

بىللار ئويۇنلىرى توپلىمى

تەييارلىغۇچى: كېيىنەك

[选取日期]

101 ♥ Balılar Oyunliri

Mud

Mud is very nice to feel

he toes!

knows

BOYDEN



1--ئويۇن :مۇزىكا قۇتسى

كېتەرلىك نەرسىلەر:

ئىستاكاندىن ئۈچ ياكى تۆت

سۇ

قوشۇق

قانداق ئوينايىمىز؟

سۇ قۇتىلىرىغا پەرىقلىق مىقداردا سۇ قۇيىمىز.

ئاندىن قۇشۇقتا قۇتىلارغا چېكىپ ئاۋاز چىقىرىمىز

.قۇتىدىكى سۇنىڭ مىقدارى ئوخشىمىغاچقا ،چىققان ئاۋازمۇ ئوخشىمايدۇ

ئاندىن بالىلار چىققان ئاۋاز بويىچە ، ئۆزى ياقىتۇرغان مۇزىكىلارنى چالىدۇ.

چوڭلار بالىنىڭ يېنىدا ئولتۇرۇپ ، ئۇلارنىڭ مۇزىكا يارىتىشىغا ئىلھام بەرسە بولىدۇ.

2-ئويۇن: پارچە پۇللارنى ياكى تەڭگىلەرنى ساناش

كېتەرلىك نەرسىلەر: پارچە پۇل ۋە تەڭگە

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىزنىڭ ئالدىغا بىر دوپ سىقىم پارچە پۇل ياكى تەڭگىلەرنى قويۇپ سانسىڭىز.
ئاندىن ئۇنىڭدىن "بۇ پۇللارغا نېمە كېلىدۇ؟ نېمە كەلمەيدۇ؟" دەپ سوراپ پاراڭلىشىڭىز.

مەسىلەن: بۇ پۇلغا بىر تال چوكا مۇز ياكى مەرەج (يەنى ماروژنى) كېلەمدۇ؟ بۇ پۇلغا بىر جۈپ پەلەي
كېلەمدۇ؟ يېقىن دوستلار كېلەمدۇ؟ ئاچا ياكى سىڭىلىدىن بىرسى كېلەمدۇ؟ دېگەندەك.

بۇ بالىغا نېمىنى پۇلغا سېتىۋالغىلى بولىدىغانلىقى، نېمىنى پۇلغا سېتىۋالغىلى بولمايدىغانلىقىنى
ئۆگىتىدىغان ياخشى پۇرسەت بولىدۇ. سوئال پۇلنىڭ ئاز-كۆپلۈكىگە ماسلاشتۇرۇپ سورىلىدۇ. بالا بەك
كىچىك بولسا، شاكىلات ياكى كەمپۇتتەك ئاددىي نەرسىلەرنى سوراپ بىلدۈرۈپ قويساق بولىدۇ...

3-ئويۇن ئۆيدىكى چېدىر

كېتىدىغان نەرسىلەر:

☉ بىر يۇڭ ئەدىيال (كەڭ ، قېلىنراق بولسۇن.)

☉ قۇرۇق ئۈستەل (ئېگىزرەك بولسا ياخشى)

☉ قولچىراق(ياكى ئۈستەل چىرىقى)

كۆرپە-ياستۇق ، باشقا ئويۇنچۇق ياكى قونچاقلار

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۈستەلنىڭ ئۈستىگە يۇڭ ئەدىالنى ئارتىمىز.ئەدىالنىڭ ئۇچى يەرگە تېگىپ تۇرىدۇ.

ئاندىن بالا بىلەن ئۈستەلنىڭ ئاستىغا كىرىپ ، قول چىراقنى ياندۇرۇپ ئەپلىك يەرگە جايلاشتۇرىمىز.

بالىلار ئۆزىگە تەۋە ئورۇن بولۇشنى بەك خالايدۇ . ئادەتتىمۇ شۇنداق ئۈستەل-ئورۇندۇقلارنىڭ

ئاستىغا كىرىۋېلىپ ئوينىيدۇ.مۇشۇنداق ئاددىي چېدىر ياساپ ، چىراقنى ياندۇرۇپ قويۇپ بىللە

ئولتۇرسىڭىز ياكى ئۆزى يالغۇز ئوينىسا ، ئىشىنىمەنكى بالىڭىز بەك خۇش بولىدۇ .

(كېچىسىمۇ شۇيەردە ياتىمەن دەپ تۇرىۋالامدۇ تېخى .)

4. ئاڭلاپ تېپىش

كېتەرلىكلەر:

(1) ئۆيدىكى تېلېفون ئاۋاز چىقىدىغان، جاراڭلايدىغان كىچىك نەرسىلەر

(2) نېپىز رەخت سومكا ياكى خالتا

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۆيدىكى ئاۋاز چىقىرىدىغان، جاراڭلايدىغان كىچىك نەرسىلەرنى يىغىپ خالتىغا سالىمىز.

بالىغا كۆزنى يۇمۇشنى ئېيتىپ ئېيتىڭ. خالتىدىن بىردىن نەرسە ئېلىپ، ئاۋاز چىقىرىمىز. ئاندىن بالىدىن ئۇنىڭ نېمىلىكىنى سورايمىز.

ئەسكەرتىمە:

ئويۇندا ئامال بار ئاچقۇچ، تەڭگە، پۇستەككە ئوخشاش ئاۋاز چىقىدىغان نەرسىلەرنى ئىشلىتىڭ.

قاچىدەك نەرسىلەر بولسا، قوشۇق ياكى ئارچاق(ۋېلكا) بىلەن ئۇرۇپ سورىسىڭىزمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قاتتىق قەغەز (قوتۇرما قەغەزمۇ بولىدۇ).

☉ قايچا ☉ قەلەم

بالىنىڭ قولى پاتقۇدەك بوتۇلكا

قانداق ئوينىيمىز؟

قاتتىق قەغەزلەرنى بېلىق شەكلىدە قىيىڭ، بېلىجانلار (كىچىك بېلىقلار) جىقراق بولسا ياخشى.

ئاندىن ھەر بىر بېلىقنىڭ قورسىقىغا ئوخشىمىغان سۆزلەرنى يېزىڭ.

مەسىلەن: "قارا رەڭلىك بىر نەرسىنى تېپىڭ" "بىردىن ئونغىچە سانىڭ"

"بەشىنى سەكرىۋېتىڭ" "سۈتتىن بىر شېشە ئىچىڭ"...دېگەندەك. (بالغا باشقا چاغدا قىلدۇرالمىغان

ئىشلارنى يازسىڭىزمۇ ئۇلار ئويۇن ئورنىدا ياق دېمەسمىكىن.) مۇشۇنداق ئوخشىمىغان سۆزلەرنى يېزىپ ، ھەممىنى بوتۇلكىغا سېلىڭ. ئاندىن يەڭگىل سىلكىۋېتىپ ، بالغا بىردىن بېلىق ئالغۇزۇڭ. بالا بېلىقنى ئالغاندا ئۈستىدىكى خەتنى ئوقۇڭ ، بالا شۇ ئىشنى ئورۇندىسۇن .

6-ئويۇن بارماق

قونچاقلار

كېتەرلىك:

◎ بوياق قەلەم

◎ ئۆيدىكى پارچە لاتا-پېتىلەر

◎ قايچا

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىزنىڭ تىرنىقىغا بوياق قەلەمدە كىچىك چىرايلارنى سىزنىڭ. ئاندىن لاتىلارنى قايچىدا يۇمىلاق كېسىپ، ئوتتۇرىسىنى بارماق پاتقۇدەك تېشىپ ، بالىنىڭ بارمىقىغا كەيدۈرۈپ قويۇڭ. ئاندىن ئۆزىڭىزنىڭ بارمىقىڭىمۇ شۇنداق قورچاقلارنى چىقىرىپ ، بارماقلارنى بىر -بىرىگە قاراپ "سۆزلىتىڭ". ئۆزىڭىز بىلىدىغان ھېكايىلەرنى(شەخسلەرگە ئايرىپ) بارمىقىڭىزدا سۆزلەپ بەرسىڭىزمۇ بولىدۇ .

7. ئۇكىم؟

كېتەرلىك نەرسىلەر:

كۆزنى ئەتكۈدەك رەخ ياكى قولىاغلىق

قانداق ئوينىيمىز؟

بۇ ئويۇنغا ئەڭ ئاز دېگەندە ئۈچ ئادەم بولۇشى كېرەك. ئاۋۋال بىرەيلەننىڭ كۆزىنى ئېتىمىز (بۇ چەك تاشلاپ ئايرىلىشىمۇ بولىدۇ)، بالا "مېنىڭكىنى ئېتىڭلار" دەپ تۇرۇۋالسا ئۇنىڭغىمۇ مەيلى. كۆزى ئېتىلگۈچى قالغانلارنىڭ يۈز كۆزىنى، قوللىرىنى تۇتۇپ، ئۇلارنىڭ كىملىكىنى تاپسۇن.

8-ئويۇن "بې-بې!"

كېتەرلىك نەرسىلەر:

ۋاقتىڭىزلا كېتىدۇ .

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز بەك پىششىق بىلىدىغان بىرەر ناخشا ، ھېكايە ياكى قوشاق تېپىڭ ، ئاندىن توغرا ئوقۇڭ ياكى ئېيتىڭ. ئاندىن سەل تۇرۇۋېتىپ ، بالغا ئانچە مۇنچە خاتا ئوقۇپ قويدىغىنىڭىزنى ئەسكەرتىپ ، يەنە بىر تەكرارلاڭ. بالىڭىز خاتا ئوقۇلغان ياكى ئېيتىلغان يەرگە كەلگەندە "بې!" دېسۇن.

مەسىلەن: " قىزىل بۆكى " نىڭ ھېكايىسىدە قىزىل بۆكىنىڭ مومىسىنى يوقلىغىلى بېرىشنى " ...ئاغرىق بوۋىسىنى يوقلاپ بېرىپتۇ " دەپ ئېيتىڭ.

مۇشۇ يەردە بوۋىسى دېگەندە خاتا دېدىڭىز ئەسلى مومىسىنى يوقلىغىلى باراتتى.

بې!!!! دەپ بالىڭىز بايقىيالىسا ، شۇ ياخشى . ياكى باشقا ھېكايىنى سۆزلەپ بېرىۋاتقاندا ، ئىچىدىكى سانلارنى خاتا دېيىش. ھېكايىلەرنى بەك جىق بىلمەي قالساق ، بېشىدىن ئۆتكەن ئىشلارنى سۆزلەپ كىتىۋېتىپ قەستەن خاتا يەرنى قوشۇپ قويۇپ. بالىنى تۈزەتكىلى سېلىش دېگەندەك..... بۇنداق خاتالىقلارنى بايقاش بالغا پايدىلىق.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

قاتۇرما قەغەز (يەشك قەغەز)

قاچا

يۇڭ يىپ ياكى يېڭى شويىنا

قەلەم

قانداق ئويىنىمىز؟

قەغەز ساندۇقنىڭ قاتۇرما قەغەزنى يۇمىلاق كېسىپ، چۆرىسىنى بەلگىلىك ئارىلىق قالدۇرۇپ تېشىمىز(ئۆيدە تەشكۈدەك باشقا نەرسە بولمىسا، قاچىدا تېشىپ، تۆشۈكنى قەلەمدە تۆڭگەرت سەك<يۇمىلاقلا تىساق> بولىدۇ). ئاندىن بالا يۇيىپ ياكى شويىنىنى تۆشۈكتىن ئۆتكۈزۈپ، تىك پ ئويىنىسا بولىدۇ.

ئاندىن بۇ ئويۇندىن تېخىمۇ ياخشى پايدىلانغىلى بولىدۇ.

مەسلەن:

بالىلىرىغا سان ياكى ھەرپلەرنى ئۆگىتىۋاتقانلار مۇشۇنداق قەغەزنى ھەرپ ياكى ساننىڭ شەكلىدە تېشىپ قويسا ، بالا شۇ تۈشۈكلەردىن يىپ ياكى شوپىننى ئۆتكۈزۈپ ئوينىغاچ ، شۇ سان ياكى ھەرپنىمۇ ئۆگىنىپ ماڭىدۇ.

بۇ ، بالىنىڭ دىققىتىنى يىغىشۋە يالغۇز قول سېلىپ ئىشلىشىگە خېلى پايدىلىق.

بالا شۇنىڭغا مەشغۇل بولغاندا ، باشقا ئىشلارنى قىلىۋالغىلىمۇ بولىدۇ.

ئۈچكىل (ئۈچبۇلۇڭ)، تىك تۆتكىل (تىك تەرەپلىك) ، بەشۋار (يۇلتۇز) ياكى نورچە (سېلىندىر) دېگەندەك شەكىللەرنى تېشىپ ، بالىلارغا شۇ شەكىللەرنى ئۆگىتىشكەمۇ بولىدۇ.

پارال تىك تۆتكىل : 平行四边形 : تىكبۇلۇڭ تۇغۇق : 直角梯形 : تۇغۇق : 梯形 :

10. بارماق ئىزى «چاشقانلار»

كېتەرلىكلەر:

(1) ئاق قەغەز؛ (2) سۇ بويلاق (يېمەكلىك بويىقى ياكى سۇرۇق بولسىمۇ بولىدۇ)؛ (3) قەلەم.

قانداق ئوينايىمىز؟

بارمىقىڭىزنى سۇ بويلاق ياكى سۇرۇققا تەگكۈزۈپ، ئاندىن قەغەزگە بېسىڭ، بارماق ئىزىڭىز ئارىلىق تاشلاپ چىقسۇن. بۇنىڭدا رەڭلىك سۇ بويلاق تېخىمۇ ياخشى. بارماقنى ھەر خىل رەڭلەرگە ئايرىم تەگكۈزۈپ باسقۇلى بولىدۇ.

قەغەزگە جىق بارماق ئىزلىرى چىققاندىن كېيىن، شۇ ئىزلارغا بىر-بىرلەپ يۇمىلاق قۇلاق سىزىڭ، ئاندىن قۇيرۇقنى چىقىرىڭ، ئاندىن قەغەز يۈزىدە كەينىنى قىپ تۇرغان بىر مۇنچە چاشقانلار كۆرۈنىدۇ.

رەسىمگە ئانچە ئېپىڭىز بولمىسىمۇ، مۇشۇنداق قىلىپ ئاسانلا نۇرغۇن چاشقان سىزغىلى بولىدۇ، بالىڭىزمۇ بۇ جەرياندىن ھۇزۇرلىنىدۇ. بۇ ئويۇن بىلەن يەنە بالىلارغا رەڭ تونۇتقىلى، ساناق ساناش ۋە ئاددىي ئەمەللەرنى ئۆگەتكىلى بولىدۇ.

بۇنىڭدا، ھەر خىل رەڭلىك چاشقانلارنى سىزىپ بولۇپ، بالغا شۇ چاشقانلارنىڭ ئاستىغا ئوخشاش رەڭدە بالىسىنى سىزدۇرسىڭىز بولىدۇ، سىزىلغان چاشقانلارنى سانائەتسىڭىز مۇ بولىدۇ. بۇندىن باشقا، چاشقاندىن بىر يانغا بەشنى، بىر يانغا ئىككىنى چىقىرىپ، ئارىلىقىغا ھەر خىل ئەمەل قويۇپ، بالغا ھېسابلانغانسىڭىز مۇ بولىدۇ. بالا شۇ ئارقىلىق ئاددىي ئەمەللەرنى ئۆگىنىۋالىدۇ.

بۇ ئويۇندىن يەنە قانداق ئىشلارنى قىلالايمىز :

♥ رەڭلەرنى ئۆگىتەلەيمىز.

♥ سانلارنى يەنى سان ساناشنى ئۆگىتەلەيمىز.

♥ ئاددىي سانلارنى قوشۇش ئېلىشىنى ئۆگىتەلەيمىز.

11. سىزگە كىم ئامراق؟

كېتەرلىكلەر:

(1) قاتۇرما قەغەز؛ (2) قەلەم؛ (3) بويلاق قەلەم؛ (4) قايچا.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىزدىن «سىزگە كىم ئامراق؟» دەپ سوراپ، بەرگەن جاۋابىنى قەغەزگە يېزىڭ. ئاندىن «يەنە كىم ئامراق؟» دەپ داۋاملىق سوراپ، جاۋابىنى يېزىپ مېڭىڭ. ئاندىن بالا قانچە ئادەمنى دېگەن بولسا، قەغەزدىن شۇنچە يۈرەك چىقىرىڭ (ياكى بالا بىلەن بىللە قىيىڭ). بالىڭىز چىقىرىلغان يۈرەكلەرنى بويلاق قەلەمدە رەڭلىسۇن.

رەڭلىك يۈرەكلەر تەييار بولغاندا، بالا دېگەن كىشىلەرنىڭ ئىسمىنى يېزىپ قويۇڭ. ئۇلارنىڭ كىچىكرەك رەسمى بولسا، قوشۇپ چاپلاپ قويسىڭىزمۇ بولىدۇ.

چوڭراق بىر پارچە قاتۇرما قەغەزگە بالىڭىزنىڭ رەسمىنى چاپلاپ ياكى (خەت تونۇسا) ئىسمىنى چوڭ يېزىپ، ئاستىغا شۇ يۈرەكلەرنى بىر-بىرلەپ چاپلاڭ. ئاندىن، قەغەزنىڭ ئۈستىنى تېشىپ، بالىنىڭ ئايرىم ھۇجرىسى بولسا ئىشكىنىڭ كەينىگە ياكى ئۆينىڭ كۆزگە چېلىققۇدەك باغقا يېرىگە ئېسىپ قويۇڭ.

بالا ھەر كۆرگەندە، ئۆزىگە باشقىلارنىڭ ئامراقلىقىنى ئەسلەپ، كۆيۈمنى ئەتراپىدىن سېزىپ تۇرسۇن.

12. ياڭيۇ تامغا

كېتەرلىكلەر: (1) بىر-ئىككى تال ياڭيۇ؛ (2) قەلەمتراش؛ (3) سۇ بويلاق؛ (4) بويلاق چوتكىسى؛ (5)

قەغەز.

قانداق ئوينايىمىز؟

: بىر تال ياڭيۇنى ماڭلاڭ، ئاندىن بىر ماكسىنىڭ كەسمە يۈزىنىڭ ئۈيەر-بۈيىرىنى ئويۇڭ، ئوڭغۇل-
دوڭغۇل ھالەتتە بىر شەكىل چىقسۇن. ئاندىن، بالىڭىز ئويۇلمىغان يەرلەرنى چوتكىدا بويسۇن. ياڭيۇ
تامغا شۇنىڭ بىلەن پۈتكەن بولىدۇ، بالا شۇ تامغىنى قەغەزگە بېسىپ ئوينىسا بولىدۇ.

بۇنىڭدا ياڭيۇنىڭ كەسمە يۈزىنى ھەر خىل رەڭلەپ، قەغەزگە ھەر خىل رەڭلىك شەكىل چىقىرىشقا
بولىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) بالىنىڭ نەرسىلىرى؛ (2) «بايلىق» خەرىتىسى

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىنىڭ ئويۇنچۇق، كىتاپچە، كەمپۇتلىرىنى مەلۇم يەرلەرگە يوشۇرۇپ قويۇڭ، ئاندىن يوشۇرغان ئورۇنلارنى قەغەزگە خەرىتىچە سىزىپ، «بايلىق» خەرىتىسىدىن بىرنى چىقىرىڭ. بالا بۇ خەرىتىگە قاراپ، يوشۇرۇلغان «بايلىق» لارنى تاپسۇن.

14. «خالتىدا نېمە بار؟»

كېتەرلىكلەر: (1) ياستۇق قېپى ياكى خالتىدىن بىر تال؛ (2) ئۆيدىكى ئۇششاق-چۈشەك نەرسىلەر.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاسان چېقىلماس، كىچىكرەك نەرسىلەرنى خالتىغا سېلىپ، ئېغىزنىڭ چىڭ ئېتىپ قويۇڭ، ئاندىن بالىڭىز خالتىنى تېشىنىدىلا سىلاپ-تۇتۇپ، ئىچىدىكى نەرسە(نىڭ نېمىلىكى)نى تاپسۇن. بالىڭىزنىڭ تېخى تىلى چىقمىغان بولسىمۇ، ئويناپ باقسىڭىز يەنىلا پايدىسى بولىدۇ. ئۇنىڭغا ئۆپچۆرسىدىكى نەرسىلەرنى ئۆز قولى بىلەن تۇتقۇزۇپ، سىلىتىپ تونۇتقان بولىسىز. بالا دەپ بېرەلمىسە، شۇ نەرسىنى كۆرسىتىپ دەپ بەرسىڭىز بولىدۇ.

بالىڭىز سان-ساناق بىلىدىغان بولسا، يەنە سىلىتىپ، تاپقان نەرسىسىنىڭ سانىنى سورىسىڭىزمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىكلەر: ۋاقتىڭىز بىلەن زېھنىڭىزلا كېتىدۇ.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاپتوبۇس بېكىتى، ئاشخانا ياكى دوختۇرخانىدا نۆۋەت كۈتۈۋاتقاندا، ئۆيدە تاماقتىن بىكار بولۇپ ئازراق بىكار بولغاندا، بىرەڭ رەڭنى ئېيتىپ، بالىڭىزنى شۇ رەڭلىك نەرسىلەرنى كۆرسەتكۈزۈڭ. مەسىلەن، «قايسى نەرسىلەر قاراكەن؟ قىزىل رەڭدە قانداق نەرسىلەر باركەن؟» ... دېگەندەك.

