**Оҕону эт-хаан өттүнэн сайыннаран өбүгэ дьарыгар сыһыарыы**

**Бырайыак көрүҥэ**: билии-көрүү, эт-хаан сайдыыта

**Кыттааччылар**: 4-7 саастаах уолаттар

**Алтыһыы**: иитээччилэр, физинструктор, төрөппүттэр

**Бырайыак төрүөтэ**: Саха ураты дьоҕурун, үгэстэрин кыра эрдэҕиттэн иҥэриммит оҕо, сахалыы толкуйдуур тобуллаҕас өйдөөх, ханнык баҕарар эйгэҕэ, дьон-сэргэ иннигэр толлубакка-симиттибэккэ санаатын сааһылаан этэ үөрэнэр, мындыр, ситимнээх, ылыннарыылаах толкуйа, бодоруһар сатабыла сайдар, билиигэ-көрүүгэ тардыһыыта уһуктар, дьоҥҥо-сэргэҕэ сиэрдээхтик сыһыаннаһарга иитиллэр. Өбүгэ дьарыгын нөҥүө оҕо этин-сиинин сайдыытыгар эппиэтинэстээх буоларыгар угуйуу.

**Сыала:** оҕону эт-хаан өттүнэн сайыннаран өбүгэ дьарыгар сыһыарыы

**Соруктар:**

1. Саха үгэстэрин үөрэтии
2. Сылгы иитиитин (туһата диэн ду) билиһиннэрии
3. Эт-хаан өттүнэн дьарыктааһын

**Күүтүллэр түмүк:** оҕо кыра сааһыттанөбүгэ төрүт үтүө үгэстэрин көрө үөрэннэҕинэ ис кута уһуктан айылҕалыын алтыһа, сахалыы үгэстэри итэҕэйэн ылынар, эт-хаан өттүнэн чэгиэн, чөл, киэҥ билиилээх киһи буола улаатар.

Биһиги туспа итэҕэллээх, араас үгэстэрдээх, киэҥ толкуйдаах мындыр норуот буолабыт. Саха оҕото айылҕаттан ураты дьоҕурдаах. Билиҥҥи тирээн турар кэмнэ оҕону сөпкө иитии оҕо доруобуйатыттан улахан тутулуктаах. Оҕо дьиэтигэр компьютер, телевизор иннигэр уһуннук олороро мэлдьэх буолбатах. Эт-хаан өттүнэн сайдыылара, хамсанар дьоҕурдара, өйдөрө-санаалара уонна уопсай сайдыылара бытаарар. Онон оҕо күннээҕи олоҕор үлэ араас көрүҥүн таба аттаран туруорарга сүүрэр-көтөр дьарыктар, оонньуулар киэҥник туһаныллаллара наада кэмэ кэллэ. Хамсаныы оҕо иллэн бириэмэтин туһалаахтык атаарарыгар, доруобуйатын тупсарарыгар уонна хамсанар, толкуйдууур дьоҕура сайдарыгар улахан оруоллаах.

Сахалыы хамсаныылары, өбүгэ төрүт дьарыгын киллэрэн сөргүтэр, оҕоҕо тиийимтиэ, өйдөнүмтүө гына көрдөрөн үөрэтэр, быһааран, интэриэһиргэтэн, оонньотор буоллар бу хамсаныылар олоххо туһалара үгүс. Өбүгэ хамсаныылара оҕоттон сымса, сылбырҕа, кытыгырас, имигэс, дьулуурдаах, тулуурдаах, хорсун буолууну эрэйэр. Оҕо хамсанан-имсэнэн илиитин-атаҕын былчыҥнарын сайыннарар, тутта-хапта сылдьара тупсар, оҕо бэйэтигэр эрэнэр эрэллээх иэйиитэ уһуктар. Оҕо уһуктар, арыллар кэмин интэриэһиргээбэккэ, билбэккэ хаалбакка кэмигэр дьарыктыыр наада. Төрөөбүт норуоппут култуурата, олорбут олоҕо, өбүгэбит үйэлэргэ муспут муудараһа, олоҕу көрүүтэ, олоххо үөрүйэҕэ, сиэрэ-майгыта уостан сүтэн-өһөн хаалбакка кэнчээри кэлэр ыччаттарбытыгар иҥэрэ наада дии саныыбыт.

