни, с моей точки зрения, - это учить трудовому усилию в обстановке свободы, учить получать наслаждение, духовное удовлетворение от того, что сделал, что узнал и хочешь узнать.

**4. Помоги себе и своим близким, друзьям противостоять** **алкоголю, табаку и наркотикам – они губят тело и душу.** **Освободи мозг от психических ядов: зла, зависти, жадности.**

Это проблемы, от которых каждый из нас хочет отгородиться, думая, что это никогда нас не коснётся. Но Сенека был прав, говоря: « Что есть благо? Знание. Что есть зло? Незнание». Чтобы противостоять злу, надо много о нём знать, надо быть сильнее его. Каждый мой урок – это урок пропаганды здорового образа жизни, здоровой психологии, положительного взгляда на жизнь.

**5. Улыбайся! Улыбка ничего не стоит, но много даёт. Улыбка – вдохновение для уставших, дневной свет для тех, кто пал духом, лучшее противоядие, созданное природой от неприятностей и стрессов.**

Улыбка и физическая культура неразделимы. Улыбка после первого успеха, после командной победы после достижения друга. Я нашёл ещё один способ вызвать на уроке детскую улыбку. Это интеграция уроков физической культуры с искусством. Музыка и движение. Музыка непременноистинно русская, ведь под неё невозможно сутулить спину и шаркать ногами. Она заставляет быть гордыми, вернуть русскую стать, а какой же русский без улыбки. Я уверен только усилиями всех учителей, интеграцией наших возможностей мы воспитаем истинно русского человека.

**6. Научись сдерживать эмоции, страсти, гнев. Не кичись знаниями, гордись умениями и волей.**

Гете принадлежат слова, которые мне всегда говорили мои родители, которые я говорю своим сыновьям и всегда говорю на первом уроке в каждом классе: «Никто не может судить о другом, пока не научится судить о себе самом. Это помогает всегда поддерживать на уроке доброжелательную обстановку, воспитывать терпимость, толерантность, эмпатию.

1. **Слагаемые здоровье- это я могу(физическое) + я хочу(психическое)+я должен(социальная ответственность). Говори себе постоянно, я могу, я хочу, я должен жить по-человечески.**

Какой другой урок как не урок физической культуры подтверждает мысль: жизнь не зрелище и не праздник, жизнь – трудное занятие. Но только физические, нравственные усилия, каждодневный труд ведут к жизни, достойной человека разумного.

**8. Запомни! Посеешь поступок – пожнёшь привычку, посеешь привычку – пожнёшь характер, посеешь характер – пожнёшь судьбу.**

В каждом ребёнке заложены хорошие качества, но ими обладать мало, надо ещё уметь пользоваться: на своих уроках не позволяю лениться, прятаться за спину других, фальшивить, выдавать желаемое за действительное. В наших руках человеческие судьбы. Я буду счастлив как учитель, если никому из моих выпускников, моих сыновей никто никогда не скажет: «Если вас никто не любит, будьте уверены – это ваша вина».

**9. Помни! Здоровье не всё, но всё без здоровья ничто! Здоровье – не только физическая сила, но и душевное милосердие.**

Я учу красоте движений, учу ощущать бодрость, ощущать прилив сил, верить в себя, верить, что каждый способен снять боль, отвести печаль и обиду.

Вы все родители и учителя, что для меня одно и тоже, а ведь родительские руки способны защитить своим теплом, энергией, силой, любовью. В ваших руках сберечь пылающий огонь детских сердец.

Я школьный учитель, я мужчина, я отец, я дед, а значит я защитник, опора, надежда, настоящее и будущее семьи, школы, страны.

..