МОНГОЛ УЛСЫН ЗАСГИЙН ГАЗАР

БОЛОВСРОЛ,
СОЁЛ, ШИНЖЛЭХ УХААН,
СПОРТЫН ЯАМ

“ИРГЭНИЙ ЁС ЗҮЙН БОЛОВСРОЛ” СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨР, УДИРДАМЖ

СУУРЬ, БҮРЭН ДУНД БОЛОВСРОЛ

Улаанбаатар хот
2019 он

Азийн Хөгжлийн Банкны “Эдийн засгийн хүндрэлийн үед боловсролын чанар, хүртээмжийг сайжруулах төсөл”-ийн хүрээнд хэвлүүлэв.

ӨМНӨХ ҮГ

Эрхэм хүндэт эрдэмтэн багш та нартаа “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр түүний удирдамжийг өргөн барьж байна.

Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, Спортын сайдын “Сургалтын хөтөлбөр шинэчлэн батлах тухай” 2019 оны А/390 дүгээр тушаалаар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр батлагдаж улмаар өмчийн хэлбэр үл харгалзан ерөнхий боловсролын нийт сургуулийн сурагчид 2019-2020 оны хичээлийн жилээс судалж эхэллээ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг Монгол Улсын “Үндсэн хууль”, “Бага, дунд боловсролын тухай хууль”, Монгол Улсын Засгийн Газрын 2016-2020 оны үйл ажиллагааны хөтөлбөр, Монголын багш нарын VII их хурлын тогтоол, “Тогтвортой хөгжил-Ерөнхий боловсрол” багш нарын улсын II зөвлөгөөн, “Бага, дунд боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөр” багш нарын үндэсний хэлэлцүүлэгт оролцогчдын санал, зөвлөмжид тулгуурлан ”Иргэний ёс зүйн боловсролын жил”-ийг тохиолдуулан боловсрууллаа.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь Монгол Улсын “Үндсэн хууль”, “Бага, дунд боловсролын тухай хууль”-ийг хэрэгжүүлэхэд хувь нэмрээ оруулах үндсэн зорилготой бөгөөд Монгол Улсад амар амгалан, хүмүүнлэг нийгмийг бүтээх, сургууль, анги хамт олон, гэр бүлд эелдэг найрсаг уур амьсгал бүрдүүлэх, сурагчдад ёс зүйн боловсрол эзэмшүүлэх чухал ач холбогдолтой.

Энэхүү сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын мөн чанар нь монгол өв соёл юм. Монгол өв соёл бол ёс зүйг чухалчилж, хүнийг ёс суртахуунаар нь тодорхойлдог. Монгол хүний үнэт зүйл ёс суртахуунд нь оршдог. Сурагчдыг өөрийг бус бусдыг эрхэмлэдэг, бусдыг бус өөрийгөө судалж танин мэддэг монголын уламжлалт өв соёлд тулгуурлан хүмүүжүүлж төлөвшүүлснээр ирээдүйн Монголын нийгмийн зөв үзэл бодолтой, ёс суртахуунтай иргэдийг бэлтгэж, улмаар нэгдмэл хандлагаар улс орноо хөгжүүлэх боломж бүрдэнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр хэрэгжсэнээр сурагчид ёс зүйн боловсрол буюу ёс суртахууны хэм хэмжээг өөртөө хэвшүүлж хүмүүжил төлөвшилтэй, зөв хандлагатай иргэн болно. Сурагчид эцэг эх, багш, ахмад настан, ах дүүс, бусад хүнийг хүндэтгэн дээдэлдэг, өөрийн алдаа гэмийг таньж мэддэг, хүлээн зөвшөөрдөг, бусдыг уучилдаг, хүн чанартай, хүнлэг энэрэнгүй сэтгэлтэй, амьдралын үнэ цэнг мэддэг, амьдралынхаа зорилгыг зөв тодорхойлж, түүнд зөв арга замаар хүрч чаддаг, эв эеийг эрхэмлэдэг, хүмүүжилтэй, нөхөрсөг харилцаатай, оюунлаг, хүмүүнлэг иргэн болж төлөвшинө.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь сурагчдыг хүмүүжүүлж, төлөвшүүлэх үндсэн гол, цогц сургалтын хөтөлбөр бөгөөд бусад сургалтын хөтөлбөртэй нягт уялдаатай хэрэгжих учир бага, дунд, ахлах ангийн багш нар хамтарч хичээлээ бэлтгэн үр ашгийг нь нэмэгдүүлэх үр дүнтэй хэлбэрээр зохион байгуулна. Түүнчлэн ерөнхий боловсролын сургуулийн үйл ажиллагаа бүрийг сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмшихэд зориулан зохион байгуулж сургалтын хөтөлбөрийг амжилттай хэрэгжүүлэхэд дэмжлэг үзүүлнэ.

Сургууль, багш нар нь эцэг эх, асран хамгаалагчдад зориулсан иргэний ёс зүйн боловсрол эзэмших зорилготой сургалт, зөвлөгөө, харилцан санал, туршлага солилцох ярилцлага, нэгдмэл ойлголт хандлага тогтоох арга хэмжээг боломжит хэлбэрүүдээр зохион байгуулах ажлыг хариуцан гүйцэтгэнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг сургуулийн удирдлага, ажилтан, албан хаагчид, нийт багш, эцэг эх, асран хамгаалагчид сайтар судалж улмаар сурагчдын эзэмшихээр зорьж буй тэр л ёс суртахууны хэм хэмжээг хичээлийн болон хичээлийн бус цагаар тэдэнд үлгэр дуурайл болгон үзүүлж, цаг ямагт зөв нөлөөлөхөд анхаарч ажиллана.

Сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагч, багш, сургуулийн хамт олон, иргэд нийтийн хичээл зүтгэл, хүчин чармайлтаар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр амжилттай хэрэгжиж, улмаар сурагчид хүмүүнлэг, ёс зүйтэй иргэн болж төлөвшснөөр ард түмнийхээ амар амгалан амьдрал, эх орныхоо хөгжил дэвшилд бодитой хувь нэмэр оруулж, өнөөгийн Монгол Улсад хүмүүнлэг нийгмийг бүтээн байгуулах үндэс суурийг бүрдүүлж байна.

Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, спортын яамнаас цаашид “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг зохион байгуулж буй багш нарт зориулан үе шаттай сургалт явуулж, сурагчдад зориулан “Унших бичиг”, цахим хичээл, сургалтын хэвлэмэл болон цахим хэрэглэгдэхүүн, эцэг эх, асран хамгаалагчдад зориулан зөвлөмж боловсруулж түгээнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр хэрэгжсэнээр ерөнхий боловсролын сургуулийн түүхэнд анх удаа бүх ангийн сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмшихийн зэрэгцээ эцэг эхчүүд зөвлөгөө өгөх сургалтад хамрагдаж буйгаараа онцлог юм.

Эрдэмт багш нарын маань хичээл зүтгэл, нөр их хөдөлмөр, сайн үйлсээр хүүхэд багачууд, оюутан залуучууд маань хүнлэг энэрэнгүй, цэвэр ариун сэтгэлтэй, билиг оюун төгөлдөр, хүмүүнлэг нийгмийг цогцлоон байгуулах иргэн болон өсөж хүмүүжих болтугай!

БОЛОВСРОЛ, СОЁЛ, ШИНЖЛЭХ УХААН, СПОРТЫН ЯАМ

АГУУЛГА

Өмнөх үг 3
Бага, дунд, ахлах ангийн сургалтын төлөвлөгөө 6
“ИРГЭНИЙ ЁС ЗҮЙН БОЛОВСРОЛ” СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨР 11
- Нийтлэг үндэслэл 11
- Зарчим 14
- Зорилго, зорилт 15
- Агуулга 15
- Арга зүй 23
- Үнэлгээ 24
- Хэрэглэгдэхүүн, сургалтын зохион байгуулалт 30
- Бусдад түгээн дэлгэрүүлэх үйл ажиллагаа 30

“ИРГЭНИЙ ЁС ЗҮЙН БОЛОВСРОЛ” СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙН УДИРДАМЖ ... 48
Нэг. Суурь боловсролын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар 48

Хоёр. Бүрэн дунд боловсролын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар 87

Гурав. Арга зүйн зөвлөмж 118
3.1. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга 121
3.1.1. Агуулгын мөн чанар 123
3.1.2. Агуулгын шинжилгээ 131
3.2. Сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй 136
3.2.1. Хичээл зохион байгуулах арга зүй 138
3.2.2. Хичээлийн загвар 142
3.3. Сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээ 146
3.3.1. Үнэлгээний арга зүй 147
3.3.2. Үнэлгээний арга зүйн загвар 153
Хавсралт 162

МОНГОЛ УЛСЫН БОЛОВСРОЛ, СОЁЛ, ШИНЖЛЭХ УХААН, СПОРТЫН САЙДЫН ТУШААЛ

2019 оны 08 сарын 01 өдөр Дугаар А/491 Улаанбаатар хот

Сургалтын төлөвлөгөө шинэчлэн батлах тухай

Монгол Улсын Засгийн газрын тухай хуулийн 24 дүгээр зүйлийн 24.2 дахь хэсэг, Бага, дунд боловсролын тухай хуулийн 7 дугаар зүйлийн 7.3 дахь хэсэг, Монгол хэлний тухай хуулийн 13 дугаар зүйлийн 13.1.1 дэх заалт, Монгол Улсын Засгийн газрын 2016-2020 оны үйл ажиллагааны хөтөлбөр”-ийн 3.2.8-3.2.17 дахь заалтууд, “Тогтвортой хөгжил-Ерөнхий боловсрол” багш нарын улсын хоёрдугаар зөвлөгөөнд оролцогчдын санал, зөвлөмж, “Бага, дунд боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөр” үндэсний хэлэлцүүлэгт оролцогчдын санал, дүгнэлт, Монголын багш нарын VII их хурлын 2019 оны 04 дүгээр сарын 12-ны өдрийн 03 дугаар тогтоолыг тус тус үндэслэн ТУШААХ нь:

1. Ерөнхий боловсролын сургуулийн бага ангийн сургалтын төлөвлөгөөг нэгдүгээр, дунд ангийн сургалтын төлөвлөгөөг хоёрдугаар, ахлах ангийн сургалтын төлөвлөгөөг гуравдугаар хавсралт ёсоор тус тус шинэчлэн батлалсугай.

2. Энэхүү тушаалын хавсралтаар шинэчлэн батлалсан сургалтын төлөвлөгөөг ерөнхий боловсролын сургуулийн бага, дунд, ахлах ангид 2019-2020 оны хичээлийн жилээс эхлэн хэрэгжүүлсүгэй.

3. Шинэчлэн батлалсан сургалтын төлөвлөгөөг хэрэгжүүлэх ажлыг нэгдсэн удирдлагаар хангаж ажиллахыг Ерөнхий боловсролын бодлогын газрын дарга /Т.Ням-Очир/, сургалтын төлөвлөгөө хэрэгжүүлэх мэргэжил, арга зүйн туслалцаа үзүүлэхийг Боловсролын хүрээлэнгийн захирал /П.Лхагвасүрэн/, сургалтын төлөвлөгөөг чанартай хэрэгжүүлэх арга хэмжээ авахыг аймгийн Боловсрол, соёл, урлагийн газар, нийслэлийн Боловсролын газар, дүүргийн Боловсролын хэлтсийн дарга, ерөнхий боловсролын сургуулийн захирал нарт тус тус даалгасугай.

4. Энэхүү тушаал батлагдсантай холбогдуулан Боловсрол, соёл, шинжлэх ухаан, спортын сайдын "Сургалтын төлөвлөгөө шинэчлэн батлах тухай" 2018 оны А/453 дугаар тушаалыг хүчингүй болсонд тооцсугай.

САЙД Ё.БААТАРБИЛЭГ

0901574

Боловсрол, соёл, шинжлэх ухаан, спортын сайдын
2019 оны 08 дугаар сарын 01 -ны өдрийн
А/491 дүгээр тушаалын нэгдүгээр хавсралт

БАГА АНГИЙН СУРГАЛТЫН ТӨЛӨВЛӨГӨӨ

д.д	Анги	I	II	III	IV	V	Нийт цаг
	Хичээл						
1	Бэлтгэл хөтөлбөр	60					60
2	Монгол хэл	192	224	224	224	224	1088
3	Иргэний ёс зүйн боловсрол	64	64	64	64	64	320
4	Математик	112	160	160	160	160	752
5	Хүн ба орчин	64	64	64			192
6	Хүн ба байгаль				64	64	128
7	Хүн ба нийгэм				32	64	96
8	Дүрслэх урлаг, технологи	58	64	64	64	64	314
9	Хөгжим	58	64	64	64	32	282
10	Биеийн тамир	58	64	64	64	64	314
11	Эрүүл мэнд				32	32	64
12	Англи хэл					96	96
	Дүн	666	704	704	768	864	3706
1	Багш зохицуулах цаг	64	34	34	34	33	199
	Жилийн нийт цаг						3905
	Долоо хоногийн нийт ачаалал	20.8	22.0	22.0	24.0	27.0	
	Өдрийн ачаалал	4.2	4.4	4.4	4.8	5.4	

1. Хичээлийн жилд 32 долоо хоног хичээллэнэ. Ээлжит хичээлийн үргэлжлэх хугацаа I-II ангид 35 минут, III-V ангид 40 минут байна.
2. Нэгдүгээр ангийн "Бэлтгэл" хөтөлбөр нь сурагчдыг сургуулийн амьдрал, сурах үйл ажиллагаанд бэлтгэхэд чиглэсэн нэгдмэл агуулгатай үйл ажиллагаа бөгөөд хичээлийн жилийн эхэнд хэрэгжүүлнэ.
3. "Багш зохицуулах цаг"-аар суралцагчдын хоцрогдол арилгахаас гадна, суралцагч, эцэг эхэд "Иргэний ёс зүйн боловсрол" хичээлээр зөвлөгөө өгнө.
4. "Багш зохицуулах цаг"-ийг хичээлийн цагт тооцно.

Боловсрол, соёл, шинжлэх ухаан, спортын сайдын
2019 оны .08... дугаар сарын .01...-ны өдрийн
.А/491... дугээр тушаалын хоёрдугаар хавсралт

ДУНД АНГИЙН СУРГАЛТЫН ТӨЛӨВЛӨГӨӨ

д.д.	Анги		VI	VII	VIII	IX	Нийт цаг
	Хичээл						
1	Монгол хэл, бичиг	Монгол хэл	99	66	66	66	297
		Үндэсний бичиг	66	66	66	66	264
		Уран зохиол	66	66	66	66	264
2	Математик		165	132	132	132	561
3	Мэдээллийн технологи		33	33	33	33	132
4	Байгалийн ухаан	Физик	33	66	66	66	231
		Биологи	33	66	66	66	231
		Хими	33	66	66	66	231
5	Нийгмийн ухаан	Иргэний ёс зүйн боловсрол	66	66	66	66	264
		Газар зүй		33	33	33	99
		Түүх	33	66	66	66	231
		Нийгэм судлал		33	33	33	99
6	Урлаг	Дүрслэх урлаг	33	33	33		99
		Хөгжим	33	33	33	33	132
7	Дизайн технологи	Зураг зүй	66	66	66	66	264
		Технологи					
8	Биеийн тамир, эрүүл мэнд	Биеийн тамир	66	66	66	66	264
		Эрүүл мэнд	33	33	33	33	132
9	Гадаад хэл	Англи хэл	99	99	99	99	396
		Орос хэл		66	66	99	231
		Дүн	957	1155	1155	1155	4422
1	Багш зохицуулах цаг						268
		Жилийн нийт цаг					4690
		Долоо хоногийн нийт ачаалал	29	35	35	35	
		Өдрийн нийт ачаалал	5.8	7.0	7.0	7.0	

1. Хичээлийн жилд 33 долоо хоног хичээллэнэ. Ээлжит хичээлийн үргэлжлэх хугацаа 40 минут байна.
2. Сургалтын төлөвлөгөөний заасан цагт багтаан орон нутаг, сургуулийн онцлог болон багшийн нөөц зэрэг хүчин зүйлст үндэслэн ээлжит хичээлийн үргэлжлэх хугацааг сургууль 80 минутаар зохион байгуулж болно.
3. "Иргэний ёс зүйн боловсрол" хичээлийг нийгмийн ухааны багш заана.
4. Хичээлийн жилд "Багш зохицуулах цаг"-аар монгол хэлний багш 18, нийгэм судлал, дүрслэх урлаг, зураг зүй, технологи, эрүүл мэндийн багш тус бүр 10, бусад хичээлийн багш нар тус бүр 15 цагт багтаан суралцагчдын хоцрогдол арилгах, давтлага өгөх, дугуйлан хичээллүүлэхээс гадна, суралцагч, эцэг эхэд "Иргэний ёс зүйн боловсрол" хичээлээр болон ажил мэргэжлийн талаар зөвлөгөө өгнө.
5. "Багш зохицуулах цаг"-ийг хичээлийн цагт тооцно.

Боловсрол, соёл, шинжлэх ухаан, спортын сайдын
2019 оны .08.. дугаар сарын .01... -ны өдрийн
А/491... дүгээр тушаалын гуравдугаар хавсралт

АХЛАХ АНГИЙН СУРГАЛТЫН ТӨЛӨВЛӨГӨӨ

Д.Д	Анги / Хичээл	X	XI	XII	Нийт цаг
Заавал судлах					
1	Монгол хэл	33	33	33	99
2	Үндэсний бичиг	66	66	66	198
3	Уран зохиол	33	33	33	99
4	Иргэний ёс зүйн боловсрол	66	66	66	198
5	Математик	99	99	99	297
6	Мэдээллийн технологи	33	33	33	99
7	Физик	66	66		132
8	Хими	66	66		132
9	Биологи	66	66		132
10	Монголын түүх	33	33		66
11	Нийгэм судлал	66	66		132
12	Газар зүй	66	66		132
13	Англи хэл/Орос хэл	99	99	99	297
14	Биеийн тамир	66	66	66	198
15	Эрүүл мэнд	33	33	33	99
16	Дизайн/зураг зүй, технологи	66	66	66	198
	Дүн	957	957	594	2508
Сонгон судлах					
Хэл	Монгол хэл, бичиг	198	231	594	1023
	Уран зохиол				
	Англи хэл				
	Орос хэл				
Математик	Математик				
Байгалийн ухаан	Биологи				
	Физик				
	Хими				
Нийгмийн ухаан	Түүх				
	Нийгэм судлал				
	Газар зүй				
	Бизнес судлал				
Дизайн технологи	Дизайн, зураг зүй				
	Техник технологи				
	Мэдээллийн технологи				
1	Багш зохицуулах цаг				144
	Заавал болон сонгон судлах хичээлийн нийт цаг	1155	1188	1188	3531
	Жилийн нийт цаг				3675
	Долоо хоногийн нийт ачаалал	35	36	36	
	Өдрийн нийт ачаалал	7	7	7	

1. Хичээлийн жилд 33 долоо хоног хичээллэнэ. Ээлжит хичээлийн үргэлжлэх хугацаа 40 минут байна. Сургууль 80 минутаар хичээллэх зохицуулалт хийж болно.
2. Сургалтын төлөвлөгөөний заасан цагт багтаан орон нутаг, сургуулийн онцлог болон багшийн нөөц зэрэг хүчин зүйлст үндэслэн сурагчийн хэрэгцээ сонирхолд нийцүүлэн хэрэгжүүлнэ.
3. "Иргэний ёс зүйн боловсрол" хичээлийг нийгмийн ухааны багш заана.
4. Сурагч заавал судлах англи, орос хэлний аль нэгийг судална.
5. Сурагч X ангид 4 хичээлийг 7 хоногт 1-2 цагаар (2 хичээлийг 2 цагаар, 2 хичээлийг 1 цагаар), XI ангид 3 хичээлийг 7 хоногт 2-3 цагаар (1 хичээлийг 3 цагаар, 2 хичээлийг 2 цагаар), XII ангид 3 хичээлийг 7 хоногт 4-8 цагаар (1 хичээлийг 4 цагаар 2 удаа, 1 хичээлийг 3 цагаар 2 удаа, 1 хичээлийг 4 цагаар 1 удаа) тус тус сонгон судална.
6. Заавал болон сонгон судлах хичээлийг 10, 11, 12 дугаар ангийн сурагчдаас бүрдсэн холимог бүлгээр хичээллэж болно.
7. Заавал судлах хичээлийн цаг дээр сонгон судлах хичээлийн цагийг нэмж, заавал болон сонгон судлах сургалтын хөтөлбөрийг баримтлан хичээллэнэ.
8. Хичээлийн жилд "Багш зохицуулах цаг"-аар суралцагчдын хоцрогдол арилгах, давтлага өгөх, дугуйлан хичээллүүлэхээс гадна, суралцагч, эцэг эхэд "Иргэний ёс зүйн боловсрол" хичээлээр болон ажил мэргэжлийн талаар зөвлөгөө өгнө.
9. "Багш зохицуулах цаг"-ийг хичээлийн цагт тооцно.

МОНГОЛ УЛСЫН БОЛОВСРОЛ, СОЁЛ, ШИНЖЛЭХ УХААН, СПОРТЫН САЙДЫН ТУШААЛ

2019 оны 06 сарын 13 өдөр Дугаар А/390 Улаанбаатар хот

Сургалтын хөтөлбөр шинэчлэн батлах тухай

Монгол Улсын Засгийн газрын тухай хуулийн 24 дүгээр зүйлийн 24.2 дахь хэсэг, Боловсролын тухай хуулийн 28 дугаар зүйлийн 28.1.2 дахь заалт, “Тогтвортой хөгжил-Ерөнхий боловсрол” багш нарын улсын хөөрдугаар зөвлөгөөнд оролцогчдын санал, зөвлөмж, “Бага, дунд боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөр” үндэсний хэлэлцүүлэгт оролцогчдын санал, дүгнэлт, Монголын багш нарын VII их хурлын төлөөлөгчдийн санал, дүгнэлтийг тус тус үндэслэн ТУШААХ нь:

1. Ерөнхий боловсролын сургуулийн 1-12 дугаар ангийн суралцагчдын судлах “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг хавсралт ёсоор шинэчлэн батлсугай.

2. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг өмчийн хэлбэр үл харгалзан ерөнхий боловсролын нийт сургуульд 2019-2020 оны хичээлийн жилээс эхлэн хэрэгжүүлсүгэй.

3. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийг мэргэжил, арга зүйн удирдлагаар хангаж ажиллахыг Ерөнхий боловсролын бодлогын газар /Т.Ням-Очир/, Боловсролын хүрээлэн /П.Лхагвасүрэн/, хөтөлбөрийг чанартай хэрэгжүүлж ажиллахыг аймгийн Боловсрол, соёл, урлагийн газар, нийслэлийн Боловсролын газар, ерөнхий боловсролын сургуулийн захирал нарт тус тус даалгасугай.

4. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэхтэй холбогдуулан Боловсрол, шинжлэх ухааны сайдын 2014 оны “Сургалтын төлөвлөгөө, цөм хөтөлбөр, багийн бүрэлдэхүүн батлах тухай” А/240 дүгээр тушаалын хоёрдугаар хавсралтаар батлагдсан “Бага боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөрийн” 6.1, 6.2-т заасан “Иргэний боловсрол” хэсэгт хамаарах хэсгийг, Боловсрол, соёл, шинжлэх ухааны сайдын 2015 оны “Сургалтын цөм хөтөлбөр батлах тухай” А/302 дугаар тушаалын нэгдүгээр хавсралтаар батлагдсан “Суурь боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөрийн “Иргэний боловсрол” хэсэгт хамаарах хэсгийг тус тус хүчингүй болсонд тооцсугай.

САЙД Ё.БААТАРБИЛЭГ

301156

Боловсрол, соёл, шинжлэх ухаан, спортын сайдын
2019 оны .06.. дугаар сарын .13.. –ны өдрийн
А/390 дугаар тушаалын хавсралт

"ИРГЭНИЙ ЁС ЗҮЙН БОЛОВСРОЛ" СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨР

Нэг. Нийтлэг үндэслэл

"Бага, дунд боловсролын тухай хууль"-ийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын зорилгод "Эх хэлний суурь чадамжтай монгол хүүхэд төлөвшүүлэх, бие даан шийдвэр гаргах, бүтээлчээр суралцах чадамжтай иргэн төлөвшүүлэх..." гэж заасан байна. Мөн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгаар сурагчдад "... ёс заншил, соёлын өв уламжлалын зохих шатны мэдлэг, чадвар эзэмшүүлэх, өөрийн болон бусдын хөдөлмөрийг хүндэтгэх, үнэнч шударга, хамтач байдлыг эрхэмлэх үзэл төлөвшүүлэх, ёс суртахууны соёлтой, иргэний үүргээ ухамсарласан, харилцааны ур чадвартай, энэрэнгүй, эх оронч, хууль ёсыг дээдлэн сахидаг, соёлын үнэт зүйлсийг хүндлэн хайрладаг болгон төлөвшүүлэх, гэр бүлийн амьдралын анхан шатны ойлголт эзэмшүүлэх, зөрчлийг хүчирхийллийн бус аргаар шийдвэрлэх, бие даан амьдарч, хөдөлмөрлөх чадвар эзэмшүүлэх" гэж заажээ.

Монгол Улсын Засгийн Газрын 2016-2020 оны үйл ажиллагааны хөтөлбөрт "Сургуулийг хүн хөгжлийн төв болгоно. Сургууль хүүхдэд мэдлэг боловсрол, чадвар олгодог төдийгүй эрүүл чийрэг, зөв зан суртахуун, хүмүүжил, төлөвшилтэй, амьдрах ухаантай, эх оронч, үндэсний бахархалтай хүн болоход нь тусалдаг болно" гэсэн зорилт дэвшүүлсэн билээ. Уг зорилтыг "Сургалтын хөтөлбөр, сурах бичгийн агуулга, чанарыг дэлхий нийтийн хөгжлийн чиг хандлага, өөрийн орны түүх соёл, өв уламжлалд тулгуурлан шинэчлэх, ерөнхий боловсролын сургуулийн сургалтын төлөвлөгөөнд эх орныхоо түүх соёлыг судлах хичээлийг оруулах, сургалтын хөтөлбөрт хүүхдийг хүнлэг, эх оронч, үндэсний ухамсар, бахархалтай, эх орноо хайрладаг, хүрээлэн байгаа орчноо хамгаалдаг, харилцааны зөв хэвшилтэй, бусдыг хүндэлдэг, хариуцлагатай, амьдрах ухаантай, итгэл даах чадвартай иргэн болгон төлөвшүүлэх агуулгыг тусган хэрэгжүүлэх"-ээр төлөвлөсөн юм.

Бага, дунд боловсролын зорилго, агуулга болон дээр дурдсан үйл ажиллагааны хөтөлбөрийн зорилттой сурагчдын эзэмшсэн ерөнхий боловсрол нийцэхгүй байгааг багш нар өнөөдөр хэлж байна.

Монголын багш нарын VII их хурлын тогтоолд "Сургалтын бодлогыг хүүхэд бүр монгол хэл, түүх, соёл, ёс заншил, өв уламжлалыг өвлөх, хөгжүүлэхэд чиглүүлэх, бүх шатны боловсролын байгууллага нь хүүхдийн хүмүүжил, төлөвшлийн төлөө үүрэг, хариуцлага хүлээдэг хууль, эрх зүйн орчин бий болгох, эцэг эх, асран хамгаалагчийн хүүхдийнхээ хөгжил, төлөвшил, хүмүүжил, хичээл сургалтад анхаарал хандуулж, сургууль, багшид дэмжлэг үзүүлж, хамтран ажиллах журамт үүргийг хуульчлах улмаар багшийн ёс зүйн боловсролыг дээшлүүлэх, нийгэмд зөв үлгэр дуурайл үзүүлж, хөгжлийг түүчээлэх, салбарын үнэт зүйл, харилцаа, хандлагын сайн жишгийг тогтоох ..." хэмээн дурджээ.

"Тогтвортой хөгжил-Ерөнхий боловсрол" багш нарын улсын II зөвлөгөөн, "Бага, дунд боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөр" багш нарын үндэсний хэлэлцүүлэгт оролцогчид "Хүүхдэд монгол өв соёл, удам зүй, ургийн бичиг, ахас ихсийг хүндлэх ёс зэрэг агуулгыг эзэмшүүлэхэд онцгой анхаарах, монгол хүүхдийн эрхэмлэх зүйл, үүргийг баталж, мөрдөх, албан байгууллагууд эцэг эхэд хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд нь зориулж чөлөө олгохыг хуульчлах, сурах бичигт хүмүүжил, төлөвшлийн агуулгыг тусгах, сурагчид заавал унших зохиолыг тодорхой заах, багш нар хүүхдийн хөгжил, хүмүүжил, төлөвшилд үлгэр дуурайл үзүүлэх, "Боловсролын тухай хууль"-д хүүхдийн хүмүүжил нь бүх нийтийн үйл хэрэг гэж тусгах, хүүхдийн хөгжил, төлөвшил, хүмүүжил, хамгааллын тусгай бодлого хэрэгжүүлэх, сурагчдын хөгжил, хүмүүжил, төлөвшил, сурлагын амжилт нь багшийн ажлын эцсийн үр дүнг илэрхийлэх гол үзүүлэлт болохыг ухамсарлах..." гэж зөвлөмждөө тусгажээ.

“Хүүхдийн эсрэг гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэхэд чиглэсэн бодлого, үйл ажиллагаа, анхаарах асуудал” илтгэл[1]-д сүүлийн жилүүдэд гарсан хүүхдийн гэмт хэргийн нөхцөл байдлыг авч үзжээ. “Улсын хэмжээнд 2018 онд мансууруулах эм, сэтгэцэд нөлөөлөх бодистой холбоотой 14 гэмт хэрэгт 20 хүүхэд холбогдон шалгагдсаныг өмнөх онтой харьцуулахад хэрэг, холбогдогч өссөн байна. Улсын хэмжээнд 2019 оны эхний дөрвөн сарын байдлаар гэмт хэрэгт холбогдсон хүүхдийн 62 буюу 22.5 хувь нь эмэгтэй, согтуугаар гэмт хэрэгт холбогдсон тав, бүлэглэн үйлдсэн гэмт хэрэгт холбогдсон 47 хүүхэд байна” хэмээн дурдсан нь сурагчдын хүмүүжил, төлөвшлийн асуудалд зайлшгүй анхаарах шаардлагатайг харуулж байна.

Нөгөөтэйгүүр Монгол Улсын “Үндсэн хууль”-д “Монголын ард түмэн бид ... төрт ёс, түүх, соёлынхоо уламжлалыг нандигнан өвлөж, ... эх орондоо хүмүүнлэг, иргэний ардчилсан нийгэм цогцлуулан хөгжүүлэхийг эрхэм зорилго болгоно.” хэмээн тунхагласан. Монголчууд бидний төрт ёс, түүх соёлын уламжлал нь монгол иргэний эх оронч үзэл, шударга ёс, энэрэнгүй сэтгэл, хүн чанар, хариуцлага дээр суурилсан ёс зүйн зан суртлаар өвлөгдөн баталгаажснаар монгол соёл иргэншлийн өв соёл, үнэт зүйлс цаашид оршин тогтнох болно.

Хүмүүнлэг, иргэний ардчилсан нийгмийг цогцлоон хөгжүүлэх арга зам нь нийгмийн суурь үнэт зүйлс болох иргэний ёс зүй, ёс суртахууны төлөвшилтэй зүй тогтлын хувьд зайлшгүй уялдаж тодорхойлогддог. Нийгмийн хөгжлийн үндэс нь хүний хөгжил бөгөөд хүний хөгжлийн суурь нөхцөл нь ёс зүйн боловсрол мөн. Уг суурь нөхцөлийг бүрдүүлэхийн тулд сурагчдад иргэний ёс зүйн боловсрол олгох хэрэгцээ шаардлага тулгарч байна. Түүнчлэн нийгэм хурдацтай өөрчлөгдөж буй өнөө цагт шинжлэх ухааны өндөр мэдлэг, чадвартай иргэн бэлтгэхийн зэрэгцээ тэдэнд иргэний ёс зүйн боловсролыг өв тэгш олгох сургалтын хөтөлбөрийг чухалчлан судлах ёстой болж байна.

Ийм учраас Боловсрол, Соёл, Шинжлэх ухаан, Спортын сайд 2019 оныг ”Иргэний ёс зүйн боловсролын жил” болгон зарлаж, ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчдын судлах “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэхээр шийдвэрлэж, баталлаа. Ийнхүү өнөөгийн Монгол Улсад хүмүүнлэг нийгмийг бүтээн байгуулах үндэс суурийг бүрдүүллээ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь Монгол Улсын “Үндсэн хууль”-ийн өмнө дурдсан тунхаглал болон “Бага, дунд боловсролын тухай хууль”-ийн заалтыг хэрэгжүүлэхэд хувь нэмрээ оруулах үндсэн зорилготой.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр хэрэгжсэнээр сурагчид ёс зүйн боловсрол буюу ёс суртахууны хэм хэмжээг өөртөө хэвшүүлж хүмүүжил төлөвшилтэй, зөв хандлагатай иргэн болно. Сурагчид эцэг эх, багш, ахмад настан, ах дүүс, бусад хүнийг хүндэтгэн дээдэлдэг, өөрийн алдаа гэмийг таньж мэддэг, хүлээн зөвшөөрдөг, бусдыг уучилдаг, хүн чанартай, хүнлэг энэрэнгүй сэтгэлтэй, амьдралын үнэ цэнг мэддэг, амьдралынхаа зорилгыг зөв тодорхойлж, түүнд зөв арга замаар хүрч чаддаг, эв эеийг эрхэмлэдэг, хүмүүжилтэй, нөхөрсөг харилцаатай, оюунлаг, хүмүүнлэг иргэн болж төлөвших бөгөөд энэ нь хувь хүний эрэлт хэрэгцээ төдийгүй манай нийгмийн шаардлага, цаашилбал дэлхийн улс орнуудын сонгон баримталж буй чиг шугам мөн.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь Монгол Улсад амар амгалан, хүмүүнлэг нийгмийг бүтээх, сургууль, анги хамт олон, гэр бүлд эелдэг найрсаг уур амьсгал бүрдүүлэх, сурагчдад зөв хандлага төлөвшүүлэх ач холбогдолтой.

Тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын мөн чанар нь монгол өв соёл юм. Монгол өв соёл бол ёс зүйг чухалчилдаг бөгөөд “хүн”-ийг ёс суртахуунаар нь тодорхойлдог. Монгол хүний үнэт зүйл ёс суртахуунд нь оршдог. Сурагчдыг өөрийг бус бусдыг эрхэмлэдэг, бусдыг бус өөрийгөө судалж танин мэддэг монголын уламжлалт өв соёлдоо тулгуурлан хүмүүжүүлж төлөвшүүлснээр ирээдүйн Монголын нийгмийн зөв үзэл бодолтой, ёс суртахуунтай иргэдийг бэлтгэж улмаар нэгдмэл хандлагаар улс орноо хөгжүүлэх боломж бүрдэнэ. Мөн манай улс ахуйн хөгжлөөр бус, хүнийхээ хөгжлөөр улсынхаа хөгжлийг хөтлөн дэлхийд үлгэрлэх үндэс суурийг бүрдүүлнэ.

---

1 Хүүхдийн эрх, хүчирхийллийн эсрэг арга хэмжээний үр дүнтэй танилцах ерөнхий хяналтын сонсголын “Хүүхдийн эсрэг гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэхэд чиглэсэн бодлого, үйл ажиллагаа, анхаарах асуудал” илтгэл, Монгол Улсад гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэх ажлыг зохицуулах зөвлөлийн нарийн бичгийн дарга бөгөөд ажлын албаны дарга Л.Нямгэрэл, Төрийн ордон, 2019

Эрдэмтэд ёс зүйг олон талаас нь тодорхойлсон байдаг. Ёс зүй бол зөв, буруу зан үйлийг ялгах, чиглүүлэх үнэт зүйлс болон зарчмын тогтолцоо (Donald C.Menzel, 2010). Ёс зүй нь үүрэг, зарчим, тодорхой зан чанар, нийгэмд ашиг тустай байх хүрээнд хүний хийх ёстой зүйлийг заадаг зөв болон бурууг ялгах хэм хэмжээ (James Svara, 2015). Ёс зүй нь зан төлөв, ёс суртахууны зарчмыг судалж, тайлбарладаг шинжлэх ухаан (Д.Тунгалаг, 2012). Ёс зүй нь хувь хүний сайн муу, зөв буруу, буян нүгэл гэх мэт нийгмийн харилцаан дахь зан суртал, зүй тогтлын ялгамжит үнэт зүйлс, зарчмын хэм хэмжээ (М. Батаа, 2019).

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн хувьд ёс зүй нь хувь хүн, нийгмийн ёс суртахууныг судалдаг шинжлэх ухаан, ёс суртахуун нь ёс зүйн нэг судлагдахуун мөн гэж үзлээ. Ёс зүй нь хувь хүний нийгмийн харилцаанд баримтлах болон эс баримтлах үнэт зүйлс, хэм хэмжээ мөн. Ёс зүй нь уг хэм хэмжээг онолын хувьд тодорхойлох бол ёс суртахуун нь сурагчдад төлөвшвөл зохих хэм хэмжээ мөн. Ёс зүйн боловсрол гэдэг нь сурагч ёс суртахууны хэм хэмжээг төлөвшүүлэх арга ухаанд суралцах үйл явцыг хэлэх бөгөөд ёс зүйн боловсрол эзэмших нь сурагч ёс суртахуунтай иргэн байхын үндэс болно.

Биеэ зөв авч явах, бусадтай зөв харилцах, мөн хүний сайн муу үйл буюу буян нүглийн үйл гэж юу болох, уужуу тайван, даруу төлөв, нийтэч, хүнлэг энэрэнгүй, ажилч хичээнгүй, тэсвэр тэвчээртэй, тууштай байх, эв эе, эх оронч үзэл зэрэг хүний зан чанартай холбоотой хийсвэр, ерөнхий үзэл санаа буюу ёс зүйн хэм хэмжээг сурагчид судалж танин мэднэ. Бусдын эд зүйлийг зөвшөөрөлгүй авах, худал хэлэх, бусдад уурлан хорсох, атаархан жөтөөрхөх бодол санааг сэтгэлдээ агуулах, зохисгүй, хатуу ширүүн үг хэлэх, амьтны амь таслахыг тэвчих зэрэг сурагчид мөрдвөл зохих дэг журам дүрэм, заавар, муу үйлийг эс үйлдэх нийгмийн шинжтэй зан суртал нь ёс суртахууны хэм хэмжээ, үнэлэмж болж сурагчдад төлөвшинө.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын мөн чанараас түүний бусад сургалтын хөтөлбөрийн дотор эзлэх байр суурь, бүтэц, арга зүй, үнэлгээ, сургалтын үйл явц төдийгүй бусад бүрэлдэхүүн хэсэг нь хамаардаг. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь сурагчдыг хүмүүжүүлж, төлөвшүүлэх үндсэн гол, цогц сургалтын хөтөлбөр мөн. Үндсэн гол цогц сургалтын хөтөлбөр хэдий ч сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших нь зөвхөн уг сургалтын хөтөлбөрөөр хязгаарлагдахгүй, монгол хэл, бичиг, уран зохиол, түүх зэрэг бусад сургалтын хөтөлбөртэй нягт холбоотой. Бусад сургалтын хөтөлбөрийн зорилго, агуулга, арга зүй, үнэлгээ, хэрэглэгдэхүүн, зохион байгуулалт нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн эдгээр бүрэлдэхүүн хэсэгтэй нягт уялдаа холбоотой байж, сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг төлөвшүүлэхэд дэмжлэг үзүүлнэ. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр өөрөө бусад хичээлээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварыг дэмжиж, хөгжүүлэх онцлогтой.

Ерөнхий боловсролын сургууль нь сурагчдад ёс зүйн боловсрол олгох үүргийнхээ хувьд нийгэмд нөлөө бүхий байр суурь эзэлдэг. Сурагч бүрийн хувьд гэр бүл нь хүмүүжил төлөвшил олгох үндсэн орчин, эцэг эх, асран хамгаалагч нь гол сурган хүмүүжүүлэгчид мөн боловч, хүүхэд сургуульд элссэн цагаас тэрхүү сурган хүмүүжүүлэх үүргийг ерөнхий боловсролын сургууль өвлөн авдаг. Ингэснээр багш нар сурагчдын үлгэр дуурайл авах гол манлайлагч болж эцэг эх, асран хамгаалагчтай хамтран ажиллах зайлшгүй хэрэгцээ бий болдог. Иймд эцэг эх, асран хамгаалагчид, багш нар сурагчдад ёс зүйн боловсрол олгох, ёс суртахууны хэм хэмжээг төлөвшүүлэх үйл хэрэгт хамтран ажиллах зайлшгүй шаардлагатай болно.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг бүрэн, амжилттай эзэмшихүйц цаг, хүн, санхүүгийн нөөцөд тулгуурлан хэрэгжүүлэх бөгөөд ерөнхий боловсролын сургуулийн үйл ажиллагаа бүрийг сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмшихэд зориулж сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийг дэмжинэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг сургуулийн удирдлага, ажилтан, албан хаагчид, нийт багш, эцэг эхчүүд, асран хамгаалагчид сайтар судалж улмаар сурагчдын эзэмшихээр зорьж буй тэр л ёс суртахууны хэм хэмжээг хичээлийн болон хичээлийн бус цагаар тэдэнд үлгэр дуурайл болгон үзүүлж хэрэгжүүлнэ. Сургууль, багш нар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр болон түүний удирдамжийн дагуу хичээл сургалт, бусад үйл ажиллагааг зохион байгуулна.

Сургууль, багш нар нь эцэг эхчүүд, асран хамгаалагчдад зориулсан иргэний ёс зүйн боловсрол эзэмших зорилготой сургалт, зөвлөгөө, харилцан санал, туршлага солилцох ярилцлага, нэгдмэл ойлголт хандлага тогтоох арга хэмжээг боломжит хэлбэрүүдээр зохион байгуулна. Үүнийг сургууль, багш нар батлагдсан сургалтын төлөвлөгөөн дэх “Багш

зохицуулах цаг” болон багшийн “Бусад” ажлын цагаар бага ангид долоо хоногт хоёр, дунд, ахлах ангид сард хоёр цагаар зохион байгуулах ажлыг хариуцан гүйцэтгэнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр хэрэгжсэнээр ерөнхий боловсролын сургуулийн түүхэнд анх удаа бүх ангийн сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмшихийн зэрэгцээ эцэг эхчүүд зөвлөгөө өгөх сургалтад хамрагдаж буйгаараа шинэлэг, онцлог, ач холбогдолтой юм.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь нийтлэг үндэслэл, зарчим, зорилго, зорилт, агуулга, арга зүй, үнэлгээ, хэрэглэгдэхүүн, бусдад түгээн дэлгэрүүлэх үйл ажиллагаа гэсэн бүтэцтэй.

