

Türgenler ýaryşlara taýýarlanylanda esasy göz önünde tutulmaly meseleler bolýar we şolar esasynda ýaryşlara taýýarlyk görülyär. Ola-ra şu aşakdakylar degişlidir:

- ýylyň dowamynda esasy ýaryşlaryň sany (sport oýunlaryny ha-saba almazdan) 3-4-den köp bolmaly däldir. Esasy ýaryşlar ýaryş senenamasynda (kalendarda) yzygiderlilikde kynçylyklaryň ýokarlanma derejesinde berilmelidir (ilki ýönekeý ýaryşlarda, soň esasy resmi ýaryşlarda çykyş etmeli);
- ýaryşlaryň yzygiderliliği meýilleşdirilende türgenleriň bedenleriniň dikelmegini hem taýýarlygynyň ýokarlanmagyny göz önünde tutmalydyr;
- ýaryş senenamasy düzülende ýaryşyň sanyny we kynçylygyny göz önünde tutup, türgeniň esasy ýaryşlarda iň ýokary (maksimal) mümkinçilikleriniň ýokarlanmagyna gönükdirilen bolmalydyr;
- ýaryşlardan öň türgenlere ýaryşyň maksadyny, mazmununy we wezipesini düşündirmeli;
- ýaryşlardan öň türgene taýýarlygynyň güýçli we gowşak taraplaryny, kemçiligini duýdurmaly, garşydaş barada maglumatlary ýetirmeli. Bu türgenleriň ýaryşlara bolan gözýetimini we taktiki pikirlenişini artdyrmaga kömek berýär;
- türgenleriň ýaryşa taýýarlygy geçiriljek ýaryşlaryň şertlerine we enjamlaryna (howa şertleri, wagty, gurallar we ş.m.) baglylykda görülmelidir;
- ýaryşlar türgenleriň taýýarlygyny ýokarlandyrmaga we oňa gö-zegçilik etmäge gönükdirilen bolmalydyr;
- türgenleriň ýaryşa taýýarlygy ýaryş işjeňligine oňaýsyz täsir edýän ýagdaýlary aýyrmaklyga gönükdirilen bolmalydyr.

Şu ýokarky aýratynlyklar göz önünde tutulyp, türgenleri ýaryşlara taýýarlaýjy meýilnama düzülýär.

**Nurgül HAMRAÝEWA**  
**Lebap welaýatynyň**  
**Çärjew etrabynyň**  
**29-njy orta mekdebiniň**  
**başlangyç synp mugallymy**