**Эссе на тему «Будьте здоровы»**

Солнце , воздух и вода –наши лучшие друзья» всем знакомый девиз являющийся основным правилом на пути к укреплению здоровья. Как Вы думаете , а сейчас что-то изменилось в этом отношении? Да, изменились сами люди…Сейчас солнце заменил солярий, воду-бассейн, а воздух- походы по магазинам. :) А ведь забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала актуальной темой во всем мире, поскольку в любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Нам взрослым должно быть важно формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей.

Быть здоровым - естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствием болезней, но и психическое и социальное благополучие. Вот почему название непосредственной образовательной деятельности «Будьте здоровы» мною выбрано не случайно.

Чтобы начать писать авторский конспект я придумала историю о том, что встретила солнышко во дворе детского сада, которое пригласила на совместную деятельность. Без солнышка невозможна жизнь, развитие и здоровье всего живого на земле. Согревая лучами землю, солнышко радует всех людей- взрослых и детей, поднимает настроение. Вот и придумала изначально имитацию игры, связанная с игровой передачей настроения, где дети передают друг другу солнечный шарик, после чего возникает ощущение теплоты, доброты, ласковыми.

Стала думать о том, как расширить представление детей о простейших связях в природе, следить за своей одеждой , чтобы не заболеть. Похолодало, стало солнце мало греть- нужно одеваться в теплую одежду; стало пригревать солнышко, травка позеленела- люди заменили теплую одежду на облегченную, а после и на летнюю. Придумала диалог на тему «Сезонная одежда» для того, чтобы ребенок мог получить новые элементарные знания о солнце, вести диалог, обогатить словарный запас за счет слов: «теплое», «светит», «улыбается», «греет».

Для закрепления знаний о частях тела решила рассмотреть с детьми человеческое лицо, а в данном случае солнышко круглое, как голова человека. Нашла сходство у человека с солнцем: руки и ноги, как лучики.

С целью развития песенного творчества у детей, чувства ритма, темпа, эмоциональной отзывчивости включила детскую песню по заданной теме «Солнышко».

Организация питания –обязательный компонент режима дня в детском саду. Весь процесс, связанный со здоровым питанием детей, имеет большое воспитательное значение. А так как не все дети хорошо едят в детском саду и дома решила рассказать им об пользе еды.

В середине образовательной деятельности дети немного отдохнут на физминутке.

Для эстетического воспитания детей и развития изобразительных способностей необходимо необходимо их научить аккуратности в коллективной работе. Вот и включила в конспект аппликацию, опять же в виде солнышка.

Чтобы донести до детей содержание самого конспекта, я постаралась включить все методы и приемы обучения с учетом интеграции всех образовательных областей. Надеюсь, что смогу представить данный материал грамотно и с большим интересом не только для детей, но и для вас. Спасибо за внимание!

