



**MAKTABGACHA TA'LIM  
TASHKILOTIDA  
SUV RESURSLARINI TEJASH, EKOL  
TARBIYA VA GIGIYENA MADANIYATINI  
SHAKLLANTIRISHGA QARATILGAN  
“SUVNI ASRAYMIZ - KELAJAKNI ASRAYMIZ”**

**SHIORI OSTIDA OYLIK  
TADBIRLARNI TASHKIL ETISH  
VA O'TKAZISH BILAN BIRGA  
MUTAQIYYAT PSIXOLOGI**

ning

**TAYYINLASH GURUHLAR UCHUN  
TADBIR  
TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH  
TARZI VA USULI**

**TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH  
TARZI VA USULI**

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 MTT psixologining 6-7 yosh tayyorlov guruhlar uchun tadbir mashg‘ulotlar rejasi

Hafta kunlari	Mavzu
<b>IYUN</b>	
<b>1-hafta</b>	“Men bog‘chada yangi yozda” – motivatsion suhbat
<b>2-hafta</b>	“Yozda o‘zimni qanday his qilyapman?”
<b>3-hafta</b>	“Ichimdagi quyosh” – relaksatsiya
<b>4-hafta</b>	“Jamoada birga – kuchliroq”
<b>IYUL</b>	
<b>1-hafta</b>	“Suvning ahamiyati” hissiy-obrazli suhbat
<b>2-hafta</b>	“Suvni tejash — mas‘uliyat”
<b>3-hafta</b>	“Gigiyena va o‘zini parvarish qilish”
<b>4-hafta</b>	“Ekologik oila” – rolli o‘yin va muhokama
<b>AVGUST</b>	
<b>1-hafta</b>	“Men maktabga tayyorman” motivatsiya
<b>2-hafta</b>	“Maktabda do‘st bo‘lamiz”
<b>3-hafta</b>	“Mening kuchli tomonlarim”
<b>4-hafta</b>	“Maktabga ishonch bilan” – yakuniy trening

**Mashg'ulot mavzusi:** "Men bog'chada yangi yozda" – motivatsion suhbat

**Guruh:** Tayyorlov guruhi (6-7 yosh)

**Muddat:** Iyun oyi, 1-hafta

Davomiyligi: 45 daqiqa

**Maqsad:** Bolalarda yozgi davrga ijobiy munosabat uyg'otish, bog'chada o'zini xavfsiz va quvnoq his qilishga yordam berish, yangi kun tartibi va yozgi faoliyatlarga moslashish motivatsiyasini shakllantirish.

**Vazifalar:**

Yoz fasli va bog'chadagi yozgi hayot haqida ijobiy tasavvur hosil qilish;

Bolalarning bog'chaga kelish, guruhda muloqot qilish va o'yinlarda qatnashishga bo'lgan qiziqishini oshirish;

O'z his-tuyg'ularini so'z bilan ifodalash, tengdoshlarini tinglash va qo'llab-quvvatlash orqali bolalarini rivojlantirish;

Guruhda do'stona, xavfsiz va mehrlı psixologik muhit yaratish;

Bolalarda "men yozda ham bog'chada faol, quvnoq va foydali ishlar qilaman" degan motivatsiyani mustahkamlash.

**Materiallar:**

Yoz fasliga oid rasmlar: quyosh, gullar, daraxtlar, bolalar o'yinlari, yozgi faoliyatlari;

Rangli kartochkalar: "quvonch", "qiziqish", "xotirjamlik", "do'stona munosabatlar", "motivatsiyalari";

"Yozgi kayfiyat daraxti" plakati;

Rangli stikerlar yoki bargcha shaklidagi qog'ozlar;

Yumshoq to'p, fon uchun sokin quvnoq musiqa.

**Mashg'ulot jarayoni**

**Kirish qismi (5-7 daqiqa)** - "Yozgi salom beruvchi"

Bolalar doira bo'lib o'tiradi. Psixolog yozgi mavzuni qiziq cheklash bilan kutib oladi va har bir bolaga qarab iliqlik bilan tabassum qiladi.

Psixolog suhbatni quyidagicha boshlaydi: "Yozgi mavzu haqida biz yoz keldi. Yozda bog'chamiz yanada quvnoq bo'ladi. Bugun biz yozda bog'chada qanday qiziqish qilsak, o'zimizni qanday his qilishimiz va qanday yaxshi do'st bo'lishimiz haqida suhbat qilamiz."

