



O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi
vazirligining 2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug'ini 1- va 2-ilovalari
asosida yozgi sog'lomlashtirish davri ish rejasi asosida

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIM TASHKILOTI

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIM TASHKILOTI KICHIK GURUH TARBIYACHISI

ning

Suv resurslarini tejasli foydalanish, tabiiy va gigiyena
madaniyatini shakllantirish maqsadida "Suvni asraymiz -
kelajakni asraymiz" shiori ostida tashkirlarni tashkil
etish va o'tkazish bo'yicha gigiyena madaniyati chellenjlari
3-4 yosh kichik guruh uchun o'tkaziladi.

MASHG'ULOTLAR ISHLANMALARI

“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 **gigiyena madaniyati chellenjlari** 3-4 yosh kichik guruh uchun tadbir mashg‘ulotlar rejasi

Hafta kunlari	Mavzu
IYUN	
1-hafta	“Mikroblarni quvish” qo‘shig‘i, sovun bilan o‘yin
2-hafta	Yuz va qo‘llarni yuvish o‘yini
3-hafta	Toza paypoq va kiyim haqida o‘yin
4-hafta	Ovqatdan oldin qo‘l yuvish o‘yini
IYUL	
1-hafta	Suv bilan yuvinish o‘yini
2-hafta	Tish cho‘tkasi bilan o‘yin
3-hafta	Soch tarash o‘yini
4-hafta	Guruh xonasini tozalash
AVGUST	
1-hafta	Soyada o‘yin va suv bilan salqinlash
2-hafta	“Sog‘lom bola” o‘yini
3-hafta	Oila a‘zolari bilan o‘yin
4-hafta	“Toza bola bayrami”



Mavzu: “Mikroblarni quvish” qo‘shig‘i va sovun bilan o‘yin-mashg‘ulot

Guruh: Bog‘cha (katta va tayyorlov guruhi, 5-7 yosh)

Fan / Yo‘nalish: Sog‘liqni saqlash / Gigiyena va shaxsiy gigiyena

Dars turi: Ochiq dars (o‘yinli-mashq mashg‘uloti)

Davomiyligi: 25-30 daqiqa

Darsning maqsadlari:

Ta‘limiy: Bolalarga mikroblar haqida tushuncha berish, qo‘llarni sovun bilan to‘g‘ri yuvishni o‘rgatish, “Mikroblarni quvish” qo‘shig‘ini o‘rganish. **Tarbiyaviy:** Tozalikka, shaxsiy gigiyenaga odatlantirish, do‘stlik va hamkorlikni rivojlantirish, sog‘lom turmush tarziga qiziqish uyg‘otish.

Rivojlantiruvchi: Harakatli o‘yinlar orqali nozik motorika, muvofiqlashtirish, eshitish va nutqni rivojlantirish.

Material va jihozlar:

Sovun, sovun yoki oddiy bolalar sovuni), suv idishi / lavabo, sochiqlar.

Qo‘shig‘i rasmi yoki rasmlar (mikroblar tasviri – kulgili qilib chizilgan).

Telefon (qo‘shiq uchun).

Rasmlar, plakatlari (‘‘Qo‘llarim toza bo‘lsin!’’, mikroblar va sovun rasmlari).

Sovun rasmlari va sovun eritmasi (qo‘shimcha o‘yin uchun).

Bolalar toza bo‘lishni quvish” qo‘shig‘i matni (tarqatiladigan varaqlar).

Qo‘shiq matni: ‘‘Mikroblarni quvish’’ – oddiy ritmli, qo‘llarni yuvish harakatlari bilan ijro etiladi):

1-band: Mikroblar, mikroblar ko‘tiribdi, Sovunim, sovunim, ularni quvadi! Ko‘piklab, ko‘piklab, yuvaman qo‘llarimni toza bo‘l, sog‘lom bo‘l bolajonim!

Nafas (chorus): Sovunim qo‘llarni quv! Suv bilan chayqa, hammasini yuv! Barmoqlar orasida, tirnoq ostida, toza bo‘l xatli kunlar!

