

Саха харысхалларын бэлиэлэринэн йога
(5-6 саастаах оҕолорго)

Онордулар:

Харитонова М.Н.

Олесова Н.Н.

2020 сыл

Сыала : – йога хамсаныларыгар саха харысхал бэлиэлэрин туьанан сепке тыыны ыларга уерэтии.

Соруктара :

- 1.Йога хамсаныларыын туьанан огону эт-хаан еттунэн сайынарары.
- 2.Бол5омтону, ейдуур дьогур, санарар-тыынар аппараты сайынарары.
- 3.Ого уоскуйар эйгэтин тэрийии.

Билинни аныгы уйэ сайдыбыт кэмигэр компьютерга, араас гаджеттарга

оголорбут аара ылларан эрэллэр. Ол тумугэр о5о саната айгырыыр, чуолкайдык санарар о5о ахсааннаах.

О5ону чуолкайдык санара уерэтэргэ ньыма элбэх, онтон биир ньыма

сепке **тыыны ылыы** буолар. О5о тыынын сепке ылар ,бу онорор ньымаларбыт сепке туьаныллар буоллахтарына о5о саната тупсуохтаах.



«Куну керсуу»



**«Дьиз кэргэн»
Ыалы бөбөргөтүү
«Семья»
Талисман семейного счастья
защита семьи.**





**«Долуһуөн хатыыта»
Оҕо харысхала.
«Шип шиповника»
Оберег (защита)
ребёнка.**





**«Сопке толкуй»
«Верное решение»
Защищает от принятия
неверных решений.
Притягивает удачу.**





«Ох»
Уол эр киһи харысхала.
«Стрела»
Оберег (защита)
мальчика, мужчины.





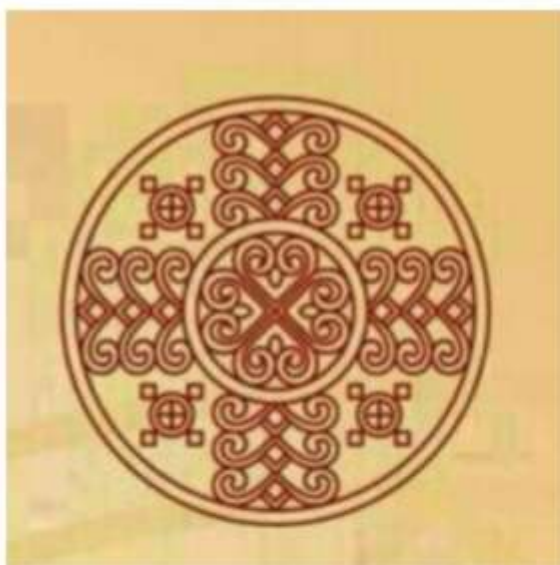
«Кыптыый»
Кыыс дьахтар харысхала.
«Ножницы»
Оберег (защита)
девушки, женщины.





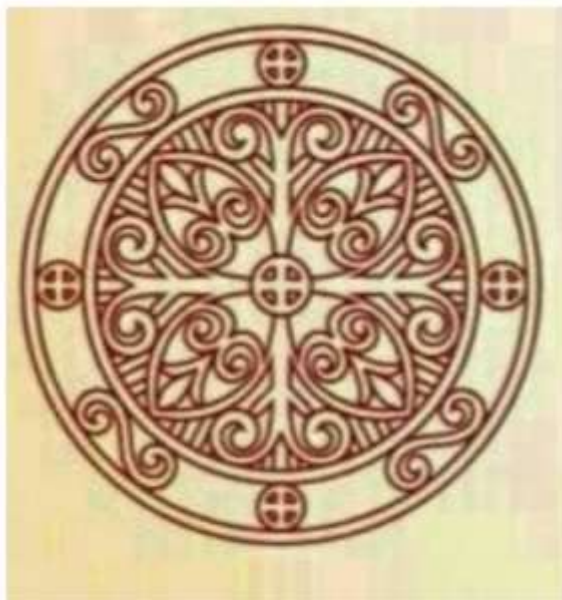
**«Саһыл тумса»
Баай-дуол харысхала.
«Лисий нос»
Талисман на богатство
деловую удачу.**





**«КымырдаБас»
Дьиз уот харысхала.
«Муравей»
Защита дома,
домашнего очага.**





**«Лыях»
Үтүө санаа харысхала.
«Бабочка»
Талисман благих желаний,
оберег от сглаза.**



A decorative border surrounds the page, featuring a repeating gold and white geometric pattern along the top and bottom edges, and a green and gold floral pattern at the corners. The sides of the border are a solid gold color with a fine, repeating pattern.

Болџомтоџут иџин махтал!