



MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTIDA  
SUV RESURSLARINI TEJASIZ EKSPLOATSIYADAN PSIXOLOGIK  
TARBIYA VA GIGIYENALIK TADBIRLAR ORQALI  
SHAKLLANTIRISHGA QATNASHGAN

“SUVNI ASRAYMIZ - KUNDAHNI ASRAYMIZ”

SHIORI QO'NDIRILGAN OYLIK

TADBIRLARNI TASHKIL ETISH

VA QO'LLASH BO'YICHA

MAKTABGACHA TA'LIM

TASHKILOTI

PSIXOLOGINGING

**REJASINI**

**KELISHILDI**  
Maktabgacha ta'lim tashkiloti  
kasaba uyushmasi raisi

“ \_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2026-yil

**TASDIQLAYMAN**  
\_\_\_\_-son DMTT direktori

“ \_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2026-yil

**O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta’limi vazirining  
2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug‘i 1- va 2-ilovalariga muvofiq  
\_\_\_\_-SON DAVLAT MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTI**

**YOZGI SOG‘LOMLASHTIRISH DAVRIDA  
MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTI PSIXOLOGI UCHUN  
ISH REJA**

**2026-yil iyun — avgust oylari hamda  
“Suvni asraymiz – kelajakni asraymiz” oyligi uchun**

<b>Ko‘rsatkich</b>	<b>Ma’lumot</b>
Psixolog	_____
Guruhlar soni	_____
Tarbiyalanuvchilar soni	_____
Tuzilgan sana	“ ___ ” _____ 2026-yil
Tashkilot	____-son davlat maktabgacha ta’lim tashkiloti

## MUNDARIJA

- I. Umumiy qoidalar, maqsad va vazifalar
- II. Psixologning yozgi sogʻlomlashtirish davridagi asosiy yoʻnalishlari
- III. Tashkiliy-tayyorgarlik va psixologik-pedagogik ish rejasi
- IV. Iyun, iyul, avgust oylariga moʻljallangan kengaytirilgan ish reja
- V. “Suvni asraymiz – kelajakni asraymiz” oyligi boʻyicha psixologik ish rejasi
- VI. Kunlik psixologik-pedagogik kuzatuv tartibi
- VII. Psixologik sogʻlomlashtirish va rivojlanish uchun mashqlar
- VIII. Individual va inklyuziv psixologik koʻllanma yaratish ishlari
- IX. Ota-onalar va xodimlar bilan hamkorlik
- X. Monitoring, hisobot va yuritilayotgan ishlar haqida hisobot
- XI. Kutilayotgan natijalar
- XII. Ilovalar



- bolalarning yosh xususiyatlariga mos holda relaksatsion mashqlar, nafas mashqlari, ertak terapiyasi, art-terapiya, o‘yin terapiyasi, sensor-motor o‘yinlar va kommunikativ treninglarni tashkil etish;
- suv, tabiat, gigiyena va sog‘lom turmush mavzularini bolalarning nutqi, tasavvuri, ijtimoiy-hissiy rivoji va ekologik ongini rivojlantirish bilan integratsiya qilish;
- moslashuvda qiynalayotgan, tortinchoq, haddan tashqari qiziq, tez jahli chiqadigan, qo‘rquv yoki xavotir belgilarini ko‘rsatayotgan bolalar bilan individual va kichik guruhli ishlarni olib borish;
- tarbiyachi, jismoniy tarbiya yo‘riqchisi, musiqachilar, shifokorlar va direktor o‘rinbosari bilan hamkorlikda sog‘lom psixologiyani shakllantirish va rivojlantirish;
- ota-onalarga yozgi davrda bolaning kunlik rejasini tuzish, ekran vaqtini cheklash, ijobiy muloqot, suv va gigiyena tamoyillarini shakllantirish bo‘yicha maslahatlar berish;
- “Suvni asraymiz – kelajakni asraymiz” mavzusi doirasida bolalarda suvni tejash, tabiatni asrash, tozalikni saqlash va ekologik xulq-atvor motivatsiyasini mustahkamlash;
- psixologik kuzatuv, ma’lumotlarning, korreksion-rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar va yakuniy tahlil hujjatlarini tuzish va yuritish.

