



O'zbekiston Respublikasi Ta'limni rivojlantirish
respublika ilmiy-metodik markazi

Yoz-qayta kuch to'plash vaqti !

Baynazarova Dilnoza Djamoliddinovna Yunusobod tumani
302-sonli umumta'lim maktabining boshlang'ich sinf
o'qituvchisi



KREATIV KIRISH

TASAVVUR QILING...

Siz rejissyorsiz!
Agar bugungi
mavzuga
asoslangan kino
ishlasangiz,
uning nomi
qanday bo'lardi?

AB CD 'Bugungi mavzu
bilan bog'liq so'z
toping, lekin u faqat
'A' harfi bilan
boshlanishi kerak.'

abc "Siz bilgan eng uzun
so'zni ayting!"



 "Men eshikni
ochdim va..." Davomini
siz yozing!"



L 'Kitoblarni yaxshi
ko'rgan odamlar.'
(Jumlaning davomini
toping.)

“MEN UCHUN IDEAL DAM OLISH QANDAY?!”

- ❖ MAQSAD: Yozda ishlashni emas, dam olishni o‘rganish.
- ❖ 1. Sayohatga chiqish.
- ❖ 2. Kimsasiz jimjitlik bo‘lgan orolchada bir oy yashash.
- ❖ 3. Salomatlikni tiklash uchun eng yaxshi sihatgohga borish.



“MENING 3 TA YOZGI ORZUIM:

- So‘nggi marta nimadan ilhomlangan edingiz?
- Sizni baxtli qiladigan uchta kichik narsa?
- Oxirgi marta qaysi musiqa sizga juda yoqdi?
- Siz uchun haqiqiy dam olish nima?
- O‘zingiz uchun yaratmoqchi bo‘lgan hayot tasvirini bir jumlada ayta olasizmi?
- Bir kunlik vaqt ichida dunyodagi har qanday joyga sayohat qilsangiz, qayerga borar edingiz?
- Agar butun dunyo sizni eshitsa, qanday maslahat berardingiz?



O'YIN: “TA'TIL CHAMADONI”

Chamadonlarni taqdim etish — hazil bilan!

Topshiriq: Qog'ozga “dam olish chamadoniga” nima solishini chizish yoki yozish. Faqat buyumlar emas, balki hissiyotlar ham yozish muhim (masalan: “sabrsizlikni uyda qoldirish”, “tabassumni o'zim bilan olish”).



“PREDMET “ METODI PREDMET SIFATIDA - OLMA

- Savol. Oxirgi marta o‘qigan kitobingiz qaysi?
- Javob. Men olma yeb “ Atom odatlar” kitobini o‘qidim.
- Savol. Qaysi viloyat yoki tuman o‘qituvchisiz?
- Javob. Qirmizi shirin olmalari xushboy Namangan viloyatidanman
- Savol. Hayotdagi shioringiz?
- Javob. Olmaday hammaga yoqish va foydam tegishli.



Namuna

Predmet sifatida lab bo'yog'i so'zini oldik!

Savollar?

Qaysi tumandansiz?

Qaysi fandan dars berasiz?

Hayotdagi shioringiz qanday?

Menga savolingiz bormi?

- Men lab bo'yog'ga boy Gurlan tumanida yashayman.
- Men lab bo'yog'idek o'ziga e'tibor tortuvchi ona tili fanidan dars beraman.
- “Матовый” lab bo'yog'idek o'chmas, yengilmas bo'l.
- Lab bo'yog'idek esda qolarli metodlar o'rgata olasizmi?
- Lab bo'yog' kabi qizil yanoqli go'zallar maskani Xorazm viloyatining Yangibozor tumanidanman.
- G'uncha labimizga surilgan lab bo'yog'i kabi chiroyli bolajonlarga boshlang'ich sinflarga ta'lim beraman.
- Lobar qizlarimizga lab bo'yog'i zarur bo'lgani kabi hayotda hamma uchun kerakli insonman.

Predmet sifatida lab bo'yog'i so'zini oldik!

