

Jismoniy tarbiya 2-sinf				
Dars tartibi	Dars mavzusi	Soat	Taqvimiy muddat	
I CHORAK				
1-dars	Harakatli o‘yinlar. “Tunnel”.	1		
2-dars	Harakatli o‘yinlar. “Epchil quyon”.	1		
3-dars	Yengil atletika. Maxsus yugurish mashqlari. Yuqori startda bajarish texnikasi, yuqori startdan juftlikda qisqa masofaga yugurish startda (30 m).	1		
4-dars	Yengil atletika. Yuqori startdan yugurish texnikasi; yuqori startdan 30 m ga yugurish.	1		
5-dars	Yengil atletika. Yuqori startdan 3x10 mokisimon yugurish.	1		
6-dars	Yengil atletika. Turgan joydan uzunlikka sakrash.	1		
7-dars	Yengil atletika. Yugurib kelib uzunlikka sakrash.	1		
8-dars	1-nazorat ishi. Yengil atletika	1		
9-dars	Harakatli o‘yinlar. “Savatga to‘p tushirish”	1		
10-dars	Harakatli o‘yinlar. “Xo‘rozlar jangi”.	1		
11-dars	Harakatli o‘yinlar. “Mergan bola”.	1		
12-dars	Harakatli o‘yinlar. “Juft-juft bo‘lib tortishish”.	1		
13-dars	Harakatli o‘yinlar. “Sakrab o‘t va qochib ket”	1		
14-dars	Harakatli o‘yinlar. To‘pli estafeta	1		
15-dars	Harakatli o‘yinlar. “Zovurdagi bo‘ri”.	1		
16-dars	Harakatli o‘yinlar. “Raqamlar bilan chaqirish”.	1		
17-dars	Harakatli o‘yinlar. “Estafetalar”.	1		
18-dars	2-nazorat ishi. Harakatli oyinlar (yengil atletika elementlari asosida)	1		
II CHORAK				
19-dars	Harakatli o‘yinlar. “Uzatdingmi, o‘tir”.	1		
20-dars	Harakatli o‘yinlar. “O‘z rangingni top!”.	1		
21-dars	Harakatli o‘yinlar. “Latta”.	1		
22-dars	Harakatli o‘yinlar. “Bo‘ron”.	1		
23-dars	Harakatli o‘yinlar. “Tunnel”.	1		
24-dars	Harakatli o‘yinlar. “To‘pli estafeta”.	1		
25-dars	3-nazorat ishi. Harakatli oyinlar (yengil atletika elementlari asosida)	1		
26-dars	Harakatli o‘yinlar. “Qo‘riqchi”.	1		
27-dars	Harakatli o‘yinlar. “Cho‘pon”.	1		
28-dars	Harakatli o‘yinlar. “Tortishmachoq”.	1		
29-dars	Harakatli o‘yinlar. “Ikki ayoz”.	1		
30-dars	Harakatli o‘yinlar. “Bo‘sh o‘rin”.	1		
31-dars	Harakatli o‘yinlar. “Arg‘amchi ustida sakrash”.	1		
32-dars	4-nazorat ishi. Harakatli o‘yinlar (yengil atletika elementlari asosida)	1		
III CHORAK				
33-dars	Harakatli o‘yinlar. “Mashqni bajar, eslab qol”	1		
34-dars	Gimnastika. Gimnastik narvon va turnikda osilish mashqlari	1		
35-dars	Gimnastika. Osilish mashqlari. Gimnastik narvonda qo‘llarni bukgan holda osilib turish. Arg‘amchida (1 daqiqa davomida) sakrash mashqlari	1		
36-dars	Gimnastika. Tayanish mashqlari. Polda va gimnastik o‘rindiqlarida qo‘llarni bukib yozish.	1		
37-dars	Gimnastika. Gimnastik o‘rindig‘ida bajariladigan mashqlar (qo‘llarga tayanib o‘ngga-chapga sakrashlari)	1		
38-dars	Gimnastika. Gimnastika narvonchasiga orqa bilan turgan holatda osilib oyoqlarni bukish va yozish; Gimnastika o‘rindig‘i ustiga qo‘yilgan to‘ldirma to‘plar (1 kg) ustidan xatlab o‘tish bilan yurishni o‘rgatish.	1		
39-dars	Gimnastika. Tayanib sakrash mashqlari.	1		
40-dars	Gimnastika. Qiya qo‘yilgan gimnastik o‘rindiqda (200-300) burchak pastdan va yuqoriga ushlab tirmashib chiqish.	1		
41-dars	Gimnastika. Gimnastika narvonchasiga orqa bilan turgan holatda osilib oyoqlarni bukish va yozish.	1		
42-dars	5-Nazorat ishi. Gimnastika.	1		
43-dars	Harakatli o‘yinlar. “Qovun polizda”	1		
44-dars	Harakatli o‘yinlar. “Chumchuqlar va avtomabil”	1		
45-dars	Gimnastika. Gimnastik narvonda qo‘llarni bukgan holda osilib turish.	1		
46-dars	Gimnastika. Polda va gimnastik o‘rindiqlarda qo‘llarni bukib yozish.	1		
47-dars	Gimnastika. Gimnastika narvonda orqa bilan osilib oyoqlarni bukish va yozish; gimnastika narvonda qo‘llarni bukgan holda osilib turish.	1		
48-dars	Gimnastika. 30 sm balanlikdagi gimnastik o‘rindiq ustidan pastga yumshoq sakrab tushish	1		
49-dars	Gimnastika. Gimnastik o‘rindiq ustida oyoq uchida yurish, burilishlar;	1		
50-dars	Gimnastika. Baland va past turniklarda tortinish, sakrash mashqlari va turli harakat mashqlarini bajarish.	1		
51-dars	6-Nazorat ishi. Gimnastika.	1		
52-dars	Harakatli o‘yinlar. “Sakrab o‘t va qochib ket”.	1		
IV CHORAK				
53-dars	Shashka. Shashka o‘yin qoidalari.	1		
54-dars	Shashka. Shashka o‘yinida raqibni mag‘lub qilish usullarini o‘rgatish.	1		
55-dars	Yengil atletika. Tennis koptogini nishonga otish. Tennis koptogini turgan joydan va 3-4 qadam tashlab uzoqlikka uloqtirish.	1		
56-dars	Yengil atletika. To‘pni nishonga uloqtirish (6 metr masofadan 5 imkoniyatdan).	1		
57-dars	Yengil atletika. Turgan joyda uzunlikka sakrash.	1		
58-dars	Yengil atletika. Yugurib kelib uzunlikka sakrash.	1		
59-dars	Yengil atletika. Yuqori startdan 3x10 mokisimon yugurish. Bir me'yorda yugurish.	1		
60-dars	Yengil atletika. Tezlikni oshirib yugurish, past to‘siqlar (fishka) orasidan o‘tib yugurish.	1		
61-dars	7-Nazorat ishi. Yengil atletika.	1		
62-dars	Harakatli o‘yinlar. “Mergan bola”.	1		
63-dars	Harakatli o‘yinlar. “Qarmoqcha”.	1		
64-dars	Harakatli o‘yinlar. “Arg‘amchi ustida sakrash”.	1		
65-dars	Harakatli o‘yinlar. “To‘pli estafeta”.	1		
66-dars	Harakatli o‘yinlar. “Epchil quyon”.	1		
67-dars	Harakatli o‘yinlar. “Zovurdagi bo‘ri”.	1		
68-dars	8-Nazorat ishi. Harakatli o‘yinlar (yengil atletika elementlari asosida)	1		