Хоёр. Сургалтын хөтөлбөрийн зарчим

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь “Бага ангийн сурагч монгол хүн болж төлөвших суурь мэдлэг, чадвар, дадал эзэмших, дунд ангийн сурагч монгол иргэн болж хүмүүжих, ахлах ангийн сурагч эх орныхоо эзэн монгол хүн болж төлөвших” ерөнхий зарчимтай. Тус ерөнхий зарчимд нийцүүлэн сургалтын хөтөлбөрийн зорилгыг тодорхойлж, агуулга, арга зүй, үнэлгээг дараах зарчмаар боловсруулав. Үүнд:

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын зарчим:

- Монголын уламжлалт өв соёлын мөн чанарыг танин мэдэж, түүнээс суралцах, амьдралдаа хэрэгжүүлэхэд хөтлөх
- Монгол хүний амьдралын бодит байдлыг судлах
- Агуулга нь ёс зүйн талаарх ойлголт ухагдахуунаас бүрдэх төдий биш, сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө бүтээхэд чиглэх
- Сурагчийн нас, сэтгэцийн онцлог, эрэлт хэрэгцээнд нийцсэн байх
- Ихийг гүехэн биш, багыг гүнзгий судлах
- Анги ахих тусам өргөсөн гүнзгийрч, залгамж холбоотой байх

Сургалтын хөтөлбөрийн арга зүйн зарчим:

- Сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулж хэвшүүлэх
- Ёс зүйн ойлголт ухагдахууныг тоочих, заах, номлон сургах биш, сурагчдад ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаанд өөрийгөө дайчлан суралцах түүнийг өөрөө болон хамтран бүтээх улмаар дадуулан хэвшүүлэх таатай нөхцөл боломжийг нь бүрдүүлж өгөх
- Ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө бүтээнэ хэмээн сурагчдаа зөнд нь орхилгүй, суралцах үйлийн шинжийг дагуулан сургах, үлгэр дуурайл үзүүлэх, зөвлөх, туслах, дэмжих
- Сурагчдад өөрийн болон бусдын алдаанаас суралцах, бусадтай хамтарч ажиллангаа суралцах, сурч мэдсэнээ хамтдаа хэрэгжүүлэх боломж олгох
- Сурагчийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдлыг үгүйсгэх биш түүнийг дэмжсэн, түүнд нийцсэн арга ашиглаж тэгш байдлыг нь хангах

Сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээний зарчим:

- Сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвшиж буй үйл явцын өөрчлөлт болон түүний дадал хэвшлийг үнэлэх
- Сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө болон бусадтай хамтран бүтээж буй үйл явцыг илрүүлэх, зөв залах, зөвлөн туслах, дэмжих
- Үнэлгээ нь сургалтын хөтөлбөрийн агуулга, арга зүй, хэрэглэгдэхүүнтэй нийцсэн байх
- Сурагчийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдалд нийцсэн, ойлгомжтой байх
- Өөрийн болон хөндлөнгийн үнэлгээний тэнцвэрт харьцааг баримтлах

Гурав. Сургалтын хөтөлбөрийн зорилго, зорилт

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн зорилго нь хүнлэг энэрэнгүй, цэвэр ариун сэтгэлтэй, билиг оюун төгөлдөр, монгол үндэстнийхээ хэл, соёлыг эзэмшсэн, бахархаж хэрэглэдэг, хүндэлж хамгаалдаг, эх орноо эрхэмлэн дээдлэх үүрэг, хариуцлагаа ухамсарласан, хүмүүнлэг нийгмийг цогцлоон байгуулах ирээдүйн монгол иргэнийг өсгөх, хүмүүжүүлэх, бэлтгэхэд оршино. Сургалтын хөтөлбөрийн зорилгыг дараах зорилтоор хэрэгжүүлнэ. Үүнд:

- Сурагч ёс зүйн хэм хэмжээг танин мэдэж, ёс суртахууныг эзэмших
- Уламжлалт сурган хүмүүжүүлэх ухааны учир утгыг ойлгож, суралцах, судлах үйлдээ мөрдөх
- Бие, хэл, сэтгэлээр үйлдэх сайн үйлийг зуршил болгож, муу үйлийг цээрлэн жигших
- Амьдралын зорилгоо зөв тодорхойлж, түүнд зөв аргаар хүрэх улмаар бие даан амьдрах арга ухаанд суралцах, бусдад үлгэрлэх
- Сурч судлах, хөдөлмөрлөх, бүтээх үйлд шамдах, чин сэтгэлээсээ хандах
- Зөв үзэл бодолтой болж төлөвших, үзэл бодлоо баталж, нотлон, түүндээ тууштай байх
- Асуудлыг ёс суртахууны хувьд зөв, оновчтой шийдвэрлэх, бэрхшээлийг даван туулах
- Гэр бүл, анги хамт олон, нийгмийн өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагаа сайтар ухамсарлах
- Санаа бодлоо нээлттэй илэрхийлэхийн зэрэгцээ, бусдын үзэл бодолд хүндэтгэлтэй хандах
- Нийгмийн харилцаанд зөв оролцох, нийтийн үйл хэрэгт зөв үлгэрлэх, хүмүүнлэг нийгмийг бүтээн байгуулахыг эрмэлзэх
- Эх орон, ард түмэн, хүн төрөлхтний харилцан хамаарал, бүгдийг тэгш хүндлэхийн учир утгыг ойлгож ухаарах
- Хойч үеийнхээ өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагаа гүн ухамсарлаж, алсын хараатай, эв эетэй байж, эх орныхоо болон дэлхий нийтийн хөгжилд хувь нэмрээ оруулах
- Төрийн хуулийг дээдэлж, уламжлалт өв соёл, тогтсон зан суртал, үнэт зүйлсийг эрхэмлэдэг, ёс суртахуунгүй үйлдэл бүрийг тэвчдэг иргэн болж төлөвшихөд оршино.

Дөрөв. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь түүний зарчимд тулгуурласан дараах шалгууртай. Үүнд:

- Хувь хүний хэрэгцээ
- Нийгмийн бодит байдал
- Нийгмийн захиалга
- Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын зорилго, агуулга

Сурагчид хувь хүний хэрэгцээ, нийгмийн захиалгад суурилсан ёс зүйн ойлголт ухагдахууныг хүний амьдралын болон нийгмийн бодит байдал, сурагчийн хөгжилд нийцүүлэн илэрхийлсэн хэм хэмжээгээр дамжуулан танин мэдүүлж, дадуулж улмаар хэвшүүлснээр тус сургалтын хөтөлбөрийн зорилгод хүрнэ.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын түвшинд сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээ буюу мэдлэг, чадвар, дадал бөгөөд тэдэнд төлөвшвөл зохих ёс суртахууны дүр зураг мөн. Түүнчлэн тус хөтөлбөрийн зорилго, зорилт, агуулга нь монгол хүний дүр төрх, үнэт зүйлийг тодорхойлно.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь бүхэлдээ өөрийг бус бусдыг эрхэмлэдэг, бусдыг бус өөрийгөө судалж танин мэддэг монголын уламжлалт өв соёлд тулгуурлаж буй юм. Монгол өв соёл бол ёс зүйг чухалчилдаг бөгөөд “хүн”-ийг ёс суртахуунаар нь тодорхойлдог. Монгол хүний үнэт зүйл ёс суртахуунд нь оршдог. Агуулгын мөн чанар нь сурагч сэтгэлээ хянах, засах, хөгжүүлэх явцдаа бусад хүнтэй улам бүр зөв харилцаж сурахад чиглэнэ. Сурагч бусад хүнтэй зөв харилцвал хүн өөртэй нь зөв харилцаж улмаар өөрөө аз жаргалтай байж, бусдад амар амгаланг бэлэглэнэ. Ингэснээр гэр бүл, анги хамт олон, сургуулийн орчинд

амар амгалан, аз жаргалтай болж улмаар хүмүүнлэг нийгмийг бүтээдгийг танин мэднэ. Агуулга нь ёс зүйн боловсролыг эзэмших арга ухаанд сурагч өөрийгөө дайчлан суралцах, түүнийг өөрөө болон бусад сурагчтай хамтран бүтээх улмаар дадал болгож хэвшүүлэхэд хөтөлнө.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь анги ахих тусам өргөсөн гүнзгийрсэн, сурагчийн хөгжлийн үе шат, учир шалтгааны уялдаа холбоогоор дараалж, тасралтгүй давтагдсан, өөр хоорондоо залгамж холбоо бүхий бүтэцтэй. Сурагч бүрийн эзэмшвэл зохих ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал нь сурагчийн хөгжлийн үе шатад нийцсэн, тэдний оюун ухааны үндсэн чанарын түгээмэл, адил талыг хадгалсан, хөнгөнөөс бага багаар ахиулан гүнзгийрч өргөссөн бүтэцтэй.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулгыг сурагчид судалснаар өөрөө өөртэйгөө ажиллаж, сэтгэлийнхээ үйл хөдлөл бүрийг ажиглан тодорхойлж, оюун билгийн агуу, хязгааргүй, хүчирхэг хөдөлмөрийг хийж бүтээж буй учир ихээхэн ач холбогдолтой.

Сургалтын хөтөлбөрийг сурагч судалснаар өөрийгөө таньж мэдэн, зөв сэтгэлээ улам хөгжүүлж, бусдыг ойлгон хүндэтгэх, баярлуулах, уучлах, анхаарч халамжлах, асрах энэрэх, бусдад талархах, хамтран ажиллах, харилцан суралцах улмаар амьдарч буй орон нутгийн, улс орны, цаашлаад дэлхийн хүн ардыг амар амгалан, аз жаргалтай амьдруулахад хувь нэмрээ оруулж, өөрөө аз жаргалтай байх, өрөөл бусдад аз жаргал бэлэглэх чин хүсэл тэмүүлэлтэй, хариуцлагатай иргэн болж хүмүүжиж төлөвшинө.

Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгыг гурав ангилна. Үүнд:

- Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье
- Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя
- Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя

“Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье” агуулга нь гэм алдаагаа сэтгэлээсээ эхэлж таньж засах, өөрт байгаа болон бий болгох зөв зан чанараа танин мэдэж, хөгжүүлэх мөн чанартай. Тус агуулга нь сурагч өөрийгөө таньж, хөгжүүлэх агуулгаас гадна эв эеийг эрхэмлэх, нөхөрсөг байх, эрдэм номоо хичээн сурах зэрэг хувь хүний эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг агуулна. Мөн сурагчид бие, хэл, сэтгэлийн буян нүглийн үйлийг ялган таньж, буяны үйлийг дадуулан хэвшүүлэх, нүглийн үйлийг тэвчих арга ухаанд суралцана.

“Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье” агуулгыг судалснаар сурагчид өөрсдийгөө хүн гэдэг талаас нь судалж, мэдрэмж, сэтгэлээ танин мэдэж, гэм алдаагаа эргэцүүлэн тунгаан бодож, зөв ойлгож ухаарах нь бие, хэл, сэтгэлээрээ зөв үйлдэл хийх, өөрийгөө үнэлж дүгнэх, таатай, таагүй, мэдрэмжүүдээ зөв зохицуулах чадвар эзэмших урьдчилсан нөхцөл болдог төдийгүй нийгэмд бие даан хариуцлагатай амьдрах үндэс суурь гэдгийг ойлгож мэднэ.

Мөн сурагчид бага наснаасаа ёс зүйн хэм хэмжээтэй танилцаж улмаар хийж буй үйлдэл, хэлж буй үг, бодож буй бодлоо хором бүр ажиглан хянасны үндсэн дээр аливаа үйлдлийг зөв сэтгэлээр хийж улмаар сэтгэлээ тогтмол зөв байлгах, зөв үг, үйлдэл илэрхийлэх, зөв шийдвэр гаргах зэргээр зөв үнэлэмжтэй болно. Сурагчид өөрийнх нь хэрэгцээ үл хангагдах, үзэл бодол зөрчилдөх улмаар маргаан үүсэх, амьдралд нь саад бэрхшээл тулгарах тохилдолд хүч хэрэглэхгүйгээр зохицуулах, бусадтай эелдэг зөөлөн, нэр төрийг нь хүндэтгэж харилцахын учир шалтгааныг ухаарч, тэдний сэтгэл хөдлөлийн мэдрэмжүүд, хэрэгцээг харгалзан үзэж харилцаж сурна. Сурагч өөрийн мэдрэмж, гэм алдаа, зөв зан чанар болон үлгэр дуурайл болох найз нөхөд, хүмүүсийг танин мэддэг болно. Өөрийгөө таних нь бусдыг ойлгох, бусадтай харилцан ярилцаж, үзэл бодол, үйлдэлдээ шүүмжлэлтэй хандах, өөрийгөө үнэлж дүгнэх, бусдад хүлээцтэй, хүндэтгэлтэй хандаж сурах, бие сэтгэлээ тайван байлгаж, бусдыг ялгаварлахгүй харилцаж сурахын үндэс суурь болохыг танин мэднэ.

“Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя” агуулга нь нэн тэргүүнд өөрийгөө таньж, хөгжүүлэхийн зэрэгцээ үнэт зүйлийн нэгэн хэсэг болох бусдыг хүндэлж, баярлуулснаар хүндлэл, баяр баясгаланг бусдаас хүртэх боломжийг бүрдүүлэх мөн чанартай. Тус агуулга нь эцэг эх, багш, асран хамгаалагч (цаашид “эцэг эх” гэх), төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмадыг хүндлэх, бусдыг ойлгох, зөв харилцах чадвар эзэмших агуулгаас бүрдэнэ. Тухайлбал, сэтгэл хөдлөлөө зөв залах, зөв илэрхийлэхэд суралцах, талархах, бусдыг уучлах, ажил хөдөлмөрийг чин сэтгэлээсээ, үр бүтээлтэй хийх, нийгэмд хамтдаа амьдрахад шаардлагатай зан үйлийг баримтлах талаар судална.

“Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя” агуулгад эргэн тойрны хүмүүсийн хэрэгцээ, шаардлага болон тэдний хүнд хэцүү нөхцөл байдлыг танин мэдэх, тохирсон арга, хэлбэрээр идэвхтэй туслах, асрах энэрэх болон ёс зүйн тодорхой сорилтуудыг даван туулах, зөв шийдвэр гаргах чадварууд багтана. Сурагч зөвхөн бусадтай харилцсаны үндсэн дээр өөрийнхөө болон бусдын төлөө хариуцлага хүлээх, асуудлыг бие биеэ харилцан хүндэтгэсний үндсэн дээр даван туулах, шийдвэрлэж сурах, бусдын оронд өөрийг тавьж төсөөлөн бодох, бусадтай санаа бодлоо хуваалцах чадварт суралцана.

Хүрээлэн буй орчин, байгаль, эх дэлхий, мал амьтан болон бусад хүмүүсийн амьдралын бодит байдал түүний утга учир, үнэ цэнг ойлгодог болно. Сурагчид ангийнхаа хүүхдүүдтэй танилцаж, хүүхэд бүрийн ялгаатай байдлыг танин мэдэж, тэднийг тэрхүү ялгаагаар нь ялгаварлах биш, бүх хүүхэдтэй адил тэгш харилцахыг ухаарна. Мөн бусад хүмүүс өөр хоорондоо ялгаатай ч тэднийг хүндэтгэж, зарим тохиолдолд хүлцэх ёстойг ойлгож ухаарна.

“Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулга нь сурагчид монголчуудын хүн төрөлхтнөөс ялгарах онцлог болох уламжлалт ёс, зан заншлаас судалж мэдэн улмаар эрхэмлэн дээдэлж нандигнах нь хувь хүн, айл гэр, анги хамт олон, сургууль, нутаг усныхны монгол үндэстний дархлааг бататгах учиртайг таниулах мөн чанартай.

Тус агуулга нь монголын уламжлалт нүүдлийн соёл болон баяр наадмын зан үйлийг мэдэж, мал маллах аж ахуйн хөдөлмөр, аж төрөх ёсонд суралцах, удам судраа мэдэх, эрийн гурван наадам, цагаан сар зэрэг баяр ёслолыг ёсчлон тэмдэглэх, гэр бүлийн харилцаа, монголчуудын биет болон биет бус соёлын өвөөс суралцах, үйлийн үр, асрах энэрэх сэтгэл, арга билгийн шүтэн барилдлага, зөв сэтгэлийг бясалгаж, дадуулах зэрэг монгол хүний зайлшгүй таньж мэдэн, ажил амьдралдаа дадал хэвшил болгон мөрдөж эрхэмлэвэл зохих агуулгаас бүрдэнэ.

“Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулгаар монгол хүний харилцааны соёлын бусдад талархах, бусдыг уучлах, зочлох, зочлуулах ёс, асрах энэрэх, аливаад хүлээцтэй хандах зэрэг хүний суурь, түгээмэл үнэт зүйлсийг учир шалтгаан, зүй тогтлын үүднээс танин мэдэж, дагаж мөрддөг болно. Мөн байгаль дэлхий, мал, амьтныг хайрлан хамгаалдаг монгол ахуй, соёлоос суралцана.

Сурагчид хүн, байгаль, хүрээлэн буй орчинтой өөрийн харилцсан, хийсэн үйлдлүүдээс хамаарч хариу үйлдэл өөрт эргэж ирдгийг ухаарна. Өөрийн үйлдэл, бусадтай харилцах харилцаа болон орчин үеийн нийгмийн асуудлуудын хоорондын уялдаа холбоог харьцуулан тунгааж, ойлгон ухаарна. Сурагч нийтээр тэмдэглэдэг баяр ёслол түүний зан үйлүүдийн учир шалтгааныг мэдэх нь түүнд бусдад хүндэтгэлтэй, хүлээцтэй хандаж сурахад нь тусална.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь сурагчдын гэр бүл, анги хамт олон, сургуулийн дотор болон гадна орчин, улс нийгэмд баримталбал зохих ёс суртахууны хэм хэмжээтэй холбоотой сэдвүүдээс бүрдэнэ. Бага боловсролд “Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье”, “Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя”, “Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулга тус бүрээр арав, суурь боловсролд найм, бүрэн дунд боловсролд зургаан бүлэг сэдэв судална.

“Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье” агуулга нь сурагч өөрөө өөрийгөө танин мэдэх, бие, хэл, сэтгэлээ засахад чиглэсэн хувь хүний хөгжил, амьдралын, “Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя” агуулга нь сурагч бусадтай зөв харилцахад чиглэсэн гэр бүл, анги хамт олон, сургууль, нутаг усныхан, нийгмийн амьдралын, “Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулга нь сурагч үндэсний онцлогийг танин мэдэхэд чиглэсэн, улс орны амьдралын хүрээг хамарсан сэдвүүдээс тус тус тогтоно.

Тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулгаар сурагч сургууль, анги танхим, гэр бүлдээ болон сургуулийн гаднах орчинд, мөн насан туршдаа нийгэмд зөв амьдрах үндэс суурь болсон зөв үзэл бодолтой болох, цаашдын амьдралд зүг чигээ зөв олох, асуудлын бодит байдлыг олон талаас нь бодож тунгаан зөв шийддэг мэдлэг, чадвар эзэмшинэ. Амьдралынхаа туршид баримтлах ёс суртахууны суурь хэм хэмжээг ямагт мөрдөж, буруу бодол, сэтгэлээс ангижрах, таагүй явдал, аливаа зөрчил тэмцлээс урьдчилан сэргийлэх арга замыг танин мэдэж, амьдралдаа хэрэгжүүлдэг болно.

Ёс суртахууны баримтлах дэг журам, үнэт зүйлс, хэм хэмжээ байж, хүмүүсийн нийгмийн амьдралыг удирдаж, зохицуулахаас илүү хүн өөрөө сэтгэлээ хянах нь маш чухал гэдгийг ухаарч, сэтгэлээ ажиглаж хянасны үүднээс аливаад зөв хандах улмаар бусадтай харилцах харилцаагаа зөв тодорхойлох мэдлэг, чадварыг сурагчид эзэмшинэ. Сурагч ёс суртахууны дэг журмыг сахиж мөрдөхдөө бусдын албадлага шахалтаар бус дотоод сэтгэл,

бие, хэлээрээ ямагт зөв үйлдэл хийх эрмэлзэлтэй болно. Орчин тойрны хүмүүст өөрөө ёс суртахуунаар үлгэрлэж, улмаар дагуулах, бусдад тустай хүмүүнлэг үйлийг санаачлан хэрэгжүүлэх чадвартай болно.

Сурагчид хүний амьдралд тулгарч буй асуудал, төрөх үхэхийн учир шалтгаан зэрэг амьдралын бодит байдлыг судалж, түүний хатуу сорилт, шалгуурыг давах сэтгэл зүйн болон ёс суртахууны бэлтгэлтэй болно. Зөв болон буруу сэтгэл хөдлөлөө мэдрэх, таних, бодит нөхцөл байдалд нийцүүлэн зүй зохистой илэрхийлэх улмаар удирдаж сурах, мөн юмс үзэгдлийн учир шалтгааныг танин мэдэх хүсэл тэмүүлэлтэй болно.

Сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээ нь ойлгож ухаарах, судлан шинжилж танин мэдэх, амьдралдаа дадуулж хэвшүүлэх үндсэн үйлүүдээр дамжиж төлөвшинө. Ойлгож ухаарах үйл гэдэг нь хувь хүний болон нийгмийн амьдрал дахь ёс зүйн хэм хэмжээг анхааралтай, зөв бодлоор хичээнгүйлэн сонсож ойлгохыг хэлнэ. Судлан шинжилж танин мэдэх үйл гэдэг нь ойлгож ухаарснаа сэргээн санах, давтах, тунгааж бодох, нарийвчлан судлах, түүнд авах гээхийн ухаанаар хандах улмаар зөвийг нь эцэслэн шийдэж тогтоон танин мэдэхийг хэлнэ. Амьдралдаа дадуулж хэвшүүлэх үйл гэдэг нь судлан шинжилж танин мэдсэнээ өдөр тутмын амьдралын үйлдэлдээ мөрдөж, хэрэгжүүлж улмаар дадуулан хэвшүүлэхийг хэлнэ.

Ёс суртахууны хэм хэмжээ болон түүнтэй холбоотой төрөл бүрийн агуулгыг сурагч зөв суун анхааралтай, зөв бодлоор хичээнгүйлэн сонсож, унших зэргээр өөрийн болгон ойлгож ухаарна. Сурагч ойлгож ухаарсан ёс суртахууны хэм хэмжээг өөрийн үзэл бодолтойгоо харьцуулан эргэцүүлэн бодож тунгаах, судлан шинжилж танин мэдэх, асуулт тавих, хариулт хайж олох, олон талаас нь шинжлэх, ургуулан бодох, төсөөлөх, үнэлэх, дүгнэх, бусадтай хэлэлцэх, учир шалтгаанаар үндэслэх, тайлбарлах, үзэл бодлоо зөв илэрхийлэх, түүнийгээ баталж нотлох зэргээр судлан шинжилж танин мэднэ.

Сурагчид хичээлээ болон бусдыг анхааралтай сонсож, өөрийн үзэл бодлыг болон хүрээлэн буй орчин, цаашлаад хүний амьдралын бодит байдлын талаар эргэцүүлэн тунгааж, судлан шинжилж ийнхүү ойлгож ухаарснаа бага багаар өөрийн мэдрэмж, үзэл бодол, бие, хэл, сэтгэлийн үйлтэйгээ харьцуулж улмаар зөвийг нь амьдралдаа хэрэгжүүлдэг болно.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь сурагчийн ийнхүү эзэмшсэн мэдлэг, чадварыг ерөнхий боловсролын сургуульд суралцах хугацаанд улам бүр гүнзгийрүүлж, дадуулан хэвшүүлэхэд хөтөлнө.

Бага боловсролын агуулгын тойм

Сурагчид бага боловсролын агуулгыг судалснаар монгол өв соёл, ёс зүй, ёс суртахууны суурь мэдлэг, чадвар, дадал эзэмшинэ.

Сурагчид ёс зүй, ёс суртахууны үндэс суурь болсон багшийг дээдлэх, эцэг эх, ахмад настан, бусад хүнийг хүндлэх, баярлуулах, бусдаас уучлал хүсэх, уучлах, бусдад талархах, туслах, эв эетэй байх, бусадтай эелдэг зөөлөн харилцах, биеэ зөв авч явах зэрэг агуулгыг судална. Сурагчид агуулгыг өөрөө өөртэйгөө ажиллаж улмаар олон талаас нь ажиглан судалж, ойлгож ухаарч, дахин давтаж дадал болгох тул агуулга нь анги ахих тусам давтагдан өөр хоорондоо нягт уялдаа холбоотой байна.

Бага ангийн сурагч нь мэндлэх, эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах, сайн сурагч болох, багшийг дээдлэх ёсноос суралцана. Мөн сурагч өөрийн мөн чанар, буян нүглийн үйлийг ухаарахын дээр эцэг эх, төрөл садан, нутаг усныхан болон өөрөөс ахмад хүнийг хүндэлдэг, найзуудтайгаа зөв нөхөрлөдөг, бусад хүн өөрт ачтайг ойлгодог, бусдад талархдаг, баярлуулдаг, уучлал хүсэж чаддаг, уучилдаг, эв эеийг сахиж, ажилсаг хөдөлмөрч байхыг эрхэмлэдэг, зөв шийдвэр гаргадаг, бэрхшээлийг сэтгэлээрээ даван туулдаг, дотоод сэтгэлээ хөгжүүлдэг болох агуулгыг судална. Сурагчид идээ ундааг зүй зохистой хэрэглэх болон зочныг хүндлэх ёс, цагаан сарын ёс заншил, эрийн гурван наадмын дэг ёсноос суралцах, таван хошуу малаа ялган нэрлэх агуулгыг судална.

Тухайлан дурдваас, сургуульд анх элссэн сурагчийн “Иргэний ёс зүйн боловсрол”-ын эхний хичээлийн зорилго нь зөв мэндэлж сурах юм. Сурагчид бусадтай чин сэтгэлээсээ зөв мэндлэх нь бусдад сайхан сэтгэгдэл төрүүлж, баяр баясгалан бэлэглэж, бусад хүнийг хүндлэх, эелдэг найрсаг харилцахын үндэс болдгийг танин мэднэ. Мөн өдөрт олон удаа уулздаг хүнтэй хэрхэн мэндлэхээс эхлэн ялгаатай орчин нөхцөлд хэрэглэх мэндийн үг

хэллэгийг мэдэж улмаар зөв хэрэглэх, хүнийг үл ялгаварлан адил тэгш хандаж мэндлэх зэргээр сургуулийн дотор болон нийгмийн бусад орчинд бусадтай зөв мэндлэхэд суралцана.

Сурагч хүн зөв мэндэлж сурахаас гадна эрдэм номд шамдаж, сайн сурагч болохыг эрмэлзэх учиртай. Сайн сурагч болохын тулд эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёсноос суралцана. Сурагч номын ширээндээ зөв суух, хичээлээ анхааралтай сонсох, санахыг ойлгож мэднэ. Анхааралгүй сонссон тухайн өдрийн хичээл үр дүнгүй болох бөгөөд дараа дараагийн хичээл ч үр дүнгүй болж, хичээл нь сурагчид үр өгөөжөө өгөхгүй сурлагаар хоцрогдож эхэлдгийг, мөн бусад хүний яриаг ч сайн ойлгохгүй болдгийг ухаарна. Харин хичээлээ анхааралтай сонсож сурвал энэ нь эрдэм ном сурахын төдийгүй бусдын үгийг сонсож сурахын үндэс суурь болдгийг ойлгож ухаарна.

Сайн сурагч болоход дан ганц эрдэм ном сурах ёсноос суралцах нь хангалтгүй. Сурагчийн эрдэм багшаас төрдгийг ойлгож ухаарах учиртай. Сурагч эрдэм номд хөтөлж буй багшаа дээдлэхгүй бол хичээлээ сайн сурахгүйг танин мэднэ. Хүүхэд эхээс мэндлэхдээ л эрдэм ном сурчихсан төрдөггүй бөгөөд эрдэм номыг бусад хүнээр зайлшгүй заалгах хэрэгтэй байдаг. Сурагч багшийн ач тусаар, багшийг дээдэлснээр л эрдэм ном сайн сурч, хүмүүждэг, мөн бусадтай зөв харилцахын эхлэл нь багшийг дээдлэхээс эхэлдгийг танин мэдэх агуулгыг судална. Энэ нь улмаар багшийг нийтээр хүндлэхийн үндэс суурь болж, багшийн нэр хүнд нийгэмд өсөхөд бодитой хувь нэмэр оруулах нөхцөл бүрдэнэ. Сурагч багшийг дээдлэхийн сацуу, эцэг эх, ахмад настан, бусад хүнийг хүндэлдэг болох агуулгыг судална.

Сайн сурагч болохын нөгөө тал нь үг, сургаал сонсож сурах юм. Сурагч багш, эцэг эх, ахмад настны үг, сургаалыг сонсож сурах учиртайг ухаарна. Хүүхэд эхээс төрөөд л өөрөө өөрийгөө өсгөдөггүй, бие дааж амьдарч чаддаггүй, мэдээ орсон үеэс эхлэн бусдын хэлж, сургаснаар хүмүүждэг учир хүүхэд багаасаа багш, эцэг эх, ахмад настны үг, сургаалыг сонсох учиртай. Сурагч алив үйлийг тэдний үг, сургаалыг сайтар сонсож түүний дагуу хийвэл санасан үр дүндээ богино хугацаанд хүрч чадна гэдгийг ойлгож ухаарна. Мөн сайн сурагч тэдний хэлсэн үг, сургаалыг өдөр бүр дахин давтан санаж, бодож, тунгааж, сургаалыг нь биелүүлж, дадуулж, хэвшүүлэхийн төлөө хөдөлмөрлөдөг. Харин хориглосон үйлдлийг тэвчихийг эрмэлздэг. Иймд үг, сургаал сонсох нь өөрийн зөв, буруу үйлдлийг ялган танихад тустайг сурагч ойлгон ухаарах агуулгыг судална.

Бага ангийн сурагчид эцэг эх, багш нарынхаа хэлж захиж, зааж сургаж буй үгийг анхааралтай сонсож, өөрийн төлөө хэлсэн үгэнд нь талархаж, хэрэгжүүлж биелүүлэхийг чармайдаг болно. Харин тэдний хэлсэн үг, сургаалын эсрэг утгатай бодол, үг, үйлдлээс зайлсхийж, жигшдэг болно.

Мөн сайн сурагч болоход сурагч өөрийгөө сайтар танин мэдэх нь маш чухал. Сурагч эхлээд өөрийгөө танин мэдвэл бусадтай зөв харилцах үндэс суурь бүрдэнэ. Хүн амьдрал, ахуйн энгийн зүйлээс эхлэн агуу их үйлийг бүтээж чаддаг. Хүн төрөлхтний бүтээсэн агуу их үйлийг бидэнтэй адил хүн эрдэм номд сурч боловсрон, хичээн зүтгэж, оюунаа онцгой сайн хөгжүүлсний үр дүнд бүтээсэн. Иймээс сурагч өөрийгөө зөв үйл хийхийн төлөө чиглүүлж, залбал өөрт болон бусдад ач тустай, агуу их үйлийг бүтээж чадна улмаар эрдэнэт хүн болж төрсний хэрэг бүтдэгийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална.

Сайн сурагч болохын дараагийн алхам бол хүний сайн муу үйл болох буян нүглийн үйлийг ялган танин мэдэж, буяны үйлийг үйлдэхийг эрмэлзэх, нүглийн үйл хийхийг тэвчих юм. Хүний муу үйлийг сайн үйл хэмээн буруу ойлгосноор амьдралд болон цаашдын эрдэм ном сурах үйлд бэрхшээл тулгарахыг сурагч ойлгож ухаарна. Сурагч буян нүглийн үйлийг ялган таньж мэдсэнээр бусад хүнийг хүндлэх, баярлуулах нь өөрийн хийвэл зохих үйл болохыг ойлгож ухаарна.

Сурагч эцэг эх, ахмад настан, бусад хүнийг чин сэтгэлээсээ хүндлэх, баярлуулахад суралцана. Нялх балчир хүүхдэд эцэг эхийн асаргаа, халамж, энэрэл, нигүүслийн хүчээр л амьдрах, өсөж торних боломж бүрддэг. Мөн бусдын хэлж, сургаснаар хүмүүждэг учир тэднийг хүндэлж, баярлуулж, уучлал хүсэж, бусад хүнийг уучилж, бусдад талархаж, туслах учиртай. Бусад хүнийг хүндэтгэж, баярлуулах нь бусадтай ойлголцох, зөв харилцах, эв эеийг хичээхэд тустай бөгөөд мөн бусдаас суралцаж буй юм. Сурагч тэдний ачийг нь санаснаар л хүндэлж чадна гэдгийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална. Эхээс төрсөн мөчөөс эхлэн, сургуульд орох хүртэл асарч халамжилсан тэдний ачийг өдөр бүр сэтгэлдээ санаж улмаар хүндэтгэлийн үгээр харилцаж, биеэр хүндэтгэсэн үйлдэл үзүүлж сурна. Тэднээр хүндлүүлэхийг хүлээлгүй, өөрөө эхэлж тэднийг хүндэлж сурна, тэдний хэлсэн зөв үг,

шаардлагыг зүй зохисоор уриалгахан хүлээн авч, биелүүлж сурна. Уламжлал ёсоор өөрөөс нэг насаар ах бол эхлэн мэндлэх, удаах суудалд суух зэргээр өөрөө эхэлж бусад хүнийг хүндэлснээр хүнээр хүндлүүлдэг ёсноос суралцана.

Багш, эцэг эх, ахмад настан, найз нөхөд, ах эгч, дүү нарынхаа сайн зан чанар, үг, үйлдлийг анхааралтай ажиглаж, нэг нэгнийхээ сайн талыг гэр бүлдээ болон ангидаа хэлэлцэн ярилцаж, сайшаан дэмжиж, урам зориг өгч, бусдын сайн үйлээс үлгэр авч өөртөө хэвшүүлэхийг эрмэлзэхийн зэрэгцээ өөрөө бусдад үлгэр жишээч байхыг ямагт хичээхэд суралцана.

Бусад хүнийг хүндлэх, баярлуулах, талархах нь зөвхөн үгээр илэрхийлдэг зүйл биш, инээмсэглэл, хүмүүстэй эелдэг харилцах, бусдад хандах хандлага, бие, хэл, сэтгэлийн үйлдэл, эрдэм ном сурахад бүхий л чадлаараа хичээж буй байдлаар ч илэрдгийг сурагчид танин мэдэж, хэрэгжүүлнэ. Сурагчид нийгмийн хариуцлагатай байх нь хүндэтгэл дээр суурилж харилцахаас эхлэх бөгөөд ёс суртахууны хариуцлага нь хариу нэхээгүй тусаас урган гардгийг ойлгож ухаарна. Бусад хүмүүс өөрт ач тустай болох, бусдад туслахын зайлшгүй шалтгааныг ухаарч, тусламж хэрэгтэй хүмүүсийг асарч энэрэх, туслах үйлд суралцана.

Бага боловсролын агуулгаар сурагчид өөрийгөө танин мэдэх, дотоод сэтгэл, мэдрэмж, өөрийн үзэл бодлоо илэрхийлж чаддаг болох, үүн дээр суурилан сэтгэлээ зөв залж, магтаал, сайшаал, зэмлэлийг зөв хүлээн авч сурах улмаар өөрийгөө үнэлж чаддаг болно. Түүнчлэн шинэ мэдлэгийг өмнөх мэдлэгтэйгээ холбож ойлгох, цэгцлэх чадвартай болно. Бага боловсролын агуулгыг хавсаргав. (Нэгдүгээр хүснэгт)

Суурь боловсролын агуулгын тойм

Сурагчид суурь боловсролын агуулгыг судалснаар монгол иргэн болж хүмүүжиж төлөвшинө. Дунд ангид сурагч хүний мэдрэмжийг танин мэдэх, сэтгэл хөдлөлөө хянах, зөв залах, үйлдлээ хянаж, ухамсарлах, ураг удмаа мэдэхийн ач тусыг ойлгож ухаарах, амьдралын зорилгоо зөв тодорхойлох, түүнд зөв арга замаар хүрэх, уужим, агуу ухаантай болох, төв шулуун зан төрхийг эрхэмлэх, төрийг дээдлэх, амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд бясалгал, үйлийн үр, асрахуй энэрэхүй сэтгэлийг танин мэдэх, дадуулах, үндэсний хувцсаа өмсөх, таван хошуу малаа өсгөн үржүүлэх, уламжлалт өв соёл, баяр наадмын зан үйлээс суралцах агуулгыг судална.

Сурагч бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ эс хянаснаар буруу сэтгэлдээ хөтлөгдөн буруу бодол төрүүлж улмаар хэлж буй үг, харилцаа нь буруу үг, харилцааг бий болгож, биеийн үйлдэл нь өөрт болон бусдад тааламжгүй мэдрэмж төрүүлдгийг танин мэднэ. Сурагч сэтгэлдээ бодож буй, хэлээрээ ярьж буй, биеэрээ үйлдэж буй үйл бүхэн нь бусдад, нийгэмд нөлөөлдөг тул ганцаараа биш бүх нийтээрээ зөв үйлдэлд суралцахын ач тусыг ойлгож, бусдын тусын тулд нийгмийн төлөөх хүмүүнлэг үйл хийж сурна. Иймээс сурагч бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ тогтмол хянадаг болж улмаар зөв залж сурна.

Сурагчид хүн бүр аз жаргалтай байхыг хүсдэг, зовохыг хүсдэг нэг ч хүн байдаггүйг мэдэж улмаар хүн хэрхэн аз жаргалтай болдгийг ойлгож ухаарна. Нүдээр гоё сайхныг харах, чихээр чимэгтэй сайхныг сонсох, хэлээр шимтэй сайхныг амтлах, хамраар таатай, сайхныг үнэрлэх, биеэр тааламжтай, сайханд хүрэлцэн мэдрэх нь таван мэдрэхүйгээс амсаж буй хүний аз жаргал юм. Таван мэдрэхүйгээс амсаж буй аз жаргал нь гадна орчны юмс үзэгдэлтэй заавал холбоотой байдаг. Бид нүдээрээ сайхныг харж баясъя гэвэл заавал гоё сайхан зүйл харах, чихээрээ сайхныг сонсъё гэвэл зайлшгүй чимэгтэй зүйл сонсох зэргээр заавал гадна орчны юмс үзэгдэл байх шаардлагатай болдог. Таван мэдрэхүйгээс амсаж буй аз жаргал нь хүнд хэрэгтэй ч энэ төдий жаргал батгүй, хангалтгүй. Таван мэдрэхүй нь хэчнээн жаргалтай байлаа ч дотоод сэтгэлдээ хүн зовбол уг хүн зовлонтой болно. Монголчууд биеийн зовлонгоос сэтгэлийн зовлон хэцүү гэдэг. Учир нь дотоод сэтгэлийн зовлон хүний таван мэдрэхүйн жаргалаас илүү хүчтэй байдгийг сурагчид ойлгож ухаарах агуулгыг судална.

Зарим хүмүүс гадна орчноос бий болдог таатай мэдрэмжийг төрүүлэхийн тулд архи, тамхинд дурлаж, хар тамхи татаж, мөрийтэй тоглоом зэргийг тоглож бусармаг явдлаар явж буй нь таван мэдрэхүйн аз жаргалыг чухалчилж, түүнд хөтлөгдөж байгаа хэрэг болно. Хүн тансаг орон байранд амьдрах, мөнгөтэй, алдар нэртэй байх нь амьдралд хэрэгтэй ч эдгээр хэрэгцээ нь хүний амьдралд чухалчлах зүйл биш юм. Хүн амьдралын хэрэгцээг чухалчилсан ч хожим нь амьдралынхаа утга учир болох аз жаргалгүй, амар амгалангүй болж, дахин зовлонтой хэвээрээ үлдэх тохиолдол байдгийг танин мэдэх агуулгыг судална.

Хүн гадна орчноос бий болдог таван мэдрэхүйн аз жаргалыг бүрдүүлэхийн төлөө амьдарвал, мөн түүнд ямар нэг аргаар хүрлээ ч аз жаргалтай байж чадахгүй учир энэ нь амьдралын зорилго биш юм. Сурагчид дотоод сэтгэлийн амар амгаланг бүрдүүлэх нь амьдралын зорилго мөн гэдгийг ойлгож ухаарах монгол өв соёлоос суралцана. Хүний бие махбод өвчин эмгэгтэй, оюун ухаан нь хэвийн бус бол амьдралын зорилгодоо хүрэхэд бэрхшээлтэй учир сурагч эрүүл чийрэг бие бялдартай, саруул ухаантай байх учиртайг танин мэдэх агуулга судална.

Сэтгэлийн амар амгалан хүнд ихээхэн ач тустай, энэ нь гадна орчноос, гадна талаас бий болдоггүй, гагцхүү өөрийн сэтгэлээс бий болдог. Сэтгэлээс бий болохдоо гагцхүү зөв бодлоос бий болдог учир хүн хэдий чинээ зөв бодлыг бодож түүнийг дадуулж сэтгэлдээ төрүүлнэ, өөрийн сэтгэл төдий чинээ амар амгалан болно. Сэтгэлийн амар амгаланг бий болгохын тулд түүнийг бий болгодог зөв бодол өөрт байнга төрж, сэтгэлд тогтмол оршин байхаар дадуулж сурах нь чухал. Хүн зөв бодлыг бодож, бясалгасны үр дүнд л зөв бодол сэтгэлд тогтмол, хүчтэй төрдөг болно. Бясалгалын үр дүнд хүний зөв бодол улам бүр дадал болж, ингэснээр хүнд зөв бодол хэдий чинээ төрнө, өөрийн сэтгэл төдий чинээ амар амгалантай байдгийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална. Сурагчид төвлөрч мөн ажиглан эргэцүүлэх бясалгалыг дадуулахад суралцана.

