



O'zbekiston Respublikasi maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi

_____ kimligi
maktabgacha va maktab ta'limi
boshqaruvi

_____ maktabgacha va
maktab ta'limi boshqaruvi tasarrufidagi
_____-maktabgacha ta'lim tashkiloti

TAYYORLASH GURUH TARBIYACHISI
_____ning

2026-yilgi sog'lomlashtirish ishlarini
tashkil etish bo'yicha

METODIK TAVSIYA

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida yozgi sog‘lomlashtirish ishlarini tashkil etish bo‘yicha

METODIK TAVSIYA

KIRISH

Maktabgacha yoshdagi bolalarning sog‘lom rivojlanishi ommaviy, ma’naviy, intellektual qobiliyatlarini shakllantirishda maktabgacha ta’lim tashkilotlarining roli muhim ahamiyatga ega.

Yozgi davr bolalar uchun nafaqat dam olish, qulayliklarini sog‘ligini mustahkamlash, tabiat bilan yaqindan munosabatlarini o‘rnatish, madaniyatni shakllantirish, yangi ko‘nikmalarni egallash va munosabatlarni mustahkamlash uchun qulay imkoniyatdir.

Shuning uchun ham yozgi sog‘lomlashtirish ishlarini to‘g‘ri tashkil etish maktabgacha ta’lim tashkilotlarining ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi.

Ushbu metodik tavsiyaning maqsadi maktabgacha ta’lim tashkilotlarida yozgi davrni samarali tashkil etish, bolalar uchun pedagogik jihatdan mazmunli faoliyat sharoitlarini yaratish, shuningdek, ularning salomatligini mustahkamlashga qaratilgan yagona yondashuvni shakllantirish va to‘liqlashtirishdir.

Unda yozgi oylarda bolalar uchun o‘rnatilgan faoliyat turlari, mehnat va dam olish tartibi, ommaviy sog‘lomlashtirish tadbirlari, ota-onalar ishtiroki, xavfsizlik texnikasi qoidalari kabi muhim masalalar aksini topgan.

Metodik tavsiya O‘zbekiston Respublikasining “Maktabgacha ta’lim va tarbiya to‘g‘risidagi” 2019-yil 23-sentabrdagi O‘RQ-595-son, “Ta’lim to‘g‘risida” 2020-yil 23-sentabrdagi O‘zbekiston Qonunlari, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining maktabgacha ta’lim va tarbiyaning davlat standartini tasdiqlash to‘g‘risida” 2020-yil 23-sentabrdagi 802-son, “Maktabgacha ta’lim tashkilotlari faoliyatini o‘zlashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 2019-yil 13-maydagi 52-son, “Davlat maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lomlashtirish to‘g‘risida” 2019-yil 25-iyuldagi 626-son qarorlar, O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta’lim vazirligi va sog‘lomlashtirish vazirligining “Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalarning sog‘lomlashtirish to‘g‘risida” 2018-yil 30-apreldagi 20/1, 10-qq/1-son qo‘shma qarorlariga (O‘zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi tomonidan 2018-yil 14-mayda ro‘yxatdan o‘tkazilgan, ro‘yxat raqami 3012), O‘zbekiston Respublikasi Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmatining “O‘zbekiston Respublikasida maktabgacha ta’lim muassasalarining joylashuvi,

tuzilishi va tashkillashtirishga oid sanitariya-gigiyenik talablar” 2018-yil 27-apreldagi 0355-18-son qarori (O‘zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi tomonidan 2018-yil 8-mayda hisobga olindi, hisob raqami 6-son), O‘zbekiston Respublikasi Bosh davlat sanitariya vrachining “O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida tarbiyalanayotgan bolalarni xavfsiz va sifatli ovqatlanishini tashkil etilishiga oid gigiyenik talablar” 2021-yil 17-iyuldagi 0016-21-son qarori (O‘zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi tomonidan 2021-yil 26-iyunda hisobga olindi, hisob raqami 30-son), O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi hamda Maktabgacha va maktab ta’lim vazirligining “Maktabgacha va umumiy o‘rta ta’lim tashkilotlarida ta’lim xizmatini takomillashtirish to‘g‘risida” 2024-yil 11-dekabrda 18-son qarori va boshqa amaldagi mavjud me‘yoriy huquqiy hujjatlar asosida sog‘lom turmush tarzini rag‘batlantirish dasturlari va xalqaro tajribalar asosida ishlab chiqilgan bo‘lib, barcha yosh guruhidagi bolalar hamda ota-onalar uchun qo‘llanma vazifasini o‘taydi.

