

Афанасьева Елена Петровна,  
Муниципальной бүддүөтүнэй  
оскуола иннинээби үөрэхтээһин тэрилтэтэ  
"Дүллүкүтээби оҕо сайыннарар киин –  
"Кустук" уһуяан  
урдуку иитээччитэ

## Өбүгэлэрбит оонньуулары

**Күрэхтэһии көрүнгэ:** Спортивной күрэх

**Спортивной тэрил:** быалар, палкалар, 20 см уһуннаах, 7 см суоннаах лэкэчэктэр.

**Сыала:** Оҕо өбүгэлэрин төрүт оонньууларын билиһиннэри, үөрэти. Оҕо бэйэтин кыанар буоларын ситиһи. Быһый, сымса буоларга үөрэти.

**Күрэхтэһии хаамыыта:**

Саала иһэ бырааһынныктыгы киэргэммит, ыалдыттар кэлэн олоролор. Музыка тыаһыыр, ытыс тыаһынан күрэхтэһээччилэр стройунан хааман кириэллэр. Музыкальной нүөмэр.

**Эрчилли:** Күрэхтэһии иннинэ оҕолор сүһүөхтэрин, былчыннарын хамсатан музыканан араас хамсаныылары олоролор.

**Салайааччы:** Оҕолор, былыр биһиги өбүгэлэрбит билигин курдук улахан дэриэбинэлэргэ, куораттарга олорботохторо. Кинилэр күөл-күөл аайы 1-2 ыал буолан олорбуттара. Олох былыр эһиги курдук детсад, оскуола суох этэ. Онон оҕолор ичигэс кэмгэ, сайын эрэ чугасты алааска мустан элбэх буолан оонньуулары. Ол гынан баран кинилэр, эһиги курдук эһин араас эриэккэс оонньуура да суохтары иһин, сүүрэн-көтөн, күүс былдыһан, сымсаҕа, сылбырҕа буоларга куоталаһа оонньуулары.

- Оҕолор, эһиги ханнык саха оонньууларын билэбитий? (Оҕолор ааттыылар.) Бүгүн биһиги эһии өбүгэлэрбит оонньообут оонньууларын оонньоон, куоталаһан көрүөхпүт.

- Билигин икки хамаандаҕа хайдыахпыт. Бастакы хамаанда «Ньургунун», иккис хамаанда «Сардаана» диэн буолуоххут. Хамаандаларбыт туох аатынан ааттамыттарый? (Оҕолор хоруйдара.) Саамай сөп, сибэккилэр ааттара. Күрэхпит түөрт түһүмэхтээх. Хас түһүмэх аайы кыайыылаахтарга бэлиэ биэрэбин. Күрэх бүтүүтэ бэлиэлэри ааһан кыайыылаахтары быһаарыахпыт.

**Салайааччы:** Бастакы түһүмэх палкалаах сүүрүү. Оҕо бэлиэни эргийэн кэлэн, иккис кыттааччыга палканы туттарар. Ханнык хамаанда ордук түргэнник сүүрэр эбитий?

- Бастакы түһүмэхпит бүттэ. Бары даҕаны сүрдээх түргэнник сүүрдүгүт. Маладьыастар!

**Салайааччы:** Иккис түһүмэх кыргызтарга аналлаах. Хамаандаттан иккилии уол, үстүү кыыс кыттар. Уолаттар бу быалары күүскэ тутан туруоххут. Кыргызтар сүһүөх өрүөххүт. Бастакы кыыс өрөн бүттэбинэ, иккис кыыс кэлэн өрөр... Иккис түһүмэх бүттэ. Кыргызтарбыт маладьыастар! Илиилэрэ эчи имигэһин, түргэнник өрөллөр эбит.(Ытыс тыаһа.)

**Салайааччы:** Үһүс туьүмэх хамаанда хапытааннарыгар аналлаах күрэх. Өбүгэлэрбит биир сөбүлээн оонньуур күрэхтэрэ «Тобук тардыһыта» буолар. Бу оонньууга икки олоппоһу утарыта туруорабын. Икки күрэхтэхэр киһи олоппосторго уун утары тобуктаргытынан ыга кыпчыйыахтааххыт. Бу олорон иккиэн илиилэргитин кэннигитигэр сис тутуохтааххыт. Иккис оҕо туох баар күүһүнэн тобуктарын икки аны араара сатыахтаах. Өскөтүн кини араарбыт тобуктарын икки ардыгар киһи сутуруга батар буоллабына, иккис оҕо кыайыылаабынан тахсар. Биир кыайыыны хоппут оҕоо биэрэбин уонна аны тобуктарын уларыта тутан күрэхтэхэллэригэр соруйабын. Ол аата иккис оҕо кыпчыйыахтаах, бастакы оҕо тобуктарын араара сатыахтаах. Бу сырыыга бастакы оҕо кыайдабына, оонньууну хайалара бииринэн ордук кыайыар диэри салгыы күрэхтэхиннэрэбин. (Хапытааннар күрэхтэхэллэр.)

- Хапытаан хапытаан курдуктар, маладьыастар! Кыайыыга дьулуурдара манан көстөр.

**Салайааччы:** Билигин төрдүс түһүмэх. Сайын оттуур сиргэ дулҕалаах сирдэр баар буолаллар. Ол дулҕалары туораан аһаллара. Билигин биһиги оонньуубутун «Дулҕалаах сиринэн» диэн оонньууну оонньоохпут. Бу лэкэчэктэр дулбалар буолуохтара. «Дулбаларбытын» саала ортотугар биирдии хаамы арыттаах гына тарҕата уурабын. Оонньооччуну харабын саба баайабын. Турар сиргэр үстэ эргитэбин, лэкэчэктэр диэки хайыһыннаран баран, ытан кэбиһэбин. Лэкэчэктэри таарыйбатаххына, кыайыылаабынан тахсабын. Оонньооччулар лэкэчэктэри охторбут буоллаххытына, ким хабы охторбуккутунан кыайыыны быһаарабын.

- Оһолор, маладьыастар! Бары да кыяллан таарыйбакка буола сатаатыгыт.

- Курэхпит тумуктэнэн буттэ. Билигин хамаандалар ылбыт бэлиэлэрин ааһаммыт кыайыылаабы быһаарыахпыт. Хайа хамаанда кыайбыт эбитий?

Курэхтэһээччилэр стройдаан тураллар. Призердарга грамота, приз туттарыллар. Түмүккэ хаартыскаба түһүү.

o