



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI
TASHKIL VA TASHKIL ETISH
SUV RESURSLARINING TEJASIZ EKOLOGIK
TARBIYA VA GIGIYENALIK MADANIYATINI
SHAKLLANTIRISHGA QARATILGAN
“SUVNI AYLANTIRISH - KELAJAKNI
SAQLASH”

SHARH VA TADABIR
TARBIYALARNI TASHKIL ETISH
VA O'ZGARTIRISH BO'YICHA
PSIXOLOGIK YAKUNLASH

ning

O'RTA GURUHLAR UCHUN
TADBIR
MASHG'ULOTLARI

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 MTT psixologining 4-5 yosh o‘rta guruhlar uchun tadbir mashg‘ulotlar rejasi

Hafta kunlari	Mavzu
IYUN	
1-hafta	“Do‘stlik doirasi” + emotsiya kartalari
2-hafta	“Mening kayfiyatim” – yuz ifodalari
3-hafta	“Bulutcha” tinchlantiruvchi ertak
4-hafta	“Navbat kutamiz” o‘yini
IYUL	
1-hafta	“Suv — hayot va quvonch” suhbat-o‘yin
2-hafta	“Jo‘mrakni yopdim – yaxshilik qildim”
3-hafta	“Mikroblar qayerga yashirinadi?”
4-hafta	“Tabiat posbonlari” rolli o‘yin
AVGUST	
1-hafta	“Yozda nimalarni o‘rgandim?”
2-hafta	“Do‘stlik xotirasi”
3-hafta	“Ichimda tinchlik” nafas mashqlari
4-hafta	“Yoz xotirasi” kollaj va suhbat

Mashg'ulot mavzusi: "Do'stlik doirasi" + emotsiya kartalari

Guruh: O'rta guruh (4-5 yosh)

Muddat: Iyun oyi, 1-hafta

Davomiyligi: 45 daqiqa

Maqsad: Bolalarda do'stlik munosabatlarini mustahkamlash, emotsiyalarni to'g'ri tanib olish, ifodalash va boshqalarning his-tuyg'ularini hurmat qilish ko'nikmalarini rivojlantirish.

Vazifalar:

Bolalarni "Do'stlik doirasi" orqali bir-biriga yaqinlashtirish va ishonch muhitini yaratish;

Asosiy emotsiyalarni (quvonch, xafa, g'azab, qo'rquv, hayron, tinchlik) nomlash va sababini tushuntirishni o'rgatish;

O'z kayfiyatini va do'stlarining kayfiyatini tushunish va qo'llab-quvvatlash ko'nikmalarini shakllantirish;

Muloqot, navbat kutish, empatiya va jamoaviy hamkorlikni o'rnatish;

Tortinchoq va yangi kelgan bolalarni guruhga faol jalb qilish.

Materiallar:

Rangli emotsiya kartalari (quvonch, xafa, g'azab, qo'rquv, hayron, tinch, mehribon — 7-8 tur);

Yumshoq to'p (Do'stlik to'pi);

Katta plakat ("Do'stlik doirasi" yozuvi bilan);

Rangli stikerlar, yurakchalar va "Do'stlik doirasi" yozuvi;

Quvnoq va tinchlantiruvchi fon musiqasi;

Kichik oyna (yuz ifodasini ko'rish uchun ixtiyoriy).

Mashg'ulot jarayoni

Kirish qismi (5–7 daqiqa) "Do'stlik doirasi" Bolalar katta doira bo'lib o'tiradi.

Psixolog iliq ovozda bosqichli qilib aytadi:

"Salom, bolajonlar! Bugun do'stlik doirasida o'ynaymiz. Bu yerda hamma bir-biriga do'st va bir-birining kayfiyatini tushunadi. Keling, bir-birimizga yaxshi so'z aytamiz."

Har bir bola o'z yuzini aynaga qarab aytadi: **"Salom, [Ism]! Sen mening do'stim. Bugun yordam beraman, sen ham yordam ber."** (yaxshi so'z: quvnoqsan, yordam bersang yaxshi bo'ladi va h.k.)

Asosiy qism (15–20 daqiqa)

O'yin №1 "Do'stlik to'pi" (8–10 daqiqa) Bolalar doira bo'lib turadi. To'pni yuziga qo'yib aytadi:

"Men [Ism]. Bugun men ... his qilyapman, chunki ..."