رەڭلەرنى پەرقەتكەندىن كېيىن، ئاندىن شۇ رەڭلىك نەرسىلەرنىڭ سانىنى سوراڭ. شۇلارنىڭ سانىنى ھېساپلىتىش جەريانىدا، قوشۇش-ئېلىش قايدىلىرىنى ئۆگىتىۋالسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بۇ ئارقىلىق، بالا ئۆپچۆرىسىدىكى نەرسىلەرگە دىققەت قىلىدىغان، سەڭگىرىپ ماڭىدىغان بولىدۇ، كۆزىتىش ئىقتىدارى ئاشىدۇ. بالا بىلەن ئۆتكەن ۋاقتىڭىزمۇ مەنىلىك ئۆتىدۇ، بالىڭىزمۇ ئازدۇر-كۆپتۇر بىلىم ئالىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) ھەر خىل پارچە پۇل ياكى تەڭگىلەر؛ (2) (بولسا قاتتىق تاشلىق) دەپتەر.

قانداق ئوينايمىز؟

ئادەتتە يېنىڭىزدا يىغىلىپ قالدىغان ياكى ئۆيىڭىز ئۈيەر - بۇ يەرلىرىگە چۈشۈپ قالدىغان بىر - ئىككى مولۇق پۇللارنى، كىچىك تەڭگىلەرنى يىغىڭ، ئاندىن بالىڭىز بىلەن ئولتۇرۇپ قىممىتى ياكى چوڭلۇقى بويىچە تۈرگە ئايرىڭ، تۈرلەپ ئايرىم قويۇڭ. ئاندىن، دەپتەرنىڭ بېتىگە شۇ تۈرى بويىچە (مەسىلەن، بىر مولۇقنى بىر بەتكە، ئىككى مولۇقنى بىر بەتكە... دېگەندەك) چاپلاپ، ئاستىغا قىممىتىنى يېزىپ قويۇڭ. توپلامنى مولارتىش ئۈچۈن، چوڭراق پۇللارنى چاپلىسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بۇ، تېخى پۇل تونۇمايدىغان كىچىكرەك ياشتىكى بالىلارنىڭ پۇل تونۇشى، ۋاراقلاپ كۆرۈپ كۆزىنى پىشۇرۇشقا پايدىلىق. يەنە، بەتنىڭ پۇل بار يېرىنى تۇتۇۋېلىپ بالىغا تاپتۇرسىڭىزمۇ، قولىڭىز پۇل بىلەن سېلىشتۇرۇپ تاپتۇرسىڭىزمۇ بولىدۇ. پۇل تونۇيدىغان بالىلار ئۈچۈنمۇ بۇ بىر خاتىرە بويىقالدۇ.

بالىلار بىلەن ئولتۇرۇپ مۇشۇنداق توپلام قىلىش ئۇلارنىڭ تىلۋۇزۇر كۆرگىنىدىن ياكى ئويۇنچۇق ئوينىغىدىن ئەھمىيەتلىك. بۇ ھەم بالا بىلەن يېقىنلىقنى كۈچەيتىدىغان كۆڭۈللۈك جەرياندىر.

كېتەرلىكلەر: (1) ئازراق قۇرۇق قۇتا؛ (2) ئۇششاق دانلىق زىرات ياكى تاشلار.

قانداق ئوينايىمىز؟

چوڭلۇقى ئوخشىماس قۇتلىارغا قۇرۇق قوناق ياكى نوقۇتتەك تەرسىلەرنى ئوخشىمىغان پەرىقلىق مىقتاردا سېلىپ، ئېغىزنى ھىم ئېتىك. سالغاندا، قۇتنىڭ ئىچى قۇرۇق، پاكىز بولسۇن. بۇنىڭدا، قۇتلىارنى سىلكىگەندىكى ئاۋازمۇ ئوخشىماس چىقىدۇ. بۇنىڭ بىلەن بالىڭىزغا «مۇزىكا» ئورۇنداپ بەرسىڭىز ياكى بالىڭىز ئۆزى بىرەر مۇزىكا يارىتىپ باقسىمۇ بولىدۇ.

بالا تېخى كىچىك، ئايىغى چىقمىغان بولسا، قۇتىدىكى نەرسىلەرنى ئاز-ئازدىن ئازايتىپ ياكى جىقايتىپ، ھەرخىل ئاۋازلارنى چىقارسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بالا ياشقا چوڭراق، ئايىغى چىققان، مەخسەتنى ئۇققۇدەك بولسا، قۇتلىارنى پەرىقلىق سۈرەتتە شاراقىشتىپ، بالىنى شۇ رېتىم بويىچە ھەرىكەت ئىشلەتسىڭىزمۇ بولىدۇ. مەسىلەن، رېتىم تېز بولغاندا يۈگۈرۈش، ئاستىراق بولغاندا سەكرەش... دېگەندەك. بۇنىڭدا، رېتىمنى ئوخشىماس چىقىرىپ، ھەرىكەتنى يەنىمۇ مولارتىپ، ئويۇنغا تېخىمۇ كۆڭۈللۈك كەيپىيات قوشقىلى بولىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) بالىنىڭ پايپاقلارنى: (2) بىر تال سېۋەت.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىنىڭ پايپاقلارنى جۇغلاپ، بىردىن-بىردىن كالىلەڭلەپ، ئۆينىڭ بۇلۇڭىغا سېۋەتتىن بىرنى قويۇپ قويۇڭ. بالىنىڭ پايپاق توپلارنى سېۋەتكە بىر-بىرلەپ ئاتسۇن. چۈشكەن بىر توپقا بىر نۇمۇر قويۇڭ. ئاخىرىدا، چۈشكەن توپ بىلەن تېشىدا قالغان توپنى ئايرىم سانانغان.

سېۋەتتىكىسى بالىنىڭ ئالغان نۇمۇرى بولىدۇ. بۇنىڭ بىلەن، بالا ۋاسكىتبولنى قانداق ئوينايدىغىنىنى، نۇمۇرنىڭ قانداق كېلىدىغىنىنى بىلىۋالىدۇ.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالغا كېيىملەرنىڭ رەڭگى، ئوچۇقلۇقى ۋە تۈسىنى دەپ بېرىپ، كىر-قاتلار ئارىسىدىن مەلۇم رەڭلىك كېيىملەرنى (مەسىلەن، ئاق كېيىملەرنى ئايرىڭ، رەڭگى ئوچۇق كېيىملەرنى ئايرىڭ... دەپ) ئايرىشنى ئېيتىڭ. ئۇ كېيىملەرنى ئايرىپ بولغۇچە، باشقا نەرسىلەرنى تەييارلىۋالغىلى ۋاقىت چىقىدۇ.

كېيىملەرنى يۇيۇپ قۇرۇتۇپ بولغاندا، كېيىم قاتلاش ئوينىسىڭىز بولىدۇ. يەنى، بالا كىرالىغۇدىكى قۇرۇغان كېيىملەرنى ئېلىپ، باشقا ئۆيگە ئەكىرىپ قاتلىشىپ ھەم ئىشكاپقا سېلىشىپ بېرىدۇ. سىز ئۇنىڭغا كېيىملەرنى قانداق قاتلاشنى ئۆگىتىپ قويسىز.

ئۇ سىزدەك تۈز، قىزلىق قاتلىيالمىدۇ، لېكىن ھېچقىسى يوق. ئۇلار باشتا لۆڭگە، كىچىكرەك يۇڭ ئەدىيال ياكى ئۆزىنىڭ كېيىمى قاتارلىقلارنى قاتلاپ ئۆگەنسە بولىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) ھەرخىل رەڭلىك قەلەم ياكى بوياق؛ (2) يىپ؛ (3) قەغەز.

قانداق ئوينايىمىز؟

بوياقنىڭ رەڭلىرىدە ھەسەن-هۈسەننىڭ (قىزىل، سارغۇچ، سېرىق، يېشىل، كۆك، قارا كۆك، سۆسۈن) يەتتە خىل رەڭگى تولۇق بولسا ياخشى. يەتتە رەڭلىك قەلەمنى بىر يىپقا چېگىپ بالغا بېرىڭ، بالا قەغەزگە خالىغانچە سىزىپ ئوينىسۇن.

بۇنىڭدا يەنە، يەتتە قەلەمنى بىرلا چەگمەي، باشقا رەڭدىكى قەلەملەرنى ئارىلاشتۇرۇپ چېگىپ، شۇلاردىن نەچچىسى بىلەن قەغەزگە سىزىپ، بالدىن (ھەسەن-هۈسەن رەڭلىرىدىن) يەنە قايسىسىنىڭ سىزىلماي قالغىنىنى سورىسىڭىز، بالا كەم قالغان رەڭلەرنى تولۇقلاپ سىزىۋەتسە بولىدۇ. بۇ جەرياندا، بالا قايسى رەڭلەرنىڭ كەملىكى، يەنە قانچە خىل رەڭ قوشۇش كېرەكلىكى قاتارلىقلارنى ئۆگىنىپ، كۆزىتىش ئىقتىدارىمۇ ئاشىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) تېمىدا دورا قۇتىلىرى؛ (2) قۇرۇق شېشە (بوتۇلكا)؛ (3) سۇ بويلاق.

قانداق ئوينايىمىز؟

دورا قۇتىلىرىنىڭ ئىچىنى پاكىز يۇيۇۋېتىڭ، ئاندىن ئوخشىماس رەڭلىك سۇ بويلاقنى ئازراق قۇيۇپ، سۇ ئىلەشتۈرۈڭ. بۇنىڭ بىلەن، ھەر خىل رەڭلىك سۇ قۇتىلىرى تەييار بولىدۇ.

ئاندىن بىر شېشىگە يېرىمدىن ئوشۇقراق سۇ قۇيۇپ، بالىڭىزنىڭ ئالدىغا قويۇڭ. بالىڭىز قۇتىدىكى سۇنى شېشىگە خالىغانچە تېمىتسۇن. رەڭلىك سۇلار شېشىگە تامچىلاپ چۈشكەندە، سۇ يۈزىدە ئۆزگىچە بىر كۆرۈنۈش ھاسىل بولىدۇ.

ۋاقتىڭىز سەل قىس چاغدا، نەرسىلەرنى بالىغا تەييارلاپ بېرىپ، ئىشىڭىزنى قىلىۋەرسىڭىز بولىدۇ. بالا ھەر خىل رەڭلەرنى تېمىتىپ، سۇدا ھەر خىل «رەسىم»لەرنى چىقىرىپ كۆڭۈللۈك ئوينىيدۇ.

كېتەرلىكلەر: ۋاقتىڭىزلا كېتىدۇ.

قانداق ئوينايىمىز؟

جانلىق-جانسىز شەيلەرنىڭ ياكى ھۈنەر-كەسىپلەرنىڭ ئالاھىدىلىكىنى ئېيتىپ، ئۇنىڭ ياكى ئۇ ئىشنىڭ نېمىلىكىنى سوراڭ. مەسىلەن، «كىچىك بىر ھايۋان، ئالدى چىشى ئۇزۇن، سەۋزە يېپىشكە ئامراق. ئۇ نېمە؟» (جاۋابى: توشقان)، «چوڭ بىر ئۆي، ئادەملەر بېلەت ئېلىپ كىرسە، بارىدىغان يېرىگە ئاپىرىپ قويدۇ. ئۇ نېمە؟» (جاۋابى: ئاپتۇز ياكى پويىز) ... دېگەندەك.

بۇنىڭدا يەنە، بالىنىڭ ئۆزىنىڭ مېجەز-خۇلقىنى تەسۋىرلەپ ئۆزىگە تاپتۇرسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بۇ ئويۇننى ئۇزاق ئوينىغىلى بولىدۇ، ھەر كۈنى ھەر خىل نەرسىلەرنى سورىسىڭىز، بالا ئۆپچۆرسىدىكى نەرسىلەرگە تېخىمۇ دىققەت بېرىدىغان بولىدۇ، ھەم ھۇزۇر بېرىدۇ.

كېتەرلىكلەر: ھەر پەسلگە ماس كېيىملەر.

قانداق ئوينايىمىز؟

گاچا تياتردىكىگە ئوخشاش، قول ھەرىكىتى، ئىشارەت ياكى ئۇچىڭىزدىكى كېيىملەر بىلەن بالغا بەلگە بېرىڭ. قارلىق، يامغۇرلۇق، ئاپتاپلىق... ھەر خىل ھاۋادا مېڭىۋاتقان بولۇپ، بالغا شۇ ھاۋارايى ياكى پەسلگە ماس كېيىملەرنى ئەكەلدۈرۈڭ. سىز بەرگەن بەلگىدىن، بالا شۇ پەسلنى چۈشىنىپ، كېيىملەرنى ئەكىلىپ قوللىڭىزغا تۇتقۇزسۇن.

بۇ — بالغا كېيىمنى پەسلگە ماس كېيىشنى ۋە تۈرگە ئايرىشنى ئۆگىتىدىغان ياخشى بىر ئويۇن. شۇ ئارقىلىق، بالا پەسللەرنىڭ پەرقىنىمۇ ئوبدان چۈشىنىدىغان بولىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) قاتۇرما قەغەز؛ (2) قايچا؛ (3) ئاق قەغەز؛ (4) ئالدارقا يەملەك ؛ (5) بوياق قەلەم.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاق قەغەزگە ئالما، بانان، نەشپۈت دېگەندەك مېۋىلەرنى سىزنىڭ (بالىڭىز سىزسىمۇ بولىدۇ)، ئاندىن قاتۇرما قەغەزدىن سىزىلغان مېۋىلەرنىڭ شەكلىنى قىيىڭ. بالىڭىز ھەر بىر مېۋىنى مۇۋاپىق رەڭلىسۇن.

بالىغا ھەرپ، سان ياكى سۆز ئۆگىتىۋاتقان بولسىڭىز، شۇلارنى بىر ۋاراققا سىزىپ، قاتۇرما قەغەزدىن ئايرىم-ئايرىم قىيىڭ. قىيىپ بولغاندا، بالىڭىز شۇ مېۋە، سان ياكى ھەرپنى بويىپ، قەغەزدىكى سىزىلغان ئورنىغا چاپلىسۇن.

بۇ بالىنىڭ شۇ نەرسىلەرنى تونۇشىغا ياردەملىكتۇر. بۇنىڭدىن، جۇرىسىنى تېپىش ياكى ماسلاشتۇرۇش ئويۇنى ئورنىدا پايدىلانغىلى بولىدۇ، شۇنداقلا بالىڭىز بىلەن بىللە قاپارتما رەسىم ئىشلىگەن بولسىز.

ۋاراقتىكى رەسىم ئۈستىگە چاپلانغان قىيىندىلار خۇددى قاپارتما نەقىشكە بولۇپ چىقىدۇ.

26. «كېيىم كۆرگەزمىسى»

كېتەرلىكلەر: (1) ھەر خىل رەڭدىكى پارچە رەخلەر؛ (2) يۇڭ يىپ ياكى ئۇزۇنراق شوينا؛ (3) قايچا؛ (4) ئالدارقا يەملەك؛ (5) قاتۇرما قەغەز.

قانداق ئوينايىمىز؟

قاتۇرما قەغەزدە (شىلەپە، پەلەي، ئاياغ ... دېگەندەك) ھەر خىل كېيىم شەكىللىرىنى قىيىڭ، قانچە ئوخشاشسا شۇنچە ياخشى. ئاندىن پارچە رەخلەردىنمۇ شۇ شەكىللەرنى قىيىپ چىقىپ، قىيىندى شەكىللەرنى قاتۇرما قەغەزدىن چىقىرىلغان شەكىللەرگە ياپسالاپ چاپلاڭ، ئاندىن ھەر بىر شەكىلنىڭ ئۈستىدىن تۆشۈك ئېچىپ، يىپ ياكى شوينغا بىر-بىرلەپ ئۆتكۈزۈڭ. شۇنىڭ بىلەن، يىپقا تىزما «كېيىم كۆرگەزمىسى» تەييار بولىدۇ.

يىپنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئەپلىك يەرگە ئىلىپ قويسىڭىز بولىدۇ. بۇ قولايىسىز بويىچە، تۆشۈك ئېچىپ يىپقا ئۆتكۈزۈپ يۈرمەي، يېشىكتەك بىر نەرسىگە سېلىپ قويسىڭىز، بالا خالىغاندا ئېلىپ، چۆرىسىگە تىزىپ ئوينىسا بولىدۇ.

كىتەرلىكلەر: (1) قەغەز؛ (2) قەلەم.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالغا ئۆيدىكى ھەر قىسىم نەرسىلەردىن ئەڭ چوڭى بىلەن ئەڭ كىچىكىنى تاپتۇرۇڭ. مەسىلەن ، ئاشخانا ئۆيىنى ئاڭلىتىپ ، ئەڭ چوڭ ۋە ئەڭ كىچىك نەرسىنىڭ نەدىلىكىنى سوراڭ.

كۆپىنچە ، بالىلار چوڭلارغا قارىغاندا نەرسىلەرگە بەكرەك دىققەت قىلىدۇ. ئۆيدە بالىلار جىقراق بوپالسا ، «چوڭ ئىزدەكچىلەر» ، «كىچىك ئىزدەكچىلەر» دەپ ئىككى گۇرۇپقا ئايرىپ ، ئالماشتۇرۇپ تاپتۇرسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بالىنىڭ كۆزىتىش ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرۈش ياكى ئاشۇرۇشنى ئويلاۋاتقان بولسىڭىز ، بۇ ئويۇن دەل شۇنىڭغا ماستۇر.

كېتەرلىكلەر: (1) گۈگۈت قېپى ياكى شۇنداق قاپچە؛ (2) شىلىم ياكى ئالدارقا يەملەك.

قانداق ئوينايىمىز؟

قاچىنىڭ بىر تەرىپىگە (ئۈزۈك، ئاچقۇچ، تەڭگە دېگەندەك) شەكلى پەرىقلىق نەرسىلەردىن بىرىنى چاپلاڭ، ئاندىن شۇ تەرىپىنى سىياغا چىلاپ، مۇشۇ «تامغا» نى ئاق قەغەزگە بېسىڭ.

مۇشۇ تەرىقىدە، يەنە باشقا نەرسىلەرنى چاپلاپ، ھەرخىل ۋاقىتلىق «تامغا» لارنى ياساپ چىقىڭ. شۇنداق قىلىپ، ئاق قەغەز ئۈستىدە ھەرخىل قىزىقارلىق شەكىللەر پەيدا بولىدۇ.

بۇنىڭدا، بالىنىڭ دىققىتىنى تارتىدىغان ھەر تۈرلۈك كىچىك نەرسىلەر بولسا بولۇۋېرىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) قەغەز؛ (2) قەلەم؛ (3) قايچا؛ (4) كونا چىش چوتكىسى؛ (5) سۇ بويلاق؛ (6) قاتۇرما قەغەز.

قانداق ئوينايىمىز؟

قاتۇرما قەغەزگە بىر شەكىل سىزىپ، قايچىدا قىيىۋېلىڭ. قالدى قىسمىنى بىر ئاق قەغەزنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، ئاندىن چوتكىنى سۇ بويلاققا مىلىپ، قەغەزنىڭ ئۈستىگە سىلكىڭ (؟). ئاندىن قاتۇرما قەغەزنى ئېلىۋەتسىڭىز بولىدۇ.

بۇنىڭدا يەنى، قاتۇرما قەغەزنى ئويماي، ئادەتتىكى قەغەزگە مەلۇم شەكىل سىزىپ شۇنى قىيىپ، ئاندىن يەنە بىر ئاق قەغەزنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، سۇ بويلاققا مىلەنگەن چوتكىنى سىلكىپ (؟)، ئاندىن قەغەزنى ئېلىۋەتسىڭىزمۇ بولىدۇ. ياكى يوپۇرماقلارنى قىلساقمۇ، قەغەز يۈزىدە يوپۇرماقنىڭ شەكلى چىقىدۇ.

ئەسكەرتىش: سىياھ ئىشلەتمەڭ، بولمىسا تارقىلىپ كېتىپ قەغەزنىمۇ تۈگىتىدۇ.

كېتەرلىكلەر: (1) قەغەز؛ (2) قەلەم؛ (3) بويلاق قەلەم؛ (4) قايچا؛ (5) شېلىم ياكى ئالدارقا يەملەك.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئالقانى قەغەزگە تەكشى قويۇپ، چۆرىدەپ سىزىپ چىقىڭ. بالا بىلەن ئۆزىڭىزنىڭ قولىنى شۇنداق سىزغاندىن كېيىن، بالىڭىز بۇ قوللارنى بويىسۇن. ئاندىن، بالىڭىز يەنە بىر قەغەزگە سائەت، بىلەيزۇك دېگەندەك نەرسىلەرنى سىزالسۇن بويىسۇن، بولمىسا سىز سىزىپ بەرسىڭىزمۇ بولىدۇ.

رەسىملەر بويىلىپ بولغاندا، بالىڭىز بىلەن ئولتۇرۇپ كېسىپ چىقىڭ، ئاندىن بالىڭىز چوڭ-كىچىك قوللارغا شۇ سائەت-بىلەيزۇكلەرنى چاپلاپ، چوڭغا-چوڭ، كىچىككە-كىچىك ماسلاشتۇرۇپ ئوينىسۇن.

بۇ بالىڭىزنىڭ چوڭ-كىچىكلىك خۇسۇسىيەتلىرىنى تونۇشقا ياردەملىكتۇر.

كېتەرلىكلەر: (1) ئۆيدىكى ئۇششاق-چۈشەك نەرسىلەر ياكى قونچاقلار؛ (2) كۆزنى تاڭغۇدەك قولىغا ئالغۇچى.

