



БОЛОВСРОЛ,
СОЁЛ, ШИНЖЛЭХ УХААН,
СПОРТЫН ЯАМ

СУРГУУЛЬ

МОНГОЛ ЁС, ХҮМҮҮЖИЛ V

БИ ЧИ БИД



Улаанбаатар хот
2019 он



МОНГОЛ ЁС, ХҮМҮҮЖИЛ

V

Ерөнхий боловсролын сургуулийн
5 дугаар ангийн сурах бичиг

Зохиогчийн баг

Ахлагч:

Гишүүд:

Р.Энхбат

Д.Баттогтох

Ч.Баттулга

А.Оюунтунгалаг

Ц.Одонтуяа

Г.Ариунцэцэг

Б.Дэлгэрмаа

Ж.Хишигжаргал

Д.Одонтуяа

Ц.Амарсанаа

Л.Орхонтуул

О.Наранчимэг

Ш.Пунсалдулам

Д.Долгорцэцэг

Б.Гансайхан

Т.Нансалмаа

Б.Алтанмандах

Б.Батцэцэг

Ж.Саранчимэг

Агуулгын редактор:

Техник редактор:

Зураач:

Хэвлэлийн эх бэлтгэгч:

О.Пүрэв

Энхжаргал

Б.Төрмөнх нар

Б.Баясгалан

Формат 84x108/16

Офсет хэвлэл. Офсет хэвлэлийн цаас. 80гр/м²

Хэвлэлийн хуудас 8.4 х.х

Хэвлэлийн эх бэлтгэлийг “Адмон принт” ХХК-д бэлтгэж,
“.....” ХХК-д хэвлэв.

Р.Энхбат, Д.Баттогтох, Ч.Баттулга, А.Оюунтунгалаг,
Ц.Одонтуяа, Г.Ариунцэцэг, Б.Дэлгэрмаа, Ж.Хишигжаргал, Л.Орхонтуул,
Д.Одонтуяа, О.Наранчимэг, Ш.Пунсалдулам, Д.Долгорцэцэг,
Б.Гансайхан, Т.Нансалмаа, Б.Алтанмандах, Ц.Амарсанаа,
Б.Батцэцэг, Ж.Саранчимэг

МОНГОЛ ЁС, ХҮМҮҮЖИЛ V

Ерөнхий боловсролын 12 жилийн сургуулийн
5 дугаар ангийн сурах бичиг

Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, Спортын Яамны
зөвшөөрлөөр хэвлэв.

Анхны хэвлэл

СУРГУУЛИЙН НОМЫН САНД ОЛГОВ.
БОРЛУУЛАХЫГ ХОРИГЛОНО.

Улаанбаатар хот
2019 он

ННА 74.2
ДАА 373
М-692

Монгол ёс, хүмүүжил V: Ерөнхий боловсролын 12 жилийн сургуулийн 5 дугаар
ангийн сурах бичиг. /Энхбат Р., ба бусад; Ред. Пүрэв О. -УБ. 2019. - 80х.

Энэхүү сурах бичиг нь “Монгол Улсын Зохиогчийн эрх болон түүнд хамаарах эрхийн
тухай” хуулиар хамгаалагдсан бөгөөд Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, Спортын
Яамнаас бичгээр авсан зөвшөөрлөөс бусад тохиолдолд цахим болон хэвлэмэл
хэлбэрээр бүтнээр эсвэл хэсэгчлэн хувилах, хэвлэх, аливаа хэлбэрээр мэдээллийн
санд оруулахыг хориглоно.

Сурах бичгийн талаарх аливаа санал, хүсэлтээ textbook@mecs.gov.mn хаягаар ирүүлнэ үү.

© Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, Спортын Яам

ISBN 978-99978-61-98-6

Хүүхдүүд ээ!

Та бүхэн аав, ээжийнхээ захиснаар сайхан сэтгэл, саруул ухаан, эрүүл чийрэг бие, хийж бүтээх хүсэл тэмүүлэлтэй иргэн болон сурч, хүмүүжиж байна.

Хүүхэд бүр бодол, сэтгэл, үг, үйлдэл, дадал зуршил, хандлагаа зөв, буруу эсэхэд үргэлж анхаарч, бусадтай сайхан харилцан, өөрийнхөө болон бусдын сайн сайхны төлөө санаа тавьж, зөв шийдвэр гаргадаг, гаргасан шийдвэрийнхээ хариуцлагыг хүлээж чаддаг болж төлөвшихөд энэхүү сурах бичиг тусална.

Энэ хичээлийн “Биеэ таньж, билиг авьяасаа хөгжүүлє” бүлгээр өөрийгөө, сэтгэлийн хөдөлгөөнөө таньж, өөрт буй сайн сайхан чанаруудаа нээн, улам хөгжүүлнэ. “Ачлах ариун ёс, хүндлэх хүний ёс” бүлгээр бусадтай чин сэтгэлээсээ эелдэг найрсаг харилцаж, эрдэнэт биеийг тань төрүүлж өсгөсөн аав, ээж, өвөө, эмээ болон эрдэм ном зааж сургасан багш, багшийн энтэй ачтануудаа хүндэлж баярлуулахын ач тус, арга ухаанд суралцана. “Уламжлалт аж төрөх ёс, зан үйл” бүлгээр үндэснийхээ уламжлалт ухаан, ёс заншлын учир утгыг ухаарч ойлгох, хүндэтгэн хэвшүүлэх, өвлөх хүсэл тэмүүлэлтэй болох юм.

Сурах бичгийн сэдэв бүрийг сэдэлжүүлэх дасгал, шинэ мэдлэг, ойлголт өгөх эх, сургамжит жишээ, тохиолдол, ёгт үлгэр, намтар, түүх, ёс заншлаа ойлгосноо бататгах дасгал, өөртөө тусган хэрэгжүүлэх, цаашид дадуулж хэвшүүлэх арга, харилцан ярилцах, харьцуулан бодож, эргэцүүлэх асуулт, даалгавартайгаар бичиж боловсрууллаа.

Сурах үйлсэд тань амжилт хүсье!

ТАНИХ ТЭМДЭГ



Анхааралтай
сонсоорой



Ажиглаарай



Ярилцаарай



Бичээрэй



Уншаарай



Яриарай



Тэмдэглээрэй



Харгалзуулаарай



Зураарай



Тоглоорой



Хосоор
ажиллаарай



Багаар
ажиллаарай



Гэрийн
даалгавар

ГАРЧИГ

I БҮЛЭГ. Биеэ таньж, билиг авьяасаа хөгжүүлэе

1. Зөв мэндлэх нь сайхан харилцааны эхлэл	6
2. Асуулт асууж сурцгаая	8
3. Надад асуулт байна	9
4. Хүн бүрийн сэтгэлийн мэдрэмж адилгүй	10
5. Сэтгэлээ зөв жолоодъё	11
6. Буруу сэтгэлийг засъя	14
7. Зөв, бурууг хэрхэн ялгах вэ?	16
8. Сэтгэлээ шинжиж, хяная	18
9. Бэрхшээлийг хэрхэн давах вэ?	20
10. Хэрхэн зөв шийдвэр гаргах вэ?	23
11. Зорилготой хүүхэд.	24
12. Зорилгодоо хэрхэн хүрэх вэ?	25
13. Ажилч хичээнгүй болцгооё	27
14. Ажил хийвэл ам тосодно	30

II БҮЛЭГ. Ачлах ариун ёс, хүндлэх хүний ёс

1. Талархаж сурцгаая	37
2. Уучлал	40
3. Эе эвийг эрхэмлэе	42
4. Харилцан шүтэлцээ	46
5. Бүгдийг ганцаараа хийж чадах уу?	50
6. Бид бусдыг хэр сайн ойлгодог вэ?	52
7. Чи ч бас бусдын нэг	53
8. Бусдын ач тусыг танъя	55
9. Бусдын ач тусыг саная	57
10. Бусдын ач тусыг хариулъя	58
11. Бусдад ач тус хүргэхийн аз жаргал.	59
12. Танд юугаар туслах вэ?	62

III БҮЛЭГ. Уламжлалт аж төрөх ёс, зан үйл

1. Монгол үндэсний хувцас - малгай	65
2. Зочлох, зочлуулах ёсноос	68
3. Зочныг угтах, үдэх зан үйл.	71
4. Золгох ёсон	73
5. Монгол наадам	75
Суралцсанаа дүгнэн цэгнэе	79

1. ЗӨВ МЭНДЛЭХ НЬ САЙХАН ХАРИЛЦААНЫ ЭХЛЭЛ

Орон орны хүмүүс хэрхэн мэндэлдэг вэ?



Хүмүүсийн харилцааны нэгэн чухал хэлбэр бол мэндчилгээ юм. Уулзсан хүнийхээ амар мэнд, ажил төрөл, амьдрал ахуй, сэтгэл санаа ямар байгаад анхаарал хандуулж, асууж лавлан, сайн сайхныг хүсэж бэлгэдэх нь мэндчилгээний гол утга учир билээ. Улс үндэстэн бүр өөр өөрийн гэсэн мэндлэх соёлтой. Тухайлбал, дорнынхон хоёр гараа урдаа барьж, биеэрээ мэхийн ёсолдог. Европын зарим орны хүмүүс зүүн гараараа малгайгаа өргөж толгойгоо үл мэдэг мэхийн мэндчилнэ. Харин япончууд харилцаж буй хүнээ хүндэтгэн бөхийж мэндэлдэг. Шинэ Зеландын Маори нутгийнхан бие

биеийнхээ хамрыг илж мэндэлдэг бол, өөр нэг улсад цээжээ дэлсдэг сонин ёс заншил байдаг ажээ.

Монголчууд бид ч мэндчилгээний утга, бэлгэдэл бүхий олон төрөл хэлбэр, хүндэтгэлтэй үг хэллэгийг хэрэглэдэг дэг, соёлтой. Хүүхдүүд та нар мэндэлж буй хүний өөдөөс эелдгээр харж, намуун зөөлөн дуугаар, зохих үг хэллэгийг тохируулан зөв мэндэлж сураарай. Мөн мэнд асуусан хүнтэй бүтэн өгүүлбэрээр хариу мэндлэхээ мартуузай!



Монголчууд бид хэрхэн мэндэлдэг вэ? Ярилцаад нөхөж бичнэ үү.

-
-
-

Ямар үг, хэллэг хэрэглэдэг вэ?

Ямар үйл хөдлөл илэрхийлдэг вэ?

-
-
-

-
-
-

Ямар хариу үг хэлдэг вэ?



Дараах тохиолдолд ямар үгээр, хэрхэн мэндлэх вэ?

Гудамжаар явж байтал ээжийн чинь найз нэг танихгүй эгчтэй хамт ирж байна:

Сургуулийн хонгилд дууны багштай таарчээ:.....

Аавын чинь найз гэр бүлээрээ танайд зочилж ирэв:.....

Өчигдөр муудалцсан найзтайгаа өглөө үүдэн дээр тааралдав:

Чи дүүгийнхээ ангийнханд үлгэр уншиж өгөхөөр оров:.....



Өөрөөсөө ахмад, дүүмэд, таньдаг, таньдаггүй арваас доошгүй хүнтэй зөв, эелдгээр мэндэлж, өөрт болон тухайн хүмүүст ямар санагдаж байгааг ажиглаарай.

2. АСУУЛТ АСУУЖ СУРЦГААЯ



Багшийн хэлснийг анхааралтай сонсоод, ухаарч ойлгох нь сайн сурах эхний алхам. Харин сонссон бүхнээ өөрийн болгон, сурч эзэмшихэд өөр олон арга хэрэгтэй.



Сурагчдын ярьсан дараах жишээнүүдийг уншаад, өөрийн сурах арга барилтай харьцуулаарай.



Би багшаас үргэлж “Яагаад” гэж асуумаар байдаг ч санаа зовоод чаддаггүй.

Би уншиж байгаа болон багшийн ярьж байгаа зүйлийг сайн ойлгож, тогтоохын тулд байнга санаандаа төсөөлөн боддог.

Би заалгасан хичээлээ мартахгүйн тулд бусад хүүхдүүдэд зааж өгч, багш болж тоглох дуртай.

Шинэ хичээлээ сайн ойлгохын тулд сайн мэддэг зүйлтэйгээ холбож бодох илүү амархан байдаг.

Үзсэн хичээлээ өөрийн тоглоом, хийх дуртай зүйлдээ хэрэглэхэд илүү сайн ойлгодог.

Хичээлийнхээ агуулгыг гэртээ дэлгэрүүлэн судалбал улам сайн ойлгодог. Тиймээс би хичээлээ зөвхөн гэртээ давтдаг.

Би үзэж судалсан хичээлийнхээ агуулгыг товч дүгнэж бичвэл улам сайн ойлгож, эзэмшдэг.



Чи шинэ зүйл сурахдаа ямар арга хэрэглэдэг вэ? Ойлгоогүй зүйлээ багшаас асуухаас эмээдэг үү?

.....
.....

3. НАДАД АСУУЛТ БАЙНА



Хэрэв чи:

- Ямар нэг зүйлийн талаар сонирхож, мэдэхийг хүсэж байвал,
- Ямар нэг зүйлийн талаар илүү нарийн мэдэхийг хүсэж байвал,
- Илүү амжилттай сурахыг хүсэж байвал

Багшаасаа, ахмад хүн, найз, балчир дүүгээсээ ч асуулт асуухаас бүү эмээгээрэй! Харин эелдгээр асуухаа мартуузай!



Дараах хариулт тус бүрд тохирох асуултыг зохиоё.

Би анх удаа Улаанбаатар хотод ирсэн.

Би хотын хүүхдүүд шиг хүмүүстэй эелдэг мэндэлж байя гэж бодлоо.

Хүмүүс нь надад эелдэг, найрсаг санагдсан.

Хүн бүр хог хаяхгүй бол хот улам цэвэрхэн болох юм байна.

Хотод олон газар төвлөрсөн учраас хүмүүс олноороо шилжиж ирдэг байх.

Би өөрийнхөө сумыг хот шиг сайхан болгохыг хүсэж байна.

СОНИУЧ САМБАР

Та бүхэн ангидаа, хичээл дээр, багшаасаа, найзаасаа асууж амжаагүй асуултуудаа бичиж наадаг, өөр өөрийн хариултыг өгдөг “Сониуч самбар” ажиллууларай!

Хэн?

Юу?

Хэзээ?

Хаана?

Яагаад?

Яах гэж?

Ямар учраас? Яавал?

Эрдэм сурах хүнд саад болдог дараах гурван халхавч бий. Үүнд:

1. Ахмад хүнээс айж эмээгээд асуухгүй байх
2. Дүүмэд хүнийг басаж голоод асуухгүй байх
3. Үе тэнгийнхнээс ичиж нэрэлхээд асуухгүй байх

Онхудын Жамъян



Ахмад болон дүүмэд хүн, үеийн найзаасаа өмнө нь асууж байгаагүй гурав, гурван асуултыг асуугаарай.

4. ХҮН БҮРИЙН СЭТГЭЛИЙН МЭДРЭМЖ АДИЛГҮЙ



Бид нэг зүйлийг өөр өөрөөр мэдэрч, хүлээн авах нь олонтоо. Яг адилхан дуу сонсоход нэгэнд нь таатай, нөгөөд нь тааламжгүй санагдаж болно. “Хүн болгон адилгүй, хүлэг болгон жороогүй”-г мэдэж, бусдын аливаа үйлдэлд уужим, өгөөмөр сэтгэлээр хандах нь зөв харилцахад дөхөм болно.



Харах, сонсох, үнэрлэх, амтлах, хүрэлцэх таван мэдрэхүйн зэрэгцээ зургаа дахь болох сэтгэлийн мэдрэмж чухал. Монголчууд сайн, сайхан сэтгэлийг ихэд эрхэмлэдэг. Хүний сэтгэл олон өнгө аястай. Сэтгэлийн олон өнгө аяс, мөн чанар, амар амгалангийн илрэлийг дотоод сэтгэл гэнэ. Өөрөөр хэлбэл, сэтгэлийнхээ зөв, бурууг шинжиж чадахыг хэлнэ. Хүн оюун ухаан, энэрэн нигүүлсэх сэтгэл хоёрыг хослуулж, дотоод сэтгэлээ зөв залан жолоодоход суралцах хэрэгтэй.



Нүдээ боосон хүмүүс үхрийг тэмтэрч үзээд хэрхэн мэдэрч, хэдэн янзаар төсөөлж байна вэ?



Багшийн сонгосон зүйлийг гараараа тэмтэрч таахыг оролдоорой. Хэн хэрхэн мэдэрч байгаагаа харьцуулан ярилцана уу.

5. СЭТГЭЛЭЭ ЗӨВ ЖОЛООДЪЁ



Чи уурлах, баярлах, сандрах, гомдох үедээ сэтгэлийн хөдөлгөөнөө хэрхэн удирддаг вэ?

Би 😊 баярлах үедээ:

Би 😭 гомдох үедээ:

Би 😬 уурлах үедээ:

Би 😐 сандрах үедээ:



Таагүй өглөө

Баяраа өнөөдрийн сагсны тэмцээнийг бодож сэтгэл **догдолсондоо** шөнө нойр нь хүрэлгүй, өглөө эрт босжээ. Хурдхан сургууль руугаа очиж, бэлтгэл хийе гэж бодоод гарах гэтэл өрөөсөн гутал нь олдсонгүй. Хэчнээн хайвч байсангүй. Түүний сэтгэл **гонсойж** байтал гөлөг нь өрөөсөн гутлыг нь зуусаар ирэв. **Баярлаад** бушуухан аваад өмсөх гэтэл хамгийн дуртай гутлыг нь хазаж, хэмлээд өмсөх аргагүй болгочихсон байлаа. **Уурласандаа** гөлгөө **чанга дуугаар загнаж** орхитол дүү нь сэрээд уйлав. Баяраа **сандарсандаа** өрөөнийх нь хаалгыг хаах гэтэл хуруугаа хавчин “Яасан бүтэлгүй өдөр вэ” гэж **бухимдлаа**. Дүүгийнх нь уйлах дуунаар ээж нь өрөөнөөсөө гарч ирээд юу болоод байгааг асуув. Баяраа минчийтлээ **уурлаж**, хөмсгөө атируулан, хошуугаа унжуулжээ. Ээж нь хүүгээ **тайвшруулж**, толгойг нь илээд “Юмаа цэгцтэй тавьж бай. Үүнийг өмс” гээд шинэ гутал гаргаж өгчээ. Түүнийг нь өмсөх гэтэл хөл нь тулаад тун эвгүй байлаа. Зузаан оймсоо тайлж, нимгэн оймс өмстөл ашгүй таарч, **таатай** санагджээ. Баяраа сая нэг **сэтгэл нь уужирч**, ээжийнхээ бэлдсэн өглөөний цайг уугаад сургууль руугаа явлаа. Хэдхэн хормын дотор хэчнээн ч үйл явдал болж өнгөрөв дөө. Баяраа ийнхүү **догдолж, сандарч, уурлаж, бухимдаж, баярлаж, сэтгэл нь нэг гонсойж, нэг тайвширч, эцэстээ сэтгэл нь уужирч** их л адал явдалтайгаар өдрийг угтжээ.





Сэтгэлийн хөдөлгөөнөө хянаагүй улмаас Баяраад юу тохиолдсон бэ?
Хүснэгтийг нөхөж бичээрэй.



Сэтгэлийн хөдөлгөөн	Үр дүн
догдолсон	



Дараах хоёр эхийг харьцуулж уншаад, сэтгэлээ хянаж чадсан, эс чадсан хоёрын ялгааг олж харилцан ярилцаарай. Сэтгэлээ тогтоон барьж чадаагүйгээс болсон хэрэг явдлын тухай нэмж хэлэлцээрэй.

Чамаас л боллоо

Сургуулийн автобус хэзээ мөдгүй ирэх дөхөж байлаа. Сэргэлэн яарсандаа цайгаа бушуухан уухаар гал зуухны өрөө рүү орохдоо дүүтэйгээ мөргөлдөж орхив. Дүү нь аягатай сүү барьж явсан тул ахынхаа дүрэмт хувцсан дээр асгачхав. Сэргэлэнгийн нүүр нь минчийтлээ улайж, “Ээ, чи яаж байгаа юм бэ. Хувцас завааруулчихлаа” гэж дүүдээ уурлав. “Уучлаарай, ах аа би харсангүй” гэж дүү нь бүлтгэнэнэ. Сэргэлэн санд мэнд өрөө рүүгээ гүйж, хувцсаа солих гэтэл индүүдсэн цамц байсангүй. “Одоо би энэ үрчгэр цамцыг яаж өмсөж явах юм бэ?” гэж бухимдсаар норсон цамцаа тайлав. Автобус хөдлөх цаг нэгэнт болжээ. Ээж нь ажилдаа ч очилгүй Сэргэлэнг сургуульд нь хүргэж өглөө. Хичээлээс хоцорсон гэж багш загнахгүй байгаасай гэж дотроо эмээсэн ч хонх аль хэдийнээ дуугарч, бүх хүүхэд ангид орчихсон байлаа. Үрчгэр цамцтайг хэлэх үү, хүүхдүүд түүнийг цоо ширтэн шоолох мэт санагдаж, ичсэндээ нүүр нь халуу дүүгээд явчхав. Багш түүнийг хичээлээс хоцорлоо гэж нэлээд зэмлэжээ. Сэргэлэнгийн уур улам хүрч, гэртээ очоод дүүгээ загнамаар санагдав. Сүүлийн хоёр цагийн хичээл дээр ч тайвширсангүй, хичээлээ олигтой анхаарч чадалгүй багшдаа зэмлүүлэв. Арайхийж хичээл нь тарж, гэртээ оронгуутаа дүүдээ дахин уурлаж, загнав. Тэднийг муудалцаж байхыг харсан аав, ээж ч бухимдаж, оройжингоо дуугаа хураацгаажээ.

