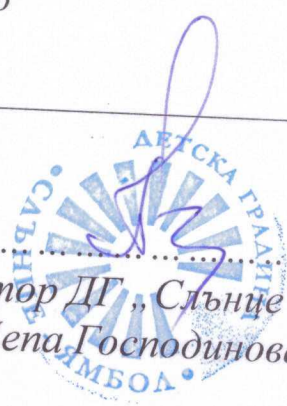


ДЕТСКА ГРАДИНА „СЛЪНЦЕ“,
ГР.ЯМБОЛ
ул. "Александър Стамболийски" №16
Тел.: 66 – 34 -71
e-mail : info-2812109@edu.mon.bg

УТВЪРДИЛ :
Директор ДГ „Слънце“
Пепи Господинова



ПРОГРАМА
ЗА ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ И
ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ НА ДЕЦАТА
В ДГ „СЛЪНЦЕ“
ЗА УЧЕБНАТА 2025/2026 ГОДИНА

Настоящият план е актуализиран и приет на заседание
на Педагогическия съвет с

ПОКТОКОЛ №1 /15. 09. 2025г.

В ДГ "Слънце" се поставят основите на здравословен начин на живот на децата.

Изграждането на здравна култура при децата от предучилищна възраст е част от цялостната образователно-възпитателна работа в детската градина. Важно е да се изгради у децата правилно отношение към хигиената, здравето и храненето, така че пред тях постепенно да се разкрива мястото им в цялостния живот на човека.

Здравословният начин на живот е споделена отговорност между семейството и детската градина. За това програмата предвижда привличане на родителите като активни партньори в този процес.

I. Цел:

Осигуряване на възможности за усвояване и развиване на здравна култура на децата.

II. Задачи:

1. Формиране на основни понятия, свързани с основните жизнени процеси: хранене, движение, растеж.
2. Повишаване устойчивостта на детския организъм към влиянията на външната среда чрез организиране и провеждане на дейности, свързани със здравословния начин на живот.
3. Осъзнаване на зависимостите във взаимодействието Човек – Природа – Здраве.
4. Да се усвои система от правила и изисквания за здравословен начин на живот и екологично поведение.
5. Насърчаване на инициативността, отговорността и солидарността, относно здравословния начин на живот на децата и техните семейства.

Основен момент в процеса към изграждане на навици за здравословен начин на живот е правилното здравословно хранене. Дейността „Хранене“ се организира в ДГ „Слънце“ при спазване на Наредба №6 от 10.08.2011г. на Министерство на здравеопазването за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детските заведения и Наредба №9 от 20.09.2011г. на Министерство на здравеопазването за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните, предлагани в детските заведения. Утвърдени са процедури, определящи отговорностите на всеки член от персонала във връзка с храненето на децата. Персоналът в

детската градина се грижи за децата и играе важна роля за осигуряване на адекватно и здравословно хранене, както и за изграждане на здравословни хранителни навици у тях. Важна част от работата ни в тази посока е информирането на родителите и мотивирането им да прилагат всичко това и в семейството, за да се постигнат видими резултати – здрави и активни деца.

Програмата включва и множество дейности, стимулиращи проява на двигателна активност, закаляване и увеличаване на защитните сили на детския организъм. Важен елемент от Програмата е и възпитаване на екологична култура у децата. Това постигаме чрез планиране и реализиране на дейности, свързани със здравословния начин на живот на децата, проява на физическа активност сред природата и творчески дейности.

III. Дейности:

№	Дейност	Форма	Период на провеждане	Отговорник
	Информационни дейности			
1.	Запознаване на педагогическият персонал с плана за дейностите, свързани със здравословния начин на живот на децата	Педагогически съвет	М. Септември 2025 г.	Председател на комисията
2.	Запознаване на родителите с плана за дейностите	Родителска среща	М. Септември 2025 г.	Учители по групи
	Дейности с децата			
1.	Овластяване на образователното съдържание по теми, свързани със здравето	Основни и допълнителни форми на педагогическо взаимодействие	През учебната година	Учители по групи
2.	Организиране на разходки, наблюдения, игри	Допълнителни форми на педагогическо	През учебната година	Учители по групи

	и дейности на открито с цел закаляване на детския организъм	взаимодействие		
3.	Усвояване и усъвършенстване на хигиенни навици	Практическа дейност	През учебната година	Учители по групи
4.	„Здрав и силен с витамини“	Развлечения, песни, игри, стихотворения и др.	М. Януари 2026г.	Учители по групи
5.	Спортни празници в ДГ	Допълнителни форми на педагогическо взаимодействие	През учебната година /според празничния календар/	Учители по групи
6.	„Ден на Гората” – 21 Март	Развлечения, песни, стихотворения, игри, изложби, презентация, беседа и др.	М. Март 2026г.	/Трета и Четвърта възрастова група/ Учители по групите
7.	„Ден на Водата” – 22 Март	Развлечения, песни, стихотворения, игри, изложби, презентация, беседа и др.	М. Март 2026г.	/Втора, Трета и Четвърта възрастова група/ Учители по групите
8.	„Денят на Земята” - 22 Април	Развлечения, песни, стихотворения, игри, изложби, презентация, беседа и др.	М.Април 2026г.	Учители по групи
	Дейности с постоянен характер			
1.	Ежедневно	Закалителни	През учебната	Учители по

	провеждане на утринна гимнастика и следобедно раздвижване след сън	процедури	година	групи
2.	Ежедневно следене на стайната температура и аерацията в помещенията	Контролна дейност	През учебната година	Медицински специалисти
3.	Провеждане на ежедневен филтър на децата	Профилактична дейност	През учебната година	Медицински специалисти
4.	Контрол на храненето и съня	Контролна дейност	През учебната година	Медицински специалисти
5.	Контрол за спазване на дезинфекционния режим	Контролна дейност	През учебната година	Медицински специалисти и пом. възпитатели по групи
6.	Постоянен контрол на децата с хронични заболявания	Контролна дейност	През учебната година	Медицински специалисти
	Дейности с родители			
1.	„Как да предпазим децата от вируси?“	Представяне на информационни материали за родителите в електронна среда	М. Декември 2025г.	Учители по групи
2.	„Моята любима здравословна рецепта“	Изложба/постер на любима здравословна рецепта	М. Януари/Февруари 2026г.	Родители – Деца – Учители
3.	Международен ден на хората със синдрома на Даун – 21.03.	Представяне на информационни материали за родителите в електронна	М. Март 2026г.	Учители по групи

		среда		
4.	„Шарен“ ден в детската градина	Изложба, беседа /децата са с различни чорапи/	М. Март 2026г.	Родители – Деца – Учители