



КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН АГАРТУУ МИНИСТРЛИГИ

КЫРГЫЗ БИЛИМ БЕРҮҮ АКАДЕМИЯСЫ



«ДЕНЕ ТАРБИЯ»

БОЛЖОЛДУУ КАЛЕНДАРДЫК-ТЕМАТИКАЛЫК ПЛАН

2 - класс үчүн

Бишкек – 2025

2-класс үчүн дене тарбия боюнча болжолдуу календардык-тематикалык план

Сабак- тын номери	Темасы	Мазмундук линиясы	Күтүлүүчү натыйжа	Мазмунда басым жасалуучу каражаттар	Мөөнөтү пландалган күн өтүлгөн күнү
1	Киришүү сабагы	Жүрүм-турум эрежелери менен таанышуу	Теориялык билимдин негиздерин билет жана жүрүм-турум эрежелерин аткарат	Күнүмдүк режим, гигиена жөнүндө башталгыч билим	
2	Катардагы көнүгүүлөр	Негизги командалар	Командаларды аткарат	"Түз тур", "жай тур", колонна, катарга тизилүү, бурулуштар	
3	Жалпы өнүктүрүүчү көнүгүүлөр (ОРУ)	Жалпы өнүктүрүүчүлүк көнүгүүлөр	Гимнастикалык көнүгүүлөрдү аткарат	Гимнастикалык көнүгүүлөр	
4	Гимнастикалык элементтерди аткаруу	Гимнастикалык элементтерди ар кандай позицияда аткаруу (басуу, кол чабуу, абалын озгартуу)	Гимнастика элементтери аткарат	Ар кандай гимнастикалык элементтер	
5	"Каздар жана ак куулар"	Кыймылдуу оюндар	Кыймылдуу оюнду эреже боюнча ойнойт.	Көңүлдүү ойноо, шамдагайлыкты калыптандыруу	
6	Буюмдар менен аткарылуучу жалпы өнүктүрүүчү көнүгүүлөр	Физикалык сапаттарды өрчүтүү	Шамдагайлыкты калыптандыруу	Топ/таяк менен аткарылуучу көнүгүүлөр, бурулуштар, ийилүүлөр	
7	Багытты өзгөртүү менен басуу жана чуркоо	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү	Ар кандай тапшырмаларды аткарат	Ылдамдыкты, багытты өзгөртүү менен аткарылуучу бурулуштар, чуркоолор	

8	"Куу түлкү" оюну	Ыкчамдыкка жана көңүлдүү ойноого басым жасоо	Оюнду эреже боюнча ойнойт	Көңүлдүү ойноо, шамдагайлыкты калыптандыруу
9	Секирүүлөр	Ар кандай секирүүлөрдүн түрлөрү	Секирүүлөрдү аткарат	Ордунда, узундукка, бир буттап ж.б. секирүүлөр
10	"Фигура жаса" оюну	Кыймылдуу оюндар	Берилген фигураларды аткарат	Ыкчамдыкка басым жасоо
11	Топту бутага ыргытуу	Ыргытуулар	Белгиленген зонага топту так түшүрөт	Тактыкка басым жасоо
12	12 "Жашымак" оюну	Кыймылдуу оюндар	Эреже боюнча ойноо	Жашынууга, айлakerликке, туура багыт алууга басым жасалат
13	Физикалык сапатты өрчүтүү	Ийилчээкти өрчүтүүчү конугуулар	Ийкемдуулукко жетишуу	Таяктарды, топторду колдонуп аткарылуучу көнүгүүлөр
14	"Мышык-чычкан" оюну	Кыймылдуу оюндар	Эреже боюнча ойноо	Аңдууга, байкоого, айлakerликке үйрөтөт
15	Ылдамдануу менен чуркоо. (ылдамдык)	физикалык сапаттарды өнүктүрүү	Чуркоо ылдамдыгын башкара алат	ылдамдыкты өзгөртүп чуркоо, ылдамдануу менен 30 метрге чейин
16	"Бетме-бет" эстафетасы	Ылдамдыкты өрчүтүү	Кызматташып чуркоого уйротот	Кызматташууга, буюмду өткөрүп берүүгө, тоскоолдуктарды өтүүгө басым жасалат
17	"Чычкандар жана үйлөр" оюну	Кыймылдуу оюндар	Ылдамдыкты орчутот	Бош үйдү басып алууга басым жасалат
18	Ар кандай кыймылдуу оюндар	Аралык жыйынтыктоочу сабак	Мурда үйрөнгөн кондумдорду аткаруу	Кайталоо иретинде сабак өтүү
19	Жалпы өнүктүрүүчү	Гимнастиканын элементтери	Мурда үйрөнгөн көнүгүүлөрдү кайталоо	Кайталап басуу жана бурулуу, Жалпы өнүктүрүүчү көнүгүүлөр