قانداق ئوينىيمىز؟

ئۆيدىكى كىچىكرەك نەرسىلەر ياكى بالىنىڭ قونچاقلاردىن بىر قىسمىنى ئۇنىڭ ئالدىغا قويۇپ، ئوبدان كۆرۈۋېلىشنى ئېيتىڭ، ئاندىن قولىغا ئالغاندا ئۇنىڭ كۆزىنى تېگىپ قويۇڭ. ئاندىن ئالدىدىكى نەرسىلەردىن خالىغان بىرىنى ئېلىۋېتىڭ، بالىنىڭ قالغان نەرسىلەرنى بىر-بىرلەپ تۇتۇپ، نېمىنىڭ ئېلىۋېتىلگىنىنى تاپسۇن.

قېنى سىناپ بېقىڭ، بالىنىڭ ئېسى (تۇتۇۋېلىش ئىقتىدارى) قانچىلىككىن؟

كېتەرلىكلەر: كىچىك ئويۇنچۇقلار، كەمپۇت-شاكىلات ياكى مېۋە-چېۋىلەر.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىنىڭ ئويۇنچۇقلىرى ياكى يېمەكلىك، مېۋە-چېۋىلىرىدىن بىرەرنى ئۇنىڭغا كۆرسەتمەي ئۆيىنىڭ خالىغان يېرىگە تىقىپ قويۇڭ، ئاندىن ئۇنىڭغا تاپتۇرۇڭ.

ئۇنىڭ ئاسانراق تېپىشى ئۈچۈن ئانچە-مۇنچە بەلگە بەرسىڭىز بولىدۇ. ئاندىن، بالا شۇ نەرسىنى ئىزدەپ كېتىۋېتىپ، تىقىلغۇ يەردىن يىراقلاپ كەتسە، «نېرى كەتتىڭ، بېرى كەل» دەڭ، بىلەلمەي تېخىمۇ يىراقلاپ كەتسە، «كەينىڭگە چاپ، جايىڭنى تاپ» دەڭ؛ ئۇ يېقىن كېلىپ قالغان بولسا، «يېقىن كەلدىڭ، يېقىنلاش» دەڭ، تېخىمۇ يېقىنلاپ كەلگەن بولسا، «ئازلا قالدىڭ، تاس قالدىڭ» دەڭ.

بۇنىڭ بىلەن، بالا يېقىن-يىراقلىقنى كۆزىتىشنى، ھەمكارلىشىشنى ئۆگىنىۋالىدۇ. بالا تاپشۇرۇق ئىشلەپ ھارغاندا ئۆزى ئامراق نەرسىلەرنى شۇنداق تېپىپ يېسە باشقىدىن يەڭگىللەپ قالىدۇ.

34. ئەستە تۇتۇش ئىقتىدارىنى چىنىقتۇرۇش

كېتەرلىكلەر: بىر پارچە رەسىملىك ھېكايە كىتاب

بۇ ئويۇن ئارقىلىق بالىنىڭ ئەستە تۇتۇش ئىقتىدارىنى سىناپ بېقىش بىلەن بىرگە ئۇنى چىنىقتۇرالايسىز.

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىنىڭ ئەڭ ياقتۇرىدىغان ھېكايە كىتابىدىن رەڭلىك رەسىملىرى كۆپرەك بىر بەتنى تاللاپ قالغا كۆرسىتىڭ. بالىنىڭ بۇ رەسىملەرنى ئوبدانراق كۆرۈۋېلىشىغا ئازراق ۋاقىت بېرىڭ.

ئاندىن كىتابنى يېپىپ قۇيۇپ، ئاشۇ بەتتىكى رەسىملەرگە ئائىت سۇئاللارنى سوراڭ. قېنى كۆرۈپ باقلى بالىنىڭ قانچە سۇئالغا توغرا جاۋاب بېرەلەيدىكەن.

سۇئاللارنىڭ مۇرەككەپلىك دەرىجىسىنى بالىنىڭ يېشىغا قارىتا تەڭشىسىڭىز بولىدۇ.

كىچىكرەك بالىلارغا : « رەسىمدىكى مۈشۈك قانداق رەڭدە ئىدى؟ »

« رەسىمدىكى ئېيىقنىڭ قانچە بالىسى بار ئىدى؟ » « رەسىمدە قانچە تال گۈل بار ئىدى؟ قانچە كېپىنەك

بار ئىدى ؟ قانداق رەڭدە ئىدى؟ »

ئۆزىڭىز مۇشۇنداق سۇئاللارنى ئويلاپ چىقىپ سورىسىڭىز بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© كونا ياكى جۈپى ئىشلەتمەيدىغان پايپاقلار

© بوغقۇچ

قانداق ئوينايىمىز؟

چوڭ كىچىك كونا پايپاقلارنى بىر بىرىنىڭ ئىچىگە تۈرمەللەپ تىقىپ بوغقۇچ بىلەن چىگىپ قويۇڭ. شۇنداق قىلىپ ئۆيدىكى نەرسە كېرەكلەرگە ۋەياكى بالغا زەخمە يەتكۈزمەيدىغان يۇمشاققىنە بىر ياكى بىر قانچە توپ ياساپ چىقىڭىز.

توپنى پۇتىڭىزدا ئوينىتىپ يەرگە چۈشۈرمەي قانچىلىك تۇرالايسىزكىن؟ توپنى تۇنجى قېتىم ئاسمانغا ئاتقاندىن كېيىن قول بىلەن تۇتۇشقا بولمايدۇ. بالىڭىزمۇ توپنى قولى بىلەن تۇتماي پۇتى بىلەنلا ئۆرلىتىپ يەرگە چۈشۈرۈۋەتمەي قانچىلىك تۇرالايدىكىن... پايپاق توپنى ئىككى بالا بىللە بىر - بىرىگە پاس بېرىشىپ ئوينىسا تېخىمۇ قىزىدۇ. بالىڭىز سىرتقا چىقماي، ئۆيدىكى جاھازىلارغا زەخمە يەتكۈزمەيمۇ توپ ئوينىيالايدۇ. بازاردىن سېتىۋالغان شار توپلاردىن سىز ئازراق ۋاقىت سەرپ قىلىپ ياساپ بەرگەن «پايپاق توپ» بالا ئۈچۈن تېخىمۇ قىممەتلىك.

ياساش جەريانىدا بالىمۇ ياردەملەشسە ياكى سىز چوڭ توپنى بالىڭىز كىچىك توپنى ياساپ چىقسا بولىدۇ.



36. ئەمما رەسىمىڭىزنىڭ رەسىملىرى

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☺ قولىغاغلىق

☺ قېرىنداش

☺ قەغەز

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىزنىڭ كۆزىنى قولىغاغلىق بىلەن ئېتىپ قويۇڭ. ئاندىن بالىڭىز ئالدىدىكى قەغەزگە كۆزى ئىتىك ھالەتتە رەسىم سىزسۇن. .

رەسىم پۈتكەندە سىزغان رەسىمنىڭ نېمىلىكىنى پەرەز قىلىڭ. ئويلانغانلىرىڭىزنى بالىغا دەپ توغرا تاپقان تاپمىغانلىقىڭىزنى بالىڭىزدىن سوراڭ... ئاخىردا بالىڭىز نېمە سىزغانلىقىنى ئېيتىپ بەرسۇن.

ئاندىن نۆۋەت سىزگە كېلىدۇ.

سىزمۇ كۆزىڭىزنى ئېتىپ قۇيۇپ ئۆزىڭىز ئويلىغان نەرسىنى سىزنىڭ. سىزىپ بولغاندا بالىڭىز نېمىلىكىنى تاپسۇن. .

ياكى بۇ جەرياندا بالىنىڭ كۆزىنى ئېتىپ قۇيۇپ ،سىز پالانى نەرسىنى سىزىپ بېرىڭ دەڭ ياكى بالا سىزنىڭ كۆزىڭىزنى ئېتىپ قويۇپ پالانى نەرسىنى سىزىپ بېرىڭ دېسۇن.....
ۋەياكى بالا كۆزى ئىتىك ھالەتتە سىزىغىنى بىلەن كۆزى ئوچۇق ھالەتتە سىزىغىنىنى سېلىشتۇرۇپ ئوخشىماسلىقلار ،پەرقلەرنى تېپىش دېگەندەك ..

بۇ ئارقىلىق بالا بىلەن كۆڭۈللۈك بىر ۋاقىت ئۆتكۈزەلەيسىز.
مۇھىمى بۇ جەرياندا بالغا كۆزنىڭ مۇھىملىقى... كۆز بولمىسا قانچىلىك قىيىنچىلىقلار كېلىپ چىقىدىغىنى... كۆزنى قانداق ئاسراش كېرەكلىكى دېگەندەك ئەسكەرتىشلەرنىمۇ يەتكۈزەلەيسىز.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قەلەم، بوياق ☉ قاتتىق قەغەز ☉ قايچا

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇندا ئۆيدە جىقراق بالىلار بولسا تېخىمۇ كۆڭۈللۈك بولىدۇ.

بەك بولمىغاندا باشقا ئائىلە ئەزالىرى بىلەن بىرلىكتە ئېلىپ بارساڭلار بولىدۇ. بالغا قاتتىق قەغەز

، قايچا ، قەلەم ۋە بوياق بېرىڭ.... ۋە بۇ ئويۇنغا قاتناشقان ھەربىر بالغا ياكى ئۆزىڭىزگىمۇ شۇ

نەرسىلەرنى تەييار قىلىڭ . ئاندىن ۋاقىت بېكىتىڭ. چۈنكى ئويۇننى ۋاقىت چەكلىمىسى بېكىتىش

بىلەن تېخىمۇ كۆڭۈللۈك ئېلىپ بارغىلى بولىدۇ.

مەسىلەن بەش مىنۇت دېسىڭىز. مۇشۇ ۋاقىت ئىچىدە ، بالىڭىز قانچە تال بېلىق ياساپ چىقالايدىغان

...

سىز جىق قىلالامسىز ياكى بالىڭىزمۇ ... كىم جىق كېسىپ بوياپ چىققان. بولسا شۇ يەڭگەن بولىدۇ.

بۇ ئويۇندا چوقۇم بېلىق سىزنىش ۋە كېسىشلا ئەمەس ، يەنە باشقا ئاددىي شەكىللەرنى سىزىپ

قىيىشنى تاللىساڭلارمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

. © لاخشىگر ياكى چوڭراق قىسقۇچ © ئىككى قەغەز ساندۇق © بىكار ئۈستەل / شىرە

قانداق ئوينايىمىز؟

قەغەز ساندۇقنىڭ بىرىنى ئۈستەلنىڭ سەل ئېرىغا قويىسىز.

يەنە بىرىنى ئىككى تەرىپىدىن بالىنىڭ قولى بىمالال ئۆتكۈدەك قىلىپ تېشىسىز. ئاندىن ئۈستەلنىڭ ئۈستىگە بالىنىڭ كىچىك ئويۇنچۇقلىرىنى ۋە ياكى ئۆيدىكى پەلەي. دوپ. ئاچقۇچ ... ۋە ياكى باشقا ئۇششاق نەرسىلەرنى تىزىپ قويىسىز. ئاندىن بالا ئىككى قولىنى بايىقى قەغەز ساندۇقنىڭ ئىككى تۆشۈكتىن ئۆتكۈزۈش. قەغەز ساندۇقتىن ئۆتكۈزۈپ بولغاندىن كېيىن بالىنىڭ قولىغا لاخشىگرنى تۇتقۇزۇڭ. (بەك بولمىسا ئىككى تال ئىنچىكە ياغاچ). بالا بۇ لاخشىگر بىلەن ئۈستەلدىكى نەرسىلەرنى بىر بىر قىسىپ ئېرىراقتىكى قەغەز ساندۇققا ئاپىرىپ تاشلىسۇن.....

يەرگە بىر قېتىم چۈشسە بىر نۇمۇر تارتىلىپ ماڭىدۇ.

بۇ جەرياندا بالىنىڭ قول پۇتلىرىنىڭ ماسلىشىشچانلىقىنى تېخىمۇ ئاشۇرغىلى بولىدۇ.

[39]. نەرسە كېرەك» سېتىۋېلىش»

كېتەرلىك نەرسىلەر:

دەرەخ يوپۇرماقلىرى ۋە ئۆيدىكى نەرسىلەر

قانداق ئوينايىمىز؟

بالا بىلەن بىللە سىرتتىن ھەرخىل چوڭ كىچىكلىكتىكى دەرەخ يوپۇرماقلىرىنى تېرىپ كىرىڭ. ئاندىن چوڭ كىچىكلىكى بويىچە ئايرىپ چىقىڭ.

ئۇلارغا بىر قىممەت بېرىڭ. يەنى ماۋۇ چوڭلۇقتىكى يوپۇرماق قانچە پۇلغا ھېساپ... ماۋۇ كىچىكلىرى قانچە پۇلغا ھېساپ دىگەندەك...

ئاندىن بالىڭىز بۇ يوپۇرماق پۇللار بىلەن ئۆيدىكى نەرسە كېرەكلەرنى سېتىۋالسۇن..

ئوتتۇرىلىقتا ئۆزى مۇستەقىل باھا تالاشسۇن... قېنى قانچىلىك نەرسە

سېتىۋالالايدىكەن... ☺

ئاندىن نۆۋەت سىزگە كېلىپ ،سىز بالىڭىزنىڭ نەرسىلىرىنى سېتىۋېلىڭ. «پۇللار»

قولدىن قولغا ئالمىشىپ سودا داۋام قىلسۇن...

كېتەرلىك نەرسىلەر :

كونا كىيىم كېچەكلەر ، ھالقا ، گالىستۇك ، شارپا ، پەلەي ... تۈرلىرى قانچە كۆپ ۋە رەڭدار بولسا شۇنچە ياخشى .

قانداق ئوينايىمىز؟

ئايرىم بىر ساندۇقنى تېپىپ كېلىپ ئىچىگە كونا كىيىم كېچەكلەر ، شارپا ، پەلەي ، پوسما ، گالىستۇك . شەپكە ، بەلباغ ، ھالقا . بىلەڭزۈك دىگەندەك ھەرخىل نەرسىلەرنى تولدۇرۇڭ .

ئاندىن بالىڭىز ئەينەك بار يەردە بۇ ساندۇقتىن كىيىملەرنى ۋە باشقا نەرسىلەرنى ئېلىپ خالىغىنى بويىچە كىيسۇن ياكى تاقىسۇن ... ئۆيلەرنى قالايمىقان قىلىۋەتتىڭ دېمەي ئۇنى بىر ھۇزۇرلىنىۋالغىلى قويۇڭ .

ناھايتى ئاددىي ئىش ئەمما بالىڭىز قەۋەتلا خۇش بولۇپ كېتىدۇ . ☺

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قاتتىق قەغەز (يەشىك قەغەزى)

☉ يەملەك ، يۇڭ يىپ ياكى شوينا

قانداق ئوينايىمىز؟

بالا بىلەن بىرلىكتە قاتتىق قەغەزنىڭ ئۈستىگە چوڭراق يۇلتۇزدىن ئىككىنى سىزىپ چىقىڭ، بىر بىرىگە جۈپ چۈشكەدەك تەڭ بولسۇن. ئاندىن ئۇلارنى كېسىڭ. ھەربىر پارچە رەسىمنى لايىھەلەش ئۈچۈن چوڭ كىچىكلىكى تەڭ شەكىللەردىن بىر قانچە جۈپنى سىزىپ قىيىڭ.

ئاندىن يۇلتۇزنىڭ ئوتتۇرىسىدىن يۇمىلاق شەكىلنى ئويىۋېلىڭ. ۋە شۇ يەردىن رەسىم كۆرۈن گۈدەك قىلىپ رەسىمىڭىزنى يۇلتۇزغا چاپلاڭ. ئاندىن شۇ رەسىمنى كەينىگە شىلىم سۈرۈپ يەنە بىر يۇلتۇزنى چاپلاڭ. ھازىر رەسىم كۆرۈنۈپ تۇرىدىغان يۇلتۇز شەكىللىك قەغەز رەسىم «جاھازىسى» تەييار بولدى.

مۇشۇنداق ھالەتتە بىر قانچە خىل شەكىللەرنى قىيىپ رەسىملەرنى چاپلاپ تەييار قىلغاندىن كېيىن ، ھەربىر شەكىلنىڭ ئۈچىدىن بىر تۈشۈك ئېچىپ ، يۇڭ يىپقا بىردىن بىردىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۇزۇنسىغا سوزۇپ ھۇجرىغا ئېلىپ قويۇڭ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© شار © يۇڭ يىپ

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇن گۇرۇپپا ھالەتتە ئوينىغاندا تېخىمۇ كۆڭۈللۈك بولىدۇ.

ھەربىر بالىنىڭ قولىغا بىردىن شارنى بېرىڭ. بالىلارغا ياردەشپ شارنى كۆپتۈرۈپ يىپ بىلەن ئۇچىنى چىگىپ بېرىڭ. ئالدى بىلەن بالىلار ئۆتسە بولمايدىغان بىر سىزىق سىزىڭ. (ئۆيدە ئېلىپ بېرىلغاچقا يىپنى ئۇزۇنسغا قويساق ياكى يەملەكنى يەرگە چاپلاپ چېگرا سىزىقى قىلساق بولىدۇ.

بالىلار بۇ سىزىقتا يانمۇيان تىزىلسۇن. ئاندىن يۇڭ يىپ ياكى يەملەك بىلەن بايقى سىزىقتىن 2--

3 مېتىر نېرىسىغا، بالىلارنىڭ سانى بويىچە ھەرخىل شەكىللەرنى چىقىرىپ يەرگە ياتقۇزۇڭ. بۇلار شارنى چۈشۈرىدىغان "ئورەك" بولسۇن. (ئۇچكىل، چەمبەر ياكى باشقا شەكىللەر بولسىمۇ بولىدۇ.)

ئاندىن "باشلاندى!" دېيىشىڭىز بىلەن مۇسابىقىگە قاتناشقان ھەربىر ماھىر قولىدىكى شارنى پىرقىرىتىپ ئۆزىنىڭ ئۇدۇلىدىكى ئورەككە چۈشۈرۈشكە تىرىشىدۇ.

شۇ ئورەككە كىم چۈشۈرەلسە ياكى ئەڭ يېقىن ئەكىلەلسە شۇ يەڭگەن بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسە:

پەقەت سىزنىڭ ۋاقتىڭىزلا

يامغۇرلۇق كۈنلەردە ياكى ئۇزۇن بىر سەپەرگە چىققاندا بۇ ئويۇننى بىلىشىڭىز ، سەپىرىڭلار زېرىكىشلىك بولماستىن ، بەلكى ھۇزۇرلۇق ئۆتىدۇ.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئىككى "چېلىشچى" باش بارمىقىنى چىقىرىپ بىر-بىرىگە روبىرو تۇرۇپ ئۇرۇشىدۇ. بىردىن ئۈچكىچە سانال ، ئاندىن ھەربىر "چېلىشچى" بىر بىرى بىلەن ئۇرۇشۇپ ، ئۈستىدىن بېسىپ "بېشىنى" ئەگدۈرۈشكە ئۇرۇنىدۇ.

كىمنىڭ باش بارمىقى باشتا تۆۋەنگە قاراپ قالسا شۇ يېڭىلىگەن بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© چىش كولىغۇچ

© ئويۇن خېمىرى

قانداق ئوينايىمىز؟

بىر بولاق چىش كولىغۇچ ۋە بىر پارچە ئويۇن خېمىرى بولسىلا بالىڭىزنىڭ "قۇرۇلۇش" ئېلىپ بېرىشىغا يېتىدۇ. ئاۋۋال خېمىرنى جىق كىچىك توپ ھالىتىگە ئەكىلىڭ. (تۈگۈپ تاماق قىلغاندا ، خېمىرنى كىچىك كىچىك ئۈزۈپ يۇمىلاق قىلىۋالغانغا ئوخشاش) ئاندىن چىش كولىغۇچلارنى بىر-بىرىگە ئۇلايدىغان چاغدا مۇشۇ خېمىر توپلىرىنى ئىشلىتىسىز.

بىر ئۆينى ياساپ چىقىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن ئۈستىدە دېيىلگىنى بويىچە كۋادرات شەكلىدىكى بىر دائىرنى ھاسىل قىلىڭ. ئاندىن چىش كولىغۇچ ۋە خېمىر توپلار بىلەن A ھەرىپى شەكلىدە ئۆينىڭ تورۇسىنى ياساپ چىقىڭ. ئاندىن بالىڭىز بىر پارچە قەغەزگە ئىشىك ۋە دېرىزىلەرنى سىزىپ چىقسا ، بىرلىكتە بۇ رەسىملەرنى قىيىپ ، بايقى "ئۆي" نىڭ مۇۋاپىق يەرلىرىگە پىلاستىر بىلەن چاپلاپ قويىساڭلار بولىدۇ.

مۇشۇنداق قىلىپ بىر ئۆي پۈتتى. !