Намайг уучлаарай!

Сургуулийн автобус хэзээ мөдгүй ирэх дөхөж байлаа. Сэргэлэн яарсандаа цайгаа бушуухан уухаар гал зуухны өрөө рүү орохдоо дүүтэйгээ мөргөлдөж орхив. Дүү нь аягатай сүү барьж явсан тул ахынхаа дүрэмт хувцсан дээр асгачихлаа. Сэргэлэн “Ээ, миний дүү гараа түлчхээгүй биз? Ах нь яарсандаа дүүгээ мөргөчихлөө, уучлаарай” гээд дүүгийнхээ гарыг шалгатал азаар сүү халуун биш, бүлээн байв. “Уучлаарай, ах аа би харалгүй таны цамцыг норгочихлоо” гэж дүү нь хэлэв. Сэргэлэн өрөө рүүгээ гүйж, хувцсаа солих гэтэл индүүдсэн цамц байсангүй. “Одоо яая гэх вэ, байгаа цамцаа л өмсөөд явъя, цамцаа индүүддэг байж” гэж бодоод норсон цамцаа тайлав. Автобус хөдлөх цаг нэгэнт болжээ. Ээж нь ажилдаа очилгүй Сэргэлэнг сургуульд нь хүргэж өглөө. “Хичээлээс хоцорлоо гэж багш загнах байх, шууд л уучлалт гуйх юм шүү” гэж бодоод анги руугаа яаран очлоо. Хаалга зөөлөн тогшиж, түр хүлээтэл багш хүрч ирэв. “Багш аа, хоцорсонд уучлаарай, дараа учраа тайлбарлая” гэж хэлтэл багш толгой дохиод дотогш оруулав. Ангийнхан нь бүгдээрээ ирсэн байсан тул чимээ гаргахгүйг хичээн өлмий дээрээ зөөлөн гишгэлэн, “Намайг уучлаарай, би хоцорчихлоо” гэж аяархан хэлсээр суудалдаа суув. Найзууд нь уучилж байгаа бололтой, “Зүгээр дээ” гэж хэлээд инээмсэглэлээ. Сэргэлэн хичээл тарж ирэнгүүтээ цамцаа угааж, индүүдэв.

6. БУРУУ СЭТГЭЛИЙГ ЗАСЬЯ



Дараах үгсээс аль нь буруу сэтгэлийг илэрхийлэх вэ?

Шунах, сэтгэл ханах, уурлах, уучлах, атаархах, бусдын амжилтад баярлах, муу санах, хорлох, ачлан туслах, дээрэлхэх, өмгөөлөх, амиа бодох, бусдад туслах, энэрэн нигүүлсэх, өрөвдөх, асрах, хууран мэхлэх, хардах, үнэнийг нуух, гэмших, бардамнах, ачийг ямагт санах, сагсуурах, өршөөнгүй өгөөмөр, эелдэг найрсаг, шулуун шударга, сэтгэл алгасах (үймрэх), гомдох, бусдын зовлонд баясах, бусадтай барьцах



Өрөвдөх сэтгэл төрсөн нь

Эрт урьд цагт дээлийг нь тайлбал цамцгүй, дээврийг нь авбал цаваггүй нэгэн ядуу айл байжээ. Хөөрхий тэр ядуу айл ганц хүүтэй юм санжээ. Хүү нь баян айлын хонь хариулан, ааруул, тос олж аав, ээжийгээ тэжээдэг гэнэ. Үгүйрэхийн гачаал, өлсөхийн зовлон хэцүү хойно доо. Хаврын тарчиг цагаар хайртай ядарсан ээждээ шөл уулгах, харангадах шахсан аавдаа таван цул идүүлэхийн тулд ядуу хүү баян эзнээсээ нэг хонь гуйтал өгсөнгүй. Тэгэхээр нь сайхан сэтгэлт Самдан гуайг отроос ирэхэд нь гуйж аваад төлж өгье хэмээн бодоод эзний сүргээс нэг хонь хэлэлгүй авчээ.

Эдэлж баршгүй эд хөрөнгөтэй, ээжийгээ ч сэрдэм хар сэжигтэй эзэн нь үүнийг мэдээд ядуу хүүгийн гадна ирж сэм тандав. Гэтэл хонийг нь өвчиж буй бололтой байна гэнэ. Уур нь хүрсэн баян “За, та нарыг даа” гэж занаад үргэлжлүүлэн чагнавал хүү нь хонио гаргаад, аав нь өвчүү түшиж, эх нь зул өргөж буй бололтой. Гэтэл өвгөн унинд өвчүүгээ хавчуулахдаа:

“Сараас сард хот нь тэлэх болтугай

Сүрэг мал нь жилээс жилд өсөх болтугай” гэж ерөөх нь сонсогдов. Үүнийг сонсоод баяны сэтгэл бага зэрэг уужран:

“Сүүл тастагч бэлтрэг

Сүрэг гэтэгч чоно бол юунд ерөөл хэлэх билээ дээ” хэмээн боджээ. Тэгээд дахин чагнавал:

“Өвчүүг нь өөдтэйхөн тэлээрэй

Хонь нь хотондоо багтахгүй өсөг” гэж ээж нь ерөөж байна гэнэ. Баян бүр ч уяран үргэлжлүүлэн



сонсвол ээж нь гэдэс арилгаж байгаа бололтой. “Гургалдайг нь уртхан аваарай. Иргийн нь тоо, эзний нас уртасдаг юм шүү” гэж хүүдээ сургаж байна гэнэ. Хүү ч ёсоор болгож, ээж нь хониныхоо гургалдайг чихэж дуусав бололтой. Хүүдээ өгөхдөө:

“Таван унь дамжуулж хавчуулаарай.

Хөгнө нь уртсаг

Хөөрхөн төл нь олшрог

Ухаант эзэн нь урт наслас” гэж ерөөж байна гэнэ. “Хөөрхий минь дээ” гэж баян шүүрс алджээ. Гэтэл өвгөн нь:

“Ходоодныхоо амсар дээр

Хоёр хуруу өөх, элэг ороогоорой.

Малчны буян малын хишиг

Дундгүй дүүрэн

Дутуугүй баян яваг даа” гэж хэлэх юм гэнэ. Үүнийг сонсож уярсан баян “Хөөрхий дөө, эд нар чинь сайхан сэтгэлтэй хүмүүс юм байна. Заяанд минь буруу санасангүй. Одоо сэтгэлийг нь зовоогоод яах вэ дээ” гээд сэмээрхэн зайлан одов гэнэ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Ядуу хүүг хониноос нь төхөөрч буйг гадарласан баян анх юу гэж бодсон бэ?
- Баян эзэн хонийг нь хэлэлгүй авсан ядуу айлд муу санаагүйн учир юу вэ?
- Баян хүн сэтгэлээ хэрхэн жолоодсон бэ?
- Чи тэр баян хүний оронд байсан бол яах вэ?



Хүүгийн аав ээж хоёрын хэлж байгаа ерөөл бэлгэдлийн үгийн утгыг судалж мэдээд, найз нартайгаа ярилцаарай.

Ямар үйл	Ямар ерөөл	Ямар утга
Гургалдайг уртхан авч чихэж дуусах үед	Хөгнө нь уртсаг Хөөрхөн төл нь олшрог Ухаант эзэн нь урт наслас	Хурга, ишиг нь олшрохоор уях хөгнө нь улам урт болж, малчин эзэн нь ч урт наслахыг бэлгэдсэн.

7. ЗӨВ, БУРУУГ ХЭРХЭН ЯЛГАХ ВЭ?

- Өөрт болон бусдад муу үр дагавар авчрах үйл бүхэн буруу үйл юм.
- Өөрт болон бусдад сайн сайхан, амар амгаланг авчрах үйл бүхэн зөв үйл юм.



Дараах тохиолдлуудыг шинжээд, зөв, буруу үйлийн аль нь болохыг тодорхойлоод, тохирох жишээ бичээрэй. Дараа нь багш болон ангийнхантайгаа ярилцаарай.

№	Өөрт болон бусдад	Үр дүн	Сурагчийн хариулт	Жишээ	Багшийн хариулт
1	Өөрт		Зөв Буруу		
	Бусдад				
2	Өөрт		Зөв Буруу		
	Бусдад				
3	Өөрт		Зөв Буруу	Галаас хүн аврах	
	Бусдад				
4	Өөрт		Зөв Буруу		
	Бусдад				

Манай өвөг дээдэс зөв, сайн үйлийг “Буян”; буруу, муу үйлийг “Нүгэл” хэмээн нэрлэж заншсан. Тиймээс **буян, зөв, сайн** гэсэн гурван үг нь нэг утгатай, харин **нүгэл, буруу, муу** гэсэн гурван үг нь мөн нэг утгыг илэрхийлнэ.

8. СЭТГЭЛЭЭ ШИНЖИЖ, ХЯНАЯ

Буруу зүйл хийчихлээ хэмээн гэмших үе чамд байдаг уу?
Тэгвэл чи буруугаа мэдэж байна гэсэн үг.



Дараах тохиолдолд чи хэр гэмших вэ? Бага зэрэг гэмшвэл ♥, дунд зэрэг гэмшвэл ♥♥, их гэмшвэл ♥♥♥ зүрх зураарай. Гэмшихгүй бол зүрх зурахгүй.

Самбарын өмнө гарахад
чинь шоолж инээсэн
хүүхдийг “Чамаас хариугаа
авна даа” гэж бодсон бол

Ангийнхаа хүүхдэд
атаархаж, би ч бас ийм гоё,
ганган юм авна даа гэж
бодсон бол

Өрөөгөө цэвэрлэ гэж
ээжийгээ хэлэхэд ундууцан
уурлаж, “Яршигтай юм” гэж
бодсон бол

Ангийнхандаа алим авч өгмөөр
санагдаад, аав, ээжээсээ
асуулгүйгээр мөнгө авсан бол

Чихэр их идэж болохгүй
гэдгийг мэддэг, бас шүд чинь
хорхойтсон байсан ч чихэр
олныг идсэн бол

Ангидаа болсон маргаанд
чи буруутай боловч багшдаа
үнэнийг хэлээгүй. Харин
чиний оронд гэмгүй хүүхэд
зэмлүүлсэн бол

Дэлгүүрээс юм худалдаж авахад
чинь худалдагч андууран, хариултад
500 төгрөг илүү өгчихлөө. Чи түүнийг
мэдсэн боловч буцааж өгөлгүй,
бушуухан гарч явсан бол

Үзгээ мартаж ирсэн ангийнхаа
хүүхдэд илүү балаа гаргаж
өгсөнгүй. Гэтэл тэр хүүхэд
багшид зэмлүүлсэн бол



- Даалгаврынхаа үр дүнг найзтайгаа харьцуулаарай.
- Та хоёрт адил болон өөр зүйл байна уу? Яагаад ийм болов?



Сайн, муу үйл бүхэн сэтгэлээс гардаг учир манай монголчууд сэтгэлийг хамгаас чухалчилдаг. Тиймээс өвөг дээдэс маань “Сайн явах санааных”, “Санаа зөв бол заяа зөв” хэмээн хэлэлцсээр иржээ. Энд өгүүлсэн “Санаа” хэмээх нь сэтгэлийг хэлж буй хэрэг. Хүний сэтгэл зөв байсан цагт үйл бүхэн зөв болж, аз жаргалтай, амар амгалан амьдардаг.



Дараах зүйр цэцэн үгнээс аль нэгийг сонгон авч тайлбарлан бичээрэй.

- “Бие, хэл нь сэтгэлийн зарц”
- “Сэтгэлийн хир биеийн хирээс бузар”
- “Гаднаа гяланцаг, дотроо паланцаг”
- “Сэтгэл хаашаа, бие тийшээ”
- “Санаа зөв бол заяа зөв”



Хүнийг зөв, амар амгалан амьдрахад саад тотгор болдог таван муу сэтгэл байдаг. Үүнийг “Сэтгэлийн таван хор” хэмээн нэрлэдэг. Энэ нь :

- **Амин хувиа хичээх, үл мэдэх мунхаг сэтгэл:** Бусдад хортой байсан ч хамаарахгүй, өөрт таатай байдлыг бий болгох сэтгэл. Амиа бодох, үл мэдэх мунхаг сэтгэл нь хүнийг зөв, бурууг ялгах чадваргүй, сохор мэт болгох бөгөөд бурууг зөв, зөвийг буруу гэж эндүүрэхэд хүргэнэ.
- **Шуналын сэтгэл:** Хэрэгцээнээсээ хэтрүүлэн шунах, зөвхөн өөртөө авах сэтгэл. Бусдыг хохироож, зовоосон ч тоолгүй, өөрийн болгох ханаж, цадашгүй сэтгэл.
- **Уурын сэтгэл:** Өөрт тааламжгүй санагдсан зүйлийн учир шалтгааныг олохын оронд шууд эгдүүцэн эсэргүүцэх, хилэгнэх сэтгэл.
- **Омог дээрэнгүй сэтгэл:** Өөрийгөө бусдаас илүүд үзэх “би” гэх сэтгэл.
- **Атаат сэтгэл:** Бусдын сайн сайханд үл баясан, харин уурлан хорсох, атаархах сэтгэл.

Аливаа хүн өөрийн дотоод сэтгэлд эдгээр таван хорт сэтгэл үүсэхээс ямагт сэргийлэх хэрэгтэй.

Муу сэтгэлийг ариусгах арга

Шуналыг “Байгаа
зүйлдээ сэтгэл
ханамжтай байх”
сэтгэлээр хорино.

Уурыг “Учир шалтгааныг
эргэцүүлэн бодох ухаан,
ууч бодол үүсгэх”
сэтгэлээр хорино.

Амиа бодох мунхаг
сэтгэлийг “Бусдын
ачийг санах”
сэтгэлээр хорино.

Атаархлыг
“Бусдын сайн
сайханд баярлах”
сэтгэлээр хорино.

Омог дээрэнгүй сэтгэл,
занг “Бусдыг хүндэтгэх”
сэтгэлээр хорино.

Бие, хэл нь
сэтгэлийн
зарц.

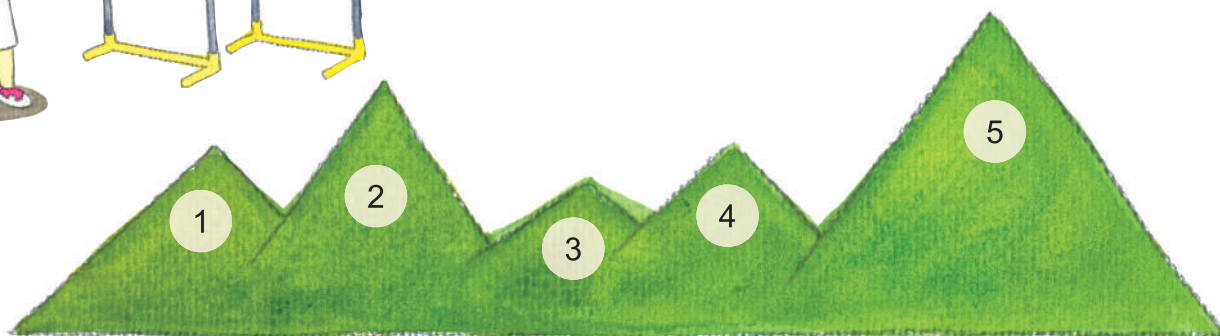
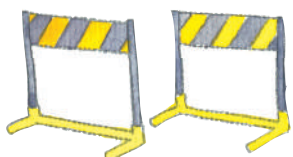


Уурлахын хор уршгийг ухааруулсан зүйр цэцэн үгсийг олж, таван хурууны дүрэм зохиогоорой!

9. БЭРХШЭЭЛИЙГ ХЭРХЭН ДАВАХ ВЭ?



- Хүүхдүүд та нарт ямар бэрхшээл тохиолддог вэ?
- Бэрхшээлийг даван туулахад юу чухал вэ?



Аливаа асуудлыг шийдвэрлэх, зорилгодоо хүрэхэд тулгарч буй хүндрэл, саадыг бэрхшээл гэдэг. Хүн бүрд янз бүрийн бэрхшээл байнга тулгардаг.

Бэрхшээл гэж юу вэ?



Дээрх уулсыг бэрхшээл гэж бодъё. Дараах өгүүлбэрүүдийг уншаад бэрхшээлийн аль уул дээр хэлж болохыг зүйрлэн бодоорой. Тохирох тоог бичээд, шалтгаанаа тайлбарлана уу.

- ☐ Дахиад л нэг саад. Би ийм хэцүү гэж бодоогүй шүү дээ.
- ☐ Үүнийг ч би даваад гарчихна аа.
- ☐ Дуусах болоогүй юм байх даа, дахиад л бэрхшээл.
- ☐ Өө, түрүүчийнхийг бодвол арай хялбархан юм байна.
- ☐ Надад хэн нэг нь туслахгүй бол би ийм хэцүү зүйлийг ганцаараа хийж үнэхээр чадахгүй нь.



Хөх ишиг

Ядмаа гуайнх ямаа ихтэй. Ямааг Ядмаа гуай шиг сайн малладаг хүн тун ховор. Тэр хавар болгон нялх төл хүлээж авахаараа шинэ хүүхэдтэй болсон мэт баярлана. Эрт төрсөн зарим ишгээ гэртээ хүртэл байлгана. Хөх ишиг Ядмаа гуайн хамгийн хайртай, эрх ишиг. Өвлийн сүүл сар, цас ханзраа ч үгүй байхад гарсан ишгийг бэлчээрээс өвөртөлж авчраад бөмбийтөл нэмнэж, дулаан гэртээ тухлуулж, бүлээн сүүгээр угжин, бөөцийлсөөр хаврын яргуйтай золгосон нь энэ. “Одоо овоо бойжсон юм чинь сүрэгт нь нийлүүлж, салхи амсуулья” гээд гэрээс гаргажээ. Ядмаа гуайн өвөр дээр тонгочиж өссөн хөх ишиг шинэхэн яргуйн сэнгэнэсэн үнэрт автан ийш тийш харайлгасаар эцэж ядраад, сүүдэрт амрахаар хэвтэв. Ингэж өөрөө хоолоо олж идэх, өлсгөлөн чононоос зугтаж өндөр хавцал руу авирах, ус олж уух, уул даваа давах, ижил сүргээсээ тасрахгүй байх гээд эрх хөх ишгэнд бэрхшээл ер мундахгүй. Болдог сон бол Ядмаа гуайн өвөр дээр л өдөржин эрхлэн, бэлэн хоол идэж, бэлчээрт ч явахгүй амармаар санагдана. Хэрэв тэгвэл хэнд ч хэрэггүй, юу ч чаддаггүй нялх нялцгай хэвээрээ үлдэнэ гэж ишиг бодоод, хар ухна шиг хамгийг манлайлагч, хөх сэрх шиг хүчирхэг ямаа болохоор шийджээ.



Эхэд хөх ишгийг хэрхэн дүрсэлсэн бэ?

Хэрхэн өссөн бэ?	Ямар бэрхшээлтэй тулгарсан бэ?	Ямар ямаа шиг болохыг хүссэн бэ? Яагаад?



Дээрх эхэд үндэслэн өөрийнхөө бодлыг бичнэ үү.

Хэрхэн өсөж, хүмүүжсэн бэ?	Ямар бэрхшээл тохиолдсон бэ?	Хэн шиг болохыг хүсдэг вэ? Яагаад?

Бэрхшээлийг даван туулахын тулд эдгээр асуултыг өөрөөсөө асууж,
уг шалтгааныг шинжлээрэй!



Аав ээж, ах эгч, өвөө эмээгээсээ ямар ямар бэрхшээл тохиолдож байсан, тэдгээрийг хэрхэн даван туулсан тухай нь асуугаарай. Бэрхшээлийг давахад ямар зан чанар хамгийн чухал болохыг тэмдэглэж ирээрэй.

10. ХЭРХЭН ЗӨВ ШИЙДВЭР ГАРГАХ ВЭ?



Чи ангийн хөвгүүд шинээр ирсэн сурагчийг тоглоомдоо, яриандаа ч оруулахгүй байгааг хэд хэдэн удаа харжээ. Энэ тохиолдолд чи хэрхэн шийдвэрлэх вэ? Яагаад?

Ангийн хөвгүүдээс зөрж, ганцаараа шинэ хүүхэдтэй найзлах эвгүй.

Шинээр ирсэн хүүхдийг ойлгож, түүнтэй найзална.



Ангийнхандаа дахин тийм үйлдэл гаргахгүй байх талаар саналаа хэлнэ.