Masalan: "Men quvnoqman, chunki bugun do'stlarim bilan o'ynayman."

O'yin №2 "Emotsiya kartalari bilan do'stlik" (12–15 daqiqa) Emotsiya kartalari markazga yoyiladi. Psixolog har bir kartani ko'rsatib, bolalar bilan muhokama qiladi:

Bu yuz qanday his qilyapti?

Nima uchun bunday bo'lishi mumkin?

Bunday paytda nima qilish kerak?

Interaktiv mashqlar:

Har bir bola bugungi kayfiyatiga mos kartani tanlab, sababini tushuntiradi.

“Do‘stimga yordam beraman” — Do‘sti xafa kartasini tanlasa, unga yaxshi so‘z aytilish yoki quchoqlash (ruxsat bilan).

“Emotsiya teatri” — Juft bo‘lib tanlangan emotsiyani yuz ifodasi va harakat bilan ko‘rsatish.

Yakuniy qism — Refleksiya va ijobiy yakunlash (8–10 daqiqa)

“Do‘stlik doirasi yakuni”: Bolalar doira bo‘lib turib, qo‘l ushlaydi. Har biri aytadi: “Bugun menga eng yoqqani ... Do‘stlarimga rahmat!”

“Quyosh nuri” qisqa relaksatsiya: Bolalar o‘tirib, ko‘zlarini yumib, do‘stlik iliqqligini his qiladi.

Psixolog har bir bolani maqtaydi: “[Ism] bugun o‘z kayfiyatini juda yaxshi ko‘rsatib, tushuntirdi!”, “[Ism] do‘stiga ajoyib yordam berdi!”

Har bir bolaga “Do‘stlik posboni” stikeri beriladi.

Kutiladigan natijalar:

Bolalar emotsiyalarni aniq nomlash va sababini tushuntirishni o‘rganadi.

Do‘stlik va empatiya (boshqani tushunish) ko‘nikma o‘rnatiladi.

Guruhda iliqqlik, hurmat va ochiq muloqot muhiti shakllanadi.

Tortinchoq bolalar o‘z fikrini bildirishga ishonim bilan qo‘shiladi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Bolalarning javoblarini chuqurroq tinglang va qo‘shimcha savollar bering (“Nima uchun xafa bo‘lding?”, “Do‘sting xafa bo‘lganida nima qilgan?”);

Emotsiya kartalarini keyingi mashg‘ulotda qayta foydalanish uchun saqlatish;

Har bir bolaning muvaffaqiyatini aniq ta’riflab berish.

Kuzatuv daftarisida: qaysi bolalar emotsiyani ko‘proq ko‘rsatdi va ularning muloqot darajasi haqida yozing.



Mashg'ulot mavzusi: "Mening kayfiyatim" – yuz ifodalari

Guruh: O'rta guruh (4-5 yosh)

Muddat: Iyun oyi, 2-hafta

Davomiyligi: 45 daqiqa

Maqsad: Bolalarda o'z kayfiyatini to'g'ri tanib olish, nomlash, yuz ifodasi bilan ifodalash va boshqalarning emotsiyalarini tushunish ko'nikmalarini rivojlantirish.

Vazifalar:

Asosiy emotsiyalarni (quvonch, xafa, g'azab, qo'rquv, hayron, tinchlik) aniq tanib olish va nomlashni o'rgatish;

O'z kayfiyatini sababi bilan birga ifodalash qobiliyatini shakllantirish;

Boshqalarning yuz ifodasidan kayfiyatini tushunish va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish;

Emotsiyalarni ijobiy boshqarish va do'stga yordam berish usulini o'rgatish;

Guruhda ochiq muloqot va hurmat muhitini yaratish.

Materiallar:

Rangli emotsiya kartalari (quvonch, xafa, g'azab, qo'rquv, hayron, tinchlik, uyat — 7-8 tur);

Katta plakat (markazida "Mening kayfiyatim" yozilgan);

Rangli stikerlar, yurakchalar va "Kayfiyat peyboni" yozilgan;

Quvnoq va tinchlantiruvchi fon musiqasi;

Kichik oyna (yuz ifodasini ko'rish uchun);

Tomchi qo'g'irchoq (ixtiyoriy).

Mashg'ulot jarayoni

Kirish qismi (5–7 daqiqa) – "Emotsiyat do'stligi" Bolalar katta doira bo'lib o'tiradi. Psixolog iliq ovozdagi "Salom, bolajonlar!" bilan kiradi.