كىتەپلىكلەر:

ئورۇندۇق

© ئىچىملىك ۋە ئۇششاق يېمەكلىكلەر

© يۇڭ يىپ

© كەمەر / تاسما

© قۇيما (سۇلياۋ) تەخسە

قانداق ئوينايمىز؟

"يولۇچى"لارنىڭ سانىغا قارىتا ئورۇندۇقلارنى يانمۇيان تىزىڭ. ئۇچقۇچى، ياردەمچى ئۇچقۇچى، كۈتكۈچى خادىملارنىڭ ئورۇندۇقىنى بىر ئاز ئالدىنقىرىغا قويۇڭ. بىخەتەرلىك تاسمىلىرىنىڭ ئورنىغا كەمەرنى ئىشلەتسەڭلار بولىدۇ. كۈتكۈچى خادىملار ئۇچۇشقا تەييار بولغانلىقىنى، يولۇچىلارنىڭ بىخەتەرلىك تاسمىلىرىنى باغلىۋېلىشنى ئېيتسۇن، ئاندىن بىخەتەرلىك تاسمىسىنى (كەمەرنى) قانداق تاقايدىغانلىقىنى كۆرسەتسۇن. ئۇچۇشقا باشلىغاندىن كېيىن "كۈتكۈچى خادىم" ئىچىملىك ۋە بىر قېتىملا ئىشلىتىشكە بولىدىغان قۇيما تەخسىلەرگە ئۇششاق يېمەكلىكلەرنى قويۇپ ھەربىر "يولۇچىغا" تارقىتىپ بەرسۇن. بۇ «ئۇچۇش سەپىرىنىڭ» تېخىمۇ كۆڭۈللۈك بولۇشى ئۈچۈن تېلفۇندىن ئايروپىلاننىڭ چىقارغان ئاۋازلىرىنى تېپىپ قويۇپ بەرسىڭىز بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© ئوتتۇرىسى تۆشۈك ماكارنا (بوسو ياكى سۇيۇقئاش قىلغاندا ئۇدۇللا ئىشلىتىدىغان قاتتىق چۆپلەر بارغۇ تەييار ساتىدىغان)

© يىپ

© سۇ بويلاق

قانداق ئوينايىمىز؟

زىننەت بۇيۇملىرىنى ياساش ئۈچۈن ئاشخانىدىكى يېمەكلىك سالىدىغان ئىشكابلارنىڭغا قاراپ بېقىڭ . ئىشنىمەنكى بەك كۆپ نەرسىلەرنى تاپالايسىز.

ئۇلاردىن پايدىلىنىپ بىلەڭزۈك ، زەنجىر ، تاج قاتارلىق نەرسىلەرنى ياساپ چىقالايسىز.

ماكارنىلارنى سۇ بويلاق بىلەن ھەرخىل رەڭلەرگە بويىغاندىن كېيىن يىپنى ئوتتۇرىسىدىكى تۆشۈكلەردىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىككى ئۇچىنى چىگىپ قويسىڭىزلا پۈتىدۇ.

بۇ قول ھۈنەرۋەن بۇيۇملىرىنى بالىڭىز ئۆزى تاقاپ ئىشلەتسىمۇ ، قونچاقلارغا تاقاپ ئوينىسىمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© ئۆي ئەشيالىرى

شويىنا

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاۋۋال بالىڭىزدىن قوللىرى بىلەن نېمىلەرنى قىلالايدىغانلىقىنى سوراڭ ، ئىشىنىمەنكى بالىڭىز خېلى كۆپ ئىشلارنى ساناپ بېرەلەيدۇ. ئەمما بۇرۇن باشقىلارنىڭ قولى بىلەن نەرسىلەرنى غېرىچلاپ ئۆلچىگەننى كۆرمىگەچكە ، بۇ ئىش كاللىسىغا كەلمەسلىكى مۇمكىن.

ئۆي ئەشيالىرىنى غېرىچلاپ چىققاندىن كېيىن بىر-بىرىگە سېلىشتۇرۇپ قايسىنىڭ ئۇزۇن ، قايسىنىڭ قىسقا ئىكەنلىكىنى جەزملەشتۈرۈڭ.

قالغان نەرسىلەرنى بالىڭىز ئۆزى غېرىچى بىلەن ئۆلچەپ چىقسا بولىدۇ. ئاندىن ئۆلچىگەن ئۇزۇنلۇقلارنى ۋاراققا يېزىپ قويۇڭ.

ئاندىن بالىنىڭ باياتىن غېرىچلاپ چىققان نەرسىلەرنىڭ ئۇزۇن قىسقىلىقىنى تېخىمۇ ياخشى چۈشىنىۋېلىشى ئۈچۈن ، مىتىر بىلەن قايتا ئۆلچەپ چىقىڭلار.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

◎ مىخ

◎ بىر ياغاچ تاختا

◎ بولقا

◎ رەڭلىك يىپ

قانداق ئويمايمىز؟

بىر تاختىنىڭ ئۈستىگە ئارىلىق تاشلاپ مىخلارنى ئۇرۇڭ. (ئامال بار مىخلارنى مىخلىغاندا مۇئەييەن بىر شەكىل پەيدا قىلغۇدەك ھالەتتە مىخلاڭ، يەنى بەك قالايمىقان مىخلىۋەتمەڭ. بىرەر خەتنىڭ چىقىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن چىگراق مىخلىۋېتىڭ. شۇنداقلا بالىڭىز ئوينىۋاتقاندا يېنىدا بىللە بولۇڭ.)

مۇشۇنداق تەييار قىلىپ بولغاندىن كېيىن بالىڭىز رەڭلىك يىپلارنى مىخلارغا ئۇلاپ، ئارىلىرىدىن ئۆتكۈزۈپ ھەرخىل شەكىللەرنى چىقىرىپ ئوينىسا بولىدۇ.

كېرەكلىك نەرسە:

پەقەت سىزنىڭ ۋاقتىڭىز

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز بىلەن ئارىڭىزدا 15 مېتىرلىق ئارىلىق تاشلاپ، ياكى سىز بىر ئۆيدە بالا يەنە بىر ئۆيدە تۇرسا، "يېشىل" دەپ ۋارقىرىسىڭىز بالا دەرھال ئۆيدىن ئۆمىلەپ چىقسۇن... "كۆك" دېسىڭىز ئۆيدىن ھامان سەكرەپ چىقسۇن...

ئويۇندا ئىشلىتىدىغان سىمۋوللارنى ئويۇن باشلىنىشتىن بۇرۇن ئۆزۈڭلار بېكىتىۋالساڭلار بولىدۇ.. رەڭلەرنىڭ ئىسمىنى دېگەن ھامان مەلۇم ئىشنى قىلامدۇ ياكى سانلارنى ۋە ياكى بەزى ھايۋاناتلارنىڭ ئىسمىنى دىگەندىمۇ... بۇنىڭ چەكلىمىسى يوق

بۇ ئويۇننى باشقىچىرەك ئوينىماقچى بولساق: بۇيرۇق بېرىپ ئويناش شەكلىدە بالغا ئۆيدىكى نەرسىلەرنىڭ ئورنى قەيەردە ئىكەنلىكىنى ئېسىدە قالدۇرۇپ قويساقمۇ بولىدۇ. يەنى ئۆيدىكى مەلۇم نەرسىنىڭ قەيەردە ئىكەنلىكىنى بالدىن سوراپ، ئۇنى قىسقا ۋاقىت ئىچىدە تېپىپ چىقىشنى ئېيتىمىز ياكى مەلۇم ۋاقىت يەنى بىر مىنۇت ئىچىدە سىز ئېيتقان قانچە تال نەرسىنى تېپىپ ئەكىلەلەيدۇ دىگەندەك...

كېرەكلىك نەرسىلەر:

© ئۆيىدىكى ھەرخىل ئۇششاق چۈششەك نەرسىلەر

© بىر خالتا

قانداق ئوينايىمىز؟

كىتاب، ئاچقۇچ، قونچاق، ھايۋان مودىلىغا ئوخشاش ھېكايە توقۇپ چىقىشقا ماس كېلىدىغان نەرسىلەردىن ئالتە يەتتىسىنى خالتىغا سېلىڭ. ئاندىن بالىڭىز خالتىنىڭ ئىچىگە قولىنى تىقىپ ئىچىدىكىلەرنى بىردىن بىردىن چىقارسۇن. ئاندىن ئىككىڭلار بىرلىكتە ئاشۇ نەرسىلەرنى ئۆز ئىچىگە ئالىدىغان ھېكايىلەرنى توقۇپ چىقىڭلار. مەسىلەن: "بۇرۇننىڭ بۇرۇنىسىدا، بىر كىچىك توشقانچاق ياشىغانىكەن. بۇ توشقانچاق بىر كۈنى ئويناۋېتىپ ئاچقۇچنى يۇتتۇرۇپ قويۇپتۇ..... "ناھايتى ئاددىي ھېكايىلەرنى توقۇسۇڭىزمۇ بولۇپرىدۇ. يەنە بالىڭىزنىڭمۇ ھېكايە توقۇشىغا پۇرسەت بېرىپ ئەستادىدىل ئاڭلاپ بېرىڭ. چۈنكى ئەڭ مۇھىم بولغىنى ۋاقىت چىقىرىپ بالا بىلەن بىللە ئولتۇرۇپ بىر ئىشلارنى قىلىش.

كىچىك ۋاقىتلاردا چوڭلار قۇشلارنىڭ ھېكايىسى ئورنىدا... بۇرۇننىڭ بۇرۇنىسىدا بىر قۇش باركەنتۇق، ئۇ ئۇچۇپتۇ ئۇچۇپتۇ ئۇچۇپتۇ... ئۇچۇپرىپتۇ.... ئاخىرىدا مەنزىلىگە يېتىپتۇ... ھېكايىمۇ تۈگەپتۇ دەپ ئېيتىپ كەتسىمۇ بەك غەلىتە ھېس قىلمايتتۇق، قىزىقىپ ئاڭلايتتۇق. سىزمۇ سىناپ بېقىڭ.

(بالا ناۋاي)

كېرەكلىك نەرسىلەر:

① ئويۇن خېمىرى

② قۇيما تەخسە

③ تۈگمە، توپچا

④ قەلەم

⑤ خاتىرە دەپتەر

قانداق ياسايمىز؟

پىسا قاتلىمىسىنى ياساش ئۈچۈن ئاۋۋال ئويۇن خېمىرى ۋە بىر تال قۇيما تەخسە بولۇشى كېرەك. يەنى بازادا ساتىدىغان لەغمەن پىلتىسىنى سالىدىغان تەخسە ياكى تورت تەخسىسىمۇ بولىدۇ.

بالىڭىز ئويۇن خېمىرىنى تەخسىنىڭ ئۈستىگە راست پىسانىڭ قېلىنلىقىچىلىك.

يائىسۇن.

بالا. پىسانىڭ ئۈستىدە. ئېرىمچىكلەر بولۇشنى خالىسا ،خېمىرنىڭ ئۈستىگە قۇرۇتۇلغان ماكارىنلار (ئۈگرە /سۇيۇقئاش چۆپلىرى) ئەڭ ياخشى تاللاش بولالايدۇ.

كولباسامۇ قويغۇسى بولسا،چوڭ كىچىك تۈگمىلەرنى ئىشلەتسە بولىدۇ.

(ھەراست بالغا بۇنىڭ ئويۇنچۇق پىسا قاتلىمىسى ئىكەنلىكىنى،يېڭىلى بولمايدىغانلىقىنى ياخشى چۈشەندۈرۈپ قويۇشنى ئۇنتۇپ قالماڭ.)

بالىڭىز پىسا قاتلىمىسى پىشۇرىدىغان ناۋاي،سىز بىر خېرىدار بولۇڭ.

بۇيرۇتقان نەرسىڭىزنى خاتىرىلەشكە بىر خاتىرە دەپتەر ۋە قەلەممۇ لازىم بولىدۇ .

كېرەكلىك نەرسىلەر :

يۇمشاق ياستۇقلار

قانداق ئوينايىمىز؟

كەڭرەك ئازادىرەك بىر ئۆينى تاللاڭ، ئەگەر ئۆيدە چېقىلىپ كېتىدىغان نەرسىلەر بولۇپ قالسا، ئەڭ ياخشىسى ئۇلارنى ياندىكى ئۆيگە ئاچىقىپ قويۇڭ.

ياستۇقلارنى ئاتىدىغان كىشى ئورۇندۇقتا ئولتۇرىدۇ. باشقىلار ئۆينىڭ ئىچىدە ھەر تەرەپكە قاراپ يۈگۈرىدۇ. (ياستۇقنىڭ ئۆزىگە تېگىپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن)

ئورۇندۇقتا ئولتۇرغان كىشى يۈگۈرەۋاتقان كىشىگە ئورنىدىن قوزغالماي يەنى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغان پېتى ياستۇقنى ئېتىپ تەككۈزۈشكە تىرىشىدۇ . (☺) ھەربىر قېتىم ئېتىپ تەككۈزگەندە بىر نومۇر قوشۇلسۇن... مۇشۇنداق داۋام قىلىپ، ئورۇن ئالماشتۇرۇپ يەنى باشقا بىرى ئورۇندۇقتا ئولتۇرۇپ سىناپ باقسۇن . كىمنىڭ ئېرىشكەن نۇمۇرى ئەڭ كۆپ بولسا شۇ قازانغان بولىدۇ .

53. قۇم ئۈستىگە يېزىلغان خەتلەر

كېتەرلىك نەرسىلەر:

چوڭ كەڭرى داس

© يۇمشاق قۇم

قانداق قىلىمىز؟

چوڭ ھەم كەڭرى بىر داسنىڭ ئىچىگە قۇمنى تۆكۈپ، بالىنى داسقا سېلىپ قويۇڭ .

بالا سەل چوڭ بولسا، داسنىڭ يېنىدا ئولتۇرسىمۇ بولىدۇ.

ئاندىن بالىڭىزغا بارماقلىرى بىلەن شەكىللەرنى قانداق سىزىدىغانلىقىنى، ھەرپلەرنى، سانلارنى قانداق يازىدىغانلىقىنى كۆرسىتىپ قويۇڭ.

ئاندىن بالىڭىز ئۆزى خالىغانچە بۇ "قۇم دەپتىرىگە" ھەرخىل شەكىللەرنى، سان، ھەرپلەرنى يېزىپ ئوينىسۇن.

كېتەرلىك نەرسىلەر :

☉ سىقماق قۇتا

☉ سۇ بويلاق

☉ قەغەز

قانداق ئوينايىمىز؟

سىقماق قۇتىنى پاكىز يۇيۇپ، سۇ بويلاقنى ئازراق چىقىرىپ ئازراق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزنى ئىتىك. ئاندىن بالىڭىز قەغەز يۈزىگە بويلاقنى تېمىتىپ ھەرخىل شەكىللەرنى چىقارسۇن. بالىلارنىڭ زېھنىنى ياخشى يىغالايدىغان قىلىش ئۈچۈن ئاۋۋال قەغەزگە كىچىك كىچىك چەمبەرلەر بىلەن سانلارنى، ھەرپلەرنى، مېۋىلەرنىڭ شەكىللىرىنى سىزىپ، بالغا بويلاقنى شۇ چەمبەرلەرنىڭ ئىچىگە تېمىتىشنى ئېيتىڭ.

بۇ جەرياندا بالىنىڭ پۈتۈن دىققىتى بويلاقنى چەمبەرلەرگە تېمىتىپ شەكىل ھاسىل قىلىش بولىدىغانلىقى ئۈچۈن، ئىشلارنى زېھنىنى يىغىپ قىلالايدىغان بولۇشىغا ياردەمى بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ شار

☉ سۇ بوياق

☉ قەغەز

قانداق ئوينايىمىز؟

چوڭ كىچىك شارلارنى پۈۈلەپ ، ئېغىزنى چىڭ چىڭىڭ.

ئاندىن سۇ بوياق بىلەن شارغا رەسىملەرنى، شەكىللەرنى سىزىپ بويلاڭ.

ئاندىن بوياق تېخى قۇرىمىغان ۋاقىتتا قەغەزنى شارغا يېنىك تەگكۈزۈڭ، شاردىكى رەسىملەر قەغەز يۈزىدىمۇ پەيدا بولىدۇ.

بالىلىرىغا ھەرپلەرنى ئۆگىتىۋاتقان ئانىلار شارلارغا ھەر خىل ھەرپلەرنى يېزىپ بالىنىڭ ئۆيىگە ئېسىپ قويسا بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© چىش كولغۇچ

© قەغەز

ئالدارقا يەملەك

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز قەغەز يۈزىگە چىش كولغۇچلارنى چاپلاش بىلەنلا رەسىم ھاسىل قىلالايدۇ.

قەغەز يۈزىگە ئالدارقا يەملەكنى چاپلاڭ.

ئاندىن بالىڭىز ئۆزى خالىغان شەكىلدە چىش كولغۇچلارنى قەغەز يۈزىگە چاپلىسۇن.

ئويۇننى موللاشتۇراي دېسىڭىز، ئاۋۋال قېرىنداش بىلەن ۋاراققا رەسىم سىزنىڭ، ئاندىن سىزنىڭ بويلاپ

يەملەكنى چاپلاڭ. ئاندىن چىش كولغۇچلارنى ھەرخىل رەڭلەرگە بۇياپ، قەغەزگە چاپلاشتۇرۇپ

ئۆزۈڭلارغا خاس سەنئەت ئەسىرىنى پۈتتۈرۈپ چىقىڭلار.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ شوينا

☉ كىچىك تاختا

☉ سۇ بويلاق ۋە چوتكا

☉ قەغەز

قانداق ئوينايىمىز؟

كىچىك بىر تاختىغا يىپنى بىر قانچىنى ئايلاندۇرۇپ يۆگەڭ. يۆگەنگەندە يىپلار بىرىنىڭ ئۈستىگە بىرى چىقىۋالمايىدۇ. ئاندىن بالىڭىز سىز تەييار قىلغان بۇ قېلىپنىڭ بىر تەرىپىنى سۇ بۇياققا چىلاپ قەغەزگە باسسۇن.

قەغەز يۈزىدە يول يول رەڭدار سىزىقلار پەيدا بولىدۇ.

بۇ ئوينىنى ئوينىغاندا تاختىنىڭ بىر يۈزىنى ھەرخىل رەڭلەرگە بۇياپ قەغەزگە بېسىپ ئوينىسا بولىدۇ.

ئويۇن ئوينىدىغان كەڭرى بىر جاي بولسا بولىدۇ.

بالىلار ئارقا-ئالدى بولۇپ جۈپ-جۈپ تۇرىدۇ. ئالدىدا تۇرغىنى شوپۇر، ئارقىدىكىلەر يولۇچى بولۇپ،
 بالىلار بىر-بىرىنىڭ بېلىدىن تۇتىدۇ. ئويۇننى باشلاش ئىشارىسى بېرىلگەندىن كېيىن، ھەربىر جۈپ
 بولغان بالا ئۆزى خالىغان تەرەپكە مېڭىشقا، يۈگرەشكە باشلايدۇ. بۇ جەرياندا بىر-بىرىنى سوقىۋەتكەن،
 يىقىلغانلار جۈپتى بىلەن تەڭلا ئويۇندىن چېكىندۈرۈلىپ، ئىككىنچى قول ئويۇنغىچە ساقلايدۇ.
 ھېچكىمنى سوقىۋەتمەي، "ماشىنىنى" ئوبدان ھەيدىگەن شوپۇر ۋە ئۇنىڭ يولۇچىسى ئويۇندا يەڭگەن
 بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

◎ بىر چوڭ ساندۇق

◎ بىر كىچىك ساندۇق

◎ قايچا

◎ پاختا

◎ يەملەك

قانداق ئوينايىمىز؟

ئالدى بىلەن كىچىك ساندۇق بىلەن چوڭ ساندۇقنى بىر بىرىگە ئۈستىمۇئۈست چاپلاڭ. ئاندىن بىر پارچە قاتتىق قەغەزگە ئۇزۇن قۇلاقنىڭ شەكلىنى سىزىپ قىيىڭ. ئاندىن كىچىك ساندۇقنىڭ ئىككى تەرىپىگە بىردىن چاپلاڭ. ئاندىن چوڭ ساندۇقنىڭ يان تەرىپىنىڭ ئوتتۇرىسىغا پاختىنى چاپلاپ قويۇڭ. پۈتتى! ئامال بار كىچىك ساندۇق بالىڭىزنىڭ بېشى پاتقۇدەك، چوڭ ساندۇق بالىڭىزنىڭ بەدىنى پاتقۇدەك بولسۇن. ئاندىن ساندۇقلارنىڭ ئوتتۇرىسىنى تېشىپ، كۆزى ئۇدۇل كېلىدىغان يەرنى تېشىپ ساندۇقنى كىيىپ بىر "توشقانچاق" بولۇپ ئوينىسۇن.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☺ سۇدا پىشۇرۇلغان تۇخۇم

☺ بوياق قەلەم

☺ بىر تال چوكا

☺ كىچىك رەخت پارچىلىرى

☺ قارا رەڭلىك يۇڭ يىپ

قانداق ياسايمىز؟

ئاۋۋال تۇخۇمنىڭ يۈزىگە كۆز قۇلاق ئېغىزلىرىنى سىزىمىز.

ئاندىن يۇڭ يىپىدىن ئازراق كېسىپ چاچ ياساپ، تۇخۇمنىڭ ئۈستىگە چاپلايمىز.

ئاندىن تۇخۇمنىڭ ئاستى تەرىپىنىڭ شاكىلىنى ئازراق ئېلىۋېتىپ، چوكنى تىقىپ كىرگۈزىمىز.

ياسىغان بۇ قونچىقىمىزنى كىيىم كىيگەندەك كۆرسىتىش ئۈچۈن چوڭنىڭ ئەتراپىنى كىچىك رەخلەر

بىلەن يۆگەپ قويىمىز. تۇخۇم قونچىقىمىز پۈتتى!

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قايچا

☉ يەملەك

☉ رەڭلىك قاتتىق قەغەز

☉ يالتىراق قەغەز (دوخوپكا قەغەزىمۇ بولىدۇ. كۈمۈش رەڭلىك قەغەز)

قانداق ياسايمىز؟

قاتتىق قەغەزنى قول ئەينىكى شەكىلدە كېسىمىز.

