

Спорт – любовь с детства

Ходьба на пяточках, руки – по сторонам, бег на месте, – каждое утро малыши старательно выполняют простые физические упражнения, внимательно наблюдая за каждым движением своего инструктора Татьяны Валерьевны Балашовой. Свыше шести лет педагог трудится в детском саду «Радуга», каждый день прививая любовь к спорту весёлым непоседам.

Татьяна Валерьевна, как и её воспитанники, тоже когда-то была маленькой девочкой. Куклам с длинными кудрями и большими глазами предпочла подвижные игры. Летом гоняла с друзьями мяч во дворе, бегала с ними на стадион. А когда стала постарше, занялась легкой атлетикой, увлеклась баскетболом.

– Спорт всегда присутствовал в моей жизни. Поэтому стараюсь учить своих воспитанников, что с ним нужно не просто дружить, а идти по жизни, и тогда будет здоровье, красота, хорошее настроение, успех, достижения, – говорит инструктор по физической культуре Татьяна Балашова. – У каждого человека обязательно должно быть хоть немного времени в день для поддержания тонуса и хорошей физической формы. К сожалению, не все люди это понимают: простая про-

бежка по-настоящему вас разбудит, зарядит энергией, заставит к чему-то стремиться, поможет найти мотивацию. Не обязательно заниматься профессионально, главное, заниматься для себя.

Летом – бег по стадиону, зимой – лыжи, таков здоровый образ жизни дошкольного тренера. Независимо от времени года каждый день детского инструктора начинается не с чашки кофе, а с комплекса простых согревающих упражнений. Утренняя гимнастика помогает педагогу оставаться в отличной физической форме до самого вечера. Тренер уверена, ежедневная нагрузка помогает передать энергию спорта её маленьким воспитанникам. Дошколята каждый год заслуженно радуют педагога первыми достижениями, умениями и недетскими стремлениями к победе.

За годы работы Татьяны Валерьевны в детском саду массовые спортивные мероприятия стали образом воспитания. Ребята охотно проходят испытания в конкурсах: «Папа, мама, я», «Лыжня России», в областных забегах. Быть одной командой помогает единство духа тренера и воспитанников. Инструктор всегда поддерживает ребят, преодолевая дистанции вме-

сте с ними. Под её руководством ребята занимают первые места на лыжных гонках не только по району, но и в области.

Вместе с ребятами Татьяна Валерьевна добивается и личных успехов. В этом году инструктор стала абсолютным лидером в районном соревновании «Урок года». Затем достойно представила нашу территорию в областных состязаниях, заняв почетное третье место в регионе.

Спортивную энергию мамы унаследовал и сын Татьяны Балашовой. С детского сада Кирилл охотно занимался спортом и уже познал вкус победы. Юный спортсмен ходит на самбо, зимой вечерами не прочь прокатиться с мамой на лыжах.

– Поздравляю учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования, спортсменов, ветеранов спорта, работников спортивных организаций и всех сторонников активного и здорового образа жизни с нашим праздником, с Днем физкультурника! Я очень рада, что занятия спортом сегодня становятся нормой жизни для многих людей. Желаю всем крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, веры в свои силы, новых побед! И всё обязательно получится!



Татьяна БАЛАШОВА.