Сурагч тулгарсан бэрхшээлийг дагаж сэтгэлээр уналгүй түүний зөв, оновчтой гарцыг олж чадах уужуу, агуу ухааныг өөртөө төрүүлэх агуулгыг судална. Хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлж байгаа нь уужуу, агуу ухаан дутаж буйн шинж юм. Тиймээс хүний үгийг гүйцэд, тэсвэр тэвчээртэй сонсож, үг нь бодит байдалд нийцэж байна уу, үгүй юу гэдэгт авах гээхийн ухаанаар хандах нь уужуу, агуу ухааныг өөртөө төрүүлэхийн нэг арга болохыг ойлгож ухаарна.

Сурагч бусдын үг, үйлдэлд хүлээцтэй, нухацтай хандаж, ямагт зөв зөөлөн үг хэллэгээр ярьж сурна. Бусдын зүгээс өөрт болон өөр хоорондоо ярьж буй таагүй үг хэллэг, үйлдэлд уурлаж бухимдах биш, харин учир шалтгааныг нь олж, бодож тунгаасны эцэст өөрийн санал бодлоо зөв зөөлөн үгээр тайван дөлгөөнөөр хэлж, эвлэрэх талыг ямагт барьж сурна. Хатуу ширүүн, зохисгүй үг хэллэг хэлэхгүй байхыг өөрөө хичээн үлгэрлэж, бас бусдад зөвлөж сурах агуулгыг судална.

Сурагч нь хүнд буй өчүүхэн амар амгалан ч зайлшгүй буяны үйлээс, сайн үйл хийсний үр дүнд ирдэг, өчүүхэн бэрхшээл зовлон ч нүглийн үйлээс, муу үйл хийсний үр дүнд гардаг нь гарцаагүй гэдэг байгалийн хууль жам ёс, бодит байдлыг танин мэднэ. Өөрөө зөв сэтгэлтэй, зөв үйлдэлтэй, зөв харилцаатай болсноор л хүн аз жаргалтай байж, бусдад аз жаргал бэлэглэдгийг танин мэдэхийн зэрэгцээ сурагч амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд үйлийн үрийг ойлгож ухааран улмаар мөрдөх монгол өв соёлоос судална.

Сурагч бусад хүнийг асрах энэрэх сэтгэлийг өөртөө төрүүлэх агуулгыг судална. Асрахуй энэрэхүй сэтгэлийг бясалгаж, өөрийн сэтгэл болон бусад хүнийг аз жаргалтай болгосноор зовлон бэрхшээлийн уг шалтгааныг арилгаж, аз жаргалын уг шалтгааныг бий болгоно. Асрахуй энэрэхүй сэтгэлийг бясалгаснаар дотоод сэтгэлийн амар амгаланг бий болгох агуулгыг судална.

Сурагчид өөрсдөө сайн үйл хийх, аливаад нухацтай хандах, хичээл зүтгэлтэй, хөдөлмөрч байх, гэр бүл, найз нөхөд, сургууль, багшийнхаа өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагаа ухамсарлахын зэрэгцээ бие даах нь аливааг өөрөө хийх чадвар бөгөөд сурагчаас хариуцлага нэхдэгийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална. Суурь боловсролын агуулгыг хавсаргав. (Хоёрдугаар хүснэгт)

Бүрэн дунд боловсролын агуулгын тойм

Сурагчид бүрэн дунд боловсролын агуулгыг судалснаар эх орныхоо эзэн монгол хүн болж төлөвшинө. Ахлах ангийн сурагчид бусад хүнийг болон орчныг мэдрэх, гэр бүлийн харилцаанаас суралцах, гэр бүлийн аз жаргалыг бий болгох, ирээдүйн эцэг эхийн гэр бүлийн өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагыг ухамсарлах, удам судраа танин мэдэх, сахих, хамгаалах, мэргэжлийн ёс зүйг танин мэдэх, зөв сэтгэлийн ач тус, буруу сэтгэлийн хорыг ухаарах, буруу сэтгэлийг хорих, өөрийн гэмийг, харин бусдын эрдмийг харж сурах, эх оронч үзэлтэй байх, монгол гэр, цаг тоолол, монгол аж төрөх ухаан болон газар усны нэр домгийг танин мэдэх, монголчуудын соёлын биет болон биет бус өв, номын соёлоос суралцах, түүгээр бахархах, хадгалан хамгаалахад суралцах, арга билиг, шүтэн барилдлага, гүн үзэл, дөрвөн үнэний мөн чанар, агуулгыг судална.

Сурагчид билиг нь юмсын мөн чанарыг мэдэж буй ухааныг, арга нь энэрэн нигүүлсэх сэтгэл тэргүүтэй билгийг чиглүүлдэг ухамсар болохыг судлан танин мэднэ. Улмаар арга билгийг дадуулснаар хүний дотоод сэтгэл хөгждөг, ингэснээр хүн аз жаргал, амар амгалантай болж, цаашлаад гэр бүл, сургууль, нийгэмдээ сайн сайхныг бүтээх боломж бүрдэхийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална.

Хүн буруу сэтгэлийн үүднээс аливаад хандаж, зовлон, бэрхшээл, таагүй байдлыг өөрөө өөртөө бий болгодог. Буруу сэтгэлийн хор уршигт хэрүүл тэмцэл, хүний бие, сэтгэлийн шаналал, зовлон зэрэг багтана. Буруу сэтгэлд автах даруйд хүн сэтгэлийн амар амгалангаа алдаж, сэтгэлийн шаналал, зовлонд унадаг. Өөрөө буруу сэтгэлд автан, сэтгэл нь шаналж зовоод зогсохгүй хожим хойно өөрөө зовлон амсах үйлийг хураадаг. Өөрөө үйл хураагаад, аз жаргал амар амгалангаа устгаад зогсохгүй өөрт болон бусдад, цаашлаад ойр орчны хүмүүст таагүй мэдрэмж төрүүлдэг. Түүгээр үл барам буруу сэтгэлд автсан бол түүнээсээ гарахын тулд дахин буруу алхам хийж, буруу шийдвэр гаргаж улмаар бусдад болон нийгэмд таагүй байдал үүсгэхээс хэтэрч, өөрт болон бусдад хортой үйлдэл хийж эхэлдэг. Ингэснээр өөрөө болон бусад хүн өвдөх зэрэг маш олон таагүй зүйлтэй тулгарах, өнөө үед олноор гарч буй гэмт хэрэг, хэрүүл тэмцэл, зодоон цохион, хүчирхийлэл, хуйвалдаан бүгд буруу сэтгэлийн хор уршгаас гарч буйг сурагчид ойлгож ухаарах агуулгыг судална.

Буруу сэтгэлийг хорих даруйд сэтгэлд амар амгалан, аз жаргал бий болж, ингэснээр ирээдүйд өөрөө аз жаргалтай, амар амгалантай байх буяны үйлийг хураана. Үүгээр зогсохгүй орчин тойрны хүмүүст таатай мэдрэмжийг төрүүлнэ. Цаашлаад буруу сэтгэлийг хорьё гэдэг зөв бодол төрж, зөв бодлын үүднээс хэлж буй үг, мөн биеийн үйлдэл зөв болж, ингэснээр бусад хүнийг баярлуулсан, бусдад тус болсон, өөрт болон бусдад амар амгаланг бий болгосон үйлдэл хийж чаддаг болно. Улмаар буруу сэтгэлийг хорьсноор хүн бүрийн хүсдэг аз жаргал бий болно. Аз жаргал, амар амгаланг бүтээхэд хүнээс өөрөөс нь голлон хамаардаг, хамгийн хүчтэй амар амгалан бол дотоод сэтгэлийн амар амгалан бөгөөд буруу сэтгэлийг хорьсноор л үүнийг бий болгоно гэдгийг сурагч ойлгон ухаарч улмаар дадуулж, хэвшүүлэх агуулгыг судална.

Сурагчид сав ертөнц шүтэлцэж үүсдэг, сав ертөнц бий болоход түүнд амьдрах амьд амьтан буюу шим ертөнц түүнд шүтэлцэж бий болдог улмаар эдгээр ертөнц өөр хоорондоо харилцан шүтэлцэж оршдог. Аливаа зүйл оршин тогтнож байгаа нь бусад юмсад шүтэлцэж оршиж буйгаас биш дангаар, өөрөө бүтэж бий болдоггүйг ойлгож ухаарна. Үүнийг өнөөгийн физикийн шинжлэх ухаан түүний хүрээний зарчим, үр дүн бэлхнээ харуулж буйг танин мэднэ. Сурагч дангаар, цаанаасаа бүтсэн юмс байдаггүй, аливаа юмс шүтэн барилдаж бий болдгийг танин мэдэх агуулгыг судална.

Эх орон, хүн төрөлхтөнд ач тустай иргэн байхын үндэс нь ёс суртахуунтай, гэр бүлдээ халамжтай, хариуцлага, сахилгатай, мэргэжил боловсрол эзэмшиж, ажил хөдөлмөр эрхлэх явдал мөн гэдгийг ухаарна. Ахлах ангийн сурагчид эх орон, үндэстний түүх соёлоо мэддэг, бахархдаг, үнэлдэг, хамгаалдаг, монгол эх орноо гэсэн халуун сэтгэлтэй болж хүмүүжнэ. Сурагчид бидний оршин суугаа, амьдарч буй газар нутаг бол миний эх орон, амьдралын туршид ивээж тэтгэдэг зүйл бол эх орон мөн гэдгийг ойлгож ухаарах агуулгыг судална.

Сурагч монгол иргэний хувьд төрийн бичмэл хууль, дүрэм журам, ардын бичигдээгүй ёс заншлаа даган мөрдөж, олон нийтэд үлгэр дуурайл үзүүлж, шударга ёсыг хөхиүлэн дэмжихийн тулд хүчин чармайлт гаргаж, үүргээ ухамсарлаж, бусад хүнийг дэмжиж, түүнд тусалж, бусдын гэр бүл, сургуулиа хүндэтгэж улмаар улс орныхоо хөгжилд хувь нэмрээ оруулдаг иргэн болж төлөвшинө.

Мөн сурагчид хүн бүр ёс суртахуунтай байвал гэр бүл, анги танхим, сургууль, улс орон, цаашлаад дэлхий нийтээр амар амгалан оршихыг ойлгож ухааран, бусад хүнийг аливаа хэлбэрээр ялгаварлалгүй, бусдад хүнлэг энэрэнгүй, тэгш ханддаг болж улмаар хүн төрөлхтний өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагаа ухамсарлана. Нийгмийн гишүүний хувьд эелдэг зөөлөн, хүнлэг энэрэнгүй сэтгэлтэй байж, эв эеийг сахидаг, бусдад анхаарал тавьдаг, нийгмийн харилцаанд хувь нэмрээ оруулдаг иргэн болж, оршин амьдрахын хувьд амьтныг энэрэн хайрлаж, байгальтай зохистой харилцах, хайрлан хамгаалах хандлагатай болж хүмүүжнэ. Бүрэн дунд боловсролын агуулгыг хавсаргав. (Гуравдугаар хүснэгт)

Тав. Сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй нь сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулж хэвшүүлэхэд чиглэнэ. Арга зүй нь агуулгыг тоочин заах, дурдах, номлон сургах уламжлалт арга зүйгээс ялгаатай. Сургалтын арга зүй нь ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг сурагчид өөрсдөө хамтран бүтээх, дадуулан хэвшүүлэх таатай нөхцөл боломжийг бүрдүүлэхэд оршино.

Багш хичээл сургалтаа сайтар төлөвлөж хэрэгжүүлэх нь чухал. Багш сургалтын жилийн, бүлэг сэдэв эсвэл дэд сэдвийн, нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөр боловсруулна. Ихэнх бүлэг сэдэв нь хэд хэдэн дэд сэдвээс тогтох бөгөөд мөн ихэнх дэд сэдэв хэд хэдэн нэгж хичээлээс бүрдэнэ. Дэд сэдвийг нэгж хичээл, нэгж хичээлийг ээлжит хичээл болгон тодорхойлох нь багшийн мэдэлд байна.

Сурагчид өөр өөрийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатайн дээр тус бүрийн онцлогтоо тулгуурлан ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвших үйлийн шинжийг тасралтгүй дагасаар ёс суртахуунтай болох учир агуулгыг олон талаас нь дахин давтан тайлбарлаж утга учрыг нь ойлгуулах, тэднээр дүгнэлт, шийдвэрийг нь гаргуулах улмаар үйлийг дадуулан хэвшүүлэх арга зүйг баримтална. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг амжилттай хэрэгжүүлэхэд багш сурагч хоёр өөр хоорондоо харилцан итгэлцэлтэй байхаас гадна багш нь сурагч бүрд эелдэг хандаж, ёс суртахуунаараа үлгэрлэнэ.

Багш нь сурагчийн зөв үйлдлийг дэмжиж ажиллана. Түүнд өөрийнхөө буруу үйлдлээс эмээж зовохгүй зөв үйлдлээ улам бүр дадуулах боломжийг бүрдүүлж өгнө. Сурагчийн зөв үйлдлийг олж харж, улам тордож, хөгжүүлэхийг эрхэмлэнэ. Ингэхдээ сурагчийн зөвхөн зөв үйлдлийг дөвийлгөх бус, зөв буруу үйлдлийн аль алиныг нь ёс суртахууны эзэмшвэл зохих хэм хэмжээтэй харьцуулж, зөв залах, сурагчдад өөрөө өөрийгөө танин мэдэх боломжийг бүрдүүлж өгнө. Сурагч ёс суртахууны хэм хэмжээг танин мэдэхэд сургалтын явцад өдөр тутмын амьдралын бодит жишээн дээр ажиллах улмаар амьдралд өрнөж буй үйл явдлыг шүүн тунгааж, хамтран хэлэлцэх нь маш чухал.

Арга зүй нь хичээл сургалт бол баяр баясал, хүсэл тэмүүлэл байх, сурагч өөрчлөлтийг өөрөөсөө эхлүүлэхэд хөтлөх нөхцөл боломжийг бүрдүүлж өгнө. Анги танхимын үйл ажиллагааг сурагчдын сурах үйлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдлыг хүндэтгэж, хот хөдөөгийн сургуулийн орчин нөхцөл зэргийг харгалзан зохион байгуулна.

Багш хичээлдээ бэлтгэхээс эхлэн түүнийг зохион байгуулж гүйцэх хүртэлх бүхий л үйл явцад “Сурагчдад ёс суртахууныг дадуулж, хэвшүүлнэ” гэсэн чиг шугамыг ямагт баримтлах ёстой. Хичээл бүрийн эхэнд анхаарал төвлөрүүлэх, тогтворжуулах дасгал хийнэ. Энэ нь сурагч хичээлдээ анхааралтай оролцохоос гадна бусад хүний үгийг сонсож сурах, ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулан хэвшүүлэхэд чухал ач холбогдолтой. Гэрийн даалгавар нь ёс суртахууны үйлдлийг дадуулж хэвшүүлэх зорилготой, сурагчийн нас, сэтгэхүйн онцлогт нийцсэн, тодорхой, ойлгомжтойн дээр түүнийг сурагч гэр бүлийнхэнтэйгээ хамтран хийнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлээр сурагчид хамтдаа шүүн хэлэлцэх, эргэцүүлэн бодох, задлан шинжлэх, шүүмжлэлтэй хандах түүнийгээ үндэслэлтэй тайлбарлах, бусад сурагчийн үзэл бодлыг хүндэтгэн сонсож, харилцан ярилцаж, хэлэлцэнэ. Мөн гайхах, эргэлзэх, хэлэлцэх, дүгнэх, үзэл бодлоо илэрхийлэх, мэтгэлцэх, асууж лавлах нь хичээлийн үйл явцын гол бүрэлдэхүүн хэсэг болно. Хичээлээр асуултад хариулт олох нь чухал биш, харин хариултыг хамтдаа эрэлхийлэх нь илүү ач холбогдолтой. Зарим агуулгаар сурагчдад эзэмшүүлэх чадварыг олон удаагийн хичээлд давтаж үзнэ.

Багш сургалтын явцад сурагчдад сургалтын хөтөлбөрийн агуулга түүний үзэл санааг өөрийн эзэмшсэн мэдлэг, чадварын үндсэн дээр хүлээн авах, тайлбарлах, шинэ тайлбар, дүгнэлт хийх, харилцан ярилцах дүрэм журмыг баримтлах, яриаг өдөөх, эхлэх, өрнүүлэх, гүйцэх, дүгнэх аргуудыг эзэмших, ашиглах, бусад сурагчтай мэдлэгээ хуваалцах, хамтдаа хариулт хайх, эзэмшсэн мэдлэг, чадвараа адил төстэй нөхцөлд ашиглах, бусдаас асуулт асуух, ёс суртахууны ойлголтыг хөгжүүлж хэрэглэх боломж нөхцөлийг бүрдүүлж өгнө. Сурагчдаар эргэцүүлэн бодуулахаас гадна шаардлагатай үйлдлийг бусад хичээл болон сургалтаас гадуурх үйл ажиллагаанд ч хэрэгжүүлж дадал, хэвшил болгох нөхцөл боломжийг бүрдүүлнэ.

Багш нь сурагчдад ойлгомжтой, хөгжилтэй, сонирхолтой арга аргачлалаар хичээлээ зохион байгуулна. Тухайлбал, “Иргэний ёс зүйн боловсрол”-ын анхны хичээл нь “Мэндлэх ёс” сэдэвтэй бөгөөд арга зүй нь сурагчдад сонирхолтой, хөгжилтэй байвал зохино. Багш уг бүлэг сэдэвт дараах үйл ажиллагааг нарийвчлан төлөвлөнө. Үүнд:

- Мэндлэхдээ бие, хувцсаа засан тэгшилж, нүүр царай, нүдний харц тэргүүтнээ төв болгон чин сэтгэлээсээ мэндлэх
- Өдөрт олон удаа уулздаг хүнтэй хэрхэн мэндлэх, хэзээ, хаана ямар төрлийн мэндийн үг хэллэг, үйлдлээр мэндлэх, -Юу байна, -Юмгүй, -Юу ч байхгүй гэх зэргээр буруу мэндлэхгүй байхад суралцах дүрийн тоглолт хийх, анги танхимд хийсэн эдгээр үйлдлээ гэр бүлийнхэнтэйгээ, бусад хүмүүстэй мэндэлж дасгал, дадал болгох
- Мэндийг зөв мэдэж бусад хүнийг баярлуулсан тохиолдлоо найзуудтайгаа ярилцах гэх мэт.

Дунд ангийн сурагчид бага ангид, ахлах ангийн сурагчид дунд ангид эзэмшсэн мэдлэг, чадвараа улам бүр гүнзгийрүүлж улмаар өдөр тутмын амьдралдаа хэрэгжүүлнэ. Сурагч ийнхүү эзэмшсэн мэдлэг, чадвараа ерөнхий боловсролын сургуульд суралцах хугацаандаа улам бүр гүнзгийрүүлж, дадуулан хэвшүүлнэ. Ахлах ангид дадуулах, хэвшүүлэх үйл давамгайлна. Хичээлийн шинэ жилийн эхэнд тав, ес, арванхоёрдугаар ангийн сурагчдын өмнөх ангиудад эзэмшсэн мэдлэг, чадвар, дадлыг оношилж, сэргээж, дахин давтан бататгана.

Сурагчийн ёс суртахуун нь гэр бүл, анги хамт олон, сургууль, нийгмийн харилцаан дунд төлөвшинө. Сурагчдад гэр бүл, сургууль, найз нөхөдтэйгөө харилцах үед үнэт зүйлс уламжлагдаж улмаар түүнийг ойлгож ухаардаг. Сурагч бусадтай харилцсанаар өөрийгөө танин мэдэж, мэдрэмж, үзэл бодлоо ойлгож, ёс суртахууны дэг журамтай нүүр тулдаг. Ёс суртахуун төлөвшихөд үзэл бодлоос гадна сурагчийн сэтгэл, мэдрэмж чухал гэдгийг багш сайтар анхаарна.

Үлгэр, түүх, эх бичвэр, үзэгдэл, тохиолдлын жишээнүүд, шүлэг, өгүүллэгүүд нь хүүхдийг эргэцүүлэн бодоход хөтөлж, ёс суртахууны зөв чиг баримжаатай болж, бусдын үзэл бодлыг ойлгох, тайлбарлах, шийдвэр гаргаж сурахад тусална. Багш нь сурагчдын амьдралд ойр, хоёрдмол салаа санаанд хүргэсэн агуулгатай эхүүдийг сонговол сурагчид аливааг үнэлж, зөв шийдвэр гаргаж сурахад тустай.

Сурагч бүр хичээлд идэвхтэй оролцож, санаа бодлоо бусадтай хуваалцах нөхцөл боломжийг бүрдүүлнэ. Тэдний энэхүү оролцоо нь өдөр тутмын амьдрал, цаашлаад нийгмийн үйл явдалд оролцох эхлэл болно. Багш нь сурагч бүрийн оролцоог дэмжих, хөгжүүлэх шаардлагатай нөхцөлийг бүрдүүлнэ. Багш тэдний сонирхол, асуулт, хүсэлт, үзэл бодлыг хүлээн авснаар сурагчдын оролцох үйл явц эхэлдэг. Оролцооны үндэс нь багш, сурагчид сэтгэлээсээ харилцан ярилцах явдал юм. Багш нь сурагчидтай харилцан ярилцахдаа яаран шийдэл, шийдвэр гаргахаас зайлсхийнэ. Агуулгын сэдвүүдийг тогтоосон цагаар судлаад орхих биш, хичээлийг сэдэв хоорондын уялдаа холбоог харгалзаж зохион байгуулах нь зүйтэй.

Ёс суртахууны ойлголт ухагдахуунд шинжилгээ хийх олон арга нь тэдгээрийн зөв, бурууг ялгахад тус болно. Улмаар сурагчид муу үйл өөрчлөгдөшгүй биш түүнийг өөрчилж болно гэдгийг ойлгож ухаарна.

Сурагчдад мэдрэмж, үзэл бодлоо хөгжим, дуу, бүжиг, бүдүүвч, зураг зэрэг олон арга, хэлбэрээр зүй зохистой илэрхийлэх, сургууль, анги танхимд биелүүлэх боломжтой ёс суртахууны дэг журам боловсруулж, хэлэлцэн мөрдөхөөс гадна ёс суртахууны хэм хэмжээг сахиж буй бодит үйлдлийг харуулсан дүрийн тоглолт, жүжиг, туршилт хийх, тоглоом тоглох боломжийг бүрдүүлж өгнө.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээл нь агуулгаар өгөгдсөн ёс суртахууны дүр зургийн дагуу сурагчид өөр өөрсдийн үзэл бодол, мэдрэмж, бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлийн хамт сургалтын хэрэглэгдэхүүн болдгоороо онцлогтой.

Зургаа. Сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээ

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээ нь сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвшиж буй үйл явцын өөрчлөлт болон түүний дадал хэвшлийг үнэлнэ. Сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө болон бусадтай хамтран бүтээж буй үйл явцыг ажиглаж, түүнд зөвлөн тусална.

Тус сургалтын хөтөлбөрөөр сурагчийн эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын ахиц амжилтыг “Ерөнхий боловсролын сургуулийн суралцагчийн болон сургалтын чанарын үнэлгээний журам”-ын хүрээнд үнэлж, дүгнэнэ. Тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын

мөн чанар, онцлогоос хамаарч II улирлаар дүн гарахгүй, сурагчдаас анги дэвших болон улсын шалгалт авахгүй бөгөөд “Хүмүүнлэгийн үйл” үнэлгээнээс гадна эцэг эхийн үнэлгээг сурагчийн үнэлгээнд тооцно. Иймээс бага, дунд, ахлах ангийн сурагчдыг үнэлэх оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээнд нарийвчилсан аргачлалыг ашиглана. Багш нар сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийг үнэлнэ. Бүх үнэлгээг нэгэн адил шалгуураар хийнэ.

Үнэлгээ нь сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээ буюу “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрөөр тэдний эзэмших мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийг үнэлнэ. Үнэлгээ нь сурагчдаар ёс суртахууны хэм хэмжээ болон төлөвших үйл түүний шинжийн өөрчлөлтийг үнэлэх бөгөөд өөрчлөлт нь ахиц амжилтыг агуулна. Сурагчдын дадал хэвшлийн үнэлгээ нь тэдний хандлагыг үнэлж буй хэрэг мөн бөгөөд ийнхүү үнэлэх боломжийг сургалтын хөтөлбөрийн агуулга олгоно. Аль ч үнэлгээний үр дүнг сурагчдад ёс зүйн боловсрол эзэмшүүлэх болон эцэг эхэд зөвлөн туслах үндсэн мэдээлэл болгон ашиглана.

Оношлох үнэлгээ

Оношлох үнэлгээний зорилго нь хичээлийн жилийн эхэнд сурагчдын өмнөх ангид эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийн өөрчлөлтийг тодорхойлоход оршино. Оношлох үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Оношлох үнэлгээний ерөнхий шалгуур нь бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.

Оношлох үнэлгээг хичээл зохион байгуулж буй багш, ангийн багш нар удирдан сурагч, эцэг эх, дотуур байрын багш, ах эгч, асран хамгаалагч нар (цаашид “эцэг эх” гэх)-тай хамтарч хийнэ. Хичээл зохион байгуулж буй багш сурагчдаас асуулга, ярилцлага авч оношлох бөгөөд анги удирдсан багштай хамтран эцэг эхээс асуулга, ярилцлага авна. Оношилгоонд асуулга, ярилцлагыг дангаар эсвэл хослуулан ашиглаж болно. Нэгдүгээр ангийн сурагчдын зөвхөн эцэг эхээс асуулга эсвэл ярилцлага авна. Багш нар асуулга, ярилцлагын асуулт боловсруулж эсвэл өмнөх хичээлийн жилд бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, нэгж хичээлээр сурагчдыг үнэлсэн асуулга, ярилцлагыг ашиглан оношилж болно. Багш бүлэг сэдвүүдийн нэгдсэн агуулгаар даалгавар боловсруулж оношилж бас болно.

Асуулга, ярилцлагын асуулт, даалгавар боловсруулах тохиолдолд багш бүлэг сэдвүүдийн ерөнхий шалгуур (агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана)-ыг сургалтын хөтөлбөрийн удирдамж (хүснэгтийн хоёрдугаар багана)-д заасны дагуу задалж нарийвчлан боловсруулна. Багш нарийвчлан боловсруулсан шалгууртаа тулгуурлан бүлэг сэдвүүдийн нэгдсэн агуулгаар тусгайлан даалгавар, асуулга, ярилцлагын асуулт боловсруулж сурагчдыг оношилно. Мөн эцэг эхээс авах асуулга эсвэл ярилцлагын асуулт бэлтгэнэ.

Багш сурагчийн болон эцэг эхийн асуулга, ярилцлагад тус тусад нь шинжилгээ хийж, нэгдсэн дүгнэлт гаргана. Багш оношлох үнэлгээний үр дүнд тулгуурлан сурагч бүрийн өмнөх хичээлийн жилд эзэмшсэн байх мэдлэг, чадвар, дадлыг хичээл сургалтын явцад гүйцээн төлөвшүүлж ажиллана. Оношлох үнэлгээний үр дүнг багшийн журнал, сурагчийн хувийн хэрэгт тэмдэглэхгүй бөгөөд хичээл зохион байгуулж буй багш дүгнэлт хэлбэрээр хувийн тэмдэглэл хөтөлнө. Оношлох үнэлгээний үр дүнг хичээлийн явцад хичээл зааж буй багш, ангийн багш, бусад мэргэжлийн багш, эцэг эх, сурагчид ашиглана. Иймээс багш захирал, сургалтын менежер, заах аргын нэгдлийн ахлагчид тусгайлан танилцуулахгүй бөгөөд тэд багшийн хувийн тэмдэглэлтэй танилцаж болно.

Багш хичээлийн жилийн эхний оношлох үнэлгээний үр дүнг өмнөх хичээлийн жилийн “Жилийн үнэлгээ”-ний үр дүнтэй харьцуулан анхаарч ажиллавал зохих зөвлөмжийг тусгайлан бэлтгэж, сурагч, эцэг эх, ангийн багш, бусад мэргэжлийн багш нарт танилцуулна. Багш оношлох үнэлгээний зөвлөмжид тулгуурлан сурагчаас гадна эцэг эхэд хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд зайлшгүй анхаарах мэргэжлийн зөвлөгөө өгнө. Мөн зөвлөмжөө бусад мэргэжлийн багш нарт тухайн хүүхдэд хичээл зааж ажиллахад нь зориулж танилцуулна. (Дөрөвдүгээр хүснэгт)

Дөрөвдүгээр хүснэгт. Оношлох үнэлгээний аргачлал

Арга	Багшийн хийх үйл ажиллагаа	Оролцогчид	Үр дүнгийн ашиглалт
- Даалгавар - Асуулга - Ярилцлага	-Ерөнхий шалгуурыг удирдамжийн дагуу нарийвчлан боловсруулж асуулт, даалгавар бэлтгэнэ. -Аль нэг аргыг эсвэл хослуулан ашиглана. -Нэгдсэн дүгнэлт хийж, зөвлөмж бичиж танилцуулан, зөвлөгөө өгнө.	-Хичээл зохион байгуулж буй багш -Анги удирдсан багш -Сурагч -Эцэг эх -Дотуур байрын багш -Ах эгч -Асран хамгаалагч	-Хичээл зохион байгуулж буй багш дүгнэлт хэлбэрээр хувийн тэмдэглэл хөтөлнө. - Хичээл сургалтын явцад сурагчтай ажиллахад ашиглана.

Явцын үнэлгээ

Явцын үнэлгээний зорилго нь хичээл сургалтын явцад сурагчийн эзэмшиж буй мэдлэг, чадвар, дадал хэвшил тэдгээрийн өөрчлөлтийг тодорхойлж, сурагчид ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвших үйлийг зөв залахад оршино. Явцын үнэлгээ нь сурагчдыг дүнгээр үнэлэхэд голлон анхаарах биш тэдний ёс зүйн боловсрол эзэмших арга барилд суралцах үйл явцыг дэмжинэ. Явцын үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь багана дах сурагчдын эзэмшвэл мэдлэг, зохих чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Явцын үнэлгээний ерөнхий шалгуур нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн хоёрдугаар багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.

Явцын үнэлгээг хичээл зохион байгуулж буй багш удирдан сурагч, анги хамт олон, эцэг эхтэй хамтарч хийх бөгөөд дараах хоёр хэлбэрээр хийнэ. Үүнд:

- Хичээлийн ажиглалт
- Бүлэг сэдвийн үнэлгээ

Хичээлийн ажиглалтын үнэлгээ: Хичээлийн ажиглалт нь хичээл бүрээр сурагчийн мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийн ахиц амжилт, өөрчлөлтийг танин мэдэх, түүнд хариу дэмжлэг үзүүлэх үйл явц мөн. Хичээлийн явцад багш ажиглалт хийж, сурагчдыг урамшуулан дэмжих үг хэрэглэн, үр дүнг өөрийн сонгосон тэмдэглэгээг ашиглан хувийн тэмдэглэлдээ хөтөлнө. Хичээл бүрээр, бүх сурагчийн хувьд тэмдэглэл хөтлөхгүйгээр түүнд ажиглагдахуйц өөрчлөлт гарсан тохиолдлыг тэмдэглэнэ.

Бүлэг сэдвийн үнэлгээ: Тус үнэлгээнд бүлэг сэдэв, дэд сэдвийн үнэлгээ багтана. Ихэнх бүлэг сэдэв нь хэд хэдэн дэд сэдэв (агуулгын хүснэгтийн нэгдүгээр багана)-ээс тогтоно. Дэд сэдвийн үнэлгээг тухайн дэд сэдэв гүйцсэний дараа хийнэ. Ихэнх дэд сэдэв хэд хэдэн нэгж хичээлээс бүрдэнэ. Дэд сэдвийг нэгж хичээл, нэгж хичээлийг ээлжит хичээл болгон тодорхойлох нь багшийн мэдэлд байна. Нэгж хичээлийн үнэлгээ хийх эсэх нь багшийн мэдэлд байна. Багш нэгж хичээлийн үнэлгээ хийсэн тохиолдолд хувийн тэмдэглэл хөтөлнө.

Багш дэд сэдвийн үнэлгээний хийхдээ агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана дахь мэдлэг, чадвар, дадлыг сургалтын хөтөлбөрийн удирдамж (хүснэгтийн хоёрдугаар багана)-д тулгуурлан задалж нарийвчлана. Нарийвчлан боловсруулсан шалгуурыг заах аргын нэгдлээр хэлэлцүүлэн ахлагчийн гарын үсгээр баталгаажуулна. Багш шалгуурт тулгуурлан сурагчдыг ажиглахаас гадна тохирсон асуулт, даалгавар зэргийг боловсруулж сурагчдыг үнэлнэ. Мөн анги хамт олон, эцэг эхээс авах асуулга болон тэдэнтэй хийх ярилцлагын асуулт зэргийг бэлтгэнэ. Дэд сэдвийн үнэлгээнд асуулга, ярилцлага зэргийг дангаар эсвэл хослуулан ашиглаж болно.

Багш сурагчийн ажиглалтын тэмдэглэл, асуулга, ярилцлага, даалгавар болон анги хамт олон, эцэг эхийн үнэлгээний мэдээлэлд тус тусад нь шинжилгээ хийж дүгнэн дэд сэдвийн үнэлгээний нэгдсэн дүнг гаргана. Дэд сэдвийн үнэлгээг дараах аргачлалаар хийнэ. Үүнд:

- Бага ангийн дэд сэдвийн үнэлгээнд сурагчийн өөрийн үнэлгээ 10%, эцэг эхийн үнэлгээ 30%, анги хамт олны үнэлгээ 20%, багшийн үнэлгээ 40%-ийг тус тус эзэлнэ.

- Дунд, ахлах ангийн дэд сэдвийн үнэлгээнд сурагчийн өөрийн үнэлээ 20%, эцэг эхийн үнэлгээ 20%, анги хамт олны үнэлгээ 20%, багшийн үнэлгээ 40%-ийг тус тус эзэлнэ. (Тавдугаар хүснэгт)

Сурагч хичээлийн жилийн турш дэд сэдвийн үнэлгээний дүнгээ (хувь) ахиулах зорилгоор хэдэн ч удаа үнэлүүлж болно. Багш дүнгээ ахиулах сурагчийн хүсэлтийг тухай бүр хүлээн авч, оролцогчдоор үнэлүүлж, нэгтгэн дүгнэнэ. Дэд сэдвийн үнэлгээнд сурагчийн ахиулсан дүнг ашиглана. Бүлэг сэдвийн үнэлгээг дэд сэдвүүдийн үнэлгээний дүнгийн дунджаар тодорхойлно. Багш нэгж хичээлийн үнэлгээ хийсэн тохиолдолд дэд сэдвийн үнэлгээг нэгж хичээлүүдийн үнэлгээний ахиулсан дүнгийн дунджаар тодорхойлж болно.

Багш дэд сэдвийн үнэлгээний дүнг хувийн тэмдэглэлдээ бичиж, зөвхөн бүлэг сэдвийн үнэлгээний дүнг багшийн журналд тэмдэглэнэ. Явцын үнэлгээний дүнг хичээлийн явцад хичээл зохион байгуулж буй багш, ангийн багш, бусад мэргэжлийн багш, эцэг эх, сурагчид ашиглана. Иймээс багш нь захирал, сургалтын менежер, заах аргын нэгдлийн ахлагчид тусгайлан танилцуулахгүй бөгөөд тэд багшийн хувийн тэмдэглэл, журналтай танилцаж болно.

Тавдугаар хүснэгт. Дэд сэдвийн үнэлгээний аргачлал

Боловсролын түвшин	Оролцогчид, хувь				Нийт хувь	Үр дүнгийн ашиглалт
	Сурагч	Эцэг эх	Анги хамт олон	Багш		
Бага	10	30	20	40	100	Багш дэд сэдвийн үнэлгээний дүнгээр хувийн тэмдэглэл хөтөлж, зөвхөн бүлэг сэдвийн үнэлгээний дүнг багшийн журналд бичнэ. Явцын үнэлгээний үр дүнг хичээл сургалтын явцад сурагчтай ажиллахад ашиглана.
Суурь, бүрэн дунд	20	20	20	40		

Жилийн үнэлгээ

Жилийн үнэлгээ нь хичээлийн жилд сурагчдын эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийг үнэлж дүгнэх зорилготой. Тус үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Ерөнхий шалгуур нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн. Жилийн үнэлгээг дараах аргачлалаар хийнэ. Үүнд:

- Жилийн үнэлгээг хичээлийн жилийн IV улиралд хичээл зохион байгуулж буй багш хийнэ. Багш бүлэг сэдвүүдийн үнэлгээний дүнгийн дунджаар жилийн үнэлгээг гаргана.
- I-II ангийн сурагчдын жилийн үнэлгээний дүнг анги удирдсан багш гаргаж, ёс суртахууны хэм хэмжээний онцгой өөрчлөлтийн хамт хувийн тэмдэглэлд бичнэ.
- III-XII ангийн сурагчдын жилийн үнэлгээний дүнг хичээл зохион байгуулж буй багш гаргаж, журналын “Жилийн үнэлгээ” хэсэгт тэмдэглэнэ.
- III-XII ангийн сурагчдын жилийн үнэлгээний дүнг анги удирдсан багш хувийн хэрэгт тэмдэглэнэ.
- Анги удирдсан багш сурагчдыг тавдугаар анги дүүргэхэд, хичээл зохион байгуулж буй багш нь анги удирдсан багштай хамтран ес, арванхоёрдугаар анги дүүргэхэд дараагийн түвшний боловсрол эзэмшүүлэх багш нарт зориулан зөвлөмж бичнэ. Зөвлөмжид сурагчийн эзэмшсэн сайн зан чанар, түүнд ёс суртахуун төлөвшүүлэхэд анхаарч ажиллах арга барилын талаар дурдах бөгөөд анги удирдсан багш сурагчийн хувийн хэрэгт тэмдэглэнэ.

Хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ

“Хүмүүнлэгийн үйл” үнэлгээний зорилго нь сурагчид хичээл сургалтаар эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадлаа бусдын төлөөх сайн үйлсэд зориулж хэрэгжүүлэхэд оршино. Тус үнэлгээг “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулгад нийцсэн дараах шалгууураар хийнэ. Үүнд:

- Анги хамт олондоо эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээг мөрдөхийг уриалж, манлайлан хэрэгжүүлэх
- Гэр бүл, анги хамт олон, сургуульдаа ёс суртахууны зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх
- Бусдад чин сэтгэлээсээ энэрэхүй сэтгэлээр туслах
- Бусдын эрдмээс суралцаж, хэвшүүлэх
- Бусад

Хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээг дараах аргачлалаар хийнэ. Үүнд:

- Сурагчид нэг болон хэд хэдэн шалгуурыг сонгож бие даан болон бусадтай хамтран хийнэ.
- Хүмүүнлэгийн үйлийг бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүрээнд явуулна.
- Сургууль, багш нар бодит эд эдлэл, хөрөнгө санхүү шаардагдах хүмүүнлэгийн үйлийг биш, сурагчид хичээлээр эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвараа өдөр тутмын үйлдэлдээ хэрэгжүүлж дадал хэвшил болгох хүмүүнлэгийн үйлийг чухалчилна.
- Сургууль, багш нар нь сурагчид бие, хэлний үйлээр чин сэтгэлээсээ, санаачилгаараа хийх хүмүүнлэгийн үйлийг дэмжинэ.
- Үнэлгээг хичээл зохион байгуулж буй багш болон ангийн багш удирдан хичээлийн жилийн турш хамтран зохион байгуулна.
- Сургууль багш нар сурагчдын санаачилсан хүмүүнлэгийн үйлийн хэлбэр, зохион байгуулалт, хамрагдах нийт сурагчийн боломжит тоог тогтоон явуулна.
- Сурагч хичээлийн жилд нэг удаа хүмүүнлэгийн үйл заавал хийх бөгөөд аль ч улиралд хийж болно.
- Хүмүүнлэгийн үйлийг сурагчидтай эцэг эх, гэр бүл, төрийн байгууллага хамтран хийж болно.
- Сурагчдын хийсэн хүмүүнлэгийн үйлийг анги бүрд дараах хувь хүртлэх дүнгээр үнэлнэ. Үүнд:
    - Бага анги тус бүр 20%
    - Дунд анги тус бүр 25%
    - 10, 11 дүгээр анги тус бүр 30%, 12 дугаар анги 40%. (Зургаадугаар хүснэгт)
- Хичээл зохион байгуулж буй багш хувийн тэмдэглэл хөтөлж, хичээлийн жилийн IV улиралд тухайн ангийн болон тав, ес, арванхоёрдугаар анги тус бүрийн нэгтгэсэн дүн (хувь)-г тус тус гаргаж, журналд тэмдэглэнэ.
- Анги удирдсан багш хичээлийн жилийн тухайн ангийн болон тав, ес, арванхоёрдугаар анги тус бүрийн нэгтгэсэн дүнг хувийн хэрэгт, хийсэн хүмүүнлэгийн үйл түүний үр дүнгийн талаар “Сурагчийн хөгжил, төлөвшлийн тодорхойлолт” хэсэгт тус тус тэмдэглэнэ.
- Анги удирдсан багш сурагчдаа бага, дунд, ахлах анги төгсөхөд нь хүмүүнлэгийн үйлийн дүнг нэгтгэн гаргаж, сургалтын менежерт танилцуулна.
- Онцгой үйл хийсэн (өвчтэй зовлонтой хүнд тусалсан, хүн, амьтны амь аварсан гэх мэт) сурагчийг анги харгалзахгүйгээр сургууль, дүүрэг, аймаг, нийслэлийн “Хүмүүнлэгийн үйлтэн сурагч” хэмээн олон нийтэд алдаршуулна. Аймаг, нийслэлийн Боловсролын газар нь “Хүмүүнлэгийн үйлстэн сурагч”-ийг алдаршуулах тусгай дүрэм журамтай байж болно.
- Хүмүүнлэгийн үйлийн дүнг сурагч бүрэн дунд боловсрол болон дараагийн түвшний боловсрол эзэмшүүлэх сургалтын байгууллагад элсэн суралцахад тооцно. Сургалтын байгууллага өөрийн боловсруулсан аргачлалын дагуу хүмүүнлэгийн үйлийн дүнг тооцно. Аргачлал нь тухайн сургалтын байгууллагад элсэн суралцах бүх сурагчид адил тэгш үйлчилнэ.