ئاندىن ئاليۇمىن قەغەزنى بايىقى قەغەزدىن كىچىكرەك كېسىپ ئوتتۇرىسىغا چاپلايمىز. ئاندىن ئەينەكنىڭ ئارقا تەرىپىگە رەڭلىك قەغەزلەردىن ھەرخىل شەكىللەرنى قىيىپ چاپلاپ زىننەتلىسەك بولىدۇ. قولدا ئىشلەنگەن ئەينەك پۈتتى!

كېتەرلىك ماتېرىيال:

☉ ياغاچ قوشۇق

☉ يەملەك

☉ يۇڭ يىپ

☉ كىچىك تۈگمە

☉ قارا بوياق قەلەم (چوڭراق ياغاچ قوشۇقنى ياكى ياغاچ چۆمۈچنى ئىشلىتىشكە.)

قانداق ئوينايىمىز؟

يۇڭ يىپنى قىسقا قىسقا قىلىپ قىيىپ بەرسىڭىز، بالىڭىز ياغاچ قوشۇقنىڭ ئۈستىگە يۇڭ يىپنى چاپلىسۇن. (يەنى تاماقنى ئۇسۇپ يەيدىغان) بۇ يۇڭ يىپلار قونچاقنىڭ چېچى بولىدۇ. ئاندىن كىچىك تۈگمىدىن ئىككىنى قوشۇقنىڭ ئىچىگە چاپلاڭ، بۇ ئۇنىڭ. بىر. جۈپ كۆزى. ئاندىن بوياق قەلەم بىلەن قېشى، بۇرنى، ئېغىزنى سىزىپ قويسىڭىز بولىدۇ.

ئۆيدە ياغاچ قوشۇق جىق بولۇپ قالسا، جىقراق قوشۇق قونچاقلارنى ياساپ قويسىڭىز، سىز باشقا ئىشلارنى قىلىۋاتقاندا بالىڭىز ئۇلار بىلەن مېھماندارچىلىق ئوينىسا بولىدۇ. ياكى بالغا ھېكايە سۆزلەپ. بەرگەندە ئىشلەتسىڭىزمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قەغەز تۇخۇم قېپى ، پەلكۈچ ☉ يېشىل رەڭلىك قاتتىق قەغەز ياكى ئاق قەغەز

☉ قايچا

☉ بويلاق

قانداق ئوينايىمىز؟

تۇخۇم قېپىنى ئىككىگە بۆلۈڭ.

بالىڭىز ھەر بىر ئورەكنىڭ ئىچىنى ئايرىم بىر رەڭدە بويىسۇن. ئاندىن ھەر بىر ئورەككە بىر تال چىش پەلكۈچ قويۇڭ. ئاندىن يېشىل قەغەزدىن يوپۇرماقنىڭ شەكىللىرىنى كېسىڭ. باشقا قەغەزلەردىن گۈللەرنىڭ شەكلىنى كېسىپ چاپلاڭ. رەڭلىك قەغەز بولمىسا، ئاق قەغەزنى كېسىپ بويلاق بىلەن ھەرخىل رەڭلەردە بويىساڭلار بولىدۇ.

مانا بۇ رەڭدار تەشتەك كۆرگەزمىسى!

بۇنى تېخىمۇ كېڭەيتىپ ئوينىماقچى بولىسىڭىز:

باشتا ئالتە پارچە قەغەزنى گۈل شەكلىدە قىيىپ، ئالتە خىل رەڭدە بويلاڭ.

تۇخۇم قېپىنىڭ ئالتە تال ئويمىنىنىمۇ مۇشۇ ئالتە رەڭدە بىردىن بىردىن بويلاڭ.

ئاندىن بالغا گۈللەرنى ماس كەلگەن تەشتەكلەرگە سېلىپ قويۇشنى ئېيتىڭ.

ياكى قەغەزدىن جىق گۈللەرنى كېسىۋېلىپ، ئۇلاردىن پايدىلىنىپ ماتېماتىكىلىق ئويۇنلارنى
ئوينىساڭلارمۇ بولىدۇ.

(گۈللەرنىڭ سانى بويىچە تەشتەكلەرگە سېلىپ دىگەندەك.....)

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© ئويۇنچۇق قونچاقلار

© ياستۇق

© يۇڭ ئەدىيال

© ئاق خالات (بولماي قالسا، ساپ ئاق رەڭدىكى كىيىم بولسىلا بولىدۇ.) © تېرمومېتىر (بولماي

قالسا، سۇلياۋ نەيچىنى يەملەك بىلەن ئوراپ ئۈستىگە سىزىقلارنى سىزىپ تېرمومېتىر ئورنىدا

ئىشلەتسەڭلار بولىدۇ.)

© داكا

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز قونچاقلارنى، ئويۇنچۇق ھايۋانلىرىنى بىمار ئورنىدا ئىشلەتسە بولىدۇ.

ھۇجرىنىڭ بىر بۇلۇڭىغا بىر ئەدىيالنى يېپىپ قويغاندىن كېيىن ئۈستىگە بىر قانچە ياستۇقنى تىزىپ

قويسىڭىز، كېسەلخانا تەييار بولغان بولىدۇ.

بالىڭىزغا دوختۇر ياكى سېستىرا ئورنىدا ئاق خالات ياكى پۈتۈنلەي ئاق رەڭدىكى كىيىمنى كىيگۈزۈپ قويۇڭ. ئاندىن تېرمومېتىرنى قانداق ئىشلىتىدىغانلىقىنى كۆرسىتىپ قويۇڭ.

دورا قۇتلىرىنى يۇيۇپ تېپىپ ئىچىگە نوقۇت، قۇرۇق ئۈزۈم، يەر ياڭىقى قاتارلىق نەرسىلەرنى سېلىپ تەييار قىلىپ بالغا بېرىڭ.

ئاندىن بالىڭىز تېرمومېتىر بىلەن "بىمار" لىرى تەكشۈرۈپ چىققاندىن كېيىن، ئۇلارغا دورا بەرسۇن. بەزىلىرىنىڭ قوللىرىنى داكا بىلەن تېگىپ قويسۇن. بۇ ئويۇن بالىنىڭ دوختۇرخانىغا بېرىشتىن قورقۇشى ۋە ياكى دورا يېيىشكە ئۇنىماسلىقىنى تۈزىتىشكە ياردىمى بولىدۇ.

ئەسكەرتىمە:

ئادەتتە ئىچىدىغان دورىلارنى بالىلارنىڭ قولى يېتىدىغان يەرلەرگە قويماڭ.

ئېغىز ھەرىكىتىدىن قارشى تەرەپنىڭ نېمە دېمەكچى بولغانلىقىنى تېپىش.

قانداق ئويىنىمىز؟

بۇ ئويۇندا بالىڭىزنىڭ قۇلىقى ئاڭلىمايدىغان كىشىلەرنىڭ دۇنياسىنى چۈشىنىشى، ئاۋاز چىقىرىپ سۆزلەشتىن ئىبارەت ئىقتىدارىڭىزنى ناھايىتى بىباھا بايلىق ئىكەنلىكىنى چۈشىنىۋېلىشى ئۈچۈنمۇ ياخشى پۇرسەت.

بۇ جەرياندا گاز گاچا كىشىلەرنىڭ قول ئىشارىتى ئارقىلىق دېمەكچى بولغانلىرىنى بىر بىرىگە ئۇقتۇرىدىغانلىقىنى. ئەمما شۇ ئىشارەتلەرنى چۈشىنىدىغان بولۇش ئۈچۈنمۇ ئۇزاق مەزگىل تەربىيەلىنىشى كېرەك ئىكەنلىكىنى سۆزلەپ بېرىڭ. ھەتتا بەزى بالىلارنىڭ ئۇنداق تەربىيىگە ئېرىشەلمىگەنلىكى سەۋەبىدىن پەقەت باشقىلارنىڭ ئېغىز ھەرىكەتلىرىگە قاراپ قارشى تەرەپنىڭ نېمە دېمەكچى بولغانلىقىنى بىلىشكە تىرىشىدىغانلىقىنى بالغا چۈشەندۈرۈڭ. ئاۋاز چىقارماڭ، بالىڭىز ئېغىز ھەرىكىتىڭىزگە قاراپ نېمە دېگەنلىكىڭىزنى تېپىپ باقسۇن. ئاندىن بالا بىلەن ئازراق ئارلىق تاشلاپ، ئاۋاز چىقارماستىن "سەن مېنىڭ ئوبدان بالاممۇ ئەمەسمۇ؟" دېگەندەك يۇمۇرستىك گەپلەرنى ئېغىزىڭىزنى يوغان ئېچىپ، مۇبالىغىلەشتۈرۈپ ئىپادىلەڭ. ئاۋازسىز ئۇچۇرنى كالىپۇكىنىلا مىدىرلىتىپ قويغاندىن سىرت ھەرخىل ئىشارەتلەرنى قوشۇپ مۇبالىغىلەشتۈرۈپ ئىپادىلىسىڭىز بالا تېخىمۇ ئاسان تاپالايدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

☉ قەغەز ئىستاكانلار

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇننى كېرەكسىز قەغەز ئىستاكانلار ئارقىلىقلا ئېلىپ بارالايسىز. بۇندىن كېيىن قەغەز ئىستاكانلارنى ئىشلىتىپ بولۇپ، پاكىز چايقىۋېتىپ تاشلىۋەتمەي ساقلاپ قويۇڭ .

ئاۋۋال بالىڭىز بىلەن بىللە تۈز يەرنى تېپىپ ،قەغەز ئىستاكانلارنى تىزىڭ .

ئىستاكانلارنى ئۆرۈۋەتمەي قانچىلىك ئېگىز تىزالايسىلەر كىن كۆرۈپ بېقىڭ .

بىر مايك 灯塔 قۇرۇپ چىقىش ئۈچۈن قانچىلىك ئىستاكان كېتەر؟ تىزىپ باقسىڭىز بىلىسىز. بۇ

ئويۇننى بالىڭىز دوستلىرى ياكى باشقا قېرىنداشلىرى بىللە بەسلىشىپ ئوينىسا تېخىمۇ كۆڭۈللۈك

بولدۇ. كىم ئەڭ ئېگىز تىزسا شۇ ئۇتۇپ چىققان بولىدۇ .

قەغەز ئىستاكانلارنىڭ كەينىگە سانلارنى يېزىپ قويسىڭىزمۇ بولىدۇ. چۈنكى بالا سانلارنى تەرتىپ

بويىچە تىزغاندا ،سانلارغا نىسبەتەن تونۇشى چوڭقۇرلىشىشى مۇمكىن.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

☉ قەلەم

☉ ئوخشىمىغان دۆلەتلەرگە ئائىت رەسىملەر

☉ قايچا ۋە يەملەك

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز ئوقۇش يېزىشنى تېخى بىلمىگەن تەقدىردىمۇ ،بۇ ئويۇننى ئوينىسا بولىۋېرىدۇ.

بىر ۋاراقنىڭ ئۈستىگە ئاۋۋال بىر دۆلەتنىڭ ئىسمىنى يېزىڭ.ئاندىن پالانى يەرنىڭ ئۇچۇرى دەپ قوشۇپ قويۇڭ.

مەسىلەن:"ياپونىيەنىڭ ئۇچۇرى"

ئالدى بىلەن بالغا ياپونىيە ھەققىدە نىمىلەرنى بىلىدىغانلىقىنى سوراپ بېقىڭ.

بىلىمسە ھېچقىسى يوق. ئۆزىڭىز توردىن ئىزدەپ بالغا ئازراق چۈشەنچە بېرىڭ.

مەسىلەن ئۇلار قانداق كىيىملەرنى كىيىدۇ ،يەنى ئەنئەنىۋى كىيىم كېچەكلىرى قانداق بولىدۇ .

قانداق نەرسىلەرنى يەيدۇ. يەنى ئەنئەنىۋى تائاملىرى قايسىلار.

ياپونىيە دۇنيانىڭ قەيىرىگە جايلاشقان. دۇنيا خەرىتىسىدىكى ئورنى قەيەردە ، ياپونىيەنىڭ مەدەنىيىتى ، ئۇ يەردىكى داڭلىق ئورۇنلار ھەققىدە ئازراق رەسىملەرنى توپلاپ ، بايقى ۋاراققا چاپلاڭ.

ئۆزىڭىز ئازراق ئىزدەنسۇڭىزلا تاپالايسىز ، تەتقىقات ئېلىپ بارمىغانكىن بەك تەپسىلىي ئىزدەپ كېتىشىڭىزنىڭ ھاجىتى يوق.

باشقا دۆلەتلەردىن پەرقلەنىپ تۇرىدىغان يەرلىرى بولسىلا بولىدۇ. بۇ جەرياندا سىزنىڭمۇ ئېسىڭىزدە قالدۇ ، بالىڭىزنىمۇ شۇ دۆلەتكە ئائىت مەزمۇنلاردىن خەۋەردار قىلىپ قويسىز ، نەزەر دائىرىسى كېڭىيىدۇ.

مۇشۇ تەرىقىدە يەنە يەنە باشقا دۆلەتلەرگە ئائىت مەزمۇنلارنىمۇ توپلاپ ، بالغا دۇنيادا يەنە نۇرغۇن ئىنسانلارنىڭ ئوخشىمىغان دۆلەتلەردە ، ئوخشىمىغان تۇرمۇشتا ياشاۋاتقانلىقىنى بىلدۈرۈپ قويسىز.

ئاندىن ھەممىسىنى رەتلەپ چىقىسىڭىز ، بۇ دۇنيانىڭ ئۇچۇرلىرى يىغىلغان بىر توپلام بولۇپ قالىدۇ. ئاخىرىدا ئۈستىگە كىچىك دۇنيا خەرىتىسىنى چاپلاپ قويۇڭ.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

دادىسىنىڭ كۆڭلەك، گالستۇك، چاپان، ئىشتان، پايپاق قاتارلىق كىيىم كېچەكلىرى

قانداق ئوينايىمىز؟

مانا بۇ كىچىكرەك ياشتىكى بالىلار ئۈچۈن تولىمۇ قىزىقارلىق بىر ئويۇن.

سىز ئاۋۋال دادىسىنىڭ چاپان، ئىشتان، كۆڭلەك، گالستۇك ۋە پايپاققا ئوخشاش كىيىم كېچەكلىرىنى

ئىشكاپتىن چىقىرىپ، بالىنىڭ ئالدىغا قويۇڭ.

ئاندىن بالىغا كۆرسىتىپ بۇلارنىڭ كىمنىڭ كىيىملىرى ئىكەنلىكىنى، نېمىگە ئىشلىتىدىغانلىقىنى سوراڭ،

بالا ئاۋۋال ئۆزى تېپىپ باقسۇن. ئاندىن بالىغا "ئەمىسە داداڭنى كىيىندۈرۈپ باققىنە. " دەڭ .

ئالدى بىلەن قايسى كىيىمنى كىيىدىغانلىقىنى يەنى كىيىملەرنى كىيىش تەرتىپلىرىنى سوراڭ. ئىشتاننى

ئاۋۋال كىيىدىغانلىقى ھەققىدە يېپ ئۇچى بېرىڭ.

ئىشتاننى يەرگە يېپىپ ئاندىن كۆڭلەكنى، گالستۇكنى، ئاندىن ئۇنىڭ ئۈستىگە چاپاننى مۇۋاپىق

ئورۇنغا قويسۇن . ئاندىن پايپاقنى توغرا ئورنىغا قويسۇن.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© يۇڭ يىپ ياكى شوينا

© يېشىل ۋە قىزىل رەڭلىك قاتتىق قەغەز

قاچا

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىزغا تۇنجى قېتىملىق قاتناش قائىدىسىدىن ساۋات بېرىشنى خالامسىز؟

ئۆيدىكى كەڭرەك ھۇجرىنىڭ بىر تەرىپىگە تامدىن بىر ئاتلام نېرىغا بىر يىپنى ئۇزۇنسىغا يېيىپ قويسىز. ئاندىن ئۇدۇلسىدىكى تامنىڭ بىر ئاتلام نېرىسىغىمۇ بىر يىپنى ئۇزۇنسىغا يېيىپ قويسىز. (سىزنىڭ ئورنىدا) ئاندىن يېشىل ۋە قىزىل رەڭلىك قاتتىق قەغەزلەردىن ھەربىرىدىن ئىككى تال قاتناش چىرىغىنى كېسىڭ. بالا ھۇجرىنىڭ ئىچىدە ئۇيان بۇيان ماڭسۇن. ھېلىقى ئىككى سىزنىڭ ئارىسىدىكى يەر ماڭىدىغان يولى بولىدۇ.

يىپ بار يەردىن چوقۇم "يېشىل چىراغ" يانغاندا ئۆتۈشى كېرەك. يېشىل، قىزىل چىراغنى سىز ۋاقتى قەرەلى بويىچە چىقىرىپ تۇرىسىز. بالا ناۋادا قىزىل چىراغنى چىقارغاندىمۇ ئۆتۈپ كېتىپ قالسا، جەريمانە تۆلەتكۈزۈشنى ئۈنتۈپ قالماڭ.

بۇ ئويۇن بالىڭىزغا ھەرپلەرنى ئۆگىتىشىڭىز ئۈچۈن ياخشى بىر ئۇسۇل بولالايدۇ .

قانداق ئوينايىمىز؟

ھەرپ ئۆگىتىشنى بالىڭىزنىڭ ئىسمىنى تەشكىل قىلىدىغان ھەرپلەردىن باشلىشىڭىز بولىدۇ.

ئالدى بىلەن قاتتىق قەغەزنى كىۋادرات شەكلىدە قىيىڭ. 32 پارچە ئەتراپىدا قەغەز پارچىلىرىنى تەييار قىلىپ بولۇپ، ھەربىرىنىڭ ئۈستىگە بىر ھەرپنى يېزىپ توم قىلىپ بولايڭ.

ئاندىن بالىڭىزغا ئويۇن خېمىرىنى بېرىپ ئۆزىنىڭ ئىسمىنى تەشكىل قىلىدىغان شۇ ھەرپلەرنى بىردىن بىردىن ياساپ چىقىشنى ئېيتىڭ. بەزى قىيىنراق ھەرپلەرنى سىز ياردەملىشىپ ياسىشىپ بەرسىڭىز بولىدۇ. ئاندىن بالىنىڭ ئىسمىنى بايقى كەسكەن قەغەزلەرنى تىزىپ كۆرسىتىڭ.

بالىڭىز ئويۇن خېمىرلىرىدىن بايقى ھەرپلەرنى ياساپ پۈتتۈرگەندىن كېيىن ، قاتتىق قەغەزدىكى ھەرپلەر بويىچە توغرا رەتلىسۇن. بىر ئازدىن كېيىن قەغەزلەرنى تەتۈر ئۆرۈپ قويۇپ ، شۇ خېمىرلارنى تەرتىپ بويىچە تىزىپ چىقىشنى ئېيتىڭ.

مۇشۇنداق قىلىپ بالىڭىز ھەرپلەرنىمۇ ئۆگىنىدۇ ، ئۆزىنىڭ ئىسمىنى قانداق يېزىشىنىمۇ ئۆگىنىۋالىدۇ.

كېتەرلىك نەرسىلەر:

© كىيىم ئاسقۇچ

© يۇڭ يىپ ياكى شوينا

© قاتتىق قەغەز

© ھەرخىل ئۇششاق نەرسىلەر

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇن ئارقىلىق بالىڭىزنى خۇشال قىلىش بىلەن بىرگە ، بالىنىڭ ئەتراپىدىكى نەرسىلەرنىڭ ئېغىرلىقىغا بولغان تونۇشنى چوڭقۇرلىتالايسىز.

ھەممە بالىلار دېگۈدەك تارازا ئويناشنى ياخشى كۆرىدۇ. بۇ قېتىم ئۆزىڭىز بىر قوللۇق ياساپ بېرىڭ. ئاۋۋال كاردون قەغەزنى بىر غېرىچ ئۇزۇنلۇقتا كىۋادرات شەكىلدە ئىككىنى قىيىپ چىقىڭ. بۇلار تارازىنىڭ ئىككى تەرىپىدىكى تەخسىسى بولىدۇ. ئاندىن بۇ ئىككى كىۋادرات شەكىلىدىكى كاردون قەغەزنىڭ ئىككى گىرۋىكىدىن تۆشۈك ئېچىپ يۇڭ يىپنى ئۆتكۈزۈپ ، كىيىم ئىلغۇچىنىڭ ئىككى ئۇچىغا بىردىن باغلاڭ. ئىككى تەرەپتىكى يىپنىڭ ئۇزۇنلۇقى تەڭ بولسۇن.

ئاندىن بۇ تارازنىڭ ھەرىكەتچان بولۇشى ئۈچۈن ،ئىلغۇچنىڭ ئىلمىكىنى قوللىنىشدا تۇتماي ،
قەلەمنى ئۆتكۈزۈپ تۇتۇڭ.

ئاندىن بالغا تارازنى قانداق ئىشلىتىشنى ئازراق چۈشەندۈرۈپ قويۇڭ .

بالىڭىز يېنىك نەرسىلەرنى قويغان تەرەپنىڭ ئېگىزلەپ كېتىدىغانلىقىنى ،

ئېغىرراق نەرسىلەرنى قويغان تەرەپنىڭ پەسلەپ كېتىدىغانلىقىنى كۆرۈپ تارازنى خېلى ياخشى
چۈشىنىۋالالايدۇ.