Yozgi sog‘lomlashtirish ishlarini metodik tavsiyalar orqali bolalarning immunitetini oshirish, ularga tabiiy muhitda bo‘lib o‘tish va parvarish qilish tuyg‘usini singdirish, jismoniy faollikni rag‘batlantirish va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishga erishiladi.

Metodik tavsiya maktabgacha ta’lim davriga yozgi davrda bolalar bilan ishlash jarayonida yordam berish orqali bolalarning kasbiy ko‘nikmalarini yanada rivojlantirish va sog‘lom turmush tarziga hissa qo‘shish maqsadida tayyorlangan. Undan samarali foydalanish uchun har bir bolaning yozgi sog‘lomlashtirish davrini mazmunli, xavfsiz va samarali qilishga erishish mumkin.

I BOB. MAKTABGACHA TA’LIM VA TARBIYA TO‘G‘RISIDA YOZGI SOG‘LOMLASHTIRISH DAVRINING NAZARIY ASOSLARI

1.1. Yozgi sog‘lomlashtirish davrining mazmuni va ahamiyati

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida pedagoglar tomonidan bola (tarbiyalanayotgan) sog‘lom rivojlanishi va ularning jismoniy, ma’naviy, intellektual qobiliyatlarini shakllantirishda O‘zbekiston Respublikasining “Maktabgacha ta’lim va tarbiya to‘g‘risidagi” 2019-yil 16-dekabrda O‘RQ-595-son Qonun qator ustuvor vazifalar belgilab berildi.

Qonunga muvofiq vazifalar asosida maktabgacha yoshdagi bolalarni sog‘lom, jismoniy rivojlanishlari uchun zarur shart-sharoitlar yaratib berilishi, ularda bilim ko‘nikmalarni rivojlantirish, o‘quv yili davomida olgan bilimlarini mustahkamlash va barcha asosiy kompetensiyalarini shakllantirish (kommunikativ, jismoniy, shaxsiy, bilish va tanqidiy fikralash), sog‘lomlashtirish, chiniqtirishga qaratilgan tadbirlarni amalga oshirish ishlarini samarali tashkil etilishiga alohida e‘tibor qaratish zarur.

Ushbu davrda bolalar bilan o‘tkaziladigan barcha tadbirlarni yengillashtirish, qiziqarli va ko‘tarinki o‘tishini ta‘minlash, o‘yin jarayonini faollashtirish, turli ko‘ngilochar tadbirlar, kichik sayrlarni muntazam tashkillashtirish, ijodiy va amaliy

ishlarni bajartirish, quyosh, havo, suv muolajalarini o‘rinli qo‘llash, charchoqyozdi mashqlar va alohida belgilangan kun tartibiga qat’iy amal qilish tavsiya etiladi.

Yozgi sog‘lomlashtirish davrining maqsadlari:

Bolalarning sog‘lig‘ini muhofaza qilish va mustahkamlash;
jismoniy, aqliy va ijtimoiy salomatligini mustahkamlash, ularning kognitiv, kommunikativ, psixologik rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash;
sog‘lomlashtirish va chiqniqtirish tadbirlarini tashkil etish;
tabiat qo‘ynida dam olish orqali ijobiy emotsional holatni yaratish va ularni hayotga faol tayyorlash;
bolalarning shikastlanishi va kasallanishini oldini olish;
yozgi davrda maktabgacha yoshdagi bolalarning o‘z-o‘zini qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy-hissiy rivojlanishini ta‘minlash;
sayr va kuzatish jarayonlarida muammolarni hal qilish, g‘iri qarorlar qabul qilish, tanqidiy fikrlashga o‘rgatish;
bolalarning rivojlanish sohalari va talonchilik stressiyalarini shakllantirish, bilim, ko‘nikma va malakalarini mustahkamlashga qaratilgan ta‘lim-tarbiya jarayonining samarali shakli va usulini foydalanish uchun zaruriy shart-sharoitlarni yaratish.

