



Министерстве дошкольного и школьного  
образования Республики Узбекистан

При отделе дошкольного и школьного  
образования

Дошкольного образовательной  
организации

группы старшей группы

новое третье издание учебной  
программы «Илк кадам»

спорт и здоровье летом» по теме

# Развитие деятельности

(ИЮНЬ — 2 НЕДЕЛЯ)

**Группа:** Старшая группа

**Тема месяца:** Родина, семья и гармония – основа счастливого детства

**Тема недели:** Спорт и здоровье летом

**Название занятия** «Спорт и здоровье – сильные и счастливые дети!» Летнее занятие на открытом воздухе (в спортивной площадке).

**Возрастная группа** Большая группа – 5-6 лет

**Цель** Познакомить детей с пользой спорта и правилами сохранения здоровья, повысить физическую активность, укрепить дружбу и взаимное уважение, привить здоровый образ жизни.

**Задачи:**

познакомить с видами спорта и их пользу.

Освоить простые физические упражнения и способы дыхания.

**Воспитательные:**



**МАМАШКА**

Осознавать важность сохранения здоровья, свежего воздуха и движения.

Укреплять дух дружбы, взаимопомощи, соревновательности и патриотизма («Давайте будем сильными, как спортсмены нашего Узбекистана!»).



**Развивающие:**

Развивать координацию движений, скорость, ловкость.

Развивать логическое мышление и творчество.

**Материалы:** Спортивный инвентарь: мяч, скакалка, обруч, скакалки, маленькие палочки, коврики. Карточки с картинками: различные виды спорта (футбол, гимнастика, бег, плавание, велосипед). Музыка: весёлые ритмичные песни, фоновая музыка для «Физкультминутки». Наглядные материалы: плакаты «Здоровый ребёнок», красивые карточки в пастельных тонах с

белыми розами и летними цветами (мягкие цвета: зелёный, жёлтый, синий). Дополнительно: бутылочки с водой, изображения символов здоровья (фрукты и овощи).

## Ход занятия

### Организационный момент (3-5 минут)

**Приветствие:** Дети стоят в кругу. Воспитатель: «Приветствую вас, алейкум, дорогие детки! Сегодня в солнечный день мы поговорим о спорте и здоровье. Кто хочет поднять руки!»

**Патриотический момент:** «Давайте будем такими же сильными и здоровыми, как знаменитые спортсмены Узбекистана!» (поднять флажок или прочитать короткое стихотворение).



**Поднятие рук:** Приветственное упражнение – каждый ребёнок с улыбкой говорит соседу: «Салам, друг мой!»

### Основная часть (20-25 минут)

**Взаимное знакомство (5-7 минут)** Воспитатель проводит беседу о видах спорта (с помощью картинок). Вопросы:

«Для чего нужен спорт?»



«Какие виды спорта вы знаете?» (футбол, бег, прыжки, езда на велосипеде).

«Почему нужно каждый день двигаться? (Чтобы быть сильным и не болеть)».

Стихотворение или песенка о спорте. Например, песенка «Я спортсмен» (воспитатель придумывает или использует известный простой ритм). Пример: «Бегаю, прыгаю, здоровый я».

Физические упражнения и подвижные игры (12-15 минут)  
«Физкультминутка» для детей (под музыку):

Поднять руки вверх и сделать вдох.

Бег на месте.

Упражнение «Прыжки на одной ноге».

Упражнение «Прыжки через обруч».

Основные подвижные игры (для большой группы):



«Кто быстрее?» (эстафета с бегом) – бег между конусами, передача мяча.

«Найди полезную еду» – раздаются картинки с фруктами и овощами, дети кладут их в правильное место (рядом со спортивным ребёнком).

«Вместе с друзьями» – в парах прыжки через скакалку и игра с мячом (учит сотрудничеству).



«Станции здоровья» – 5 станций (бег, прыжки, дыхательные упражнения, растяжка). Дети делятся на группы и по кругу проходят станции.

### Правила:

В солнечную погоду носить шапку и пить воду.

Не толкаться, играть дружно.

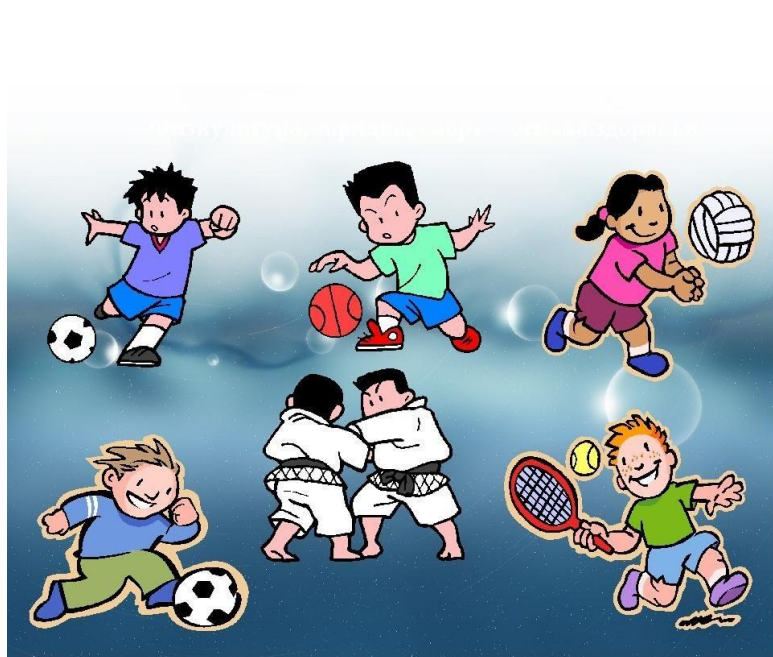
**Заключительная часть (5-7 минут)** Дети садятся в круг.

**Вопросы:** «Что вы сегодня узнали? Чем полезен спорт?» Каждому ребёнку дать возможность сказать: «Я сильный спортсмен!»

**Похвала:** Каждому ребёнку — звёздочка или стикер «Здоровый ребёнок».

**Заключительная песня или танец:** «Мы здоровые дети!»

**Задание на дом** Вместе с родителями дома делать простые упражнения (5 минут) или нарисовать рисунок «Мой любимый вид спорта».



**veb-saytimiz: [Zokirjon.com](http://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-illovalari, 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 katta guruh haftalik faoliyat ishlanmalarni 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 gruppalariga tarqatmang.**

**OMONATGA HIYONAT**

# 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)**