ئەتراپىدىكى نەرسىلەرنىڭ ئېغىر يېنىكلىكىنى سېلىشتۇرۇپ چىقالايدۇ.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

© بىر دانە بەرەڭگە.

© بىر ئىستاكان سۇ

© چىش كولىغۇچ

قانداق ئوينايىمىز؟

بەرەڭگىنىڭ دۆڭرەك يېرىدىن ئۈچ يېرىگە چىش كولىغۇچنى سانچىپ قويۇڭ. ئاندىن ياڭيۇنى بۇ چىش كولىغۇچلار ئەتراپىغا تېگىشىپ تۇرغۇدەك چوڭلۇقتىكى ئىستاكانغا قويۇڭ.

ئاندىن بۇ ياڭيۇ پۈتۈنلەي چىلىشىپ تۇرغۇدەك مىقداردا سۇ قويۇپ ، قۇياش نۇرى چۈشۈپ تۇرىدىغان يەرگە قويۇپ قويۇڭ.

بىر قانچە كۈن ئىچىدە بەرەڭگىنىڭ چىش كولىغۇچ سانچىلغان يېرىگە بىخ چىقىپ قالغىنىنى ، ھەم چىش كولىغۇچنىڭ شۇ بىخلار بىلەن بىرىكىشىپ كەتكەنلىكىنى كۆرىسىز.

73. ساندۇقلاردىن ئويۇنچۇق ياساش

كېرەكلىك نەرسىلەر:

© ئۆيدىكى بوش ساندۇقلار

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۆيدىكى بىكار ساندۇقلارنىڭ بىرسىنى ئۆي، بىرسىنى ماشىنا، بىرسىنى پويىز...

ئورنىدا ئىشلەتسىڭىز بولىدۇ.

ساندۇقلارنىڭ ئېغىزىنى كېسىۋېتىپ، يان تەرەپلىرىگە ئىشك، دېرىزىلەرنى ياكى باشقا نەرسىلەرنى

سىزىپ قويسىڭىز، بالىڭىز بۇ ساندۇقلارنى ھەرخىل نەرسە قىلىپ ئوينىيالايدۇ.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

☉ بالىڭىزنىڭ بويىدەك چوڭلۇقتىكى ئاق ۋاراق

☉ بوياق قەلەملەر

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۆيىنىڭ ئوتتۇرىسىغا بالىڭىزنىڭ بويىدىن ئاشقۇدەك چوڭلۇقتىكى قەغەزنى يېپىڭ.

ئاندىن بالىڭىز بۇ قەغەزنىڭ ئۈستىگە چىقىپ ياتسۇن.

ئاندىن قەلەم بىلەن بالىنىڭ بەدىنىنى بويلاپ سىزىڭ. بەدەن شەكلىنى سىزىپ بولغاندىن كېيىن، پەقەت بەدەن شەكلىلا بار رەسىمنىڭ ئىچىنى قانداق تولدۇرىمىز؟ بۇلارنى بالىڭىز تاماملايدۇ.

چاچلىرى ئۇزۇنمۇ قىسقىمۇ؟ كۆزلىرى قايسى رەڭدە؟ كىيىملىرى قانداق؟

ئۆزىنىڭ رەسىمىنى سىزىپ چىقىشى بالغا بەك كۆڭۈللۈك بولىدۇ

75. ئالتۇن ئىزدەش (سەرتتا ئېلىپ بارىدىغان پائالىيەت)

كېرەكلىك نەرسىلەر:

☉ كىچىك گۈرچەك

☉ كىچىك تاشلار

رەڭلىك بويلاق

قانداق ئوينايىمىز؟

ئالدى بىلەن كىچىك تاشلارنى خەرخەل رەڭلەردە بۇياڭ.

ئاندىن بۇ تاشلارنى گۈللۈك / ھويلىنىڭ ئوخشىمايدىغان يەرلىرىگە كۆمۈپ قويۇڭ.

(بۇ ۋاقىتتا بالا يېنىڭىزدا يوق بولۇشى كېرەك ئەلۋەتتە .) ئاندىن بالىڭىزغا بىر كىچىك گۈرچەكنى

بېرىپ ھويلىغا كۆمۈپ قويۇلغان "بايلىقنى" قېزىپ چىقىشنى ئېيتىڭ. ئەگەر چوڭراق گۈللۈكىڭىز بولسا

، بىرەر خەزىنە خەرىتىسىنى سىزىپ بالغا بېرىپ تاپقۇزسىڭىز بولىدۇ.

بەك كىچىك ياشتىكى بالىلارغا ئالتۇنلارنى ئىزدەتكىلى سالغاندا ، ئازراق يىپ ئۇچى بېرىپ ، يەنى يېقىن

كېلىپ قالغانلىرىدا ، يىراقلاپ كەتكەنلىرىدە ئازراق ئۇچۇر بېرىپ ئەسكەرتىپ قويسىڭىز بولىدۇ.

كېرەكلىك نەرسىلەر:

☉ قەلەم

☉ ۋاراق

☉ قۇش پېيى (بەك بولمىغاندا ھەرخىل رەڭدىكى يوپۇرماقلار)

قانداق ئوينايىمىز؟ ئاۋۋال بالىڭىزنى قەغەزگە بىر قۇشنىڭ رەسىمىنى سىزىپ چىقىشنى ئېيتىڭ . قۇش شەكىللىك نەرسىلەر بولۇپ قالسا ، شۇنى قەغەزگە قويۇپ بويلاپ سىزسىمۇ بولىۋېرىدۇ. ناۋادا ھەرخىل پۈپەكلەرنى تاپالمىسىڭىز ، بالىڭىز بىلەن سىرتقا چىقىپ ئامال بار ئوخشىمىغان رەڭدىكى يوپۇرماقلارنى يىغىپ كىرىڭ. قۇشنى سىزىپ بولغاندىن كېيىن ، ئالدارقا يەملەك ياكى شىلىم بىلەن يىغىپ كىرگەن يوپۇرماقلارنى رەسىمنىڭ ئۈستىگە چاپلاڭ.

ياساۋاتقان قۇشمىزنىڭ تېخىمۇ جانلىق چىقىشى ئۈچۈن ، يوپۇرماقلارنى چاپلىغاندا ئۈستى ئۈستىگە چۈشۈرمەي ، ھەرتەرەپكە يېيىلغان ھالدا چاپلاڭ. يىغىپ كىرگەن يوپۇرماقلار ئوخشىمىغان رەڭلەردە بولسا ، قۇشنىڭ بەدىنىدىكى ئوخشىمىغان قىسىملىرىنى ئوخشىمىغان رەڭدىكى يوپۇرماقتا چاپلاپ چىقىسىڭىز بولىدۇ.

مەسىلەن بېشىغا سېرىق يوپۇرماق... قۇيرۇقىغا قىزىل يوپۇرماقنى دىگەندەك...

كېرەكلىك نەرسىلەر:

☉ دەرەخ قوۋزىقى

☉ قېرىنداش ياكى بوياق قەلەم

قانداق ئوينايىمىز؟ بالىڭىز بىلەن سىرتقا چىقىپ دەرەخلەرنىڭ ئەتراپىنى ئايلىنىپ قۇرۇپ كەتكەن دەرەخ قوۋزىقىنى يىغىپ چىقىڭ. چوڭ ياكى كىچىك بولسۇن يىغالىغىنىڭىزچە يىغىپ كىرىڭ.

ئۆيگە قايتىپ كىرگەندە ، بالىڭىز بىلەن ئولتۇرۇپ دەرەخ قوۋزۇقلىرىغا رەسىم سىزنىڭ ياكى خەت يازسىڭىزمۇ بولىدۇ.

بۇ جەرياندا بالىڭىزغا ياغاچتىن پايدىلىنىپ قەغەز ياسىلىدىغانلىقىنى ، بۇرۇن قەغەز كەشىپ قىلىنمىغان چاغلاردا ، كىشىلەر دەرەخ قوۋزۇقلىرىغا خەت

يازىدىغانلىقىنى ، شۇنداقلا تۇنجى يېزىقنىڭ شەكىللەردىن ئىبارەت ئىكەنلىكىنى ئېيتىپ بەرسىڭىز بولىدۇ

ئەگەر سىرتلارغا چىقىپ دەرەخ قوۋزۇقلىرىنى يىغىش ئىمكانىيىتى بولمىسا تورلاردىن مۇشۇنداق كېسىپ تەييار قىلغان دەرەخ پارچىلىرىنى سېتىۋېلىپ پايدىلانساڭلار بولىدۇ

كېتەرلىك نەرسىلەر :

شىلىم

قەغەز

سۇ بويلاق ۋە چوتكىسى

قانداق ئوينايىمىز؟

بىر قەغەزنىڭ ئۈستىگە كۆيۈۋاتقان شامنى تېمىتىپ بىرەر شەكىل ياكى خەت يېزىڭ. ئاندىن سۇ بويلاق بىلەن قەغەزنى تولۇق بويلاپ چىقىڭ. شامغا بويلاق سىڭمەيدىغان بولغاچقا يازغان خېتىڭىز ئاق رەڭدە كۆرۈنۈپ ، قەغەزنىڭ ئوتتۇرىسىدا قايتىدىن نامايەن بولىدۇ .

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

قارا رەڭلىك يۇڭ يىپ

قاتتىق قەغەز

قاچا ، قەلەم

يەملەك

پەلكۈچ

قانداق ئوينايىمىز؟

قارا رەڭدىكى يۇڭ يىپ بىلەن كىچىك بىر پارچە قاتتىق قەغەزنى يۆگەڭ ، يۆگىگەن يىپلارنىڭ ئارىسىغا بىر يىپنى باغلاڭ. (بۇ يىپ چىڭ باغلىنىشى كېرەك ، ئەمما تۈگۈپ قويۇلماسلىقى كېرەك) قاچا بىلەن يۆگەلگەن يىپنى قاتتىق قەغەزنىڭ ئىككى تەرىپىدىن باشلاپ كېسىڭ. ئاندىن كېسىلگەن يىپلارنى ئوتتۇرىدىن چىڭ باغلاڭ. بىر تەرەپكە ئۈچ تالدىن پەلكۈچنى سانجىڭ. بۇلار ئۆمۈچۈكنىڭ پۇتلىرى بولىدۇ. ئاندىن ئۆمۈچۈكنىڭ كۆزلىرىنى ياساش ئۈچۈن قاتتىق قەغەزدىن ئىككى كىچىك پارچىنى كېسىپ ، قەلەم بىلەن بويلاپ ، ئۆمۈچۈكنىڭ ئۈستىگە چاپلاڭ. ئاندىن ئۆمۈچۈكنىڭ ئۈستىدىن بىر يىپ ئۆتكۈزۈڭ ، شۇنداق قىلىپ ، غەزەپ بىلەن ئېتىلغان ئۆمۈچۈكنىڭ بار بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

سۇلۇق يەملەك (502)

سۇ

ئالتۇن ياكى كۈمۈش رەڭلىك سىم

لېنتا ياكى شوپىنا

قانداق ئوينايىمىز؟

سۇلۇق يەملەك (502) بىلەن كىچىك بىر ئويۇنچۇقنى ياكى زىننەت بويۇمىنى بوتۇلكىنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ ئاستىغا چاپلاپ، قۇرۇشنى كۈتۈڭ. ئاندىن بالىڭىز بوتۇلكىنى سۇ بىلەن تولدۇرسۇن، ئاندىن ئىچىگە ئالتۇن ياكى كۈمۈش رەڭلىك سىملارنى قاچا بىلەن ئۇششاق كېسىپ ۋە يەنە ئاق پاخپاخلارنى ئۇششاق پارچىلاپ بوتۇلكىغا تاشلاڭ. ئاخىرىدا ئېغىزنى چىڭ ئىتىۋېتىپ، ئېغىزغا لېنتىنى ئوراپ چىگىپ قويۇڭ. بالىڭىز بۇ قارلىق ئوردىنى ئاستىن-ئۈستۈن ئۆرۈگەندە قار ياغقان دەك ھېسسىياتقا كېلىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

شار

يۇڭ يىپ

شىلىم

بوياق

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاۋۋال شارنى پۈۋلەڭ، ئاندىن شارنىڭ يۈزىگە شىلىم سۈرۈپ، يۇڭ يىپ بىلەن شارنىڭ ئەتراپىنى ئوراڭ. شار پۈۋلىگەن ئورۇننىڭ ئەتراپىنى يىپ بىلەن ئورماڭ. يۈگەش ئىشلىرى پۈتكەندە، شىلىمنىڭ قۇرۇشىنى كۈتۈڭ. ئاندىن شارنى پارتىلىتىڭ، بۇ چاغدا يۈگەش يىپلار شارنىڭ شەكلىگە كىرىدۇ ۋە شار پارچىلىرى قوشۇلۇپ چىرايلىق بىر چىراغ بېزىكىگە ئايلىنىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

كونا ژورنال

قاچا

يىپ يىڭنە

يەملەك

قانداق ئوينايىمىز؟

ژورنالنىڭ ئەڭ رەڭلىك بەتلەردىن ئۇزۇنلىقى 10 سانتا، ئاساسى 2 سانتا نەچچە تال ئۈچبۇلۇڭ كېسىك. ئۇلارنىڭ بىر تەرىپىگە شىلىم سۈرۈپ، موخۇركا يۆگىگەندەك يۆگەڭ. ئاندىن ھەر بىرنىڭ ئوتتۇرىسىدىن يىپ ئۆتكۈزۈپ، مارجان ياساڭ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

2-1 مېتىر ئۇزۇنلۇقتىكى يۇڭ يىپ ياكى شوينا

ئىككى تۈنكە قۇتا

مىخ

قانداق ئوينايىمىز؟

ئىككى بوش تۈنكە قۇتىنىڭ ئاستىنى بىر تال مىخ بىلەن تېشىڭ. قۇتىلاردىن يىپ چىقىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن يىپنى چوڭراق تۈگۈپ قويۇڭ. ئاندىن بىرىڭلار بىر قۇتنى تۇرۇپ سىرتقا چىقىپ، ئارىلىق تاشلاپ تۇرۇڭلار. ئاندىن بالىڭىز قۇتنى قۇلىقىغا تۇتسۇن، سىز قۇتنىڭ ئېغىزىنى تۇتۇپ گەپ قىلىڭ، ئاندىن ئۇ سۆزلىسۇن، سىز ئاڭلاڭ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

ئاليومىن قەغەز (كۈمۈش قەغەز ياكى قاناس سۈت تالقىنىنىڭ خالتىسىنى تەتۈر ئۆرۈپ
ئىشلەتسەڭلار بولىدۇ).

قاچا

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاليومىن قەغەز پارىقراق بولغانلىقى ئۈچۈن بالىڭىزنىڭ دىققىتىنى تارتالايدۇ. ئاليومىن
قەغەزنى كىچىك كىچىك كېسىپ، ئۆزىگە ئۈزۈك ۋە بىلەيزۈكلەرنى ياسىسا بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

تاش

يەملەك

بوياق ۋە چوتكا

رەخت پارچىسى

لېنتا

قانداق ئوينايىمىز؟

يولدىكى تاشلارنى يىغىپ ئۆيگە ئەكىرىپ، سۇ بوياق بىلەن بوياپ قۇرۇتۇڭ. ئاندىن لېنتىلارنى چىگىپ، رەخت پارچىلىرىنى يەرگە يېپىپ تاشلارنى ئۈستىگە تىزىڭ. بالغا بىر تاش كۆرگەزمىسى تەييارلاپ بەردىڭىز.

كېتەرلىكلەر:

لىپاپ

ئىش قەغىزى

(سىياھ) قەلەم

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇن مەيلى چوڭلەر ياكى كىچىكلەر ئۈچۈن بولسۇن ناھايىتى ئەھمىيەتلىك ھەم كۆڭۈللۈك. ئۆزىگە ئائىت بىر لىپاپ ھازىرلاپ، تۇغۇلغان كۈنى بولغان كىشى ئۆزى ھەققىدىكى ئىشلارنى يازسۇن. كىچىك بالىلاردىن سۇئال سوراپ، بەرگەن جاۋابىنى قەغەزگە يېزىپ قويۇلسۇن. ئەڭ ياخشى كۆرىدىغان دوستلىرى، ئويۇنلىرى، ئىشلىرى ۋە تاماقلارنى سورىسىڭىز بولىدۇ. بالىڭىزنىڭ بۇ يىلدا نېمىلەرنى قىلالىغىنىنى، نېمىلەرنى يوقاتقىنىنى، كىلەر يىلىنىڭ بېشىدا قانداق بىر ئادەم بولغۇسى بارلىقى ۋە ئارزۇسىنى سوراڭ. جاۋابىنى ئىش قەغەزگە يېزىپ، ئاندىن لىپاپقا سېلىپ، كىلەر يىلى ئېچىپ كۆرسۇن.

87. ئالاھىدە مال سېتىۋېلىش تىزىملىكى

كېتەرلىك ماتېرىياللار:

قەغەز

قەلەم

بوياق

بازارغا چىقىش ئالدىدا مال سېتىۋېلىش تىزىملىكىنى ئالدېراپ-تېنەپ ئۆزىڭىز تەييارلىغاندىن، بۇ ئىشنى بالىڭىزغا تاپشۇرۇڭ.

قانداق ئوينايىمىز؟

ئاۋۋال بالىڭىزغا چوڭ بىر قەغەز ۋە قەلەم بېرىڭ، ئاندىن ئالدىنغان نەرسىلەرنى بىر مۇبىر ئېيتىڭ ۋە بالىڭىزنىڭ بۇ نەرسىلەرنى يېزىپ ۋە سىزىپ چىقىشىغا ياردەملىشىڭ. دەم ئېلىش كۈنلىرىدە بازارغا چىققۇچە، ئالدىنغان نەرسىلەرنى بالىڭىزغا بىرلەپ دەپ بەرسىڭىز، بالىڭىز تىزىملىككە ھەربىرنىڭ رەسىمىنى سىزىپ چىقسۇن. بۇلارنى سىزىپ چىقىش بالىڭىزنى خۇشال قىلىدۇ. نەرسە سېتىۋالغاندا، بۇنداق ئالاھىدە تىزىملىككە قاراش سىزگىمۇ خۇشاللىق ۋە ھوزۇر بېغىشلايدۇ.

كېتەرلىك ماتېرىياللار:

قاتتىق قەغەز ، قەلەم

ئالدارقا يەملەك ياكى شېلىم

قانداق ئوينايىمىز؟

ھازىرقىدەك ئۇرۇق تۇققانلارنىڭ مۇناسىۋىتى يىراقلاپ كېتىۋاتقان ، بالىلارنىڭ ئۇلارنى ياخشىمۇ تونۇمايدىغان بولۇپ قېلىۋاتقان ئەھۋالدا ، بولدا ياسالغان ئالبۇم ناملىق ئوينىمىز ھەقىقىي ئەھمىيىتى بار دەپ ئويلايمەن .

ئاۋۋال كونا رەسىملەرنى چىقىرىپ ئۇرۇق - تۇغقان ياكى دوست بۇرادەرلىرىڭىز ھەققىدە سۆزلەپ بېرىسىز . ئاندىن قاتتىق قەغەزگە شۇ رەسىملەردىن مۇۋاپىقلىرىنى تاللاپ چاپلاڭ . (قاتتىق قەغەز رەسىمدىن چوڭ بولۇشى كېرەك .) ئاندىن رەسىمنىڭ ئاستىغا ئۇ كىشىنىڭ ئىسمىنى ، باشقىلاردىن پەرىقلىنىپ تۇرىدىغان مىجەز خارەكتېرىنى ، ئەڭ ياقتۇرىدىغان نەرسىسىنى يېزىڭ . ھەر بىر قەغەزگە بىر كىشىنىڭ رەسىمىنى چاپلاپ ، ئاستىغا شۇ مەزمۇنلارنى يېزىپ بولغاندىن كېيىن ، قەغەزلەرنىڭ گىرۋىكىدىن تۆشۈك ئېچىپ ، يۇڭ يىپ ياكى شويىنا بىلەن ئۆتكۈزۈپ بىر توپلام ھالىتىگە كەلتۈرۈڭ . شۇنداق قىلىپ قولدا ياسالغان ئالبۇم پۈتتى .

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

قۇيما شېشىلەر

ئايالچە تور پايپاق

توپا، چىم ئۇرۇقى

شىلىم

قەغەز

قانداق ئوينايىمىز؟

بالغا بىر ئاق سۇلياۋ شىشە بېرىپ ئۈستىنى كېسىۋېتىپ، ئىچىنى توپا بىلەن تولدۇرغاندىن كېيىن ئۈستىگە چىم ئۇرۇقىنى سېپىڭ. شىشەگە پايپاقنى كىيگۈزۈپ، ئۇچىنى باغلىغاندىن كېيىن، شام بويلاق بىلەن قۇتىنىڭ ئۈستىگەن ھايۋان ياكى ئادەم يۈزىنى سىزىپ قويۇشنى ئېيتىڭ. قۇلاق، كۆز دېگەندەك ئورۇنلارغا رەڭلىك قەغەز پارچىلىرىنى چاپلىسىمۇ بولىدۇ. توپىنىڭ قۇرۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن ئارىلاپ-ئارىلاپ سۇ قويۇپ تۇرۇڭ. ئىككى ھەپتە ئىچىدە شىشەنىڭ ئۈستىدە يېشىل چاچلار كۆرۈنۈشكە باشلايدۇ. چاچلار ئۇزىرىغانچە، بالىڭىزنىڭ خۇشاللىقى ئارتىدۇ. ئەگەر خالىسىڭىز ئوخشاش ئۇسۇلدا بىر قانچە يېشىل چاچلىق بوۋاق ياساپ چىقىڭ.