Зургаадугаар хүснэгт. “Хүмүүнлэгийн үйл” үнэлгээний аргачлал

Боловсролын түвшин	Анги	Хувь	Шалгуур	Үр дүнгийн ашиглалт
Бага	1	20	o Анги хамт олондоо эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээг мөрдөхийг уриалж, манлайлан хэрэгжүүлэх o Гэр бүл, анги хамт олон, сургуульдаа ёс суртахууны зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх o Бусдад чин сэтгэлээсээ энэрэхүй сэтгэлээр туслах o Бусдын эрдмээс суралцаж, хэвшүүлэх o Бусад	-Анги удирдсан багш хичээлийн жилийн тухайн ангийн болон тав, ес, арванхоёрдугаар дугаар анги тус бүрийн нэгтгэсэн дүнг хувийн хэрэгт, хийсэн хүмүүнлэгийн үйл түүний үр дүнгийн талаар “Сурагчийн хөгжил, төлөвшлийн тодорхойлолт” хэсэгт тус тус бичиж тэмдэглэнэ. -Хүмүүнлэгийн үйлийн дүнг сурагч бүрэн дунд боловсрол болон дараагийн түвшний боловсрол эзэмшүүлэх сургалтын байгууллагад элсэн суралцахад тооцно.
	2	20		
	3	20		
	4	20		
	5	20		
Суурь	6	25		
	7	25		
	8	25		
	9	25		
Бүрэн дунд	10	30		
	11	30		
	12	40		

Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн үндэсний үнэлгээ

Хичээл гардан зохион байгуулж буй багш нарын дүгнэлт, санал нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн үндэсний үнэлгээ мөн. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн үндэсний үнэлгээг “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг зохион байгуулж буй багш нараас сургалтын хөтөлбөрийн агуулга, арга зүй, үнэлгээ болон бусад бүрэлдэхүүн хэсгийн хэрэгжилтийн талаар гаргасан дүгнэлт, саналд үндэслэн хийнэ. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн үндэсний үнэлгээг 1-12 дугаар ангид хичээл зааж буй багш нар анги бүрээр саналаа нэгтгэн хичээлийн жилийн IV улиралд сургалтын менежерт цаасан хэлбэрээр танилцуулна (нэгдүгээр ангид хичээл заадаг бүх багш нэгдсэн нэг дүгнэлт, санал гаргана гэх мэт).

Сургалтын менежер багш нарын гаргасан 1-12 дугаар анги бүрийн дүгнэлт, саналд шинжилгээ хийлгүйгээр албан бичигт хавсарган аймгийн Боловсролын газар, нийслэлийн дүүргийн Боловсролын хэлтэст хүргүүлнэ. Аймгийн Боловсролын газар, дүүргийн Боловсролын хэлтэс нь багш нарын дүгнэлт, саналд шинжилгээ хийлгүйгээр албан бичигт хавсарган тус яамны ерөнхий боловсролын асуудал эрхэлсэн бодлогын газарт ирүүлнэ.

Ерөнхий боловсролын асуудал эрхэлсэн бодлогын газар нь багш нарын дүгнэлт, саналд шинжилгээ хийн хичээлийн жил бүр сургалтын хөтөлбөр, түүнтэй холбоотой сургалтын бусад баримт бичиг, хэрэглэгдэхүүнийг сайжруулах ажлыг гүйцэтгэнэ.

Ерөнхий боловсролын сургууль нь аймаг, нийслэлийн Боловсролын газар, боловсролын асуудал эрхэлсэн төрийн захиргааны төв байгууллагад зөвхөн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын буюу тав, ес, арванхоёрдугаар ангийн жилийн болон хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээний дүнг хүргүүлнэ. Багш сургуульдаа зөвхөн анги бүрийн жилийн үнэлгээ болон бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ, сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн талаарх дүгнэлт, саналаа танилцуулна.

Аймаг, нийслэлийн Боловсролын газар, боловсролын үнэлгээний байгууллага, бусад төрийн болон төрийн бус байгууллага, хувь хүн, хуулийн этгээд нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрөөр сурагчдын мэдлэг, чадвар, дадлыг тогтоох аливаа шалгалт авахгүй. Аймаг, нийслэлийн Боловсролын газар нь ерөнхий боловсролын сургуулийн “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг амжилттай хэрэгжүүлэх орчин нөхцөлийг сургалтын хөтөлбөрт заасны дагуу хэрхэн бүрдүүлснийг үнэлж, сургуулийн ажлын үнэлгээнд тооцно.

Боловсролын асуудал эрхэлсэн төрийн захиргааны төв байгууллага нь аймаг, нийслэлийн Боловсролын газрын ажлын үнэлгээнд “Иргэний ёс зүйн боловсрол”-ын бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын жилийн болон хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээний дүнг тооцож үнэлнэ.

Долоо. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэглэгдэхүүн, сургалтын зохион байгуулалт

Сурагчид сурах бичиг, унших бичигтэй, багш “Багшийн ном”, сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжтай, хичээлд ашиглах сургалтын цахим болон хэвлэмэл нэмэлт хэрэглэгдэхүүнтэй, эцэг эх сургалтын зөвлөмжтэй байна. Унших бичиг нь эх, зохиолыг уншиж, ойлгож, ярилцаж, мэтгэлцэнгээ сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвших, өөрийгөө үнэлж, дүгнэхэд тусална.

Сурах бичиг нь сургалтын хөтөлбөрийн агуулгад нийцсэн Монгол Улсын мэргэд, эрдэмтдийн айлдвар, сургаал, монгол ардын зүйр цэцэн үг, ёс суртахууны сэдэвт бичил эхүүдийг агуулна. Сурах бичигт ёс суртахууны хэм хэмжээ, түүний тодорхойлолт, тайлбар, учир шалтгаан, баримт, нотолгоо, жишээг багтаана. Багшийн номд “Иргэний ёс зүйн боловсрол” болон бусад сургалтын хөтөлбөрийн агуулга, арга зүйн залгамж холбоог тодорхой өгүүлнэ. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэглэгдэхүүн нь багшийн хичээлийн бэлтгэл ажлыг аль болох орлох, багш хичээлээ шууд зохион байгуулах боломжийг бүрдүүлэх улмаар багшийн ажлыг хөнгөвчлөхөд чиглэнэ. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэглэгдэхүүнийг багш баяжуулан ашиглаж болно.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулгаар цахим хичээл бэлтгэж, хэвлэл мэдээллийн хэрэгсэл, зурагтаар тогтмол нэвтрүүлнэ. Сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийг дэмжих бусад үйл ажиллагааг дараах зохион байгуулалтаар хэрэгжүүлнэ. Үүнд:

- Ерөнхий боловсролын сургуулийн бүхий л үйл ажиллагааны зорилго нь сурагчдыг ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаанд суралцахад нь дэмжлэг үзүүлэх
- Сургалтыг дэмжих нэмэлт үйл ажиллагааг хичээлийн жилийн үйл ажиллагааны төлөвлөгөөнд тусган урьдчилан боловсруулсан аргачлалаар зохион байгуулах
- Сургалтын явцад уншлагын тогтмол цагтай байх зэргээр унших үйлийг түлхүү дэмжих
- Багш бүр сурагчдад, эцэг эхэд ёс суртахууны зөвлөгөө өгдөг байх
- Анги танхим, сургуулийн орчныг сурагчийн өдөр тутмын амьдралын үйл явдалтай холбоотой, сурагчдын ёс суртахууны хөгжлийг дэмжихүйц орчин болгон зохион байгуулах
- Сургууль, багш нар нь эцэг эх, орон нутгийн иргэдэд ёс зүйн боловсрол олгох сургалт, зөвлөн туслах ажлыг хуваарийн дагуу тогтмол явуулах.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг судалбал зохих цагаар хэрэгжүүлэхээс гадна орон нутаг, сургууль, сурагчийн нас, сэтгэцийн онцлогт нийцсэн нэмэлт, тусгай хөтөлбөр хэрэгжүүлж болно. Бусад сургалтын хөтөлбөр нь сурагчдад ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадлыг эзэмшүүлэхэд тодорхой, бодитой хувь нэмэр оруулна.

Ерөнхий боловсролын сургууль, багш нар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтыг орон нутгийнхаа иргэд, олон нийттэй хамтарч зохион байгуулах нь түүний зорилгод хүрэх гол хүчин зүйлийн нэг мөн. Орон нутгийнхан нийтээр хүндэлдэг иргэн, ахмад настнаар тус хөтөлбөрийн тодорхой агуулгаар сурагчид, эцэг эх, сургуулийн хамт олонд зориулан хичээл заалгаж болно. Тус хичээлийн цагийг бага, дунд, ахлах ангийн “Багш зохицуулах цаг”, багшийн нормт ажлын “Бусад” цаг эсвэл сургуулийн бусад үйл ажиллагаанд багтаан төлөвлөх зэргээр уян хатан зохион байгуулалтын хэлбэрээр явуулна.

Найм. Бусдад түгээн дэлгэрүүлэх үйл ажиллагаа

Багш бэлтгэдэг их, дээд сургуулийн оюутнууд “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг удирдан зохион байгуулах мэргэжлийн хичээлийг судална. Тус хичээлийг зохион байгуулж буй багш нарыг бие даан суралцахыг дэмжиж, судалгаа хийх боломжоор хангахаас гадна, төвлөрсөн сургалтыг тусгай хөтөлбөрөөр, тогтмол зохион байгуулж, мэргэжлийг нь тасралтгүй, тогтмол дээшлүүлнэ. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн нэмэлт сургалтуудад бусад хичээлийн багш нар сайн дурын үндсэн дээр хамрагдана.

Сургууль, багш нар ерөнхий боловсролын сургуулийн бага, дунд, ахлах ангийн сургалтын төлөвлөгөөний дагуу “Багш зохицуулах цаг”-аар сурагч, эцэг эх, иргэдэд зориулан «Иргэний ёс зүйн боловсрол» сургалтын хөтөлбөрийн агуулгаар зөвлөгөө өгнө. Сургууль, багш нар сурагчдад ёс суртахууныг төлөвшүүлэхийн дээр эцэг эх, иргэдэд зөвлөгөө өгч, эцэг эхтэй хамтран гэр бүлийн ёс зүйн боловсролыг дэмжих төлөвлөгөө боловсруулан баталж, хэрэгжүүлнэ.

Хичээлийн жилийн эхэнд сургуулийн бүх багш хичээлийнхээ төлөвлөгөөг “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөртэй холбож, залгамж холбоотой зохион байгуулах арга зүйг уг хичээлийг зохион байгуулдаг багш нартай хамтран боловсруулж, батлуулан хэрэгжүүлнэ. Багш нар цагаа нэгтгэн хичээлийг хамтарч зохион байгуулж болно.

ХАВСРАЛТ

НЭГДҮГЭЭР ХҮСНЭГТ. БАГА БОЛОВСРОЛЫН АГУУЛГА

НЭГДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Мэндлэх ёс	
Мэндлэх ёсны төрөл, ялгааг мэдэж, зөв мэндэлж хэвших	• Өдөр тутмын, улирлын, хүндэтгэлийн мэнд мэдэх ёсны үг хэллэгийг танин мэдэж, зөв хэрэглэж хэвших • Мэнд зөв мэдэх нь хүнийг хүндлэх, эелдэг найрсаг зан төрх эзэмшихийн үндэс болдгийг ухаарах • Мэнд мэдэхдээ чин сэтгэлээсээ хандах, биеэрээ хүндэтгэл үзүүлэх • Ахмад настны амрыг эрэх, хариу мэндлэх • Дүүмэд хүн, үе тэнгийнхэнтэй мэндлэх • Нийгмийн бусад орчинд хүнтэй зүй зохистой мэндлэх • Зочин гийчинтэй зөв мэндлэх
1.2. Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёс	
Хичээлээ анхааралтай сонсож сурах	• Эрдэм ном үзэх суудалдаа зөв сууж сурах • Хичээлээ анхааралтай сонсохын ач тусыг танин мэдэх • Хичээлээ анхааралтай сонсох аргыг танин мэдэж, анхаарлаа төвлөрүүлэхэд суралцах, хэвшүүлэх
Хичээлээ зөв сэтгэлээр сонсож сурах	• Хичээлээ зөв сэтгэлээр сонсохын ач тусыг танин мэдэх • Хичээлээ зөв сэтгэлээр сонсох аргаас суралцах, хэвшүүлэх
Хичээлээ өөрийн болгон эзэмшиж сурах	• Хичээлээ өөрийн болгон эзэмшихийн ач тусыг танин мэдэх • Хичээлээ өөрийн болгон эзэмших аргаас суралцах, хэвшүүлэх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Сайн сурагч	
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны үг, сургаалыг сонсож сурах	• Үг, сургаал сонссоны ач тус, эс сонссоны гэмийг танин мэдэх • Үг, сургаал сонсох
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны үг, сургаалыг эргэцүүлэн бодох	• Үг, сургаалыг тогтмол санах, эргэцүүлэх • Хэлсэн үгийн зөв, бурууг ялган таних • Өдөр тутмын ажил үйлээ үг, сургаалтай жишиж, эргэцүүлэн тунгаах
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны үг, сургаалыг биелүүлэх	• Хэрэв буруу үг хэлсэн бол түүнийг дагахгүй байх • Сургаал үгийг үйлдэл, үг, сэтгэлээрээ биелүүлэх түүнийгээ дадуулан хэвшүүлэх
2.2. Багшийг дээдлэх ёс	
Багшийг дээдлэх учир шалтгаан, ач тус, эс дээдлэхийн гэмийг ухаарах	• Сурагчийн эрдэм багшаас төрдгийг ухаарах • Багш, сурагчийн бие, сэтгэл амар амгалан, аз жаргалтай амьдрах ач тустайг ухаарах • Эс дээдэлснээр саад бэрхшээл тулгарах, зорьсон хэрэг санасанчлан бүтэхгүй байх гэмтэйг ухаарах • Хүмүүжилгүй болох гэм гарахыг ухаарах
Багшийг дээдлэх	• Багшийн эрдмийг санах • Багшийн ачийг санах • Багш хэзээ ямагт ачтайг санах • Багшийг ямагт үг, үйлдэл, чин сэтгэлээрээ дээдлэх

Багштай харилцах	• Багшаас асууж лавлах, ярилцахдаа үл эмээх • Багшдаа худал хэлэхгүй байх • Багш нь ч сурагчдаа хүндэлдгийг мэдэх • Хэрэв буруу үг хэлж, буруу үйлдэл хийсэн тохиолдолд сэтгэлээрээ уучилж, хожим тухайн цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан асууж лавлан, учирлан ойлгуулахад суралцах
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Таван хошуу мал	
Таван хошуу малыг ялган нэрлэх	• Мал маллах монгол уламжлалын учир утгыг ухаарах • Бод, бог малын нэр, нас, хүйсийг зөв нэрлэх • Төл малын нэр, нас, хүйсийг зөв нэрлэх • Эцэг мал, эх малын нэр, нас, хүйсийг зөв нэрлэх • Таван хошуу мал бидэнд ямар ач тустайг танин мэдэх
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Цагаан сарын баярын тухай мэдэж, хүүхдэд хамаатай ёс заншлаас суралцах	• Битүүлэх болон цагаан сарын шинийн нэгний шинэлэх ёсны мэдэгдэхүүнтэй болох • Золгох зан үйл, үг хэллэгийг мэдэх • Эцэг эх, өвөг эмэгт золгож буй хүмүүс ураг төрлийн ямар хэлхээ холбоотойг лавлан мэдэх • Цагаан сар бидэнд ямар ач тустайг танин мэдэх

ХОЁРДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Өөрийн мөн чанарыг танин мэдэх ёс	
Эрдэнэт хүний бие нэн ховор, үнэ цэнтэйг ухаарах	• Эрдэнэт хүн болж төрсөн нь ховор, их хувь зохиол гэдгийг ухаарах • Эрдэнэт хүний адгуус амьтнаас ялгарах онцлогийг танин мэдэх • Эрдэнэт хүний биеийн үнэ цэнг ухаарах
Эрдэнэт хүн их үйлс бүтээх чадвартайг ухаарах	• Эрдэнэт хүн эрдэм номд сурч боловсрон, их үйлс бүтээх чадвартайг ухаарах • Өөрийгөө чамлахгүйгээр их үйлс бүтээхийн төлөө хичээн зүтгэх
Эрдэнэт хүн их үйлс бүтээх цаг хугацааг хойшлуулж үл болохыг ухаарах	• Ном сурах, их үйлс бүтээх цаг хугацааг хойшлуулахын гэмийг ухаарах • Өдрийн ажлаа цаг хугацаанд нь амжуулж сурах
1.2. Буян нүгэл	

Хэлээр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ухаарах	• Хэлээр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ялган танин мэдэх
	• Хэлээр үйлдэх буяны үйлийг ухаарах
	  o Үнэн үг хэлэх
	  o Эвлэрүүлэх зөөлөн үг хэлэх
	  o Еелдэг зөөлөн үг хэлэх
	  o Тустай үг ярих
	• Хэлээр үйлдэх нүглийн үйлийг ухаарах
	  o Худал хэлэх
	  o Хов зөөх
	  o Ширүүн үг хэлэх
	  o Дэмий чалчих

Хэлээр үйлдэх буяны үйлийг хэвшүүлэх, нүглийн үйлийг тэвчих	• Хэлний дөрвөн нүглийн үйлийг тэвчих • Хэлний дөрвөн нүглийн үйлийг тэвчсэнээс бий болдог дөрвөн буяны үйлийг дадуулж, хэвшүүлэх

2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Ахмад настныг хүндэлье	
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмад настан (тэд)-ыг хүндлэхийн ач тус, эс хүндлэхийн гэмийг танин мэдэх	• Сурагч тэднээс хүндэтгэл хүлээх ач тустайг ухаарах • Сурагч тэдний ач тусыг хүртдэгийг ухаарах • Эс хүндэлснээс хүмүүжилгүй болох гэмтэйг ухаарах • Бусдыг эс хүндэлснээс үүдсэн саад бэрхшээлийг даван туулж чадахгүй болох гэм гарахыг ухаарах
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмад настны ачийг санах	• Балчир насанд ач тустай гэдгийг санах • Өсвөр насанд ачтайг санах • Өтлөх насанд ч ач тустай гэдгийг санах
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмад настан / тэд/-ыг хүндлэх	• Бие, хэл, сэтгэлээрээ хүндлэх • Хэрэв буруу үг хэлж, буруу үйлдэл хийсэн тохиолдолд сэтгэлээрээ уучилж, хожим тухайн цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан асууж лавлан, учирлан ойлгуулахад суралцах • Тэднийг хүндэлнэ гэж хүлээлгүй, өөрөө эхэлж хүндлэх • Тэднийг үл ялгаварлан өөрийн чадах хэрээр тусалж хүндлэх • Хүмүүжиж, төлөвшин хүндлэх
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмад настан / тэд/-тай харилцах	• Тэднээс асууж ярилцахдаа үл эмээх • Тэдэнд худал хэлэхгүй байх • Тэд ч үр хүүхдээ хүндэлдгийг мэдэх • Харилцан хүндлэлийг бий болгох
2.2. Талархал	
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан, ахмад настан болон бусад хүн, найз нөхөд (тэд)-ийн ач, тус дэмд талархах	• Талархлын үг хэллэг түүний утга учрыг ухаарах • Тээж төрүүлсэн эхийн ачид талархах • Өсгөж хүмүүжүүлсэн эцэг эхийн ачид талархах • Эрдэм номд хөтөлсөн багшийн ачид талархах • Найз нөхдийн тус дэмд талархах • Бусдын тус дэмд талархах
Талархлаа илэрхийлэх	• Үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ талархал илэрхийлэх • Тэднийг үл ялгаварлан тэгш хандаж, талархал илэрхийлэх
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Таван хошуу мал	
Таван хошуу малыг ялгах	• Таван хошуу малын насыг ялган зөв нэрлэх • Сарлаг, хайнаг, ортоом үхрийг ялгах
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Уламжлалт баярын зан үйлийг танин мэдэж, хүүхдэд хамаатай ёс заншлаас суралцах	• Монголчуудын шинэ жил цагаан сараас эхэлдгийг мэдэх • Битүүлэх зан үйлээс суралцах, бэлгэдэл, цээр ёсыг мэдэх • Цагаан сарын хамгийн хүндтэй зоог нь цагаан идээ байдгийн учрыг мэдэх • Цагаан сарын шинийн өдрүүдийн бэлгэдэл, цээр ёсыг мэдэх • Цагаан сараар бэлэг өгдөг буюу гар цайлгадаг уламжлалын учрыг ухаарах • Өөр хоорондын үл ойлголцлыг цагаан сараар цайруулдгийг ухаарах

ГУРАВДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1 Эв эе	
Эв еийг эрхэмлэсний ач тус, эс эрхэмлэсний гэмийг танин мэдэх	• Эв еийг эрхэмлэснээр еелдэг найрсаг харилцаа бий болох ач тустайг ухаарах • Эв еийг эс эрхэмлэснээр гэр бүл, анги хамт олон, нийгэмд зөрчил тэмцэл ихсэхийг ухаарах
Еелдэг зантай болох	• Хүн бүр эв еийг эрхэмлэдгийг мэдэх • Еелдэг зан нь бусдыг хүндлэх, тэдэнтэй нөхөрсөг байхын илэрхийлэл болохыг ухаарах • Еелдэг занг танин мэдэх • Ямагт чин сэтгэлээсээ инээмсэглэж байх • Бусдыг хүндлэх, тэдэнд үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ анхаарал халамж үзүүлэх • Хүнийг ялгаварлахгүй, бүгдэд адил тэгш, еелдэг хандаж сурах • Бусад хүний үйлдэл таатай, таагүй байх нь өөрийн сэтгэл, үг, үйлдлээс хамаардгийг ухаарах • Сэтгэл, үг, үйлдлээрээ бусдад еелдэг хандаж чадаж байгаа эсэхээ ажиглан анзаарч, бусдын еелдэг үг, үйлдлийг ойлгох, хүндэтгэх, тэднээс суралцах • Үйлдэл нь еелдэг ч, сэтгэл нь зөв бус, үг нь еелдэг ч үйлдэл нь еелдэг бус, үйлдэл нь еелдэг ч үг нь еелдэг бус, сэтгэл нь еелдэг ч үйлдэл нь еелдэг бус тохиолдлуудыг ажиглах, тайлбарлах
Эв еийн үндэс суурь болсон харилцан ойлголцлыг эрхэмлэх	• Гэр бүл, ах дүүс, төрөл садан, нутаг усныхантайгаа ойлголцож, эвсэг найрсаг амьдрах, тэднээс уучлал хүсэж, уучилж сурах • Найз нөхөд, анги хамт олонтойгоо ойлголцож, эв еийг эрхэмлэх • Иргэд өөр хоорондоо эв еетэй байхын чухлыг ойлгож, эв еийг ямагт эрхэмлэх, уриалах
1.2. Буян нүгэл	
Биеэр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ухаарах	• Хүний биеэр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ялган танин мэдэх • Хүний биеэр үйлдэх буяны үйлийг ухаарах o Амьтны амийг таслаагүй үйл o Хулгай хийгээгүй үйл o Биеэ зөв авч явах • Хүний биеэр үйлдэх нүглийн үйлийг ухаарах o Амьтны амийг таслах o Хулгай хийх o Биеэ буруу авч явах
Биеэр үйлдэх буяны үйлийг хэвшүүлэх, нүглийн үйлийг тэвчих	• Биеийн гурван нүглийн үйлийг тэвчих • Биеийн гурван нүглийн үйлийг тэвчсэнээс бий болдог гурван буяны үйлийг дадуулан хэвшүүлэх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Багшийг баярлуулах ёс	
Багшийг баярлуулсны ач тусыг ухаарах	• Баярлуулах нь багшийг хүндэтгэж, дээдэлж буйн илрэл болохыг ухаарах • Ном сурч, их эрдэм мэдлэг эзэмших ач тустайг ухаарах • Багш, сурагч бие, сэтгэл нь амар амгалан, аз жаргалтай амьдрах ач тустайг ухаарах

Багшийг баярлуулах	• Багштай хүндэтгэлтэй харилцаж баярлуулах • Багшийн хориглосон буруу үйлдлийг бие, хэл, сэтгэлээрээ тэвчих • Багшийн зөв үг, сургаалыг бие, хэл, сэтгэлээрээ биелүүлэх • Эрдэмд хөтөлж буй багшийн ажилд санаачилгаараа туслах • Хэрэв буруу үг хэлж, буруу үйлдэл хийсэн бол сэтгэлээрээ уучилж, хожим тухайн цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан асууж лавлан, учирлан ойлгуулахад суралцах
2.2. Нөхөрлөл	
Найз нөхдөө ажиглан таних	• Нүглийн үйлд уруу татаж буйг буруу хэмээн мэдэх • Буяны үйлд зорин чиглүүлж буйг зөв хэмээн мэдэх
Найз нөхөдтэйгөө харилцах	• Нүглийн үйлд уруу татаж буй нөхрийг даган дуурайхгүй байх • Нүглийн үйлд уруу татаж буй нөхөртэй харилцах • Буяны үйлээр найз нөхөртөө үлгэрлэх • Найз нөхдийнхөө тус эрдмийг, өөрийнхөө гэмийг харж сурах • Найз нөхдийнхөө буяны үйлээс суралцах • Найз нөхдийнхөө бие, хэлний сайн үйлийг хөхиүлэн дэмжих
Найз нөхдөө хүндлэх, баярлуулах, тэдэнд туслах	• Найз нөхдөө үл гомдоохыг сэтгэлдээ эрхэмлэх • Найз нөхдийнхөө үгийг сонсож, хүлээцтэй хандаж сурах • Найз нөхдөдөө чин сэтгэлээсээ халуун дотно хандах
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Монголчуудын идээ ундааг зүй зохистой хэрэглэх ёс	
Зөв хооллох зан үйлийг танин мэдэх	• Зөв хооллохын ач тус, буруу хооллосны гэмийг танин мэдэх • Монголчуудын идээ ундааны төрөл зүйлийг танин мэдэх • Дөрвөн улиралд хоол ундаа тохируулан хэрэглэх соёлоос суралцах
Зөв хооллох зан үйлийг хэвшүүлэх	• Хоол унд идэж уухын өмнө, дунд, сүүлд сэтгэлдээ бодох зан үйлээс суралцах • Өдөр тутамд тогтмол цагт унд, хоолоо бүрэн гүйцэд, тайван ууж, идэх • Хэт цадахгүй, хэт өлсөхгүй байх
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Эрийн гурван наадмын дэг ёсноос танин мэдэх	• Эрийн гурван наадмын уламжлалт ёсыг танин мэдэх • Хурдан морины уралдааны дэг ёсыг танин мэдэх • Хурдан морины уралдааны учир шалтгааныг ухаарах

ДӨРӨВДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Зөв шийдвэр	
Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних	• Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох • Бэрхшээл, асуудлаас үүдэх эерэг сөрөг үр дагаврыг харьцуулан тунгаах
Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах	• Зөв, оновчтой шийдвэр гаргахыг эрмэлзэх • Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настан (тэд)-тай хамтран зөв, оновчтой шийдвэр гаргах • Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны зөвлөгөөг тусган авч тэдний хяналт дор бие даан шийдвэр гаргах • Бие даан шийдвэр гаргаж, хэрэгжүүлэхээсээ өмнө тэднээс зөвлөгөө авах, хянуулах
Гаргасан шийдвэрээс суралцах	• Өөрийн болон бусдын шийдвэр гаргасан үйл явцыг ажиглаж, алдаанаас нь суралцах • Өөрийн алдааг хүлээн зөвшөөрч, бусдыг буруутгаж, зэмлэдэггүй байх • Өмнө гаргасан ижил алдаагаа дахин давтахгүй байх • Алдаагаа засаж залруулахын төлөө ухарч няцахгүй, тууштай хичээх
1.2. Буян нүгэл	
Сэтгэлээр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ухаарах	• Сэтгэлээр үйлдэх буян нүглийн үйлийг ялгаж танин мэдэх • Сэтгэлээр үйлдэх буяны үйлийг ухаарах o Энэрэх, асрах сэтгэлтэй байх o Шунах, хомголзох сэтгэлгүй байх o Зөв үзэлтэй байх • Сэтгэлээр үйлдэх нүглийн үйлийг ухаарах o Хорлох сэтгэлтэй байх o Шуналын сэтгэлтэй байх o Буруу үзэлтэй байх
Сэтгэлээр үйлдэх буяны үйлийг хэвшүүлэх, нүглийн үйлийг тэвчих	• Сэтгэлийн гурван нүглийн үйлийг тэвчих • Сэтгэлийн гурван нүглийн үйлийг тэвчсэнээс бий болдог гурван буяны үйлийг дадуулан хэвшүүлэх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Ахмад настныг баярлуулъя	
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан, ахмад настан (тэд)-ыг баярлуулсны ач тусыг танин мэдэх	• Баярлуулах нь тэднийг хүндэтгэж буйн илрэл болохыг ухаарах • Баярлуулснаар хүмүүжилтэй болох ач тустайг ухаарах • Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан, ахмад настан, сурагч бүгдээр бие, сэтгэл амар амгалан, аз жаргалтай амьдрах ач тустайг ойлгож ухаарах
Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан, ахмад настан (тэд)-ыг баярлуулах	• Өөрийн чадах хэрээр тусалж баярлуулах • Хүмүүжиж баярлуулах • Тэдний хориглосон үйлдлийг бие, хэл, сэтгэлээрээ тэвчиж баярлуулах • Тэдэнтэй хүндэтгэлтэй боловсон харилцаж баярлуулах • Сургаалыг нь бие, хэл, сэтгэлээрээ биелүүлж баярлуулах • Тэд буруу үг хэлж, буруу үйлдэл хийсэн бол тухайн үед сэтгэлээрээ уучилж, хожим цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан асууж лавлан, учирлан ойлгуулахад суралцах

2.2. Уучлал	
Бусдаас уучлал хүсэх, бусдыг уучлах учир шалтгааныг ухаарах	• Бусдаас уучлал хүссэнээр тэдний сэтгэл амар амгалан болохыг ухаарах • Бусдыг уучилснаар өөрийн сэтгэл амар амгалан болохыг ухаарах
Бусдаас уучлал хүсэх, уучлах	• Гэмээ ухаарч бусдаас уучлал хүсэх • Бусдыг хүндэтгэн уучлах • Бусдаас уучлал хүсэх, уучлахаа үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ зөв илэрхийлэх • Уучлалыг цаг тухайд нь илэрхийлэх
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Монголчуудын цагаан идээг зүй зохистой хэрэглэх ёс	
Таван хошуу малын ашиг шимээс гарсан идээ ундааг танин мэдэж, хэрэглэх	• Цагаан идээ, ундааг хүнсэнд хэрэглэхийн ач тусыг танин мэдэх • Цагаан идээг таньж мэдэх, хүнсэнд зөв хэрэглэх уламжлалт аргаас суралцах • Цагаан идээ, ундааг боловсруулах, зөв хадгалах уламжлалт аргаас суралцах
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Эрийн гурван наадмын дэг ёсноос танин мэдэх	• Эрийн гурван наадмын уламжлалт ёсыг танин мэдэх • Бөхийн барилдааны дэг ёсыг танин мэдэх • Бөхийн барилдааныг хүндэтгэдгийн учрыг ухаарах

ТАВДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Бэрхшээл	
Бэрхшээлийг сэтгэлээр даван туулахыг ухаарах	• Аливаа бэрхшээлийг сэтгэлийн хүч тэнхээгээр даван туулдгийг ухаарах • Бэрхшээлд сэтгэл гунихгүй, цөхрөхгүй, сэтгэлээ залж чаддаг байх • Сайтар тунгаавал аливаа бэрхшээлд сэтгэл шаналах учиргүйг ухаарах
Бэрхшээлийг даван туулах	• Тулгарч буй бэрхшээлд тайван хандах • Тулгарч буй бэрхшээлээс гарах арга замыг эрэлхийлэх • Тулгарч буй бэрхшээлийг зөв зохицуулж, шийдвэрлэх
1.2. Дотоод сэтгэлийн хөгжил	
Буруу сэтгэлийг хорих	• Өөрт төрж буй сэтгэлийг хянах • Хянасны үр дүнд буруу сэтгэлийг танин мэдэх • Буруу сэтгэлийг танин мэдээд, түүнтэй тэмцэх
Зөв сэтгэлийг төрүүлж, дадуулах	• Зөв бодол бодож сэтгэлдээ төрүүлэх • Төрүүлсэн зөв сэтгэлээ өдөр бүр олон удаа дахин давтан бодож дадуулах • Өдөр тутмын ажил үйлд дадуулсан сэтгэлийнхээ үүднээс хандаж хэвших
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдын ачийг хариулахуй	
Бусад хүн өөрт ачтайг ухаарах	• Бидний аз жаргалыг бий болгож буй бусдын ач тусыг танин мэдэх • Бусдын ачаар бидний аз жаргал бий болдгийг эс мэдсэний гэмийг танин мэдэх • Бидний аз жаргал бусдаас хамаардгийг ухаарах
Бусдад тусалж, тэднийг хүндлэх, баярлуулах	• Бусдад туслахын ач тусыг танин мэдэх • Амин хувиа хичээсний гэмийг танин мэдэх • Бусдад туслах арга ухаанаас суралцах • Өвдөж, зовсон хүн, амьтанд туслахыг эрмэлзэх • Бусдад төвөг удахгүй байх
2.2. Ажил хөдөлмөр	
Ажилсаг хөдөлмөрч болох	• Аливаа ажил хөдөлмөрийг сайн муу, их бага гэж голохгүйн учрыг ухаарах • Багаасаа ажил хөдөлмөр хийхийн ач тус, эс хийхийн гэмийг танин мэдэх • Ажил хөдөлмөрийг чин сэтгэлээсээ, үр бүтээлтэй хийх ёстойг ухаарах • Ажил хөдөлмөрөөс хойш суун залхуурах нь хүний бие, сэтгэлийг доройтуулдаг болохыг ухаарах • Хичээлдээ шамдах нь оюуны хөдөлмөр болохыг танин мэдэх • Хичээл зүтгэл бол ажилсаг хөдөлмөрч байхын гол шинж болохыг ухаарах • Ажил хөдөлмөр хийсэн хүн үр шимийг нь заавал хүртдэгийг ухаарах
Бусдын ажил хөдөлмөрийг хүндэтгэж сурах	• Бусдын ажил хөдөлмөрийг хүндэтгэсний ач тус, эс хүндэтгэсний гэмийг танин мэдэх • Бусдын ажил хөдөлмөрийг хүндэтгэх • Гэр орныхоо ажилд чадах чинээгээр туслах • Эд зүйлс, орчин тойрноо цэвэр цэмцгэр, бусдад төвөг учруулахгүйгээр эмхэлж цэгцэлж сурах
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Зочныг хүндлэх ёс	
Зочин угтах, мэндлэх, дайлах цайлах, үдэх ёсыг танин мэдэж, суралцах	• Зочин хүний баримтлах дэг ёсноос мэдэх • Зочныг угтан авах, зохистой суудалд суулган амар мэнд мэдэлцэх ёсноос суралцах • Зочныг дайлах, цайлах ёсноос мэдэх • Зочныг үдэх ёсыг мэдэх • Айлд ирсэн хэнийг ч зочин гэж хүндэтгэдэг монгол ёсыг ухаарах • Зочин ирсэн үед баримтлах хүүхэд багачуудын ёс дэгээс суралцах
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Эрийн гурван наадмын дэг ёсноос танин мэдэх	• Эрийн гурван наадмын уламжлалт ёсыг мэдэх • Сур харваа, шагайн харвааны дэг ёсыг мэдэх • Сур харваа, шагайн харвааг эрхэмлэх ёсыг ухаарах

ХОЁРДУГААР ХҮСНЭГТ. СУУРЬ БОЛОВСРОЛЫН АГУУЛГА

ЗУРГААДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Үйлдлээ хянаж, засъя	
Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ ажиглан сэрэмжлэх	• Ажиглалт, сэрэмжийг танин мэдэх • Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ ажиглан сэрэмжлэхийн учир шалтгааныг ухаарах • Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ ажиглан сэрэмжлэх
Бие, хэл, сэтгэлийн буруу үйлдлийг засах	• Буруу сэтгэлд автахгүйг хичээх • Муу үг хэлэхгүйг хичээх • Буруу үйлдэл гаргахгүйг хичээх
1.2. Бусдаас суралцъя	
Бусдаас бурууг хайхгүй байх	• Бурууг бусдаас бус, өөрөөс эрэх • Бусдад буруу байвч уужуу ухаанаар уучлах
Бусдын эрдмээс суралцах	• Бусдын буруу үйлдлийг бус, зөв үйлдлийг дэмжих, сайшаах • Бусдын ололт амжилтад атаархалгүй, бахархан баярлаж, үлгэр жишээ болгохыг хичээх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Үг сонсож суръя	
Сургаал үг сонсож сурах	• Гэм алдааг ил хэлсэн үг хатуу ч ажил үйлд тустай болохыг танин мэдэх • Алдааг засах зөв үг хэдий хатуу, ширүүн ч дургүйцэлгүй ухаалгаар хүлээж авч сурах • Эцэг эх, ах дүү, багш нарын зэмлэж, загнасан үгийг бухимдалгүй хүлээцтэй сонсож, зөв үг, сургаалын дагуу алдаагаа засах чадварт суралцах
Шүүмжлэлийг сонсож сурах	• Өөрийн буруугүй ч, бусдыг хүндлэн үгийг нь сонсох • Найз нөхдийн гэнэн цайлган сэтгэлээр шоглож хэлсэн үгэнд бухимдахгүй байхыг эрхэмлэх • Үг даах нь тэсвэр тэвчээрт суралцахад ач тустайг танин мэдэх • Шүүмжлэлийг зөвлөгөө, шаардлагыг хүсэлт хэмээн хүлээж авдаг арга ухаанд суралцах • Хүлээцтэй хандаж сурах нь тэсвэр тэвчээрийн үндэс суурь болохыг мэдэх
2.2. Хэрэгжүүлж, баярлуулъя	
Гэр бүлийн орчин дахь үйлийг хэвшүүлэх	• Өглөө сэрээд урьтаж мэндлэх • Өдрийн ажлаа төлөвлөн бодох • Зөв хооллох • Ачийг нь санан ойлголцохыг эрхэмлэх • Гэрийнхээ ажлыг сэтгэлээсээ хийх • Гэр бүлийнхэндээ талархах • Амьдралын сургаалыг асууж, ярилцах • Хичээлээ давтах • Өдрийн алдаа, оноог дүгнэх, алдааг наманчлах
Сургуулийн орчин дахь үйлийг хэвшүүлэх	• Зөв мэндлэх • Хичээлээ анхааралтай, зөв сэтгэлээр сонсож, өөрийн болгон эзэмших • Багшийн сургаалыг биелүүлж, эрдмийг нь санан хүндлэх, талархах • Эвтэй байхын үндэс ойлголцлыг эрхэмлэх • Бусдыг уучлах, бусдаас уучлал хүсэх

3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Ураг удмаа мэдэхийн ач тус	
Угийн бичгийг танин мэдэх, ач холбогдлыг ухаарах	• Уг удмаа хамгаалах нь улс эх орноо хамгаалахын эхлэл болохыг ухаарах • Ураг удмаа ялган нэрлэх нэрийдлийг мэдэх • Ураг удмаа үе дамжуулан цээжлүүлдэг ёсыг мэдэх • Угийн бичгийг хөтөлж ирсэн уламжлалаас суралцах • Удмаа мэдэж, угийн бичиг хөтлөхийн ач холбогдлыг ухаарах
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Монголын үндэсний бичиг үсгийн баярын өдрийн утга учрыг мэдэх	• Үндэсний бичиг, үсгийн баярыг 2004 оноос жил бүрийн тавдугаар сарын эхний ням гарагт тэмдэглэх тухай Монгол улсын Ерөнхийлөгчийн зарлигийн үндэслэлийг ойлгож, тайлбарлах • Үндэсний бичиг нь тухайн ард түмний тусгаар тогтнолын баталгаа, монгол сэтгэлгээний дархлаа болдгийг ухаарах

ДОЛООДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Хүний мэдрэмж	
Мэдрэхүйн эрхтнүүд тэдгээрийн үүргийг танин мэдэх	• Амт, үнэр, сонсгол, хараа, хүрэлцэхүй зэрэг мэдрэхүйн эрхтнүүдийг танин мэдэх • Мэдрэхүйн эрхтнүүдийн үүргийг ойлгож ухаарах
Мэдрэмжийг танин мэдэх	• Мэдрэмжүүдийг ялган таньж мэдэх • Тухайн орчин, харилцаанд төрсөн мэдрэмжээ ажиглаж мэдэх • Мэдрэмж болон дотоод сэтгэлээ зөв ажиглан таньсны үүднээс бусадтай эелдэг, зөв харилцах
Сэтгэл хөдлөлийг танин мэдэх, хянах, залах	• Сэтгэл хөдлөлийн хэлбэрүүдийг таньж мэдэх • Сэтгэл хөдлөлөө хянах, залах • Сэтгэл хөдлөлөө зөв илэрхийлж сурах
1.2. Амьдралын зорилго	
Амьдралын зорилгыг танин мэдэх	• Аз жаргалыг танин мэдэх • Таван мэдрэхүйгээр амсаж буй жаргал төдийд ханаж болохгүйг танин мэдэх • Дотоод сэтгэлийн амгалан нь таван мэдрэхүйн жаргалаас илүүг танин мэдэх
Амьдралын зорилгод хүрэх	• Аз жаргалыг бий болгох • Дотоод сэтгэлийн амгаланг бүтээх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдын эрдмээс суралцъя	
Өөрт тустай эрдмийг мэдэх	• Гэр бүлийн гишүүдээс өөрт тустай эрдмийг олж харах • Багш, анги хамт олноос өөрт тустай эрдмийг олж харах • Бусад хүнээс өөрт тустай эрдмийг олж харах
Эрдмийг өөртөө дадуулан хэвшүүлэх	• Өөрт нэн тэргүүнд дадуулах шаардлагатай эрдмийг судалж тогтоох • Эрдмийг дадуулах аргыг заалгах • Эрдмийг дадуулахын тулд өдөр тутамд хичээх
2.2. Төв шулуун зан төрхийг эрхэмлэе	
Бусдын сайшаал магтаалд хөөрөхгүйг эрхэмлэх	• Хүний зан аашийн хамгийн эрхэм нь төв шулуун, цэгц шударга чанар болохыг ухаарах • Бусдын сайшаал магтаалд сэтгэлийг хөөргөхгүй байх
Бусдын муушаал шүүмжлэлд гомдохгүйг эрхэмлэх	• Магтах үгийн далд нь, муушаах үгийн ил нь сайн хэмээх монгол зарчмыг ухаарах • Бусдын муушаал шүүмжлэлд сэтгэлийг унагахгүйг хичээх • Үйлийн үр, буян нүглийн үйлийг ялган мэдвэл төв шулуун зан төрхтэй болохыг мэдэх

