



Министерство дошкольного и школьного
образования Республики Узбекистан

При отделе дошкольного и школьного
образования _____

Дошкольной образовательной
организации _____

воспитателя _____ группы

на основе третьего издания учебной
программы «Идём 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 и самостоятельных 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, семейных ценностей через понятие: «Здоровый образ жизни – это путь к процветанию Узбекистана».

Развивать такие качества как дружба, взаимопомощь и трудолюбие.

Развивающие задачи:

Развивать ловкость, гибкость 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 (мягкие тона — aqua, mint, жёлтый, розовый; округлые формы, 3D-блеск, с декором из белых роз): солнце, вода, ребёнок занимается спортом, свежий воздух.

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

Музыка: весёлые детские песни (физкультминутки).

Дополнительно: цветные карандаши (для домашнего задания).

Безопасность: только на площадке 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. Родина была сильной, мы тоже должны быть крепкими»

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.»

«Солнце – 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.

Расширение знаний: сказка «Весёлый малыш»: малыш каждый день закалялся и вырос сильным и счастливым.

Свои знания: 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 на площадке и глубокое дыхание (дружим со свежим воздухом).

«Укрепляемся с помощью льда» — играция мытья рук прохладной водой (показ образца, без температуры 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»: махи руками, поднятие ног, прыжки.

Заключительная часть (3–5 минут):

Беседа: «Что вы сегодня узнали?»

«Что даёт закаливание?»

ответы детей и поощрять их.

Поощрение: каждому ребёнку

вручается «Зелёный листок»

«Закалённый человек».

Игра: Дети читают стихотворение:

Прочитай 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 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

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)