Хүмүүс алхам тутамдаа шийдвэр гаргаж байдаг. Хүүхдүүд та нар ч бас дэлгүүрт ороод дуртай номоо авах уу, тоглоом авах уу; завсарлагаанаар хийжүүлсэн ундаа уух уу, үзмийн шүүс уух уу; гадаа тоглох уу, утсаараа тоглох уу гэх зэргээр цаг ямагт шийдвэр гаргаж байдаг. Харин аль нь зөв, аль нь буруу болохыг тэр бүр үнэлж мэддэггүйгээс хожим нь харамсах хэрэг гардаг. Тиймээс аль болох зөв, оновчтой шийдвэр гаргахад суралцах нь зүйтэй.

Зөв шийдвэр:

- Өөрт болон бусдад тустай
- Цаг үе, нөхцөл байдалд хамгийн тохиромжтой
- Учир шалтгаан нь тодорхой
- Үр дүн нь үнэ цэнтэй байдаг.



Зурагт өгүүлсэн тохиолдолд чи ямар шийдвэр гаргах вэ?
Гаргасан шийдвэрээ хүснэгтийн дагуу тайлбарлан бичээрэй.

Би ингэж шийдвэрлэхийг хүсэж байна	
Эерэг тал	Сөрөг тал
Шийдвэр:	
Хэнд тустай:	
Учир шалтгаан нь:	
Үр дүн нь:	



Аав ээж, ах эгч, гэр бүлийнхээ хэн нэгний гаргах гэж буй шийдвэрийг дээрх аргаар шинжилж үзээрэй.

11. ЗОРИЛГОТОЙ ХҮҮХЭД



Хүүхэд бүр өөрийн гэсэн мөрөөдөлтэй. Харин мөрөөдлөө зорилго болгож, түүндээ алхам алхмаар хүрэхийг хичээсэн хүүхэд л мөрөөдлөө биелүүлдэг. Зорилготой хүүхэд цаг, боломжийг зөв ашиглаж, илүү ихийг танин мэдэж, баяр хөөр, амжилт, аз жаргалтай байж чаддаг. Тиймээс та нар мөрөөдөлдөө хүрэх зорилго тавьж, түүнийгээ биелүүлэх төлөвлөгөөгөө гаргаарай!



МИНИЙ ЗОРИЛГО					
					
					
					
					
					
					
ХИЧЭЭЛ, СУРЛАГА	АВЬЯАС, СОНИРХОЛ	НАЙЗ НӨХӨД	ГЭР БҮЛ	БИЕ БЯЛДАР, ЭРҮҮЛ МЭНД	ЗАН ААШ

Жишээлбэл: ХИЧЭЭЛ СУРЛАГА: Амжилттай суралцахын тулд даалгавраа тогтмол хийнэ. Өдөр бүр нэг цагийг нэмэлт давтлагад зориулна.

АВЬЯАС, СОНИРХОЛ: Авьяасаа улам хөгжүүлэхийн тулд долоо хоногт нэг удаа дугуйландаа явна гэх мэт.

НАЙЗ НӨХӨД: Найз нөхдөөсөө суралцаж, тэдэнд өөрийн чадах зүйлээр тусалж байна.

ГЭР БҮЛ: Ээж, аав, эмээ, өвөөгөө баярлуулахын тулд өдөр бүр тусалж байна.

БИЕ БЯЛДАР, ЭРҮҮЛ МЭНД: Өдөрт гурван удаа шүдээ угааж, бас биеийн тамираар хичээллэнэ.

ЗАН ААШ: Улам эелдэг болохын тулд сэтгэлийн хөдөлгөөнөө хянаж, хэнтэй ч муудалцахгүй.

12. ЗОРИЛГОДОО ХЭРХЭН ХҮРЭХ ВЭ?



Төлөвлөгөөг урт хугацаагаар буюу жил, дунд хугацаагаар буюу сар, богино хугацаагаар буюу долоо хоногоор, эсвэл өдрөөр ч гаргаж болно.

Хэр том зорилго тавина, төлөвлөгөөгөө төдий чинээ урт хугацаагаар, нарийн тооцож гаргах хэрэгтэй. Зорилгоо тодорхойлж, төлөвлөгөө гаргахад:

- Юу хийх нь тодорхой
- Биелэх боломжтой
- Хэрэгжүүлэх цаг хугацааг тогтоосон байх шаардлагатай.

Жишээлбэл, чи алдартай зохиолч болохыг мөрөөддөг бол түүнийг зорилгоо болгоод, хүрэх төлөвлөгөөгөө боловсруулна.

Мөрөөдөл бол зөвхөн хийсвэр бодож, хүсэж байгаа зүйл.	Зорилго бол мөрөөдлөө биелүүлэхийн төлөө хийж буй бодитой алхам.
	Би зохион бичлэгийн уралдаанд оролцоно.
	Зохиол бичих талаар зөвлөгөө авч, суралцана.
	Хүүхдийнзохиолчдын номуудыг уншиж дуусгана.
	Бибагшаас зөвлөгөө авна.
	Яг нэг жилийн дараа буюу 9-р сард болох зохион бичлэгийн уралдаанд оролцоно.



Мөрөөдлөө зорилго болгоод, түүндээ хүрэх төлөвлөгөө зохиогоорой.

	Өдөрт	7 хоногт	Сард	Хагас жилд	Жилд
1					
2					
3					
4					
5					

Мөрөөдөл, зорилго чинь зөвхөн өөрийн сайн сайхны төлөө биш, бусдын төлөө байвал улам утга учиртай, урам зоригтой болдог юм шүү!



Төлөвлөгөөгөө хэрэгжүүлсэн эсэхээ долоо хоног, сар, хагас жил, жил тутамд хянаж, цаашид хэрхэхээ дүгнэж байгаарай.



Зорилготой болон зорилгогүй байхын ялгаа юу вэ? Харьцуулж бичнэ үү.



Зорилгодоо хүрэхэд юу, юу хэрэгтэй вэ? Дараах зүйлсийн аль нь чамд байгаа гэж бодож байна вэ? Байгаа бол +, байхгүй бол – тэмдэг тавиарай.

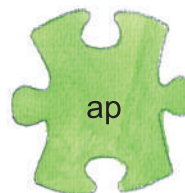


Аав ээжтэйгээ ярилцаад энэ жил гэр бүлийнхээ хувьд ямар зорилго тавьж, хэрэгжүүлэхээ шийдээд, хамтран төлөвлөгөө гаргаарай.

13. АЖИЛЧ ХИЧЭЭНГҮЙ БОЛЦГООЁ



Зүйр үгийг зөв байрлуулж, утгыг ярилцаарай.



Ааруул

Бадрах гэрийнхээ гадаа өглөөний нарны хурц гэрэлд нүдээ онийлгон зогсоно. Гэр дээрх дөрвөлжин дэлгэцэнд зөндөө ааруул тавиатай байлаа. Ээж нь чихэртэй ааруул гаргаж тавихдаа Бадрахад нэгийг өгчээ. Тэр ааруулын сайхан амттайг зүйрлэшгүй. Бадрах гэрт гүйн орлоо.

-Ээж ээ!

-Өөв

-Би аргал оруулах уу?

-Тэг тэг, миний хүү гээд ээж нь хоймроо дэлгэсэн хурганы арьсыг эгнэн байв. Бадрах баярлан гүйж гараад цамцныхаа богинохон хормойд гурав, дөрвөн аргал хормойлон авчрав.Тэгээд хормой дүүрэн аргал авчирсан юм шиг зуухны хажууд их чимээ гарган асгалаа.

- Яасан сайн хүү вэ гэж ээж нь үйлээ хийх зуураа магтлаа. Бадрах хэсэг зогссоноо:

- Ээж ээ, би ус авчрах уу? гэлээ.

- Тэг тэг, миний хүү! Харин усны гүехнээс хутгаарай гээд ээж нь жижиг бортого авч өглөө. Бадрах гэрээс гараад, дэлгэцтэй ааруул руу хорхойсон хэсэг харав.

Тэр усаа аваад гэр лүүгээ тун ч баяртай явлаа.

Өнөөх ааруул нарны гэрэлд шаргалтан харагдах нь улам хорхой хүргэнэ. Тэр чимээгүйхэн шүлсээ залгиад:



-Ээж ээ!

-Өөв!

-Би ус авчирлаа гээд жижиг бортоготой усаа эргэнэгийнхээ тэнд тавив.

-Ай бас сайн хүү шүү гэж ээж нь үйлээ хийх зуур өгүүлэв.

-Ээж ээ!

- Юу гээ вэ, миний хүү?

-Би хургаа харах уу? гэж Бадрах аяархан асуув.

-Тэг ээ, миний хүү, зүүн толгой дээр гараад ир гэлээ.

Бадрах гэрээс гарав. Зөөлөн сэвэлзэх салхинд өнөөх ааруулын сайхан үнэр ханхална. Бадрах хургаа харахаар явлаа. Зүүн толгой дээр гарахад хурга нь доохон талд нь бэлчинэ. Бадрах эргэн гүйв.

-Ээж ээ, би хургаа харлаа. Энүүхэнд байна гэж баяртай хэлэв.

-Ёстой сайн хүү шүү гээд ээж нь газар тулан босож, дэлгэцтэй ааруулаас хамгийн томыг нь шилэн, хүүдээ өгөв. Бадрах гэрийнхээ хойморт зогсон нар өөд нүдээ онийлгон харж, ааруулаа амтархан идлээ.

Их ажлын дараа идсэн тэр ааруул өглөөний идсэн ааруулаас ч илүү амттай санагдав.



Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Бадрах ямар ямар ажил хийсэн бэ?
- Идсэн ааруул нь яагаад амттай байсан бэ?



Чи гэрийнхэндээ яаж тусалдаг вэ? Өөрийн хийдэг ажлыг бичээд, бусад сурагчийнхтай харьцуулж тэмдэглээрэй.

Чиний гэртээ хийдэг ажил	Сурагч 1	Сурагч 2	Сурагч 3	Сурагч 4



Өөрийн хийж үзээгүй, бусад сурагчийн хийж чаддаг нэг ажлыг гэртээ хийж үзээд, туршлагаа ярилцаарай.



Зураг дахь хүүхдийг ямар зан чанартай гэж чи бодож байна вэ?



Чи ямар үед гэр орны ажилд туслах нь зөв гэж бодож байна вэ?



- | | |
|---|---|
| ☐ Загнуулсны дараа | ☐ Шийтгэл хэлбэрээр |
| ☐ Болзолтойгоор | ☐ Сайн дураараа |
| ☐ Хүссэн үедээ | ☐ Бусдаар хэлүүлж байж |
| ☐ Чадах бүх ажлаа өдөр бүр хуваарийн дагуу хийдэг | ☐ Аав, ээжийгээ баярлуулж, ачийг нь бага ч болов хариулах гэж |



Ангиараа эсвэл багаар хэн нэгэнд (сургуулийн үйлчлэгч, хот тохижуулах ажилчин гэх мэт) туслаад, төрсөн сэтгэгдлээ бичээрэй.



Сэтгэгдэл бичих хуудас

✓ Ажилд нь тусалсан хүний нэр:

.....

✓ Ямар ажилд нь тусалсан бэ?

.....

✓ Ямар хугацаанд тусалсан бэ?

а) 1 цагаас бага

б) 2-3 цаг

в) 3 цагаас дээш

Тайлбар:

✓ Бусдын ажилд туслахад чамд ямар сэтгэгдэл төрсөн бэ?

.....

✓ Туслуулсан хүн чинь ямар сэтгэгдэлтэй байсан бэ?

.....

.....

.....

14. АЖИЛ ХИЙВЭЛ АМ ТОСОДНО



Зургийг ажиглаарай. Хүүхдүүд ямар, ямар ажил хийж байна вэ? Тайлбарлана уу.



Хөдөлмөрийн үнэ цэн

Араараа дүүрэн ай түмэн адуутай, өврөөрөө дүүрэн үй түмэн мал сүрэгтэй нэгэн хүн байжээ. Түүний ганц хүү хурга тугал ч хариулж үзээгүй эрх дураараа нэгэн юм санж. Эцэг нь хүүгээ ажилд сургахаар шийдэж, саахалт айлдаа нэг жил мал маллуулахаар үлдээж гэнэ. Харин хөлсөнд нь нэг хонь авахаар тохиролцжээ. Саахалт айл хүүг бүтэн жил нэг ч удаа малд явуулсангүй. Ингээд нэг жил болоход хүүг нь хүргэж өгөхдөө нэг тарган ирэг тууж очлоо. Хүү тэр хонийг тоож харсангүй. Эцэг нь үүнийг гадарлаад ахин нэг айлд хүүгээ мал маллуулахаар бүтэн жил илгээв. Өнөөх айл ч урьдын адил хүүг хүчир ажиллуулж зүрхэлсэнгүй, жил боллоо. Амласан хонио авах болоход хүү ахиад л тэр хонийг дуртай дургүй тууж явлаа. Аав нь хүүг дахин өөр нэг айлд урьдын хөлсөөр бүтэн жил малчнаар илгээв. Харин энэ удаагийн гэрийн эзэн хатуу чанга, шударга хүн учраас хүүг зүгээр суулгасангүй. Хүү зуны шөнө араатан чононоос мал сүргээ хамгаалж, хаврын хавсарганд хацраа хорстол малд яван, өвлийн хүйтэнд адуу манаж, бүтэн жилийг борви бохисхийлгүй өнгөрөөв. Ингээд ажлын хөлсөнд нь нэг төлөг өгч гэнэ. Хүү өнөөх төлгөө тэврэн аав дээрээ очлоо. Бяцхан төлөг тэврэн нар салхинд борлосон нүүрэндээ инээмсэглэл тодруулан ирж буй хүүгээ хараад аав нь сая хүүгээ ажил хөдөлмөрийн үнэ цэнийг мэддэг болсныг ойлголоо. Мал сүргээ тарга тэвээрэгтэй онд оруулахын төлөө малчид бүтэн жил хэрхэн хөдөлмөрлөдгийг мэдсэн хүү ахиж залхуурч суухаа больсон юм. Харин эцэг нь хүүдээ бүх мал сүрэг, эд хөрөнгөө сэтгэл амар өвлүүлэн үлдээжээ.



Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Аав нь яагаад хүүгээ сорих болсон бэ?
- Ажил хөдөлмөрийн үнэ цэнийг хүү хэрхэн мэдэрсэн бэ?





Өөрийн бодлыг нөхөж бичээд, бусад сурагчийн хариулттай харьцуулаарай.

Ажилсаг болоход тус болох зүйлс:	Ажилсаг болоход саад болох зүйлс:
.....	
.....	
.....	



Аав, ээж, ах, эгч болон хэн нэгнээс өөрийгөө сорих ажил хүсэж, түүнийг нь хийж чадах эсэхээ туршиж үзээрэй.



Өөрөөсөө ичсэн нь

Манай ангийнхан зусланд явах болов. Өглөө эрт өнгө өнгийн цүнх, үүргэвч үүрсэн хүүхдүүд тал талаас цуглав. Аав, ээжүүд нь ч хүүхдүүдээ гаргаж өгөхөөр ирсэн байлаа. Ээж намайг үдэж өглөө. Багш биднийг “Бие дааж сурах анхны аялалдаа явж байгаа шүү” гэж хэлсэн нь үнэхээр үнэн байлаа. Бид зуслан дээр очоод өрөө өрөөндөө хуваарилагдав. Хүүхдүүд цүнх, саваа гаргаж, хувцас хунараа солиод, ор хөнжлийн даавуугаа хийх болов. Ээж бүгдийг хийгээд өгчихдөг болохоор би ор хөнжлийн даавуу яаж солихыг мэддэггүй байв. Хөнжлөө даахгүй, даавууныхаа учрыг олохгүй зөндөө будиллаа. Даавуун дотроо ороод дөрвөн талыг нь гаргаж, дөрвөн булантай нь нийлүүлэх гэж их л бойтоглов. Хүүхдүүд бүгдээрээ надаас түрүүлээд ороо засчихжээ. Би дахин дахин оролдоод өрөөсөн талд нь овоолж орхичхоод хоол хийхэд туслахаар явлаа. Хүүхдүүд төмс арилгах, будаа угаах, мах хэрчих, аяга таваг угаах гээд ойр зуурын ажилд хуваарилагдав. Би төмс арилгах ажилд хуваарилагдсан ч эхний төмсөө арилгах гэж байгаад гараа эсгэчхэв. Удалгүй хоол бэлэн болж хүүхдүүд ширээний ард суун, хэн ямар ажилд яаж тусалсан тухайгаа ам уралдан ярьж байхад харин би л ярих зүйлгүй чимээгүй суулаа.

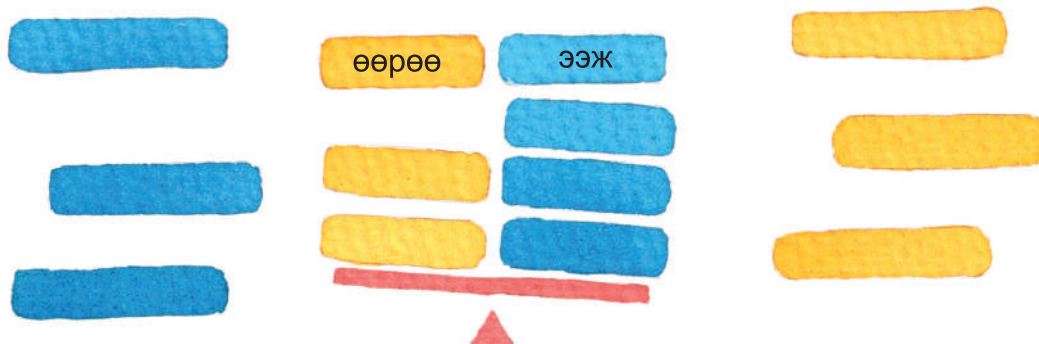


Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Охин яагаад өөрөөсөө ичсэн бэ?
- Тэр яагаад ийм байдалд орсон бэ?
- Чи ийм хүүхдийг яаж ажилсаг болгох нь зөв гэж бодож байна вэ?



Чиний хийдэг болон ээж, аавын чинь хийж өгдөг ажлын аль нь олон бэ? Нэг өдрийн ажлаа ажиглан, тус бүрийг нь ангилж бичээрэй.



Хургачин хүү

Хаврын сар гарч, малчны хотонд төлийн дуу цангинана. Хонь бэлчих цагаар хот айлыг зорин хөнгөн тэрэг хөлөглөсөн хүмүүс ирсэн нь Эрхэс хүүгийн аав, ээж, дүү гурав нь байлаа. Эрхэс нийслэлийн нэгэн сургуулийн тавдугаар ангийн сурагч. Улирлын амралтаараа өвөөгийн дөө ирж хоёр бууралдаа тус болж байгаа нь энэ. Нүд нь цогтой гэрэлтэж, нүүрэнд нь инээд баясал тодрох Эрхэс хүү аав, ээж хоёртоо том эр болсон мэт харагдана. Дүүгээ өхөөрдөж байгаа нь хүртэл цаанаа нэг ахын шинжтэй. Эсгий гутал, үстэй дээл өмсөж, үнэгэн лоовууз хэлтгий тавьсан нь хэзээний хургачин хүү болсон мэт харагдана. Хоймрын цаг харснаа: Өвөө, Хонь бэлчээх цаг болчихож гээд дүүгээ дагуулан гарлаа. Ээж нь: “Миний хүү чинь хот газрын чихэр, жимс ер тоохгүй байх шив дээ” гэснээ хүүхдүүдээ даган гарлаа. Эрхэсийн дүү, дөрвөн настай Одхүү бяцхан саваа мод барьчихсан хонь мал үргээж явна. Ээж нь “Монгол хүн гэсэндээ мод бариад малын цаагуур орж явна” гэж өхөөрдөв. Харин Эрхэс “Бэлчээртээ гарах гэж байгаа малыг үргээж цочоож болохгүй, аажуухан босгож зугуухан туух ёстой байдаг юм” гээд дүүгээ хөтлөн алхлаа. Ээж нь хүүгээ нэг л тогтуухан болсныг анзаараад өвөөд нь сэмхэн хэлэв. Тэгтэл өвөө нь “Манай зээ их няхуур хүн болно. Хэлсэн үгийг ухаж ойлгож, ухаарч хэрэгжүүлэхдээ их сайн. Ер нь хүүхэд хэдий чинээ эрт ажил хөдөлмөр хийнэ, төдий чинээ багадаа ухаан суудаг жамтай” гээд инээмсэглэлээ. “Миний хүү ч хэзээний малчин хүн шиг догь харагдаж байна шүү. Харин хоолондоо хэр юм бэ дээ?” гэж аав нь асуухад Эрхэс “Аав аа, гэрт надад хийх ажил олддоггүй байсан.

Өвөөгийн бол хийх ажил зөндөө. Өвөө намайг “Идсэнийхээ хэрээр хөдөлмөрлөөд байвал их бярттай болно гэсэн. Бяра орж байгаад барилдана аа” гэлээ. Аав нь баясан инээж:

“Миний хүү ч том болжээ” гээд духан дээр нь үнслээ.

О.Сундуй





Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Эрхэст ажилсаг хөдөлмөрч байхын ач холбогдлыг ухаарахад юу нөлөөлсөн бэ?
- Чамд “Миний хүү/охин том болжээ”, “Бие даажээ” гэж хэлүүлэх ямар санагдах вэ?



