

MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI

08-01

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI  
\_\_\_\_\_ shahar (viloyat)

\_\_\_\_\_” nomli

\_\_\_\_\_ta'lim tashkiloti

JISMONIY TATBIQ VA YO'RIQCHISI

\_\_\_\_\_ning

YILLIK ISH REJASI VA

YILLIK HISOBATI

## **08-01. Yillik ish reja hamda yillik hisobot:**

Quyidagi bo'limlardan iborat:

1. Yillik ish reja.
2. Ta'lim jarayonini o'tkazish vaqtini taqsimlash jadvali.
3. Yillik hisobot.

### **1. Yillik ish reja**

Maktabgacha yoshdagi bolalr rivojlanishi va ta'lim olishiga qo'yilgan talablar asosida har bir yosh guruhi kesimida tuziladi. Rejada o'quv yili davomida har bir oy uchun asosiy harakat turlari bo'yicha mashqlar va harakatli o'yinlar nomi belgilanadi.

“TASDIQLAYMAN”  
\_\_\_\_\_viloyat \_\_\_\_\_tumani  
(shahar) \_\_\_\_-sonli davlat maktabgacha  
ta’lim tashkiloti direktori

\_\_\_\_\_“ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_-yil

**\_\_\_\_ - sonli maktabgacha ta’lim tashkilotining guruhlarda o‘tkaziladigan jismoniy tarbiya ta’lim jarayonini o‘tish  
vaqtini taqsimlash jadvali**

| Hafta<br>kunlari | Guruhlar     |             |             |                          |
|------------------|--------------|-------------|-------------|--------------------------|
|                  | Kichik guruh | O‘rta guruh | Katta guruh | Maktabga tayyorlov guruh |
| Dushanba         |              | 10.30-10.50 |             | 10.00-10.30              |
| Seshanba         | 10.30-10.50  |             | 10.00-10.30 |                          |
| Chorshanba       | 10.00-10.20  |             | 10.20-10.50 |                          |
| Payshanba        |              | 10.00-10.20 |             | 10.20-10.50              |
| Juma             | 10.20-10.50  |             |             | 10.00-10.30              |

## **2. Jismoniy tarbiya yo‘riqchisining yillik ish rejasi**

O‘zbekiston Respublikasi ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qo‘yiladigan davlat talablari asosida har bir yosh guruhi kesmida tuziladi. Rejada o‘quv yili davomida har bola uchun asosiy harakat turlari bo‘yicha mashqlar va harakatli oyinlar nomi belgilanadi.

**Kichik guruhlarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya faoliyati**

| Oylar          | Yirik matorika                                                                                    |                                                            |                                                                                                  |                                            |                                                                                            | Mayda matorika                        | Sensomotorika                                      | Harakatli o'yinlar                                                      |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                | Yurish                                                                                            | Yugurish                                                   | Sakrash                                                                                          | Emaklash, tirmashib chiqish                | Yumalatish, uloqtirish                                                                     |                                       |                                                    |                                                                         |
| <b>Sentabr</b> | Doira va juft-juft bo'lib yurish, yonlamasiga yurish.                                             | Tarbiyachi orqasidan yurish, to'g'ri yo'l bilan yugurish.  | Yonlay oqib sakrash, tirmashib chiqish.                                                          | 3-4m masofaga emaklash.                    | To'pni bir-biriga qaratib yumalatish.                                                      | To'pni bir qo'lida ushlab turish.     | Bo'yinni burmasdan ko'zlar bilan buyumni kuzatish. | "Qushcha va uning bolalari", "Ariqdan sakrab o'tish", "Chiziqni bosma". |
| <b>Oktabr</b>  | Doira bo'ylab tashlab qo'yilgan arqonchadan yurish, xalqadan xalqaga yurish.                      | To'xtab-to'xtab asta yugurish, yengil nafas olib yugurish. | Yonlay oqib sakrash, tirmashib chiqish, o'ng qo'l bilan oyoqda almashtirib turgan joyda sakrash. | Yonlay oqib emaklash, qildoracha emaklash. | To'pni yumalatish va quvib yetish, 50-100 sm oralqdagi to'pni ilib olishga harakat qilish. | To'pni ikki qo'llab ushlash.          | Ko'zlarni chap va o'ng tomonga harakatlantirish.   | "Mushuk va sichqonlar", "Qushchalar inlarida", "Qorovul".               |
| <b>Noyabr</b>  | Oldinga, yonga, orqaga qadam tashlash, to'g'ri yo'lka bo'ylab yurish (eni 20 sm, uzunligi 2-3 m). | To'p-to'p bo'lib yugurish, ilon izi bo'lib yugurish.       | 20-30sm masofaga xatlash, 10-15 sm balandlikdagi predmetdan sakrash.                             | Predmet orasidan emaklab o'tish.           | To'pni bir-biriga qaratib yumalatish.                                                      | To'pni ikki qo'l bilan yonga ushlash. | Eshitishni rivojlantirish mashqlari.               | "Kim sekinroq", "Chivinni tut", "Kim ko'p tasma tera oladi".            |
| <b>Dekabr</b>  | Ilon izi bo'lib yurish,                                                                           | Belgilangan masofaga asta                                  | Ariqchadan xatlab o'tish,                                                                        | Qiya                                       | To'pni yumalatish                                                                          | To'pni ikki qo'l bilan yonga ushlash. | Eshitishni rivojlantirish mashqlari.               | "Bayroqchaga qarab yuring",                                             |