Оҕону иитии ситимин быспакка бара туруохтаах. Уһуйааҥҥа оҕону нэдиэлэ биэс күнүгэр иитэбит-үөрэтэбит. Онон иитии ситимигэр оҕону сахалыы тыыҥҥа угуйарга нэдиэлэ биир күнүн чэппиэри талан төрүт үгэс үөрүйэхтэригэр уһуйууну киллэрдибит. Бу күн норуот быһыытынан уратыбытын өрө тутабыт: оҕолор, үлэһиттэр бары сахалыы таҥнабыт, уу сахалыы ыраастык саҥарабыт, уһуйаан иһигэр сахалыы тыас-уус, хомус тыаһа холбонуллар, ол күн сахалыы ас астанар, сынньалаҥҥа сахалыы оонньуулар, сахалыы ыйдарга сыһыаннаах араас дьаһаллар ыытыллаллар.

Эти-сиини сайыннарар, чэбдигирдэр дьарыкка туһаныллар тэриллэр араастара үгүс. Өбүгэ хамсаныыларыгар сөптөөх буоллун диэн “Ат” тренажер оҥоһулунна. Бу тренажерга оҕо туга сайдара саастарынан тыырыллан наарданан сурулунна. Федеральнай государственнай үөрэх стандартыгар “Кустук” оскуола иннинээҕи үөрэх бырагыраамматыгар олоҕуран оҥоһулунна. Босуобуйа төрөппүккэ, иитээччилэргэ, эбии үөрэх уһуйааччытыгар туһуланар

**“СитИил&Миин” бырайыак суолтатын арыйар үлэ былаана**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ыйдар | Орто бөлөх | Улахан бөлөх |
| Улуу суорун ыйа | Сахалыы оонньуулар  билсиһии | Сахалыы күрэхтэһиилээх, хамсаныылаах оонньуулар |
| Хотой айыы ыйа | Ат части тело  Сахалыы хамсаныылары оҥоруу, тыл саппааһын байытыы | Үгэстэри инэрии, сылгыһыт аҕаны кытта билсиһии |
| Байанай ыйа | Остуол оонньуута | Идэһэ бэсиэдэ |
| Билгэ хаан ыйа | Өс хоһоонноро | таайбаран |
| Таҥха ыйа | Таабырыннар, остуоруйалар | Хартыынанан үлэ |
| Олунньу ыйа | Дидактическай оонньуу | “Уолан” күрэх |
| Дьөһөгөй ыйа | Төрүттэрбит үгэстэрэ оонньуу | Үгэстэри инэрии, аҕалары кытта бэсиэдэ |
| Айыыһыт ыйа | Хамсаныылаах оонньуулар | Өбүгэ оонньуулара |
| Иэйиэхсит ыйа | Илии атах оонньуулара | Кулун күрэҕэ |

**Сыл түмүгэр хамсаныы араас хаачыстыбаларын үөрүйэхтэрин иҥэринэр көрдөрүүлэрэ.**

**Тулуур –** сылайыар диэри бытааннык сүүрүү; 25 миэтэрэттэн 600 м.диэри хас да мэһэйи туорааһыннаах орто тэтиминэн сүүрүүнү кытта хаамар.

**Сымса, сылбырҕа** – төрүт балаһыанньалар (тобуктаан туран, олорон, сытар балаһыанньаттан ойон туран сүүрүү, кэннинэн туран этиллибит хайысхаҕа ыстаныы, түргэнник араас балаһыанньалары уларытыы, ол эбэтэр олоруу, сытыы, туруу) хамсаныы тэтимин уларытыы, араас хамсаныылары дьүөрэлээһин, эрчиллиилэри толоруу (араас балаһыанньаттан быраҕыы; биир, икки атаххаэргийиилээх ыстаныылары баһылыыр)хамсаныылаах оонньуулар быраабылаларын өйдүүр

**Түргэн** – тыаска түргэнник хардарыы; араас балаһыанньаттан туран сүүрүү; 1,5-2 мүнүүтэҕэ түргэн тэтиминэн хамсаныы.

**Күүс** – сиринэн сыыллыы, ыскамыайкаҕа сытан эрэ тардыныы, гимнастическай кирилиэскэ, канаакка, ураҕас маска элбэх төгүл ыттыы; тиэрэ уонна умса сытан бэриллибит ыаратыллыбыт эттиктээх эрчиллиилэри оҥорор; миэстэттэн эбэтэр 2-3 хардыыны оҥорон үрдэлгэ ыстаныы; симии мээчиги (1 кг), быаны иннин диэкиттэн быраҕыы.

