



**MAKTABGACHA TA'LIM
TASHKIL ETISH VA
SUV RESURSLARINI TA'BIY EKOLOGIK
TARBIYA VA GIGIENALIK DANIYATINI
SHAKLLANTIRISHGA QARATILGAN
“SUVNI ASRAYMIZ, SUV JAKNI ASRAYMIZ”
SHARH OSASIDAGI OYLIK
TADBIRNI TASHKIL ETISH
KAZISH BO‘YICHA
JISMONIY TARBIYA YO‘RIQCHISI
ning
MAKTABGACHA GURUHLAR UCHUN
TADBIR
MASHG‘ULOTLARI**



“TASDIQLAYMAN”

____-MTT direktori

Suv resurslarini tejash, ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan “Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz” Shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o‘tkazish bo‘yicha Jismoniy tarbiya yo‘riqchisining 3-4 yosh kichik guruh uchun tadbir mashg‘ulotlar rejasini

Hafta kunlari	Mavzu
IYUN	
1-hafta	“Quyoshcha va bulutcha” (yurish, yengil yugurish)
2-hafta	“To‘pcha bilan do‘stlashamiz”
3-hafta	“Hayvonlar harakati” (qo‘l-oyoq harakati)
4-hafta	“Salomatlik yo‘lakchasi”
IYUL	
1-hafta	“Suv tomchisini asra” (oddiy yurish)
2-hafta	“Jo‘mrakni yop” (ritmik harakat)
3-hafta	“Toza qo‘l – sog‘lom hayot”
4-hafta	“Yashil bog‘cha” (suv tashish o‘yini)
AVGUST	
1-hafta	“Chaqqon bolajonlar”
2-hafta	“Milliy o‘yinlar haftaligi”
3-hafta	“Yozni xayrlashamiz” (yengil mashqlar)
4-hafta	“Salomatlik yo‘lakchasi” (takrorlash)

Guruh: Kichik guruh (3-4 yosh)

Mavzu: Quyoshcha va bulutcha

Sana: Iyun, 1-hafta

Mashg'ulot turi: Ertalabki badantarbiya + harakatli o'yinlar

O'tkazish joyi: Ochiq maydoncha (soyali joy)

MASHG'ULOTNING MAQSADI VA VAZIFALARI

Umumiy maqsad: Bolalarda yurish, yengil yugurish va oddiy harakat ko'nikmalarini o'yin shaklida rivojlantirish, quvnoq kayfiyat yaratish va tabiat hodisalariga ijobiy munosabat uyg'otish.

Vazifalar:

Yurish va yengil yugurish harakatlarini musiqa va signalga mos ravishda bajarishni o'rgatish;

Harakatlar ritmini, diqqatni va tasavvurni rivojlantirish;

Nafas olish va cho'zilish ko'nikmalarini shakllantirish;

Jamoada o'ynash va bir-biriga xalaqit bermaslikni o'rgatish;

Chiniqtirish va quvnoq kayfiyatni ta'minlash.

MATERIALLAR

Quvnoq bolalar musiqasi (quyosh va tabiat mavzusidagi)

Quyoshcha va bulutcha rasmlari (tayoqchaga ilingan)

Rangli lentalar yoki ro'molchalar

Kichik to'plar yoki yumshoq o'yinchoqlar (ixtiyoriy)

Suv ichish uchun shisha (har bir bola uchun)

MASHG'ULOT JARAYONI

1. Kirish qismi (7-8 daqiqa)

Salomlashish va saf tortish (2 daqiqa) Bolalar doirasida salomlashadi. "Salom, bolajonlar! Bugun biz quyoshcha va bulutcha bo'lamiz!"

Nafas olish mashqlari (2 daqiqa)

"Quyosh nafasi" — qo'llarni yuqoriga ko'tarib, nafas olish + "Quyosh!" deyish.

"Bulut nafasi" — qo'llarni pastga tushirib, nafas olish + "Bulut!" deyish.

Tayyorlov mashqlari (3-4 daqiqa)

Qo'l va oyoq aylantirish (dumaloq harakatlar)

Engil yurish joyida (o'rnida).

"Quyoshcha bo'!" — qo'llarni yuqoriga ko'tarib, "Bulut bo'!" — qo'llarni keng yoyish.

2. Asosiy qism (22 daqiqa)

1-o'yin: "Quyoshcha va bulutcha" (7 daqiqa)

Musiqa yangraganda yengil yugurish → yengil yugurish + qo'llarni silkitish.

Musiqa to'xtaganda "Tayyor!" buyruq berilganda → sekin yurish, qo'llarni bosh ustida tutib

"bulut" sarakasini yurish.

4-5 marta takrorlanadi.

2-o'yin: "Belgini top" (6 daqiqa)

Musiqa yangraganda rangli belgilar qo'yiladi.

Bolalar bulutcha bo'lib yengil yugurib, belgilar orasidan o'tishadi.

"Bulut" sarakasida esa sekin yurib, belgini "quchoqlab" o'tishadi.