"Salom, bolajonlar! Har birimizning kayfiyatimiz turli xil bo'ladi. Bugun biz o'z kayfiyatimiz haqida o'zimizni tanib olishni o'rganamiz. Kim bugun qanday his qilyapti?"

Har bir bola navbat bilan o'zini tanitadi: "Men bugun ... his qilyapman, chunki..."

(Psixolog yordam berib, emotsiyalarni tushuntirishga undaydi).

Asosiy qism (10–12 daqiqa)

O'yin №1: "Emotsiya kartalari bilan tanishuv" (8–10 daqiqa) Emotsiya

kartalari namoyishga yozilgan. Psixolog har bir kartani ko'rsatib, bolalar bilan birgalikda namoyish qiladi:

Bu emotsiya qanday xarakterni bildiradi?

Qanday sabablardan kelib chiqqanini qilamiz?

Ushbu emotsiya qanday bo'ladi? (ko'z, og'iz, qosh harakatini ko'rsatish)

Bu emotsiyani taqlid qilib, yuz ifodasini ko'rsatadi.

O'yin №2: "Mening kayfiyatim" (10–12 daqiqa) Har bir bola o'z bugungi

kayfiyatiga mos kartani tanlaydi va quyidagilarni bajaradi:

Kartani ko'rsatadi;

Yuz ifodasi bilan ko'rsatadi;

"Men bugun ... his qilyapman, chunki ..." deb to'liq gapiradi.

O'yin №3: "Do'stinga yordam beraman" (7–8 daqiqa) Biror bola xafa, g'azab yoki qo'rquv kartasini tanlasa, boshqa bolalar unga yordam berish yo'llarini taklif qiladi:

Yaxshi soʻz aytish

Birga oʻynash

Quchoqlash (ruxsat bilan)

Tinchlantirish usullari

Yakuniy qism — Refleksiya va tinchlantirish (8–10 daqiqa)

Refleksiya doirasi: Har bir bola aytadi: “Bugun menga eng yoqqani ...

Doʻstlarimga rahmat!”

“Quyosh nuri” qisqa relaksatsiya mashqi: Bolalar oʻtirib, koʻzlarini yumib, quyosh nuri iliqligini his qiladi.

Psixolog har bir bolani alohida maqtaydi va “Kayfiyat posboni” eʼtibori beradi.

Kutiladigan natijalar:

Bolalar emotsiyalarni aniq nomlash va sababini tushuntirishni oʻrganadi.

Yuz ifodasi orqali kayfiyatini ifodalash koʻnikmasi rivojlanadi,

Empatiya va doʻstga yordam berish istagi kuchayadi;

Guruhda ochiq va ijobiy emotsional muhit shakllanadi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Bolalarning javoblarini chuqurroq tinglang va qiziqib oʻqing; bering;

Har bir bolaning muvaffaqiyatini alohida taʼkidlang.

Tortinchoq bolalarni majburlamang, lekin chuqurroq uzoq ushlab oling;

Emotsiya kartalarini keyingi mashgʻulotlarida qaytadan ishlatish;

Kuzatuv daftarida qaysi bolalar qaysi emotsiyalarni chuqurroq ifodalaganini va muloqot darajasini qayd qiling.



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.

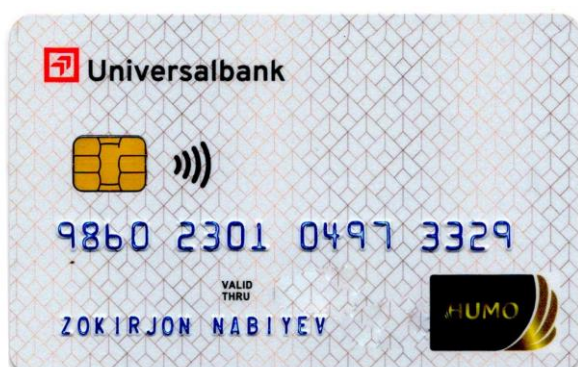
Suv resurslarini tejash, ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan "Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" Shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha MTT psixologining tadbir mashg'ulot ishlanmalarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.

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 veb-saytlarga joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT QILMANG.

ONLINE KOMPYUTER XIZMATLARI

O'zbek va rus bog'chalari uchun

Buyutrma 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)