3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд үйлийн үрийг мөрдье	
Үйлийн үрийг танин мэдэх	• Үйлийн үрийн тухай мэдэх • Үйл гарцаагүйг ухаарах • Үйл арвидахыг ухаарах • Үйлдээгүй үйлийн үр дагавартай учрахгүйг ухаарах • Үйл алга болохгүйг ухаарах
Үйлийн үр дагаврыг танин мэдэх	• Үйлийн эерэг сөрөг үр дагаврыг танин мэдэх • Үйлийн хүнд хөнгөнийг танин мэдэх
Нүглийн үйлийг тэвчин, буяны үйлийг хэрэгжүүлэхэд хичээх	• Буяны үйл гэж танин мэдсэн бол түүнийг хэрэгжүүлэхийн төлөө хичээх • Нүглийн үйл гэж танин мэдсэн бол түүнийг тэвчихийг хичээх • Нөхцөл байдалд тохируулан хэрэгжүүлэх
Буяны үйлийг арвижуулах, нүглийн үйлийг наманчлах	• Нүглийн үйлийг наманчлах аргыг дадуулах • Буяны үйлийг арвижуулах аргыг дадуулах
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Монгол бахархлын өдрийн учир утгыг ойлгож ухаарах	• Эзэн Чингис хааны мэндэлсэн өдрийг Монгол бахархлын өдөр болгосон учрыг ухаарах • Монгол түмний бахархал бол эзэн богд Чингис хаан болохыг ухаарах

НАЙМДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Уужуу, агуу ухаантай болъё	
Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах	• Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах • Өөрийн бэрхшээлийг бусдын бэрхшээлтэй харьцуулан тунгаах • Бэрхшээлийг хөнгөн болгож харж чадах • Бэрхшээлийн гарцыг олох
Алс хэтийг харах	• Бэрхшээлийг өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн нөхцөл байдалд авч үзэх • Бэрхшээлийг үүсгэж буй хүчин зүйлийн нөлөөг ажиглан шинжлэх, тунгаах • Сэтгэлийн хаттай болох монгол ухаанаас суралцах
1.2. Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд бясалгалыг дадуулъя	
Бясалгалын ач тус, бясалгахгүй байхын гэмийг мэдэх	• Бясалгаснаар сэтгэлийн амар амгаланг бий болгох ач тустайг ухаарах • Эс бясалгаснаар буруу сэтгэлийн эрхэнд өөрийн мэдэлгүй автах гэмтэйг ухаарах • Зөв сэтгэл хүчтэй төрөхгүй болох гэм гарахыг ухаарах
Бясалгалын ялгааг танин мэдэх	• Төвлөрч бясалгах • Ажиглан эргэцүүлж бясалгах • Төвлөрч бясалгах, ажиглан эргэцүүлж бясалгахын ялгааг танин мэдэх
Бясалгах аргад суралцах	• Сэтгэлээ сарниулалгүй төвлөрч бясалгах • Санах хянах хоёроор сэтгэлээ барих • Бясалгалын явцад онцгой анхаарах
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдыг асрахуй сэтгэлээр дээдэлье	
Асрахуй сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	• Асрахуй сэтгэлийг тодорхойлох • Асрахуй сэтгэлийг бясалгасны ач тусыг мэдэх
Асрахуй сэтгэлийг бясалгах	• Асрахуй сэтгэлийг товч бясалгах • Асрахуй сэтгэлийг дэлгэрэнгүй бясалгах
2.2. Бусдын ачийг хүртэж, дээдэлье	
Бусдын ачаар амьдарч буйг ухаарах	• Бусдын ачаар өнөөг хүртэл өсөн торниж, суралцаж буйг ухаарах • Ирээдүйд бусдын ачаар сайхан амьдрахыг ухаарах
Бусдын ачийг хүртэх	• Бусдын ачийг хүртэхийн тулд ачийг нь ухаарах • Бусдын ачийг хариулахыг хичээх • Бусадтай хүндэтгэлтэй харилцах • Бусдын төлөө санаа тавьдаг байх
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Таван хошуу мал	
Малаа өсгөн үржүүлэх уламжлалт аргаас суралцах	• Байгаль, хүн, мал гурвын салшгүй холбоонд монгол мал өсөн үрждэгийг ухаарах • Бэлчээр усыг зөв сонгох, хашаа хороог бэлтгэх, оторлох нь малаа өсгөх, таргалуулахад чухал болохыг ухаарах • Таван хошуу мал бүрийн төлийг эсэн мэнд бойжуулах уламжлалт арга ухаанаас суралцах • Эцэг малыг зөв сонгох нь малын удамшилд чухал болохыг мэдэх
3.2. Монголын уламжлалт баяр ёслолтой холбоотой зан үйл	
Уламжлалт Бурхны шашны баяр, ёслолыг мэдэх, зөв үйлдэх	• Бурхан багшийн их дүйчэн өдрийн зан үйлийн учир шалтгааныг мэдэх, зөв үйлдэх • Зуны тэргүүн сарын арван таван Бурхан багшийн их дүйчэн өдрийг тэмдэглэх

ЕСДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Өөрийн гэмийг засъя	
Өөрийн гэмийг танин мэдэх	• Гэр бүлийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх • Найз нөхдийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх • Сургуулийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх
Өөрийн гэмийг засах	• Гэр бүлийн орчинд гэм байвал түүнийг засах • Найз нөхдийн орчинд гэм байвал түүнийг засах • Сургуулийн орчинд гэм байвал түүнийг засах
1.2. Тэвчээр хатуужилд суралцъя	
Тэвчээр хатуужлын ач тусыг танин мэдэх	• Бусдаар хүрээлүүлэх • Бэрхшээлийг даван туулах • Зорьсон хэргээ бүтээх
Тэвчээр хатуужилтай болох	• Бусдын таагүй харилцаанд уужуу ухаанаар хандах • Бусдын хорон үгэнд тэвчээртэй байх • Бэрхшээл зовлон тулгарахад сэтгэлийн тэнхээтэй байх • Сурч хөдөлмөрлөх үедээ хатуужилтай байх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдыг энэрэхүй сэтгэлээр дээдэлье	
Энэрэхүй сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	• Энэрэхүй сэтгэлийг тодорхойлох • Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгасны ач тусыг мэдэх
Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгах	• Асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг ялган мэдэх • Энэрэхүй сэтгэлийг товч бясалгах • Энэрэхүй сэтгэлийг дэлгэрэнгүй бясалгах
2.2. Бусдад энэрэхүй сэтгэлээр тусалъя	
Бусдад туслах аргыг танин мэдэх	• Бусдад тусалсны ач тусыг ухаарах • Бусдад өглөг өгдөг байх • Бусадтай эелдэг харилцах • Бусдын алдааг нь ухааруулан засах • Эрдмийг нь дурдаж тэтгэх • Сайн үйлээр үлгэрлэх
Бусдад туслах	• Өглөг өгье гэсэн сэтгэлийг төрүүлэх • Нөхцөл байдалдаа тохируулан бодит өглөг өгөхийг хичээх • Өглөг өгье гэсэн сэтгэл төрөөгүй үед бодит өглөг өгөлгүй өгье гэсэн сэтгэлийг дахин төрүүлэхийг хичээх • Бусдад туслах нөхцөл бүрдүүлэхийн тулд эелдэг зөөлөн, хүндэтгэлтэй харилцах • Бусад хүний алдааг тусалъя гэсэн сэтгэлээр цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан ухааруулж, засах аргыг нь тодорхой хэлэх • Засах аргыг нь хэлээд орхихгүй, аргыг дадуулж хэвшүүлэхэд нь туслах • Хүний сайн үйлийг дурдаж, сэтгэлд нь урам, итгэл өгөх • Буяны үйлийг үйлдэж, бусдад үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ үлгэрлэх
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Үндэсний хувцас	
Монгол үндэсний хувцасны онцлогийг мэдэж, зохистой өмсөж сурах	• Монголчуудын дээл хувцасны онцлог (улирал, эрхэлсэн ажил үйлээс үүдсэн гэх мэт)-ийг ялгаж мэдэх • Дээл хувцасны төрөл зүйл (энгийн, гоёлын, төр ёсны, шашны, ястны гэх мэт)-ийн ялгааг мэдэх • Малгай, дээл, бүс, гутлын төрөл зүйлийг мэдэх • Монгол хувцастай холбоотой бэлгэдэл, цээрийн ёсноос мэдэх, хэрэглэх
3.2. Төрөө дээдэлье	
Төрт ёсны учир утгыг танин мэдэх	• Төрт ёсыг танин мэдэх • Төрт ёсны уламжлалыг мэдэх • Төрт ёсны нэр хүнд, хууль ёсыг дээдлэн, дагаж мөрдөх • Төрийн үйл хэрэгт үнэнч шударгаар зүтгэхийн учир шалтгааныг ойлгох

ГУРАВДУГААР ХҮСНЭГТ. БҮРЭН ДУНД БОЛОВСРОЛЫН АГУУЛГА

АРАВДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Арга билгийг дадуулъя	
Аргыг дадуулах учир шалтгааныг танин мэдэх	• Аргыг тодорхойлох • Аргыг дадуулсны ач тусыг танин мэдэх • Аргыг эс дадуулсны гэмийг танин мэдэх
Аргыг дадуулах	• Аргыг дадуулах аргачлалыг танин мэдэх • Аргыг өдөр тутамд дадуулах
Билгийг дадуулах учир шалтгааныг танин мэдэх	• Билгийг тодорхойлох • Билгийг дадуулсны ач тусыг танин мэдэх • Билгийг эс дадуулсны гэмийг танин мэдэх
Билгийг дадуулах	• Арга билгийг ялган танин мэдэх • Билгийг дадуулах аргыг танин мэдэх • Билгийг өдөр тутамд дадуулах • Арга билгийг хослуулан дадуулах
1.2. Үүрэг хариуцлага	
Үүрэг хариуцлагын ач тусыг ухаарах	• Хариуцлагатай байснаар эрдэм ном сурах, ажил хөдөлмөр хийхэд хялбар хөнгөн болохыг ухаарах • Хариуцлагатай байснаар бусад хүмүүс өөрт хүндэтгэлтэй ханддагийг ухаарах
Үүрэг хариуцлагад суралцах	• Эцэг эх, багшийн сургаалыг хүндэтгэн биелүүлэх • Хариуцсан ажил үүргээ цаг тухайд нь чин сэтгэлээсээ гүйцэтгэх • Гаргасан шийдвэрийнхээ хариуцлагыг хүлээх • Цаг баримталж сурах
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдыг болон орчныг мэдэрье	
Бусдыг зөв ойлгох, бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулахын ач тусыг танин мэдэх	• Харилцан ойлголцсоноор бусдад туслахад болон тэднийг баярлуулахад хөнгөн хялбар болохыг ухаарах • Бусадтай ойлголцоход хөнгөн хялбар болж, бусдын тусыг төвөггүй авах
Бусдыг зөв ойлгох	• Бусад хүн үг, үйлдлээрээ илэрхийлсэн, илэрхийлээгүй ч тэдний санаа бодол, хүсэл зорилгыг ойлгож, таамаглан мэдэх, мэдрэхийг хичээх • Бусдын харц, царай, үг, үйлдлийг ажиглах, ярилцах • Бусдаас асууж, лавлаж мэдэх
Бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулах	• Санаагаа бусдад цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан аргыг нь олж тайлбарлах • Үг, үйлдлээрээ өөрийгөө зөв ойлгуулах • Бусад хүнээр дамжуулж өөрийгөө зөв ойлгуулах
2.2. Гэр бүлийн харилцаа	
Гэр бүлийн харилцааны үнэ цэнг танин мэдэх	• Эхнэр нөхөр хоорондын харилцааг танин мэдэх • Эцэг эх, үр хүүхэдтэйгээ харилцах • Гэр бүлийн гишүүд, садан төрлүүд хоорондоо харилцах
Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэсний ач тус, эс эрхэмлэсний гэмийг танин мэдэх	• Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэснээр эхнэр нөхөр өөр хоорондоо ойлголцоход хөнгөн хялбар болохыг ухаарах • Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэснээр үр хүүхэд нь хүмүүжихийг ухаарах • Эс эрхэмлэснээр гэр бүлд хэрүүл тэмцэл их болохыг ухаарах • Буруу үйлдэл хийхийн үүд нээгдэх гэмтэйг ухаарах

Гэр бүлийн эерэг уур амьсгал, эелдэг найрсаг харилцааг бүрдүүлэх	• Гэр бүлийн гишүүд хоорондоо ойлголцохыг хичээх • Өөр хоорондоо ярилцдаг байх • Гэр бүлийнхнийгээ хүндэлдэг байх • Гэр бүлийнхнийхээ ач тусыг санадаг байх • Маргаан зөрчил гарахад бусдыгаа уучилдаг байх • Өөрөө эхэлж уучлал хүсдэг байх • Уурлаж уцаарласан нэгэнд нөхцөл байдлыг хүндрүүлэлгүй, тайван хүлээцтэй хандаж, тайвширсны эцэст ярилцаж, ойлголцдог байх
3.УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Монголчуудын удам судар	
Ураг төрлөө эрхэмлэх учир шалтгааныг ухаарах	• Монгол угсаатны тархац, орон нутгийн онцлог, үг хэл, хувцас хунар, орон гэр, зан заншлын ялгааг танин мэдэх • Ургийн эш түүхээс улс Монголын түүх эхэлдгийг ухаарах • Гэр бүлийн уламжлалт ёс түүний учир шалтгааныг ухаарах
3.2. Монгол гэрийн ёс	
Монголчуудын гол орон сууц болох гэрийн ёсыг танин мэдэх	• Монгол гэрийн бүтэц, түүнтэй холбогдсон утгын орны үг, хэллэгийг мэдэх • Гэр барих, буулгах, ачих ёсыг мэдэх
Монгол гэрийн ёсноос амьдралдаа хэвшүүлэх	• Монгол гэрийн тавилга байрлуулах ёсыг мэдэх, биелүүлэх • Монгол гэртэй холбоотой зан үйл, цээр, бэлгэдлийн ёсыг танин мэдэж, биелүүлэх

АРВАННЭГДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Зөв сэтгэлийг дадуулъя	
Зөв сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	• Зөв сэтгэлтэй болсноор өөрийн сэтгэл амар амгалан болохыг ухаарах • Зөв сэтгэлтэй болсноор бусдад амар амгаланг мэдрүүлдгийг ухаарах • Зөв сэтгэлтэй болсноор амьдрал тэгшрэхийг ухаарах
Зөв сэтгэлийг дадуулах	• Сэтгэлийг ажиглах • Хичээл зүтгэл гарган зөв сэтгэлийг төрүүлэх • Төрүүлсэн зөв сэтгэлийг тогтоон барихыг хичээх • Бясалгалын үүднээс зөв сэтгэлийг дадуулах
1.2. Буруу сэтгэлийг тэвчье	
Буруу сэтгэлийн хор уршгийг танин мэдэх	• Буруу сэтгэлийн мөн чанарыг танин мэдэх • Буруу сэтгэлийг ялган мэдэх • Сэтгэл шаналах гэмтэйг ухаарах • Зовлон бий болох нөхцөл бүрдэх гэмтэйг ухаарах • Бусдад таагүй мэдрэмж төрүүлэх, бусдыг зовоох уршигтайг ухаарах
Буруу сэтгэлийг хорих, тэвчих	• Буруу сэтгэлийг хорих аргыг танин мэдэх • Буруу сэтгэл төрөх даруйд буцаах аргыг танин мэдэх • Буруу сэтгэл төрсөн үед амьсгал дээр төвлөрөх тэргүүтний үүднээс хорих • Буруу сэтгэлийг өдөр тутамд хорьж, хэвшүүлэх
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Гэр бүлийн аз жаргал	
Гэр бүлийн аз жаргалыг танин мэдэх	• Бие биеэ харилцан хүндлэх нь гэр бүлийн аз жаргал болохыг ухаарах • Гэр бүлдээ сэтгэлийн амар амгалантай амьдрах нь гэр бүлийн аз жаргал болохыг таньж мэдэх
Аз жаргалгүй гэр бүлийн гэмийг танин мэдэх	• Эхнэр нөхөр хамт амьдрах хүсэлгүй болох гэмтэйг ухаарах • Гэр бүлийнхэн сэтгэлийн зовлонд унах гэмтэйг ухаарах
Гэр бүлийн аз жаргалыг бий болгох	• Гэр бүлийн гишүүд өөр хоорондоо ойлголцдог байх • Эцэг эх, ахмад настанг хүндэлдэг байх • Эцэг эх, ахмад настан нь үр хүүхдээ асарч энэрэн сургаж, хүмүүжүүлдэг байх
2.2. Эх оронч үзэл	
Эх оронч үзэлтэй байх нь иргэн хүний эрхэмлэх гол үүрэг болохыг ухаарах	• Эх орноороо бахархах түүний сайн сайхны төлөө хүч чадлаа зориулахын чухлыг ухаарах • Үндэсний ухамсрын гол шинж нь эх оронч үзлээр илэрдгийг ухаарах • Үндэсний бахархалт зүйлсийнхээ үнэ цэнг мэдрэх • Эх орондоо эзэн нь байх эрх үүргээ ухамсарлаж, хариуцлагатай, бүтээлч иргэн болж хүмүүжихийг ухаарах • Монгол хүн бүр нийгэмд, хойч үедээ тустай үйлс бүтээх үүрэгтэйг ухаарах • Монгол хүн амьдралынхаа зорилгод хүрэх хүсэл тэмүүлэлтэй, чин эрмэлзлэлтэй, төгс итгэлтэй байдгийг ойлгож ухаарах
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Шүтэн барилдлага, гүн үзэл	
Шүтэн барилдлага, гүн үзлийн мөн чанарыг танин мэдэх	• Юмс шүтэн барилдаж бий болдгийг танин мэдэх • Бусадтай шүтэлцэхгүйгээр дангаар орших юмс байхгүйг танин мэдэх • Шалтгаан, үрийн зохилдлогыг шүтэн барилдлагатай холбож танин мэдэх • Шүтэн барилдахуйн ухаанаар асуудалд хандах
3.2. Монгол цаг тоолол	
Цаг тоололтой холбоотой монгол уламжлалыг мэдэх	• Дэлхий дахины цаг тооллын ялгавар, уламжлалыг мэдэх • Билгийн тоолол, аргын тооллын ялгааг мэдэх, хоорондоо нь шилжүүлж сурах • Ивээл, харш жил, жил орох ёсны тухай мэдэх • Төрсөн мэнгээ мэдэж, холбогдох зан үйлээс суралцах • Билгийн тоолол нь барс сараас эхэлдгийн учрыг мэдэх • Жил, сар, өдрийг арван хоёр жилээр тоолох ёсыг мэдэх, хэрэглэх

АРВАНХОЁРДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Дөрвөн үнэн түүний цээрлэн хорих хэсэг	
Дөрвөн үнэний зовлон болон зовлонгийн шалтгааны үнэнийг танин мэдэж, хорих	• Зовлон үнэнийг танин мэдэх • Зовлонгийн шалтгааны үнэнийг танин мэдэх • Зовлонгийн шалтгааны үнэнийг ухаарч, хорих
1.2. Дөрвөн үнэний дадуулан хэвшүүлэх хэсэг	
Дөрвөн үнэний хорихуйн үнэн, мөрийн үнэнийг танин мэдэж, дадуулах	• Хорихуйн үнэнийг танин мэдэх • Мөрийн үнэнийг танин мэдэх • Хорихуйн үнэн, мөрийн үнэнийг өдөр тутамд дадуулах
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдад туслахын тулд мэргэжлийн ёс зүйг дадуулъя	
Мэргэжлийн ёс зүйг дадуулах • Багшийн ёс зүй • Эмчийн ёс зүй • Цагдаагийн ёс зүй гэх мэт	• Мэргэжлийн ёс зүйн нийтлэг болон онцлог хэм хэмжээ, шаардлагыг танин мэдэх • Тухайн мэргэжлийг эзэмшихэд зайлшгүй даван туулах бэрхшээл, асуудлыг танин мэдэх • Өргөн мэдлэгтэй байх • Нарийн ур чадвартай байх • Зөв сэтгэлтэй байх • Ажилдаа чин сэтгэлээсээ хандах • Мэргэжлийн нэр төрийг эрхэмлэх
2.2. Ирээдүйн эцэг эхийн гэр бүлийн өмнө хүлээх үүрэг хариуцлага	
Эцэг эхийн үүрэг хариуцлагыг танин мэдэх	• Гэр бүл бололцох, эхнэр нөхрийн журамт ёсыг мэдэх • Эцэг эхчүүдийн харилцан ойлголцлыг нандигнах • Үр хүүхдээ хүмүүжүүлэх • Хүүхдийн дэргэд зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх • Гэр бүл салахын хор уршгийг мэдэх
Эцэг эхийн үүрэг хариуцлагаа хөсөрдүүлсний гэмийг танин мэдэх	• Гэр бүл тогтворгүй болох • Өөрийн жаргалыг урьтал болгох нь үүрэг хариуцлагаа хөсөрдүүлсний гэм болохыг ухаарах • Үр хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд хичээхгүй байх
Үүрэг хариуцлагаа ухамсарласан эцэг эх болох	• Хариуцлагатай бусад эцэг эхчүүдээс суралцах • Хань, үр хүүхдээ асрах энэрэх • Өөрийн болон ханийн эцэг эх, ах дүүс, хамаатан саданг асрах энэрэх
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Монголчуудын номын өв соёл	
Монголчуудын бичиг соёлын олон төрлөөр бүтээсэн номыг хүндлэх, бахархах ёсноос суралцах	• Монголчуудын номын өв соёлыг цаг үе, уламжилсан хэл бичиг, хамаарах цар хүрээгээр нь тоймлон мэдэх • Мянган жилийн түүхтэй үндэсний монгол бичгээр туурвисан ном бичгийн өв соёлыг мэдэх • Монголчуудын ном бичгийн гол хэрэгслүүдийг мэдэх • Монголчуудын ном бүтээсэн барын соёлыг мэдэх • Дэлхийн соёлын биет өвд бүртгэгдсэн монгол ном судар түүний агуулгын тухай мэдэх, бахархах
3.2. Монгол аж төрөх ухаан болон газар усны нэр, домог	
Монгол орны газар усны нэр нь монголчуудын сэтгэлгээ, байгалиа шинжих онцлог, түүхэн үйл явдалтай холбоотойг ухаарах	• Монгол орны газар усны дэвсгэр болон оноосон нэрийн учрыг ухаарах • Монголчуудын газар усандаа нэр өгдөг уламжлал, бэлгэдлийн учрыг ухаарах • Монгол газар орны хэвлий дэх баялаг нь газар усныхаа нэртэй тохирдог онцлогийг мэдэх • Түүхэн домогтой холбоотой газар усны нэрийг дэлгэрүүлэн мэдэх • Газар усаа дэвсгэр болон оноосон нэрээр нь нэрлэж занших

“ИРГЭНИЙ ЁС ЗҮЙН БОЛОВСРОЛ” СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙН УДИРДАМЖ

НЭГ. СУУРЬ БОЛОВСРОЛЫН СУРАГЧДЫН ЭЗЭМШВЭЛ ЗОХИХ МЭДЛЭГ, ЧАДВАР, ДАДЛЫН ТОДОРХОЙЛОЛТ, ТОВЧ ТАЙЛБАР

ЗУРГААДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Үйлдлээ хянаж, засъя	
1.1.1. Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ ажиглан сэрэмжлэх	
Ажиглалт, сэрэмжийг танин мэдэх	Бие, хэл, сэтгэлээрээ би юу хийж байна гэж бодохыг үйлдлээ ажиглах гэнэ. “Бие, хэл, сэтгэлээрээ буруу үйлдэл хийхгүй шүү, зөвийг л хийнэ шүү” гэж бодон хянан болгоомжлохыг сэрэмж гэнэ. Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлийг тухайн үйлдлийг хийхийн өмнө ажиглан сэрэмжлэх, үйлдэл хийж байх үед ажиглан сэрэмжлэх, үйлдэл хийсний дараа ажиглан сэрэмжлэх гэж гурав ангилна.
Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ ажиглан сэрэмжлэхийн учир шалтгааныг ухаарах	Хүн буруу үйлдэл хийвэл өөртөө бэрхшээл, зовлонг бий болгох, өөрөө бэрхшээл, зовлон амсах уг шалтгааныг бүрдүүлдэг. Тиймээс буруу үйлдлээ засах хэрэгтэй. Засахын тулд хийж буй үйлдлээ буруу үйлдэл мөн гэдгийг ойлгож ухаарах хэрэгтэй байдаг. Хийж буй энэ үйлдэл буруу юу, зөв үү гэдгийг ажиглаж л ухаардаг. Иймээс буруу үйлдлийг буруу гэдгийг ойлгож мэдэх хэрэгтэй учир бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлийг ажиглаж байгаа юм. Яагаад ажиглах хэрэгтэй байна вэ гэвэл бие, хэл, сэтгэлийг ажиглахгүйгээр зөнд нь аяар нь орхивол ихэнхдээ бидний сэтгэлийг буруу сэтгэл эзэмддэг. Ингэж буруу сэтгэлээр эзэмдүүлснээр бид сэтгэлдээ буруу бодол тээж байгаа юм. Сэтгэлдээ буруу бодол тээхээс гадна тэрхүү сэтгэлийн үүднээс ярьж буй үг, яриа, үйлдэл буруу болно. Үүний улмаас өөрт болон бусдад хор хохиролтой бэрхшээл, зовлонг бий болгодог. Тиймээс тэрхүү бэрхшээл, зовлонг арилгахын тулд түүний эхлэл нь болсон буруу сэтгэлд автахгүй байх хэрэгтэй. Үүний тулд сэтгэлийг зөнд нь орхилгүй тогтмол ажиглаж байх, буруу сэтгэлд автахгүй байх, автлаа ч түүнийг богино хугацаанд засаж залруулах учиртай байдаг. Сэтгэлийг ажиглахаас гадна, хэлж буй үг, хийж буй үйлдлээ бас ажиглах хэрэгтэй. Эхлээд “Би ийм үг яръя гэж төлөвлөөд ярьж байгаа бол би түүнийгээ ярьж байна уу гэж, ярьж эхэлсэн бол өөр зүйл ириад байна уу, үгүй юу” гэж үг яриагаа ажиглах учиртай. Ийнхүү ажиглавал бусдыг гомдоох, янз бүрийн алдаатай үг ярихаас сэргийлдэг улмаар буруу үйлдэл хийхээс авардаг. Биеийн үйлдлийн хувьд “Би ийм үйлдэл хийнэ, ийм үйлдэл хийхгүй шүү” гэж бодсон бол “Хийнэ гэсэн тэр үйлдлээ хийж байна уу, хийхгүй гэснээ хийгээд байгаа юм биш биз” гэж өөрийгөө сайтар ажигласнаар буруу үйлдлээ засах учиртай.

Бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ хэрхэн ажиглан сэрэмжлэх	Үйлдэл хийхийн өмнө ажиглан сэрэмжилнэ гэдэг нь “Би ямар бодлоор, юу хийх гэж байна” гэж бодох, “Буруу бодол, зорилгоор үйлдлээ хийхгүй шүү, буруу үйлдэл хийхгүй, зөвийг л хийнэ шүү” гэж хянан болгоомжлохыг хэлнэ. Үйлдэл хийж байх үедээ ажиглан сэрэмжилнэ гэдэг нь үйлдэл хийхийн өмнө бодсон бодлоо алдсан эсэх, тухайн үйлдлээ хийж буй эсэхээ эргэцүүлэн бодох, “Буруу үйлдэл хийхгүй, зөвийг л хийнэ шүү” гэж хянан болгоомжлохыг хэлнэ. Би ер нь сэтгэлдээ юу бодож байна, үгэн дээрээ юу ярьж байна, үйлдэл дээрээ юу хийж байна, одоо яг яаж байна гэдгээ манаач шиг тогтмол ажиглахыг хэлнэ. Үүнтэй адил олон хүний дунд “Би буруу ярих вий” гэж үгээ хянадаг. Үйлдэл хийхдээ “Би буруу бодлын үүднээс хийгээгүй байгаа” гэж сэтгэлээ хянадаг. Би бусдад туслах гээд хор хохирол учруулаагүй байгаа, тус маань ус болоогүй байгаа, баярлуулах гээд гомдоогоогүй байгаа, магтах гээд муушаагаагүй биз миний хийж буй үйлдэл зөв байна уу, буруу байна уу гэж биеийн үйлдлээ хянадаг. Үйлдэл хийхийн өмнө, хийж байхдаа бодож, ажиглах нь чухал. Буруу үйлдэл илрэх үед “Би ингэж болохгүй шүү, би ингэж буруу үйлдэл хийж байгаа юм биш биз” гэх мэтээр бие, хэл, сэтгэлээрээ үйлдлээ хянах нь тухайн үед сэрэмжилж буй хэрэг юм. Сэрэмжлэх гэж би хэлж буй үг, ямагаараа буруу ярьж, бодож буй бодлоороо буруу зүйл бодоогүй байгаа гэж хянахыг хэлнэ. Яриандаа би буруу үг хэрэглээгүй байгаа, хийж буй үйлдлээрээ би буруу үйлдэл хийгээгүй байгаа гэж хянах нь тухайн үед сэрэмжлэх юм. Биеийн үйлдлээ ажиглана гэдэг нь үйлдэл хийхийн өмнө би ямар бодлоор, ямар үйлдэл хийх гэж байна, үйлдэл хийж байх үедээ би ямар үйлдэл хийж байна, хийнэ гэж бодсон үйлдлээ л би хийнэ шүү гэж бодохыг хэлнэ. Биеийн үйлдлээр жишиж, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ хэрхэн ажиглахыг тодорхойлоорой. Хэлний үйлдлээ ажиглах хэрэгтэйг “Олны дунд үгээ, ганцаараа байхдаа сэтгэлээ ажигла” хэмээн ардын үгэнд сургасан байдаг. Найз нөхөд, ах дүүдээ нэр тааруу нэгэн хүн яагаад би ийм тааруу нэртэй байна, хүмүүс надад яагаад дургүй болов гэж эргэцүүлэн боджээ. Шалтгаан нь юу байсан бэ гэвэл өөрийнх нь бодлогогүй, болгоомжгүй үг, ярианаас болж байсныг тэр ухаарсан. Ийнхүү ухаарснаас хойш “Би хүнд буруу үг хэлэхгүй юм шүү” гэж зорилго тавьжээ. Хүмүүстэй хамт байх үедээ за би юу ярих гэж байна, би ярина гэсэн сэдвээ яг ярьж байна уу, үгүй юу гэж өөрийгөө ажигладаг болсноор бодлогогүй, болгоомжгүй хэлдэг байсан үгийн гэм нь засарч, алгуур найз нөхөд, ах дүү нь түүнд дотно ханддаг болжээ. Энэ бол хэлний ажиглан сэрэмжлэх үйлдлийн нэгэн жишээ юм. Аав ээжийн хайртай нэгэн хүүхэд байжээ. Эцэг эх нь хүссэн зүйлийг нь хориглох, хүсээгүй зүйлийг нь хий гэж сургах нь олонтаа. Энэ бүхэнд хүүхэд эцэг эхдээ гомдсон, туньсан сэтгэлд автдаг байлаа. Нэгэн өдөр энэрэлт ээж нь хүссэн зүйлээ хийх гэж буй үед нь наадхаа түр орхиод, ах эгчдээ туслаарай гэж хэлэх үед тэр өөрийн эрхгүй уурлан “Би чадахгүй” гэж хэлж, ээжийгээ гомдоожээ. Ээжийгээ гомдоож, буруу үйлдэл хийснээ ойлгон алдаагаа засах арга замыг хайж эхэлжээ. Өмнө нь юу ч бодолгүйгээр тухайн үед төрсөн бодолдоо автдаг нь миний алдаа байсан юм байна гэдгийг ухаарчээ. Уг явдлын дараа өөрийн дуртай зүйлээ хийж байх үед аав нь түүнд ах эгчдээ туслаарай гэж сургах үед өмнөх алдаагаа давтахгүйн тулд өөрт ямар сэтгэл төрж байгааг бодтол уурын сэтгэл төрж байгааг тэр ажиглаж мэджээ. Би энэ уурын сэтгэлд автахгүй шүү гэж бодон ах эгчийнхээ ачийг санах даруйд “За тэгье, аваа” гэж өөрийн эрхгүй хариулжээ. Ингэж хариулахыг сонссон ээж нь хүүгээ уучлан, духан дээр нь үнсэн баярлав. Энэ бол сэтгэлээ ажиглаж чадсаны нэгэн жишээ юм. Тухайн үйлдлийг хийсний дараа дүгнэж цэгнэн бодох. Би сая энэ үйлдлийг ямар бодол, сэтгэлээр хийв, ямар үг ярив, биеэр ямар үйлдэл гаргав гэж дүгнэж цэгнэн бодно. Ингээд буруу үйлдэл хийсэн байвал дахин би үүнийг хийхгүй юм шүү гэсэн зорилт тавьж ажиллана. Буруу үйлдэл хийсэн бол түүнийг засах учиртай.

1.1.2. Бие, хэл, сэтгэлийн буруу үйлдлийг засах	
Буруу сэтгэлд автахгүйг хичээх	Буруу сэтгэл төрөх гэж буй үед ажиглаж, ийм буруу сэтгэл төрөх гэж байна шүү, би үүнд автахгүй шүү гэж өөрийгөө буруу сэтгэлд автахгүй байхад чиглүүлэх, тэр сэтгэлийн эсрэг зөв бодлыг өөртөө хүчээр төрүүлэхийг чармайх хэрэгтэй. Буруу сэтгэлийг төрж байгаа үед нь мэдсэн бол тэр сэтгэлийн үүднээс үг ярих, үйлдэл хийхгүйгээр тэр даруйд нь өөр буяны бодол, зөв бодлыг өөртөө төрүүлж дадах хэрэгтэй. Төрсний дараа мэдвэл энэ удаа би ийм буруу сэтгэлд автсан байна, дараагийн удаа ийм буруу сэтгэлд автахгүй юм шүү гэж бодож, дахин төрүүлэхгүйг хичээнэ. Мөн буруу сэтгэлд автаад байгаа нөхцөлийг “Би ямар үед, яахаар буруу сэтгэлд автаад байна аа” гэж сайтар тодорхойлж, хожим нь тэрхүү нөхцөлийг бүрдүүлэхгүй байхыг өөрөө тооцож, хичээх хэрэгтэй. Мөн буруу үг, үйлдэл гарах гэж буй үед, буруу үйлдэл гарах үед, буруу үйлдэл гарсны дараах үед хэрхэхийг өмнөх ойлголтод тулгуурлан сурагчдад тайлбарлан ухааруулна.
1.2. Бусдаас суралцъя	
1.2.1. Бусдаас бурууг хайхгүй байх	
Бурууг бусдаас бус, өөрөөс эрэх	Өөрт ямар гэм байгааг ажиглан улмаар тухайн гэмээ таньж мэднэ, дараа нь гэмээ засна. Аливаа асуудал тулгарахад тухайн асуудлыг үүсгэсэн буруутныг бусад хүнээс хайхаасаа өмнө эхлээд өөрөөсөө эрэх хэрэгтэй. Би энд ер нь ямар буруутай вэ гэж бодвол тухайн асуудал их зөөлөрч, ээдрээ нь тайлагдахад ойр дөхөм болдог. Харин бурууг бусдаас хайж эхэлбэл асуудал хурцадмал болж, бусдыг үзэн ядах хорсол улам бүр их болдог. Тийм учраас бурууг бусдаас биш өөрөөсөө хайхад суралцах хэрэгтэй.
Бусдад буруу байвч уужуу ухаанаар уучлах	Хэрэв асуудал тулгарч, бусад хүн буруутай байсан ч тэднээс буруу хайж ухах төнхөх биш, уужуу ухаанаар “Энэ хүн буруутай ч буруу сэтгэл, буруу зуршилд автаад л ийм зүйл хийсэн байна даа, за яах вэ, энэ хүн нэгэнт ингэсэн юм чинь, одоо би энэ хүнийг уучилъя даа” гэж дотроо бодох юм бол өөрөө аз жаргал, амар амгаланг бий болгож, цаад хүнтэй ойлголцоход амар хялбар болох бөгөөд зөрчил маргаан улам лавшрахгүй байх тустай.
1.2.2. Бусдын эрдмээс суралцах	
Бусдын буруу үйлдлийг бус, зөв үйлдлийг дэмжих, сайшаах	Бусдын муу талыг биш, сайн талыг нь дэмжиж, сайшаах хэрэгтэй. Бусадтай нөхөрлөхдөө ч, элдэв асуудал тулгарч түүний гарцыг хайхдаа ч, мөн бусдаас сайн сайхныг нь л олж харж байя гэвэл түүний муу талыг огт харалгүйгээр “Энэ хүнд ямар сайн чанар байна, энэ хүн ийм сайн чанартай байна шүү, тиймээс энэ нь их зөв юм байна даа, муу тал байсан байна, гэвч ийм сайн тал байсан шүү” гэж бодон “Энэ нь сайн болжээ” гэж сайшаах юм бол тухайн хүний гэмийг харах биш эрдмээс нь суралцах боломж бүрдэнэ.
Бусдын ололт амжилтад атаархалгүй, бахархан баярлаж, үлгэр жишээ болгохыг хичээх	Бусад хүн амжилтад хүрэх үед түүнд атаархах сэтгэл төрж, энэ ингэж амжилтад хүрчээ, амжилт нь буураасай, амжилтад нь саад бэрхшээл тулгараасай гэх бодолд автвал өөрийн амжилт гаргах боломжоо улам бүр байхгүй болгож байгаа гэсэн үг. Харин “Энэ хүн ийм амжилт гаргажээ, ямар сайхан юм бэ, мөн гайхамшигтайяа” гэж чин сэтгэлээсээ баярлавал өөрөө дараа нь тийм амжилтад хүрэх нөхцөл бүрддэг. Энэ хүн ийм амжилтад хүрсэн байна үүнийг үлгэр жишээ болгож, би өөрөө энэ амжилтын төлөө хичээн зүтгэе гэж тухайн хүнд баярлан түүн шиг амжилт гаргая гэж бодвол бусдын амжилтад даган баясах үйл болдог. Хорссон сэтгэлээр би өөрөө тийм амжилтад хүрье гэж бодвол атаархал болдог.
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Үг сонсож суръя	
2.1.1. Сургаал үг сонсож сурах	
Гэм алдааг ил хэлсэн үг хатуу ч ажил үйлд тустай болохыг танин мэдэх	Бидний гэм алдааг засаж, залруулахын тулд хэлсэн бусдын үг хэдий хатуу байвч уурлаж уцаарлаж, дундуур нь бүү таслаарай. Монгол ардын үгэнд “Үг хэдий хатуу ч амьдралд тустай” гэдэг. Хатуу үг сонсох нь хүний ухааныг тэлдэг. Үг хэдий хатуу байвч хүлээж аваад, өөртөө тусгаж авбал алдаа гэм засарч, өөрийн амьдрал, ажил үйлс өөдрөг болох гарцыг нээж улмаар өөрийн ухааныг тэлнэ.