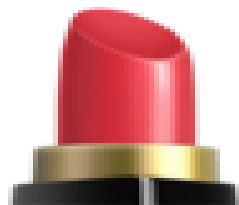
Savollar?

Qaysi tumandansiz?

Qaysi fandan dars berasiz?

Hayotdagi shioringiz qanday?

Menga savolingiz bormi?



Namuna

- Men lab bòyoqqa boy Gurlan tumanidanman
- Men lab bòyoğidek òziga etibor tortuvchi ona tili fanidan dars beraman.
- “Матовый” lab bo'yog'idek o'chmas , yengilmas bo'l.
- Lab bo'yog'idek esda qolarli metodlar o'rgata olasizmi?
- Lab bo'yog'i kabi qizil yanoqli go 'zallar maskani Xorazm viloyatining Yangibozor tumanidanman.
- G'uncha labimizga surilgan lab bo'yog'i kabi chiroyli bolajonlarga boshlang'ich sinflarga ta'lim beraman.
- Lobar qizlarimizga lab bo'yog'i zarur bo'lgani kabi hayotda hamma uchun kerakli shaxs bo'lish.
- Bu ajoyib lab boyog'i metodi kabi yana qanday metodlaringiz bor?

FAOL O'YIN “BATAREYKALARNI QUVVATLAYMIZ!”

Hamma doira bo'lib turadi. Yetakchi quyidagi harakatlarni aytadi:

- **Uyqu** — ko'zlar yopilib, uxlayotgandek bo'lamiz.
- **Yoga** — sekin cho'zilamiz.
- **Massaj** — yonimizdagining yelkalariga engil massaj qilamiz.
- **Sayr** — joyimizda yurgandek qilamiz.
- **Musiqa** — ohang aytamiz.
- **Raqamli detoks** — telefonni o'chirayotgandek qilib, tabassum qilamiz.

Bir necha marotaba takrorlanadi — badanni harakatlantirish va kulish uchun.



QUVNOQ TRENING: XUSH KELIBSIZ!

Yetakchi to'pni aylanma tarzda uloqtiradi.
Kim ushlasa, tezda yozgi dam olish bilan
bog'liq bir so'z aytadi
(dengiz, kitob, uyqu, shashlik....)
Tez va quvnoq



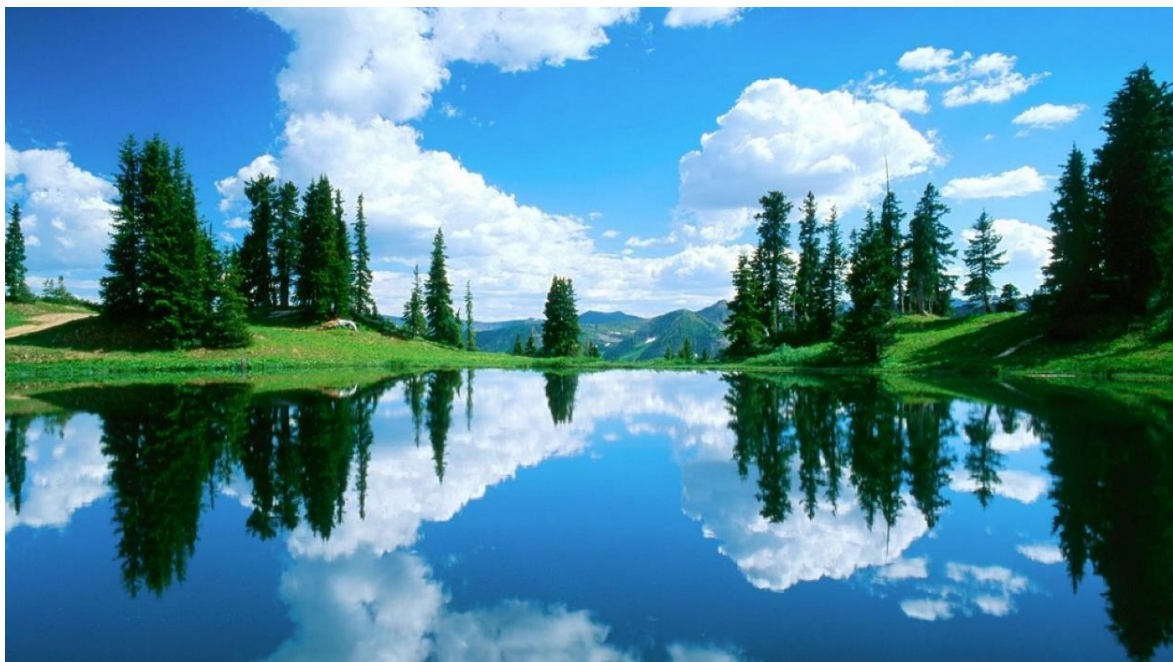
FLESHO‘YIN “DAM OLISH USULINI O‘YLAB TOP”