3-o'yin: "Quyoshcha bilan to'p o'ynaymiz" (6-7 daqiqa)

Har bir bola yoki juftlikda kichik to'p bilan:

To'pni pastga tashlab yurish (quyoshcha).

To'pni ushlab sekin yurish (bulutcha).

"Quyoshcha — to'pni baland uloqtir, bulutcha — pastga tushir."

4-o'yin: "Quyoshcha va bulutcha estafetasi" (5 daqiqa) Ikki jamoa bo'linadi.

Har bir bola navbat bilan yugurib (quyoshcha) yoki yurib (bulutcha) belgilangan joyga borib qaytadi.

3. Yakuniy qism (7-8 daqiqa)

Cho'zilish va tinchlantirish mashqlari (4 daqiqa)

“Quyosh o'smoqda” — qo'llarni yuqoriga cho'zish.

“Bulut pastga tushmoqda” — pastga egilish.

Oyoq va qo'llarni silkish.

Nafas olish (2 daqiqa) Chuqur nafas olish va sekin chiqarish (3-4 marta).

Suhbat va baholash (2 daqiqa)

“Bugun nima o'ynadik? Quyoshcha qanday harakat qiladi? Bulutcha qanday?”

Har bir bolani maqtash: “Jasur quyoshcha bo'lding!”, “Ehtiyotkor bulutcha bo'lding!”

Suv ichish va dam olish.

METODIK TAVSIYALAR

Barcha mashg'ulot ochiq havoda, soyali joyda o'tkaziladi.

Issiq kunlarda har 10-12 daqiqada suv ichish tanaffusi beriladi.

Bolalarning charchashini kuzatib, agar kerak bo'lsa, dam olish vaqtini ko'paytirish kerak.

Buyruqlarni quvnoq, aniq va yorqin berish.

Har bir bola faol ishtirok etishiga erishish (yordam berish).

Mashg'ulot (moslashuvchan).

KUTILAYOTGAN NATIJALAR

Bolalar yurish va yengil yugurishni signal va musiqa bilan moslashtirishga o'raladi.

Harakat ritmi va tasavvur rivojlanadi.

Jismoniy faollik va quvnoq kayfiyat oshadi.



Guruh: Kichik guruh (3-4 yosh)

Mavzu: To'pcha bilan do'stlashamiz

Sana: Iyun, 2-hafta

Mashg'ulot turi: Ertalabki badantarbiya + harakatli o'yinlar

O'tkazish joyi: Ochiq sport maydonchasi (soyali joy)

MASHG'ULOTNING MAQSADI VA VAZIFALARI

Umumiy maqsad: Bolalarda to'p bilan ishlash ko'nikmalarini o'yin shaklida shakllantirish, mayda va yirik motorikani rivojlantirish hamda to'pni do'st sifatida qabul qilishga o'rgatish.

Vazifalar:

To'pni dumalatish, tashlash, ushlab va yurib o'ynash ko'nikmalarini rivojlantirish.

Qo'l va ko'z muvofiqlashtirishni yaxshilash;

Harakatlarni musiqa va buyruqqa mos ravishda bajarishni o'rgatish;

Nafas olish, cho'zilish va jamoada o'ynash ko'nikmalarini mustahkamlash.

Bolalarda quvnoqlik va sport anjomlariga ehtiyotkor munosabatini shakllantirish.

MATERIALLAR VA JIHOZLAR

Kichik yumshoq to'plar (har bir bola uchun bitta, yoki ko'proq)

Quvnoq bolalar musiqasi

Rangli lentalar yoki chiziqlar (maydonni belgilash uchun)

Quyoshcha yoki gul rasmlari (ixtiyoriy)

Suv ichish uchun shishalar

MASHG'ULOT JARAYONI

1. Kirish qismi (7-8 daqiqa)

Salomlashish va saf tortish (2 daqiqa) Bolalar to'p bilan o'ynay o'tirib turadilar. "Salom, bolajonlar! Bugun biz to'pcha bilan do'stlashamiz. Bugun bizning yangi do'stimiz!"

Nafas olish mashqlari (2 daqiqa)

"To'pcha nafasi" — to'pni oldinga cho'zib, qo'l bilan ushlab, quchoqlab nafas olish va "To'pcha, salom!" deyish.

Qo'llarni oldinga cho'zib ushlab turish.

Tayyorlov mashqlari (3-4 daqiqa)

Qo'l va oyoq aylantirish.

O'rnida yurish, yengil yugurish.

Qo'llarni oldinga cho'zib ushlab turish (to'pni ushlab tashlashga tayyorgarlik).

2. Asosiy qism (13-20 daqiqa)

1-o'yin: "To'pcha bilan salomlashish" (5-6 daqiqa)

Har bir bola o'z to'pini qo'lga oladi.

To'pni qo'lga taqib "To'pcha, salom!" deb aytib ushlab.

Musiqaga to'pni dumalatib yurish.

2-o'yin: "To'pcha qayerda?" (6 daqiqa)

To'pni o'rtada dumalatib o'ynaydi.

"To'pcha to'xta!" buyruqida to'pni ushlab turish.

"To'pcha yugur!" buyruqida to'pni yengil dumalatib yurish.