Алдааг засах, зөв үг хэдий хатуу, ширүүн ч дургүйцэлгүй ухаалгаар хүлээж авч сурах	Найз нөхдийн гэнэн цайлган сэтгэлээр шоглож хэлсэн үгэнд уурлаж уцаарлахгүй байхыг эрхэмлэх. Эцэг эх, ах дүү, багш нарын зэмлэж загнасан үгийг уурлаж уцаарлалгүй хүлээн авч, алдаагаа засах чадварт суралцах. Өөрийн чинь алдаа гэмийг ил хэлсэн үг хатуу боловч ажил үйлд тустай болохыг зөв ухаарах. Үг даах гэдэг нь тэсвэр тэвчээрт суралцах тустайг ухаарах нь чухал. Өөрийн алдааг зассан хатуу үгийг эелдэг зөөлнөөр хүлээн авах хэрэгтэй. Алдааг тань зассан зөв үгийг хэн нэгэн хэлсэн ч, хэрэв тэр үг нь хатуу ширүүн байсан ч дургүйцэлгүйгээр ухаалгаар хүлээж аваарай. Дургүйцэлгүй ухаалгаар хүлээж авахын тулд “Энэ хүн намайг гэж бодоод, миний сайн сайхны төлөө л ийм үг хэллээ, хатуу ч гэсэн үнэн үг хэлж байна, өнөөдөр миний төлөө гэсэн сэтгэлтэй ийм хүн байна, намайг алдаж, эндчих вий, хазгай гишгэчих вий гэж ийм үнэн үгийг хэлж байгаа нь ямар ачтай юм бэ” гэж бодно.
	Ийнхүү сайнаар бодож чадвал дургүйцэл төрөхгүй ухаалгаар хүлээж авч чадна. Нэг удаа ухаалгаар хүлээж авбал дараа нь тэр хүн тухайн алдаа зассан үгээ ширүүн биш, эелдгээр хэлэх нөхцөл бүрдэнэ. Ширүүнээр хэлэхэд нь эелдэг зөөлөн хүлээн авахад цаад хүн би ч нээрээ арай ширүүн хэлсэн байна шүү гэж бодоход нь тустай. Иймээс өөрт болон тухайн хүнд аль алинд нь тустай юм.
Эцэг эх, ах дүү, багш нарын зэмлэж, загнасан үгийг бухимдалгүй хүлээцтэй сонсож, зөв үг, сургаалын дагуу алдаагаа засах чадварт суралцах	Эцэг эх, ах дүү, багш нарын зэмлэж, загнасан үгийг сонсохдоо бүү уурлаж уцаарлаарай. Хүлээцтэй сонсоорой. Хэрхэн уурлаж уцаарлалгүй хүлээцтэй сонсох вэ гэвэл сэтгэлдээ бодох хэрэгтэй. Сэтгэлдээ “Үнэндээ зөв үг байна, миний алдааг засахаар үнэн үг хэлж байна шүү, энэ хүмүүс надад үнэхээр ачтай байна шүү, өнгөрсөн үед ийм ийм ачтай байсан, одоо ч намайг сайн хүн болгох гэж, миний алдааг засах гэж хэлээд байна шүү” гэж бодоорой. Мөн өөрийн эцэг эх, ах дүү, багш нарын уурлаж уцаарлаж, зэмлэж хэлж байгаа үгийг “Би ч нэг иймэрхүү л хүн байгаа юм байна даа гэж өөрийгөө дүгнээд, тэр үед тийм ширүүн үг хэлсэн нь надаас л болж байгаа юм байна шүү” гэж өөртөө тусгаж, хүлээж авах хэрэгтэй. Хэрэв би өөрийн зүгээс тэднийг уурлахааргүй нөхцөл бүрдүүлж чадсан бол надад ачтай эдгээр хүн загнаж хэлэхгүй, буруу байна гэсэн энэ үгийг надад хэлэх хэрэггүй байх байсан. Гэтэл би тийм байж чадаагүй байна, энэ бол миний дутагдал байна, хэлэхдээ эелдэг хэлж болох байтал ширүүн хэлж байгаа нь би нэг удаа биш олон удаа уг алдааг давтан хийсэн байна, нэлээн том алдаа гаргажээ, би энэ хүмүүсийг уурлахаар л хэмжээнд байгаа юм байна” гэж өөр дээрээ тусгаж аваарай. Тэдгээр хүмүүс өөрт чинь тэгж болохгүй, ингэх хэрэгтэй гэж сургаал хэлсэн байгааг нэг чихээрээ сонсоод нөгөө чихээрээ гаргах биш, эргэцүүлэн бодож, би ямар алдаа гаргаад байна, би үүнд анхааръя, би үүнийг засъя гэж өдөр бүр алдаагаа засах бодлыг тээж, төрүүлж, тэрхүү бодлын үүднээс өөрийн сэтгэл болон үг, үйлдлээрээ хичээгээд байвал алдаагаа засах чадварт суралцана.
2.1.2. Шүүмжлэлийг сонсож сурах	
Өөрийн буруугүй ч, бусдыг хүндлэн үгийг нь сонсох	Өөрийг тань буруугүй үед буруутай байна гэж загнаж, зэмлэвэл бүү уурлаарай, үгийг нь бүү таслаарай, надад энэ хүмүүс ийм их ачтай шүү гэж тэдний ачийг санаарай. Хөндлөнгийн өөр хүн байсан ч ахмад настны үгийг би сонсох хэрэгтэй шүү гэж бодно. Мөн хэрэв энэ хүн намайг “Ийм алдаа гэм, дутагдалтай хүүхэд байна, ингээд буруудаад дуусаг” гэж бодсон бол надад ийм үг хэлэхгүй байсан. Тиймээс энэ хүн “Ийм алдаа бүү гаргаасай, буруу үйлд битгий автаасай, үүнээс болоод өөрөө буруудчихгүй байгаасай” гэсэн сайхан сэтгэлийн үүднээс надад хэлж байна. Иймээс “Энэ хүн намайг гэсэн сэтгэлтэй, намайг гэсэн хүн байна шүү” гэж тухайн хүний урд өмнө өөрт үзүүлсэн ачийг нь одоогийн хэлж буй үгтэй нь харьцуулан бодож, үгийг нь сонсох хэрэгтэй. Хүн намайг ингэж хэллээ гээд би тийм болохгүй шүү дээ гэсэн бодлыг бодох хэрэгтэй. Жишээ нь: Хүн намайг чи тийм нүгэл хийсэн, чи тийм сул талтай хүн гэхэд “Би тийм нүгэл хийгээгүй ээ, энэ хүний хэлсэн төдийгөөр би муу болчихгүй шүү дээ” гэж бодон тайван хандах хэрэгтэй.

Найз нөхдийн гэнэн цайлган сэтгэлээр шоглож хэлсэн үгэнд бухимдахгүй байхыг эрхэмлэх	Найз нөхдийн гэнэн цайлган сэтгэлээр шоглож хэлсэн үгэнд уурлаж, уцаарлахгүй түүнийг тоохгүй, нэг чихээрээ оруулаад нөгөө чихээрээ гаргах хэрэгтэй. Яагаад гэвэл уурлаж, уцаарлавал найзыгаа болон өөрийгөө ч эвгүй байдалд оруулна. Тиймээс найз нөхдийн хэлсэн тэрхүү үгийг “За миний найз тоглоод л, наргиад л ийм үг хэлж байна даа” гэж сэтгэлдээ тээгээд байхгүйгээр тэр дор нь мартах хэрэгтэй.
Үг даах нь тэсвэр тэвчээрт суралцахад ач тустайг танин мэдэх	Хэн нэгэн өөрийн гэмийг хэлсэн ч, буруугүй байхад буруу гэж хэлсэн ч тэдгээрийн хэлсэн үгийг сонсохдоо уурлаж, хэлсэн үгийн өнгөөр сэтгэлээ тогтворгүй болгох нь тэвчээргүй байгааг илэрхийлнэ. “Үг намайг хатгаад авахгүй, хүн намайг тэгж хэллээ гээд би тийм болчихгүй, тийм учир хүн юу ч гэж хэлсэн би уурлахгүй, хэрэгтэйг нь аваад, хэрэггүйг нь сэтгэлдээ тээхгүй, хэлж байх үед нь үгийг нь таслахгүй сонсоно шүү” гэж бодон хүний үгийг дааж сурах хэрэгтэй. Үг даах нь тэсвэр тэвчээрийн нэг хэсэг болох гэдэг нь одоо би хүний үгийг сонсож, хүлээцтэй хандаж сурахгүй юм бол үүнээс илүү хурц, хэцүү үг хүн надад хэлж мэднэ шүү, одоо энэхүү үгийг даахгүй бол дараагийн хатуу үгийг хэрхэн даван туулах вэ” гэж бодож, үг даах тэвчээрийг өөртөө төрүүлээрэй. Ингэж үг даах тэвчээрийг бий болгохгүй бол ирээдүйд хүний хэлсэн энгийн үгэнд уурлаж, цухалдаж мэднэ.
Шүүмжлэлийг зөвлөгөө, шаардлагыг хүсэлт хэмээн хүлээж авдаг арга ухаанд суралцах	Хүн шүүмжилж байна гэж сонсвол “Энэ хүн намайг яах ёстой вэ, юуг анхаарах хэрэгтэй вэ гэдгийг л зөвлөж байна” гэж бодох хэрэгтэй. Хүн өөрийг шүүмжилбэл түүнээс алдаа дутагдлаа олж хардаг, өөрийн буруу, өөрт дутагдаж буй зүйлийг олж хардаг тустай тул шүүмжлэлийг зөвлөгөө гэж харах хэрэгтэй. Шаардлагыг хүсэлт хэмээн хүлээж авах гэдэг нь хүн надаас ийм зүйл шаардаж байгаа нь намайг ийм зүйл хийх хэрэгтэй, хийгээрэй гэсэн хүсэлт байна шүү гэж бодох хэрэгтэй. Энэ нь шаардлагыг хүсэлт хэмээн хүлээн авч байгаа арга ухаан болно. Шаардлага тулгарах үед нь түүнийг хүлээн авч, өдөр бүрийн ажил үйлдээ мөрдвөл түүнд суралцаж байгаа хэрэг болно.
Хүлээцтэй хандаж сурах нь тэсвэр тэвчээрийн үндэс суурь болохыг мэдэх	Хүлээцтэй хандаж сурах нь дан ганц үг ярианы тухайд биш юм. Хүний үг даахаас гадна аливаад хүлээцтэй хандах нь амьдралд тустай. Хүн өөрт буруу үг хэлэх, амьдралд тань янз бүрийн бэрхшээл, саад тулгарахад эдгээрт хүлээцтэй тайван хандаж сурвал бэрхшээлийг даван туулах тэсвэр тэвчээр бий болно. Хүний хэлсэн үгэнд өрвөлзөн уурлахгүй, элдэв буруу үг хэлэхгүй, аливаад хүлээцтэй тайван хандсаны үрээр дараа дараагийн удаа тулгарах адил асуудалд тайван хандаж, тэсвэр тэвчээр улам баттай болно.

ДОЛООДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.2. Амьдралын зорилго	
1.2.1. Амьдралын зорилгыг зөв танин мэдэх	
Аз жаргалыг танин мэдэх	Хүн бүр аз жаргалтай байхыг хүсдэг, зовохыг хүсдэг нэг ч хүн байдаггүй. Хүн хэрхэн аз жаргалтай байх вэ? Хүний аз жаргалыг олон ангилж авч үзэж байна. Нүд, чих, хамар, хэл, бие гэсэн таван эрхтний тусламжаар үүсч байгаа юмсын хэлбэр дүрс, дуу авиа, үнэр, амт, хүрэлцэх мэдрэхүйгээр хүн таатай мэдрэмж хүлээж авч байна. Мөн дотоод сэтгэлийн аз жаргал гэж бий. Эдгээрээс таван мэдрэхүйгээр амсаж буй аз жаргал бол заавал гадна орчны юмс үзэгдэлтэй холбоотой байдаг. Нүдээр гоё сайхныг харах, чихээр чимэгтэй сайхныг сонсох, хэлээр шимтэй сайхныг амтлах, хамраар таатай сайхныг үнэрлэх, биеэр тааламжтай (цаашид, таван мэдрэхүйн аз жаргал гэх) сайханд хүрэлцэн мэдрэх нь таван мэдрэхүйгээс амсаж буй хүний аз жаргал юм. Жишээ нь: Бид нүдээрээ сайхныг харж баясъя гэвэл заавал гоё сайхан зүйл харах, чихээрээ сайхныг сонсъё гэвэл зайлшгүй чимэгтэй зүйл сонсох зэргээр заавал гадна орчны юмс үзэгдэл байх шаардлагатай болдог. Таван мэдрэхүйгээс амсаж буй аз жаргал нь хүнд хэрэгтэй ч энэ төдий жаргал батгүй, хангалтгүй. Таван мэдрэхүйгээс жаргал хэчнээн амсаж байлаа ч дотоод сэтгэлдээ хүн зовбол уг хүн зовлонтой болно. Монголчууд биеийн зовлонгоос сэтгэлийн зовлон хэцүү гэдэг. Учир нь дотоод сэтгэлийн зовлон хүний таван мэдрэхүйн жаргалаас илүү хүчтэй байдаг. Таван мэдрэхүйн аз жаргал заавал гадна талын юмсаас хамаардаг бол дотоод сэтгэлийн аз жаргал гаднаас хамаардаггүй. Зөвхөн өөрөөс хамаардаг. Өөрийн бодлоос хамаардаг. Иймээс хүн сэтгэлдээ зөв зүйл бодвол сэтгэлдээ аз жаргалтай байдаг. Буруу зүйл бодвол сэтгэл зовдог. Тухайн мөчөөс өмнө сэтгэл ямар нэг зүйлд шаналсан бол та өөрөө буруу зүйл бодсон байна. Харин тухайн мөчөөс өмнө дотоод сэтгэлд баяр баясгалан төрсөн бол та өөрөө зөв зүйл бодсон байна гэсэн үг юм.
Таван мэдрэхүйгээр амсаж буй жаргал төдийд ханаж болохгүйг танин мэдэх	Таван мэдрэхүйн мэдрэмж нь зайлшгүй гадны хүчин зүйлээс бий болдог учир тэрхүү гадны хүчин зүйл үгүй бол аз жаргалгүй болдог. Таван мэдрэхүйгээр амсаж буй жаргал түр зуурын, хэврэг байдаг. Дотоод сэтгэлийн амгалан нь сэтгэлээс буюу бодлоос бий болдгоороо ялгаатай. Сэтгэлийн амар амгалан хүнд маш их ач тустай бөгөөд энэ нь гадна орчноос, гадна талаас бий болдоггүй, гагцхүү өөрийн сэтгэлээс бий болдог. Сэтгэлээс бий болохдоо гагцхүү зөв бодлоос бий болдог учир хүн хэдий чинээ зөв бодлыг бодож түүнийг дадуулж сэтгэлдээ төрүүлнэ, өөрийн сэтгэл төдий чинээ амар амгалан болно. Зөв бодлыг төрүүлбэл дотоод сэтгэл амгалантай. Хүн буруу бодлыг төрүүлбэл дотоод сэтгэл амгалангүй байдаг. Сэтгэлийн амар амгаланг бий болгохын тулд түүнийг бий болгодог зөв бодол өөрт тогтмол төрж, сэтгэлд тогтмол оршин байхаар дадуулж сурах нь чухал. Хүн зөв бодлыг бодож, бясалгасны үр дүнд л зөв бодол сэтгэлд байнга, хүчтэй төрдөг болно. Бясалгалын үр дүнд хүний зөв бодол улам бүр дадал болж, ингэснээр хүнд зөв бодол хэдий чинээ төрнө, өөрийн сэтгэл төдий чинээ амар амгалантай байдгийг ойлгож ухаарна. Ингэвэл өөрөө байнгын аз жаргалыг эдэлж амьдарна, бусдад, нийгэмд сайн сайхныг өгч чадна. Зөв бодлыг хэдий чинээ бодно төдий чинээ дотоод сэтгэл амар амгалантай байдаг учир хүн дотоод сэтгэлийг хөгжүүлж, зөв бодлыг өөртөө хүчтэй дадуулж, зөв бодлоор бүгдийг шийдэж, зөв бодлоор эзэмдүүлж амьдардаг байх учиртай.

Дотоод сэтгэлийн амгалан нь таван мэдрэхүйн жаргалаас илүүг танин мэдэх	Хүн ихэвчлэн өөрийн сэтгэл рүүгээ өнгийж хардаггүй тул түүнийг анхааруулан ойлгуулахын тулд онцолж “дотоод сэтгэл” гэсэн нэр томьёог хэрэглэдэг. Таван мэдрэхүйн аз жаргал болон зургаа дахь мэдрэхүй болох дотоод сэтгэлийг харьцуулъя. Аль нь илүү хүнд нөлөөлөх вэ, аль нь илүү хүчтэй вэ гэдгийг харьцуулъя. Таван мэдрэхүйгээр амсаж буй таатай мэдрэмж нь аз жаргал мөн ч дотоод сэтгэл нь аз жаргалгүй хүнийг зовж байгаа хүн гэхээс биш жаргаж байгаа хүн гэж хэлэхгүй. Дотоод сэтгэлийн аз жаргал илүү хүчтэй, мөн зөвхөн өөрөөс хамаардаг давуу талтай. Бид өөрсдөө хийж чадахаар зүйл юм. Харин бусад хүнээс, гадны хүчин зүйлээс хамаардаг зүйлд бид хүчин мөхөсддөг. Зөв бодлыг бодох нь бидний гарт байна. Буруу бодол бодож байгаа бол бидний өөрсдийн алдаа юм. Иймээс аль болох бурууг бодохгүй зөв бодлыг бодож байвал таван мэдрэхүйн гаднаас хамаардаг олон зүйлийг бүрдүүлээгүй байсан ч өөрөө аз жаргалтай байж чадаж байгаа юм. Хэрхэн аз жаргалтай байж чадах вэ гэвэл бид зөв бодол бодох юм. Зөв бодол гэж юу вэ түүнийг хэрхэн боддог вэ? Сайн санаа, зөв бодол гэдэг нь нэн тэргүүнд бусдын төлөө гэсэн сэтгэл юм. Бидний өвөг дээдэс хамгийн тустай сэтгэл бол бусдыг гэсэн бодийн сэтгэл гэж сургасан байдаг. Өөрийн дотоод сэтгэлийн аз жаргалыг зөв бодлын тусламжаар бий болгох боломж хүн бүрд байгаа юм. Зөв бодлын хамгийн сайн туйлын бодол бол бусдын төлөө гэсэн сэтгэл. Энэ сэтгэл хэдий чинээ хүнд төрнө хүн төдий чинээ сэтгэлдээ аз жаргалтай байдаг. Дотоод сэтгэлийн амгалан нь таван мэдрэхүйн жаргалаас илүү хүчтэй. Дотоод сэтгэл зовлонтой байхад таван мэдрэхүйгээр жаргал хэчнээн амслаа ч тэр хүн зовлонтой. Эсрэгээрээ таван мэдрэхүйгээр зовлон хэчнээн амсаж таатай биш байлаа ч хүн дотоод сэтгэлдээ аз жаргалтай байвал тэр хүнийг аз жаргалтай хүн гэнэ. Тиймээс дотоод сэтгэлийн жаргал амгалан нь бусад амгалан, зовлонг бүгдийг нь дарж чаддаг. Түүнээс илүү хүнийг эзэмддэг. Дотоод сэтгэл нь зовлонтой байвал таван мэдрэхүй жаргал амсах, өөр бусад сайн сайхан юу ч байсан тэр хүнийг зовлонтой гэж үзнэ. Харин дотоод сэтгэлдээ жаргалтай байвал таван мэдрэхүйн амгалантай байна уу, зовлонтой байна уу гэдгээс хамааралгүй тэр хүн аз жаргалтай хүн болно. Дотоод сэтгэлийн амгалан мөн чанараараа илүү. Түүгээр үл барам таван мэдрэхүйн амгалангаас дотоод сэтгэлийн амгаланг бий болгох боломж хүнд илүү байдаг. Зарим хүмүүс гадна орчноос бий болгодог таатай мэдрэмжийг төрүүлэхийн тулд архи, тамхинд дурлаж, хар тамхи татаж, мөрийтэй тоглоом зэргийг тоглож бусармаг явдлаар явж буй нь таван мэдрэхүйн аз жаргалыг чухалчилж, түүнд хөтлөгдөж байна гэсэн үг. Хүн тансаг орон байранд амьдрах, мөнгөтэй, алдар нэртэй байх нь амьдралд хэрэгтэй ч эдгээр хэрэгцээ нь хүний амьдралд чухалчлах зүйл биш юм. Хүн амьдралын хэрэгцээг чухалчилсан ч хожим нь амьдралынхаа утга учир болох аз жаргалгүй, амар амгалангүй болж, дахин зовлонтой хэвээрээ үлдэх тохиолдол байдаг. Хүн гадна орчноос бий болгодог таван мэдрэхүйн аз жаргалыг бүрдүүлэхийн төлөө амьдарвал, мөн түүнд ямар нэг аргаар хүрлээ ч аз жаргалтай байж чадахгүй учир энэ нь амьдралын зорилго биш юм. Хүний бие махбод өвчин эмгэгтэй, оюун ухаан нь хэвийн бус бол амьдралын зорилгодоо хүрэхэд бэрхшээлтэй учир сурагчдад эрүүл чийрэг бие бялдартай, саруул ухаантай байх учиртайг ухааруулна.
1.2.2. Амьдралын зорилгод хүрэх	
Аз жаргалыг бий болгох	Зорилгоо зөв тодорхойлсны дараа зөв шийдвэр гаргах, сөрөг нөлөөнд автахгүй байх нь эрхэм чухал. Зөв шийдвэр гаргаж, гаргасан шийдвэрийнхээ төлөө хөдөлмөрлөж, зүтгэж, үр дүнг нь үзэж, зорилгынхоо төлөө хичээх явцад гол саад болох буруу үйлдэлд уруу татдаг хүчин зүйлээс сэргийлэх хэрэгтэй. Хэрхэн зөв шийдвэр гаргах вэ гэвэл өөрт тусалдаг, зөв зам заадаг ахмад настантай зөвлөлдөж, үгийг нь сонсон ярилцаж, зөв шийдвэр гаргах хэрэгтэй.

	Эхний удаа тэдэнтэй ярилцаж зөв шийдвэр гаргаад сурчихвал дараа нь “Би нэг шийдвэр гаргалаа, та нар сонсоод зөвлөөрэй” гэж хэлэн тэдний хяналт дор шийдвэр гаргах улмаар өөрөө бие дааж бодож, шийдвэр гаргаад хэрэгжүүлэхийн өмнө тэднээр оновчтой шийдвэр мөн эсэхийг хянуулдаг байвал цаашдаа бие даан зөв шийдвэр гаргадаг болно. Өдөр бүр гаргасан шийдвэрийнхээ үр дүнг харах үйлдлийг тогтмол, тасралтгүй хийхийг амьдралын зорилгодоо хүрэх гэнэ. Шийдвэрээ зөв гаргаж, түүндээ хүрэхээр хичээн зүтгэх явцад бурууд чиглүүлж буй нөхрөөс сэргийлэх нь маш чухал. Буруу зүйлд уруу татаж буй нөхрийг муу нөхөр гэж жишиж тодорхойлно. Буруу зүйлд татаж буй нөхрийн үгийг дагавал амьдралын сайн сайхан зорилгодоо хүрэхгүй. Түүний сөрөг нөлөөнд автахгүй байх хэрэгтэй. Бурууд уруу татаж буй нөхрөөс сэргийлэх гэдэг нь энэ муу нөхөр би энэ хүүхэдтэй нөхөрлөхгүй гэсэн санаа биш, ангийнхаа бүх найзтайгаа дотно харилцаатай байж, тэднийг хүндэтгэдэг байх хэрэгтэй. Энэ найз л буруу зүйл яриад байна тиймээс энэ нөхрийн буруу нөлөөнд автахгүй байх юм шүү гэж дотроо бодож байх юм. Буруу зүйлд татаж буй нөхрийг ургэлж энэ хэвээрээ байна хэмээн үзэж болохгүй, буруу зүйлээс нь холдуулахыг ямагт хичээж, найздаа тусална. Харин өөрөө зөв байр суурьтай байж, зөв үйлдлээр үлгэрлэж, бурууд татаж буй нөхрөө зөв зам руу алгуур чиглүүлэх хэрэгтэй.
Дотоод сэтгэлийн амгаланг бүтээх	Бидний дотоод сэтгэлийн амар амгалан, аз жаргал бидэнд маш их чухал ач тустай. Тэр гадна орчноос, гадна талаас бий болдоггүй. Гагцхүү өөрийн сэтгэлээс бий болдог. Сэтгэлээс бий болохдоо гагцхүү зөв сэтгэлээс бий болдог учир бид хэдий чинээ зөв сэтгэлийг бодож, төрүүлнэ өөрийн сэтгэлд төдий чинээ амар амгалан ирнэ. Дотоод сэтгэлийг хэрхэн амар амгалан болгох вэ? Зөв сэтгэлийг хүч гарган нэг удаа бодоод орхиход тэр доороо сарнидаг. Тэр нь бидний зөв сэтгэлийн дадал бага, хүчгүй байгаагийн шинж юм. Амар амгаланг өөртөө тогтмол бий болгохын тулд түүнийг бий болгодог зөв бодлыг байнга өөрт төрөөд тогтмол оршиж байхаар дадуулах хэрэгтэй. Тэгвэл зөв бодлыг хэрхэн ийнхүү сайтар дадуулж, тогтмол хүчтэй төрөөд байхаар болгодог вэ гэвэл тэр хүн зөв бодлыг бодож, бясалгасны үр дүнд бий болно. Бясалгалын үр дүнд хүний зөв бодол улам их дадлагажиж, ингэснээр хүнд зөв бодол хэдий чинээ төрнө өөрийн дотоод сэтгэлд төдий чинээ амар амгалан ирнэ гэсэн үг.
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.2. Төв шулуун зан төрхийг эрхэмлэе	
2.2.1. Бусдын сайшаал магтаалд хөөрөхгүйг эрхэмлэх	
Хүний зан аашийн хамгийн эрхэм нь төв шулуун, цэгц шударга чанар болохыг ухаарах	Төв шулуун зан гэдэг нь аливааг сайн гэж хэт туйлшрахгүй, муу гэж хэт туйлшрахгүй аль алинд нь автахгүй, сайн муу хоёрын дунд бодит байдлыг нь тодорхойлж, бодит үнэн дээр зогсож чаддаг зан чанарыг хэлнэ. Шударга зан чанар гэдэг нь хийх гэж буй үйлдлийнхээ талаарх бодлыг сэтгэлдээ цэгцэлж, “Энэ буруу шүү, би үүнийг хийхгүй, энэ зөв байна, би үүнийг хийнэ шүү” гэсэн шийдвэрт хүрч чадахыг хэлнэ. Шударга байя гээд өөрийн харсан хүний гэм бүгдийг бусдад хэлэх, зарим үед амьдралын эрхээр хийхээс өөр аргагүй байсан ч хийхгүй гэсний улмаас бусдад шахагдаж, ялгаварлагдах нь шударга биш юм. Харин үйлдлээрээ амьдралын эрхээр зарим үед “Энэ буруу шүү, гэвч би амьдралын эрхээр үүнийг хийж байна шүү, ер нь бол буруу” гэж сэтгэлдээ бурууг нь бодоод уг үйлдлийг хийх, “Энэ бол зөв байна шүү, гэвч би энэ удаа чадсангүй, үүнийг би ер нь хийх ёстой юм шүү” гэж дотроо бодож байгаа нь цэгц шударга зан чанар тухайн хүнд алдагдаагүй байгааг илэрхийлнэ. Хүнд шударга зан чанар байхгүй бол буруу үйлдэлдээ дарлагдаж, сайн үйлийг өөртөө төрүүлэх эрмэлзэлгүй болдог. Хүн нэг зүйлийг сайн гэж хэт туйлшрах, муу гэж үзэн ядаж, хорсвол тэр нь өөрт бэрхшээл зовлон болдог. “Жанжин шугам” гэдэг шиг аливаад төвийг нь барьж, бодит байдлын үүднээс хандаж чаддаг ухаан байхгүй бол хүн өөртөө бэрхшээл зовлонг бий болгож улмаар амьдралын бэрхшээл саадыг даван туулж чаддаггүй.

Бусдын сайшаал магтаалд сэтгэлийг хөөргөхгүй байх	Хүн магтвал бүү хөөрөөрэй. Хүн магтахад сэтгэл хөөрөх гэзэд байвал “Би сонсоогүй ч намайг муушааж байгаа олон хүн байгаа” гэж бодон сэтгэлээ хөөргөхгүй, бодит хэвийн түвшинд нь барих хэрэгтэй. Ингэж чадвал хүний билиг оюун аливааг зөвөөр бодох ач тустай байдаг. Харин хөөрвөл “билгийн нүд сохрох” гэдгийн адилаар буруу шийдвэр гаргаж, буруу сэтгэлд автдаг.
2.2.2. Бусдын муушаал шүүмжлэлд гомдохгүйг эрхэмлэх	
Магтах үгийн далд нь, муушаах үгийн ил нь сайн хэмээх монгол зарчмыг ухаарах	Хүн өөрийг муушаах үед “Намайг сайшаан магтдаг, миний төлөө гэсэн сэтгэлтэй олон хүн байгаа шүү” гэж бодон өөрөө сэтгэлээр унахгүй, гомдохгүй байх хэрэгтэй. Хэрвээ гомдох юм бол энэ нь буруу шийдвэр гаргах, бусдад таагүй мэдрэмж төрүүлэх гэх мэт олон сөрөг үр дагавар гарахад хүргэдэг. Иймээс намайг сайшаан магтах хүн байхад, муушаах хүн бас бий шүү гэж бодон сэтгэлээ тэнцвэртэй, тогтвортой байлгах хэрэгтэй.
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд үйлийн үрийг мөрдье	
3.1.1. Үйлийн үрийг танин мэдэх	
Үйлийн үрийг танин мэдэх	Өөрт өчүүхэн амар амгалан байгаа нь ч зайлшгүй зөв үйлдлээс л гардаг. Өчүүхэн зовлон ч нүгэл буюу буруу үйлдлээс гардаг нь магадтай. Хүн зөв сэтгэлийг төрүүлж, эерэг харилцаа бий болгосноороо өөрөө аз жаргалтай байна, мөн тэрээр ойр орчныхоо хүнд аз жаргал өгч байгаа нь тодорхой. Цаашлаад квант физикийн шүтэлцэх таталцах хуулиар бол хүн ямар уг шалтгааныг буюу ямар үйл хийж байна түүнтэй зохилдуу л үр дагавар гардаг гэдэг нь тодорхой байна.
Үйл гарцаагүйг ухаарах	Амар амгалан өчүүхэн ч гэсэн байгаа нь зайлшгүй түүнтэй төстэй уг шалтгаанаас гардаг. Зовлон бэрхшээл таагүй зүйл байвал, мөн түүнтэй төстэй үйлдлээс гардаг. Монголчууд эртнээс сайн үйлийг буян, муу үйлийг нүгэл гэж хэлж заншсан. Зовлонг арилгана гэдэг нь шинжлэх ухааны үндэслэлтэй байна. Хамгийн энгийнээр зөв сэтгэлийг төрүүлэнгүүт өөрөө аз жаргалтай болж байна. Зөв сэтгэлийг төрүүлэхэд хүний биеийн дархлаа сайжирдгийг анагаах ухааны эрдэмтэд тогтоосон байна. Мөн зөв сэтгэлийг төрүүлэхэд бусдад аз жаргалтай сайхан мэдрэмжийг өгдөг. Шинжлэх ухааны нотолгоонууд ч олон бий. Цаашлаад хавар төмсний үр суулгаад намар хурааж авдаг. Харин төмсний үр суулгахад түүнээс сонгино ургадаггүй шиг бидний хийж буй үйлдлээс түүнтэйгээ төстэй л үр дагавар гардаг нь хууль юм. Ерөнхий ойлголтыг шүтэн барилдах, квант физикийн онол, эрдэмтдийн хэлсэн үгнээс эшлэн тайлбарлана. Хүнд өвчинд нэрвэгдэн зовж буй хүн хааяа нэг, богино хугацаанд амгаланг мэдрэх нь буян, түүнтэй төстэй үйл хийсний үр дагавар юм. Амгалантай мэдрэмж төрж байгаа нь буяны үйлээс гардаг гэдгийг бодит амьдралын жишээгээр тайлбарлана.
Үйл арвидахыг ухаарах	Буян, нүглийн үйл өчүүхэн ч байсан түүний үр нь их болж, үржиж, агуу том үр дагаврыг бий болгодог. Модны жижигхэн үндэснээс маш том мод ургадаг. Буруу сэтгэлийн үрээр энэ дэлхийг сүйтгэж болохуйц аймшигт үр дагавар гардаг. Энэ бол үйлээс үр дагавар нь арвиждагийг харуулж байна. Бага зэрэг цухалдсан, худал ярьсан яриа, хүнд дээрэлхсэн, хүнийг үл хүндэтгэсэн зэрэг буруу үйлдэл хийчхээд үүнийгээ бага гэж үл тоож болохгүй. Учир нь энэхүү бага хэмжээтэй харьцуулшгүй их хэмжээний сөрөг үр дагаврыг хожим өөрт авчирдаг. Эсрэгээрээ бага гэлтгүй бусдыг бодож, хүнд талархаж, үгэн дээрээ зохистой харилцаа бий болгож, үйлдэл дээрээ бусдыг хүндэтгэсэн, баярлуулсан үйлдэл хийвэл эерэг үр дагавар нь хожим энэхүү бага хэмжээтэй харьцуулшгүй өргөн далайцтай, агуу их болж өөрт эргэж ирдэг.
Үйлдээгүй үйлийн үр дагавартай учрахгүйг ухаарах	Жаргал, зовлон амсаж байгаа нь хүн урд өмнө эдгээрийг амсахаар уг шалтгааныг хийчихсэн байсан гэсэн үг. Үйл гэдэгт бусад хүн бас оролцоно. Гэвч хамгийн гол нь өөрөө л хамаатай байдгийг мартаж болохгүй. Өнөөдөр зовлон зүдгүүр таагүй зүйл тохиож байгаа бол би өөрөө л түүний уг шалтгааныг хийсэн юм байна гэдгийг ухаарах нь чухал. Одоо би сайн муу зүйлтэй тулгарч байгаа нь өөрийн урд өмнө хийсэн буян, нүглийн үйлээс гарч байна. Ирээдүйд сайн сайхныг бий болгоё, зовлон зүдгүүр амсахгүй байя гэвэл амар амгаланг бий болгодог үйлийг хийе, зовлон зүдгүүр бий болгодог үйлийг тэвчье гэж шийднэ. Жишээ нь: Эцэг эхдээ, багшдаа уурладаг хүн амьдрал дээр ажил үйлс нь сайн бүтэхгүй, үр хүүхэдтэй болсон ч хүүхдүүд нь өөрт нь уурлаж, насны эцэст тэд зодох занчих тохиолдол ч гарч байна.

	Эцэг эх, ачтай хэн бүхний бэлтгэж өгсөн эд зүйлийг эдлэх, түүнээс аз жаргалыг мэдрэх үйлийг хүүхдүүд өөрсдөө урьдчилан хураахгүй бол эцэг эхээрээ хэчнээн эд зүйлс бэлтгүүлсэн ч тэр нь өөрт нь эд зүйл болдоггүй, ач тусаа өгдөггүй. Тийм учраас өөрсдийн зүгээс ойр дотно ачтай хүмүүсийнхээ бэлтгэж өгч, хүүхдийнхээ төлөө зориулж байгаа эд зүйлийг эдэлж, өөртөө эд зүйл болгохоор үйлийг одооноос хийе гэж бодож хичээх хэрэгтэй. Үүний тулд эцэг эхээ хүндэлж, тэднийхээ төлөө санаа тавьж, тэдний бие нь эрүүл, нас нь урт, аливаа барцад саадгүй байгаасай гэж бодож байх хэрэгтэй. Эцэг эх нь үр хүүхдийнхээ төлөө хэчнээн зүтгээд үр хүүхэд нь түүнийг эдлэх үйлийг хураахгүй бол, үйлийг нь үйлдээгүй бол түүний эерэг үр дагавартай үр хүүхэд нь учиръя гээд эцэг эх нь өгье гээд ч амар хялбар учрахгүй юм.
Үйл алга болохгүйг ухаарах	Хэрэв нүглийн үйлийг хураагаад түүнийгээ гэмшин наманчлахгүй бол нүглийн үйл аяндаа шамшигдаж арилна гэж байхгүй. Зарим хүн бусад хүн хараагүй, хүн мэдээгүй гэж буруу үйлийг хүний нүднээс далд хийдэг ч наанаа хүн хараагүй боловч тэрхүү үйл нь цаанаа шамшигдахгүй хураагдаад, арвижиж байдаг бөгөөд үйл боловсрох, илэрч гарах цаг нь ирэхээр тухайн хүнд сөрөг үр дагавраа өгдөг. Тиймээс хүн хараагүй, мэдээгүй гэх, хуулийн цоорхой, албан тушаалаа ашиглаж хийсэн нүглийн үйлдээ гэмшиж, наманчилахгүй л бол нүгэл огт шамшигдахгүй, хорогдохгүй, алга болохгүй. Эсрэгээрээ буян хураахдаа ч өнөөдөр би сайн үйл хийхэд хүн мэдсэнгүй, тоосонгүй, ойлгосонгүй, дэмжсэнгүй гэж бодохгүй, сэтгэл гонсойхгүй байх, сэтгэлээр унахгүй байх. Өнөөдөр хүн мэдээгүй ч та хэрэггүй үйл хийлээ гэх, хийсэн үйлээ дэмий юм байна гэж бодох, түүндээ эргэлзэх эсвэл уурлаж хийсэн буяны үйлээ арилгачихгүй л юм бол буяны үйл шамшигдаж алга болдоггүй. Түүний сайн сайхан үр дагаврыг та хэзээд амсдаг. Анх буяны үйл хийж байхад хэн ч анзаарахгүй, тоохгүй байсан хэрнээ түүний хийсэн үйл хожим олон хүнд тустай болж байсан жишээнүүдээс тайлбарлана. Өнгөрсөн үед өөрөө мэдэлгүй хийсэн эсвэл өөрийн хийсэн нүглийн үйлээ за за мэдэхгүй болчихсон, мартсан гэх биш, өөрөө түүнийгээ гэмшин наманчилж, тухайн хүмүүсээс уучлал хүсэх хэрэгтэй. Ингэхгүй бол нүглийн үйлийн үр дагавар илэрч гарах нөхцөл бүрдэх л юм бол энэ нь зовлон болж өөрт ирнэ. Тиймээс хийсэн нүглээ эргэн харах хэрэгтэй. Хүн мэдсэн, мэдээгүй ялгаагүй би тийм буян хийсэн, ашгүй дээ их сайхан зүйл болсон шүү гэж бодвол тэрхүү үйлийн эерэг үр дагавар гарахдаа машид арвиждаг.
3.1.2. Үйлийн үр дагаврыг танин мэдэх	
Үйлийн эерэг сөрөг үр дагаврыг танин мэдэх	Ихэвчлэн нүглийг биш нүгэл, буяны үйлийн аль алиныг нь тайлбарлаж ухааруулах нь чухал. Өөрөө нүгэл хийвэл түүний үр дагаварт зовлон бэрхшээл ингэж ингэж гарч байна гэдгийг жишээгээр тайлбарлана. Жишээ нь: Амьтны амь тасалбал түүний үр дагаварт дахин амьтны амь таслах дуртай болдог. Өөрийн нас богино болдог. Хулгай хийснээр дахин хулгай хийх дуртай болдог, өөрөө ядуурдаг гэх мэт. Буян, нүглийн үйлийн ерөнхий үр дагаврын хувьд энэ үр дагавар тухайн хүнд ирээд зогсохгүй, хүний оршин амьдарч буй гадаад орчинд эрхшээсэн үр дагавар бий болдог гэдгийг мэдэх. Гадаад орчинд буюу байгаль орчинд, эдэлж хэрэглэж буй эд зүйлд бас нөлөөлөх нь бий. Жишээ нь: амьтны амь таслах нүглийн үйлийн үр дагаварт өөрийн амьдарч буй орчин доройтож, идээ ундаа шим тэжээл багатай болдог. Зөвхөн өөр дээр авч үзвэл хэчнээн гадна орчны нөлөө сайхан байвч өөрөө түүнээс тааламж мэдрэмж авч чадахгүй болох сөрөг үр дагавар гардаг. Хүн амьтны амь таслахгүй, хулгай хийхгүй буюу хүнээр ажил хийлгэсэн бол ажлын хөлсөө бүтэн төлдөг, авлига авахгүй, өгөхгүй байя гэвэл ийм ийм эерэг үр дагавар гарна гэдгийг жишээгээр тайлбарлах. Үүний эсрэгээр нүглийг жишээгээр тайлбарлана.

Үйлийн хүнд хөнгөнийг танин мэдэх	Аливаа хүчтэй бодол, хэрцгий үйлдэл хийсний дараа ихэд баярлах зэргээс тухайн үйл нь хүнд болдог. Буяны үйлийг хийхэд зөв бодлыг хүчтэй төрүүлж, зөв үйлдлийг хүндэтгэлтэй хийж, сүүлд нь баяссан сэтгэлээр сайн үйлээ зөв зүйлд зориулах зэргээс шалтгаалан буяны үйл агуу болно. Эцэг эх, багш, ачтай хүмүүст туслах эсвэл хорлох өчүүхэн үйлдэл байвч буян нь агуу болж, нүгэл нь их хүнд болдог. Жишээ нь: Уурлах сэтгэл хүчтэй төрөөгүй, хүчтэй төрсөн нь ялгаагүй адил нөхцөлд танихгүй хүнд гаргаж буй нүгэлтэй яг адил нүглийн үйлийг дотно ачтай хүмүүстээ гаргахад цаад хүн нь их ачтай, эрдэм номтой гэдгээс хамаарч буян нь агуу болж, нүгэл нь хүнд болдог. Энэ нь эрдэм номтой, ачтанаас өөр хүнд муу үйл хийвэл “гайгүй” гэсэн санаа биш, үйлийн үр дагавар нь хөнгөн гэсэн санаа юм. Жишээ нь: Эцэг эх, багш нартайгаа тааламжгүй харилцвал өөрөө энэ насандаа зовлон амсах тул хүнд болно. Яагаад хүнд вэ гэвэл энэ насанд буюу даруйдаа түүний үр дагавар боловсорч, ганц удаа эдэлж дүүрдэггүй учир хүнд. Үйлдэж буй тухайн хүнээс болж үйлийн үр дагавар хүнд, хөнгөн болдог гэдэг нь хүн өөрөө ухаалаг, болгоомжилсон, амьдралын эрхээр л ингэж хийлээ гэх зэргээр үйлдэлдээ ихэд гэмшин тухайн үйлийг хийвэл хэдий хүнд байлаа ч тэр хүн өөрөө түүнийг хөнгөн болгож чаддаг. Энэ нь тухайн хүний мэдлэг, чадвар, онцлогоос хамаарна. Үйл хэчнээн хөнгөн байлаа ч тухайн хүн өөрөө сайхан гэж хөөрч, бусдад гайхуулж, бахархаж хийвэл маш хүнд болдог. Тухайн хүн үйлийг яавал хөнгөн болгох вэ, яавал хүнд болдог вэ гэдгийг мэдэж, тийнхүү үйлдсэн эсэхээс хамаарч үйл хүнд, хөнгөн болдог. Энэ нь тухайн хүнээс л хамаарна. Жишээ нь: Бодит өглөг дотроос номын өглөг эрхэм дээд байдаг шиг баярлуулах үйл дотроос эцэг эх, ачтай хүнийг баярлуулах нь илүү их буян болдог. Үйлдэж буй, үйлдүүлж буй хүнийг түр орхиод ер нь өөрийн талаас аваад үзвэл өглөгөөс номын өглөг, баярлуулах дотроос хэлсэн зөв үйлдлийг нь хийж, битгий хийгээрэй гэснийг нь дагаж баярлуулах нь хувь хүн өөрөө хэрхэн үйлдсэн бэ, үйлдүүлж буй цаад хүн хэн бэ гэдгээс илүү мөн чанараасаа илүү буян болдог. Аливаа нүглийг хүчтэй сэтгэлээр хийвэл уг нь хөнгөн байсан ч сэтгэл нь хүчтэй байснаас хүнд болдог. Ердийн үйл байсан ч түүнийг зөв буюу буяны сэтгэлийг хүчтэй төрүүлж хийвэл агуу болдог. Сэтгэл бодлоос хамаарч үйл хүнд, хөнгөн болдог.
3.1.3. Нүглийн үйлийг тэвчин, буяны үйлийг хэрэгжүүлэхэд хичээх	
Буяны үйл гэж танин мэдсэн бол түүнийг хэрэгжүүлэхийн төлөө хичээх	Энэ сайн үйл буюу буян юм байна гэж мэдвэл түүнийг аль чадахаараа хийхийн төлөө хичээгээрэй. Яагаад гэвэл түүнээс танд аз жаргал ирнэ, та аз жаргалыг хүсэж байгаа шүү дээ. Хүнийг баярлуулъя гэвэл сайн үйл хийхийг хичээ тэгвэл бусдыг баярлуулна. Та өөрөө ирээдүйд нэр алдартай больё гэвэл сайн гэж бодсон үйлээ хийхийн төлөө хичээгээрэй. Хэрхэн хичээх вэ гэвэл “Үүнийг би хийх юм шүү” гэж өөрөө эцэслэн сэтгэлдээ шийдээд, өдөрт хамгийн багадаа гурван удаа “Би үүнийг хийнэ шүү, би үүнийгээ хийж байна уу, үгүй юу, яаж байна” гэж эргэцүүлэн ажиглаж, дүгнэнэ. Хэрэв хийгээгүй байвал хийнэ шүү гэж өөртөө шүүмжлэлтэй хандан хамгийн багадаа өдөрт гурав түүнээс ч олон удаа “Би хийнэ шүү, би хийж байна уу, үгүй юу, яаж байна” гэж бодон хийхэд хичээн зүтгэнэ.
Нүглийн үйл гэж танин мэдсэн бол түүнийг тэвчихийг хичээх	Нүглийн үйл байна гэж танин мэдсэн бол “Үүнийг би хийхгүй байя, учир нь түүнийг хийвэл надад зовлон бий болно, өнгөрсөн үед өөрт бий болсон, одоо бий болж байгаа, ирээдүйд бий болж мэдэх таагүй зүйл бүхэн өөрийн хийсэн нүглийн үйлээс болж байгаа шүү” гэж бодно. Тиймээс би сөрөг үр дагавар бий болгох нүглийн үйл хийхгүй байя гэж сэтгэлдээ эцэслэн шийдээд түүнийг өдөрт хамгийн багадаа гурав түүнээс олон удаа өдөр бүр бодож өөртөө дадуулан хэвшүүлэхэд хичээх хэрэгтэй. Буяны үйлийг хийх, нүглийн үйлийг хийхгүй байх гэдэг шалгуураар нүглийн үйлийг хийхгүй даван туулж, даван туулахын хэрээр өөрт аз жаргалтай, сайхан мэдрэмж төрдөг. Тиймээс нүглийн үйлийг тэвчээрэй.