Bolalarga yumshoq to'p uzatilib, har bir bolaga o'z ismini aytib, "Yozda men ... qilishni xohlayman" jumlasini davom ettirish.

**Bolalar bilan qisqa suhbat**

Yoz fasli sizga qanday his qiladi?

Bog'chada yozda qanday qiziqishni o'yinlashni istaysiz?

Bugun kayfiyatingiz qanday?

**Asosiy qism (28 daqiqa)**

**O'yin №1: "Yozgi kayfiyat daraxti"** (10-12 daqiqa)

Bolalar o'zlaridan birini tanlaydi va nima uchun shu kayfiyatni tanlaganini aytadi.

Psixolog buni qabul qiladi: "Sening kayfiyating muhim. Biz bu yerda bir-birimizni tinglaymiz."

Tortinchi bolalarga kartani ko'rsatish yoki bosh iring'ash orqali javob berish imkoniyati beriladi.

**O'yin №2: "Yozgi kayfiyat daraxti"** (10-12 daqiqa)

Plakatdagi daraxtga bolalar bittadan bargcha yopishtiradi.

Har bir bargchaga bola yozda bog'chada qilishni istagan bir yaxshi ishini aytadi: "Do'stim bilan o'nayman", "Gullarni sug'oraman", "Sport qilaman".

Psixolog umumlashtiradi: "Daraxtimiz mehr, do'stlik va yaxshi niyatlar bilan to'ldi."

O'yin №3: "Men yozgi guruh a'zosiman" (7-8 daqiqa)

Bolalar navbat bilan "Men yozda guruhimga ... bilan yordam beraman" jumlasini davom ettiradi.

Javoblar rag'batlantiriladi: "men o'yinchoqlarni yig'aman", "do'stimni chaqiraman", "qoida eslataman".

Mashq bolalarda jamoaga tegishlilik va mas'uliyat hissini kuchaytiradi.

Yakuniy qism - Refleksiya va tinchlantirish (8-10 daqiqa)

Refleksiya doirasi: bolalar "Bugun menga eng yoqqan narsa ..." jumlasini davom ettiradi.

"Quyosh nuri" qisqa relaksatsiyasi: bolalar ko'zlarini yumib, quyoshning iliq nurlarini xotirjam va quvnoq qilayotganini tasavvur qiladi.

Psixolog har bir bolani nomi bilan maqtaydi va "Yozgi quvnoq ishtirokchisi" sifatida uning nomi rag'bat beradi.

Kutiladigan natijalar

Bolalarda yozgi bog'cha hayotiga ijobiy munosabat shakllanadi;

Guruhga moslashish, muloqot qilish va o'z fikrini aytish faolligi ortadi;

Bolalar o'z kayfiyatini tanish va ifodalashni mashq qiladi;

Guruhda do'stona va qo'llab-quvvatlovchi muhit mustahkamlanadi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Javob bermagan bolani majburlamang, unga rasm yordamida fikrini ifodalash imkonini bering;

Har bir bolaga individual e'tibor bering, ayniqsa yozgi bog'chaga kelishi qiyinlashgan bolalarni kuzating;

Mashg'ulotdan keyin tarbiyachi bilan bolalarning munosabati va moslashuvi haqida qisqa fikr almashing;

Kuzatuv daftarida guruhga qo'shilishi va bog'chaga kelishini belgilang.



**Mashg'ulot mavzusi:** "Yozda o'z zimni qanday his qilyapman?"

**Guruh:** Tayyorlov guruhi (6-7 yosh)

**Muddat:** Iyun oyi, 2-hafta

Davomiyligi: 45 daqiqa

**Maqsad:** Bolalarga yoz faslida o'z tanasi, kayfiyati va emotsional holatini sezish, nomlash va sog'lom usulda ifodalashga yordam berish; o'zini anglash va hissiy barqarorlikni rivojlantirish.

Vazifalar:

Bolalarni quvonch, charchoq, issiqlik, chanchoq, xotirjamlik, hayajon kabi holatlarni farqlashga o'rgatish;

"Men o'zimni ... his qilyapman" jumlasini orqali his-tuyg'ularini ifodalash karta shakllantirish;

Tana signallariga e'tibor berish: suv ichish, dam olish, soyada turish, yozda tanamni sezishni

mustahkamlash;

Boshqalarning kayfiyatiga hurmat bilan munosabatda bo'lishni rivojlantirish;

Hissiy holatni boshqarish uchun oddiy nafas mashqi va tinchlanuvchi harakatlarini o'rgatish.

