

ШЫМКЕНТ УНИВЕРСИТЕТІ



Педагогикалық ғылымдар факультеті



«Бекітемін»

«Педагогикалық ғылымдар»
факультетінің деканы

Джаппабаев Д. Ж.

Педагогикалық
ғылымдар
факультеті

2025ж.

«Дене шынықтыру және спорт» кафедрасы

2025– 2026 оқу жылындағы оқытушылардың ашық сабақ өткізу кестесі

«Дене шынықтыру және спорт» кафедрасының 2025-2026 оқу жылына арналған ашық сабақтарының кестесі

№	Оқытушының аты-жөні, ғылыми дәрежесі, ғылыми атағы	Күні, уақытты ашық сабақ өткізілген орны	Пәнің аты	Ашық сабақ түрі	Сабақтың тақырыбы
I жарты жылдық					
1.	Тоқберген Н.С	26.09.2025ж ДС-125,225,325	Жеңіл атлетикадың сабақтар өткізу	Практикалық	Спорттық жүріс, жүгіру, қимыл әрекеттер.
2	Ижанов Ж.	07.10.2025ж ДС-125,225,325	Гимнастиканы сабақтарын өткізу	Лекция	Гимнастикалық көпсайыстың жеке түрлеріндегі жаттығу техникасының негіздері.
3	Серимбетов Ж.	07.11.2025ж ДС-124,224,324.	Футбол	Практикалық	Футболшылардың техникалық тактикалық тәсілдерін жетілдіруге арналған кешенді жаттығуларды пайдалануы
4	Тұрмаханбет Г.Қ	19.11.2025ж ДС-123,223,323,423.	Ұлттық спорт	Практикалық	Балуанның дене күш дайындығы
5	Муса М.О.	03.12.2025ж МТ-124,ЕТ-124.ДС-324	Дене шынықтыру	Практикалық	Жалпы дамыту жаттығулары: Дененің негізгі бұлшық еттерін дамытуға арналған жаттығулар (ауырлықпен және ауырлықсыз). Гимнастиканың әртүрлі түрлері (шейпинг, пилатес, стрейчтинг, күш гимнастикасы).
II жарты жылдық					
1	Есимханова Г.Н.	08.01.2026ж ДС-222,422,622,822.	Спорт гигиенасы	Практикалық	Жалпы гигиена
2	Айсағалиев Б.Т.	10.02.2026ж ДС-125,225,325	Мектепте волейболды оқыту әдістемесі	лекция	Волейбол ойынының техникалық дайындықты жетілдірудің жолдары.
3	Бектурганов Е.	13.03.2026ж	Дене шынықтыру	Практикалық	Жүру түрлері: аяқ ұлпымен, тізені

		ЕА-124.МЖБ-124.ЭК-124. ҚР-124			биік көтеріп, алға ұмтыла. Секірулер мен бұрылулар: аяқты жартылай және толығымен сермеп бұрылу. Иіліп, шалқайып секіріп түсу.
4	Сарсенбаев А.	16.04.2026ж АЖ-125.БГ(п)-125.ҚТ-125. МТ-125.ИФ-125.ХМ-125	Дене шынықтыру	Практикалық	Гимнастика: Саптық жаттығулар: Бұрынғы үйретілген жаттығуларды қайталау, қозғалыстағы бұрылу тәсілдері. Бір колоннадан екі, төрт және сегіз колоннаға қайта сап құру.
5	Дәурен Ж.	06.05.2025ж ДС-123,223,323,423.	Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі	Практикалық	Бейімдеу дене шынықтыруы. Сауық-тыру дене тәрбиесі

Кафедра меңгерушісі:

ОӘ жауапты:

М. Рустамов Рустемов М.М.

Дәурен Ж. Дәурен Ж.Б.