Нөхцөл байдалд тохируулан хэрэгжүүлэх	Ингэж хэлбэл худлаа хэлсэн болно, ийм үйл бол нүглийн үйл гэж мэдсэн ч амьдралын шаардлагаар, аргагүйн эрхэнд нүгэл хийх болдог. Ийм нөхцөлд сэтгэлдээ гэмшил төрүүлдэг. Жишээ нь: Монголчууд намар идэш идэж, мал гаргах үедээ амьдралын эрхээр үр хүүхдээ тэжээхийн тулд амьтны амийг хөнөөлөө гэж гэмшин, наманчилж иржээ. Энэ тохиолдолд тухайн нөхцөл байдалд үр хүүхдээ тэжээхийн тулд гарцаагүй байдалд ороод хийсэн ч түүнээс гарах үр дагаврыг хөнгөн болгох аргыг Монголчууд эрт дээр үеэсээ хэвшүүлсэн байна. Тухайлбал, мал гаргахад сэмж өөхийг гаргасан малын хойноос буяны үйлд зориулдаг байжээ. Буяны үйлийг хийх нь сайн, хийх нь зөв. Гэхдээ тухайн үед хийх боломжгүй байвал сэтгэл дотроо энэ уг нь бодитой хийвэл сайн юм даа, хийх ёстой юм даа гэж бодоод нэг удаа хийлгүй өнгөрөх үе таарна. Тийм үед сэтгэлдээ би тухайн үйлийг хийж байна шүү гэж сайтар төсөөлөн бодох хэрэгтэй.
3.1.4. Буяны үйлийг арвижуулах, нүглийн үйлийг наманчлах	
Нүглийн үйлийг наманчлах аргыг дадуулах	Нүглийг наманчлах, арилгах, мөн буяныг улам арвижуулах ёстой. Нүглийг наманчлах, арилгахад хэнд хандаж алдаа гаргасан байна түүнийгээ өрөвдөж, тэр зовлон зүдгүүр, нүглээс ангижирч, сайн сайхан амьдраасай гэж бодоод, яах гэж хийв дээ гэж үнэн сэтгэлээсээ гэмшээд, хойшид ахиад хийхгүй гэж таслан шийдэж, эцэслэн хорьсон санааг төрүүлээд улмаар үйлдэл дээрээ хоёр гараа хавсран залбирч, үнэн сэтгэлээсээ бодвол үйл наманчлагдсан болно. Мөн хэрхэн арилгах вэ гэхээр нэг удаа наманчлаад орхих биш түүний хаялга буруу авьяасыг арилгах хэрэгтэй. Ингэж урд хийсэн нүглийн үйлдээ гэмшиж, цаад хүнээ өрөвдөж, өөрийн зүгээс ахиад хийхгүй шүү гэсэн бодлыг өдөр бүр бодоод байвал аажмаар нүглийн үйл арилна.
Буяны үйлийг арвижуулах аргыг дадуулах	Буяны үйлийг хэрхэн арвижуулах вэ гэхээр бид эцэг эх, багш, бусдад хандаж сайн үйл хийгээд түүнийгээ зүгээр орхих юм бол тэр арвижихгүй байж мэднэ. Иймээс “Би яавал хийсэн сайн сайхан үйлээ олон хүмүүст зориулах вэ” хэмээн бодож зориулна. Зориулна гэдэг нь “Би ийм буян хийлээ, үүнийгээ энэ дэлхийн хамаг амьтан, наашлаад монголын ард түмэн, эцэг эх, ах дүүсээ амар амгалантай, сайн сайхан байхын тулд зориулж байна” гэж бодох. Буян хийсэн даруйдаа би ийм сайн үйл хийсэн шүү, үүнийгээ би ийм сайн зүйлд зориулж байна гэвэл буян арвиждаг. Эсрэгээрээ буяны үйл хийчхээд уурлах, эсвэл би буян хийв үү, нүгэл хийв үү гэж эргэлзэх, би нүгэл хийсэн байна гэж буруу бодол төрүүлэх зэргээр буяны үйлээ зориулж амжаагүй үед энэ мэт бодол төрүүлбэл хийсэн буяны үйлийн үр дагавар хойшид гарахгүй болох, хугацаа нь богиносох, эсвэл хүч нь сул болж улмаар өөрт сөрөг үр дагавартай болж ирдэг. Иймээс буяны үйлээ ийнхүү зориулж арвижуулаарай.

НАЙМДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Уужуу, агуу ухаантай болъё	
1.1.1. Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах	
Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах	Хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлж байгаа нь уужуу, агуу ухаан дутаж буйгаас болно. Тиймээс хүний үгийг гүйцэд, тэсвэр тэвчээртэй сонсож, тэр хүний үг бодит байдалд нийцэж байна уу, үгүй юу гэдэгт авах гээхийн ухаанаар хандах нь уужуу, агуу ухааныг өөртөө хэвшүүлэхийн нэг арга болно.
Өөрийн бэрхшээлийг бусдын бэрхшээлтэй харьцуулан тунгаах	Өөрт бэрхшээл тулгарахад надад тохиолдсон бэрхшээлээс илүү хүнд бэрхшээл бусад хүмүүст тулгарсан байна. Надад тулгарсан бэрхшээл бол тэдний бэрхшээлтэй харьцуулахад хөнгөн байна гэж бодвол уужуу, агуу ухааныг өөртөө хэвшүүлэх болно.
Бэрхшээлийг хөнгөн болгож харж чадах	Өөрт бэрхшээл тулгарвал бэрхшээл харин надад давуу тал бий болгоно шүү гэж хүлээн авах хэрэгтэй. Жишээ нь: Сургуульд сайн сурч чадахгүй байгаа хүүхэд бусдад байхгүй өөртөө байгаа давуу талаа олж харж чадвал сайн сурахгүй байгаа бэрхшээлээ хөнгөн болгож харж чадна.
Бэрхшээлийн гарцыг олох	Бэрхшээл зөвхөн миний санаагаар өөрчлөгдөхгүй, бэрхшээл нь тодорхой нөхцөл бүрдсэнээр л бий болсон гэдгийг ухаарах хэрэгтэй. Нэгэнт нөхцөл нь бүрдээд бий болсон тул түүнийг буцаах нь амаргүй гэж бэрхшээлийг хөнгөн болгож харах. Мөн эргээд үүнийг арилгахын тулд олон нөхцөл, олон зүйлийг бүрдүүлэх хэрэгтэй учир одоо тэр бүгдийг бүрдүүлж чадаагүй байгаа тул энэ бэрхшээл арилахгүй. Иймээс би тайван байж, эдгээр нөхцөлийг бүрдүүлэхийн төлөө хичээе гэвэл бэрхшээлийг хөнгөн болгож харна. Ийнхүү сэтгэл тухайн бэрхшээлд торохгүй болж, бэрхшээлийг хөнгөн болгож харснаар түүнийг тайван хүлээж авдаг. Уужуу, агуу ухааны үр дүнд л бэрхшээлийг ийнхүү тайван хүлээн авч түүний гарцыг нь зөв олох боломж бүрдэнэ. Өөрөө мэдэхгүй бол өөрт зөвлөхүйц итгэлтэй хүмүүстэй зөвлөлдөж, бэрхшээлээс гарах гарцыг тайван, уужуу ухаанаар бодож тунгаан олохыг эрмэлзэх. Уужуу, агуу ухааны үр дүнд л бэрхшээлээс гарах гарцыг зөв олох юм.
1.1.2. Алс хэтийг харах	
Бэрхшээлийг өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн нөхцөл байдалд авч үзэх	Өнөөдөр надад тулгарч буй бэрхшээл тухайн энэ мөчийнх үү, одоо эсвэл ирээдүйн аль алинд нь гарахаар бэрхшээл үү, одоо тулгарсан бэрхшээл ганц өнөөдөр тохиолдож байгаа юу, өнгөрсөн үед бас гарч байсан уу, ганц надад ирж байгаа юм уу, бусад хүмүүст адил тулгардаг юм уу гэж сайтар эргэцүүлж бодно. Хэрэв бэрхшээл өнөөдөр гараад ирээдүйд тулгарах нь харьцангуй гайгүй бол тэвчих хэрэгтэй. Өнөөдөр гайгүй ирээдүйд тулгарахаар байвал түүнээс гарах зөв гарцыг олохын тулд тунгаан бодож улмаар олох хэрэгтэй. Зөв гарц олохоос өмнө сэтгэлээр унах, архи дарс уух, мансууруулах бодис хэрэглэх нь уужуу, агуу ухаан дутсанаас болж буй хэрэг юм.
Бэрхшээлийг үүсгэж буй хүчин зүйлийн нөлөөг ажиглан шинжлэх, тунгаах	Бэрхшээлийг зөв даван туулах хэрэгтэй. Бэрхшээл бусдад хэр хор хөнөөлтэй байна, би өөрөө тэвчвэл болж байна уу, бусадтай хуваалцах хэрэгтэй байна уу гэдгийг бодох. Одоо болон алс хэтдээ, өөрт болон бусдад хортой байвал тэрхүү бэрхшээлийг арилгахыг эрмэлзэх. Яаран сандран шийдвэр гаргахгүйгээр бэрхшээлийг хэрхэн даван туулах вэ гэдгийг сайтар тунгаан бодох учиртай. Ганц өөрт хор хөнөөлтэй бол тэвчье. Бусдад хор хөнөөлтэй бол яавал дээр вэ гэж бодвол уужуу, ухаан хөгжиж байдаг. Энэхүү сэдэвт хичээлээр “Хэрэв үүнийг өөрчилж болохгүй бол одоо санаа зовоод яах вэ? Хэрэв үүнийг өөрчилж болох бол одоо санаа зовоод яах вэ” гэсэн сургаалыг тайлбарлана. Одоог биш алс хэтийг харж бэрхшээлээс гарах гарцыг хайх, бүгдэд уужуу, агуу ухаанаар хандаж тайван байх учиртай.

Сэтгэлийн хаттай болох монгол ухаанаас суралцах	• Сэтгэлээ зөв дадал зуршилд хандуулахад суралцах • Бие эрүүл байхад хөдөлгөөн хэрэгтэй бол, сэтгэлийг ариун болгоход тогтуун байлгахыг ухаарах • Сэтгэлийг тогтоох нь хүнд сэтгэлийн амар амгаланг авчирдгийг ухаарах • Жолоогүй сэтгэлийг уян тогтоохыг эрхэмлэх • Сэтгэлийг тогтоон тунгаан бясалгаснаар буруу сэтгэлээ арилгадгийг ухаарах
1.2. Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд бясалгалыг дадуулъя	
1.1.1. Бясалгалын ач тус, бясалгахгүй байхын гэмийг мэдэх	
Бясалгаснаар сэтгэлийн амар амгаланг бий болгох ач тустайг ухаарах	**Эрдэмтэд б**ясалгал хүний тархины үйл ажиллагаанд хэрхэн нөлөөлдгийг тогтоох олон туршилт хийжээ. Жишээ нь: Уисконсин-Мадисоны их сургуулийн Тархи судлалын лабораторийн судлаач Ричард, Ж.Давидсон нарын судлаачид хүн бясалгал хийснээр тархины үйл ажиллагаа хэрхэн өөрчлөгдөж буйг судалсан байна[1]. Тэд 19000 цаг бясалгал хийсэн хүний тархи, бясалгал хийж эхэлж буй хүний тархийг харьцуулжээ. Удаан хугацаанд бясалгал хийсэн хүний анхаарлын төвлөрөл эхлэн бясалгалгагчийнхаас илүү хурдан бөгөөд тогтвортой, анхаарлаа төвлөрүүлэхэд зарцуулж буй хүч бага, хараа, хөдөлгөөн зэргийг удирддаг тархины олон хэсгүүд илүү идэвхтэй байжээ. Харин 44000 цаг бясалгал хийсэн хүний тархины хэсгүүдийн идэвхжил тийм хүчтэй биш боловч, шинэ чадварт суралцахдаа хялбар байдаг нь судалгаагаар тогтоогдсон байна. Товчхондоо бясалгал хийснээр тархины үйл ажиллагаа илүү идэвхжихээс гадна, илүү тайван, шинэ мэдлэгийг ойлгох, сурах, эзэмшихдээ хурдан, хялбар байдгийг тогтоожээ. Мөн туршлагатай бясалгагчид сэтгэл хөдлөлөө удирдах чадвар өндөр, гадны нөлөө, чанга, дуу чимээ зэрэгт анхаарал сарних нь бага, өвдөлтийг бага мэдэрдэг болох нь батлагдсан байна. Умард Каролинагийн их сургуулийн профессор Барбара Л.Фредриксон буруу болон зөв бодол хүний тархинд хэрхэн нөлөөлдгийг олон жилийн турш судалжээ[2]. Буруу бодол тархийг тодорхой ганц үйлдэл хийхэд хязгаарлахад хүргэдэг бол зөв бодол маш олон боломж гарцуудыг олж харахад нөлөөлдөг гэдгийг тогтоожээ. Тухайлбал: Айдас болон уур хүнийг зөвхөн нэг зүйл дээр төвлөрч, өөр юуг ч анзаарах сөхөөгүй болгоход хүргэдэг бол баяр хөөр, талархал тээсэн зөв бодол тархийг илүү олон боломж гарц, шийдлийг нээж олох чадвартай болгодгийг туршиж, нотолжээ. Буруу бодол, сэтгэл хөдлөл хүний тархийг “унтрааж” явцуу болгодог бол зөв бодол тархийг “асааж” маш олон боломж, шийдэл гарц олж харах боломж олгодгийг нотолжээ. Бясалгалын өөр нэг ач холбогдол бол сэтгэл зовнилоос сэргийлэх, сэтгэлийн болон биеийн эрүүл мэндэд эерэгээр нөлөөлдөг явдал юм. Сэтгэл зовнил буюу стресс ихтэй байх үед анхаарал төвлөрөх чадвар буурдаг. Тархины эд эсүүд нь нейротрансмиттер хэмээх химийн бодисоор дамжуулан хоорондоо мэдээлэл солилцдог. Стресстэй үед кортизол хэмээх бодис ялгарч нейротрансмиттерийн үйл ажиллагааг алдагдуулдаг байна. Энэ нь бидний сэтгэн бодох үйл ажиллагаа доголдоход хүргэдгээс гадна, шийдвэр гаргах чадварт ч сөргөөр нөлөөлдөг ажээ. Кортизол нь мэдрэлийн эд эсийг устгаж үгүй болгох химийн урвал үүсгэдгээс гадна, цусан дахь сахарын хэмжээг бууруулж, ингэснээр тархи энергийн дутагдалд орж шинэ мэдлэгт суралцах чадвараа алддаг байна. Эрдэмтэд үүнээс сэргийлэх аргыг судалж тогтоожээ. Бясалгалд сэтгэл зовнилыг ихэд бууруулах, сэтгэлийг тайтгаруулах нөлөө буйг эрдэмтэд судалж тогтоожээ. Учир нь амьсгал, сэтгэл хөдлөл хоёр хоорондоо нягт холбоотой байдаг байна. Бясалгал хийх нь сэтгэл зовнил, нойргүйдэл зэрэг өвчнийг эмээр эмчилснээс дутуугүй үр нөлөөтэйн дээр эмтэй адил гаж нөлөөгүй, эдийн засгийн хувьд хэмнэлттэй байдаг байна. Хамгийн чухал нь анхаарлын төвлөрөх чадварыг нэмэгдүүлж, төвөгтэй асуудлын зангилааг тайлж зөв шийдвэрлэх, сурах хүсэл эрмэлзэлтэй, амьдралын баяр баясгалантай болох зэрэг олон давуу талтай байдаг ажээ.

1 Annual Review of Clinical Psychology Mindfulness Meditation and Psychopathology. December 3, 2018

2 Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56,* 218-226

	Өнөө үед улс орнууд сурагчдын сэтгэл хөдлөлийн болон нийгмийн харилцаа, ёс суртахууны төлөвшил олгох сургалтын хөтөлбөрт бясалгалыг тусгаж ашиглах нь улам бүр нэмэгдсээр байна. Хүүхдүүдээр анхаарал төвлөрүүлэх дасгал, бясалгалыг тогтмол хийлгэх нь сурах үйлийг нь дэмжих, сэтгэл хөдлөлөө зөв жолоодох, амьдралын эрүүл хэв маягт суралцах, зөв дадал хэвшилтэй болох зэрэг олон давуу талтай байдгийг олон улс орны боловсролын туршлагаас харж болохоор байна. Тухайлбал: Линда Ж.Харрисон, Рамеш Маноча, Катя Рубич нарын судлаачид 2004 онд нэгэн сонирхолтой судалгаа хийсэн байна. Анхаарлын дутмагшлын хам шинж (ADHD) оноштой хүүхдүүд эмнэлгийн орчинд болон гэртээ эцэг эхийн хамт долоо хоногт хоёр удаа бясалгал хийжээ. Ийнхүү зургаан долоо хоногийн турш бясалгахад хүүхдийн анхаарал төвлөрөл нь эрс нэмэгдсэнээс гадна, бусад олон эерэг үр нөлөө гарчээ. Мөн маш огцом уурлаж, амархан цухалддаг байсан хүүхдүүд бясалгалд суурилсан анхаарал төвлөрүүлэх сэтгэл заслын эмчилгээний үр дүнд тэдний уур уцаар нь багасаж, сэтгэл хөдлөлөө хянах, жолоодох чадвар нь илт нэмэгдсэн байна. Дэлхийн олон улс оронд ерөнхий боловсролын сургуулиудад бясалгал хийхийг дэмжиж, үр дүнг нь сайшаасаар байгаа билээ. Бясалгал яагаад чухал вэ? Бидний сэтгэлийн амар амгалан, аз жаргал бидэнд маш их чухал ач тустай. Тэр гадна орчноос, гадна талаас бий болдоггүй. Гагцхүү өөрийн сэтгэлээс бий болдог. Сэтгэлээс бий болохдоо гагцхүү зөв сэтгэлээс бий болдог учир бид хэдий чинээ зөв сэтгэлийг бодож, төрүүлнэ өөрийн сэтгэлд төдий чинээ амар амгалан ирнэ. Сэтгэлийг хэрхэн амар амгалан болгох вэ? Зөв сэтгэлийг хүч гарган нэг удаа бодоод орхиход тэр доороо сарнидаг. Тэр нь бидэнд зөв сэтгэлийн дадал бага, хүчгүй байгаагийн шинж. Амар амгаланг өөртөө тогтмол бий болгохын тулд түүнийг бий болгодог зөв бодлыг байнга өөрт төрөөд тогтмол оршиж байхаар дадуулах хэрэгтэй. Тэгвэл зөв бодлыг хэрхэн ийнхүү сайтар дадуулж, тогтмол хүчтэй төрөөд байхаар болгодог вэ гэвэл тэр хүн зөв бодлыг бодож, бясалгасны үр дүнд тийм болно. Бясалгалын үр дүнд хүний зөв бодол улам их дадлагажиж, ингэснээр хүнд зөв бодол хэдий чинээ төрнө өөрийн сэтгэл төдий чинээ амар амгалантай болно гэсэн үг.
Эс бясалгаснаар буруу сэтгэлийн эрхэнд өөрийн мэдэлгүй автах гэмтэйг ухаарах	Хүн зөв сэтгэлийг дадуулж, бясалгахгүй бол зөв сэтгэл өөрт төрж, хэвшихгүй. Хүн сэтгэлийг аянд нь зөнгөөр нь орхих үед урдын дадал хэвшлээр буруу сэтгэлийн эрхэнд өөрийн эрхгүй автдаг. Учир нь бид буруу сэтгэлийг бусдаар заалгах шаардлагагүй, өөрийн мэдэлгүй төрүүлдэг болтлоо урд өмнөөс ихэд дадуулж, хэвшүүлсэн тул урдын дадал, хэвшлээрээ бид буруу сэтгэлийн эрхэнд өөрийн эрхгүй автдаг. Бясалгал хийж, зөв сэтгэлийг дадуулахгүйгээр “Би буруу сэтгэлд автахгүй шүү” гэж хичээгээд ч дийлэхгүй буруу сэтгэлийн эрхэнд автдаг. Жишээ нь: Би энэ хүнтэй уулзахдаа уурлах гээд байдаг шүү, уурлахгүй шүү гэж бодсон ч өөрийн эрхгүй уурлачихдаг. Энэ нь хичээгээд байсан ч буруу сэтгэлд өөрийн эрхгүй автаж байгаагийн жишээ юм. Зөв сэтгэлийг дадуулж, бясалгавал буруу сэтгэлд автахгүй байх боломж бүрддэг. Бясалгахгүйгээр зүгээр байхад ч тэр, бясалгахгүйгээр хичээсэн ч тэр аль алинд нь ялгаагүй буруу сэтгэлд автаад байдаг. Энэ бол бясалгаагүйн гэм юм.
Зөв сэтгэл хүчтэй төрөхгүй болох гэж гарахыг ухаарах	Бясалгал хийхгүйгээр сэтгэлийн амар амгалан бий болж, зөв сэтгэл хүчтэй төрөхгүй. Зөв сэтгэл хэрхэн яаж хүчтэй төрдөг вэ гэхээр нэг удаа сэтгэлдээ бодох ухагдахуун (нэгэн зүйл)-ыг нь өгч бодуулна, нэг удаа бодуулаад сайн болохгүй бол дахин давтан бодлыг тийш чиглүүлэн бодуулсаар сэтгэлд бодогдоод ирэх үед нь түүнд төвлөрч бясалгана, ажиглан эргэцүүлэн бясалгана, ингэснээр зөв сэтгэл хүчтэй төрдөг. Бясалгал хийхгүйгээр зөв сэтгэл дадаж, хүчтэй төрөхгүй.

1.2.2. Бясалгалын ялгааг танин мэдэх	
Төвлөрч бясалгах	Төвлөрч бясалгах, ажиглан эргэцүүлж бясалгах гэж хоёр бий. Аль нь өөрт чухал байгааг сонгож бясалгадаг. Төвлөрч бясалгах бясалгал бол хүн амьсгал эсвэл сэтгэл дээрээ нэгэн зүйлийг төсөөлж барьж байгаад бодлоо түүнээс сарниулахгүй төвлөрч бясалгахыг хэлнэ. Төвлөрнө гэдэг нь бодъё гэж байгаа зүйлдээ сэтгэлийг сарниулахгүй төвлөрч барихыг хэлнэ.
Ажиглан эргэцүүлж бясалгах	Эргэцүүлэн бодох гэдэг нь сарнихгүй төвлөрч байгаагаа суурь болгоод түүний үүднээс бясалгах, бодох зүйлээ учир шалтгааны үүднээс задалж шинжилж тунгааж бодохыг хэлнэ. Жишээ нь: Дархан хүн нарийн ур хийц гаргахын тулд тухайн зүйлээ хөдөлгөөнгүй байлгаж байгаад хээ хуараа дээр нь сийлдгийн адил сэтгэлийг тухайн зөв бодол, ухагдахуун дээр сарниулахгүй барьж байгаад тэрийг улам нарийсгаж бодохын хэрээр цаад зүйлийн мөн чанар, гол зангилаа нь улам тод болж, сэтгэлд тодорч, зөв сэтгэл хүчтэй болдог. Энэ бол ажиглан эргэцүүлж бясалгаж байгаа юм.
Төвлөрч бясалгах, ажиглан эргэцүүлж бясалгахын ялгааг танин мэдэх	Төвлөрч бясалгах, ажиглан эргэцүүлж бясалгах нь эхний үед өөрт нэгэн зэрэг ирж чаддаггүй. Жинлүүрийн хоёр тал тэнцэж өгөхгүй байгаатай адил төвлөрч бясалгаж байхад ажиглан эргэцүүлж бясалгахаа алддаг, ажиглан эргэцүүлж бясалгаж байхад төвлөрч бясалгах нь алдагдчихдаг. Тэгвэл эргэцүүлж бясалгах нь улам хүчтэй болж, төвлөрч бясалгахтай тэнцэж ирэх эрдмийг өөртөө олох үед төвлөрч байгаагаа сарниулахгүйгээр эргэцүүлж чаддаг, эргэцүүлж байгаа сэтгэлээ сарниулахгүй түүндээ төвлөрч чаддаг хоёр эрдэм нэгэн зэрэг ирдэг. Бясалгалын дээд түвшний эрдмийг олоход хоёр эрдэм нэгэн зэрэг ирдэг. Төвлөрч бясалгах, ажиглан эргэцүүлж бясалгах нь нэгэн зэрэг ирэх үед бясалгалын эрдэм дээд түвшинд хүрч байгаа гэсэн үг.
1.2.3. Бясалгах аргад суралцах	
Сэтгэлээ сарниулалгүй төвлөрч бясалгах	Хүн, хүний онцлогоос хамаарч бясалгах нь өөр өөр байдаг. Эхлээд бага зэрэг бодож байтал сэтгэл нь гэнэт өөр зүйл боддог сэтгэл нь тогтдоггүй хүн бол амьсгал дээрээ төвлөрөх нь эхний үед сэтгэлээ тогтооход хялбар байдаг. Бодъё гэхээр гайгүй бодчихдог хэр нь уур ихтэй бол амьсгал дээрээ төвлөрнө гэхээс илүү энэрэхүй сэтгэл, асрахуй сэтгэлийг бодвол тэр хүний сэтгэлд илүү тустай гэх мэтээр өөр өөр байдаг. Бясалгах дотор сэтгэлээ сарниулалгүй төвлөрч бясалгах гэж бий. Амьсгал дээр төвлөрөхийн жишээ авъя. Нуруугаа цэх суугаад, хүзүүгээ ердийн байдалд орхиж, нүдний харцыг буулган эхний удаа хоёр минутаас илүүгүй бодно. Өөрт зовлон бий болгоод байгаа буруу авьяас, буруу сэтгэлээс хагацъя, өөртөө амар амгаланг бий болгоё. Тэгснээр эцэг эх, ах дүү олон хүмүүст тусалъя. Түүний тулд бясалгая гэж сэтгэлээ засна. Товчдоо эцэг эх, ах дүү олон хүмүүст тусалъя. Үүний тулд өөрийн алдаагаа засъя. Иймээс би өөрийн буруу сэтгэлтэй тэмцье. Үүний тулд би сэтгэлдээ төвлөрье гэж бодоод хоёр минут орчим хугацаанд зөөлөн байдлаар бясалгана. Бясалгалын үеийн суудал: 1. Хоёр хөлөө очир завилгаагаар (хагас очир завилгаа буюу завилж суух) 2. Зүүн гар дээрээ баруун гараа тавиад хоёр эрхий хурууныхаа үзүүрийг нийлүүлээд хоёр гар хүйсээс дөрвөн хурууны дор байрлалтай тааруулж барих 3. Нуруугаа цэх суух 4. Толгойгоо ялимгүй бөхийлгөх (нуруу цэх байх) 5. Хоёр мөр тэгш байх 6. Нүдний харцаа хамрын үзүүр рүү чиглүүлсэн байдалтай буулгах, нүдээ тас анихгүй, харцаа ийнхүү буулгасан байхад тэр зүгээс сэтгэлд гэгээ татаж байх (хамрын үзүүр харагдах хэмжээнд байх) 7. Хэлний үзүүрээ тагнайдаа хүргэх Анги танхимд бясалгахад суух нөхцөл бүрдэхгүй бол аль болохоор бүрдүүлж, эхлээд амьсгалаа хамраараа зөөлөн гаргана. Энэ үед би амьсгалаа гаргаж байна шүү гэж бодоод амьсгал дээрээ алдахгүй төвлөрнө. Хэрэв алдвал дахин эхэлнэ. Сэтгэлд өөр зүйл бодогдвол мөн л эхнээс нь эхэлнэ. Өөрийгөө өөр зүйл бодож байна уу гэж хянадаг. Би бодох зүйлээ бодож байна уу гэж хянадаг.

	Энэхүү хоёр хяналтыг гол болгон сэтгэлээ наашаа татах хэрэгтэй. Амьсгал авч байгаа үед би авч байна шүү гэж бодон төвлөрүүлээд алдахгүй байсаар байгаад аваад гүйцвэл буцаагаад хамраараа зөөлөн гаргана. Амьсгал зөөлөн гадагшилж байгаа энэ үед төвлөрсөн сэтгэлээ алдахгүй байна. Хэрэв алдвал ахиад эхэлнэ, гаргана, авна гэсэн байдлаар хоёр минутаас илүү хийхгүй.
Санах, хянах хоёроор сэтгэлээ барих	Сэтгэл нь тогтохгүй байгаа хүн хэрхэн амьсгал дээрээ төвлөрөхийг жишээ болгон тайлбарлалаа. Эргэцүүлэн бодох бясалгалыг жишээгээр тайлбарлая. Төвлөрч бясалгахад өөрөө өмнө нь таарсан нандигнаж дээдэлж байдаг зүйлээ сэтгэлдээ төсөөлнө. Төсөөлсөн тэр зүйлээ жижигхэн хэмжээтэй болгон төсөөлж, түүн дээрээ сэтгэлээ сарниулахгүй нэг минут орчим барихыг хичээдэг. Эхэндээ би ийнхүү барих зүйлээ бодно шүү гэхийг санах буюу гол зүйлээ санаж буй бодол гэнэ. Санаж буй бодол болон би өөр тийшээ сэтгэлээ алдаагүй биз гэж өөрийг манасан хянамж гэж бий. Санаж буй бодол, хянамж хоёроор сэтгэлдээ төсөөлж, тодруулсан байгаа зүйл дээрээ сэтгэлээ чиглүүлж барихыг оролдоно. Хэсэг хугацааны дараа санах гол зүйлээ бодож буй бодол болон өөрийгөө хянаж буй хянамж энэ хоёрын хүчээр өчүүхэн л алдах юм бол буцаагаад нөгөө зүйл дээрээ сэтгэлээ авчирч тавьж, ийнхүү тавин, тавин дадуулсаар тухайн бодох зүйлээ эхлээд нэг, цаашлаад хоёр минут сарнихгүй бодож болж байгааг төвлөрөх бясалгал эхний үр дүнгээ өгч байна гэнэ. Эргэцүүлэн ажиглан бясалгах үед аливаа зүйлд төвлөрч чадах болоод ирэх тохиолдолд өөрийн хамгийн том дутагдал болж байгаа буруу бодол, бие, хэл, сэтгэлийн буруу үйлдлээ сонгож, “Үүний л буруу байна шүү, энэ ийм сөрөг үр дагавартай байна, ийм сөрөг үр дагавар гарч байна шүү, би дахиж ингэхгүй шүү, хэрэв үүнийг тэвчвэл эерэг үр дүн гарна шүү, би ингэж хийнэ шүү” гэж эргэцүүлж, “Нүгэл хийхгүй шүү, хийхгүйн тулд би ингэх хэрэгтэй” гэж учир шалтгаануудыг нь сэтгэлээ сарниулахгүй төвлөрсөн байдал тэр хэвээрээ нүдээ анихгүй эсвэл аньсан аль нэг байдлаар бодож бясалгахыг ажиглан бясалгах гэнэ. Энэ бол жишээ юм. Ийнхүү төвлөрөх, эргэцүүлэн ажиглан бодох энэ хоёр бясалгалаар хувь хүний онцлогоос шалтгаалж бодох зүйл нь өөр өөр байдаг. Жишээ нь: Уур ихтэй хүн энэрэхүй сэтгэлийг эргэцүүлэн ажиглан бодох. Залхуу хүн бол түүний гэм хор уршиг, хичээл зүтгэлийн ач тусыг бодох. Мөн хүмүүс хэрхэн хичээл зүтгэл гаргаж, хэрхэн сайхан амьдарч байгааг бодох. Сэтгэл тогтохгүй байвал амьсгал дээр төвлөрөхөөс гадна хүн, амьтанд тулгарч буй олон бэрхшээл зовлонг бодно. Эсвэл өөрийгөө их мундаг байна гэж омог төрдөг, бусдыг хүлээн зөвшөөрөхгүй байгаа хүн өөрийн мэдэхгүй, чадахгүй байгаа зүйлээ төсөөлөн бодох, сайн явж байгаа бусад хүнийг даган баясаж бахархан бодох хэрэгтэй. Энэ бүгд бол хувь хүний онцлогоос хамаардаг. Сэтгэлээр унаж буй хүн сайн явж байгаа хүнийг бахархах зэргээр бодно.
Бясалгалын явцад онцгой анхаарах	Залхуураад байвал бясалгал сайн болдоггүй. Тиймээс залхуурахаас зайлсхийх хэрэгтэй. Залхуурахгүй байхын тулд хийж буй бясалгалдаа “Энэ чинь ач холбогдолтой шүү, маш чухал шүү, тустай шүү” гэсэн дур хүсэлтэй байж, хүчээр өөрийгөө бясалгалдаа чиглүүлж, байнгын хичээл зүтгэлтэй байх хэрэгтэй. Бясалгаж байх тэр мөчид нэг зүйл бодож байгаад түүнийгээ алдаад өөр зүйл боддог. Бодож байгаа зүйлээ алдах гэм ирдэг. Энэхүү гэмийг “Би үүнийг л алдахгүй бодно шүү, үүнийг л санах хэрэгтэй шүү” гэдгийг сайн санаж, тэвчинэ. Нэгэн зүйлийг бодож байтал сэтгэл алдраагүй хэр нь үүргэлэх юм уу эсвэл сэтгэл балартаад бясалгаж буй зүйл төрөхгүй болох байдаг. Тэгвэл тэр үед нь өөрийгөө хянасан хянамж сэтгэлийг өөртөө тогтмол бий болгодог. Тэр үед сэтгэлээ сэргээгээд, бодож байсан зүйл дээрээ дахин авчирна. Бас өөр зүйл бодож сэтгэл тэнээд явчихдаг тал бий. Тэгвэл түүнийг дахиад хянаж буй сэтгэл дээрээ авчирч “Би үүнийг бодно шүү” гэсэн санамж санамсар гэдэг сэтгэлээрээ бодож буй зүйл дээрээ буцааж авчирч чиглүүлнэ. Өөр нэг зүйл бол сэтгэлийг өөр зүйл рүү сарниулдаг догшрох гэм эсвэл сэтгэл үүргэлээд балартаад бодож буй зүйл төрөхгүй болох живэх гэм гардаг дутагдал бий. Энэ үед түүнийг арилгахаар хичээн зүтгэж, мэрийх хэрэгтэй. Энэ бол бас нэг анхаарах зүйл.

	Сэтгэл ийш тийш тэнээд явчихгүй, гол бодож байгаа зүйлдээ балартахгүй яг сайхан төвлөрч бодох зүйлээ эргэцүүлж бодож болж байгаа үед түүнийг тэр чигээр нь тогтоож үргэлжлүүлэх хэрэгтэй. Түүнээс биш сэтгэл өөр зүйл бодож байна уу, үгүй юу гэж дахин хянаад, тэр үед хянаж буй сэтгэлээ улам чангатгаад, эсвэл би үүнийг бодож байгаа шүү гэж бодох зүйл рүүгээ дахин улам хүчтэй чиглүүлж болохгүй. Товчдоо бясалгаж болсон байгаа үед дахин чиглүүлж болохгүй. Эдгээрийг анхаарвал бясалгах үеийн барцад саадыг арилгах нэг арга болно. Бясалгахад сэтгэл сайн төрөхгүй сарниж буй үед сэтгэлээ гол зүйлээ санаж буй бодол, өөрийн санаж буй зүйлээ хянаж буй хянамж энэ хоёрыг өөртөө хүчтэй бий болгох хэрэгтэй. Бясалгал болж буй үед хорих гэж бий. Бясалгалыг өдөр бүр тогтмол хийвэл үр дүн гардаг. Энэ нь сэтгэлийг дадуулах явдал юм. Юу ч бодохгүй байж төвлөрөх нь, төвлөрч буй нь тусаа өгөх боловч хойшид хангалтгүй. Энэ нь улмаар сөрөг үр дагаврыг дагуулдаг.
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдыг асрахуй сэтгэлээр дээдэлье	
2.1.1. Асрахуй сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	
Асрахуй сэтгэлийг тодорхойлох	Бусад хүн, амьтан амар амгаланг олоосой гэсэн сэтгэлийг асрахуй сэтгэл гэнэ. Асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг хүн, амьтан амгалан жаргалыг олоосой болон зовлонгоосоо хагацаасай гэдгээр нь ялган мэднэ. Асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг энэ мэт тодорхойлсноор эдгээр сэтгэлийг бясалгахад хялбар болно.
Асрахуй сэтгэлийг бясалгасны ач тусыг мэдэх	Асрахуй сэтгэлийг бясалгаснаар өөрийн сэтгэл амар амгалан болдог. Өөрийн сэтгэл амар амгалан болсноор уур уцаар бухимдал амирлаж арилдаг. Ингэснээр ирээдүйд тулгарах бэрхшээл, зовлонгийн шалтгаан арилна. Улмаар амгалан жаргалангийн шалтгаан болон сэтгэлийн амгалан бий болдог. Ялангуяа асрахуй сэтгэлийг бясалгаснаар дотоод сэтгэлийн буюу зургаа дахь мэдрэхүйн амар амгаланг бий болгож чадна. Хүн хэдий чинээ асрахуй сэтгэлийг бодно төдий чинээ дотоод сэтгэл амар амгаланг мэдэрнэ. Ингэснээр өөрийн бие, сэтгэл амар амгалан байхаас гадна эрүүл мэнд нь сайжирна. Өөрөө амар амгалан байгаад зогсохгүй гэр бүл, ойр дотнын хүмүүсээ амар амгалантай байгаасай гэж бодсоноор бусдад сэтгэлээрээ “Асрахуйн өглөг”-ийг өгч байгаа болно. Ийнхүү бодвол тэр хүний бодож байсан газар орчинд энерги хурж, тэнд буй бусад хүнд аз жаргал өгөхөөс гадна тэр хүн тухайн газар орчинд байхгүй байсан ч тэнд ирсэн өөр хүмүүст ч таатай эерэг орчин болж чаддаг. Энэ бол асрахуй сэтгэлийг бясалгасны ач тус мөн.
2.1.2. Асрахуй сэтгэлийг бясалгах	
Асрахуй сэтгэлийг товч бясалгах	Асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг бясалгах нь товч, дэлгэр гэж хоёр янз бий. Товч бясалгах: Асрахуй сэтгэлийн бясалгал нь хүн, амьтан бүгд тэр тусмаа хүмүүн бус амьтан бүгд амар амгаланг олоосой гэж өдөр бүр дахин давтан бодохыг хэлнэ. Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгах нь бусад амьтан зовлон бүгдээсээ хагацаасай гэж орчлонгийн зовлон бүгдийг бодож, үүнээсээ хагацаасай гэж өдөр бүр дахин давтан бодохыг хэлнэ. Бусад амьтан амар амгалантай байгаасай, бусдыг би амар амгалантай болгож өгье гэсэн санааг үлэмжийн санаа гэнэ. Би бусад амьтныг амар амгалантай нь учруулж өгье, бусад амьтан зовлон зүдгүүрээсээ хагацаасай гэж бодно. Зовлон нь өвдөх, дотны хүнээсээ хагацах, ажил үйлс нь бүтэхгүй байх зэрэг янз бүрийн зовлон бий, эдгээр зовлонгоосоо хагацчихаасай, би түүнийг хагацуулж өгье гэж бодож аливааг хийвэл энэрэхүй сэтгэл улам бүр хүчтэй болж сэтгэлд амар амгалан төрнө. Асрахуй сэтгэлийг товч бясалгах нь бусдыг амар амгалантай байгаасай, би амар амгалантай байлгаж өгье гэсэн сэтгэл дээр тодорхой хугацаанд төвлөрч бясалгах, эргэзд өөрөөсөө би бусдыг амар амгалантай байлгаж чадах уу, тийнхүү чадахын тулд би өөрөө эхлэзд явдал мөрөө засаж, улам хичээе гэж эргэцүүлж бодонгоо ахиад төвлөрч бясалгахыг хэлнэ.