Yozgi sog‘lomlashtirish davrining vazifalari:

bolalarning salomatligi va jismoniy rivojlanishini yaxshilash, ularni axloqiy tarbiyalash, qiziquvchan bilim faoliyatini rivojlantirish, madaniy-gigiyenik va mehnat ko‘nikmalarini oshirishga qaratilgan tadbirlar tizimini amalga oshirish;
bolalar hayoti va salomatligini muhofaza qilishni, bolalarning sayrda mustaqil, ijodiy faoliyati uchun sharoit yaratish;
bolalarning sog‘lomlashtirish va dam olishlarini ta‘minlash;
tabiiy o‘rinlardan (daryo, quyosh, suv) keng foydalanish hisobiga bolalarni sog‘lomlashtirish va jismoniy rivojlantirishga qaratilgan tadbirlar tizimini amalga oshirish;
tabiat qo‘ynida (g‘ozor, bog‘, tajriba maydonchasi, ekologik yo‘lakcha) mehnatni o‘rganish va ijodiy faoliyati, turli xil ta‘limiy-tarbiyaviy va harakatli o‘yinlarni o‘z ichiga olgan amaliy kuzatish, kichik tajriba-eksperimentlar, samarali tadqiqot faoliyatini o‘z ichiga olish uchun tabiiy muhit (sharoit)dan foydalanish;
turmush tarziga odatlantirish;
sog‘lom va xavfsiz ovqatlantirish;
yozgi davri davomida olingan bilim va ko‘nikmalarini mustahkamlashga qaratilgan ta‘lim-tarbiya jarayonini tashkil etish;
ijtimoiy-kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish;
xavfsizlik xatti-harakat ko‘nikmalarini takomillashtirish;
ota-onalar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzi, sog‘lomlashtirish tadbirlarini uyda davom ettirishlari bo‘yicha pedagogik va sanitariya-targ‘ibot ishlarini amalga oshirish, yozgi davrda ularni bolalar bilan birgalikdagi tadbirlarga jalb qilish.
Yozgi sog‘lomlashtirish davrida pedagoglarning asosiy vazifasi bolaning dam olishi va jismoniy rivojlanishiga bo‘lgan ehtiyojini ta‘minlashdir.

Yozgi sog‘lomlashtirish davrining asosiy ustuvor yo‘nalishlari:

1. Jismoniy sog‘lomlashtirish va milliy o‘yinlar:

milliy sport va harakatli o‘yinlar: chillak, arqon tortish, quvlashmachoq va boshqalar;

har kuni ochiq havoda mashqlar va musobaqalar;

bolalarda jamoaviylik ko‘nikmalarini va hamkorlikni rivojlantirish;

2. Milliy qadriyatlar va urf-odatlar:

yozgi bayramlar va an‘analarni bolalarga tanitish (xalq bayramlari, unarmandchilik ko‘rgazmalari va boshqalar);

milliy qo‘shiqlar, raqslar va ertaklar orqali madaniy tarbiyani kuchaytirish;

bolalarni milliy liboslar va an‘anaviy taomlar bilan tanishtirish.

3. Tabiat va ekologik tarbiya:

milliy dasturdagi ekologik tarbiyani yozgi davrda kuchaytirish: bog‘da ishlash, gul ekish, suvni tejash va shu kabi faoliyatlarni o‘tkazish;

tabiat qo‘ynida faoliyatlar: sayrlar va o‘simliklarni kuzatish;

bolalarda tabiatga mehr va muvofiqlikni rivojlantirish.

4. Insonparvarlik va vatandashlik:

davlat ramzlari (bayroq, gerb, himn)ni tanitish va ularga hurmat uyg‘otish;

O‘zbekiston tarixidagi qadimgi va qadimgi hikoyalar;

bolalarda Vatanga muvofiqlikni milliy g‘ururni oshirish.

5. Oila va mahalla bilan hamkorlikdagi ishlari:

ota-onalar bilan hamkorlikda milliy o‘yinlar va tadbirlar tashkil etish;

mahalla kengashlari va mahalliy hokimliklar bilan hamkorlikda sog‘lomlashtirish tadbirlari (sport musobaqalari, madaniy kechiklar va boshqalar)ni o‘tkazish.

Yozgi sog‘lomlashtirish tashkilotining yozgi davrga tayyorligi mezonlari:

O‘z vaqtida sog‘lomlashtirish maydonchalarini SanQvaM talablari asosida tayyorlab, bolalar hayoti va sog‘lig‘ini muhofaza qilish bo‘yicha ko‘rsatmalar berish va hujjatlar tayyorlash;

yoziq davr uchun ish rejasi, bolalar hayoti va sog‘lig‘ini muhofaza qilish, tashkilot faoliyatini yozgi davrda o‘tkazish uchun zarur bo‘lgan joylarga xavfsizligini ta‘minlagan holda ekskursiyalar va tadbirlar tashkil etish;