Ангийнхаа эд зүйлийг засаж сэлбэх, угааж цэвэрлэх зэргээр хийж болох бүх ажлыг өөрсдийн хүчээр хэрхэн хийх төлөвлөгөө гаргаж, хэрэгжүүлээрэй.

Хийх ажил	Ямар багаж, хэрэгсэл, хэрэгтэй вэ?	Хэн яаж хийх вэ?



Аавын зурсан зураг

Амуугийн аав осолд орж хөлөө гэмтээснээс хойш явж чадахаа больжээ. Сайхан сэтгэлтэй хүмүүсийн тус дэмээр нэлээд эмчлүүлсний эцэст бие нь өдрөөс өдөрт сайжирч байлаа. Үр хүүхдүүдийнхээ төлөө өөрийн хийж чадах бүхнээ хийх гэж өдөр шөнөгүй хичээнэ. Бага залуугаасаа гарын уртайгаараа гайхагддаг байсан тул явж чадахгүй ч, зурж чадах гартайгаа үлдсэндээ үргэлж талархана. Амуугийн эцэг эхийн хуралд ээж нь л очдог болохоор хүүхдүүд түүний аавыг бараг хараагүй байжээ. Ээж нь хөдөө явсан нэг өдөр аав нь хуралд очиж суухаар болов. Амуу аавыгаа тэргэнцэртэй гэдгийг ангийнхандаа харуулахыг хүсээгүй тул түүнийг хуралд очоод хэрэггүй гэж ятгалаа. Аав нь охиноо санаа зовж байгааг мэдсэн ч, багш нь заавал ирэхийг хүссэн тул аргагүй очихоор болжээ. Хурал дээр багш нь сургуулийн урлагийн танхимын хананд томоос том зураг зурж өгсөн Амуугийн аавд талархсан сэтгэлээ илэрхийлэх гэж түүнийг өөрийн биеэр хүрэлцэн ирэхийг хүссэн тухайгаа хэлэв. Хүүхдүүд тэр гайхалтай зургийг хэн зурсныг мэдээд Амуугийн ааваар бахархан, баяр хүргэлээ.





Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Амуу яагаад аавыгаа эцэг эхийн хуралд очуулахыг хүсээгүй вэ?
- Хүүхдүүд Амуугийн аавын ямар авьяасаар бахархсан бэ?



Чи аав, ээж, ах, эгч, эмээ, өвөөгийнхөө хийдэг ажил, чаддаг зүйлийг хэр зэрэг ойлгож, үнэлдэг вэ? “Муу, дунд, сайн” гэдэг хариултаас сонгож бичээрэй.

Гэр бүлийн гишүүд	Хийдэг ажил	Зарцуулдаг цаг хугацаа	Бахархмаар зүйл	Чи хэр ойлгож үнэлдэг вэ?

- Сайн мэдэхгүй бол ойлгож үнэлэхдээ муу байгаагийн шинж.
- Мэдэж байгаа ч бахархаж, тусалж чаддаггүй бол дутуу ойлгож, үнэлдгийн шинж.
- Харин сайн мэддэг, бас бахархдаг, өөрийн чадах хэрээр тусалж, хийсэн хөдөлмөрийг нь хүндэлж, цагийг нь хэмнэдэг бол сайн ойлгож үнэлдэг гэсэн үг.



Гэрийнхээ хэн нэгний ажил дээр очоод ямаражлыг хэрхэн хийдэг, ямар мэдлэг, туршлага, чадвар шаарддагийг нь олж мэдээрэй. Өмнө нь олж хараагүй, ойлгоогүй байсан зүйлээ асууж мэдээд, ангийнхандаа танилцуулаарай.



Дээрх зурагт дүрсэлсэнтэй адил зүйл чамд болон найз нөхдөд чинь тохиолдож байсан уу? Ийм үед чи хэрхэн хандах вэ?



Багаараа ярилцаад,

1. Бусдын хөдөлмөрийг хүндэтгэх талаар зөвлөмж бичээрэй.
2. Багийн зөвлөмжүүдээ нэгтгэн, хэлэлцээрэй.



Алдаагаа ухаарсан нь

Мандах аавыгаа тэсэн ядан хүлээж байв. Учир нь аав нь ажлаа тарж ирээд хамт цирк үзнэ гэж тохирсон юм. Арслан, бар, анааш, тахь гээд арлын халуун оронд л байдаг амьтдын үзүүлбэрийг үзнэ гэхээс сэтгэл нь догдлон байн байн цагаа харна. Ангийнх нь хүүхдүүд бүгдээрээ тэр циркийг үзсэн тухайгаа ярьж, өнөөдөр л сүүлчийн удаа тоглоод дараагийн улс руу явна гэж хэлсэн болохоор амжиж тасалбар авсандаа тун баяртай байв. Даанч аав нь ирэхгүй л байлаа. Цирк эхлэх цаг ч өнгөрлөө. Оройжин хүлээсний эцэст аав нь ирэв. Мандах аавдаа туньж, “Та яагаад ийм орой ирж байгаа юм бэ? Амьтдын цирк өнөөдөр тоглоод л явчихна гэсэн шүү дээ” гээд хоолой зангируулан асуувал, “Уучлаарай миний хүү, аавынх нь тавьсан замыг хатаагүй байхад хүүхдүүд дээгүүр нь гүйгээд зөндөө мөр гаргачихжээ. Тэгээд дахин янзалж, зассаар байгаад аав нь оройтчихлоо” гэв. Түүнийг сонсоод хүү өнгөрсөн долоо хоногт өөрийнхөө хийсэн алдааг эргэн саналаа. Биеийн тамирын хичээл орох өдөр пүүзээ мартаад гадуур өмсдөг гуталтайгаа заал руу орж, дөнгөж цэвэрлэж гялалзуулсан шалан дээр шороотой гутлаараа



гишгэж халтартуулан, хар зураас гаргаж гүйсэн ч “За за, ганц удаа юм чинь, үйлчлэгч дахиад л угаачихна биз” гэж бодсоноо саналаа. Заалнаас гарах үед өөр нэг үйлчлэгч заалны цэвэрлэгээ хариуцдаг эгчийг “Цайндаа орох уу?” гэж асуухад тэр эгч “Би дараагийн анги орохоос өмнө дахин арчиж, угаахгүй бол болохоо болилоо, цай ч яамай” гэсэн нь аавынх нь саяын хэлсэнтэй адил утгатай байсныг ойлголоо.

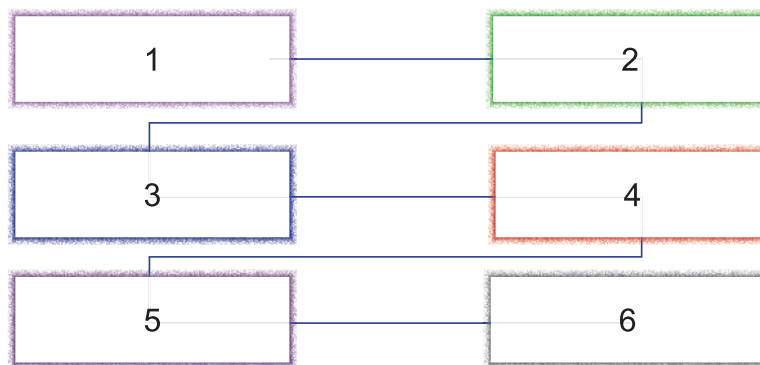


Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Мандахын аав яагаад хүүтэйгээ цирк үзээгүй вэ?
- Хүүхдүүд ямар үйлдэл гаргасан бэ?
- Мандах өөрийнхөө алдааг яаж ойлгосон бэ?



Шинээр сурсан нэг ажлаа сонгож, түүнийгээ хэрхэн зөв хийсэн дарааллаа бичээрэй.



Ажлыг хүчээр биш, хэрхэн ухаалаг, сонирхолтой аргаар хийж болох талаар санаагаа дэвшүүлээрэй.

Жишээ: Ганаагийн аав гадаадад оюутан байхдаа өдөрт 3 ажил хийж сургалтынхаа төлбөрийг олдог байжээ. Тэрээр өглөө бүр дугуйгаар шуудан хүргэхдээ **өглөөний дасгал хийж байна**, өдөр айл нүүлгэхдээ бас л **хүч тамирын дасгал хийж байна**, орой зоогийн газарт зөөгч хийхдээ **англи хэлээр ярих дадлага хийж байна** гэж бодон өөртөө хүч өгдөг байлаа.

- Ном, дэвтрээ эмхэлж, цэгцлэхийг хэрхэн сонирхолтой, зугаатай ажил болгох вэ?
- Хувцсаа яаж эвтэйхэн эвхэж, хурааж болох вэ?
- Хогоо хэрхэн хурдан бөгөөд ухаалгаар ангилах вэ?



Дүүгийн чинь ханан дээр эрээчсэн зураг арилахгүй байвал чи түүнийг яаж оновчтой хувиргах вэ? Хоёр арга бичээрэй.

1. ТАЛАРХАЖ СУРЦГААЯ



- Талархах нь ямар ач холбогдолтой вэ?
- Чи талархсанаа хэрхэн илэрхийлдэг вэ?

Талархах сэтгэлтэй байх, талархлаа илэрхийлж сурах нь олон талын ач холбогдолтой. Бусдад талархаж чаддаг хүмүүс илүү аз жаргалтай, өөдрөг, сэтгэл нь амар амгалан, эерэг бодолтой байдаг. Тэр хэрээр эрүүл мэндэд сайнаар нөлөөлж, шинийг сэдэх, хийж бүтээх эрч хүч өгдөг. Мөн бусдын хийсэн сайн сайхан зүйлийг олж харан, баярлаж чаддаг хүмүүс олон найз нөхөдтэй, сайхан харилцаатай, баяр баясгалантай амьдардаг.

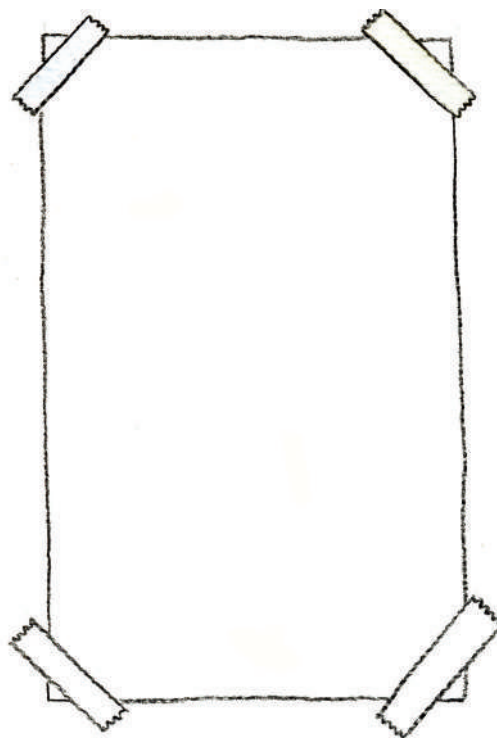
Хүнд хэцүү үе тохиолдоход гуньж гутрахын оронд сайн сайхан зүйлд талархан баярлаж, өөдрөг байсныхаа хүчээр бэрхшээлийг давсан хүмүүсийн тухай ном, зохиол, кино, түүх ч бий. Талархах сэтгэлийнхээ хүчээр олонд тустай, сайн үйл бүтээсэн хүмүүс цөөнгүй. Тиймээс та нар сайн сайхан зүйлийг байнга олж харж, мэдэрч, үнэлж, хүндэтгэн талархаж байгаарай.



Эхэд дурдсан талархлын ач тусыг жагсаан бичнэ үү.

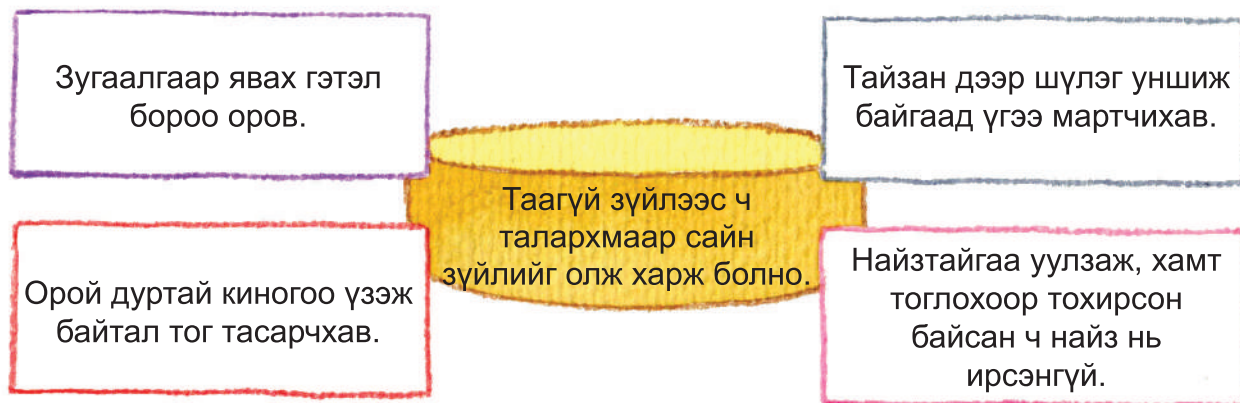


Хамгийн их талархаж явдаг хүмүүсийнхээ тухай, тэдэнд яагаад талархах болсон шалтгаан болон талархлаа хэрхэн илэрхийлж байсан тухайгаа бичээрэй.

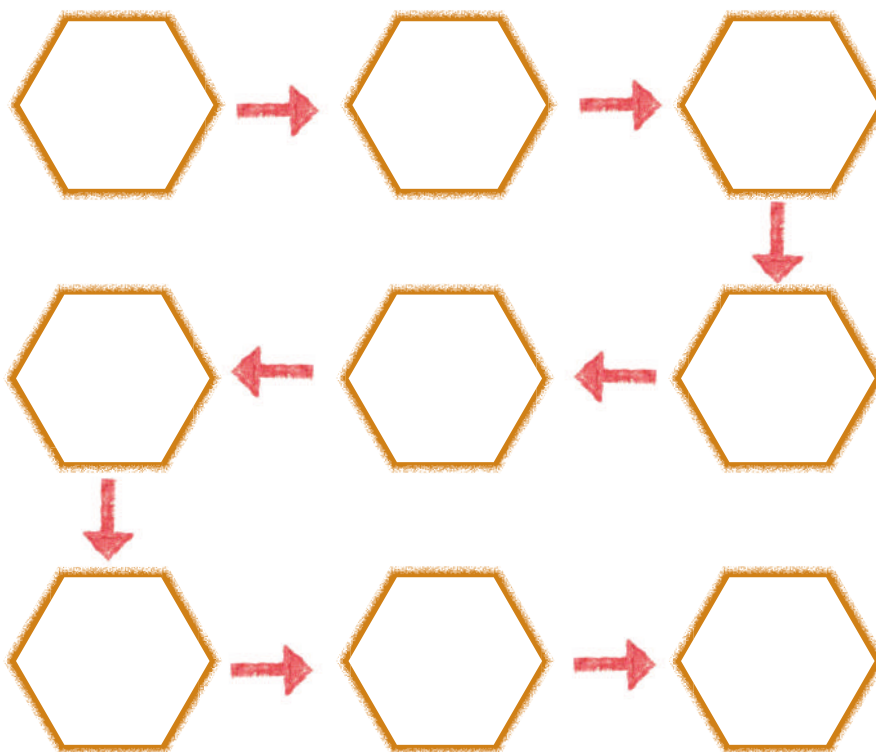




Таагүй тохиолдолд ч талархах сайн зүйл байж болно. Дараах тохиолдолд хэрхэн талархаж болохыг бичээд, бусад сурагчийн хариулттай харьцуулаарай.



Эмч, багш, нийгмийн ажилтан зэрэг бусад хүн, эсвэл байгууллагад яагаад талархаж буйгаа бүдүүвчийн дагуу бичээрэй. Жишээлбэл: Замын цагдаа → Замын хөдөлгөөн эмх цэгцтэй явна. → Хүмүүс ажил, сургуульдаа саадгүй хүрнэ. → Осол гарахгүй гэх мэт





Өдөр бүр “Талархлын хөтөч” -өө хөтлөөрэй.

ТАЛАРХЛЫН ХӨТӨЧ

Өнөөдөр би



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Би

.....

..... баярлуулсан.



2. УУЧЛАЛ



Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Хэн нэгнийг уучлах хэцүү юү?
- Уучлал хүсэх хэцүү юү? Яагаад?



Чингис хаан өгүүлрүүн: “Хүйтэн гэдэг газар урагшлах, ухрах зэргээр байлдаж байхад уулан дээрээс харваж, миний байлдааны ам цагаан хул морины аман хүзүүг хэн шархдуулсан бэ? гэвэл **Зургаадай өгүүлрүүн:** “Уулан дээрээс харвасан хүн би билээ. Одоо хаан намайг

Алъя гэвэл ал
Алганы төдий газрыг
Алаг болгож өмхийрүүлэх
Алд бие байна.
Аваръя гэж санаад
Амийг минь соёрхвол
Халд гэсэн газарт чинь
Харайж очоод би
Хар усыг цалгитал
Хад чулууг хэмхэртэл
Харь дайсныг довтолж



Хаан чамд тусалъя гэхэд Чингис хаан “Дайсны хүн дайсагнаж, хорлож явснаа нууж худал хэлэх байтал, дайсагнаж хорлосноо нуухгүй шударга хэлж байна. Ийм хүнтэй нөхөрлөж болно. Чиний Зургаадай нэрийг халж, Зэв нэр өгье. Миний дэргэд зэв мэт хамгаалж яв” гэж зарлиг болгов...

“Монголын нууц товчоо”-оос



Асуултын дагуу ярилцана уу.

- Чингис хаан Зэвийг яагаад өршөөж уучилсан бэ?
- Чи энэ үйл явдлаас уучлалын талаар юу ойлгосон бэ?



Дараах асуултад хариулж бичнэ үү.

Зэв жанжнаас ямар зан чанарыг суралцах вэ?

.....

Чингис хаанаас ямар зан чанарыг суралцах вэ?

.....



Уучлалт гуйх үед юу гэж хэлж болох вэ? Нөхөж бичээрэй.

УУЧЛАЛТ ГУЙХ ҮГ ХЭЛЛЭГ:

1. Намайг үнэхээр уучлаарай!
2.намайг уучлаарай!
3.төлөө намайг уучлаарай!
4. Гүнээ хүлцэл өчье!
5. Уучлаарай, миний буруу.
6. Би маш их ичиж байна.
7. Тоогүй юм боллоо.
8. Тусгүй юм боллоо.
9. Өршөөгөөрэй.
10. Би маш их гэмшиж байна.
11. Санаандгүй юм болчихлоо, өршөөгөөрэй.
12. Миний болгоомжгүйгээс боллоо.

УУЧИЛСНАА ИЛЭРХИЙЛЖ, ХАРИУ ХЭЛЭХ ҮГ:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Хэн нэгнийг гомдоосноо эргэн санаад, хэрхэн уучлалт гуйхыгаа ярилцан, харьцуулна уу.

1-р баг	2-р баг
Уучлалт гуйх аргууд	



Хүнээс уучлалт гуйж болох таван өөр аргыг бичээрэй. Аль нь хамгийн үр дүнтэй, бас сайхан санагдахыг гэрийнхнээсээ асууж, аргуудаа эрэмбэлэн дугаарлаарай.

3. ЭВ ЭЕИЙГ ЭРХЭМЛЭЕ



Монгол хүн бүр Алунгоо эхийн домгийг олонтоо сонсож, уншиж байсан. Энэ домог бол монгол эхийн үр хүүхдүүдээ сурган хүмүүжүүлж ирсэн гайхалтай мэргэн ухаан, эв эеийг эрхэмлэдгийн тод жишээ юм. Зулай, зулайгаа гишгэж төрсөн ахан дүүсээс эхлээд гэр бүл, ураг төрөл, улс үндэстэн хүртэл эв эеийг эрхэмлэж, хүч, ухаан, хүсэл зорилгоо нэгтгэж байж, аз жаргалтай, амар амгалан, урт удаан, утга учиртай амьдарч, улам хүчирхэг болдог.



Та бүхэн Алунгоо эхийн домгоос сэдэвлэн дүрд тоглоорой.

Эв эе юунаас эхэлдэг вэ? Эв нэгдэлтэй байхад юу чухал вэ?



Дараах зүйр цэцэн үгсийг гүйцээж бичээрэй.





Эвийн гүүр

Эрт цагт бие биетэйгээ ойр дотно ах, дүү хоёр байжээ. Тэд морь, малаа сэлгэж унан, тариа будаагаа хуваалцаж, ажил төрлөө элбэж хамжаад, эвтэй найртай сайхан амьдарна. Нэгэн өдөр ялихгүй зүйлээс болж муудалцан, хэн хэндээ хатуу ширүүн үг хэлснээс болж хоорондоо дуугарахгүй уджээ. Гэтэл нэг өглөө ахынх нь хаалгыг хэн нэгэн тогшиж, “Хийх ажил өгч туслаач. Хариуд нь аяга хоол, атга будаа авахад л болно. Би олон нялх хүүхдээ тэжээх хэрэгтэй байна” гэж учирлав. Хайрцагтай багажаа барьсан мужаан хүн байхыг хараад ах нь “Танаар хийлгэх нэг ажил байна. Тэр жалгын цаана дүү минь амьдардаг юм. Бид хоёр муудалцаад удаж байна. Тэр одоо намайг харахыг ч хүсэхгүй байгаа. Та манай хоёрын дунд нэг хана босгоод өгөөч” гэв. Мужаан “Би байдлыг ойлголоо, юу хийхээ ч мэдлээ” гэж гэнэ. Мужаан хэдэн өдөр ажиллаж, нэгэн сайхан гүүр барьжээ. Ах нь гайхан гүүрний зүг хартал дүү нь инээмсэглэсээр ирж явав.



