**Три точки опоры моего профессионального успеха**

Буторина Я.Б.,

инструктор по физической культуре,

ВКК, бакалавр.

В 2014 году В. В. Путин подписал указ о возрождении советской системы ГТО. В том году я училась на III курсе Института физической культуры. Директор института А. Е. Терентьев сумел осознать важность этого социального явления и впервые в условиях современного мира организовал сдачу норм ГТО.

В институте физической культуры учатся спортсмены. Однако, насколько я сейчас вспоминаю, золотой знак получили очень немногие. Даже удивителен этот факт. Те, например, кто хорошо бежали и прыгали, не могли уложиться в норматив по плаванию. Или наоборот. Пловцы легко справлялись со своей дистанцией, но не могли уложиться в стометровый спринт. Очень трудной задачей оказалась стрельба из пневматической винтовки – многие студенты впервые держали оружие в руках.

Я сдала на золотой знак.

К нашему детскому саду первая волна ГТО докатилась через четыре года. И сразу же обозначилась проблема: ГТО и малыши. Возможно ли подготовить их к таким серьёзным испытаниям? А подготовить так, чтобы получить знак высшей пробы? Здесь-то мне и пригодился собственный опыт. Я ГТО уже сдавала и имею золотой знак. Через знания и собственный опыт я могу рассказать детям, родителям и воспитателям, что такое ГТО.

А теперь представьте шестиметровую линию от стены, и где-то под самым потолком висит обруч. Необходимо закинуть в него мячик. И дают вам шесть попыток. Я честно скажу, мне нужно бросить несколько раз, прежде чем я начинаю попадать. С первого раза могу не попасть. Это я большая и сильная, а многие девочки шести лет и до стены докинуть мяч не могут. Я стала думать, как мне мотивировать педагогов работать с детьми вне физкультурных занятий? Ведь я не могу всё занятие посвящать броскам малого мяча.

Правильно. Нужно дать попробовать педагогу самому бросить мяч в цель. Теперь каждого воспитателя я ставила на место ребёнка и давала шесть попыток. Результат был налицо: уже в ближайшее время на верандах появились обручи, мячи и шестиметровая линия.

На этом все перемены не закончились. Теперь каждую прогулку воспитатели вдохновляли детей на бег вокруг садика. Так понемногу копился их опыт и вырабатывалась выносливость.

Родительская поддержка – надёжная точка опоры. Без родителей вообще ничего не получится. Необходимо и зарегистрироваться, и документы на ребёнка собрать, и прийти в нужное время в нужное место. А это всегда суббота. Три субботы подряд. Привести, вдохновить, поддержать. Это надо очень хотеть. И приятно, что каждый год число увлеченных ГТО родителей растёт. А если у ребёнка (очень вероятный сценарий) II группа здоровья: это визит к врачу, очереди и выбивание справки что ГТО ребёнку по плечу. Это сродни геройскому поступку.

«А можно и нам тоже сдать?», - многие родители готовы бежать (им-то не один километр), стрелять, плыть. Однажды, только город организовал сдачу нормативов взрослым папам в рамках Всероссийской акции «Отцовский патруль. Мы ГоТОвы», и очень жаль, что от садика можно было представить только две семьи. Пришлось не афишировать, а шепнуть на ушко: «Хотите?».

Сразу после сдачи нормативов, я взяла у ребят интервью. Очень наглядно всё отображено в моём фильме «Крошки-ГТОшки». Вопросов было немного, один из них: «Что было для тебя труднее всего?» вызвал однозначную реакцию: «Бежать, бежать и ещё раз бежать!» Для всех: и для девочек, и для мальчиков, и даже для очень подготовленных девочек и мальчиков.

Да, один километр – большая дистанция для детей. Ее нужно не просто пробежать, но и уложиться в норматив. Чтобы понять, что чувствуют дети в условиях соревнования, нужно иметь собственные ощущения. Нужно опираться на свой двигательный опыт.

Этой весной я впервые рискнула пробежать четверть марафона. Неожиданно для себя заняла III место в своей возрастной группе. Двенадцать с половиной километров я бежала один час шесть минут. Чтобы участвовать в этих соревнованиях, мне пришлось разработать собственную программу тренировок и следовать ей несколько месяцев. В следующем году я планирую улучшить результат. Я считаю, что личностный рост и самосовершенствование – необходимые составляющие профессионального успеха.

Посмотрите на классический стадион в четыреста метров глазами шестилетнего ребёнка. Это просто необъятное пространство. Теперь представьте, что ему надо обежать это поле два раза. И ещё половину. Бегая сам, понимаешь, что ребёнку нужно помочь вначале задать нужный темп. Не дать ему разогнаться. Не дать ему разговаривать. Настроить на продолжительную работу.

Так, опираясь на поддержку педагогов, родителей и собственный опыт, за три года я решила проблему подготовки дошкольников к сдаче норм ГТО. Первые два года у нас были только серебряные и бронзовые значки и группа не сдавших нормативы ребят. Но потом всё-таки появились носители знака высшей пробы, и достичь этого было возможно только совместными усилиями.