

Сула
шимчээшкиннерни
кичээлдөргө
ажыглары



Сорулгазы:

**Уругларнын ооредилге уезинде угаанын,
куш-ажыл уезинде эрес, кашпагайын,
аас-чугаазын сайзырадыр, арга-шинээн
бедидеринге кижизидер.**



Сула шимчээшкиннернин ажык-дузаны:

- ❖ *Кылып турган ажылындан дыштандылар.*
- ❖ *Угаан-медерел дыштандырыышкыннын чорудар.*
- ❖ *Мага-ботту сергедир.*



Чорудары:

- ❖ Сула шимчээшкиннерни 2-3 минута иштинде чорудар
- ❖ Шимчээшкин бурузу 4-6 катаптаан турар
- ❖ Шимчээшкин бурузун шулук хевирлиг домактар-биле чорудар
- ❖ Олуруп алгаш азы туруп алгаш чорудуп болур
- ❖ Башкы-биле азы боттары кууседип болур



Сула шимчээшकिनнернин хевирлери:

- ❖ *Мага-боттун, буттун шимчээшकिनнери*
- ❖ *Эктин суларадыр шимчээшकिनнер*
- ❖ *Башка сула шимчээшकिनнер*
- ❖ *Тыныш органнарынга сула шимчээшकिनнер*
- ❖ *Каракка сула шимчээшकिनнер*



**Каткы –хоглуз уруглар бис,
Халып турда дендии –ле бис.
Биске чедер кижичи кымыл?
Бирээ, ийи, уш!**



*Койгунчугаш халып чору,
Кончуг дурген оттунээли.
Дилги коруп кагган дижик,
Дидирээли, сирилээли,
Дилги чоруй барган дижик,
Дидим чоргаар базыптаалы.*



Балыктар-эштир (эштир)
Пагалар-шураар (шураар)
Ховаганнар-ужар (ужар)
Койгун- даалыктаар (даалыктаар)
Угер-сылдыс – дээрде
(ийи холду оору кодурер).
Угу хундус – удуур
(холдарын чаагынга сыртай туткаш
удуур)



**Шылай бердим , могай бердим
(туруп келгеш, чангыс черге
кылаштаар)**

Шымда дурген дыштаныыл.

**Аткаар, ишкээр эглип алгаш, (холдар
быктында, мурнунче, артынче
шимченир)**

Ажылывыс уламчылаал.



*Койгун ышкаш шураптаалы,
Адыг ышкаш атпаннаалы,
Дилги ышкаш чаяннадыр,
Богун борта оттунээли.*



**Алышкылар бежелээн,
Аажы-чаны ангы-ангы.
Матпаадыр - маннаар,
бажы-курлуг – бажын чаяр,
ортаа-мерген – оожум маннаар,
уваа-шээжек – удуй бээр,
бичи-моовей – чиик маннаар**



**Салааларым саны беш,
Санап туннеп билир мен,
1,2,3,4,5.
бирден бир чок санаалы
1,2,3,4,5.**



**Чечектернин чаражын
Чечек чулуп кылаштаал
(кылаштаал)
Кызыл чараш ,сарыг-даа
Кымнар ону алырыл (мурнай
халчыр).**



*Мага-ботту дыштандырып,
Маннап халып ойнаалынар.
Холдарывыс часкап-часкап,
Хокпанадыр шурагылаал.*



*Мага-ботту дыштандырып,
Маннап халып ойнаалынар.
Холдарывыс часкап-часкап,
Хокпанадыр шурагылаал.*



*Ыяштарнын будуктары,
Ындыг чараш корунердаан
Дазылдары дамырлар-дыр,
Таан ковей саннанар даан*



***Коргенинер дээш,
четтирдим!***

