



O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirining 2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug'iga asosan 2-iyun kuni hamda yozgi sog'lomlashtirish davri davomida

____-SON DAVLAT MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI BIRLIK HUKUMATI

TAYYORLOV GURUH TARBIVASINI

ning

Suv resurslarini ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan "Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" dasturidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha "Ertalabki badantarbiya masalasi"ni tayyorlov guruh uchun tadbir

MAS'ULOTLAR BESHLANMALARI

“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 **ERTALABKI BADANTARBIYA MASHQLARI**

6-7 yosh tayyorlov guruh uchun tadbir mashg‘ulot rejasi

Hafta kunlari	Mavzu
IYUN	
1-hafta	Tabiat posbonlari (ekologik harakatlar)
2-hafta	Suv resurslarini tejaymiz (amaliy mashqlar)
3-hafta	Sportchilar sayri (milliy harakatli o‘yinlar)
4-hafta	Kuchli qalqon (jamoaviy mashqlar)
IYUL	
1-hafta	Suv va qum bilan mashqlar
2-hafta	Oyoqyalang yurish (massaj yo‘laklari)
3-hafta	Chiniqtirish yo‘lagi (tugmali, g‘adir-budur)
4-hafta	“Sog‘lom nonushta” sport musobaqasi
AVGUST	
1-hafta	Tabiat kuzatuvchilari
2-hafta	Vatanga muhabbat (davlat ramzlari)
3-hafta	Olimpiada yulduzlari
4-hafta	“Eng faol sportchi” mukofoti



Mavzu: Tabiat posbonlari (Ekologik harakatlar)

Guruh: Tayyorlov guruhi (6-7 yosh)

Yoʻnalish: Ertalabki badantarbiya mashgʻuloti (Jismoniy tarbiya)

Davomiyligi: 25-30 daqiqa

Mashgʻulotning maqsadi:

Bolalarni tabiatni asrash va ekologik harakatlar haqida oʻyin-mashqlar orqali tanishtirish, ularning jismoniy faolligini oshirish va sogʻlom turmush taʼsirini shakllantirish.

Mashgʻulotning vazifalari:

Taʼlimiy: Bolalarga tabiatni muhofaza qilishning oddiy usullari (daraxt ekadi, axlat yigʻish, suvni tejash, hayvonlarni asrash) haqida maʼlumot berish.

Tarbiyaviy: Bolalarda tabiatga mehribonlik, vatanparvarlik maʼnisi, meʼnat tuygʻusini tarbiyalash, “Tabiat posboni” boʻlish gʻoyasini targʻib qilish.

Rivojlantiruvchi: Jismoniy koʻnikmalarni (mushaklar, nafas olishni mustahkamlash, muvofiqlashtirish) rivojlantirish, ijodkorlik va gʻurur hisslarini oshirish.

Mashgʻulotning jihozlanishi:

Musiq: Quvnoq bolalar qoʻshiqlari (ertalabki badantarbiya uchun ritmik trekler, tabiat tovushlari).

Koʻrgazmalar: Tabiat posbonlari rasmlari (daraxt ekadi bolalar, axlat yigʻayotganlar), plakatlari (yumshoq toʻqimalar: yulduz, koʻk, sariq; yumaloq bulut shakllari, 3D porlash effekti).

Jihozlar: Kichik toʻplar (mevalar, toʻqimalar) va toʻqimalar (oʻyin uchun), gilamcha yoki ochiq maydon.

Qoʻshimcha: Tabiat posbonlari uchun qoʻrakcha (chop etish mumkin).

Mashgʻulotning borishi

Tashkiliy qism (3 daqiqa)

Tarbiyachi harakati: Bolalarni guruh shaklida joylashtirish. Salomlashish:

“Assalomu alaykum! Bugun biz tabiat posbonlari! Bugun biz tabiatni himoya qilamiz va quvnoq mevalar qilamiz!”

Bolalar harakati: Javob berish, kayfiyatni koʻtarish uchun tabiat tovushlarini taqlid qilish (qushlar, shamol esishi).

Uchun: Salomlashish ritmi.

Natijalar: Tabiat posboni nima qiladi? (Daraxt ekadi, axlatni yigʻadi, suvni tejaydi).

Asosiy qism – Badantarbiya mashqlari (15-18 daqiqa) Mashqlar tabiat mavzusida o‘tkaziladi. Har bir mashqni 6-8 marta takrorlash, ritmik musiqa bilan. Bolalarni “Tabiat posbonlari” sifatida rag‘batlantirish.