كېتەرلىك ماتېرىياللار:

يۇڭ يىپ

بەلگە قەلىمى

سۇ بويلاق

بىر ئاچقۇچ ھالقىسى

بىر پارچە چاسا رەخت

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۆيدىكى نەرسىلەر بىلەن بالىڭىزنى ھەيران قالدۇرغىدەك بىر پاراشوت ياساپ بېرەلەيسىز. بىر پارچە چاسا شەكىللىك ئاق رەخت ۋە ئوخشاش ئۇزۇنلۇقتىكى 4 تال يىپ بىلەن ئىشنى باشلاڭ. پاراشوتنى ياساشتىن بۇرۇن، بالىڭىزنىڭ رەخت پارچىسىنى بويلاش ئىشلىرىنى يېقىندا تۇرۇپ كۆزىتىشكە سەل قارىماڭ. رەختنى بېزەش پۈتكەندە، تۆت ئۇچىغا يىپنى باغلاڭ، ئاندىن يىپنىڭ يەنە بىر ئۇچىنى ئاچقۇچنىڭ ھالقىسىغا چىڭىڭ. پاراشوتنىڭ ياخشى ئۇچىشى ئۈچۈن يىپلار ئوخشاش ئۇزۇنلۇقتا بولۇشى كېرەك. ئەڭ ئاخىرىدا ھالقىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن يەنە بىر يىپ ئۆتكۈزۈپ يىپنىڭ بىر ئۇچىنى باغلاڭ. ئېگىز رەك جايدىن پاراشوتنى قويۇپ بېرىڭ. ئۆز قولىڭىزدا ياسىغان پاراشوتنى بالا قانغۇچە ئوينىۋالسۇن.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

قەغەز تەخسە

بەلگە قەلەم

يۇڭ يىپ

چىش كولىغۇچ

قانداق ئوينايىمىز؟

قەغەز تەخسىدىن نىقاب ياساش بەك ئاسان. تەخسىنى بالىڭىزنىڭ يۈزىگە تۇتۇڭ ، كۆز ۋە بۇرۇن بار يەرلىرىگە بەلگە سېلىپ قويۇڭ ، ئاندىن شۇ يەرلەردىن تۆشۈك ئېچىڭ. نىقابنىڭ باشقا يەرلىرىگە بالىڭىز ئۆزى بىر نېمىلەرنى سىزىپ بېرىسۇن. چاچ ياكى ساقال ئۈچۈن پاختىنى ، مۈشۈكنىڭ بۇرۇتىنى ياساش ئۈچۈن يۇڭ يىپ ياكى چىش كولىغۇچ ئىشلەتسىڭىز بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

شار

قاتتىق قەغەز

بىر لىتىرلىق چوڭ ئىچىملىك قۇتىسى

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۆيدىكى ۋاندىدا ياكى گۈللۈكتىكى كۆلچەكلەردە ماڭىدىغان كاتىر ياساپ چىقىمىز. بىر لىتىرلىق قۇرۇق قۇتىنىڭ قورساق قىسمىدىن يانتۇسىغا ئىككى سانتا قىسمىنى كېسىپ ئېلىۋېتىمىز، ئېشىپ قالغان قىسمىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن تۆشۈك بىر تال تۆشۈك ئاچىمىز. قۇتىغا بىر شارنى قويۇپ، شارنىڭ ئۇچىنى شۇ تۆشۈكتىن چىقىرىمىز. شارنى پۈۋلىگەندىن كېيىن ئۇنى كەڭ يەملەك بىلەن كېمىگە چاپلاڭ چىڭ تۇرغۇزۇڭ. بالىڭىز كېمىنى سۇ ئۈستىگە قويۇپ، شارنى پۈۋلەپ بولۇپ، ئىغىزىنى قويۇپ بەرسە، كېمە ئىتىلىپ چىققان ھاۋانىڭ كۈچى بىلەن سۇ يۈزىدە ماڭىدۇ. جىق بالىلارنى بىريەرگە ئەكىلىپ كاتىر مۇسابىقىسى ئۆتكۈزسەڭلارمۇ بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار:

قۇرۇق قاپلار(كىچىك پىرەنىك قاپلىرى ياكى سۈت قېپى)

قەغەز بىزەك بويۇملار

چوڭ قايچا

قانداق ئوينايىمىز؟

قۇرۇق يىمەكلىك قاپلىرىدىن ناھايىتى گۈزەل بىر شەھەرنى بىنا قىلغىلى بولىدۇ. ھەر بىر سۈت ياكى پىرەنىك قېپى بىر بىنا بولالايدۇ. بىنالارنى بېزەش ئۈچۈن قۇتىلارنىڭ ئۈستىگە رەڭدار قەغەزلەرنى چاپلاڭ، ئاندىن جىق دېرىزىلەرنى ۋە بىنانىڭ چوڭ ئىشىكىنى سىزىپ چىقىڭ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار

تۈكلۈك ئويۇنچۇق ھايۋانلار

رەسىم، كارتا(ئۆيدىكى كىتاب-ژورناللاردىكى ھايۋانلارنىڭ رەسىمى چۈشۈرۈلگەن قىسىملارنى قىيىپ ئىشلەتسەڭلارمۇ بولىدۇ).

قانداق ئوينايىمىز؟

ئەگەر بالىڭىز ھايۋانات باغچىسىغا بېرىشنى بەك ياخشى كۆرسە ، ئۆيدىلا ھايۋانات باغچىسىنى قۇرۇپ ئۇنىڭغا ئىشك باقارلىق ۋەزىپىسىنى تاپشۇرۇڭ.

ئىشك باقار ئالدى بىلەن ھايۋانلارنى يىغىشقا مەسئۇل بولىدۇ. ئۆيدە يېتەرلىك ماتىرىياللار بولمىسا ، كېسىۋېلىنغان رەسىملەرنى قاتتىق قەغەزلەرگە چاپلاپ ئىشلەتسەڭلار بولىدۇ. ھايۋانلارنى ھۇجرىنىڭ بىر بۇلىڭىغا ئورۇنلاشتۇرغاندىن كېيىن ، بۇ ھايۋانلارغا ئائىت ئۇچۇرلارنى ئىگىلەڭ.

ئاۋۋال چوڭ بىر ئاق قەغەزگە ھايۋانلار ئايرىم ئايرىم رايونلارنى سىزىپ چىقىڭ. سۇدا ياشايدىغان ھايۋان بولسا شۇئورۇننى كۆك رەڭدە ، ئوت يەيدىغان ھايۋان بولسا يېشىل رەڭدە ، قۇشلار بولسا شۇ ئورۇنغا ھەرخىل دەرەخلەرنى سىزىڭ. مۇشۇ تەرىقىدە ھايۋانلارنىڭ تۇرىدىغان جايلىرىنى سىزىپ تەييارلاڭ. ئاندىن بالغا شۇ ھايۋانلارنى مۇۋاپىق ئورۇنلارغا

قويشنى ئېيتىڭ. ئاندىن بىرلىكتە ھايۋانلارنىڭ يەيدىغان نەرسىلىرىنى سىزىپ بۇياپ ، بۇ
ئۆزگىچە ياۋايى ھايۋاناتلار باغچىسىدا ياشايدىغان ھەربىرەيلەنگە يېمەكلىك تارقىتىپ
بېرىڭلار.

96. چاقماق سوقتۇرۇش

كېتەرلىك ماتىرىياللار

ئىككى تال ئۇزۇن شار

قاراڭغۇ بىر ئۆي

قانداق ئوينايىمىز؟

بالىڭىز چاقماقتىن قورقمىسا ، ئۇنىڭ دىققىتىنى تارتقۇدەك بىر ئويۇن ھازىرلاپ بېرەلەيسىز.
شاردىن بىر قانچىنى كۆپتۈرۈپ ، قاراڭغۇ بىر ئۆيگە ياكى ئىككى ئادام كىرەلگۈدەك ئىشكاپقا
كىرىپ ئىشكىنى يېپىڭ.

ئاندىن شارنى رەخت ياكى كىيىملەرگە سۈركەڭ ، شارلارنىڭ ئۇچىنى ئاستائاستا بىر بىرىگە
تەڭگۈزۈڭ. شارلارنىڭ ئارىسىدىكى سۈركىلىشتىن كېلىپ چىققان ئوت زەررىلىرى شەكىلدە
كۆرىنىدۇ.

كېتەرلىك ماتېرىياللار

كېرئالغۇ ياكى توڭلاتقۇ ساندۇقى

بويلاق قەلەم

بەش تال بىر يوللۇق تەخسە (一次性盘子)

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ پائالىيەت بولۇپمۇ ئوغۇل بالىلارنى بەك خۇشال قىلىۋېتىدۇ.

يەشكنىڭ ئېغىزىنى يەملەك بىلەن چىڭ چاپلاڭ، يان تەرەپتىن بالىڭىز كىرەلىگۈدەك چوڭلۇقتا ئىشك ئېچىڭ. ئالدى ۋە ياندىكى دېرىزىلىرىنىمۇ كېسىپ چىقىرىڭ. ئېچىلغان تۆشۈكچىلەرنى سۈزۈك نۇر ئۆتكۈزۈشچان قەغەز ياكى سۇلياۋ بىلەن قاپلاپ ئەينەكتەك كۆرۈنسۇن. بويلاق قەلەم بىلەن ئالدى تەرەپكە سىگنال چىراغلىرىنى، كەينى تەرەپكىمۇ سىگنال چىراغلىرىنى سىزىڭ. ماشىنىنىڭ رولى بولمىسا بولمايدۇ. بىر يوللۇق تەخسىلەردىن بىرىنىڭ ئوتتۇرىسىدىن بىر كالتەكنى ياكى توقماقنى ئۆتكۈزۈڭ. ساندۇق ماشىنىنىڭ ئالدى تەرەپىدىكى رول كېلىدىغان يەرگە كالتەكنىڭ بىر ئۇچى كىرگۈدەك بىر تۆشۈك ئېچىپ بۇ يەردىن ئۆتكۈزۈڭ.

ئەمدى تۆت تال چاققا كەلدۇق. تۆت تال بىر يوللۇق تەخسىنى ماشىنا چاقى كېلىدىغان
ئورۇنغا چاپلاڭ. قالغان يەرلىرىنى بالا ئۆزى بېزىسۇن.

97. ئەمما يول باشلاڭ

كېتەرلىك ماتېرىياللار

بىر پارچە رەخت ياكى قولىاغلىق

ئۆيدىكى نەرسىلەر

قانداق ئوينايىمىز؟

كۆزى كۆرمەيدىغان كىشىنىڭ ھاسىسىسى يوق ھالدا مېڭىشى بەكلا قىيىن. ئەمما بولۇپ سىناپ
بېقىش ئارقىلىق كۆزنىڭ نەقەدەر مۇھىملىقىنى بايقا ھېس قىلدۇرۇڭ. ئالدى بىلەن سىز
كۆزىڭىزنى قولىاغلىق بىلەن باغلاڭ. بالىڭىز سىزگە يول كۆرسەتسۇن. ئۇ ئۆيدىن بۇ ئۆيگە
يېتىلەپ كىرىپ ئويۇننى داۋام قىلساڭلار بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتىرىياللار

دەپتەر

قەلەم

قانداق ئوينايىمىز؟

ھاۋا ئوچۇق كۈنى بالىڭىز بىلەن سىرتنى ئايلىنىپ كىلىڭ. ئەمما بۇ نۆۋەت يېنىڭىزغا بىر قەلەم دەپتەر ئېلىۋېلىڭ. دەپتېرىڭىزگە يولدا كېتىۋېتىپ كۆرگەن ھەرخىل دەرەخلەرنى، قۇشلارنى، ماشىنىلارنى خاتىرىلىۋېلىڭ. كۆرگەن نەرسىلەرنى بالىڭىزدىن سوراپ تىزىملاپ مېڭىڭ. ئاندىن ئۆيگە قايتقاندا بالىڭىز ئۇلارنى ئەسلەپ يېنىڭىزغا رەسىمنى سىزسۇن.

99. ھويلىدىكى يۇمغا توپ (保龄球)

كېتەرلىك ماتىرىياللار

سەككىز ئونتا قۇيما شېشە (سۇلياۋ قۇتا)

سېۋەت توپ (ۋاسكىتبولنىڭ يەنە بىر ئاتىلىشى)

پۇت توپ (پۇتبولنىڭ يەنە بىر ئاتىلىشى)

ئۇچۇت توپ (ۋالېبولنىڭ يەنە بىر ئاتىلىشى)

قانداق ئوينايىمىز؟

ھويلىدىكى تۈز يەرگە سۇ توشقۇزۇلغان قۇيما شېشەلەرنى تىزىڭ. ئۇلاردىن تۆت-بەش

مېتىر ئارىلىق تاشلاپ بىر سىزىق سىزىڭ. ئاندىن سىزىقنىڭ نېرىسىدا تۇرۇپ توپنى

دومىلىتىپ شېشەلەرنى سوقۇڭ. قۇيما توپ ئويۇنى باشلاندى! بۇ ئويۇننى جىقراق بالىلارنى

يىغىپ ئوينىساڭلار تېسىمۇ قىزىدۇ .

كېتەرلىك ماتېرىياللار

بالىلارنىڭ سانىچىلىك شارپا

بورا

ئويۇن ئوينىغۇدەك بىر جاي

قانداق ئوينايىمىز؟

ئۈچ-تۆت بالا سىزنىڭ ئالدىدا تىزىلىدۇ. 8-10 قەدەم نېرىسىدا ھەربىر بالا ئۈچۈن ئىچىدە بىر ئادەم ئولتۇرغۇدەك چوڭلۇقتىكى ئۆي سىزىلىدۇ. ئۆيلەرنىڭ ئارىسىغا ئىككى قەدەمچىلىك ئورۇن قالدۇرىمىز. بالىلار ئاۋۋال كۆزى ئوچۇق ھالەتتە ئۆزىگە بېرىلگەن ئۆيىگە بارىدۇ. بۇ جەرياندا ئۆيىگە قانچە قەدەمدە بارغانلىقىنى سانايدۇ. مۇشۇنداق بىر قېتىم بېرىپ بولۇپ قايتىدىن باشتىكى سىزىققا يېنىپ كېلىدۇ. ئاندىن ئىككىنچى قېتىمدا بالىلارنىڭ كۆزىنى شارپا بىلەن ئېتىپ قويىمىز. ھەربىر بالا كۆزى ئېتىك ھالەتتە بېرىپ ئۆيىنى تېپىپ ئولتۇرۇشنى لازىم. ئەڭ ئاۋۋال ئۆيىنى توغرا تېپىپ، ئىچىگە كىرىپ ئولتۇرۇۋالغان بالا يەڭگەن بولىدۇ.

كېتەرلىك ماتېرىياللار

پايپاق

خالتا

بوغقۇچ

قانداق ئوينايىمىز؟

يىرىم ئىستىكان پۇرچاقنى ئېلىپ ، بىر كىچىك خالتىغا تۆكۈڭ. خالتىنىڭ ئىچىدىكى ھاۋانى سىقىپ ، ئاندىن خالتىنىڭ ئاغزىنى بوغقۇچ بىلەن چىڭ چىگىپ ، كىچىك ياغلىقلار بىلەن خالتىنى يەنە بىرنى ئوراپ چىگىۋېتىڭ. ئاندىن ئورۇندۇقلار ، شىرە ۋە باشقا ئۆي جاھازىلىرى يولىنى توسۇپ تۇرىدىغان مۇشەققەتلىك بىر مۇسابىقە يولى ھازىرلاڭ. ئىككى بالا بېشىغا بىردىن پۇرچاق خالتىنى ئېلىپ مۇسابىقىگە قاتنىشىدۇ . ئەمدى ئويۇن باشلىنىدۇ. ئىككى ماھىر بېشىغا پۇرچاق توپلىرىنى قويۇپ بىر-بىرىنى قوغلايدۇ. مۇھىم بولغىنى بېشىدىن خالتىنى چۈشۈرۈۋەي ئاخىرقى نۇقتىغا يېتىپ بېرىش .

18. ھېكايىنى داۋام قىلىڭ

قانداق ئوينايىمىز؟

بۇ ئويۇننى ماشىنىدا كېتىۋېتىپ ياكى سىرتتا تاماق يىگەنلەردە ئوينىساڭلار بولىدۇ. بىرەيلەن بىر ھېكايىنى باشلايدۇ. ئاندىن نۆۋەتنى باشقا كىشىگە ئۆتكۈزۈپ بېرىدۇ. شۇنىڭ بىلەن ھېكايىنىڭ ئاخىرىنى شۇ كىشى داۋام قىلىدۇ. ئاندىن ئۇ نۆۋەت يەنە بىر كىشىگە كېلىدۇ. نۆۋەتنى كەلگەن كىشى ھېكايىنى باشتىكىگە ئۇلاپ يېڭى مەزمۇننى توقۇپ چىقىرىپ داۋام قىلىدۇ. قېنى ئاخىرىدا ھېكايىنى كىم ئۈزۈپ قويدىكىن؟

(بۇ ئويۇن باشتا چۈشۈپ قاپتىكەن ، بۇيەردە تولۇقلاپ قويدۇم.)

ئىرادە ۋە ئۆزىنى كونترول قىلىش مەشىقلىرى

(15-1)

مەشقلەر

1- مەشىق سەرەڭگىلەرنى رەتلەش

سەرەڭگە قۇتسىنى قۇرۇقداپ ئۈستەلنىڭ ئۈستىگە قويۇڭ ۋە سەرەڭگىلەرنى يانمۇيان قىلىپ بىر رەت تىزىپ چىقىڭ . ئۇلارنى رەتلىك قىلىپ تىزىشتىن باشقا ھېچقانداق نەرسىنى ئويلىماڭ . ھەرىكىتىڭىز ئاستا ھەم كونترول ئىچىدە بولۇشى كېرەك . ناۋادا تىت-تىت بولسىڭىز ياكى جىدىيلەشسىڭىز ، قەلبىڭىزنى تىنچىتىپ تەمكىن بولۇڭ .

(سەرەڭگە بولمىسا پىلكۇچ 棉签 بولسىمۇ بولىدۇ.)

ياخشى ئورۇندالغان بىر مەشىق --- ئىرادە ۋە ئۆزىنى كونترول قىلىش ئىقتىدارىدىن ئاشۇرىدۇ ، دىققىتىڭىزنى تېخىمۇ مەركەزلەشتۈرەلەيدىغان قىلىدۇ ، سەۋرچانلىقىڭىزنى زىيادە قىلىدۇ. ۋە يەنە ، زېرىكىشنى يېڭىشىنى ئۆگىتىدۇ .

مەشقلەر

2- مەشقى سۆزلۈك / خەت ساناش

كىتابتىن بىرنى ئېچىپ ، بىر ئابزاستىكى خەتلەرنى ئاۋاز چىقارماستىن ساناڭ . قولڭىز بىلەن خەتلەرنى كۆرسىتىپ تۇرۇپ ئەمەس بەلكى پەقەتلا كۆزڭىز بىلەن ساناڭ . خەتلەرنى ساناش جەريانىدا چوقۇم ئاستا ۋە ئىنچىكە بولشىڭىز لازىم . ساناپ بولغاندىن كېيىن ، ئۆزىڭىزنىڭ توغرا سانغان سانمىغانلىقىڭىزنى بىلىش ئۈچۈن شۇ ئابزاستىكى خەتلەرنى قايتا ساناپ چىقىڭ .

سىز بۇ مەشقتە سەبىرچانلىقنى ، مېڭىنى كونترول قىلىشنى ۋە دىققەتنى مەركەزلەشتۈرۈش ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرسىز . شۇنىڭ بىلەن كىتاب ئوقۇغان ۋەياكى ئۆگىنىش قىلغان ۋاقىتلاردا دىققىتىڭىزنى يىغىشىڭىز ئاسانلىشىدۇ .

مەشقلەر

3- مەشق ئۇيان- بۇيانغا مېڭىش

ئۆيىڭىزنىڭ ئىچىدە 5مىنۇتچە ئالدىرىماي ئۇياق- بۇياققا مېڭىڭ . تېلېۋىزور كۆرۈپ ياكى رادىيو ئاڭلاپ ۋاقىت ئۆتكۈزمەڭ . بۇنداق قىلىش بەلكىم زېرىكىشلىك بولۇشى مۇمكىن ،ئەمما بۇ دەل مەشىقنىڭ قىممىتى يوشۇرۇنغان يەر . بۇ سىزگە سەۋرچانلىقنى ئۆگىتىدۇ .

ھاياتتا ، قىلىش كېرەك بولغان ئەمما ناھايىتى زېرىكىشلىك ئىشلار نۇرغۇن . ئۆزلىكىڭىزدىن زېرىكىشلىك ئىشلارنى ئورۇنداش زېرىكىشلىك ئەھۋاللارنى ھەل قىلىشىڭىزنى ئاسانلاشتۇرۇپلا قالماستىن ، ئۇلاردىن ئەپچىللىك بىلەن قوللىنىشىڭىزغا ياردەم بېرىدۇ .

مەشقلەر

5- مەشق ئاياق كىيىش

بىر قانچە كۈن ئاياغ كىيگەندىكى تەرتىپنى ئالماشتۇرۇڭ. يەنى ئەگەر سىز ئاياقنى دائىم ئوڭ پۇتىڭىزدىن باشلاپ كىيىشىڭىز ، بۇ قېتىم سول پۇتىڭىزدىن باشلاپ كىيىڭ . ئاياقنى كىيىپ بولۇپ پۈتۈن زېھنىڭىز بىلەن ئاياق بوغۇچىنى چىڭىڭ . ئۇنداق بولمىغاندا ، سىز بەلكىم ئۇنى بۇرۇندىن كۆنۈپ كەتكەن ئادىتىڭىز بويىچىلا ئاپتوماتىك ھالدا چىڭىشىڭىز مۇمكىن .