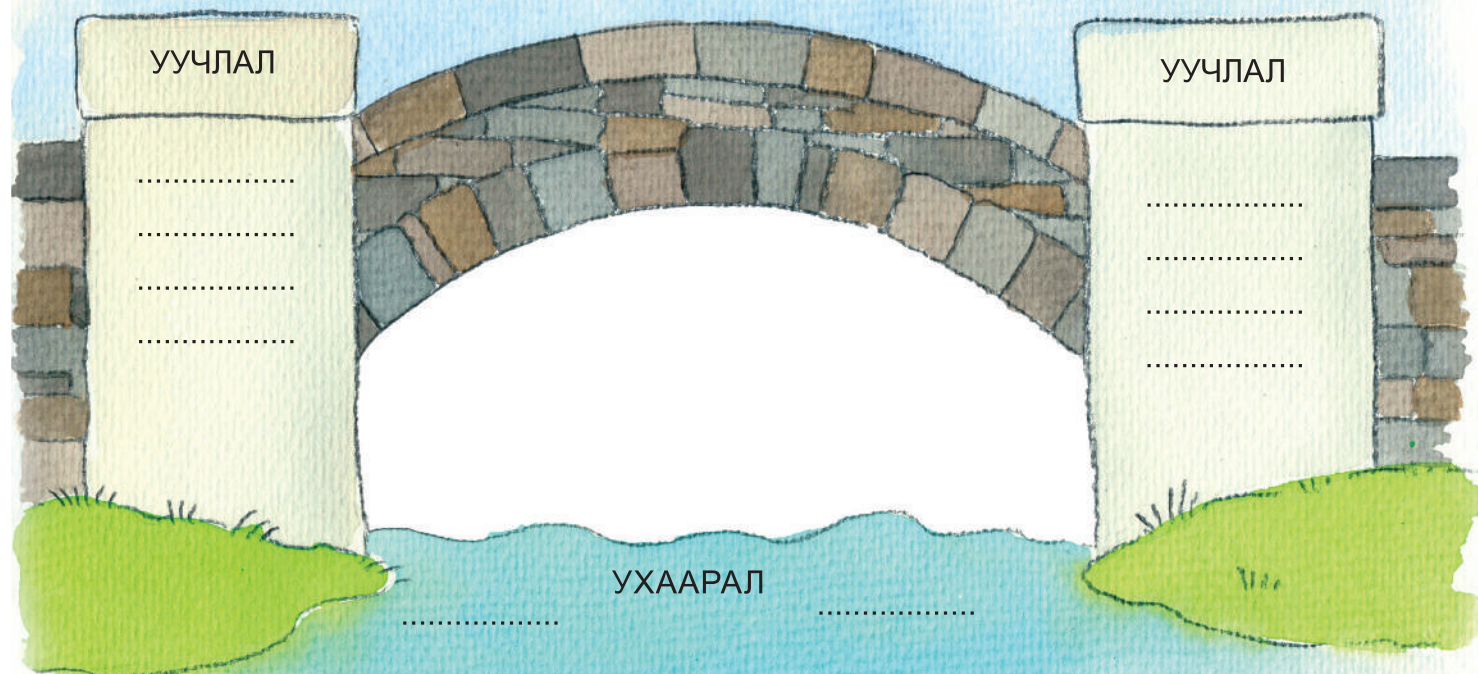
Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Ах, дүү хоёр уулзаад юуны тухай ярилцах бол?
- Чи ах, эгч, дүүтэйгээ муудалцдаг уу? Тийм бол, юунаас болдог вэ?



Багт хуваагдан “Эвийн гүүр”-ийг зураарай.

- Эвийн тулгуур юу байж болох вэ?
- Эвийн гүүр нурвал юунд хүрч болох вэ?





Гэр бүлийнхнээ улам эв найртай байлгахын тулд чи юу хийхийг хүсэж байна вэ? Эргэцүүлэн бодоод, хүснэгтийг нөхөж бичээрэй.

Гэр бүлийн гишүүд	Ямар алдаа гаргадаг вэ?	Яаж өөрчлөгдөөсэй гэж бодож байна вэ?
	Хоорондоо ярилцдаггүй.	Аав, ээж маань бидэнтэй өдөр бүр ярилцаж байгаасай.
		
		
		



Өвөөгийн модон аяга

Өвөө нь нас дээр гарсан тул хүү, бэр, ач хүү гуравтайгаа хамт амьдрахаар нүүж иржээ. Өвөө нь саяхан л хүүг хүзүүн дээрээ суулгаад хүссэн газар луу нь дагуулан явж, үлгэр уншиж, хүүгийнхээ гараас хөтлөн зугаалуулдаг байв. Гэтэл одоо гар нь хүч муутай болж, хөл нь доголж, хараа нь муудаж, нэлээд өтөлжээ. Амралтын өдөр аав, ээж, өвөө хүү дөрөв амттай хоол хийж, ширээний ард тухлав. Хөөрхий өвөө хүүд жимс авч өгөх гэсэн ч гар нь чичирч салганаад барьсан жимсээ тавагтай шөлөн дээр алдаж орхив. Таваг газар унан хагарч, ширээ халтартан, шалаар нэг шөл асгарчээ. Хүү, бэр хоёр нь уцаарлан, “Аавд тусад нь жижиг ширээ засаж өгье” гээд өрөөний мухарт хуучин модон ширээ тавьж өглөө. Өвгөн намхан ширээ рүү очиж гунигтайхан суугаад, ганцаараа хоолоо иднэ. Бяцхан хүү энэ бүгдийг чимээгүй ажиглаж байлаа.

Нэгэн өдөр оройн хоолны өмнө бяцхан хүү модоор ямар нэг юм хийхээр оролдохыг аав нь хараад “Миний хүү юу хийж байгаа юм бэ?” гэж асуувал, “Би хагардаггүй модон аяга хийх гэсэн юм. Нэг л өдөр ээж, аав та хоёр өвөө шиг хөгширнө. Тэр үед аягаа унагаасан ч хагарахгүй, бид хамтдаа сууж хоол идэх болно” гэж хариулжээ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Өвөө яагаад тусдаа ширээнд сууж хооллох болсон бэ?
- Хүүгийн сэтгэл, үйлдлээс ээж, аав нь юуг ухаарсан бэ?



Чи аав, ээж, эмээ, өвөө, ах, эгч, гэр бүлийнхнээ эвсэг найрсаг байхад яаж тусалж, нөлөөлж чадах вэ?

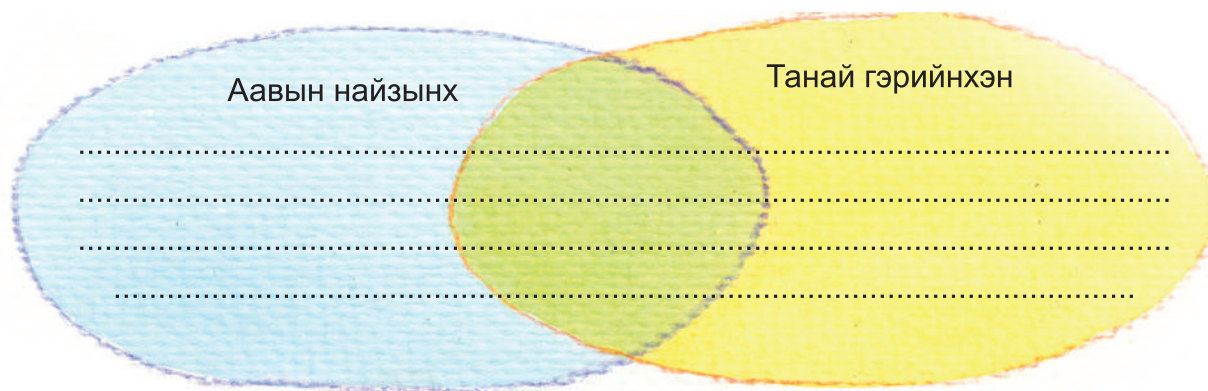


Жаргалтай гэр бүл

Би зуны амралтаараа ээж, аавтайгаа хөдөө байдаг найзынд нь очиж хэд хоносон юм. Аавын найзынх долоон хүүхэдтэй. Ам бүл есүүлээ амьдардаг. Том охин нь надаас хоёрхон насаар эгч. Дүү нар нь цөөн насны зөрөөтэй ч том эгчийнхээ үгэнд сайн орно. Эгч нь юу л гэж хэлнэ, уриалгахан нь аргагүй “За, эгч ээ” гээд гүйлдэнэ. Тэд маш завгүй, өглөөнөөс орой болтол ажиллацгаана. Ээж нь үүрээр босож үнээгээ саана. Аав нь адуундаа яваад бас л завгүй. Хүүхдүүд нь хашаа хороогоо цэвэрлэж, хонио ээлжлэн хариулна. Завсар зайгаар нь шагай тоглож, чулуугаар гэр барьж, эсвэл модон мориор уралдаад уйдаx чөлөөгүй. Орой бүгдээрээ цуглан, ширээгээ тойрч суугаад хоолоо идэхдээ хөгжилтэй зүйлийг ярилцацгаана. Хэн ч бидэн шиг өрөөнийхөө хаалгыг хаагаад таг чимээгүй болохгүй. Бусдыгаа үл тоож, гар утсаараа оролдохгүй. Гэртээ бүгдээрээ эвтэй, хөгжилтэй байх нь үнэхээр сайхан санагдсан. Дугуйрсан ханатай эсгий гэрт л их учир байна гэж би бодлоо.



Эхэд гарч буй гэр бүлийнхнийг өөрийн гэр бүлтэй харьцуулаарай. Адил зүйлийг огтлолцсон хэсэгт, ялгаатайг нь тус тусын дугуйд бичээрэй.



Гэр бүлийнхээ оройн хоолны үеийн зураглалыг гаргаарай. Чи гэрийнхнээ ямар байлгахыг хүсэж буй талаарх саналаа хэлж, санаачилга гаргаад хэрэгжүүлээрэй. Жишээлбэл, оройн хоолны үеэр хэн ч гар утсаараа оролдохгүй, сонирхолтой сэдвээр яриа өрнүүлж байна гэх мэт.

4. ХАРИЛЦАН ШҮТЭЛЦЭЭ

Бусдаас хамааралгүй нэг ч зүйл үгүй.



Харуусал

Нэгэн ууртай, хэрцгий эр тосгонд амьдрахаар болжээ. Цэвэр агаар, цэнгэг нуур, цэцэг навч алагласан үзэсгэлэнт байгальтай сайхан газар ирээд тэрээр их л сэтгэл хангалуун байв. Нар шингэж, үдэш болмогц нуурын тэртээгээс мэлхийн вааглах дуу гарч, түүнийг шөнөжин унтуулсангүй. Хөрш өвгөнд хандан мэлхийнүүдийг чимээгүй болгохыг хүстэл “Би яаж чадах билээ” хэмээв. Өнөөх эр уурлан “Мэлхийнүүдийг устга” гэжээ. Өвгөн “Болохгүй шүү дээ. Мэлхий ч бас дэлхийн эзэн. Бүх зүйл харилцан шүтэлцээтэй тул би таны үгийг биелүүлж чадахгүй” гэж татгалзжээ. Ууртай эр өглөө нь нуурын намаг дахь мэлхийнүүдийг бүгдийг нь устгаж орхиод, “Өнөө шөнө нэг сайхан унтаж амаръя” хэмээн боджээ. Гэтэл тэр шөнө шумуул шунгиналдан түүнийг нүүр нүдгүй хазаж орхив. Тэр өвгөний хэлсэн “Бүх зүйл харилцан шүтэлцээтэй” гэдэг үгийн учрыг сая ухаарч, буруу үйл хийсэндээ ихэд харамсжээ.

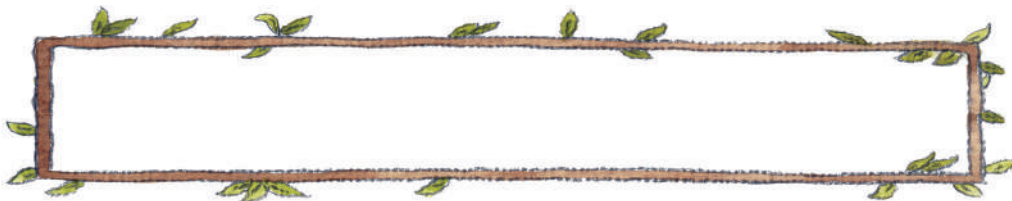


Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Ууртай эр яагаад унтаагүй вэ?
- Өвгөний хэлсэн үг ямар учиртай байсан бэ?
- Чи ууртай эрийн оронд байсан бол яах байсан бэ?

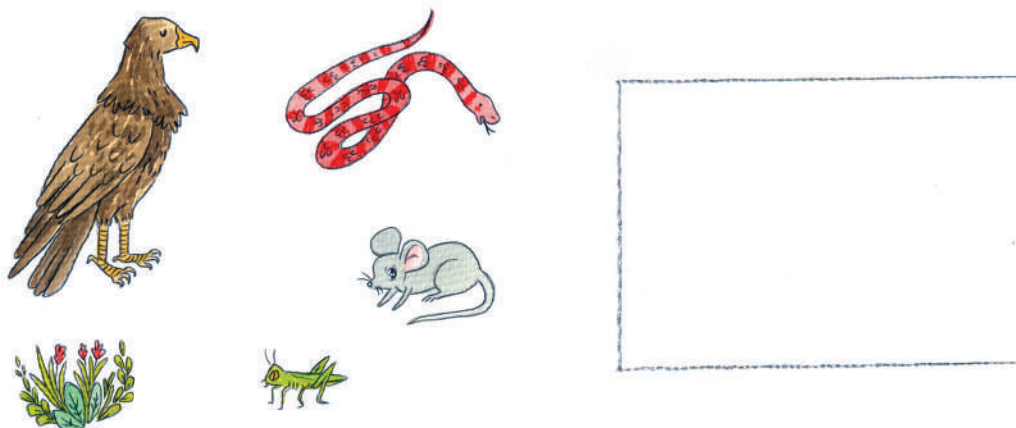


Чи энэ үлгэрээс ямар сургамж авсан бэ?





Дараах зургийг ажиглаад, хоорондоо ямар харилцан хамааралтай болохыг холбож тэмдэглээд, тайлбарлаж бичнэ үү.



Дугуй доторх зүйлд хамааралтай хүмүүсийг нэмж бичээрэй.



Бид ямар хүмүүстэй хамгийн их харилцаа, холбоотой вэ?

Хүн дунджаар



амьдардаг.

Бидний ихэнх нь
5 наснаасаа хойш
уулзсан хүмүүсээ
санадаг.



Хот суурин
газар
амьдарч буй
хүн



өдөрт 3
шинэ хүнтэй
уулзаж,
тааралддаг.

Гэр бүлийнхэн,
төрөл төрөгсөд,
сургуулийн
найзууд, тэдний
гэр бүл, аав
ээжийн найз,
ажлын газрынхан
гээд чамайг
өсөж том болох
тусам амьдралд
чинь нөлөөлөх
хүний тоо ихсэж,
хүрээлэл чинь
тэлсээр л байдаг.



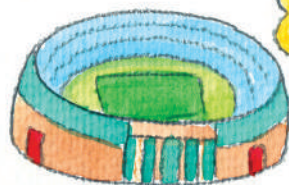
Гэхдээ тэдний
хэд нь чамд

**ЧУХАЛ
НӨЛӨӨ**

үзүүлдэг вэ?



Эдгээр хүний тоог ойролцоогоор
гаргавал амьдралынхаа 80 орчим
жилийн хугацаанд



800000

танилтай болдог.

Чиний хэр
амжилттай сурах,



хэр сайн
сайхан, сэтгэл
хангалуун байх,

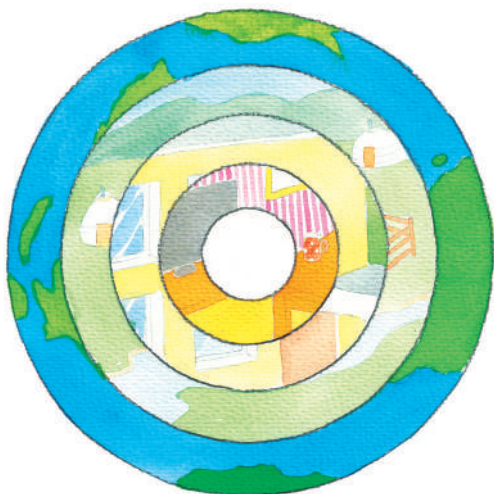


хэр аз жаргалтай амьдрах
нь чамаас, бас бусдаас
хамаардгийг байнга санаж,
бүх зүйл харилцан
хамаарал, шүтэлцээтэй
байдгийг битгий
мартаарай.





Дараах хүрээнүүдэд хамаарах нэг хүнийг сонгон, түүнийг байхгүй бол ямар байх талаар ярилцаарай.



Хүрээ	Хэн	Тэд байхгүй байсан бол?
Гэр бүл	Ээж	
Сургууль	...	
Орон нутаг	...	
Улс	...	
Байгаль, дэлхий	... УС	



Тоглоом тоглоцгооё! **Нялх хүүхдийг өсгөхөд хэн, хэн оролцдог вэ?**
Дэргэдэх хүүхдээсээ асуулт асууж тоглоорой. Жишээ нь: Сурагч Алимаа:

– Хүүхэд уйлбал яах вэ?

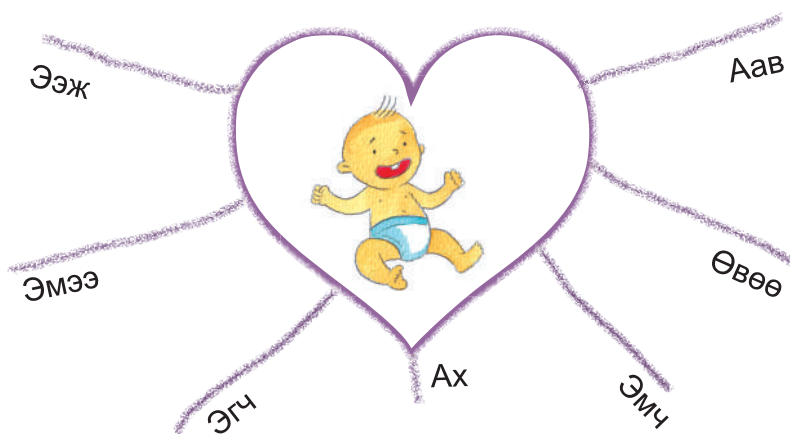
- Ээж хооллоно.

- Ээж нь эзгүй бол яах вэ?

Сурагч Бат: Аав салхилуулна.

Сурагч Алимаа: - Эмээ

Эгч нь, ах нь



Зөвхөн өөрийн хүслийг эхэнд тавилгүй, бусдад туслахаа бүү мартаарай!

5. БҮГДИЙГ ГАНЦААРАА ХИЙЖ ЧАДАХ УУ?



Чамайг эрүүл чийрэг, эрдэм номтой, баяр баясгалантай байхад юу хэрэгтэй вэ?

ЭРҮҮЛ ЧИЙРЭГ БАЙХАД:

БИ ӨӨРӨӨ ХИЙЖ ЧАДАХ ЗҮЙЛС	БУСДЫН ТУСЛАМЖ
.....	
.....	
.....	

ЭРДЭМ НОМТОЙ БОЛОХОД:

БИ ӨӨРӨӨ ХИЙЖ ЧАДАХ ЗҮЙЛС	БУСДЫН ТУСЛАМЖ
.....	
.....	
.....	

БАЯР БАЯСГАЛАНТАЙ БАЙХАД:

БИ ӨӨРӨӨ ХИЙЖ ЧАДАХ ЗҮЙЛС	БУСДЫН ТУСЛАМЖ
.....	
.....	
.....	



Эхэд юуны тухай өгүүлж байгаа бол? Бүх зайнд нэг л хоршоо үг тохирно. Түүнийг олж, нөхөн бичээрэй.

.....аяндаа бий болдоггүй.-ыг хүмүүс бүтээдэг. Хүмүүсийн бүтээж буйыг бусад нь олж, харж, таньж мэдэрч, үнэлж, хамгаалж, түгээж байх хэрэгтэй.ыг бусадтай хуваалцах тусам улам нэмэгддэг. Бас амьдрал зөвхөнаас бүтдэггүй. зовлон гуниг ээлжилдэг. Харин-тай байх эсэх нь хүний бодол, хандлагаас ихээхэн шалтгаалдаг. Аливааг эергээр харж, бусдыг хүндэлж, бусдын ач тусыг санаж, талархаж чаддаг хүмүүс-ыг илүү ихээр мэдэрч, бас бүтээж байдаг.-тай хүмүүс хүнд хэцүү үед ч ухаалаг, сэтгэлийн хаттай байж, бэрхшээлийг боломж болгож чаддаг.



