**Искаков Азамат Женисулы**

**Зелёный Бор мектеп гимназиясы**

**Дене шынықтыру пәнінің мұғалімі**

**ҰЛТТЫҚ «БЕС АСЫҚ» ОЙЫНЫНЫҢ ЕРЕЖЕСІ**

**(Қыздар, әйелдер ойыны)**

***ҰЛТТЫҚ «БЕС АСЫҚ» ОЙЫНЫНЫҢ ЕРЕЖЕСІ***

***(Қыздар, әйелдер ойыны)***

 Әр ойыншыда бес асықтан болу керек. Асықтың салмағы ( гр). кем болмауы керек, ал жоғары болуына рұқсат етіледі. Асықтар сіңірінен жақсылап тазартылған болсын. Төрт асықты бір түспен, хан басқа түспен боялады. Түстерді таңдау ойыншының өз еркінде. Ойыншының киім нысаны спорт үлгісінде немесе ұлттық үлгіде болуы шарт.

 **Ойын мазмұны.**  Ойын кезегі асықтарды иіру арқылы анықталады. Асығы алшысынан түскен ойыншы ойнау кезегіне ие болады. Бірінші ойыншы ойынның ережесін бұзғанша ойнайды. Кейін ойынға екінші, үшінші ойыншы өз кезегімен кіріседі. 6 ж.,7 ж.,12 және ұпайдан басқа ойындар бір қолмен ойналады. Ойыншы жерден (кілемнен) асықтарды алғанда, асық алатын қолы басқа асықтарға тимеуі және кілемде жатқан ойын асықтары бір- біріне тимеуі керек, екінші қолы тізесінің үстінде болуы шарт. Әр жаттығудан кейін ойынды бекіту. Әр жаттығуда хан бірден алынады, басқа жағдайда ойын кезегі келесі ойыншыға өтеді. Егер ереже бұзылса, кезек келесі ойыншыға беріледі. Ойын жалғасы әрекеттің бұзылған жерінен басталады.

1. **«Бірлік».** Ойыншы кілемге бес асықты иіріп тастайды, міндетті түрде ханды алады, (Хан асық ойнын жүргізетін негізгі асық болып есептеледі). Ойыншы ханды жоғарыға лақтырып, кілемде жатқан асықтардың бірін алып, лақтырған ханды қағуы керек. Хан қайта жоғары лақтырылып, кілемдегі шашылған асықтардың екіншісі, кейін үшінші, төртінші алынады. **Ескерту:** Ханды қаққан кезде алақанның сырты кілемге жанаспауы керек. Кілемнен алынған асықтар, бөлек жиналады.
2. **«Екілік».** Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен екі асық алынады да бірліктегідей лақтырылған хан қағылып алынады. Кейін тағы екеуі алынады. Кілемнен алынған асықтар бөлек жиналады.
3. **«Үштік».** Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен үш асық алынады. Хан қайта қағылады. Кілемде қалған жалғыз асық ханды жоғары лақтырып, бөлек алынады, хан қайта қағылады.
4. **«Төрттік».** Барлық бес асықты алақанда ұстайды. Хан жоғарыға лақтырылып, қалғандары бірден кілемге қойылады да лақтырылған асық қағылып алынады. Кейін хан жоғарыға лақтырылып, төртеуі жиылып алынып, лақтырылған хан қағылады.

**5. «Жалақ».** Барлық асықтар алақанға жиналады, хан жоғары лақтырылып, қалған төрт асықты қапсыра ұстап, сұқ саусақ үш немесе бес рет (келісім бойынша) алға немесе артқа қарай үйкеліп кілемге жалатылады, шамалап 5 см (ерсілі – қарсылы үйкеуге, кілемді нұқуға болмайды). Ханды құлатпай қағып алу керек.

**6. «Алақан».** Асықтар кілемге шашылады, қолдың алақаны үстіне қаратылып, кілем үстіне сырт жағымен қойылады, хан жоғарыға лақтырылып, кілемдегі асықтардың біріншісі алынып, алақанға қойылады, хан қайта қағылады. Екінші, үшінші, төртінші асық та осылай ойналады, соңында ханды алақанға қоямыз. Асықтар алақанға ғана жиналады, егер білезіктің үстіне қарай асықтың тұмсығы болса да шығып кетсе қатеге есептеледі.

**7. «Төрт бұрыш».** Төрт асық шаршы бойынша (шамамен 20\*20см. ересектер, 10\*10cм. жасөспірімдер) қойылады. Ойыншы асығын жоғарыға лақтырып, шаршылай тігілген асықтарды бірден жинап, лақтырылған асықты қағып алуы тиіс.