Kirish mashqi – “Tabiat uyg‘onmoqda” (2 daqiqa)

Qo‘llarni yuqoriga ko‘tarib cho‘zish (daraxt o‘sishi), pastga egilish (suv quyish). Yurish joyida: “Biz tabiat posbonlarimiz, daraxtlarimizni asraymiz!”

Qo‘l va yelka mashqlari – “Qushlar uchmoqda” (3 daqiqa)

Qo‘llarni yonlarga yoyib, qanot kabi silkitish (qushlarni asrash uchun).

Qo‘llarni aylantirish: “Qushlarga joy tayyorlaymiz.”

Tanani egish mashqlari – “Daraxt ekamiz” (3 daqiqa)

Oyoqlarni kengaytirib, qo‘llarni pastga cho‘zib “chuqur qazish”, yuqoriga ko‘tarib “daraxt ekish”.

Burilishlar: Atrofni tozalash uchun “axlat yig‘ish”.

Oyoq mashqlari – “O‘rmonda yuramiz” (3 daqiqa)

Yuqori tizzalarni ko‘tarib yurish (o‘rmon bo‘ylab), sakrash (to‘xtov qo‘tish – axlatdan).

“Suvni tejaymiz” – joyida yugurish va nafasni ushlab tutish.

Muvofiqlashtirish mashqi – “Hayvonlarni asraymiz” (3 daqiqa)

Turli hayvonlarni taqlid: tulki (yugurish), quyunchik (yo‘qo‘yish) cho‘zilish).

Guruh o‘yini: Bir bola “posbon” bo‘lib, bolalar “axlat” qo‘yaydi, posbon ularni “tozalaydi” (engil yugurish).

Xulosa qismi (4-5 daqiqa)

Tarbiyachi harakati: Bolalarni tabiatdagi o‘zlarining tabiat posbonlarisiz!”

Suhbat: “Bugun

nimalarni

o‘rgandingiz?”

Bolalar faoliyati: O‘z

his-tuyg‘ularini ay

“Tabiat posboni

qasamyodi” (qasam

so‘zlar: “Tabiat

asraymiz

Qo‘shimcha

Oddiy qo‘shimcha: “Tabiat bizniki, asraymiz uni!”

Uyga vazifa. Bolalar bilan birga bitta o‘simlik suvarish yoki axlatni

alohida yig‘ish.



Mavzu: Suv resurslarini tejaymiz (amaliy mashqlar)

Guruh: Tayyorlov guruhi (6-7 yosh)

Yo‘nalish: Ertalabki badantarbiya mashqlari (jismoniy tarbiya)

Davomiyligi: 25-30 daqiqa

Mashg‘ulotning maqsadi:

Bolalarga suv resurslarining qadr-qimmatini o‘ynash va harakat orqali yetkazish, suvni tejash odatlarini jismoniy mashqlar bilan bog‘lab rivojlantirish.

Mashg‘ulotning vazifalari:

Ta‘limiy: Suvni tejashning oddiy usullarini (jo‘mrakni yopish, suvni behuda to‘kmaslik) o‘rgatish, harakatlar orqali mustahkamlash.

Tarbiyaviy: Tabiatni, suvni asrashga nisbatan mas‘uliyat, vatanparvarlik (O‘zbekiston suv resurslarini tejash) va do‘stlik tuyg‘ularini shakllantirish.

Rivojlantiruvchi: Jismoniy ko‘nikmalarni (mushaklar, muvofiqlashtirish, hissiyat olish), tasavvur va ijodkorlikni rivojlantirish.

Mashg‘ulotning jihozlanishi:

Musiqqa: quvnoq ritmik bolalar qo‘shiqlari (suv, tabiat mavzusidagi).

Vizual: Suv tomchisi, daryo, jo‘mrak rasmlari (premiya uslubidagi). yumshoq pastel ranglar – aqua, mint, sariq; yaltiroq effektli qimmatli (r).

Qo‘shimcha: Kichik to‘plar yoki “suv tomchilari” (suvni o‘yinchoqlar), suvni tejash belgilari (kartochkalar).

Xona: erkin harakat uchun bo‘sh joy.

Mashg‘ulotning borishi

Tashkiliy qism (3-4 daqiqa) Tarbiyachi: “Salomatlik, yekum, aziz bolajonlarim!

Bugun ertalabki badantarbiyamizni suv bilan boshlaymiz. Mavzuyimiz –

Suv resurslarini tejaymiz! Suv – qimmatli. O‘zbekistonda suvni asrash – har bir fuqaroning vazifasi. Bugun suv tomchilari bo‘lib o‘ynaymiz va mashq qilamiz!”