- Өөрийн нөхөж бичсэнээ уншаад, утга нь тохирч байгаа эсэхийг нягтлаарай.
- Хариугаа найзтайгаа харьцуулаарай. Яагаад тухайн үгийг сонгосон талаар ярилцъя.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Чиний бодлоор аз жаргал гэж юуг хэлэх вэ?
- Явал улам аз жаргалтай болох вэ?



Өөрийн хүсэж буй, өөрийгөө илүү аз жаргалтай болгох зүйлээ цаасан дээр бичнэ. Бичсэнээ дараагийн хүүхдэд харагдахааргүйгээр нугалаад дамжуулаарай.

Дараагийн сурагч түүнийг аз жаргалтай болгож магадгүй гэсэн зүйлийг бичээд, мөн өөрийнхөө хүслийг дээрхийн адил бичин, цааш дамжуулсаар хамгийн арын хүүхэд бичиж дууссаны дараа дэлгээд уншаарай.



*Чамайг илүү аз
жаргалтай болгох зүйл*

.....

*Түүнийг аз жаргалтай
болгож магадгүй зүйл*

.....

- Та нарт ижилхэн хүсэл байв уу? Тэр нь юу байсан бэ?
- Өмнөх хүүхдийн юу хүсэж байгааг мэдэхгүй ч, аз жаргалтай болгож магадгүй гэж бодож бичсэн зүйл чинь хүссэн зүйл нь мөн байж чадсан уу?
- Энэ тоглоомоос бусдыг аз жаргалтай болгохын тулд юуг анхаарах хэрэгтэй гэж ойлгосон бэ?
- Чиний хүслийг бусад хүн мэдэхгүй бол чамд тусалж чадах уу?



Аав, ээж, эмээ, өвөө болон гэрийнхэнтэйгээ энэ тоглоомыг тоглож, томчуудын хүсэл хүүхдүүдийнхээс ямар ялгаатай байгааг харьцуулан бичээрэй.

Хүүхдүүдийн хүсэл	Томчуудын хүсэл

Хүн аз жаргалтай байх нь зөвхөн өөрөөс бус, бусдаас ихээхэн хамаарна. “Ганц мод гал болдоггүй, ганц хүн айл болдоггүй” гэж манай ард түмэн хэлэлцдэг. Бидний өмсөж, зүүх, идэж уух, эрүүл чийрэг байх, эрдэм ном сурах гээд амьдралын бүх үнэт зүйл бусдаас хамааралтай. Тиймээс хүн бусдыг хүндэтгэн, хүлээн зөвшөөрч, бусдад ач тус хүргэж амьдрах учиртай.

6. БИД БУСДЫГ ХЭР САЙН ОЙЛГОДОГ ВЭ?

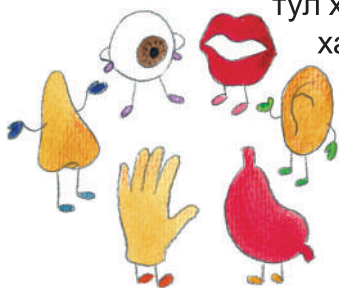


Зураг ямар утга санааг илэрхийлж байна вэ?



Ховдог ходоод

Нүд, ам, хамар, чих, гар хоорондоо ийнхүү ярьж байна гэнэ. Нүд “Намайг харж байхад хамаг л гоё хоол унд, амттан шимтэн ходоод руу ороод байна”, гэхэд ам “Харин тийм, би дөнгөж амтыг нь аваад л хоолой руу явуулдаг” гэж гомдолложээ. Хамар “Чи харин ч амтыг нь мэддэг юм байна. Би бол сайхан хоолыг дөнгөж үнэрлэхээс цаашгүй” гэлээ. Тэгтэл гар “Би бүгдийг нь барьж үздэг ч хэзээ ч өөрөө иддэггүй. Би ч бас гомдолтой байдаг” гэв. Тиймээс тэд “Ходоодонд саад болж, хоол өгөхөө больё” гэж тохирчээ. Эзэн өглөө босоод цай уух гэтэл нүд эсэргүүцэж, хоол руу муухай харав. Хамар эсэргүүцэж үнэрлэхгүйг хичээн, ам эсэргүүцэж ангайхгүй жимийж, гар эсэргүүцэж халбагаа зориуд алдаж унагажээ. Ингээд эзэн нь хоол идэж чадаагүй тул ходоод нь хонхолзож, нүд нь бүрэлзэн, чих нь шуугьж, хамар нь хатаж, гар нь салгалж гэнэ. Ийнхүү тэд хоол гэж зөвхөн ходоодонд тустай зүйл биш гэдгийг ойлгожээ.



Хэн юу бодож, юу хийснээс ямар үр дагавар гарсан бэ?

Шалтгаан:

Үйлдэл:

Үр дагавар:

Сургамж:

7. ЧИ Ч БАС БУСДЫН НЭГ



Зургуудыг ажиглаад утгыг нь ярилцаарай. Чи өөрийгөө алинаар нь төсөөлж байна вэ?



Тохиолдол 1



Тохиолдол 2



Тохиолдол 3



Хэрэв чи улаан өмсгөлтэй хүний оронд байсан бол хэр аз жаргалтай байх вэ?

- 1-р тохиолдолд.....
 2-р тохиолдолд.....
 3-р тохиолдолд.....

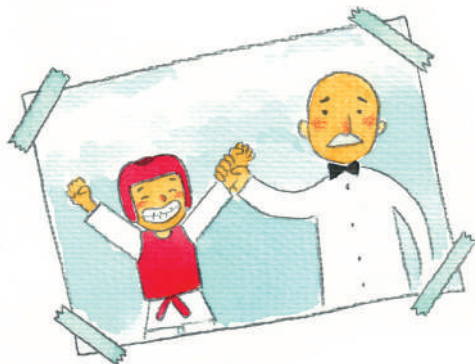
Хэрэв чи цагаан өмсгөлтэй хүний нэг байсан бол чамд ямар санагдах вэ?

- 1-р тохиолдолд.....
 2-р тохиолдолд.....
 3-р тохиолдолд.....



Жинхэнэ ялагч

Догьхүү багаасаа таеквондогоор хичээллэж, олон тэмцээнд орж байсан ч нэг л тэмцээн мартахын аргагүй сургамж үлдээсэн билээ. Түүнийг энэ спортоор хичээллэхэд хамгийн их нөлөөлсөн хүн бол багын найз Гарди нь байв. Догьхүү заримдаа залхуураад дугуйлангаа таслах гэхэд Гарди түүнийг ятгаж, заавал дагуулж явна. Мөн шинээр сурсан техникээ зааж өгч, явал тулаанд ялах талаар байнга хэлж туслан, бэлтгэлээ хамт хийнэ. Гэхдээ тэмцээнд ихэнхдээ Гарди ялдаг байв. Догьхүүд улсын аваргын



тэмцээнд Гардийг ялах сан гэдэг далд хүсэл их байлаа. Хүсэн хүлээсэн мөч ирж, улсын аварга шалгаруулах тэмцээний сүүлчийн тойрогт тэд хүч үзэх болов. Тулаан ид өрнөж, эн тэнцүү өрсөлдөгчид хүч шавхан тулалдсаар зургаан үеийн дараа Догьхүү ганцхан оноогоор найзыгаа ялжээ. Цаг дуусаж, шүгэл дуугарав. Шүүгч Догьхүүг ялагч болсныг зарлан, гарыг нь өргөлөө. Догьхүү баярласандаа үсэрч дэвхцэн, газар унасан найзыгаа ч татаж босгосонгүй. Үзэгчдийн суудалд суусан ангийнхан руугаа

баяртай нь аргагүй гүйн очтол, тэд Догьхүүд “Жинхэнэ ялагч ялагдсан нэгнээ татаж босгодог юм” гэж зэмлэнгүй хэлэв.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Догьхүү яагаад баярласан бэ?
- Найз нь дэвжээн дээр орхиод явахад Гардид ямар сэтгэгдэл төрсөн бол?
- Чи Догьхүүгийн оронд байсан бол яах байсан бэ?



Утгад тохируулан нөхөж бичээрэй.

Хэрэв чи амжилтад хүрсэн бол

.....битгий мартаарай!

Ялагдсан нэгнийхээ

.....битгий яараарай!

.....хичээгээрэй!

8. БУСДЫН АЧ ТУСЫГ ТАНЬЯ



Өнөөдөр чиний идэж ууж, өмсөж, хэрэглэж буй зүйлс чинь хэний хүчээр бүтсэн бэ? Дараах оюуны зураглалыг гүйцээж хийгээрэй.



Бидний эдэлж хэрэглэж байгаа бүхэн маш олон хүний хүч, хөдөлмөрөөр бүтдэг. Бид бусдын барьсан байшин барилга, гэрт амьдарна. Өөр хэн нэгний бүтээсэн орон дээр, үл таних эгчийн оёсон гудас, хөнжилд тав тухтай унтана. Өглөө босмогцоо л бас огт танихгүй нэгний хийсэн оо, сойзоор шүдээ угааж, ачтай тустай нэгний бэлдэж, тээвэрлэж ирсэн хоол хүнсийг хэрэглэдэг. Өмсөж буй гутал, өмд, цамц, даашинз, малгайгаа бүгдийг нь чи өөрөө хийгээгүй. Үүрч яваа цүнх, цүнхэлж яваа ном, дэвтэр, үзэг харандааг бас л бусад хүн хийсэн. Хичээлдээ явахдаа ч сайн инженерийн нарийн ухаанаар бүтсэн унаа тэргээр зөөлгөнө. Ачит багшаар эрдэм ном заалгаж, анд нөхдийнхөө тус дэмийг ч авна. Хэрэв өвдвөл бусдын хийсэн эмийг ууж, алтан гарт эмч, сувилагчаар асруулна. Ачлалт аав, ээжийнхээ хайр энэрэлд өсөн хүмүүжиж, хүн болно.



Дараах асуултад хариулж бичээрэй.

- Бидний үзэх дуртай киног хэн, хэн бүтээдэг вэ?
- Бидний унших дуртай ном хэн, хэний хөдөлмөрөөр бүтэж, бидний гар дээр ирдэг вэ?
- Тоглох дуртай тоглоомыг хэн бүтээдэг вэ?

Чөлөөт цагаараа хийх дуртай зүйлс маань ч ингэж хүч, хөдөлмөрөөр бүтдэг.



Асуултын дагуу ярилцаарай. Бусад хүний ач тусыг эцэг эх маань яаж хүртдэг бол?

Ажил хөдөлмөр эрхлэх

Эрүүл байх

Бусдын дэм хүч, оролцоогүйгээр бид аз жаргалтай, сэтгэл хангалуун, сайхан амьдарч чадахгүй. Тиймээс тэдний ач тусыг санаж хариулахыг хичээн, бусдад хор хүргэхгүй, зөв амьдрах учиртай.



Чамд хэн, ямар ач тус хүргэсэн талаар эргэцүүлэн бодоод, асуултад хариулж бичээрэй.

1. Чамд хэн, яагаад тусалсан бэ?

.....

.....

2. Тусалж байгааг нь ойлгоогүй тохиолдол бий юу?

.....

.....

3. Тус хүргэж байгааг нь яагаад ойлгоогүй вэ?

.....

.....

4. Тус хүргэснийг нь яаж мэдсэн бэ?

.....

.....

5. Ямар мэдрэмж төрсөн бэ?

.....

.....

6. Тус хүргэсэн хүний төлөө юу хийхийг хүсэж байна вэ?

.....

.....

Энэ тус мөн үү?



Хишигтэд хотын сургуульд сурах заримдаа сайхан, заримдаа хэцүү санагддаг байлаа. Хүүхдүүд нь их эелдэг, соёлтой, ганган хээнцэр учраас тэдэнтэй хамт явахдаа өөрөөсөө ичих үе гарна. Заримдаа тэдний төрх байдал, үг, үйлдэл нь илт зөрөх үед тэдний өмнөөс санаа зовж, ичнэ. Нэг удаа ангийнх нь онц сурдаг охин “Эрхэмийн төрсөн өдөрт хамт очих уу?” гэж Хишигтээс асуулаа. Хишигт “Өнөөдөр би эмээдээ хань болно гээд амлачихсан. Би хамт явж чадахгүй нь ээ” гэж учраа хэлтэл нөгөө охин “За яах вэ дээ, эмээ чинь нэг өдөр ганцаараа байхад яав л гэж дээ. Харин Эрхэмээтэй найзалбал ашигтай. Дараа нь чамд хэрэг болно. Тэр их баян айлын хүүхэд. Гоё бэлэг аваад очих хэрэгтэй. Би чамд тус болъё л гэж бодсон юм” хэмээн нүдээ эргэлдүүлэн ятгав.



Ангийн охины талаар үнэлж бичээрэй.

Бодол нь:

.....

.....

Үг хэл нь

.....

.....

Үйлдэл нь:

.....

.....

9. БУСДЫН АЧ ТУСЫГ САНАЯ



Дараах дөрвөлжин дэх эхийн хэсгүүдийг уншаад, зөв дараалалд оруулан дугаарлаж, утгыг нь ярилцаарай.

ХЭЗЭЭ?

ХЭН?

Бамбар энэ явдлыг сонссоноос хойш өвөөгийн дэргэдээс алхам ч холдсонгүй. Тэр өвөөдөө чадлаараа тусалж, ном сонин уншиж өгч, хаалга онгойлгож, ойр зуур юмыг нь дөхүүлж өгнө. Бас орой болгон ярьдаг байсан үлгэрийг нь өөрт нь ярьж өгдөг болжээ.



ХААНА?

Аймаг, хот орвол аль л амттай, сайхнаа Дэнзэн өвөөд зориулж авчирна. Нэг өдөр ээж нь “Өвөөгийнх нь нүд юм харахдаа муу болжээ. Миний хүү өвөөгийнхөө таягийг дөхүүлж, орж гарахад нь хамт явж байгаарай” гэж хэлэхэд Бамбар сая л Дэнзэн өвөөгийн нүд рүү анхааралтай харав.



ЯАГААД?

Бамбар Дэнзэн өвөөг өөрийнхөө өвөө гэж боддог байв. Учир нь түүний аав, ээж Дэнзэн өвөөг яг л өөрийн аав мэт хүндэлж, хайрлана. Бие нь өвдвөл эмнэлэгт үзүүлж, эм тариаг нь дөхүүлж, хоол ундыг нь хийж, хувцас хунарыг нь угааж өгнө.



Нэг нүд нь аниатай байдаг ч өвөө өрөөсөн нүдээрээ төвөггүй харж, ном сонин уншин, уншсан сонин хачнаа аав, ээж хоёртой нь ярих дуртай, бас Бамбарт байнга үлгэр уншиж өгдөг байв.



Гэтэл сүүлийн үед өвөө ном унших нь ховордож, үлгэр ярьж өгөх нь цөөрсөнд тэр жаахан дурамжхан байлаа. Тэр ээжээсээ “Өвөө яагаад өрөөсөн нүдээ нээдэггүй юм бэ?” гэж асуухад ээж нь “Дэнзэн өвөө нь биднийг галаас аврах гэж байгаад өрөөсөн нүдгүй болсон юм шүү дээ” хэмээгээд шүүрс алджээ.



ЮУ БОЛЖ
ӨНГӨРСӨН
БЭ?



Гэр бүлийнхнээсээ өөрсдөд нь онцгойлон ач тус хүргэж байсан хүмүүсийнх нь талаар асууж мэдээд, ачийг нь хэрхэн хариулах талаар ярилцаарай.

10. БУСДЫН АЧ ТУСЫГ ХАРИУЛЪЯ



Өвөө, эмээгийн элбэрэл хайрын тухай дуу, шүлэг сонсьё.

Эмээгийн охин

Бадмаагийн аав, ээж гадаадад суралцдаг байсан тул эмээ нь түүнийг өсгөжээ. Долоохон сартай нялх ач охиноо шөнө сэрэхэд эмээ нь босож хуурайлан угжина. Өлсөх вий, даарах вий, өвдөх вий, уйлах вий гэж өдөр шөнө, өглөө үдэшгүй санаа тавина. Ийнхүү цаг мөч бүр бөөцийлөн, энгэртээ тэвэрч, элгэндээ наан, нуруундаа үүрч, нүдний цөцгий мэт хайрлан өсгөжээ. Бяцхан охин эмээгийнхээ хайр халамжийн ачаар эрүүл саруул өсөн бойжиж, “Эмээ, эмээ” хэмээн хэлд орж, эмээгээрээ хөтлүүлэн хөлд оржээ. Бадмаа эмээтэйгээ хөтлөлцөн сургуулийн босгыг алхсан. Эмээгийнхээ заасан сургаалаар хүмүүжин, эмээгийнхээ өвчнийг эдгээхийн төлөө эмч мэргэжлийг сонгож, эмээгийнхээ ачийг үргэлж санаж, хариулахын төлөө хичээж иржээ. Түүний хувьд эмээ нь ачийг нь хариулж баршгүй ачтан. Нэг ч хором, нэг ч боломжийг алдахгүйгээр, бодол, үг, үйлдэл бүрээ “эмээгийнхээ төлөө” зориулах үед түүнд ер бусын их хүч мэдрэгддэг ажээ. Хамгийн гайхалтай нь багаасаа бичиж эхэлсэн өдрийн тэмдэглэлийн “Эмээгийнхээ төлөө хийх болно” гэж бичсэн амлалт, хүсэл болгон нь биелжээ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Эмээ ач охиноо хэрхэн өсгөсөн бэ?
- Бадмаа охин эмээгийнхээ ач тусыг хэрхэн хариулсан бэ?



Чи хэний ач тусыг онцгойлон хариулахыг хүсдэг вэ? Яагаад? Энэ талаар товч эх зохион бичээрэй.

11. БУСДАД АЧ ТУС ХҮРГЭХИЙН АЗ ЖАРГАЛ



Тусч охин

Өглөө эрт босмогцоо Энэрэлийн хамгийн түрүүнд хийдэг зүйл бол хөшгөө нээж, гадагш харах байдаг. Өглөө гэдэг үг түүнд өгөх гэдэг үгтэй адил санагдана. “Би өнөөдөр хэнд, юу өгч болох вэ?” гэж бодох үедээ ер бусын аз жаргалтай болж, өөрийгөө шидэт дохиур барьсан үлгэрийн гүнж болсон мэт төсөөлнө. Үлгэрийн шидэт гүнж хүний нүдэнд харагддаггүй шиг тэр ч бас хэн нэгэнд туслахдаа аль болох өөрийгөө тус хүргэсэн гэж мэдэгдэхгүй байхыг хичээнэ. Учир нь түүний тусалсныг мэдчихвэл хариу нэхсэн болох юм шиг санаа нь зовдог байлаа. Харин хэн тусалсныг мэдэхгүй хэр нь хязгааргүй их баярлаж байгаа хүмүүсийг харах тоолондоо Энэрэл улам олон хүнд ингэж чимээгүйхэн тус хүргэх хүсэлд автдаг ажээ. Тэр үргэлж хэн нэгнийг баярлуулж, өөрийгөө мэдэгдүүлэхгүйгээр тус хүргэхийн тулд найзуудынхаа дэмжлэгийг авдаг байв. Үүний ачаар найзууд нь ч бусдад туслахын амтыг мэдэрч, улам олон хүнийг баярлуулах юм сан хэмээн хүсэж, өглөө бүрийг зорилготой угтдаг болжээ.



Нөхөж бичээрэй.

Энэрэлийн сэтгэл	Энэрэлийн үйлдэл	Бусдад үзүүлсэн нөлөө
---------------------------	---------------------------	---



Хэн нэгэнд мэдэгдэлгүй туслаад, ямар мэдрэмж төрснөө тэмдэглээрэй.

Төрсөн мэдрэмж
.....
.....
.....



Бусдад туслах нь хүний насыг уртасгадаг гэдэг. Учир нь бусдад тусалснаар сэтгэл санаа өөдрөг, тайван амгалан болдог. Энэ нь эрүүл мэндэд сайнаар нөлөөлнө.

Нэг хүний хийсэн сайн үйл нөгөө хүний өөр хэн нэгэнд туслах хүслийг төрүүлнэ. Бусдад тусалсны ач тус ч өөрт эргэж ирдэг учир “Аяганы хариу өдөртөө, Агтны хариу жилдээ” гэсэн зүйр цэцэн үг бий.



Судлаачдын баг 5 жилийн турш 2000 хүнийг ажиглажээ. Тэд өөрсдийгөө аз жаргалтай гэж тодорхойлсон хүмүүс сард наад зах нь 5-8 цагийг бусдад туслахад зориулдаг болохыг тогтоожээ.

Бусдад туслах нь бидний хүмүүжилд сайнаар нөлөөлдөг. Энэхүү үйлдэл нь сурлагадаа сайжрах, өөртөө итгэлтэй болох, найз нөхдийн хүрээгээ тэлэх, сайн үйл хийх урам зориг, тэмүүлэлтэй болгодог.