**Сүрүн хамсаныылар**

**Хаамыы** – табатык илиини атаҕы дьүөрэлээн хаамар, чэпчэкитик хаамар, төхтөрүтэн, атаҕын аннын көрбөккө, хааман иһэн араас хамсаныылары оҥорор, хайысханан, тэтимнээхтик, мэһэйдээх сиринэн, ону таһынана араас ньыманан (атах төбөтүгэр, тобугу өрө көтөҕөн, тобугу накытан, чохчойон, киэнник хардыынан атаралаан, ойоҕоһунан, кэннинэн)

**Сүүрүү** – илиини-атаҕы дьүөрэлээн сүүрүү, араас тэтиминэн, хайысханан, түһүүлээх-тахсыылаах сирдэринэн сүүрүү.

**Ыстаныы** – аҥаар, икки атаҕынан биир сиргэ ыстаныы, иннигэр-кэннигэр, эргийэн ыстаныы, уҥа-хаҥас ойуу, көнө уһун быа үрдүнэн ыстаныы; чохчойон олорон ойон туруу, миэстэттэн ырааҕы ойуу, түһүү;

**Хатаастыы, сыыллыы** – хас да тэрил икки ардынан сыыллыы, кэнниттэн иннигэр сыыллан барыы, харытынан уонна тобугунана тиржэнэн сыыллыы; сытан сыыллыы, скамейка аннынан ааһыы, гимнастическай кирилиэскэ араас ньыманан ыттыы, үрдэлгэ өрө үктэлинэн тахсыы, канааттан тутуһуу, ыттыы.

**Оҕо сатабылын көрдөрүүнэн сыаналааһын (сылыктааһын)**

Сабаҕаланар ситиһиилэр сыл устата сылыктааһын түмүгүнэн ыытыллаллар. Сылыктааһын иитэр-үөрэтэр үлэни салгыы торумнуурга тирэх буолар.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Улахан киһи көмөтүнэн | Оҕо бэйэтин дьаһаныыта | Оҕо баҕатынан дьулуһуута |
| 1-4 балл | 5-7 балл | 8-10 балл |

“СитИил&Миин” бырайыак оҕо эт-хаан өттүнэн сайдарыгар, олоҕу-дьаһаҕы, үлэни-хамнаһы кыра эрдэҕиттэн билэригэр, доҕотторугар, чугас дьонугар, тулалыыр эйгэҕэ киһилии, үтүө сыһыаннаах буоларыгар улахан оруоллаах. Норуоппут эт-хаан, өй-санаа сайдарыгар аналлаах оонньуулара, өбүгэлэрбит аhаабыт аhылыктара, таҥныбыт таҥастара умнууга хаалбатын туһуттан, эти-хааны сайыннарар үлэни, оҕо өйүгэр санаатыгар төрөөбүт төрүт культура маҥнайгы олуктарын билиһиннэриини элбэҕи ыытыахтаахпыт.

**Туһаныллыбыт литературалар**

1. Оҕо саҥатын сайыннарыы теорията уонна методиката. Үөрэтэр методическай пособие/Үөрэхтээһини киин института дистанционнай үөрэтии киинэ. СГУ Пед итснитута: хомуйан оҥордо М.Н.Саввина.-Дьокк., 2001 сыл
2. Оскуола иннинээҕи тэрилтэҕэ оҕону сахалыы иитии-үөрэтии бырагарааммата / хомуйан оҥордулар А.Г.Тистяхова., Т.П.Аргунова., Е.В.Сивцева Саха респ. Үөрэҕин министерствота – иккис тахсыыта.- дьокускай МП Полиграфист, 1994 сыл
3. Өбүгэлэрбит оонньуулара / хомуйан оҥордо.-дьокуускай 1990 сыл
4. Саха төрүт култуурарта учууталга көкмө босуобуйа/ М.А Попова-Дьокуускай., Бичик 1994 с
5. Кустук оскуола иннинээҕи үөрэхтээһин бырагарааммата., 2020 сыл. Бичик. Т.И Никифорова, Л.В. Попова, А.А. Скрябина