2-band: Ovqat oldidan, o‘yinlar oldidan, qo‘llarni yuvaman har doim! Mikroblar qochadi, kasallik yo‘qoladi, Sog‘lom o‘ynaymiz, sog‘lom bo‘lamiz!

(Qo‘shiqni qo‘llar bilan harakat qilib ijro qilish, ishqalash, chayqash, qo‘llarni silkitish. 2-3 marta takrorlash.)

Dars jarayoni:

1. Kirish qismi (Organizatsion lahza) – 3-5 daqiqa

Salomlashish, salomatlik haqida suhbat: ‘‘Bugun biz sog‘lom bo‘lishni o‘rganamiz!’’

Motivatsiya: Mikroblar rasmini ko‘rsatib, ‘‘Bu kimlar? Ularning qanday xatti-harakati yaxshimi? Qanday quvish mumkin?’’ deb savol berish.

Mavzuni e‘lon qilish: ‘‘Bugun ‘Mikroblarni quvish’ qo‘shig‘ini o‘rganamiz va sovun bilan o‘ynaymiz!’’

2. Asosiy qism – 15-18 daqiqa

A. Qo‘shiq o‘rganish (7-8 daqiqa)



Tarqatiladigan matn bilan birga kuylash.

Harakatlar bilan: qo‘llarni ishqalash, barmoqlarni sanash, “quvish” harakatlari.

Guruh bo‘lib kuylash, keyin yolg‘iz bolalar chiqib ijro etishi.

B. Sovun bilan o‘yin-mashg‘ulot (8-10 daqiqa) O‘yin nomi: “Mikroblarni quvaylik!”

Tayyorgarlik: Har bir bolaga sovun va suv beriladi (yoki guruh bo‘lib lavabo oldida).

Qoidalar:

Qo‘shiqni kuylab qo‘llarni sovunlab ishqalaymiz (20 soniya).

Barmoqlar orasini, tirnoq ostini, kaftni tozalaymiz.

Suv bilan yaxshilab chayqaymiz.

Toza sochiq bilan artamiz.

Qiziqarli variantlar:

“Sovun pufakchalari” – mikroblarni pufakchalar bilan “quvish” (ko‘pik yasash).

Musobaqa: “Qizroq va to‘g‘riroq yuvadi?” (qo‘shiq ritmida).

Rolli o‘yin: Bolalar “mikrob” bo‘lib qochadi, boshqalar sovun bilan “quvadi”.

3. Xatirash (10 daqiqa)

Suhbat: “Nima uchun qo‘llarni yuvish kerak?”

Baholash: Bolalar “qo‘llarni yuvish” stikeri yoki yulduzcha berish.

Uy vazifasi: Bolalar qo‘shiqni kuylab, qo‘llarini yuvishni mashq qilish.



Mavzu: Yuz va qo'llarni sovun bilan to'g'ri yuvish (Mikroblarni quvish)

Guruh: Katta va tayyorlov guruhi (5-7 yosh)

Yo'nalish: Sog'liqni saqlash. Shaxsiy gigiyena

Dars turi: O'yinli-mashq mashg'uloti (ochiq dars)

Davomiyligi: 25-30 daqiqa

Darsning maqsadlari:

Ta'limiy:

Bolalarga mikroblar haqida sodda tushuncha berish;

Yuz va qo'llarni to'g'ri yuvish tartibini o'rgatish;

"Mikroblarni quvish" qo'shig'ini harakatlar bilan o'rganish.

Tarbiyaviy:

Tozalikka va shaxsiy gigiyenaga odatlantirish;

Sog'lom turmush tarziga qiziqish uyg'otish.

Rivojlantiruvchi:

Nozik harakatlar bilan yuvoviqilashtirish, nutq va eshitish qobiliyatini rivojlantirish.

Materiallar:

Suyuq sovun, qo'shiq matni, rangli sochiqlar, ko'zgu

Rangli kartochkalar ("Toza bola", "Chayqa", "Art")

"Mikroblarni quvish" qo'shig'ini (tarqatish uchun)

Stikerlar ("Toza bola")

Musiqqa pleyeri

Qo'shiq matni ("Mikroblarni quvish")

1-band: Qo'llarimni sovunlayman, mikroblar qochsin tezroq!
Barmoq orasida, tirnoq ostida — mikroblar qochsin tezroq!