- Гэрийнхээ ойр орчимд амьдардаг хамгийн өндөр настай эмээ, өвөөгөөс бусдад хэр их тусалдаг байсан талаар нь асууж, тэмдэглээрэй.
- Өнөөдөр зам хөндлөн гарч буй, эсвэл юмаа гэсэн, хаалга онгойлгох гэж буй хүнд туслаад, хүмүүс бусдад хэрхэн тусалж буйг ажиглаарай.
- Долоо хоногт хэдэн удаа, хэчнээн цагийг бусдад туслахад зориулж байгаагаа тэмдэглээд, аз жаргалыг хэр мэдэрч байгаагаа анзаараарай.
- Ангиараа хэн нэгэнд туслах санаачилга гаргаж, хэрэгжүүлээрэй.



Сайн муу хоёр хүнд ав адил туславч
 Санаж хойно ачлах нь ер адилгүй
 Сайн муу хоёр газар тариа тарихад адил боловч
 Сайтар ургаж боловсрохдоо их ялгаатай мэт
 Эрхэм сайн хүнд өчүүхэн тус хүргэвч
 Үүрд түүнийг марталгүй явж магад ачильюу
“Эрдэнийн сан Субашид” зохиолоос



Өвөөгийн яриа

Тулгаа гэрийнхэнтэйгээ гадаадад амьдрахаар болсон гэдгийг сонсоод “Би ч бас гадаадад аав, ээжтэйгээ амьдрах юм сан” гэж дотроо битүүхэн атаархав. Орой нь гэртээ очоод өвөөдөө “Бид гадаадад амьдарч болохгүй юм уу? Манай ангийн Тулгаагийнх гэр бүлээрээ гадагшаа явж байгаа. Гадаадад амьдрах ч сайхан байдаг байх даа” гээд үргэлжлүүлэх гэтэл өвөө нь:

“Гадаадын орнууд чинь янз бүр шүү дээ, хүү минь. Өндөр хөгжилтэй, сайхан улс орон

байна. Дайн дажин, өлсгөлөн, байгалийн гамшигт нэрвэгдсэн улс орон ч байна. Хүн эх орноо хэзээ ч голж болдоггүй юм. Гишгэх газар шороо, эдлэх эрх чөлөөг өвөг дээдэс чинь их үнэ цэнээр авч ирсэн юм шүү дээ. Үндэсний түүх, соёл уламжлалаа мэдэхгүй ард түмэн, үндэсгүй ногоо шиг сөнөж мөхдөг гэж ухаантан мэргэдийн маань үг бий” гээд Дандар, Аюуш, Жанчив зэрэг эх оронч баатруудын эрэлхэг түүхийг ярьж өгөв. Дайсны сумыг цээжээрээ хааж, далайсан сэлмийн өөдөөс далдирахгүй сөрж, хөл, гар, толгой, нуруундаа, хаа сайгүй шархадсан ч халуун амиа хайрлахгүй тэмцсэн тэр баатруудын тухай сонсоод би эх орноо үл тоож, гадаад явахыг хүсэж байсандаа өөрөөсөө ичих шиг боллоо.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Хүү өвөөгийнхөө ярианаас юуг ойлгосон бэ?
- Эх орныхоо төлөө амь бие хайргүй тэмцсэн баатруудын ач гавьяа хэр үнэ цэнтэй вэ?



Дээрх эхэд дурдсан баатруудаас сонгон түүхийг нь судалж, ангийнхандаа танилцуулаарай.

12. ТАНД ЮУГААР ТУСЛАХ ВЭ?



Дараах гурван багана дахь боломжуудыг үргэлжлүүлэн бичээд, тус бүрд нь жишээ нэмээрэй.

Сэтгэл санаагаараа

- Итгэх
- Эергээр бодох
- Сайн сайхныг хүсэх
-
-
-
-

Үг хэлээрээ

- Танд юугаар туслах вэ?
- Хичээгээрэй!
- Чи чадна!
-
-
-
-

Үйл хөдлөлөөрөө

- Инээмсэглэх
- Зам тавьж өгөх
- Төвөг учруулахгүй байх
-
-
-
-



Дараах нөхцөлд чи юу бодох, хэлэх, хийхээ бичнэ үү.

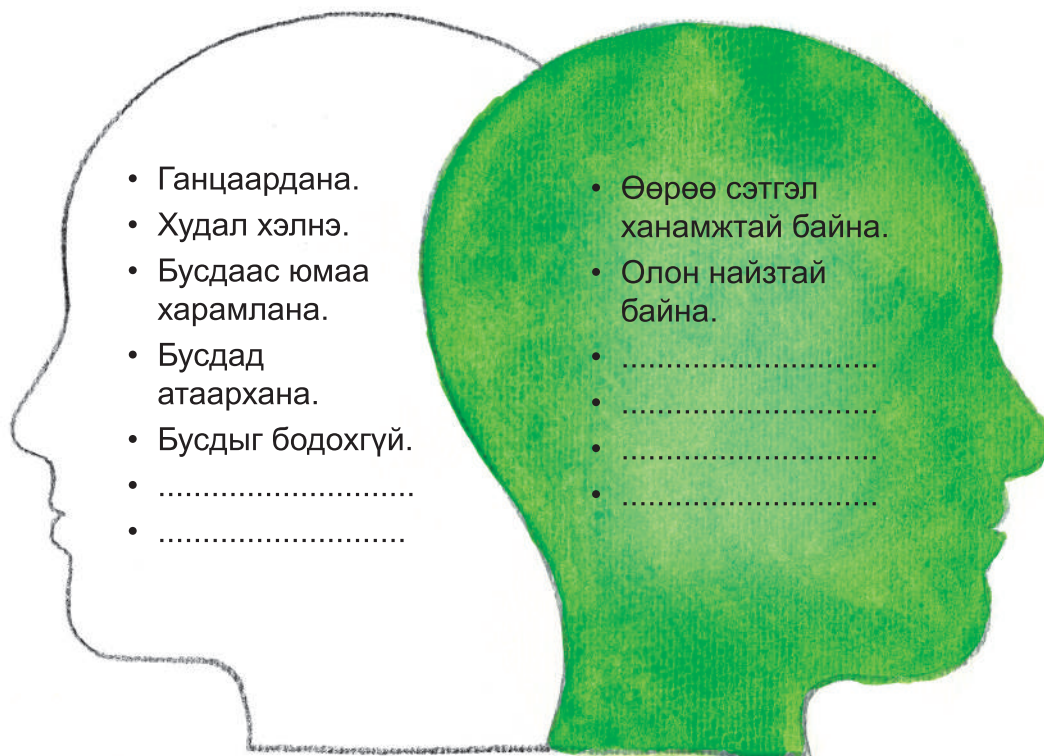
Хэнд ямар тусламж хэрэгтэй байна вэ?	Юу гэж бодох вэ?	Юу гэж хэлэх вэ?	Юу хийх вэ?
Гадаа цас орсон тул үйлчлэгч эгчийн ажил их байлаа.			
Арын ширээний хүүхэд даалгавраа тэмдэглэж аваагүй тул хийлгүй иржээ.			
Самбарын алчуур байхгүй тул багш амны цаасаар самбараа арчиж байв.			
Эмээгийн сонсгол муудсан тул дүүгийн уйлахыг сонсохгүй уджээ.			
Шалгалтад сул дүн авсныг чинь сонсоод ээжийн чинь санаа зовжээ.			



Ахмад настанд юугаар тусалж болох тухай, өвдсөн хүнд сэтгэлийн дэм өгөх захидал, нялх, балчир хүүхдэд хэрхэн тусалж болох тухай өөрийнхөө санааг жагсааж бичээд аль нэгийг нь хэрэгжүүлээрэй.



Амин хувиа бодохын хор уршиг, бусдыг гэсэн сэтгэлтэй байхын ач тусыг нэмж бичээрэй.



Би болон Бид гэсэн хандлагын давуу болон сул талын тухай багаар ярилцаарай.

АВАХ

ӨРСӨЛДӨХ

ШҮҮМЖЛЭХ

БУРУУТГАХ

ГОМДОЛЛОХ

ЯЛАГДАХ

ЭСЭРГҮҮЦЭХ

ХАРАМЛАХ

ӨГӨХ

ХАМТРАХ

ЗӨВЛӨХ

БУРУУГАА ХҮЛЭЭХ

ХАРИУЦЛАГАА ХҮЛЭЭХ

ЯЛАХ

ДЭМЖИХ

ХУВААЛЦАХ



Өөрийн бодолтой тохирохыг нь тэмдэглээрэй.

Би дуртай зүйлээ, хүссэн үедээ хийх эрхтэй. Надад саад болж байвал би эсэргүүцнэ. Тэглээ гээд бусад хүн надад гомдох ёсгүй.

Би их азтай учраас бүх зүйл миний хүссэнээр болдог. Хэн, ямар ач тус хүргэснийг би заавал мэдэх албагүй. Тэд хэлэхгүй бол би заавал олж мэдэх, мэдлээ гээд заавал хариулах ёсгүй. Бүх ээж, аав, эмээ өвөө үр хүүхдэдээ хайраа зориулах үүрэгтэй.

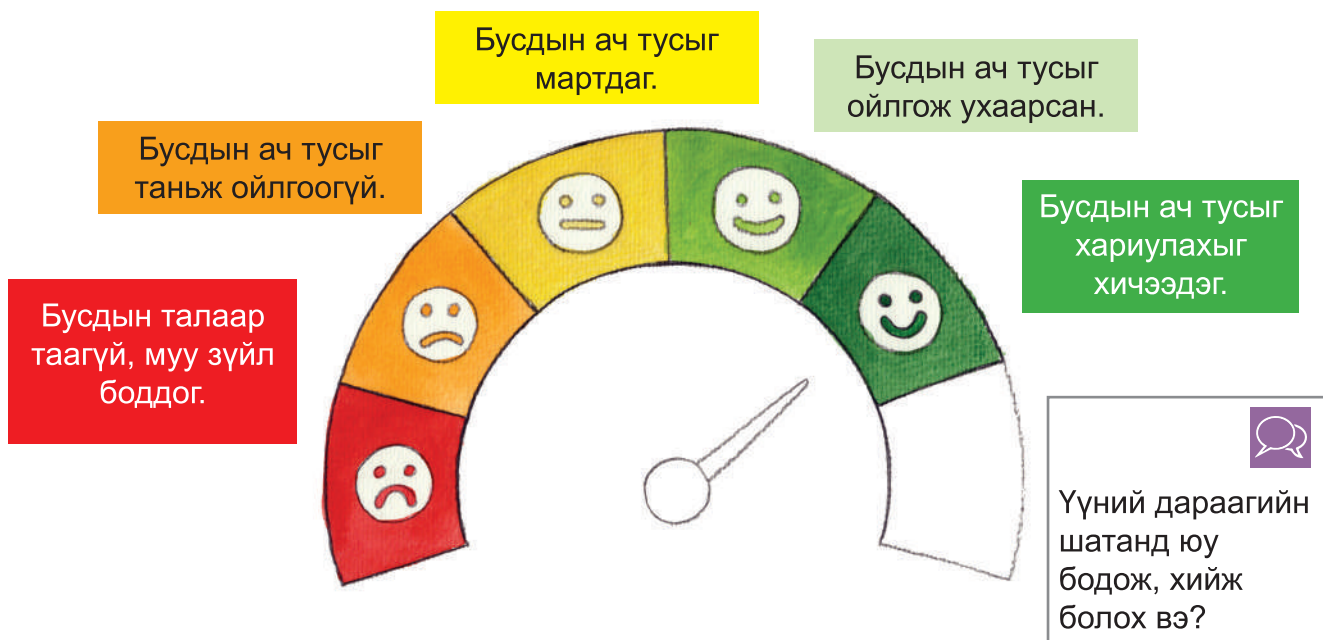
Би хэрэгтэй зүйлээ өөрөө хийж чадна. Надад хэн нэгний тус дэм хэрэггүй.

Миний сайн сайхан байгаа нь бусдын ач тус. Тэд байгаагүй бол би аз жаргалтай байж чадахгүй байсан. Тиймээс тэдний ачийг хэрхэвч мартаж болохгүй.

Тэдний ачийг хариулахын тулд би үргэлж хичээдэг. Тэдэнд хийж өгөх зүйл маш олон бий. Би үргэлж хичээх болно.



Тэмдэглэсэн хариултынхаа өнгөний дагуу өөрийгөө үнэлээрэй.



1. МОНГОЛ ҮНДЭСНИЙ ХУВЦАС - МАЛГАЙ



Үгэн тааврыг таагаарай.

Энэ үгний эхний үсгийг
Эндүүрч андуураад “м” болгосон чинь
Гар хүрвэл гал дөлгүй ч түлж орхидог
Газрын нэгэн ургамал байснаа
Машид ихээр дээдэлдэг
Монгол үндэсний хувцасны нэг болов.

						-					
--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--



Аавын малгай

Амгалан аавынхаа малгайг орныхоо дээд талын тавиур дээр их л нямбайлан тавьж, орой унтахдаа үнэрлэнэ. Түүний аав сайхан барилддаг, нутаг усныхандаа хүндтэй жолооч нэгэн байжээ. Хаана хүч тэнхээ, хүн чанар хэрэгтэй болно, Амгалангийн аав хамгийн түрүүнд оччихсон тусалж харагдана. Гончиг ах голын ус, галын аюулд эрсдэх шахсан хүүхэд томчуудыг аварч, цас зуд, салхи шуурганаар төөрсөн мал амьтныг эрж хайж, манаж, хамгаалж гэнэ гээд үлгэр домог шиг ярьсан бүхэн үнэн, бодит явдлууд байсныг хүү олон хүний амнаас сонсож, ааваараа бахархахын дээдээр бахархаж, санахын ихээр санана. Харин аав нь хаврын хуурай цагт ассан ойн түймрийг унтраах ажилд оролцож яваад эргэж ирсэнгүй. Аавыгаа санахад хамгийн түрүүнд малгай нь нүдэнд харагдана. Түүний аав сумын заан цолтой бөх хүн байсан болохоор наадам болохоор улаан залаатай,



очир зангилаатай, дөрвөн талт малгайгаа өмсөөд хүүгийнхээ магнайг үнэрлээд гардаг сан. Аавынхаа малгайг өмсчихвөл булчин шөрмөстэй, хүч тэнхээтэй, хүнд тустай, яг л аав шигээ болчих юм шиг санагдана. Тэр нэгэн харуусалт өдрөөс хойш аавынх нь малгай түүнийг орлож, хүүгийн сэтгэлд хань болж үлдсэн билээ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Амгалан яагаад аавынхаа малгайг эрхэмлэдэг вэ?
- Малгайг хэрхэн дээдэлдэг тухай чи юу мэдэж авсан бэ?



Цэгийн оронд тохирох үгийг нөхөж бичээд, уншаарай.

Монгол хурц шулуун орой
бэлгэддэг. Малгайг
 харуулдаггүй. Аливаа хувцасны дээр тавьдаг
 нь юм. Малгайг
 тавьдаггүй,харуулж өмсдөггүй. Бүс, малгайн
 алхахыг цээрлэж, ямагт дээш тавьдаг.



Аавынхаа болон өөрийн малгайг хаана тавьж, хадгалдгаа ажиглаарай. Өөрийгөө хүснэгтийн дагуу үнэлээрэй.

Чи ингэдэг юм биш биз?	Тийм	Үгүй	Заримдаа
Малгайгаа дээш харуулж тавьдаг.			
Малгайгаа хувцасныхаа доор тавьдаг.			
Малгайгаа буруу харуулж өмсдөг.			
Бүс, малгайн дээгүүр алхдаг.			
Малгай өмсөлгүй золгодог.			
Сургууль дотор малгайгаа авдаггүй.			





Эхийг уншаад тохирох үгийг нөхөж бичээрэй.

Толгой нүцгэн золгодоггүй

Цагаан сарын баяр дуусаад удаагүй байтал нагац ах хөдөөнөөс ирэв. Ах гаднаас орж ирээд, мэнд усаа мэдэлцэнгээ ээжтэй золгох гэлээ. Ээж харин золголгүй, хайв. Эгч авдар онгойлгон ээжийн шинэ авч өгөх хүртэл нагац ах хүлээгээд зогсож байв. Ээж хүндэтгэлтэйгээр өмсөөд ахтай золголоо. Ахыг явсны дараа би ээжээс: - Яагаад заавал өмсөж байж золгодог юм бэ? гэж асуухад ээж: - Монгол хувцасны дотроос хамгийн хүндтэй нь байдаг юм. “Мандах төрийн” гэсэн үг бий. Хүнийг, хүний оюун ухаан, тэргүүнийг дээдлэхийн учир заавал өмсдөг. Тэр бүү хэл биеийг орлодог. Тиймээс цагаан сараар ганцаар явж байгаад шинэлэх болбол авч тавиад, золгодог ёстой. Харин айл юм уу албан газар, сургууль дотор ороод авах нь бас нэг соёл, хүндэтгэл юм” гэлээ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Яагаад толгой нүцгэн золгодоггүй вэ?
- Малгай юуг орлодог гэж бэлгэддэг вэ?
- Хүүхдүүд та нарт сургамжтай зүйл юу байв?



Гэр бүлийнхэн болон таньдаг хүмүүсээсээ дээрх гурван асуултыг асуугаарай. Хариултыг мэдэхгүй хүмүүст учрыг нь тайлбарлан хэлж өгөөрэй.

2. ЗОЧЛОХ, ЗОЧЛУУЛАХ ЁСНООС



Зургийг ажиглаарай.

- Зураг дээрх хүмүүс юу хийж байна вэ?
- Энэ үед гаднаас ирсэн зочин юу гэж хэлж мэндлэх бол?
- Чи ямар нэг зан үйл хийж байгаа айлд зочилж байсан уу? Тэр үед яаж мэндэлсэн бэ?



Хүүхдүүд ээ, хэрэв танайд зочин ирвэл: Зочин ирэхэд уян дээр хүндэтгэн очин морийг нь уяж, зочинд үүд хаалгаа нээж гэртээ оруулна. Өнөө цагт хот суурин газар зочныг тосож мэндлээд “Та ороорой, Та дээшээ суу” гэж хэлнэ. Зочны өөдөөс үнс хог авч гарах, угаадас асгахыг цээрлэнэ. Ирсэн зочноо идээ ундаагаар дайлахыг эрхэмлэнэ. Хэдий цай унд байсан ч, шинээр цай чанаж өгдөг ёстой. Хүнд цай хийж өгөхдөө данх савныхаа цоргыг үүд рүү харуулж хийдэггүй. Цайг хоёр гараараа барьж буюу баруун гараар өгч, зүүн гараар тохойгоо дэмжинэ. Эмтэрхий аяганд цай хийж өгөхгүй. Хоол унд идэхдээ хэтэрхий дуу чимээ гаргах, хурдан идэх, эсвэл амсаж тавин хямсганахын аль алийг цээрлэнэ.



Зочинд цай барих ёсноос мэдэж авцгаая. Өөрийн мэдэхийг ✓, нэмж мэдсэнээ + тавьж тэмдэглээрэй.

Амсар нь сэтэрхий аяганд цай хийж барьдаггүй.

Хоол идээд аяга, халбагаа салгаж тавина.

Бялхааж буюу асгаж цутгахгүй.

Аяганд шавхруу үлдээдэггүй.

Цай идээ барихдаа аяганы амсрыг эрхий хуруугаараа дарахгүй.



Ямар үед зочилж байгааг ажиглаад, тохирох бэлгэ дэмбэрлийн үгийг холбоорой.



Чанасан цай чинь бурам
болог, Буусан айл чинь
баян болог!



Хожил хоёр
тийшээ!



Цаснаас цагаан, яснаас
хатуу, мөснөөс гөлгөр,
мөнгөнөөс үнэтэй болтугай!



Энхээгийн эрдэм

Энхээг даруухан болохоор юунд авьяастай, ямар чадвартайг нь бид сайн мэддэггүй байлаа. Нэг өдөр манай сургууль дээр гадаадаас ирсэн цэнхэр нүдтэй, өндөр хамартай, шаргал үстэй, том том зургийн аппарат, дүрс бичлэгийн камер үүрсэн ах нар хүрч ирэв. Тэд дэлхийн хүүхдүүд яаж сурч, амьдардаг тухай баримтат кино хийж, олон орноор явсан ажээ. Орчуулагч эгч тэднийг дагуулан манай ангиар орж, бидэнтэй танилцуулав. Тэд сумаас холгүй амьдардаг малчин айлд зочилж, ахуй байдалтай нь танилцаж, зураг авах хүсэлтэй гэнэ. Тэгээд хэний гэр ойрхон болохыг асуулаа. Бас хэд хэдэн хүүхдийг дагуулан явж, зураг авна гэсэн тул бид Энхээгийнх рүү тавуулаа явлаа. Замд тэр ах нар зөндөө юм асууж, ярьсаар байв. Орчуулагч эгч биднээс “Монгол айлд ямар ёс журам дагах ёстой вэ гэж асууж байна, Та нар мэдэх үү?” гэж асуулаа. Гэтэл Энхээ гэнэт англиар ярьж эхлэх нь тэр. Тэд толгой дохиж Энхээтэй дуртай нь аргагүй ярьж гарав. Бид Энхээгээс юу ярьсныг нь асуутал, “Айлын гадаа морь мал, машин тэргээр ширүүн давхиж



очдоггүй. Хийж буй ажил үйлтэй нь холбоотой бэлгэ дэмбэрлийн үг хэлж хүмүүстэй мэндэлдэг. Айлын хаалгаар шагайчхаад оролгүй буцаж болохгүй. Тавагтай идээнд баруун гараа хүргэн, идээнээс амсана. Солгой гараараа хоол цай авдаггүй. Аягандаа цай хоолны шавхруу үлдээдэггүй. Хүүхдүүд ахмад зочдоос түрүүлж тавагтай идээнд хүрдэггүй гэж тайлбарлалаа” гэв. Эрдэмтэй хүн даруу гэдэг Энхээг л хэлсэн гэмээр. Хэдийдээ англиар ингэж сайн ярьдаг болсныг бид гайхан асуулаа. Тэр хотод сурдаг оюутан эгчээрээ заалгаж, байрандаа ном уншсаар сурсан ажээ. Тэр өдрөөс хойш сарын дараа багш Энхээг баримтат киноны нээлтэд оролцохоор Америк руу явах болсон тухай бидэнд хэлж, үндэснийхээ ёс уламжлалыг мэддэг, даруухан хэр нь мэдлэгтэй, мундаг хүү учраас олон орны хүүхдүүдээс түүнийг сонгосон болохыг тайлбарлалаа.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Энхээ яагаад гадаадад уригдах болсон бэ?
- Хэрэв чамаас монгол айлд зочлохдоо юуг анхаарах тухай асуувал чи юу гэж хариулах вэ?
- Энхээгээс юуг суралцаж болох вэ?



