**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **№ урока** | **ТЕМА УРОКА** |  **ЧАСЫ** | **СРОКИ** |
| **1.**  |  | Двигательная деятельность в режиме дня. | 1 |  |
| **2.** |  | Двигательная деятельность в утренние часы. | 1 |  |
| **3.** |  | Двигательная деятельность в школе. Упраж.на перемене. | 1 |  |
| **4.** |  | Двигательная деятельность в свободное время. | 1 |  |
| **5.** |  | Прыжки в длину с места. | 1 |  |
| **6.** |  | Прыжки в длину с разбега. | 1 |  |
| **7.** |  | Особенности двигательной деятельности детей до 10 л. | 1 |  |
| **8.** |  | Значения двигательной деятельности. Игры. | 1 |  |
| **9.** |  | Комплекс утренней гимнастики. | 1 |  |
| **10** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
|  |  | **ВИДЫ СПОРТА** |  |  |
| **11** |  |  Каз.национ.виды спорта.  | 1 |  |
| **12** |  | Тогызкумалак. | 1 |  |
| **13** |  |  Спортивные игры. | 1 |  |
| **14** |  |  Спортивная акробатика.  | 1 |  |
| **15** |  |  Альпинизм. Игры. | 1 |  |
| **16** |  |  Спортивные игры. Волейбол. | 1 |  |
| **17** |  |  Баскетбол. | 1 |  |
| **18** |  |  Футбол. | 1 |  |
| **19** |  |  Ручной мяч. | 1 |  |
| **20** |  |  Теннис. | 1 |  |
| **21** |  |  Бадминтон, Водное поло. | 1 |  |
| **22** |  |  Подвижные игры с мячом. | 1 |  |
| **23** |  |  Подвижные игры с мячом. | 1 |  |
| **24** |  |  Бег с препятствиями. | 1 |  |
| **25** |  |  Скоростной бег – 60м. | 1 |  |
| **26** |  |  Скоростной бег – 60м. | 1 |  |
| **27** |  |  Ходьба со сменой част. шага. | 1 |  |
| **28** |  |  Челночный бег. | 1 |  |
| **29** |  |  Метание м/м на дальность. | 1 |  |
| **30** |  |  Метание м/м в цель. | 1 |  |
| **31** |  | Передача и удар по мячу. | 1 |  |
| **32** |  | Игры с большим мячом. | 1 |  |
| **33** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **34** |  | Эстафета. | 1 |  |
| **35** |  | Единоборство Казахша курес. | 1 |  |
| **36** |  | Бокс. | 1 |  |
| **37** |  | Греко-римская борьба. | 1 |  |
| **38** |  | Кикбоксинг. | 1 |  |
| **39** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **40** |  | Комплекс утрен. гимнастикеи. | 1 |  |
| **41** |  | Подвижные игры с обручем. | 1 |  |
| **42** |  | Игры (мячи, обручи).  | 1 |  |
| **43** |  | Восточ. спортив. единоборство. Дзюдо.  | 1 |  |
| **44** |  | У-шу. | 1 |  |
| **45** |  | Айкидо. | 1 |  |
| **46** |  | Таэквондо. | 1 |  |
| **47** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **№ п/п** | **№ урока** | **ТЕМА УРОКА** |  **ЧАСЫ** | **СРОКИ** |
| **48** |  | Велосипедный спорт. | 1 |  |
| **49** |  | Гимнастика. | 1 |  |
| **50** |  | Художественная гимнастика. | 1 |  |
| **51** |  | Спортивная гимнастика. | 1 |  |
| **52** |  | Подвижные игры | 1 |  |
| **53** |  | Кувырки (вперед, назад). | 1 |  |
| **54** |  | Ходьба с поворотами. | 1 |  |
| **55** |  | Повороты (налево, направо, кругом.). | 1 |  |
| **56** |  | Кроссовая подготовка. | 1 |  |
| **57** |  | Кросс. | 1 |  |
| **58** |  | Метание м/м. | 1 |  |
| **59** |  | Метание м/м в цель. | 1 |  |
| **60** |  | Стрельба из лука. | 1 |  |
| **61** |  | Игры в помещении. | 1 |  |
| **62** |  | Игры в помещении . | 1 |  |
| **63** |  | Настольные игры (лото). | 1 |  |
| **64** |  | Веселые старты. | 1 |  |
| **65** |  | Веселые старты. | 1 |  |
| **66** |  | Гребной спорт. Водные виды спорта (теория). | 1 |  |
| **67** |  | Игры. | 1 |  |
| **68** |  | Ледовый комплекс «Медеу». | 1 |  |
| **69** |  | Игры. | 1 |  |
| **70** |  | Легкая атлетика | 1 |  |
| **71** |  | Бег | 1 |  |
| **72** |  | Прыжки. Виды прыжков. | 1 |  |
| **73** |  | Прыжки. Виды прыжков. | 1 |  |
| **74** |  | Метание. Виды метания. | 1 |  |
| **75** |  | Метание. Виды метания. | 1 |  |
| **76** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **77** |  | Правила соревнований. Игры. | 1 |  |
| **78** |  | Игры. | 1 |  |
| **79** |  | Правила соревнований. Игры. | 1 |  |
| **80** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
|  **81** |  | Комплекс утренней гимнастики. | 1 |  |
| **82** |  | Игры. | 1 |  |
|  **83** |  | Пятиборье. | 1 |  |
| **84** |  | Фехтование (теория). | 1 |  |
| **85** |  | Метание из лука в цель. | 1 |  |
| **86** |  | Подвижные игры | 1 |  |
| **87** |  | Подвижные игры | 1 |  |
| **88** |  | Бег – 60м | 1 |  |
| 89 |  | Бег с препятствиями  | 1 |  |
| **90** |  | Эстафета  | 1 |  |
| **91** |  | Веселые старты | 1 |  |
| **92** |  | Комплекс утренней гимнастики | 1 |  |
| **93** |  | Футбол | 1 |  |
| **94** |  | Игры с большим мячом | 1 |  |
| **95** |  | Акробатические упражнения  | 1 |  |
| **96** |  | Акробатические упражнения | 1 |  |
| **97** |  | Повороты (направо, налево, кругом) | 1 |  |
| **№ п/п** | **№ урока** | **ТЕМА УРОКА** |  **ЧАСЫ** | **СРОКИ** |
| **98** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **99** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **100** |  | Полоса препятствий.  | 1 |  |
| **101** |  | Эстафета. | 1 |  |
| **102** |  | Эстафета с мячами, кеглями. | 1 |  |
| **103** |  | Подвижные игры. | 1 |  |
| **104** |  | Итоговый урок. | 1 |  |