|        |                                                       |                                                                                    |                                                                        |                                                                                                                                                    |                                                                    |                                   |                                                    |                                                                        |
|--------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
|        | taxtachadan yurish.                                   | yugurish, ikki chiziq orasidan chiqmay yugurish.                                   | yugurib kelib sakrash.                                                 | taxtachadan emaklash.                                                                                                                              | quvib yetish, to‘pni ko‘krak oldidan, boshidan oshirib otish.      | irg‘itish.                        | rivojlantirish mashqlari.                          | “Do‘ngdan-do‘ngga”, “Xaltachani kim irg‘ita oladi?”.                   |
| Yanvar | Ketma-ket yurish, buyumlar orasida yurish.            | Ketma-ket yugurish, juft-juft bo‘lib yugurish.                                     | Predmetlarni sakrab o‘tish, arqoncha ustidan sakrash.                  | 20-40 sm to‘siq ustidan o‘tish.                                                                                                                    | To‘pni bir-biriga yumalatish, to‘pni yuqoriga otib ilib olish.     | To‘pni bir qo‘lida ushlab turish. | Bo‘yinni burmasdan ko‘zlar bilan buyumni kuzatish. | “O‘z rangingni top”, “Mushuk va chumchuqlar”, “Keglini urib yiqitish”. |
| Fevral | Tizzalarni baland ko‘tarib yurish, cho‘kkalab yurish. | Predmetlar orasida yugurish, dumalatib yuborilgan buyumni quvish.                  | Predmetlarni ketma-ket sakrab o‘tish, arqoncha ustidan sakrash.        | To‘pni quvib qo‘llab ushlash.                                                                                                                      | To‘pni yumalatish va quvib yetish, quvib xaltachani oshirib otish. | To‘pni ikki qo‘llab ushlash.      | Ko‘zlarni chap va o‘ng tomonga harakatlantirish.   | “Tramvay”, “Sichqonlar Omborxonada”, “To‘pni ilib ol”.                 |
| Mart   | Oyoq uchida yurish, tovonda yurish.                   | Qo‘l ushlashib yonma-yon yugurish, ikki chiziq orasidan ularni bosmasdan yugurish. | Balandlikdan sakrash, skameyka ustida muvozanat saqlab yurib, sakrash. | Halqa ostidan emaklash, esik poyondozi ustidan bir oyoq uchida, ikkinchi oyoq uchini ikkinchi oyoq tovoniga to‘g‘rilab qo‘ygan holda yurib o‘tish. | To‘pni yumalatish va quvib yetish, quvib xaltachani oshirib otish. | To‘pni ikki qo‘llab ushlash.      | Eshitishni rivojlantirish mashqlari.               | “Pahmoq kuchuk”, “Maymunchalar”, “Buyumni saqla”.                      |



*Zokirjon.com veb-saytimiz orqali o'zingizga kerak bo'lgan hujjatlarni yuklab oling.*

*Zokirjon Admin bilan*

*+99891-328-88-38 nomerga murojaat qilishingiz  
jek567 izlab telegramga yozishingiz yoki shu  
nomerdagi telegram orqali bog'lanishingiz  
so'raladi.*

*Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob  
beriladi.*

*49 listdan iborat ichi to'liq yozilgan Jismoniy tarbiya  
yo'riqchisining 08-01 kichik, o'rta, katta va tayyorlov  
guruhlar uchun Yillik ish rejasi va yillik hisobotini to'liq  
holda olish uchun telegramdan yozing.*

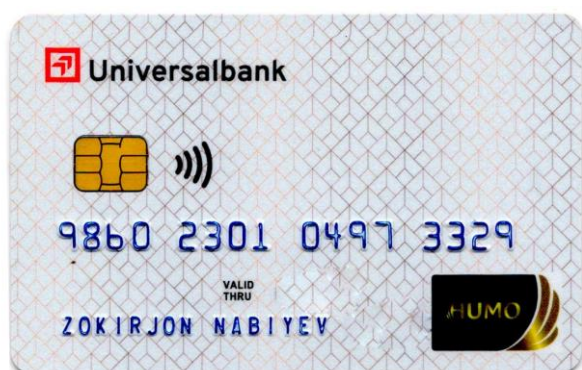


**Telegram kanalimiz:**

**@maktabgacha\_tt**

**To'lov uchun: 9860230104973329**

**Plastik egasi Nabiye Zokirjon**



## **DIQQAT!!!**

Sizga bu **OMONAT** qilib beriladi.  
To'liq holda olganingizdan so'ng:  
Faqat o'zingiz uchun foydalaning.  
Hech kimga bermang hattoki eng yaqin  
insoningizga ham.  
Internet orqali veb-saytlarga joylamang.  
Kanal va gruppalarga tarqatmang.

**OMONATGA HIYONAT  
QILMANG.**