	көнүгүүлөрдү кайталоо.			
20	"Бетме-бет жугуруу"	Кыймылдуу оюндар	ыкчамдыкты жана реакцияны өнүктүрөт	Ар кандай чуркоолор, чуркоонун багытын өзгөртүү
21	Ордунан секирүү, узундукка секирүү	Секируулар	Секируу техникасын жакшыртат	Бир буттап, эки буттап секирүүлөр
22	"Кол чапмай" оюну	Кыймылдуу оюндар	Көңүл бурууну жана координацияны өнүктүрөт	Уга билүүгө, кол чабууга басым жасалат
23	Маарага (бутага) ыргытуу	Ыргытуулар	Так тапшырма аткарууга үйрөтөт	Топту алкакка, рамкага түшүрүп ыргытуулар
24	"Карышкыр жана аңчы" оюну.	Кыймылдуу оюндар	Багыт алууну, ыкчамдыкты өнүктүрөт	Ролдорду аныктап топто ойноо
25	Багытын өзгөртүү менен чуркоо	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (шамдагайлык)	Аянтта ар багытта чуркайт	Чуркоонун багытын аныктаган белгилер коюлат
26	"Дүмүрдөн дүмүргө секирүү" оюну	Кыймылдуу оюндар	Координацияны жакшыртат	Ар кандай тоскоолдуктардан өтүү каралат
27	Жалпы өнүктүрүүчү көнүгүүлөр	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (ийкемдүүлүк)	Жылмакай созулуштарды аткарат	Тулку бойду буруулар, тулку бойдун айлануулары
28	"Ашкабак чапмай" оюну	Кыймылдуу оюндар	Реакцияны жана ыкчамдыкты жакшыртат	Топ менен ойноо, объекти уруу

29	Секирткич (скакалка) менен секирүү	Секирүү	Секирүү ритмине үйрөтөт	Алдыга артка секирүүлөр колдонулат
30	"Тактайга отуруп калба" оюну	Кыймылдуу оюндар	Реакциянын тездигине машыктырат	Сигналга реакция, орун алмашуу колдонулат
31	“Топту рамкага ыргытуу” эстафетасы	Эстафета	Бутага ыргытууну жакшыртат	Ар кандай аралыкка буталар коюлат
32	Биргелешкен шамдагайлык оюну	Кыймылдуу оюндар	Ар кандай кыймылдарды айкалыштырууга үйрөтөт	Секирип өтүүлөр, ыргытуулар, жугуруулар колдонулат
33	Контролдук сабак жыйынтыктоочу	Жыйынтыктоо	Өздөштүрүлгөн чеберчиликти көрсөтөт	Эстафета, кыймылдуу оюн, чуркоолор колдонулат
34	Вариативдик сабак	Вариативдик болук	Начар өздөштүрүлгөн элементтерди бекемдейт	Тийиштуу көнүгүүлөр колдонулат
35	Жалпы өнүктүрүүчү көнүгүүлөр (топ, лента колдонуу)	Гимнастиканын элементтери	Координация жакшырат	Жуптарда аткарылат
36	"Карышкыр жана аңчы" оюну	Кыймылдуу оюндар	Багыт алууну, ыкчамдыкты өнүктүрөт	Ролдорду аныктап, топто ойноо колдонулат
37	Узундукка жана бийиктикке секирүү	Секирүүлөр	секирүү техникасы жакшырат	Секирүү, чуркоо жана ордунда туруп секирүүлөр колдонулат
38	"Дүмүрдөн дүмүргө секирүү" оюну	Секирүүлөр	Координация жакшырат	Ар кандай секирүүлөр жана аларга упай берүү колдонулат