Materiallar:

Emotsiya kartalari: quvnoq, xafa, charchagan, hayajonlanish, tinchlanuvchi;

"Mening yozgi termometr" plakati;

Ko'k rangli suv tomchisi kartalari;

Yumshoq to'p yoki yurakcha;

Tinchlantiruvchi musiqa.

Mashg'ulot jarayoni

Kirish qismi (5-7 daqiqa) - "Kayfiyatimni qanday his qilayman?"

Bolalar doira bo'lib o'tiradi. Psixolog bolalarni harakat qurboniyatlarini yuraklariga qo'yib, bir necha soniya jim turishni so'raydi.

Psixolog aytadi: "Ba'zan tanamni qanday his qilayman: charchadim, suv ichmoqchiman, o'ynamoqchiman yoki dam olmoqchiman. Bugun tanamni qanday his qilayman? O'zini tinglashni o'rganamiz."

Bolalar navbat bilan bitta harakatni tanlab, hozirgi holatiga yaqinligini bildiradi.

Bolalar bilan qisqa suhbat:

Yozda ko'proq quvnoq bo'laymizmi yoki tez charchaysizmi?

Issiqda tanamni qanday his qilayman? Nima beradi?

Kayfiyatimni qanday his qilayman? Nima uchun nima yordam beradi?

Asosiy qism (18 daqiqa)

O'yin №1: "Men o'zimni ... his qilyapman" (10-12 daqiqa)

Har bir bola emotsiya kartasini tanlaydi va "Men o'zimni ... his qilyapman, chunki ..." jumlasini davom ettiradi.

Psixolog har bir tanlovni qaytib ko'rib, tanlovni qaytib ko'rgan bola kartani ko'rsatishi mumkin. Psixolog uning tanlovini muloyim izohlaydi.

Psixolog har bir tanlovni qaytib ko'rib, tanlovni qaytib ko'rgan bola kartani ko'rsatishi mumkin. Psixolog uning tanlovini muloyim izohlaydi.

O'yin №2: "Mening yozgi termometr" (10-12 daqiqa)

Psixolog plakatta uch darajani ko'rsatadi: "juda faolman", "xotirjamman", "dam olishim kerak".

Bolalar o'z stikerini mos joyga qo'yadi va nima uchun shunday tanlaganini aytadi.

Psixolog tananing ehtiyojlarini tushuntiradi: "Agar dam olishim kerak bo'lsa, bu yomon emas. Bu tanam menga yordam so'rayotganini bildiradi."

O'yin №3: "Suv tomchisi yordam beradi" (6-8 daqiqa)

Bolalar suv tomchisi kartasini olib, yozda o‘ziga qanday g‘amxo‘rlik qilishini aytadi.

Javoblar: “suv ichaman”, “qo‘limni yuvaman”, “soyaga o‘taman”, “kattaga aytaman”, “sekin nafas olaman”.

Psixolog har bir javobni hayotiy vaziyat bilan bog‘laydi.

Yakuniy qism - Refleksiya va tinchlantirish (8-10 daqiqa)

“Uch marta sokin nafas” mashqi: burundan sekin nafas olib, og‘izdan chiqariladi.

Refleksiya: “Bugun men o‘zim haqimda ... bildim.”

Psixolog bolalarga o‘z tanasini eshitgani va his-tuyg‘ularini aytgani uchun minnatdorchilik bildiradi.

Kutiladigan natijalar

Bolalar hissiy holatlarni nomlash va farqlashni mashq qiladi;

Tana ehtiyojlarini sezish va kattalardan yordam so‘rash ko‘nikmasi shakllanadi;

Yozgi davrda o‘zini parvarish qilish bo‘yicha oddiy odatlar mustahkamlanadi;

Guruhda o‘zaro tinglash va his-tuyg‘ularga hurmat kuchayadi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Bolalarning “xafa”, “jahldor” kabi javoblarini inkor etmang; ularni tabiiy holat sifatida qabul qiling;

Issiq, chanqoq va charchoq kabi tana signallarini tarbiyachi bilan hamkorlikda kuzating;

Mashg‘ulotda salbiy holat aytgan bolaga alohida yumshoq e‘tibor bering;

Refleksiya vaqtida qisqa va sodda jummalarni qo‘llang.



veb-saytimiz: [Zokirjon.com](http://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.*

*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 MTT psixologining tadbir mashg'ulot 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 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)