گەرچە بۇ ناھايىتى ئاددىي مەشق بولسىمۇ ، سىز يوشۇرۇن ئاغدىكى ئادەتكە قارشى ھالدا ئىش قىلغانلىقىڭىز ئۈچۈن ، ئاياق كىيىش تەرتىپىنى ئۆزگەرتىشىڭىز بەلكىم بەزى قولايىسىزلىقلارنى ، تىت-تىت بولۇشنى ۋە ياكى جىددىيلىشىشنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن . نېمىلا بويىچە تىسۇن تەمكىنلىك بىلەن ئىشىڭىزنى داۋام قىلىڭ .

ئىچكى قارشىلىق ۋە بىئارامچىلىقلارغا پەرۋا قىلماستىن مۇشۇنىڭغا ئوخشاش ئانچە مۇھىم ئەمەس ئىشلارنى ئورۇندىيالايدىغان بولۇش ئارقىلىق ، تېخىمۇ چوڭ ئىچكى قارشىلىقنى يېڭىپ قىيىنلىق دەرىجىسى يۇقىرى ھەم كىشىنى بىئارام قىلىدىغان ئىشلارنى ئورۇندىيالايدىغان قابىلىيەتكە ئېرىشكىلى بولىدۇ .

بۇ مەشق ئۆزىنى كونترول قىلىش ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرۈش بىلەن بىرگە ، دىققەتنى يىغىش ئىقتىدارىڭىزنىمۇ ئاشۇرىدۇ . ئادەتلىرىڭىزنى تېخىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا تونۇپ يېتىپ ئۇلارنى باشقۇرالايدىغان ئىقتىدارغا ئىگە قىلىدۇ.

مەشقلەر

4- مەشىق ئۆينىڭ ئىچىدە ئاستا مېڭىش

ئۆينىڭ ئىچىدە ئاستا ئۇياق-بۇياققا مېڭىڭ . ئەمما بۇ نۆۋەت بىر پۇتنى يەنە بىر پۇتنىڭ ئالدىغا قويۇش ۋە ئالدى پۇتنىڭ تاپنى كەينى پۇتنىڭ بارماقلىرىغا تېگىپ تۇرۇشى كېرەك . دىققىتىڭىزنى ئالغان قەدەملىرىڭىزگە مەركەزلەشتۈرۈڭ . مۇشۇ خىل شەكىلدە ئۆينىڭ ئىچىدە 3 مىنۇتچە مېڭىڭ .

بۇ مەشىقنى بىر مەزگىل كۈندە بىر قانچە قېتىمدىن قىلىڭ . گەرچە ئەخمەقلىكتەك كۆرۈنسىمۇ ، بۇ مەشىق سەۋرچانلىقنى ، دىققەتنى يىغىشنى ، تەرتىپچانلىقنى يېتىلدۈرىدۇ .

مەشقلەر

5- مەشق ئاياق كىيىش

بىر قانچە كۈن ئاياغ كىيگەندىكى تەرتىپنى ئالماشتۇرۇڭ. يەنى ئەگەر سىز ئاياقنى دائىم ئوڭ پۇتىڭىزدىن باشلاپ كىيىشىڭىز ، بۇ قېتىم سول پۇتىڭىزدىن باشلاپ كىيىڭ . ئاياقنى كىيىپ بولۇپ پۈتۈن زېھنىڭىز بىلەن ئاياق بوغۇچىنى چىڭىڭ . ئۇنداق بولمىغاندا ، سىز بەلكىم ئۇنى بۇرۇندىن كۆنۈپ كەتكەن ئادىتىڭىز بويىچىلا ئاپتوماتىك ھالدا چىڭىشىڭىز مۇمكىن .

گەرچە بۇ ناھايىتى ئاددىي مەشق بولسىمۇ ، سىز يوشۇرۇن ئاغدىكى ئادەتكە قارشى ھالدا ئىش قىلغانلىقىڭىز ئۈچۈن ، ئاياق كىيىش تەرتىپىنى ئۆزگەرتىشىڭىز بەلكىم بەزى قولايىسىزلىقلارنى ، تىت-تىت بولۇشنى ۋەياكى جىددىيلىشىشنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن . نېمىلا بويىچە تىسۇن تەمكىنلىك بىلەن ئىشىڭىزنى داۋام قىلىڭ .

ئىچكى قارشىلىق ۋە بىئارامچىلىقلارغا پەرۋا قىلماستىن مۇشۇنىڭغا ئوخشاش ئانچە مۇھىم ئەمەس ئىشلارنى ئورۇندىيالايدىغان بولۇش ئارقىلىق ، تېخىمۇ چوڭ ئىچكى قارشىلىقنى يېڭىپ قىيىنلىق دەرىجىسى يۇقىرى ھەم كىشىنى بىئارام قىلىدىغان ئىشلارنى ئورۇندىيالايدىغان قابىلىيەتكە ئېرىشكىلى بولىدۇ .

بۇ مەشق ئۆزىنى كونترول قىلىش ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرۈش بىلەن بىرگە ، دىققەتنى يىغىش ئىقتىدارىڭىزنىمۇ ئاشۇرىدۇ . ئادەتلىرىڭىزنى تېخىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا تونۇپ يېتىپ ئۇلارنى باشقۇرالايدىغان ئىقتىدارغا ئىگە قىلىدۇ.

مەشقلەر

6- مەشىق پۇتىنى ئالماپ ئولتۇرۇش

كۆپ قىسىم كىشىلەر ئولتۇرغان ۋاقىتتا پۇتىنى ئالمۇۋالدى . بۇ بىر خىل تەبىئىي ئادەت . قاچانكى پۇتىڭىزنى ئالمۇۋالغىنىڭىزنى سەزىشىڭىز ، ئىككى پۇتىڭىزنىڭ ئورنىنى ئالماشتۇرۇڭ . يەنى ئۈستىدىكىنى ئاستىغا ئاستىدىكىنى ئۈستىگە قويۇڭ . ۋە قولايىسىزلىق ، بىئارامچىلىقلارغا پەرۋا قىلماستىن مۇشۇ ھالەتتە بىر ھازا ئولتۇرۇڭ .

بەدەن ئۆزىنىڭ ئادەتلىرىگە شۇقەدەر كۆنۈپ كەتكەنكى ، مۇشۇنداق ئاددىي ئۆزگىرىشمۇ ئۇنى ناھايىتى بىسەرەمجان قىلىۋېتىدۇ . سىزنىڭ بۇ ئاڭسىز ھالدىكى ئادىتىڭىز ۋە ھەرىكىتىڭىزنى ئاڭقىرىشىڭىز ، تۇنجى غەلىبىڭىز ۋە ئىچكى كۈچنىڭ تەمىنى تېتىغانلىقىڭىز بولۇپ قالىدۇ . سىز قولايىسىزلىق ھېس قىلمايدىغان بولغانغا قەدەر بۇ مەشىقنى داۋاملاشتۇرۇڭ .

مەشقلەر

7- مەشىق ئىستاكانى يەنە بىر قولىڭىزدا كۆتۈرۈڭ

سىز بىر نەرسە ئىچكەن ۋاقتىڭىزدا ئىستاكانى قايسى قولىڭىزدا تۇتىسىز ؟ كېلەركى قېتىم ئىچكەندە يەنە بىر قولىڭىز بىلەن كۆتۈرۈپ ئىچىڭ . بۇ سىزنىڭ نېمە ئىچىشىڭىز بىلەن مۇناسىۋەتسىز . مەيلى سۇ ، قەھۋە ۋە ياكى باشقا ئىچىملىكلەر بولسۇن . بۇ يەردىكى مۇھىم نۇقتا قولايىسىز ھېس قىلىشىڭىزمۇ پەرۋا قىلماسلىق . سىز بەلكىم بىر ئاز غەلىتىلىك / كېلەڭسىز ھېس قىلىپ ئىچىملىكتىن ھۇزۇرلىنالماسلىقىڭىز مۇمكىن ، ئەمما ھەرگىز بەل قويۇۋەتمەڭ . تاكى سىز قىيىنالمىدىغان ۋە قولايىسىز ھېس قىلمايدىغان بولغانغا قەدەر مۇشۇنداق قىلىڭ .

بۇ مەشىقنى بىر قېتىملىق ئۆزىڭىزگە جەڭ ئېلان قىلىش دەپ ئويلاڭ ، شۇندىلا ئۇنى ئوڭۇشلۇق ئورۇنداپ بولغىنىڭىزدا كۈچ قۇۋۋەتكە تولغاندەك ھېس قىلىسىز .

بۇ ئىچكى كۈچىڭىزنى يېتىلدۈرۈش ئۈچۈن بېرىلگەن مەشىق . ئۇنىڭ مەقسىتى كىشىنى ئازابلاش ئەمەس ، بەلكى سىزنىڭ مەلۇم بىر ئادەتكە ۋاقىتلىق قارشى ھالدا ھەرىكەت قىلىپ ئىچكى كۈچكە ئېرىشىشىڭىز ئۈچۈندۇر . گەرچە سىزنى بىئارام قىلىشمۇ باشقا بىر قولىڭىزنى ئىشلىتىڭ . ئىستاكانى قولاي ھېس قىلىدىغان قولىڭىزغا يۆتكىۋېلىشنى رەت قىلىشىڭىز ، ئىرادىڭىزنى كۈچلەندۈرىدۇ .

مەشىقلەر

8- مەشىق پەلەمپەي بىلەن چىقىپ چۈشۈش

لىفىتكە چىقىشنىڭ ئورنىغا پەلەمپەي بىلەن چىقىپ چۈشۈش.
ناۋادا خىزمەت ئورنىڭىز ۋە ياكى ئۆيىڭىز بەك ئېگىز قەۋەتتە
بولسا ، ھەممىسىنى ئەمەس ، پەقەت بىر قانچە قەۋەتتىلا
پەلەمپەي بىلەن چىقىپ چۈشۈشىڭىز كۇپايە . ئەلۋەتتە
ئۆزىڭىزنىڭ سالامەتلىك ئەھۋالىنى ئويلىشىپ بىر ئىش قىلىڭ
، دۇچ كەلگەن ھەرقانداق ئىچكى قارشىلىققا پەرۋا قىلماڭ .

بۇ مەشىقنىڭ ئىرادىڭىز ۋە ئۆزىنى كونترول قىلىش
ئىقتىدارىڭىزنى چىنىقتۇرغاندىن باشقا يەنە مۇسكۇللىرىڭىزنى
ئۆپكەڭىزنى كۈچلەندۈرىۋاتقانلىقىنى ، بەدىنىڭىزدىكى كالىرىلارنىڭمۇ
خوراۋاتقانلىقىنى ئۆزىڭىزگە ئەسكەرتىپ تۇرۇڭ .

مەشقلەر

9- مەشىق ئىشكاپنى تازىلاش

ئۈستىلىڭىزنىڭ ياكى ئاشخانىڭىزنىڭ بىرەر ئىشكاپى ئىچىدىكى نەرسىلەرنى رەتلەپ چىقىشنى بېكىتىپ ، دەرھال ئىشنى باشلاڭ. ھەرتۈرلۈك ھۇرۇنلۇقنى يېڭىڭ . مېڭىڭىزنىڭ "بۇ ۋاقتى ئەمەس ياكى سېنىڭ بۇنىڭدىنمۇ مۇھىم ئىشلىرىڭ بار" دەپ سىزگە قارشى چىقىشىغا ، ئىنكار قىلىشلىرىغا قۇلاق سالماڭ . مېڭىڭىزگە ئۆزىڭىزنىڭ ئۇنىڭ ھۆكۈمرانى ئىكەنلىكىڭىزنى ، شۇڭا ئۇنىڭ قارشى چىقىشلىرىغا پىسەنت قىلمايدىغانلىقىڭىزنى كۆرسىتىپ قويۇڭ .

مەشقلەر

10- مەشىق مېۋە ئاقلاش

بىر تال ئالما بىلەن پىچاقنى قوللىغۇزغا ئېلىپ ، ئازادە ئولتۇرۇپ ئالما ئاقلاشنى باشلاڭ . نىشان شۇكى ئاستا ئاقلاپ شۆپەكنىڭ باشلىنىش نۇقتىسىغا تىكىلىپ تۇرۇپ باشتىن ئاخىرىغىچە ئۈزىۋەتمەي ئاقلاپ چىقىش .
شۇنداقلا نېپىز قىلىپ ئاقلاشقىمۇ تىرىشىڭ .

مەشىقنىڭ ئاخىرىدا بىر پۈتۈن ئۈزۈلمىگەن شۆپەك بولۇشى كېرەك .

11-مەشىق كارىۋاتتا يېتىپ تېلېۋىزور كۆرمەسلىك

كەچلىكى ئورنىدا يېتىپ تېلېۋىزور كۆرۈشكە كۆنۈپ قالغان كىشىلەر بەلكىم تۆۋەندە بېرىلگەن مەشىقنى بىر ئاز رەھىمسىزلىك دەپ قىلىشى مۇمكىن . ئەمما بۇ ھەقىقىي مەنپەئەت ئېلىپ كېلىدىغان مەشىق . بىر قانچە كۈن كارىۋاتىڭىزغا چىقىپ يېتىۋالغاندىن كېيىن تېلېۋىزورنى ئاچماڭ . سىز دەل كۆڭۈلگە ياقىدىغان ئادىتىڭىز بىلەن تىرىشىۋاتقانلىقىڭىز ئۈچۈن بۇ بەلكىم سىزدە جىددىيلىشىش ، تىت-تىت بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن .

ئەمما ئويلاپ بېقىڭ تېلېۋىزور پروگراممىسى سىزدىن كۈچلۈك كېلىپ ، ۋاقىتىڭىز ۋە ھاياتىڭىزنى كونتروللىقىغا كىرگۈزىۋالسا قانداق بولىدۇ ؟

ئۇخلاشتىن بۇرۇن تېلېۋىزور كۆرگەننىڭ ئورنىغا ، بىرەر كىتاب ئوقۇشىڭىز ياكى تەپەككۇر قىلىشىڭىز تامامەن بولىدۇ .

12-مەشىق تېلېۋىزورنىڭ ئاۋازىنى ئىتتۇپتىڭ

بۇ يەنە بىر تېلېۋىزورغا چېتىشلىق مەشىق . بۇ نۆۋەت بىرەر تېلېۋىزور پروگراممىسى ياكى كىنو كۆرۈۋاتقاندا ، ئىككى ياكى ئۈچ مىنۇت تېلېۋىزورنىڭ ئاۋازىنى ئېتىۋىتىسىز . نېمىلەر دېيىلىۋاتقانلىقىنى ئاڭلىمىغان ھالدا شۇ پروگراممىنى ياكى كىنونى كۆرۈشنى داۋاملاشتۇرىسىز . قانچە مىنۇت ئۆتكەنلىكىنى سانماستىن ئۆزىڭىزنى تەمكىن ۋە ئازادە تۇتقان ھالدا ۋاقىتنىڭ توشۇشنى ساقلايسىز .

13-مەشىق قچشقان يەرنى تاتلىماڭ

بۇ سىزنىڭ ئالاھىدە ۋاقىت ئاجرىتىشىڭىز كېرەك بولمىغان بىر مەشىق . بۇنى بەلكىم كۈندە بىر قانچە قېتىم قىلغىلى بولۇشى مۇمكىن . بەدىنىڭىزنىڭ بىرەر يېرى قىچشىپ كەتسىمۇ تاتلىماڭ . گەرچە بۇ بىر ئاددىي مەشىق بولسىمۇ ، ئۇنى قىلىش ئۇنچىۋالا ئاسان ئەمەس .

تاتلاش ئىستىكى بەزى چاغلاردا ھەقىقەتەن بەك كۈچلۈك ۋەياكى تاقەت قىلغۇسىز بولۇپ كېتىشى مۇمكىن . تاتلىۋېلىشنى كۈچىڭىزنىڭ يېتىشىچە قانچە ئۇزۇن سۈرەلىسىڭىز شۇنچە كەينىگە سۈرۈڭ . بەزىدە قىچشىش يېنىك بولۇپ بىر دەمدىلا يوقاپ كېتىشى مۇمكىن . ئەمما قىچشىش بەك كۈچلۈك ھەم ئۇزۇنغا سوزۇلسا ، تاتلاش ئىستىكىڭىزنى بېسىش ئۈچۈن سىز تېخىمۇ كۈچۈك ئىچكى كۈچكە موھتاج بولىشىڭىز مۇمكىن . ناۋادا قىچشىش داۋاملىشىۋەرسە ئۆزىڭىزنى قىينىماڭ . بەرداشلىق بېرەلىگىنىڭىزچە جىم تۇرۇپ ، ئاندىن قىچشقان يەرنى تاتلىسىڭىز بولىدۇ .

14-مەشىق ماشىنا تاختىسىدىكى سانلارنى قوشۇش

كۈندىلىك تۇرمۇشتا كۆپىنچە كىشىلەر ئومۇميۈزلۈك يولۇقىدىغان بىر ئەھۋال قاتناش قىستاڭچىلىقىدا ، كىچىك ماشىنا ، ئاپتوبۇس ۋە ياكى تاكسىدا ئولتۇرۇپ ساقلاشتۇر . ئۇلار تىت-تىت بولىدۇ ، جىددىيلىشىدۇ ، ۋاقىتنىڭ تېزىرەك ئۆتۈشىنى ساقلايدۇ ، خىيال سۈرۈشكە باشلايدۇ ۋە ياكى بىراقلا رادىيو ئاڭلاشقا كىرىشىدۇ . سىز بۇ ئەھۋالدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىپ زېھنى كۈچىڭىزنى ئەقلىي ئىقتىدارىڭىزنى چىنىقتۇرالايسىز . ئەتراپىڭىزدىكى ماشىنىلارنىڭ نومۇر تاختىسىغا قاراپ كالىڭىزدا ئۇ سانلارنى بىر بىرىگە قوشۇڭ.

ئەسكەرتىش : ماشىنا ھەيدەۋاتقاندا ھەرگىز بۇنداق قىلماڭ .

15-مەشىق ماشىنىلارنى ساناڭ

دېرىزىنىڭ تۈۋىدە ، ئېتىزلىقتا ۋە ياكى بىر كوچا ئېغىزىدا تۇرۇپ 5 مىنۇتچە يولدا ئۆتۈپ كېتىۋاتقان ماشىنىلارنى ساناڭ . ئۇچرىغان كىشىلەرگە دىققىتىڭىزنى چاچماڭ ۋە كاللىڭىزدا پەيدا بولغان ھەرقانداق بىر ئويغا ئەگەشمەڭ . باشقا ئىش قىلماي پەقەت ماشىنىلارنى ساناڭ بىلەنلا مەشغۇل بولۇڭ . خىياللىرىڭىزنىڭ ئۆزىڭىزنىڭ نېمە قىلىۋاتقانلىقىڭىزنى ئۇنتۇلدۇرىۋېتىشىدىن ھېزى بولۇڭ . تېخىمۇ ئاسان بولۇشى ئۈچۈن بىر تەرەپكە كېتىۋاتقان ماشىنىلارنىلا ساناڭ .

بۇ مەشىق بەلكىم ئەخمەقلىكتەك ، كىچىك بالىنىڭ ئىشىدەك كۆرۈنۈشى مۇمكىن . ئەمما ھەرگىز بۇنى قىلماي ئاتلاپ ئۆتۈپ كەتمەڭ . كاللىڭىزدا پەيدا بولغان ئويلار دىققىتىڭىزنى ماشىنىلارنى ساناشتىن باشقا ياققا چېچىۋېتىدىغانلىقىنى بايقايسىز . شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئەتراپىڭىزدا يۈز بېرىۋاتقان ئىشلار ۋە ياكى ئۇياق بۇياققا ئۆتۈپ كېتىۋاتقان نەرسىلەرگە پەرۋا قىلماسلىقىڭىمۇ ئاجايىپ قىيىن ئىش ئىكەنلىكىنى ھېس قىلىسىز . بۇ پەقەتلا 5 مىنۇتلۇق مەشىق ، ئەمما مېڭىڭىز يەنىلا سىزگە بويسۇنۇشقا قارشى تۇرۇشى مۇمكىن .

15-مەشىق ماشىنىلارنى ساناڭ

ماشىنىلارنى ساناڭتا چىڭ تۇرۇش ئارقىلىق ئىرادىڭىز ۋە ئۆزىنى باشقۇرۇش ئىقتىدارىڭىزنى كۈچلەندۈرەلەيسىز ۋە يەنە مېڭىڭىڭ ئارامسىزلىقىنى ،ئەنسىزلىكىنى يېڭىسىز .

بۇ مەشىقنى كۈنىگە ئاز دېگەندە بىر ياكى ئىككى قېتىم قىلىڭ . سىز بۇ مەشىقنى ھېچ قىيالماسىتىن ،دىققىتىڭىزنى باشقا ياققا چىۋەتمەستىن 5مىنۇت قىلالايدىغان بولغاندا ،كۈنىگە بىر ياكى ئىككى قېتىم 10مىنۇتتىن داۋاملىق قىلىپ مېڭىڭ .

تاكى سىز ئۈستىدىكى مەشىقلەرنى بىر ئازمۇ قىيىن ھېس قىلمايدىغان بولغۇچە داۋاملاشتۇرۇڭ ۋە ئاندىن كېلەركى بايقا ئۆتۈڭ .