39	Алыска жана бутага ыргытуу	Ыргытуулар	Натыйжалуу ыргытуу калыптанат	Ар кандай ыргытуулар колдонулат
40	"Аңчы жана карышкыр" оюну	Кыймылдуу оюндар	Ыкчамдык калыптанат	Багытты өгөртүү, рольдорду болуштүрүү, качуу колдонулат.
41	Ылдамдатуу жана жайлоо менен чуркоо	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (ылдамдык)	Ылдамдык калыптанат	Команда боюнча темпти өзгөртүп 30-50 метрге чуркоолор колдонулат
42	"Ким шамдагай секирет" оюну	Кыймылдуу оюндар	Командалык аракет жакшырат	командалык ар кандай мелдештер колдонулат
43	Чоюлуу көнүгүүлөрү	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (ийилчээктик)	Ийилчээктик жакшырат	Муундардын кыймылын жогорулаткан ийилүү, селкинчек көнүгүүлөр, статикалык позалар колдонулат
44	"Бетме-бет жүгүрүү" оюну	Кыймылдуу оюндар	Өнөктөштүк жакшырат	Өнөктөштү көздөй чуркоо, багытты алмаштыруу колдонулат
45	Курама эстафетасы	Эстафеталар	Командада иштөө көндүмү калыптанат	Ар кандай чуркоо, секирүүлөр колдонулат
46	"Токту сурамай" оюну	Кыймылдуу оюндар	Командага карата реакция калыптанат	Ар кандай командалар колдонулат
47	Секирүү сапатын байкоо жана баалоо	Секирүүлөр	Секирүү техникасы жакшырат	Бийиктикке жана узундукка секирүүлөр колдонулат
48	Чейректик жыйынтыктоо	Жыйынтыктоо	Кайталоо жана жакшыртуу максатын көздөйт	Кыймылдуу оюндар жана ар кандай көнүгүүлөр колдонулат
49	Координациялоо көнүгүүлөрүн кайталоо	Гимнастиканын элементтери	Кыймыл-аракет ритми жакшырат	Ар кандай ритмде, тең салмактуулукту сактоо көнүгүүлөрү колдонулат
50	"Өрдөк басыш" оюну	Кыймылдуу оюндар	Тен салмактуулукту сактоо жакшырат	Ар кандай тең салмактуулукту сактоо,

				чалкалап басуу
				тапшырмалары берилет
51	Алдыга карай жылып секирүү	Секирүүлөр	Кыймыл-аракет ритми калыптанат	Ар кандай ритмди карманып секирүүлөр колдонулат
52	"Ким көп, ким азырак секирет" оюну	Кыймылдуу оюндар	Так аткаруу калыптанат	Ат салышып, ар кандай секирүүлөрдү эсептеп аткаруу колдонулат
53	Алыстан ыргытуу	Ыргытуулар	Ыргытуу күчү жана таамайлыгы калыптанат	Ар кандай аралыктан ыргытуулар колдонулат
54	"Алкактынын ичине түшүр" оюну	Кыймылдуу оюндар	Таамай түшүрүүнү жакшырат	Топту ар кандай аралыктан шакекке түшүрүү колдонулат
55	Тоскоолдуктарды өтүп чуркоо	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (шамдагайлык)	Координация жакшырат	Тоскоолдуктарды айланып өтүү, качуу менен байланышкан чуркоолор колдонулат
56	"Жашынмак" оюну	Кыймылдуу оюндар	Багыт алуу жана байкоо жөндөмү калыптанат	Ар кандай тапшырмалар берилет
57	Өнөктөш менен ийилчээктик көнүгүүлөрүн аткаруу	Физикалык сапаттарды өнүктүрүү (ийилчээктик)	Ийилчээктик жакшырат	Мобилдүүлүктү жогорулатуучу жуптук көнүгүүлөрү
58	"Чычкандар жана үйлөр" оюну	Кыймылдуу оюндар	Позиция тандоо жөндөмү калыптанат	Ар кандай бош орундарды ээлөө тапшырмалары берилет
59	"Сойлоп өтүү – секирүү – кайтуу" эстафетасы	Эстафеталар	Кыймыл-аракетти өзгөртүү жөндөмү жакшырат	Сойлоп өтүү, секирүү, кайтуу ыкмалары татаалдаштырылат
60	"Көз таңмай" оюну	Кыймылдуу оюндар	Көрүү мумкүнчүлүгү чектелген учурда	Ар кандай багыттагы чектөөлөр жана

61	Айкалышкан эстафета	Эстафеталар	аракетте жакшырат Комплекстүү кыймыл-аракет жакшырат	болуу	татаалдаштыруулар колдонулат Ыргытуу, чуркоо, секирүү аракеттери сунушталат
62	“Кызыл короз, ак короз "оюну	Кыймылдуу оюндар	Команданын алмашуусун жакшырат	байкоо	Кыймылдарды ар кандай өзгөртүүлөр колдонулат
63	Жыйынтыктоочу сабак	Жыйынтыктоо	Чыдамкайлыктын жана координациянын калыптанышы бааланат		Ар кандай эстафеталар, чуркоолор колдонулат
64-66	Тандоо оюндары, рефлексия	Вариативдик мазмун	Жыл жыйынтыгы кубанычы калыптанат		Кыймылдуу оюндар колдонулат