3-o'yin: "To'pcha bilan sayr qilamiz" (6-7 daqiqa)

Bolalar to'pni qo'llari bilan ushlab, turli yo'nalishlarda yurishadi:

Oddiy yurish

To'pni oldinga dumalatib yurish

To'pni pastga tashlab ushlab yurish

"To'pcha charchadi" — to'pni quchoqlab sekin yurish.

4-o'yin: "To'pcha estafetasi" (5-6 daqiqa)

Bolalar 2-3 guruhga bo'linadi.

Har bir bola navbat bilan to'pni belgilangan joyga dumalatib borib, qo'lida ushlab qaytadi.

3. Yakuniy qism (7-8 daqiqa)

Cho'zilish mashqlari (4 daqiqa)

To'pni ushlab qo'llarni yuqoriga cho'zish ("To'pcha osmonga yetdi").

To'p bilan pastga egilish.

Oyoq va qo'llarni silkish.

Nafas olish (2 daqiqa) Chuqur nafas olish va sekin chiqarish (to'pni qo'llarda ushlab).

Suhbat va baholash (2 daqiqa)

"To'pcha bilan qanday do'st bo'ldik? Nima o'ynadik?"

Har bir bolani maqtash: "Jasur to'pcha do'sti bo'lding!", "Ehtiyotkorlik bilan o'ynading!"

To'plarni joyiga qo'yish va suv ichish.

METODIK TAVSIYALAR

Mashg'ulot ochiq havoda, soyali joyda o'tkaziladi.

Har 10-12 daqiqada suv ichish tanaffusi beriladi.

Kichik bolalar uchun to'plar yumshoq va engil bo'lishi kerak.

Bolalarning charchashini kuzatib, mashqlarni soddalashtirish mumkin.

Har bir bola to'p bilan shug'ullanishiga alohida e'tibor berish.

Buyruqlarni quvnoq va aniq berish.

KUTILAYOTGAN NATIJALAR

Bolalar to'pni dumalatish, tashlash va ushlashni o'rganadi.

Qo'l-ko'z muvofiqlashtirish va mayda motorika yaxshilanadi.

To'pga ehtiyotkor munosabat va jamoaviy o'yin ko'nikmalari shakllanadi.

Bolalarda quvnoq kayfiyat va jismoniy faollik oshadi.



veb-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com veb-sayti orqali o'zingiz uchun kerakli ma'lumotlarni yuklab oling.

Zokirjon Admin bilan

+99891-328-88-38 nomerga telegramdan yozishingiz yoki telegramdan jek567 izlab telegramdan yozishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi.

Suv resurslarini tejash, ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan "Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" Shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha jismoniy tarbiya yo'riqchisining tadbir mashg'ulot ishlanmalarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.

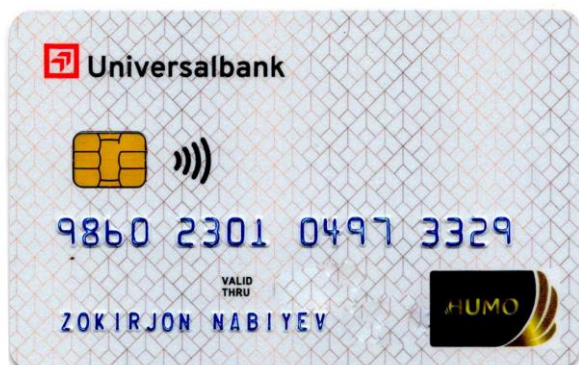


Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To'lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



ONLINE KOMPYUTER

DIQQAT!!!

Bu hujjatni hech kimga tarqatmaslik sharti bilan olishingiz mumkin.

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 veb-saytlarga joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT QILMANG.

O'zbek va rus bog'chalari uchun
Buyurtma asosida

MTT direktori, **direktor o'rinbosari**, MTT psixologi, **defektologi**, **musiqah rahbari**, **jismoniy tarbiya yo'riqchisi**, MTT hamshirasi, **XIBDO** va **tarbiyachilar uchun**:

testlar, **to'garaklar**, **bayram tadbir senariylari**, **ochiq faoliyat ishlanmalar va slaydlar** (taqdimotlar), **refetarlar**, **mustaqil ishlar**, **ko'rgazma va tarqatmalar**, **faxriy yorliq**, **diplom**, **tashakkurnomalar** va boshqa hujjatlarni tayyorlab beramiz.

Tel:91669-34-74 **Telegramdan: @talimxizmatlar** izlab toping.

Подготавливаем для **директора МТТ**, **заместителя директора**, **психолога МТТ**, **дефектолога**, **музыкального руководителя**, **инструктора по физической культуре**, **медсестры МТТ**, **ХИБДО** и **воспитателей**:

тесты, **кружки**, **сценарии праздничных мероприятий**, **разработки открытых занятий и слайды (презентации)**, **рефераты**, **самостоятельные работы**, **выставки и раздаточные материалы**, **почётные грамоты**, **дипломы**, **благодарственные письма** и другие документы.

Тел: 91669-34-74 **Telegram: @talimxizmatlar** (найдите по поиску)