bolalarni zararli o‘simlik va boshqa narsalar bilan ta‘minlashning oldini olish bo‘yicha ko‘rsatmalar, toza ichimlik suvi bilan ta‘minlash rejimini tashkil etish, tibbiy-sanitariya va profilaktika tadbirlarini tashkil etish hamda o‘tkazish bo‘yicha hujjatlar, pedagog va ota-onalar uchun turli tavsiyalar va maslahatlar berish;

o‘yin maydonchalarida joylashgan qum (qumdonlar) qutilaridagi qumni gigiyenik talablarga javob beradigan yangi qum bilan har yili (bahorda) to‘liq almashtirish;

qumning ifloslanishini oldini olish uchun yopiq holda saqlanishi (qopqoqlar yoki polimer, plyonkalar, tentlar yoki boshqa himoya vositalari) hamda soyabon bilan ta‘minlash;

qum va bolalar maydonchasini o‘z vaqtida tozalash, namlantirish va o‘yinchoqlar bilan ta‘minlash uchun sharoit yaratish;

bolalar bilan yozgi sog‘lomlashtirish davrini tashkil etishni nazorat qilish tizimining mavjudligi.

Sport, harakatli o'yinlar, sport musobaqalari, ekskursiya va boshqalarni o'tkazish, shuningdek, sayrlar davomiyligini oshirish tavsiya etiladi. Sog'lomlashtirish jarayoni samarali bo'lishiga erishish uchun kun tartibiga bolalarning ochiq havoda maksimal darajada bo'lishlari, yoshga mos uyqu va dam olishi nazarda tutiladi.

Yozgi sog'lomlashtirish davrida foydalaniladigan jihozlar va jihozlar:

suv, loy va qum bilan o'ynaladigan o'yinchoqlar va h.k.;
qo'l yuvish uchun suv, bir martalik sochiqchalar, qog'oz qog'ozlar uchun chelak va h.k.;

nafas gimnastika o'yinlari uchun jihozlar (aytilmalar, qog'oz kirpiraklar, lentalar) va h.k.;

voqeaband va teatrlashtirilgan o'yinlar uchun jihozlar (o'yinchoqlar va h.k.);

sport o'yinlari uchun jihozlar (xalqalari, arqon, arqonchalar, har xil kattalikdagi to'plar va h.k.);

stol bosma o'yinlari va h.k.;

tabiat qo'ynida mehnat qilish uchun qog'ozli jihozlar to'plami (kurakcha, belkurak, supurgi, hokandoz, xaskash, sochiqchalar, o'rmonrakli chelakchalar va h.k.);

qo'l mehnati uchun kerakli jihozlar (qog'oz qutilarda bo'lishi (rangli va rangsiz qog'ozlar, bo'yoq, qog'oz dozalari, bo'yash uchun kitobchalar, sochiqchalar va h.k.);

badiiy adabiyotlar;

teatr uchun turli jihozlar (to'shama, shirma, pardalar va boshqa atributlar).

Maydon va jihozlar chiqiladigan jihozlarning xavfsizligi (singan, o'tkir qirrali va teatrlashtirilgan jihozlarning yo'qligi) tekshirilib, har kuni sayrdan keyin yuviladi, quritiladi va qum va avatlarga joylanadi. Sayrdan so'ng har bir jihoz ko'zdan kechiriladi.

Sayrdan so'ng ayvoncha, maydoncha va bolalar uychalari tozalanadi, suv bilan yuviladi.

Qum jihozlari, elanib, nam holatda saqlanishi ta'minlanadi. O'yindan so'ng qum jihozlari tozalanadi.

Tabiat ta'lim tashkilotida yozgi sog'lomlashtirish davriga tayyorgarlik ishlarini xodimlar tomonidan o'z lavozim vazifalariga muvofiq amalga oshiriladi.

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.

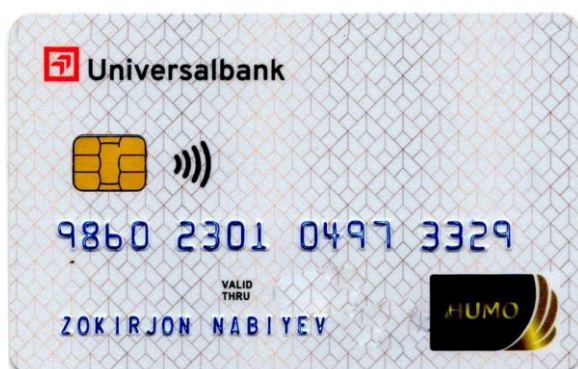
28 listdan iborat tayyorlov guruhlarga yoz davri metodik tavsiyani to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.



**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
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)