

**СӨПСӨНӨБҮН:**

“А. А. Агеев аатынан оҕо спорт оскуолата”  
МБТ дириэктэрэ

Е. Д. Захаров

Кулун тутар ый 0 күнэ 2026 с.



**БИГЭРГЭТЭБИН:**

“Сэмэн уонна Соппуруон Даниловтар аат.  
Духуобунас киинэ” МБТ  
Дириэктэрэ А. В. Алексеева

Кулун тутар ый 0 күнэ 2026 с.



**“Алаас оҕолоро”**

**өбүгэ оонньууларыгар алын сүһүөх кылааһын уолаттарыгар ытытлар  
улуустаабы күрэх балаһыанньата**

**Буолар күнэ-чааһа:** Кулун тутар ый 21 күнэ 2026 с. 10:00 ч

**Буолар сирэ:** Бэрдьигэстээх нэһ. А. А. Агеев аатынан элбэх хайысхалаах спорт киинэ.

**Сыала-сорууга:**

1. Уол оҕону чөл олоххо угуйуу, эт-хаан өттүнэн сайыннарыы;
2. Өбүгэ оонньууларыгар дьарыктанарга интэриэһи, болҕомтону тардыы;
3. Өбүгэ үгэһин уйэтитии, оҕолору өбүгэ оонньууларыгар сыһыарыы;

**Күрэһи тэрийээччилэр:** “Сэмэн уонна Соппуруон Даниловтар аат. Духуобунас киинэ” МБТ  
**Күрэх кыттааччылары:** Улуус оскуолаларыттан 3-4 кылааска үөрэнэр уолаттар. Хамаанда аайы 5 уол кыттар.

**Кыттыгы иһин төлөбүр:** хамаанда аайыттан 2000 солк.

**Ирдэбиллэр:**

- Кыттааччы хамаанданы арыаллаан аҕалар, илдьэ сылдьар эппиэтинэстээх тренер эбэтэр учуутал баар буолара булгуччулаах;
- Кыттааччылар кэлэр-барар, аһыыр ороскуоттарын бэйэлэрэ уйуналлар;
- Хамаандаттан көрүг аайы биирдии оҕо кыттар. Хас биирдии оҕо биирдии эрэ көрүгнэ кыттар. Бэрэмэдэйдээх сүүрүүгэ хамаанда уопсай кыттар;
- Хамаанда уопсай биир танастаах буолара ирдэнэр;

**“Өбүгэ оонньуулары” күрэх түһүмэхтэрэ:**

1. **Үс төгүл үс** – 3 кылыы (анар атабынан үстэ ойор), 3 буурдааһын (икки атаһа олбу-солбу түһүлээн иккитэ ойор уонна үһүскэ икки атабар түһэр), 3 куобах (икки атабынан тэннэ тирэнэн үстэ ойуу). Кылыы сүүрэн кэлэн ойууттан сабаланаар. Күрэс түмүгүн 3 холонууттан биир ордук көрдөрүүтэ быһаарар.
2. **Кириэс тэбии** – икки тэбис тэн 3 см. кэтиттээх, 70 см. уһуннаах, 0,5 см. халыгнаах маһы ылан көнө сиргэ кириэстии уураллар. Оонньооччу сис туттан кириэстии ууруллбут мас таһыгар кэлэр. Кини бу кириэс үрдүнэн анаар атабын үөһэ көтөҕөн баран, биир атабынан кылыһан, маһы таарыйбакка кириэстии ыстаналыыр кэмигэр ханнык баҕарар ырыаны дорҕоонноохтук ыллахтаах.
3. **Ойбонтон уулааһын** – сиртэн биир тутум үрдүктээх иһити уураллар. бастакы оонньооччу уна илиитинэн ханас кулгаабын эминньэбин тутар, ханас илиитинэн

ханас атафын кэтэфинэн уна атафын төбөтүттэн тутар уонна илиилэрин араарбакка эрэ төнкөйөн, сиргэ турар иһити тиистэринэн кыбытан ылыахтаах.

4. **Өһөс торбос** – Аан бастаан муостаҕа көмөрүнэн икки сурааһын тардыллар. Кинилэр күрэхтэһэрдии туттан, утарыта, атахтарын 30 см. курдук аччаччы тэбэн, көнөтүк туруохтаахтар. Илиилэрин көнөтүк туттан сиртэн тирэнэллэр. Оонньууну ыттар киһи баайыллыбыт соттору, эбэтэр куһаах куру моонньуларыгар кэтэрдэр. Хайалара да тардыһыы кэмигэр төбөтүн төнкөтүө суохтаах, эмискэ тардыа суохтаах. “Чэ” диэн хамаанданы иһиттилэр да тэбис тэннэ тардыһаллар. Кыахтаах, тэтиэнэх өттө сурааһын диэкки соһор. Биирдэстэрэ сурааһыны таарыйда да хотторор.
5. **Мас тардыһыы** – хамаандаттан биирдии оҕо утарыта олороллор, атахтарын тилэхтэрин холбуу сыһыары уураллар уонна мас тардыһаллар.
6. **Бэрэмэдэйдээх сүүрүү** - уопсай хамнаанданан күрэх.

**Кыайыылаахтары быһаарыы, наҕараадалааһын:** кыайыылаахтары дьүүлүүр сүбэ уопсай түмүгүнэн быһаарар. Кыттааччыларга грамоталар, мэтээллэр уонна сыаналаах бириистэр бэриллэллэр. Кыайбыт хамаандаҕа көһө сылдыар кубок туттарыллар.

**Кыайбыт хамаандалар:**

- 1 миэстэ – 10000 солк сууммалаах сэртификээт.
- 2 миэстэ – 7000 солк сууммалаах сэртификээт.
- 3 миэстэ – 5000 солк сууммалаах сэртификээт.

Күөн күрөскэ кыттар сайаапкалары кулун тутар ый 20 күнүгэр дылы хомуйабыт.

Сайаапкалары тутар аадырыс: Сэмэн уонна Соппуруон Даниловтар ааттарынан Духуобунас

киинэ, электроннай аадырыс: [dukh\\_centre@mail.ru](mailto:dukh_centre@mail.ru)

билсэр төл: 89142778769 Тарасова Лилия Егоровна

**Тэрийээччи хаһан баҕарар балаһыанньаҕа уларытыы киллэрэр бырааптаах**

**Сайаапка:**

1. Хамаанда кыттааччыларын ааттара-суоллара;
2. Хамаандаларын аата;
3. Нэһилиэгин аата
4. Үөрэнэр оскуолалара, кылаастара;
5. Кыттааччылар төрөөбүт күннэрэ, ыйдара, сыллара;
6. Ким ханнык көрүнгэ кыттара;
7. Салайааччы аата-суола, төлөпүнүн нүөмэрэ.