Salomatlikni tekshirish uchun, “O‘zbekiston – mening Vatanim”

qo‘shig‘ining bir qismini o‘ylas.

Nafas olish mashqi: Qo‘l uchiga ko‘tarib chuqur nafas olish (“Suv bug‘lanayotgan”) va pastlab chiqarish (“Tomchi tushayotgandek”).

Asosiy qism (15 daqiqa) Amaliy mashqlar (suv tejash mavzusida)

Mashg‘ulotning 1- qismi (2-3 daqiqa) – Isinish

Bolalar suvni o‘ynay olib yumshoq harakatlanadi: yugurish, sakrash, aylanma harakatlar.

Tarbiyachi: “Tomchi yerga tushmasin, tejaymiz!” – Bolalar harakatda “jo‘mrakni yopish” uchun qo‘llarni tez yopadi.

Mashq 2: “Jo‘mrakni yopamiz” (3-4 daqiqa) – Qo‘l va oyoq mashqlari

Qo‘llarni oldinga cho‘zish va aylantirish (“Jo‘mrak ochilyapti”).

Qo‘llarni keskin yopish (“Jo‘mrak yopildi – suv tejaldi!”).

Oyoqlarni navbat bilan ko‘tarish (chap-o‘ng) – “Suv oqmasin”.

Takror: 8-10 marta.

Mashq 3: “Daryoni suzish” (4 daqiqa) – Umumiy harakat

Qo‘l va oyoq bilan suzish harakatlari (joyida yugurish + qo‘l aylantirish).

“Suvni tejab suzimiz” – tezlikni o‘zgartirish (sekin – tejamkor, tez – behuda sarflash).

Guruh bo‘lib: bir guruh “daryo oqimi”, ikkinchisi “tejoychi suzuvchilar”.

Mashq 4: “Tomchilarni yig‘amiz” (4 daqiqa) – Muvofiqlashtirish va o‘yin

Yerga sochilgan kichik to‘plar (“tomchilar”) ni yig‘ish: egilish, sakrash, yurish.

Qoidalari: Har bir bola o‘z “tomchilarini” tejab yig‘adi, boshqasiga yordam bersa – yaxshi.

“Kim ko‘proq tejadi?” – raqobatli o‘yin elementlari.

Mashq 5: “Suvni asraymiz” – Naqshli mashqlar (2-3 daqiqa)

Qo‘llarni bir-biriga urib ritm bilan: “Suvni tejaymiz, tomchini asraymiz!”

Chuqur nafas olish va dam olish.

Xulosa qismi (4-5 daqiqa)

Suhbat: “Bugun qanday mashq qildik? Suvni qanday tejash mumkin?” (Javoblar: jo‘mrakni yop, behuda to‘kma, dushda tez yuvin va h.k.).

“Suv tomchisi” qo‘shig‘i yoki she‘r: “Suv – hayot, suv – ne‘mat, Tejaysang – do‘sting bo‘ladi, Asrasang – Vatanning farzandi!”

Baholash: Har bir bolani maqtash (“Zo‘r tejading!”).

Kayfiyatni ko‘tarish: qo‘l silkish, tabassum.

Uyga vazifa: Uyda ota-onalar bilan birga suvni tejash usullarini sanash va “Suv tomchisi” rasmini chizish.



vab-saytimiz: Zokirjon.com

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

Zokirjon Admin bilan

90-530-88-18, 91-328-88-38 nomerga telegramdan yozishingiz yoki telegramdan jek456 izlab telegramdan yozishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirining 2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug'i 1- va 2-ilovalari, Suv resurslarini tejash, Ekologik tarbiya va Gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan

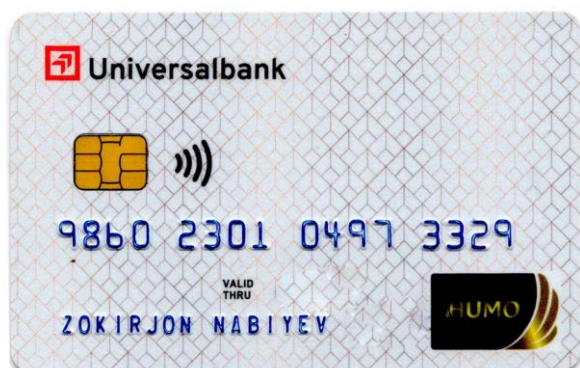
“Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz” shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha tayyorlov guruh ertalabki badantarbiya mashqlarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing

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 vab-saytlarga joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

**OMONATGA HIYONAT
QILMANG.**

Online kompyuter xizmatlari

O'zbek va rus bog'chalari uchun

Buyurtma 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)