

Детска градина „Брезичка” гр. Гоце Делчев, ул. „Симеон
Радев” №6, тел. 0897961212

e-mail: info-100406@edu.mon.bg , сайт: <https://dgbrezichkagd.com/>

МИНИ ПРОЕКТ

за работа във втора възрастова група
„Теменужка“ към Стратегия за развитие на
групата за учебната 2025-2026 год.

на

Тема: „Растем здрави и силни“

Проверил:
Мария Димитрова

Изготвили:
Николина Зункова
София Безева

Мото: „Здравото дете е щастливо дете!“

1. Обосновка на мини проект „Растем здрави и силни!“

Здравето е най-важната ценност. Основите на здравословния начин на живот се изграждат в ранна детска възраст. Формирането на здравословни навици – правилно хранене, двигателна активност, лична хигиена и здравословна среда, е основа за правилното физическо и психическо развитие на децата и изграждането на отговорно отношение към собственото здраве. Втора възрастова група е период, в който чрез игра, движение и разнообразни дейности децата лесно усвояват знания и умения за здравословен начин на живот. Чрез игрови и практически дейности, те лесно възприемат полезни навици, които подпомагат тяхното развитие и изграждат устойчиви нагласи към здравето като ценност.

2. Цел

Основна цел: Формиране на основи на здравословен начин на живот у децата чрез създаване на условия за двигателна активност, правилно хранене и лична хигиена.

3. Подцели:

- ✓ Да се формира у децата положително отношение към здравословния начин на живот.
- ✓ Да се изградят навици у децата за лична хигиена, култура на хранене и самостоятелност.
- ✓ Да се насърчава двигателната активност и игри на открито.
- ✓ Да се изградят позитивни нагласи към здравословното хранене.
- ✓ Да се възпитава отговорност към опазване на здравето.
- ✓ Да се насърчават уменията за сътрудничество и работа в екип.
- ✓ Да се мотивират родителите за изграждане на здравословни навици у децата.

4. Задачи:

- ✓ Запознаване с основните групи храни. Развиване на умения за разграничаване на полезни и вредни храни.
- ✓ Формиране на елементарни представи за значението на водата.
- ✓ Затвърдяване на навици за лична хигиена и опазване на здравето (миене на ръце, зъби, правилно обличане и др.).
- ✓ Формиране на навици за култура на хранене – седене на масата, ползване на прибори за хранене.
- ✓ Активно участие в двигателни упражнения и игри, спортни дейности на открито, беседи, кулинарни и изобразителни дейности.

- ✓ Развиване на умения за спазване на правила в игри и съвместни дейности, за работа в екип и активно взаимодействие с връстници.
- ✓ Възпитаване на грижа за собственото здраве.
- ✓ Активно включване на родителите в съвместни дейности (празници, работилници, спортни дейности, изложби и др.).

5. Очаквани резултати:

- ✓ Децата разпознават основни здравословни храни.
- ✓ Имат представа за значението на водата за живота на хората и природата.
- ✓ Спазват елементарни правила на хранене.
- ✓ Показват отговорност към собственото здраве. Знаят, че храната е важна за растежа и здравето.
- ✓ Имат изградени навици за лична хигиена.
- ✓ Проявяват интерес към физическа активност.
- ✓ Умеят да спазват правила в игри и съвместни дейности.
- ✓ Родителите активно участват в подкрепа на здравословния начин на живот.

6. Дейности за изпълнение на мини проект „Растем здрави и силни“

Месец	Дейност	Описание	Участници
IX	„Есенна зимнина“	Консервиране на плодове и зеленчуци.	деца, учители, родители
X	„Здрав съм, защото си мия ръцете!“	Изграждане на хигиенни навици.	деца, учители
	„Весели топки – щастливи деца“	Игри на открито	деца, учители
	„Полезните и вредните храни“: - „Къде се крият витамините?“ – беседа за ползността от плодовете и зеленчуците. - Да си направим плодова/зеленчукова салата. - „Да съберем плодовете и зеленчуците“ – игри с обръчи, кошници,	Тематична седмица	деца, учители, родители, гости на детската градина

	плодове и зеленчуци.		
	„Енергийна лаборатория“	Как да си направим здравословни зеленчукови и плодови салати, фрешове, смути – дейност в обособената реална кухня в детската градина.	квалифициран готвач/ диетолог, деца, учители, родители
XI	„Моите здрави зъбки“	Изграждане на хигиенни навици. Апликации.	Медицински специалист/ дентален лекар, деца, учители
	„Топъл витаминозен чай“	Съвместна дейност с баби, дядовци на децата от групата – приготвяне на чай от билки: „На чай с баба и дядо“ – приказки от детството.	деца, учители, родители
	„Здравословна закуска“	Приготвяне на домашна храна от деца и родители в домашни условия (изложба – снимки).	деца, учители, родители
XII	„Календар на чистотата“	Изработка на календар за отбелязване на хигиенни навици.	деца, учители
	„Броим мандарини/портокали“	Математическа игра. Изработване на фигури от пластилин.	деца, учители
I	„Здравето е богатство“	Беседа с медицинската сестра.	деца, учители, медицинска сестра
	„Кисело мляко с плод“	Приготвяне на здравословна храна.	деца, учители, родители
	„Облечи се топло“	Изработване на колажи от всички деца (по групи).	деца, учители
II	„Аз избирам да бъда здрав“	Колективна апликация/рисунок.	деца, учители

	„Идеи за игри у дома“	Изграждане на родителски кът.	деца, учители, родители
	„Приятелите си помагат“	Арт работилница за изработване на общ проект на хранителната пирамида.	деца, учители
III	„Здравето започва от мен“	Изработване на табло от снимки на деца и родители (сред природата, приготвящи здравословни храни, спортуващи и т.н.).	деца, учители, родители
	„Защо ни е нужна водата?“	Беседа. Апликации.	деца, учители
	„Вълшебствата на водата“	Експерименти с вода	деца, учители
IV	„Чиста среда – здрави деца“	Разделно събиране на отпадъци. Почистване на двора на детската градина.	деца, учители, родители
	„Гимнастиката е важна“	Упражнения за раздвижване на открито	деца, учители
	„Пролетни вълшебства“	Засаждане на билки, цветя, зеленчуци в биоградинката.	деца, учители
V	„Природата ни дава здраве“	Разходка сред природата. Разговор за лечебни билки.	деца, учители, родители
	„Празник на здравето – Растем здрави и силни“	Спортни игри.	деца, учители
	Отчет за изпълнение на дейностите и реализиране на целите на мини-проект „Растем здрави и силни“.		учители