### Psixologik xizmat ko‘rsatish tamoyillar

- Bola manfaatining ta’minotini, xavfsizlik va ishonchli muloqot.
- Shaxsga qaratilgan individual yondashuv.
- O‘yin, o‘quv va amaliy faoliyat orqali rivojlantirish.
- O‘quv va pedagogik jamoa bilan uzviy aloqadorlik.
- Insonlik, qonun-axloq me’yorlari va bolaga zarar yetkazmaslik tamoyiliga

## II. PSIXOLOGNING YOZGI SOG‘LOMLASHTIRISH DAVRIDAGI ASOSIY YO‘NALISHLARI

T/r	Yo‘nalish	Ish mazmuni	Muddat	Natija hujjati
1	Psixologik-tashkiliy ishlar	Yozgi sog‘lomlashtirish davri uchun psixologik xizmat ko‘rsatishni ishlab chiqish, guruh va individual bolalar ro‘yxati, individual ehtiyojlarni hisobga ma‘lumotlash va baholash.	Iyun boshida, doimiy	Ish reja, ro‘yxat
2	Kuzatuv va dastlabki tahlil	Bolalar emotsional holati, muloqot qobiliyati, jamoaga moslashuvini, o‘yinlarda ishtiroki, individual ehtiyoj va agressiv reaksiyalari kuzatuv olib borish.	Har kuni / haftalik	Kuzatuv varaqasi
3	Rivojlanish uchun mashg‘ulotlar	Xotira, tafakkur, nutq, emotsional-hissiy va kommunikativ funktsiyalarni rivojlantirishga qaratilgan o‘yinli mashg‘ulotlar.	Reja asosida	Mashg‘ulot qaydi
	Relaksatsion va emotsional mashg‘ulotlar	Nafas mashqlari, tinchlantiruvchi ertaklar, musiqa ostida dam olish, “Quyosh nuri”, “Bulutcha” kabi relaksatsion mashqlarni o‘tkazish.	Haftada 1-2 marta	Trening qaydi
	Ochiq havodagi psixologik faoliyatlar	Sayr, qum-suv o‘yinlari, tabiatni kuzatish, sensor mashqlar, jamoaviy o‘yinlar orqali bolalarda ijobiy emotsiya va hamkorlikni rivojlantirish.	Reja asosida	Foto lavha, qayd

T/r	Yo‘nalish	Ish mazmuni	Muddat	Natija hujjati
6	Moslashuv va individual qo‘llab-quvvatlash	Yangi kelgan, tortinchoq, tez charchaydigan, qo‘rquv yoki bezovtalik ko‘rsatadigan bolalar bilan individual suhbatlar va yumshoq moslashtirish ishlarini ko‘ra	Zaruratga ko‘ra	Individual karta
7	Ijtimoiy-kommunikativ ko‘nikmalar	“Do‘stlik doirasi” nomidagi guruhning kayfiyatini, “Birga bajarimiz” kahtamini, hamkorlik, naqshlar va hissiyotlarni o‘rgatish.	Haftalik	Guruhli mashg‘ulot qaydi
8	Ekologik-psixologik tarbiya	Suvni asabiylikka mehr, o‘simliklarga g‘amxo‘rlik, tozalik va mas’uliyat hissiy-obrazli suhbatlar orqali mustahkamlash.	Iyul oyida faol	Oylik hisobot
9	Pedagoglar bilan maslahat	Bolalarga bolalar kayfiyati, oilalarda nizolarni yumshatish, muvofiqlashtirish, charchoq va savotirni kamaytirish bo‘yicha tavsiyalar berish.	Har oy, zaruratga ko‘ra	Maslahat qaydi
10	O‘g‘illar bilan suhbatlar	Yozgi kun tartibi, bolani qo‘llab-quvvatlash, oilada suvni tejash va gigiyena odatlarini ijobiy rag‘bat bilan shakllantirish bo‘yicha suhbatlar.	Oy davomida	Maslahat daftari
11	Psixoprofilaktika	Stress, haddan tashqari qo‘zg‘aluvchanlik, qo‘rquv, tajovuzkorlik, izolyatsiya va emotsional zo‘riqishning oldini olishga qaratilgan faoliyatlar.	Doimiy	Profilaktika qaydi