- Tushgacha uxlash yoki shirin uxlashga o‘zimga kafolat beraman
- Daraxt tagida kitob o‘qish
- Karaoke aytish
- Velosiped haydash
- Komediya ko‘rish
- Hovuzda cho‘milish va quyoshda toblanish
- Raqsga tushish



Ishtirokchilar navbatma-navbat kartochka tortadi va undagi dam olish turini pantomima orqali ko‘rsatadi. Qolganlar topadi. Kulgi kafolatlangan!





B

1. Yozda eng sevimli joyim —

2. O'zim bilan nima olaman?

3. Mening ideal yozgi kunim qanday?

4. Dam olishdagi superqobiliyatim —

O'YIN "MENING YOZ XARITAM"

Xarita shablonlarini tarqatamiz (orolda, daraxtda, havo sharisida tasvirlanishi mumkin).

Topshiriq: 5–7 daqiqada har bir ishtirokchi xaritada ushbu yozda turli sohalarda nima qilishni hohlayotganini chizadi:

- Tana uchun (sport, dam olish)
- Ruh uchun (ijod, uchrashuvlar)
- Aql uchun (o'qish, o'yinlar)
- Xursandchilik uchun (sayohat, kino...)



- **O‘zimga shirin uxlashga ruxsat beraman.**
- **Hech sabab bo‘lmasa ham tabassum qilaman.**
- **Yangi qiziqarli odamlar bilan uchrashaman.**

Kitob yolg‘izlikdagi eng munis hamdam.

Kimki kitobga ko‘p boqsa, kitob uning zihnini ochadi, zavqini oshiradi, so‘zga chechan qiladi.

Xavotir, tashvish va stressni eng yaxshi davosi — mutolaa hisoblanadi. Ushbu mashg‘ulot organizmga juda samarali ta’sir qiladi. Ajablanarlisi shundaki, bu uslub ancha yaxshi, sayr qilish, choy ichish yoki musiqa tinglashdan ko‘ra ancha samarali.



YAKUN — “YOZGA QARSAKLAR!” (5 DAQIQA)

Xulosa:

*“Ta’til bu oddiy hordiq emas, bu sizning ruhiy sog‘ligingiz, ichki dunyoingiz va ijodiy kuchingiz uchun muhim davr!

Siz xalq taqdirini, avlod kelajagini tarbiyalayabsiz. Bunday buyuk yukni yengil ko‘tarish uchun o‘zingizni sevishni va qadrlashni unutmang"! Orziqib kutilgan ta’til muborak!

Siz bunga loyiqsiz aziz ustozlar!



**SEN,ALBATTA,
O'Z
ORZULARINGGA
YETISHASAN!**



**SEN O'Z
MEHNATINGNI
QILAYOTGANINGDA,
NATIJALAR ALBATTA
KELADI, SHUNING
UCHUN DAVOM ET,
BU YO'L SENI
MUVAFFAQIYATGA
OLIB BORADI.**



**HAYOTDA SEN
UCHUN BARCHA
IMKONIYATLAR
OCHIQ, ULARNI
TO'LIQ FOYDALANISH
UCHUN FAQATGINA
HARAKAT QILISH
KERAK.**

