



Министерство дошкольного и школьного
образования Республики Узбекистан

При отделе дошкольного и школьного
образования _____

Дошкольной образовательной
организации _____

воспитателя _____ группы

на основе третьего издания учебной
программы «Им-кадам» по теме
«Закаливание и укрепление организма»

Расшифровка деятельности

(Июнь, 2-неделя)

Средняя группа, месяц июнь

Тема месяца: Лето и здоровье

Тема недели: Закаливание и укрепление организма

Возрастная группа: средняя группа (4–5 лет)

*Направление: физическое воспитание и здоровый образ жизни
(интеграция гигиены и природоведения)*

Цель деятельности:

*Сформировать у детей простое представление о значении и
укреплении организма, научить простым способам сохранения
здоровья, а также через поощрение физической активности
воспитывать крепких, закалённых, здоровых детей.*



Задачи:

Образовательные задачи:

*Объяснить детям, что такое закаливание: воздух, вода, солнце,
движение.*

Показать простые способы укрепления организма: свежий воздух, спорт, игры с водой.



Воспитательные задачи:

Пробуждать интерес к здоровому образу жизни, воспитывать заботливое отношение к своему здоровью.

Формировать чувство патриотизма и семейных ценностей через понятие: «Здоровый и счастливый Узбекистан».

Развивать такие качества как дружба, взаимопомощь и трудолюбие.

Развивающие задачи:

Развивать мелкую моторику, точность и координацию движений.

Повышать физическую выносливость и силу воли.

Стимулировать творческое мышление и обучение через игру.



Оснащение деятельности:

Наглядные материалы: красивые плакаты / картинки с изображениями в премиальном стиле (материалы — aqua, mint, жёлтый, розовый; округлые формы, 3D-блеск, с декором из белых роз): солнце, вода, ребёнок, занимающийся спортом, свежий воздух.

Игрушки: мячи, скакалка, скакалки (для закаливания).

Музыка: весёлые детские песни (изкультминутки).

Дополнительно: цветные карандаши (для домашнего задания).

Безопасность: твёрдая площадка или зал, напоминает рекомендация врача.

Ход деятельности

Организационная часть (3–5 минут)

Приветствие и создание хорошего настроения.

Патриотический элемент: «Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня мы поговорим о здоровых детях нашего Узбекистана. Наша Родина была сильной, мы тоже должны быть крепкими и здоровыми».

Объявление темы: «Сегодня мы узнаем секрет здоровья и укрепления организма».



Слова вождя: «Вы каждый день играете, бегаете, гуляете на свежем воздухе. Это делает вас сильными».

Слова вождя: «Это волшебное упражнение, которое защищает нас от гриппа и простуды!»

Основная часть (15–18 минут)

Знакомство с новой темой (7–8 минут)

Беседа. Воспитатель задаёт детям простые вопросы:

«Почему мы каждый день занимаемся спортом?

Что даёт прогулка на свежем воздухе?

Чем полезны игры с водой?»



Показ: демонстрация с помощью плакатов — солнечные ванны, воздушные ванны, игры с водой, физические упражнения.

Рассказ короткого рассказа «Весёлый малыш»: малыш каждый день закалялся и становился сильным и счастливым.

Своими знаниями: закаливание — это укрепление организма с помощью воздуха, воды, солнца и движения.

Если заниматься этим регулярно, мы не будем болеть.

Закрепление и деятельность (8–10 минут)

Игра: «Путешественники закаливания» (подвижная игра)

Цель: закрепить способы закаливания через игру

Материалы: мячи, скакалка, куклы.

Правила:

«Воздушная ванна» — лёгкий бег, прыжки на скакалке и глубокое дыхание (дружим со свежим воздухом).

«Укрепляемся с помощью воды» — играция мытья рук прохладной водой (показ образца, беседа о температуре воды).



«Солнце и спорт» — бросание мяча, прыжки, произнесение слов: «Солнце нас укрепляет!»

Игра проводится в группе, каждому ребёнку предоставляется очередь.

Диалоги: «Я закаляюсь воздухом — дышу!»

«Я укрепляюсь водой — умываюсь!»

«Мы сильные!»

Физкультминутка (2–3 минуты):

Под весёлую песню выполняются упражнения «Прыгаем», «Потягиваемся»:
махи руками, поднятие ног, прыжки.

Заключительная часть (3–5 минут):

Беседа: «Что вы сегодня узнали?»

«Что даёт закаливание?»

Слушаются ответы детей и подводятся итоги.

Поощрение: Каждому ребёнку вручается «Знак отличия» — медалька.

«Закалённый человек».

После занятия читается стихотворение:

Прочитывается стихотворение:

Закаляюсь каждый день,
здоровыми всегда!»

Домашнее задание: Вместе с родителями погулять на свежем воздухе, выполнить дома простые физические упражнения и нарисовать рисунок «Я закаляюсь».



veb-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com veb-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 rus bog‘chalariga yoz davri o‘rta guruh haftalik faoliyat ishlanmalarini to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing

Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To‘lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiye 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 gruppalariga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT

Online kompyuter xizmatlari

O'zbek va rus bog'chalari uchun

Buyutrma asosida

MTT direktori, **direktor o'rinbosari**, MTT psixologi, **defektologi**, **musiq**a 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)