**8. «Алмастыру»** Асықтар кілем үстіне шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен бір асық аланып, лақтырылған асық қағылады. Ойыншының қолында екі асық болады. (Хан екінші қолдың көмегінсіз алға яғни саусақтарғ ауыстырылады). Ол жоғарыға лақтырылып, қолда қалған екіншісі кілемде жатқан басқа асықпен алмастырылады да лақтырылған хан қағылып алынылады. Осылайша, асықтарды алмастыра отырып, олар бір жерге жинастырылады. Соңында хан жоғарылақтырылады,қолға төрт асық жиналып алынады да хан қайта қағылады.

 **9. «Үндемес»** Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде қалғандары бір-біріне соқтығысып сартылдаған немесе т.б дауыс шығармауы керек.

**10. «Сарт-сұрт».** Бірліктегіәрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде, асықтар бір- біріне тиіп, оның соқтыққан сарт - сұрт дыбысы естілуі тиіс.

**11. «Қаршу».** Асықтар шашылады. Хан жоғарыға лақтырылады. Кілем үстінде шашылып жатқан асықтардың біреуін көтеріп, түсіп келе жатқан ханды үстінен қаршып қағу керек.Сонда қолда екі асық болады.Көтерілген асықты бөлек жинаймыз. Ханды лақтырып, қалған асықтарды бір-бірлеп теріп, түсіп келе жатқан ханды қаршып қағып отыру керек.

 **12**. **«Нәби».** Ойыншы сол қолының бас бармағы және ортаңғы саусағының көмегімен «дарбаза» құрады, оң қолмен құрылған «дарбазаның» үстінен асыра алдыңғы жаққа асықтарды шашады. Хан жоғарыға лақтырылады, ал қалған асықтарды бір- бірден сыдыртып «дарбазаның» астымен қолдың арғы жағына өткізіп барып лақтырылған ханды құлатпай қағу керек, Осылайша, «дарбазаға» барлық асықтар кезекпен енгізіледі. Бұл әрекетте ереже бар: ойыншы тағы бір асық таңдайды – «ағалық» («нәби»). Бұл ең жақыны немесе алыс асық болуы мүмкін, ол туралы ойынның бас кезінде келісіледі. Ол «дарбазаға» ең соңғы болып кіргізіледі. Бұл асықты қарсыласы таңдайды.

**Ұпайларды санау.**

Алдыңғы әрекеттерді аяқтаған соң, ойыншы ұпайларды жинайды.

1. Жоғарыға 5 асық лақтырып, оларды алақанның сыртымен ұстап алады. Қайта жоғарыға лақтырып, оларды үстінен қаршып ұстайды. Әр асық 10 ұпаймен есептеледі. Егер ойыншы барлық 5 асықты ұстап алса, онда 50 ұпай жинайды. Егер ұпай алар кезде ойыншы 0 яғни еш ұпай ала алмаса келесі ойнын бірліктен бастайда. Ұпай алуға екінші мүмкіндік берілмейді.

Ойыншылар кілемнен асықтарды алған кезде, басқа асықтарға қолдары тимеуі керек. Егер ойын ережесі бұзылса, ойынды келесі ойыншы жалғастырады.

Ойын әр қашан бұзылған жерінен жалғастырылады.

ЖЕҢІСТІҢ БЕРІЛУ ШАРТЫ: Қай ойыншы бұрын 150 ұпайға қол жеткізсе, бірінші орынды иеленеді. Бірақ кезек алған бірінші ойыншы ойынды басынан аяғына дейін тоқтамастан ойнап 150 ұпайды толық алып кетсе, екінші ойыншыға бір мүмкіндік беріледі. Екінші ойыншы өз шеберлігін көрсетуге құқылы. Егер ол да бірінші ойыншы сияқты өз ойнын тоқтамастан ойнап, 150 ұпай жинаса тең дәрежелі ойын деп есептеліп, жеңіс асық иіру арқылы анықталады. Ересектер-150 ұпай, жасөспірімдер – 100 ұпай.

ЕСКЕРУ: Бес асық ойны уақытқа ойналады. Ересектерге жалпы 10 минут, жасөспірімдерге 15минут уақыт беріледі. Әр ойыншы ойын барысында 1 минуттық үзіліс алуға құқылы.

Төреші ойын барысын толық өз бақылауында ұстайды. Ойын ережелерін, тәртібін, тыныштығын бұзған ойыншыға 1-рет ауызша ескерту жасалады, 2- рет сары кәртішке көрсетіледі, ескертулерге құлақ аспаса 3-рет қызыл кәртішке көрсетіліп ойыннан босатылады