Асуултын дагуу ярилцаад, цэгийн оронд өөрийн бодлыг нөхөж бичээрэй.

- Гэрт зочид ямар эрэмбээр суух вэ?
- Ямар учраас эрэмбээр суудаг ёстой вэ?
- Орчин үед энэ ёс уламжлалыг хэрхэн мөрдөж болох вэ?



Гэрт олуулаа орж ирвэл ямар эрэмбэ дарааллаар суух вэ? Зөвийг сонгож дугуйлна уу.

А. Орж ирсэн дарааллаар **Б.** Өндөр намаар **В.** Насны эрэмбээр



Аав, ээж, ах, эгчээсээ монгол айлд эсвэл монгол гэрт зочлох үед юу юу анхаарах ёстойг асууж, өөрийн мэдсэнээ хэлж өгөөрэй.

3. ЗОЧНЫГ УГТАХ, ҮДЭХ ЗАН ҮЙЛ



Зургийг ажиглаарай. Ямар зан үйлийг харуулж байна вэ?



Сүүгээр угтах



Сүүгээр үдэх



Дараах өгүүлбэрүүд зочныг угтах, үдэх ёсны алинд хамаарах бол? Угтах ёс бол У, үдэх ёс бол Ү үсэг бичиж тэмдэглээрэй.

Та аян замдаа олз омог ихтэй, амар амгалан явж ирэв үү?
Ахмад настныг явахад нь түшиж босгоно.
Аян замдаа аятай тавтай явахыг ерөөнө.
Хол сурах, ажиллах, аялахаар явбал дөрөөнд нь сүү дусааж, сүү өргөж үддэг.

Та тавтай морилж ирэв үү?
Зочин гадуур хувцастай байвал хувцсыг нь тайлахад тусална.
Унаа хөсөгт нь суулгахдаа сугадан түшнэ.
Баярласнаа илэрхийлдэг.
Сайн явж ирлээ. Та бүхэн тавтай сайн сууж байв уу?



Дараах үгсийг уншаад, зочныг угтан авч, үдэж байгаагаар дүрд тоглоорой.

- Сайн явж ирэв үү? Дээшээ морил.
- Аян замдаа алжаалгүй, амар сайн явж ирэв үү?
- За, гэрт морилцгоо.
- Та зооглогтун.
- Та аян замдаа сайн яваарай.
- Та дахин ирж биднийгээ баярлуулаарай.
- Та бүхэн амар мэнд, сайн сууж байгаарай.
- Сайхан дайлж зочилсонд баярлалаа.
- Дайраад ирэхэд далай шиг
Буцаад ирэхэд булаг шиг байх болтугай.



Ийнхүү ерөөл хүндэтгэлтэй үг хэллэг хэрэглэж харилцахад ямар сэтгэгдэл төрсөн бэ?



Мэдэж авлаа

Хүү: -Өвөө, манай багш монгол хүн эртнээс айлын гадаа морьтой ирвэл “Нохой хорь оо” гэж хэлдэг. Явган очвол хоолойгоо засаж чимээ өгдөг байсан. Энэ нь нэг ёсны айлд орох зөвшөөрөл авч байгаа юм гэж хэлсэн.

Өвөө: -Тийм ээ, миний хүү. Монголчууд бид чинь ёс заншил, зан үйлийн сайхан уламжлалтай ард түмэн. Харин сүүлийн үеийн зарим хүүхэд, залуус айл гэр, албан тасалгаанд орохдоо зөвшөөрөл авахгүй, уламжлалт ёсоо умартаад байх юм.

Хүү: - Нохой байхгүй бол яах юм бэ?

Өвөө нь: - Хөдөө бол “Нохой хорь оо” гэж хэлэх нь зохимжтой. Хот суурин газар хаалгыг нь тогшин, хонхыг нь дарж, “Орж болох уу?” гэж зөвшөөрөл авах нь зохистой.

Хүү: -Хөдөөнийхөн илүү соёлтой юм аа гэхэд өвөө инээмсэглэн:

- Хүн хүнээсээ л хамаарна даа. Хүү минь, хүний нүд рүү эгцэлж хараад, зөв сайхан мэндэлдэггүй, айл гэрт орохдоо зөвшөөрөл авдаггүй хүн их муухай санагддаг. Бас монгол ёсоо умартаж байгаа юм шүү гэж нэмж хэллээ.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Дээрх харилцан ярианаас чи юуг шинээр мэдэж авсан бэ?
- Чи анги танхим, албан тасалгаа, анд найзынхаа өрөөнд орохдоо зөвшөөрөл авдаг уу?
- Чамайг гэртээ байхад хэн нэгэн хаалга чанга тогшвол чи яах вэ?



Зочлох, зочлуулах ёстой холбоотой мэдэж авсан зүйлээ багтаасан зурагт хуудас бэлтгэж ирээрэй.

4. ЗОЛГОХ ЁСОН



Зургийг ажиглаарай.
Аль нь зөв золголт вэ?



Цагаан сарын өглөө

Манай саахалтынхан яг л нэг гэр бүл шиг байдаг юм. Ялангуяа цагаан сарыг бид хэчнээн сайхан тэмдэглэдэг гээч. Амбаа өвөө, Дэжид эмээ хоёр энэ голынхноос хамгийн өндөр настай нь болохоор тэдэнтэй ургах улаан нартай уралдан очиж золгоно гэж бид эртлэн босно. Аав, ээж, ах, эгч, дүү, бид хэд шинэ дээл хувцсаа өмсөн, Амбаа өвөөгийн зааснаар мөрөө гаргадаг. Бүх хүн цаанаа л нэг баяр хөөртэй байх бөгөөд бие биедээ сайхан үг хэлж, сайн сайхан зүйлийн тухай ярина. Амбаа гуайтай золгоход яг л үлгэрийн өвөөтэй уулзсан юм шиг санагдана. “Амархан сайн байна уу? Сар шинэдээ сайхан шинэлж байна уу? Даага далантай, бяруу булчинтай, онд мэнд сайн оров уу?” гээд хүн болгон түүнтэй хүндтэй нь аргагүй золгож, тохойг нь түшин, духаа үнэрлүүлнэ. Өвөө хариуд нь “Амар сайн уу, Хүү минь. Энэ жил ч эрдэм ном арвин, идээ ундаа элбэг дэлбэг, мал сүрэг тарган тавтай, хүн зон амар амгалан сайхан жил гарах нь ээ” гэж сэтгэл сэргээсэн сайхан үгээр мялаана. “Өвөөгийн ерөөл жилээ даадаг юм” гэж аав их л бэлгэшээнэ. Дэжид эмээгийн өрсөн идээ, цагаа, гараа гаргаж хийсэн ааруул, өрөмний амт гэж янзтай. “Үүнээс амс, түүнээс ид, уу” гээд хүн бүрийг дайлж, цайлна. Бас бидэнд “Хоорондоо ойр ойрхон уулзаж, холбоо харилцаатай байдаг юм шүү” гэж захина. Нээрэн бид цагаан сараар холын хамаатнууд, голынхоо айлуудын хүүхдүүдтэй уулзаж, шавайгаа ханатал шагай тоглож авдаг юм.



Асуултын дагуу ярилцаарай.

- Эхэд цагаан сарын ямар, ямар онцлогийн талаар дурдсан байна вэ?
- Чамд цагаан сарын баярын юу нь сайхан санагддаг вэ?



Өгүүлбэрүүдийг уншаад зөв утгаар нь тохируулан холбоорой.

...хуучин өнгөрснөө орхиж гээгээгүйн шинж хэмээн цээрлэнэ.

Шинийн нэгэнд гал, зулыг хуучин галын нурам цогоор асаахыг ...

Шинийн нэгэнд айлд хоновол...

... гарзын үүд нээгдэнэ хэмээн цээрлэнэ.

Цагаан сараар эд мал зээлээр өгвөл...

Шинийн нэгэнд хуучин юм оёхыг ...

....тэр жилдээ хэл ам, зовлон тасрахгүй болно хэмээн цээрлэдэг.

... тэр жилдээ гэртээ тогтохгүйн ёр хэмээн цээрлэдэг.

Шинийн нэгэнд уйлах, хэрэлдэх, хараалын үг хэлбэл...

Цагаан сарын өдөр их хэвтэх, унтахыг цээрлэнэ. Иймээс...

өвчтэй хүн боловч ёс бэлгийг бодож орноос босож суун, бүсээ бүсэлж золгоно.



Танай гэр бүл цагаан сарын баярын уламжлалт ёс заншлаа хэр мөрддөг вэ? Харьцуулан бичнэ үү.

Өмнө нь мэдэж, мөрддөг байсан ёс заншил: 	Шинээр мэдсэн ёс заншил:
--	--

Өнөөдөр шинээр мэдсэн ёс заншлаа цагаан сараар золгох үедээ хэвшүүлээрэй.

5. МОНГОЛ НААДАМ



Монголчууд бидний үндэсний бахархлыг шингээсэн уламжлалт баяруудын нэг бол монгол наадам юм. Хурдан хүлгүүд шандсаа сорьж, хүчит бөхчүүд бяраа гайхуулж, мэргэн харваачид цэцээ сорьдог монгол наадам дэлхийд гайхагддаг. Монгол наадмыг үзэж сонирхохоор дэлхийн өнцөг булан бүрээс мянга, мянган жуулчид зорьж ирдэг. Хэдэн зуун морьд нэгэн зэрэг барианы зурхайгаас хөдөлж, бяцхан хүүхдүүд морин дэл дээр дарцаг мэт дэрвээд, хүчит бөхчүүд зүлэг ногоон дэвжээн дээр харцага шонхор мэт дэвэн дүүлэх нь үнэхээр сүрлэг сайхан. Монгол үндэстний эв нэгдэл, сүр хүч, түүх, уламжлалыг илтгэсэн энэ баяр бол зөвхөн баяр ёслол төдий бус, хүүхэд залууст эх орноороо бахархах, ёс заншлаа дээдлэх, өв уламжлалаа хадгалан хамгаалж, улам хөгжүүлэх хүсэл тэмүүллийг төрүүлдэг гайхамшигтай соёл юм. Монгол наадмаас эв нэгдэл, хайр хүндлэл, шударга ёс, үнэнч чанар, тэсвэр тэвчээр гээд хүн бүрийн эрхэмлэх үнэт зүйлийг мэдэрч, бахархдаг.



Хүснэгтийг нөхөж бичээрэй. Өөр ямар онцлог байж болох вэ?

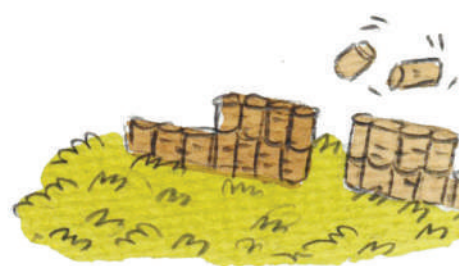
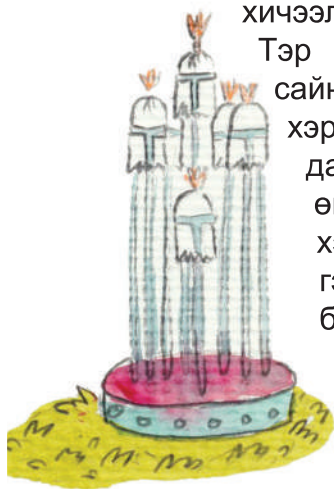
	Үндэсний бөхийн барилдаан	Хурдан морины уралдаан	Сурын харваа
Онцлог	- Жин харгалздаггүй -	- 5-6 настай хүүхэд ч морь унаж уралддаг.	- Эрэгтэй, эмэгтэй ялгаагүй оролцож, мэргэн харвадаг.
Шинээр мэдэж авсан зүйлс			



Зурагт нэр өгөөд үйл явдлынх нь талаар ярилцъя.



Харваач хүү



Сугар гадаа ч гарахгүй, гар утсаараа тоглож өнждөг байсан бол сурын харваагаар хичээллэж эхэлснээс хойш эрс өөрчлөгджээ. Тэдний сурын клубт хичээллэхээр Галт нэртэй хүү иржээ. Галт нэлээд хөдөлгөөнтэй, сэргэлэн. Тэр гадаадад амьдарч байгаад ирсэн болохоор монгол ёс, уламжлалаа сайн мэддэггүй байв. Сугар түүнд тусалж сур харвахын тулд анхаарлаа хэрхэн төвлөрүүлэх, сумаа яаж барих, нумаа хэрхэн эвшээлгэх, ямар дасгал хийвэл гарын хүч нэмэгддэг талаар чадах чинээгээрээ зааж өгсөөр тэд сайн найзууд болжээ. Галт яаруу, шантрамтгай болохоор хэдэн бай онолгүй сум нь тэнэчихвэл сэтгэлээр унаж, дахиж харвахгүй гээд урвайчихна. Бас дасгалжуулагч түүнийг тууштай, тэвчээртэй болгох гэж сум тавиулалгүй зөвхөн бай харуулж, хүнд юм бариулан гараа хөдөлгөөнгүй урагш өргөж зогсох дасгал хийлгэхэд тэвчээр алдан уцаарлана. “Бүсийн тэмцээнд сайн харваж чадвал би сураар үргэлжлүүлэн хичээллэнэ, чадахгүй бол ерөөсөө болино” гэж Галтын хэлэхийг Сугар сонсжээ. Түүнд яаж туслах вэ гэж бодоод нэг мэргэн санаа олов. Тэмцээн болох өдөр нэрээ хасуулаад, талбай дээр Галтыг нууцаар ажиглаж байв. Тэгээд тэмцээн эхлэхийн өмнө түүн рүү утсаар ярьж, “Найз нь очиж чадахгүй болчихлоо. Одоо чи миний өмнөөс, бас клубийнхээ нэрийн өмнөөс сайн харвах хэрэгтэй шүү. Би чамд итгэж байна” гээд утсаа тавив. Галт хичээх хэрэгтэй болсноо ойлгож, их ч мэрийв. Сугарын бодсоноор Галт үнэхээр сайн харваж, ганцхан сум л алдаж, бусдыг нь оножээ.



Асуултын дагуу хариулна уу.

- Сугар сурын харваагаар хичээллэхээс өмнө ямар хүүхэд байсан бэ?
- Сугар Галтад хэрхэн тусалдаг байсан бэ?
- Сурын харваагаар хичээллэхийн ач тус юу вэ?



Сурын харвааны тухай мэдээлэл нэмж цуглуулан, нэгтгэн боловсруулаад, ангийнхандаа танилцуулаарай.

СУРАЛЦСАНАА ДҮГНЭН ЦЭГНЭЭ



1. Дараах дүгнэлтүүдийг анхааралтай уншаад, мэддэг, чаддаг болсноо цэнхэр; өөрт хэвшүүлснээ ногоон; хараахан хэвшүүлээгүйгээ улаан өнгийн харандаагаар ялгаж будаарай.
2. Улаанаар будсан хэсэгт дүгнэлт хийж, өөртөө хэвшүүлэхийг зориорой.

I бүлэг. Биеэ таньж, билиг авьяасаа хөгжүүлье

Би таньдаг, таньдаггүй, ахмад, дүүмэд ямар ч хүнтэй зүй зохистой үг хэллэгээр, зөв, сайхан мэндэлж сурлаа.

Би сонирхож, мэдэхийг хүссэн зүйлээ ахмадаас айж эмээлгүй, дүү хүнийг басалгүй, үеийн нэгнээс ичиж нэрэлхэлгүй асуудаг болсон.

Би мэдрэмжээ анзаарч, бусдын мэдрэмж минийхээс өөр гэдгийг ойлгон, аливааг олон талаас нь харж, мэдрэмж, сэтгэлийн хөдөлгөөнөө зохицуулдаг боллоо.

Би сэтгэлийн хөдөлгөөн мэдрэмжээс шалтгаалдгийг ойлгож, таатай, таагүй мэдрэмжүүдээ ялгадаг болсон.

Бодол эерэг байвал төрөх мэдрэмж, сэтгэлийн хөдөлгөөн, үйлдэл маань ч эерэг байдгийг мэдсэн учраас би аливааг сайнаар бодохыг хичээдэг болсон.

Би хүн болгонд янз бүрийн бэрхшээл тохиолддогийг ойлгосон тул бэрхшээлээс шантралгүй, ухаалгаар шинжилж, даван туулах аргад суралцлаа.

Төлөвлөсөн зүйлээ хийхэд ажилсаг хичээнгүй байхын чухлыг ойлгож, өдөр бүр өөрийн чадах ажлыг хариуцлагатай хийдэг болсон.

Би мөрөөдөл, зорилгоо зөвхөн өөрийн сайн сайхны төлөө биш, бусдын төлөө гэсэн сэтгэлээр тодорхойлбол илүү сайхан, бас бүтэмжтэй гэдгийг ойлгосон.

Өдөр бүр талархах зүйлийг олж харан, чин сэтгэлээсээ талархан, талархаж байгаагаа хүмүүст илэрхийлэн, бусдыг баярлуулдаг болсон.

Би шийдвэр гаргахдаа байнга өөрт болон бусдад тустай эсэхийг эргэцүүлэн, цагаа олсон, үнэ цэнтэй, учир шалтгаан нь тодорхой, хамгийн оновчтой хувилбарыг сонгодог болсон.

II бүлэг. Ачлах ариун ёс, хүндлэх хүний ёс

Уучлах, уучлалт гуйх хэцүү биш.
Харин зайлшгүй хэрэгтэй гэдгийг
ойлгож, бусдыг гомдоохгүйг хичээн,
бусдын алдааг уучилж сурлаа.

Гэр бүл, ах дүүс аз жаргалтай
байхын үндэс эв нэгдэл гэдгийг
ойлгож, аав, ээж, эргэн тойрны
хүмүүстэйгээ эв эетэй байхад
сурлаа.

Бусдаас хамааралгүй оршдог
зүйл нэг ч байхгүй тул өөрийгөө
бусдын нэг гэдгийг ухааран,
бусдын оронд өөрийгөө тавьж
үздэг болсон.

Бүх хүн аз жаргалыг хүсдэг,
бидний аз жаргал бусдаас
хамаардаг гэдгийг ойлгож, би
өөртөө хүсдэг сайн сайхныг
бусдад хүсдэг болсон.

Эргэн тойрны
хүмүүсийнхээ ач
тусыг танихгүй өнгөрч
болохгүй гэдгийг
ойлгон, үргэлж анзаарч,
анхаарал тавьдаг
болсон.

Миний төлөө ач тус,
хайр энэрлээ зориулсан
хүмүүсийнхээ хийж
өгсөн бүхнийг өдөр
бүр санаж, эргэцүүлэн
боддог, хайрладаг
болсон.

Надад хүргэсэн
бусдын ач тусыг чадах
чинээгээрээ хариулахын
тулд сэтгэлдээ бодож,
үгээрээ илэрхийлэн,
үйлдлээрээ харуулахыг
хичээдэг болсон.

III бүлэг. Уламжлалт аж төрөх ёс, зан үйл

Айлд зочилж очихдоо
хаалгыг нь тогшиж,
ерөөлийн үг хэлж, идээнээс
нь хүндэтгэлтэй хүртэн;
зочиндоо хаалгаа нээн өгч,
идээ ундаагаар сэтгэлээсээ
дайлан, сайхан үг, үйлээр
үдэж, сурлаа.

Монгол хүн малгайгаа онцгойлон
дээдэлдгийг ойлгож, газар тавих,
дээгүүр нь алхах, буруу харуулж
өмсөхийг цээрлэн, золгохдоо
малгайгаа өмсөх зэргээр үндэсний ёс
заншлаасаа суралцлаа.

Монгол наадмын бахархал болсон
бөхийн барилдаан, хурдан морины
уралдаан, сурын харвааны дэлхийд
гайхагддаг онцлогийг мэдэж, бахархлаа.

Би цагаан сарын ёс
заншил, бэлгэдэл
болон онцлогийн
талаар мэдэж авлаа.