2-band: Yuzimni yuvaman, sovun suraman, burun va quloq orqasi, Ko'zlarimni yumib, ehtiyot bo'lib, Suv bilan chayqayman, toza bolaman!

Nafas (chorus): Sovun bilan o'yna, mikroblarni quvishga, toza — baxtli bolaman!

Dars jarayoni (25-30 daqiqa)

1. Kirish qismi (4-5 daqiqa)

Salomlashish va kayfiyat aniqlash.

Suhbat: "Mikroblar nima? Ular qayerda yashiradi? Ular qayerda yashiradi? Ular tirnoq osti, yuz, peshona, quloq orqasi? Qanday quvish mumkin?"

Mavzuni e'lon qilish: "Bugun biz 'Yuz va qo'llarni yuvish' mavzida yuz va mikroblarni quvamiz!"

2. Asosiy qism (15-18 daqiqa)

A. Qo'shiq o'rganish (5-6 daqiqa)

Qo'shiq matnini birga o'qib, musiqasi bilan kuylash.

Harakatlar bilan ijro etish:



Qo'llarni sovunlash va ishqalash (kaftlar, barmoq orasi, tirnoq osti).

Yuzni yuvish harakatlari (peshona, yonoq, burun, quloq orqasi).

Chayqash va artish.

Guruh bo'lib 2-3 marta takrorlash.

B. "Sovunchi bola" o'yini (9-11 daqiqa) Asosiy variantlar:

Ritmik harakatli o'yin — Doira bo'lib qo'shiq kuylab harakatlarni bajarish.

Rolli o'yin — Bir necha bola "mikrob" bo'lib qochadi, qolganlari "sovunchi bola" bo'lib qo'shiq kuylab quvadi.

Amaliy mashq — Lavabo oldida navbatma-navbat:

✧ Qo'llarni 20 soniya to'g'ri yuvish (barmoq orasi + tirnoq osti).

✧ Yuzni ehtiyotkorlik bilan yuvish (ko'zgu oldida).

✧ Toza artish.

✧ "Eng toza bola" musobaqasi (stiker bilan rag'batlantirish).

3. Xulosa qismi (4 daqiqa)

Suhbat: "Nima uchun yuzni yuvish muhim? Qachon yuz va qo'llaringizni yuvasiz? Nima uchun toza bo'lish muhim?"

Har bir bolani o'z qo'llarini yuvishni ko'rsatib berish.

Yakuniy qo'shiq kuylash.

Uy vazifasi: O'z qo'llarini yuvishni o'z uyida qo'shiq kuylab va o'yin o'ynash.



*v**eb-saytimiz: Zokirjon.com***

*Zokirjon.com v**eb-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.

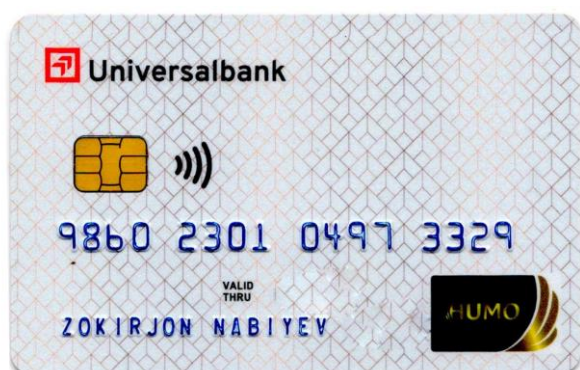
*Kichik guruhlarga yoz davri **Gigiyena madaniyati chellenjlar** mashg‘ulotlarini to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing.*

Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To‘lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



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 v**eb-saytlarga** joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT QILMANG.

ONLINE KOMPYUTER XIZMATLARI

**O‘zbek va rus bog‘chalari uchun
Buyutirma asosida**

MTT direktori, direktor o‘rinbosari, MTT psixologi, defektologi, musiqa 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)