T/r	Yo‘nalish	Ish mazmuni	Muddat	Natija hujjati
12	Monitoring va hisobot	Kuzatuv natijalari, individual ishlar, guruhli mashg‘ulotlar, otanalar bilan ishlar va oylik tadbir bo‘yicha yakuniy tahlil tayyorlash.	Oy yakunida	Hisobot

### III. TASHKILIY-TAYYORGARLIK VA PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK HURMAT REJASI

#### 3.1. Tayyorgarlik bosqichi

T/r	Faoliyat mazmuni	Muddat	Amalga oshiruvchi	Natija
1	Yozgi sog‘lomlashtirish davri bo‘yicha psixologik xizmat ish rejasini tuzish va direktor o‘rinbosari bilan kelishish.	Oylik bosqichda	Direktor o‘rinbosari	Tasdiqlangan ish reja
2	Guruhlar kesimida bolalarning yosh tarkibi, yangi kelganlar, ko‘p kasal bo‘luvchilar, tortinchoq yoki moslashuvda qiynaladigan bolalar to‘g‘risida ma’lumot yig‘ish.	1-hafta	Tarbiyachilar, hamshira	Ro‘yxat, qayd
3	Psixologik burchakni o‘zida o‘qitish “Men tabiat bilan qanday munosib bo‘layman”, “Suvni asraymiz” ko‘rgazmali materiallar tayyorlab o‘qitish.	1-hafta	Tarbiyachilar	Ko‘rgazma
4	Tarbiyachilar uchun yil davrda bolalar charchashi, ortiqcha qo‘zg‘aluvchanlik, janjal va qo‘rquv holatlarini yumshatish bo‘yicha maslahat o‘tkazish.	1-hafta	Direktor o‘rinbosari	Maslahat qaydi

T/r	Faoliyat mazmuni	Muddat	Hamkorlar	Natija
5	Ochiq havoda psixologik mashg'ulotlar o'tkazish uchun o'yin materiallari: emotsiya kartalari, rangli kartochkalar, yumshoq to'p, qum-suv sensor vositalarini tayyorlash.	1-hafta	Tarbiyachilar	Jihozlar ro'yxati
6	Ota-onalarga "Yozda bola psixologik farovonligini qanday qo'llab-quvvatlaymiz?" mavzusida eslatma tayyorlash.	Oy boshida	Tarbiyachilar	Eslatma
7	"Suvni asraymiz – kelajakni asray" oyligi uchun psixologik trenin suhbat, o'yin va kichik aksiy ro'yxatini tuzish.	Iyul oyi boshida	Pedagoglar	Oylik reja
8	Xavfsiz va qulay emotsiyalar yaratish bo'yicha o'qituvchilarning nuqtalarini belgilash, toqot, hazolar, charchoq, ishtirokchilikni oshirish.	1-hafta	Tarbiyachilar	Kuzatuv mezonlari
9	Individual xarakteristikalariga ega bolalar uchun ta'limiy psixologik kartalar tayyorlash.	1-2-hafta	Tarbiyachi, ota-ona	Individual karta
10	Pedagoglar uchun "Ijobiy rag'bat va muvaffaqiyat" mavzusida qisqa yozma eslatma tayyorlash.	Oy boshida	Direktor o'rinbosari	Yo'riqnom a

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

**[Zokirjon.com](http://Zokirjon.com) vab-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.**

**Yoz davri MTT Psixologining**

**"Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" shiori ostida tayyorlangan ish rejasini 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 vab-saytlarga joylamang.**

**Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.**

**OMONATGA HIYONAT**

**QILMANG**

# 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)