Асрахуй сэтгэлийг дэлгэрэнгүй бясалгах	Сэтгэлдээ өөрт сайн муу зүйлийн аль алиныг нь хийгээгүй дундын хүнийг төсөөлж бодно. Энэ хүн надад тааруу хандлаа гэзд уурлаж болохгүй. Энэ хүн надад сайн хандлаа гэзд түүнд хэтэрхий сэтгэл татагдаж болохгүй. Энэ хүн өмнө надад ачтай байсан, би муу үйл хийж болохгүй гэж бодно. Хамгийн сүүлд өөрт муу хандаж байгаа хүнийг төсөөлөөд энэ хүн надад хэчнээн тааруу хандсан ч би хариуд нь тааруу хандаж болохгүй. Тэгвэл энэ хүн ч зовно, би ч бас зовно гэж бодно. Түүний дараа өөрт сайнаар хандаж буй дотно хүмүүсээ төсөөлөөд эдгээр хүмүүст би сэтгэл хэтэрхий татагдаж, туйлширч болохгүй. Тэгвэл одоо хэдий сайн байгаа ч эдгээр хүмүүс ялимгүй зүйл болоход миний байдлыг ойлгохгүй эргээд надад муугаар хандах, хэцүү байдал үүсэж болно шүү гэж бодно. Товчилбол, дундын, муу, дотно хүмүүст бүгдэд нь адилхан тэгш сэтгэлийг төрүүлэх хэрэгтэй. Түүний дараа эдгээр хүмүүс шууд биш дам утгаар удаа дараа надад тус үзүүлж байсан гэж бодно. Тийм болохоор надад тустай, ачтай эдгээр хүмүүсийн өнөөдрийн байгаа байдал ямар байна вэ гэхээр тэд бие нь өвдөхийн зовлон, ажил үйлс нь эс бүтэхийн зовлон, хүсэгүй нь аяндаа ирдэг, хүсэж буй нь бүтдэггүй ийм олон зовлон бэрхшээлтэй байна. Эдгээрээс хол байя гэсэн ч өөр дээр нь ирж байгаа ийм хэцүү байдалтай байна шүү. Энэ олон хүмүүс надад тус хүргэсэн, миний төлөө гэж явж ирсэн хүмүүс одоо ийм байдалтай байхад би амин хувиа хичээгээд зүгээр байж болохгүй. Эдгээр хүмүүс амар амгалантай байгаасай, эдгээр хүмүүс зовлонгоосоо хагацаасай гэж төсөөлж, эргэцүүлсэн байдлаар бодно. Би эдгээр хүмүүсийг амар амгалантай байгаасай гэзд орхих биш, би эдгээр хүмүүсийн олж хараагүй эрдэм мэдлэгийг олж харж, ийм агуу сэтгэлийг төрүүлэх боломж байгаа учир би эдгээр хүмүүсийг зовлонгоос нь хагацуулж, амгалантай нь учруулж өгье. Одоо надад ачтай миний эцэг эх тэргүүтэй зарим хүн мэдэхгүйгээсээ болж, болгоомжгүйгээр янз бүрийн байдлаар улам л өөрийгөө зовоох үйл хийж байгаа учир энэ бүгдээс нь би тэднийг хагацуулж өгье гэж бодвол асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг “Би өөрөө хийе” гэсэн энэхүү хүчтэй сэтгэлийн үүднээс хийж буйгаараа маш онцгой, ялгамжаатай болно. Ингэж тэдгээр хүмүүсийг зовлонгоос нь хагацааж, амар амгалантай нь учруулж өгөхийн тулд би өөрөө алдаа дутагдал гэм бүгдээ засъя түүний тулд хичээл номоо сайн хийж, өөрт хэрэгтэй байгаа сайн чанарыг хэвшүүлье гэж бодвол төгс болно. Эдгээр хүмүүсийг би зовлон бүгдээс хагацуулж өгье, амар амгалантай нь учруулж өгье гэж бодох үед өмнө байгаа миний ээж, дотнын хүнд байгаа зовлон зүдгүүр, буруу сэтгэл тэр бүгд хар өнгийн гэрлийн байдалтай тэр хүний хамрын баруун нүхнээс цацраад миний хамрын зүүн нүхээр орж миний “Ганцхан би, би, өөрийн, миний” гэсэн амин хувиа хичээсэн тэр бодол дээр ирж замхарч байхгүй боллоо. Ингэснээр тэр хүн нүглийн үйлээсээ хагацаж, аз жаргалтай, амар амгалан тайван байдалтай боллоо гэж бодно. Ийнхүү дотнын хүн ээжээсээ эхлээд ойр дотнын хүний муу зүйл бүхэн хамрынх нь баруун нүхээр хар өнгийн гэрлийн байдалтай наашлаад өөрийн хамрын зүүн нүхээр орж муу муухай зүйл замхарч байхгүй боллоо гэж бодно. Юунд замхрав гэхээр амин хувиа хичээсэн миний буруу бодол дээр орж ирж замхарч байхгүй боллоо. Ийнхүү дотнын хүмүүсээ бүгдийг бодсоны дараа таньж мэдэхгүй, өөрт сайн биш, дундын хүн дээр бодож, цаашлаад хүрээг нь тэлж бодно. Дараа нь надад муугаар ханддаг тэр хүний муу зүйл бүхэн хамрын баруун нүхээр нь хар өнгийн гэрлийн байдалтай наашлаад миний хамрын зүүн нүхээр орж, тэр хүнд байсан муу муухай зүйл бүхэн замхарч байхгүй боллоо. Тэр хүний муу муухай зүйл арилаад, тэр хүн муу зүйлээсээ хагацсан тунгалаг байдалтай боллоо гэж муу хүн дээр бодно. Дараа нь тэдгээрийг би зовлонгоос нь хагацуулж өгье гэж бодно. Ингэхэд тэдний муу муухай зүйл над руу ирээд миний хамрын зүүн нүхээр орж, тэр хүний муу муухай зүйл бүхэн замхарч байхгүй боллоо. Тэднийг амар амгалантай нь учруулж өгье гэж бясалгахад өөрт байгаа сайн сайхан, аз жаргал амар амгалан, зөв шийдвэр, зөв бодол миний хамрын баруун нүхээр цагаан өнгийн гэрлийн байдалтай гадагшилж, дотнын хүмүүсийн хамрын зүүн нүхээр орж, тэд аз жаргал амгаланг оллоо гэж бодно. Дараа нь таньдаггүй хүн, дундын, муу гэж боддог хүмүүс дээрээ мөн бодно. Миний хамрын баруун нүхээр аз жаргал сайн сайхан цагаан өнгийн гэрлийн байдалтай гарч тэдгээрийн хамрын зүүн нүхээр орж тэдгээрийг аз жаргалтай, амар амгалантай болголоо гэж бодно. Асрахуй сэтгэлийг мөн дараах байдлаар дэлгэрэнгүй бясалгана. Нуруу цэх, толгойгоо ялимгүй гудайлгасан байдалтай суугаад өөрийнхөө өмнө өөрт чинь сайн муу аль алиныг ч хийгээгүй хүн байгаагаар төсөөлөөд энэ хүн надад муугаар хандлаа гэхэд би уурлаж болохгүй, энэ хүн муугаар хандаж байгаа нь өөрийнхөө сэтгэлийг барьж чадахгүй алдаа гаргаж байгаа, үүн дээр нь би нэмээд муугаар хандвал энэ хүнийг ч эвгүй байдалд оруулна, би өөрөө ч зовно тиймээс би түүнд муугаар ханддаг буруу юм.

	Энэ хүн надад сайнаар хандлаа гэзд би хэтэрхий татагдаж болохгүй, хэт туйлширч татагдах юм бол эргэзд ялимгүй зүйлд гомдох зовлон бий болно, тиймээс хэт татагдаж, туйлширч болохгүй гэсэн бодлыг өөрт сайн ч биш, муу ч биш гуравдагч хүн дээр төсөөлж бодно. Дараа нь өөрт сайн муу үйл алийг нь ч хийгээгүй бусад хүмүүсийг хязгааргүй олон байгаагаар бодож, төсөөлөөд тэдгээр хүмүүс ч ялгаагүй надад сайн муу хандлаа гэзд би уурлаж, уцаарлаж, туйлширч болохгүй гэх сэтгэлийг төрүүлнэ. Дараа нь надад дайсагнаж, намайг гоочилж, дээрэлхдэг өөрт муу ханддаг хүнийг өмнөө төсөөлөөд, энэ хүн надад муугаар хандлаа гэзд би уурлаж болохгүй, энэ хүн буруу сэтгэлийн эрхэнд автаад өөрийгөө барьж дийлэхгүй ийм авир гаргаж байхад би дээр нь нэмэзд уурлавал би ч зовоод, энэ хүнийг ч улам зовооно. Харин би энэ үед нь уурлахгүй, энэ хүн өөрийн эрхгүй хэцүү байна даа, буруу сэтгэлийн эрхэнд орж өөрөө өөрийнхөө амгаланг сүйд хийж байна шүү гэж бодож, уурлахгүй байх сэтгэлийг өөрт муу гэж байгаа хүн дээрээ төсөөлж бодно. Дараа нь ойр дотно бусад хүмүүс дээрээ төвлөрөөд энэ хүмүүс надад ачтай гэзд хэтэрхий бодит байдлаас хэтрүүлж, татагдаж туйлширвал энэ хүмүүс болон надад эргэзд зовлон болно гэх сэтгэлийг сайн хүмүүсээ төсөөлөөд бодно. Тодруулбал, дундын, муу, сайн гэсэн гурван хүн дээрээ сэтгэлээ төвлөрүүлээд, эдгээр хүмүүс бүгдээрээ л амгаланг хүсэж байгаа, хүсэж байгаа амгалан нь бие бялдар сайтай байх, нэр алдартай байх, найз нөхөд ихтэй байх, эд мөнгө, хувцас хунар сайтай байх, энэ нас ирээдүйдээ олон сайхан зүйлийг хүсэж байгаа боловч тэр бүгд нь бүтэхгүй, санаагаар нь болохгүй бэрхшээл эдгээр хүмүүст тулгарсан байна. Энэ хүмүүст өөрт нь олдохгүй байгаа амгаланг би бий болгож өгье, би өгч байна, тэр миний өгч байгаа амгаланг хүлээж аваад сэтгэл нь тайвширч, баяр баясгалантай болж байна гэж төсөөлж, үүндээ төвлөрөөд, эргэцүүлж бодно. Дараа нь бага зэрэг төвлөрөөд би ингэж амар амгаланг өглөө, энэ хүмүүс их баярлаж, сэтгэл нь баяртай боллоо, би дараа энэ хүмүүст үүнээс илүү амгаланг өгөх болтугай гэж дотроо ерөөл тавиад бясалгана.
2.2. Бусдын ачийг хүртэж, дээдэлье	
2.2.1. Бусдын ачаар амьдарч буйг ухаарах	
Бусдын ачаар өнөөг хүртэл өсөн торниж, суралцаж буйг ухаарах	Бусдын ачаар өнөөг хүртэл өсөн торниж, суралцаж буйг ухаарах. Анх ээж маань намайг есөн сар тээж төрүүлэхдээ амиа тасалж, төрөх, үхэх ялгаагүй гэдэг тэрхүү хүнд зовлонг тэсэж төрүүлсэн. Эцэг эх, ахан дүүс минь намайг асарч өдийг хүртэл өсгөсөн. Анх сургуульд орсон цагаас багш надад тусалж, эрдмийн нүдийг нээж, сургаж байна гэх мэтээр бусдын үзүүлсэн ач тус бүрийг ухааруулах нь чухал.
Ирээдүйд бусдын ачаар сайхан амьдрахыг ухаарах	Ирээдүйд айл гэр бүл болж амьдрах үед хэрэгтэй эд зүйлийг маань ах дүүс тал талаасаа хамжиж нийлүүлэн бий болгож дэмждэг. Мөн хожим бусдын тусламжтайгаар ажил хөдөлмөр эрхэлж, бусдын тусламжтайгаар үр хүүхдээ өсгүүлж, хүмүүжүүлнэ. Хүүхдүүдийг сайн хүн болгож өсгөхөд багшаас эхлээд бусдын тус их хэрэгтэй. Аав ээж, ахан дүүс маань айл гэр боллоо гэзд орхилгүй бидний төлөө бүхий л зүйлээ зориулж, хэцүү үед байнгын санаа тавьж, биднийг сайхан амьдрахад тусална. Үр хүүхэдтэй болоход тэднийг асралцах, хүүхдүүдэд сайн хүн болоход санаа тавих гэзд дахиад л бусдын тусаар үр хүүхдээ өсгөн хүмүүжүүлж, бусдын тусаар сайн сайхан амьдарна. Аав ээж, ахан дүүс, багш, бусад хүний биднийг өдийг хүртэл төрүүлж, өсгөж, сургаж байх үеийн тус бүрийг тоочиж ухааруулах нь чухал.
2.2.2 Бусдын ачийг хүртэх	
Бусдын ачийг хүртэхийн тулд ачийг ухаарах	Аав ээж, ах дүү тэдгээр хүмүүс идэж байгаа хоол хүнс, өмсөж байгаа хувцас хунар, гар утас зэрэг өөрт хэрэгтэй бүхнийг өөрсдийнхөө хэрэглээг хэмнэн бэлтгэж өгч байна. Ийнхүү бидний төлөө зориулж байгаа тэр их ачийг өөрөө зөв эдэлж, өөртөө юм болгох хэрэгтэй. Хэрвээ тэр бүгдийг эдэлж, ачийг нь хүртье гэвэл өөрийн зүгээс надад ийм их ач үзүүлж байна, миний төлөө ингэж байна шүү гэж бодож, талархаж, баярлуулж, хүндэлнэ.
Бусдын ачийг хариулахыг хичээх	Эцэг эх болон өөрт ачтай хүмүүсийнхээ ачийг нь хариулахын төлөө хичээх хэрэгтэй. Өөрт ачтай хүмүүсийнхээ ачийг хариулахын тулд тэднийг баярлуулах, хүндлэх, гомдоохгүй байх хэрэгтэй. Ийнхүү өөрсдөө тэдний ач тусыг хүртэхийн төлөө зүтгэл гаргахгүй бол ачийг нь хүртэж чадахгүй юм. Энэ нь үр суулгаагүй бол ургац авдаггүйтэй адил юм.
Бусадтай хүндэтгэлтэй харилцах, санаа тавьдаг байх	Эцэг эх, багш, ачтай хүмүүст үг яриагаараа хүндэтгэлтэй хандана. Мөн үйлдлээрээ хүндэтгэлтэй хандана. Тэдэнтэй зөрж өнгөрөхдөө ч биеэрээ хүндэтгэл үзүүлэхээс эхлэн ямагт хүндэтгэлтэй хандахыг эрхэмлэх хэрэгтэй. Мөн ажил үйлс нь бүтэмжтэй болов уу, бие нь гайгүй байгаа гэх зэргээр ямагт санаа тавих хэрэгтэй.

ЕСДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.2. Тэвчээр хатуужилд суралцъя	
1.2.1. Тэвчээр хатуужлын ач тусыг танин мэдэх	
Бусдаар хүрээлүүлэх	Хүн муу муухай үг хэлэх, ялимгүй эвгүй үг сонсоод гомдож, тунихгүй, тэвчээртэй, уужуу байх хэрэгтэй. Ингэвэл тухайн хүн “Намайг нэг удаа эвгүй хэлсэн ч тайван хүлээж авлаа” гэж, мөн түүнийг ажигласан, мэдэрсэн бусад хүн энэ бас сайн хүүхэд шүү гэж өөрийг дотроо хүндэлж, намайг гэсэн сэтгэл цаанаасаа улам бадарч байдаг. Хэрвээ хүн бусдын ялимгүй нэг эвгүй үг хэлснийг, өчүүхэн таагүй байдал үзүүлснийг том асуудал болгож, түүнээ бодон бодон өөрийгөө зовоож, тухайн хүнд таагүй хандвал тэр, бусад хүн ялгаагүй өөрөөс тань холдож, дайжих зэргээр сөрөг үр дагавар гардаг. Иймээс бусадтай харилцахдаа тэвчээртэй байснаар бусад хүн өөрт дайсагнахгүй, харин өөрийг тань хүрээлдэг.
Бэрхшээлийг даван туулах	Хүн ажил үйлс нь бүтэхгүй байх, үйл хэрэг нь санаагаар болохгүй байх, бэрхшээл, зовлон тулгарах үед тэвчээртэй, сэтгэлийн тэнхээтэй, хатуужилтай байвал тухайн бэрхшээлийг төвөггүй даван туулна. Зарим бэрхшээл цаг хугацааны л бэрхшээл байдаг. Бэрхшээл тулгарахад тэвчээргүй, яарч адгаж, шаналаад байвал буруу шийдвэр гаргах, тэрхүү тодорхой цаг хугацаанд болоод өнгөрөх бэрхшээл нь өөрт урт удаан мэт санагдаж түүнийг тэвчиж чадахгүй яарч, шаналснаас болж, өөр олон алдаа гаргах нөхцөл бүрддэг.
Зорьсон хэргээ бүтээх	Би ийм ажил хийж бүтээе, би эрдэм сураад ийм зорилгод хүрье гэж шийдвэр гарган зорилт тавиад түүндээ хүрэхийн төлөө зүтгэхэд замаасаа шантрах түүнийгээ гүйцээж чадахгүй ядрах, өлсөх, бусад хүн муу үгээр хэлэх, ажил санаснаар бүтэхгүй зэрэг олон саад бэрхшээл тулгардаг. Эдгээр бэрхшээл тулгарахад хүн өөртөө тэсвэр хатуужлыг бий болгож, тэвчээр хатуужилтай, цаг алдахгүй зүтгээд байвал зорьсон зорилгодоо алхам алхмаар ойртож, зорьсон хэрэг санасанчлан бүтнэ.
1.2.2. Тэвчээр хатуужилтай болох	
Бусдын таагүй харилцаанд уужуу ухаанаар хандах	Гэр бүл, анги танхим, сургууль, өөр орчинд, хаана ч байсан бусад хүн өөрт таагүй үг хэлэх, сэтгэлд зохисгүй авир гаргах, зохисгүй үйлдэл үзүүлэхэд түүнд уужуу байж, “Энэ хүн өөрийгөө удирдаж чадахгүй ийм байдал гаргаж байна даа, би энэ тохиолдолд энэ хүн шиг ийм байдал гаргахгүй, өөрийгөө удирдаж аливаа асуудал үүсгэхгүйгээр даван туулаад гарах хэрэгтэй шүү” гэж бодох хэрэгтэй. Хэрвээ өөрөө тухайн хүнтэй адил таагүй биеийн үйлдэл үзүүлж, авир гаргавал хожим нь ихэд харамсах, засаж өөрчлөхөд төвөгтэй байдал үүсэх зэрэг бэрхшээл, зовлон бий болдог.
Бусдын хорон үгэнд тэвчээртэй байх	Хүн наргиж тоглоод хэлсэн үг, таагүй үгэнд тэвчээртэй хандах хэрэгтэй. Хүн өөрийн тань “Хоригийг уудална” буюу хамгийн эмзэглэдэг сэдвийг сөхөж ярих, таагүй үг хэлэх зэрэгт тэвчээртэй байх хэрэгтэй. Тэрхүү ялимгүй үгэнд эмзэглэвэл өөрийгөө жолоодож чадахгүй болох, буруу сэтгэлд автах, хожим харамсахаар буруу үйлдэл хийх, буруу шийдвэр гаргах сөрөг үр дагавар гардаг. Тэр үед “Хүн надад ийм муу муухай үг хэчнээн хэллээ ч тэр үг нь ирээд намайг хатгаад авахгүй, тэр үг нь ирээд намайг цохиод авахгүй, хүн тэгж хэллээ гээд би энэ хүний хэлснээр тийм болчихгүй шүү дээ” гэж бодох хэрэгтэй. Тийм учраас би тэвчээртэй байх хэрэгтэй гэж өөрийгөө жолоодон тухайн хүний үг, үйлдэлд хариу үг хэлэхгүй, хариу үйлдэл гаргахгүйг тэвчээртэй байх нь чухал.
Бэрхшээл зовлон тулгарахад сэтгэлийн тэнхээтэй байх	Хүн амьдралдаа бэрхшээл, зовлонг огт хүсдэггүй ч тэдгээр нь аяндаа л ирдэг. Хэрвээ бэрхшээл, зовлон тохиолдвол хүн “Ийм бэрхшээл, зовлон нөхцөл нь бүрдээд л ирлээ, хүнд ирдэг л зовлон надад ирлээ” гэж бодож түүнд тайван хандаж, сэтгэлийн тэнхээтэй байх хэрэгтэй. “Бусад хүнтэй харьцуулахад надад тулгарсан энэ зовлон бэрхшээл юу ч биш харин ч гайгүй байна, түүнээс ч илүү зовлон, бэрхшээл тулгарч байгаа олон хүн байгаа шүү дээ” гэж бодоход тэрхүү тулгарсан зовлон, бэрхшээл хөнгөн болж, ингэснээр хүн сэтгэлийн тэнхээтэй байж чаддаг.

Сурч хөдөлмөрлөх үедээ хатуужилтай байх	Сургууль дээр олон цагаар сууж сурах, гэртээ даалгавраа хийх, шалгалтандаа бэлтгэх зэргээр сурч байгаа нь хөдөлмөр юм. Энэ бол оюуны хөдөлмөр. Түүнээс гадна хүн гэр орондоо ажил хийх, ирээдүйд шийдвэр гаргаж, амьдралын төлөө ажил хөдөлмөр эрхлэх, өөрөө болон бусадтай хамтран гаргасан шийдвэрийнхээ үр дүнг үзэхэд цаг хугацаа их ордог, олон бэрхшээлийг даван туулдаг. Тэрхүү тохиолдол бүрд "Ийм шийдвэр гаргаад, үүнд зорьж байгаа хүн бүрд тохиолддог бэрхшээл шүү, харин тийм тийм хүмүүс надаас илүү хөдөлмөрлөж, надаас илүү зүтгэж байгаа шүү, би харин ч зүтгэж, чадахгүй байна, хөдөлмөрлөж чадахгүй байна" гэж боддог байх хэрэгтэй. Тухайн зорьсон хэргээ бүтээхийн тулд шантарч няцахгүйгээр "Харин би өөрийн эцэг эх, гэр бүл, ах дүү тэдгээр хүмүүсийнхээ сайн сайхны төлөө ийм үйл хийх боломж олдсон нь их азтай тэдгээр хүмүүсийнхээ сайн сайхны төлөө зовлон, бэрхшээлийг даван туулах хэрэгтэй" гэж бодох хэрэгтэй.
2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, ДЭЭДЭЛЬЕ	
2.1. Бусдыг энэрэхүй сэтгэлээр дээдэлье	
2.1.1. Энэрэхүй сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	
Энэрэхүй сэтгэлийг тодорхойлох	Энэрэхүй сэтгэл гэдэг нь өөрөөсөө бусдыг бэрхшээл, зовлон зүдгүүр, муу бүхнээс хагацаасай гэсэн сэтгэл. Энэрэхүй сэтгэлийг цааш хөгжүүлэн хамаг амьтныг зовлон бүгдээс хагацаасай, би хагацуулж өгье гэж бодож байгаа нь энэрэхүй сэтгэлийг улам бүр хүчтэй болгодог. Хүн бусдыг зовлон зүдгүүрээс нь би хагацуулж өгье гэж хэдий чинээ их бодно төдий чинээ бусад амьтны зовлонтой байгаа байдалд өөрөө тэсэж чадахааргүй болох тийм хүчтэй сэтгэлд хүрдэг. Тийнхүү би эдгээр амьтанд туслахын тулд би өөрөө хичээх хэрэгтэй, би өөрөө тэдэнд тусалж чадахаар болохын тулд өөрийн бие, хэл, сэтгэлийн алдаа дутагдлыг засъя гэсэн хүчтэй сэтгэлийг төрүүлдгээрээ онцлогтой.
Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгасны ач тусыг мэдэх	Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгаснаар өөрийн сэтгэл амар амгалан болдог. Өөрийн сэтгэл амар амгалан болсноор ирээдүйд зовлонгийн шалтгаан болсон уур уцаар, бухимдал амирлаж, арилдаг. Амгалан жаргалангийн шалтгаан болсон сэтгэлийн амгалан бий болдог. Тэр тусмаа энэрэхүй сэтгэлийг бясалгаснаар дотоод сэтгэлийн буюу зургаа дахь мэдрэхүйн амар амгаланг бий болгож чадна. Хүн хэдий чинээ энэрэхүй сэтгэлийг бодох бүрд төдий чинээ дотоод сэтгэл амар амгаланг мэдэрнэ. Ингэснээр өөрийн бие, сэтгэл амар амгалан байхаас гадна эрүүл мэнд нь сайжирна. Өөрөө амар амгалан байгаад зогсохгүй гэр бүл, ойр дотнын хүмүүсээ зовлон зүдгүүр, муу бүхнээс хагацаасай гэж бодсоноор тэдэнд сэтгэлээрээ "Энэрэхүйн өглөг" өгч байгаа юм. Ингэж бодоход тэр хүний бодож байсан газар орчинд энерги хурж, тэнд байгаа бусдад аз жаргал өгөхөөс гадна тэр хүн тэнд байхгүй байсан ч тухайн газарт ирсэн бусад хүмүүст ч таатай эерэг орчин болдог. Энэ бол энэрэхүй сэтгэлийг бясалгасны ач тус юм.
2.1.2. Энэрэхүй сэтгэлийг бясалгах	
Асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг ялган мэдэх	Өөрөөсөө бусдыг амгалантай байгаасай, би амгалантай байлгаж өгье гэж бодож байгаа нь асрахуй сэтгэл, хүн өөрөө бусдыг зовлон зүдгүүр муу бүхнээс хагацаасай, зовлон зүдгүүрээс нь би хагацуулж өгье гэж бодож байгаа нь энэрэхүй сэтгэл юм. Үүгээр асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг ялган таньдаг. Ингэж тодорхойлсноор асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийг бясалгахад хялбар болно.
Энэрэхүй сэтгэлийг товч бясалгах	Энэрэхүй сэтгэлийг товч бясалгах: Өөрөөсөө бусдыг зовлон зүдгүүр, муу бүхнээс хагацаасай, би хагацуулж өгье гэж бодон түүндээ хэсэг хугацаанд төвлөрөөд, би өөрөө тэднийг зовлонгоос нь хагацуулахын тулд өөрийн бие, хэл, сэтгэлийн үйлээ засаж улам хичээе, хичээл номдоо шамдъя, гэр бүл ойр дотно хүмүүсээ зовоохгүй байхын тулд би өөрөө улам хичээе гэж бодно. Энэхүү бодсон бодол дээрээ төвлөрч, түр болиод, эргэн төвлөрөх гэх мэтээр бясалгана.

Энэрэхүй сэтгэлийг дэлгэрэнгүй бясалгах	Энэрэхүй сэтгэлийг дэлгэрэнгүй бясалгах гэдэг нь нуруугаа цэх, толгойгоо ялимгүй бөхийлгөн нүдээ хагас аньсан байдалтай суугаад, өөрийнхөө өмнө өөрт сайн муу үйл алийг нь ч хийгээгүй гуравдагч хүнийг байгаагаар төсөөлөөд, энэ хүн надад муугаар хандлаа гээд би уурлаж болохгүй, энэ хүн муугаар хандаж байгаа нь өөрийгөө барьж чадахгүй алдаа гаргаж байгаа, үүн дээр нь би нэмээд муугаар хандвал энэ хүнийг ч эвгүй байдалд оруулна, би өөрөө ч зовно, иймээс би түүнд муугаар хандах нь буруу юм. Энэ хүн сайнаар хандлаа гээд би хэтэрхий туйлширч татагдаж болохгүй, хэт туйлширч татагдах юм бол эргээд ялимгүй зүйлд гомдох зэрэг зовлон бий болно, тиймээс хэт татагдаж болохгүй ээ гэсэн сэтгэлийг өөрт сайн ч биш, муу ч биш гуравдагч хүн дээр төсөөлж бодно. Дараа нь өөрт сайн муу үйл алийг нь ч хийгээгүй бусад хүмүүсийг хязгааргүй олон байгаагаар бодож, төсөөлөөд тэдгээр хүмүүс ч ялгаагүй надад сайн муу хандлаа гээд би уурлаж, уцаарлаж, туйлширч болохгүй ээ гэх сэтгэлийг төрүүлнэ. Дараа нь надад дайсагнаж, намайг гоочилж, дээрэлхдэг, өөрт муу хүнийг өмнөө төсөөлөөд, энэ хүн надад муугаар хандлаа гээд би уурлаж болохгүй, энэ хүн буруу сэтгэлийн эрхэнд автаад өөрийгөө барьж дийлэхгүй ийм авир гаргаж байхад би дээр нь нэмээд уурлавал би ч зовоод, энэ хүнийг ч улам зовооно. Харин би энэ үед нь уурлахгүй байя, энэ хүн өөрийн эрхгүй буруу сэтгэлийн эрхэнд хэцүү байна даа, өөрөө өөрийнхөө амгаланг сүйд хийж байна шүү гэж бодож уурлахгүй байх сэтгэлийг өөрт муу гэж буй хүн дээрээ төсөөлж бодно. Дараа нь ойр дотно бусад хүмүүс дээрээ төвлөрөөд энэ хүмүүс өөрт ачтай гээд бодит байдлаас хэтрүүлж хэтэрхий татагдаж, туйлширвал энэ хүмүүст болон надад эргээд зовлон болно гэх сэтгэлийг сайн хүмүүс дээрээ төсөөлж бодно. Ийнхүү дундын, муу, сайн гэсэн гурван өөр хүн дээр сэтгэлээ төвлөрүүлээд, эдгээр хүмүүс бүгдээрээ л зовлонг өчүүхэн ч амсахгүй байя гэж бодож байгаа, гэтэл орчлонгийн хэцүү зовлон зүдгүүрийг амссаар л байна шүү дээ гэж бодоод, хүмүүст учирч буй бэрхшээл зовлон бүгдийг бодох хэрэгтэй. Зарим хүн өвдөхгүй байя гэж бодсон ч өвчин тусаж бие нь өвдөх, ажил үйлс бүтээсэй гэсэн ч олон саад гарч, бэрхшээл тохиолдож, цөхрөнгөө барж зовох, ойр дотно хүнээсээ хагацахын зовлон, өтлөхийн зовлон, эдгэхгүй өвчин тусахын зовлон гээд олон зовлонг амсаж байна шүү гээд өмнөө төсөөлсөн дундын, муу, сайн хүн бүгдийг хүсэхгүй байсан ч эдгээр зовлон нөмөрч байна шүү дээ гэдгийг эргэцүүлж бодно. Эдгээр хүн зовлон зүдгүүр амсаж байгаа гэдэг дээр 30 секунд эсвэл нэг минут төвлөрөөд энэ бүгдээс нь би хагацуулж өгье гэсэн бодлыг өөртөө хүчтэй төрүүлэн, эргэцүүлж бодоод тодорхой ахиц гартал төвлөрнө (тэр нь урт байх хэрэггүй). Би эдгээр хүмүүсийг зовлонгоос нь хагацуулж өгье, би тэдгээр хүмүүсийг зовлонгоос нь хагацуулж байна, ажил бүтэхгүйн зовлонгоос нь хагацуулж байна, өвдөхийн зовлонгоос хагацуулж байна гэх мэтээр зовлон бүгдээс нь хагацууллаа тэднийг ямар ч зовлонгүй болголоо, энэ хүмүүс зовлонгоосоо хагацаж байна, зовлонгүй боллоо, би энэ хүмүүсийг зовлон бүгдээс нь хурдан хагацуулж өгөх болтугай гэж дотроо ерөөл тавиад бясалгана.
2.2. Бусдад энэрэхүй сэтгэлээр тусалъя	
2.2.1. Бусдад туслах аргыг танин мэдэх	
Бусдад тусалсны ач тусыг ухаарах	Хүнд тусалснаар бусад баярлаж, тэдэнд аз жаргалыг бэлэглэдэг. Түүнээс гадна өөрт бусдын тус ирэх эхлэл тавигдана. Бусдад туслахгүйгээр тэднээс тус харна гэдэг бол өөрөө “үрийг нь суулгаагүй байж ургац хураана” гэж хүлээхтэй адил юм. Тиймээс бусдад тусална гэдэг бол цаад хүнийг ч баярлуулна, өөрт ч тус нь ирдэг ач холбогдолтой. Бусдад тусалснаар хүн ганц амин хувиа, өөрийгөө гэж бодох сэтгэл суларч, хүний сэтгэл улам уужуу болох учиртай. Хүн бусдад тусалъя гэж бодохгүй ганц амин хувиа бодоод байвал өөрийгөө бодсон сэтгэл нь давамгайлж, тэгснээр уг хүний бодол нь ахархан болж, багахан бэрхшээл тохиолдсон ч түүнд хүнд болж хувирна.

Бусдад өглөг өгдөг байх	Хамгийн түрүүнд бусдад туслах боломжтой арга бол өглөг өгөх гэдэг. Бусдад ямар ч өглөг өгсөн ялгаагүй, хамгийн гол нь өгье гэсэн сэтгэлийг өөртөө төрүүлэх нь чухал байдаг. Сэтгэлдээ өгье гэсэн сэтгэлээр хүнд өгвөл тэр нь өглөг болж чадна. Өгье гэсэн сэтгэлээр эд зүйл өгвөл бүр сайн. Эд зүйл өгч чадахгүй ч сэтгэлдээ өгье гэсэн сэтгэл төрүүлбэл тэр нь сэтгэлийн өглөг өгч буй хэлбэр юм. Иймээс эд зүйл өгч байвал эд юм өгч байгаа өглөг, сэтгэлдээ өгье гэсэн сэтгэл төрүүлбэл сэтгэлийн өглөг болдог. Эд юм өгөхдөө эхлээд хөөрсөн сэтгэлээр өгчхөөд дараа нь харамсахаар бол энэ нь өглөг болж чадахгүй, буруу үйлдэл болдог.
Бусадтай эелдэг харилцах	Бусадтай эелдэг харилцах нь тэдэнд туслах нэг арга юм. Хүнтэй эелдэг харилцахгүй бол өөрийн зүгээс бусдад туслах зам үүд нь хаагдаж, туслах боломжгүй болдог. Иймээс бусдад туслахын тулд эелдэг харилцах хэрэгтэй. Эелдэг харилцааг бий болгохын тулд сэтгэлдээ тухайн хүнийхээ гэмийг харалгүй, ач тус эрдмийг нь харж, үг, үйлдэл дээрээ хүндэтгэлтэй, зөөлөн харилцааг үүсгэвэл тухайн хүнд өөрийн тус очих гүүр болж, бусдад таны тус очно. Бусадтай эелдэг харилцвал тухайн хүн эелдэг харилцаанд тань баярлаж, тэр хүн ч эелдэг харилцдаггүй байсан бол танаас ухаарал авч, бусадтай эелдэг харилцдаг болох сэтгэл төрж, тэр хүний хувьд ч ёс суртахууны ахиц дэвшил гардаг ач тустай.
Бусдын алдааг нь ухааруулан засах	Бусад хүн ямар гэм алдаатай байна, амьдрал нь яагаад буруудаад байна, яавал буруудахаар байна түүнийг нь цаг үеийг нь тааруулж, нөхцөл байдалд нь уялдуулан зөв аргаар өөрөө “Та ингэвэл болохоор байна, энэ чинь буруудаад байна, ийм алдаа байна” гэж ухааруулж хэлэх юм бол тэр хүнд бэлгийн дээд болдог. Өөр үнэтэй цэнтэй эд зүйд өглөө ч цаад хүн тодорхой хугацааны дараа үнэ цэн нь буурчих вий дээ, эсвэл их үнэ цэнтэй байгаа тул эвдчих вий, алдчих вий, алга болчих вий гэсэн болгоомжлол төрж, хэрэглэх бүрд сайхан мэдрэмж төрдөггүй. Харин хүний алдааг нь ухааруулаад, алдааг нь засаж өгвөл тэр хүн алдаагаа засаж байгаа аргыг хэрэгжүүлэх бүрд өөртөө аз жаргалыг мэдэрч байдаг. Аз жаргалыг нь хэн ч аваад явж чаддаггүй. Тийм болохоор бусдад алдааг нь ойлгуулж ухааруулна гэдэг бол бэлгийн дээд бэлэг болдог. Бусдад алдааг нь ухааруулж, алдааг нь засаж өгөхдөө та ийм ийм алдаатай байна гэдгийг нэг удаа хэлээд болохгүй бол шантарч болсонгүйдээ гэж хойш суух, орхих биш, энэ удаа болсонгүй ч дараа би өөр байдлаар, өөр аргаар хэлж ухааруулъя гэж бодох хэрэгтэй.
Эрдмийг нь дурдаж тэтгэх	Бусдад туслахын тулд зарим үед тухайн хүний сайн чанар, ололт амжилт, эрдмийг нь дурдах юм бол тэр хүн сэтгэлийн урам авч, түүнээсээ улам эрч хүчтэй болдог. Энэ нь тухайн хүнийг тэтгэж байгаа хэлбэр болно. Уулзах бүрд цаад хүнийхээ эрдмийг нь дурдахгүй, гэмийг яриад байвал хүн сэтгэлээр унаж, улам эрч хүч нь сулардаг. Тиймээс алдааг нь ухааруулна гээд байнга гэмийг нь ярьж болохгүй, харин эрдмийг нь дурдаж, тэтгэж байх хэрэгтэй. Энэ бол бусдад туслах нэг арга юм.
Сайн үйлээр үлгэрлэх	“Танд ийм гэм байна шүү, үүнийг ингэж засаарай, ингэж ухаарах хэрэгтэй” гэж бусдын гэмийг, “Ийм эрдэм сайн шүү” гэж ярихад өөрөө зөв үйлдлээр бусдад үлгэрлэхгүй бол цаад хүнд өөрийн хэлж буй үг, яриа, хандлага зэрэг нь бүгд тусаа өгч чадахгүй. Иймээс өөрөө зөв үйлдлээр үлгэрлэх нь тэр хүнд алдааг нь ухааруулах, эрдмийг нь дурдаж, сэтгэлийг нь өөд татахад хамгийн том тус болдог.
2.2.1. Бусдад туслах	
Өглөг өгье гэсэн сэтгэлийг төрүүлэх	Бусдад өглөг өгөх нь тэдэнд туслах арга болдог. Бусдад өглөг өгөхөд цаад хүний сэтгэл нээгдэж, өөрийн зүгээс бусдад туслах боломж бүрддэг. Бусдад ямар ч өглөг өгсөн ялгаагүй хамгийн гол нь өгье гэсэн сэтгэлийг өөртөө төрүүлэх нь чухал байдаг. Сэтгэлдээ өгье гэсэн сэтгэлээр өгөх юм бол тэр нь өглөг болж чаддаг. Өглөг өгье гэсэн сэтгэлийг төрүүлэх гэдэг нь бусдад туслахын тулд бусад хүнийг өөрийн зүгээс өгч байгаа тусыг хүлээн авахад бэлэн болгох, хэрэгтэй байгаа зүйлийг нь өгөх байдаг. Нөгөө талаар өглөг өгье гэсэн сэтгэл төрүүлэх гэдэг нь эд зүйлээр дутаж байгаа хүнд эд зүйл өгье, аз жаргалаар дутуу яваа хүнд аз жаргалыг бий болгож өгье, нэр алдраар гундуу яваа нэгнийг нэр алдартай болгож өгье гэсэн сэтгэл төрүүлэхийг хэлнэ.

Нөхцөл байдалдаа тохируулан бодит өглөг өгөхийг хичээх	Би өглөг өгье гэж бодож байгаа нь бусдад тусалж байгаа хэлбэр. Дан ганц өглөг өгье гэж бодоод байх биш, үйлдэл дээрээ бодит өглөг өгөхийг хичээх хэрэгтэй. Хичээх хэрэгтэй гэдэг нь заавал өгөөд бай гэсэн үг биш, өгөхийн тулд нөхцөл байдалдаа тохируулан бодит өглөг өгөх хэрэгтэй. Тухайлбал: Өөрөө боломжгүй байж эд зүйлээ өгчхөөд дараа нь харамсаж, маргаан үүсгэвэл тэр нь нөхцөл байдалдаа тааруулаагүй гэсэн үг. Тиймээс өглөг өгөхдөө нөхцөл байдалдаа тааруулан бодит өглөг өгөх хамгийн чухал.
Өглөг өгье гэсэн сэтгэл төрөөгүй үед бодит өглөг өгөлгүй өгье гэсэн сэтгэлийг дахин төрүүлэхийг хичээх	Өгье гэсэн сэтгэл төрүүлэх гэдэг нь: Өглөгийн хувьд бодит өглөг өгөхгүй бол энэ нь “Бодитой өглөг өгсөн” гэдэг буяныг хураадаггүй. Өгье гэж бодсон төдийгөөр өглөгийн сайн үйлийг хийж байгаа боловч бодитой өглөг өгөх буяныг хурааж чаддаггүй. Хэрэв бусдад бодитой өглөг өгвөл түүний үр дагаварт өөрт тань бусад хүн бодитой өглөг өгөх ач тус гардаг. Тиймээс бусдад бодит өглөг өгөхийг хичээх хэрэгтэй. Хэрэв дараа нь харамсахаар байвал бодит өглөг өгөх биш өгье гэсэн сэтгэлийг дахин төрүүлэхийг хичээ, хэрэв байгаа зүйлээ өгчхөөр дараа нь харамсахаар байвал битгий өг гэсэн үг. Харин өгье гэсэн сэтгэлийг дахин давтан төрүүлэхийг хичээх хэрэгтэй. Энэ нь бусдад тусалж байгаа арга юм. Тиймээс ядуу зүдүү хүн харагдах бүрд би энэ хүнд эд зүйл өгч ядуугийн зовлонгоос нь арилгаж өгье, арилгаж өгч байна гэж бодох, аюул занал таарсан хүнийг би энэ хүнийг аюулаас нь аварч өгч байна, аюулаас аварч байна гэж дотроо бодох нь тэр хүнд өгч байгаа өглөг болдог гэж үздэг.
Бусдад туслах нөхцөл бүрдүүлэхийн тулд эелдэг зөөлөн, хүндэтгэлтэй харилцах	Бусадтай эелдэг, зөөлөн, хүндэтгэлтэй харилцах нь тэдэнд туслах нөхцөлийг бүрдүүлж байгаа гэсэн үг. Энэ хүнд тусалъя гэсэн сэтгэл төрүүлж хүндэтгэлтэй үгээр эелдэг, зөөлөн харилцах, мөн үйлдлээрээ баярлуулж харилцах нь тэдэнд туслах нөхцөлийг бүрдүүлж буй юм. Бусадтай эелдэг, зөөлөн, хүндэтгэлтэй харилцах нь тэдэнд аз жаргал өгч, амар амгаланг бий болгож буй тустайгаас гадна дахин туслах нөхцөлийг бүрдүүлж байдгаараа мөн ач тустай.
Бусад хүний алдааг тусалъя гэсэн сэтгэлээр цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан ухааруулж, засах аргыг нь тодорхой хэлэх	Зарим хүн хүний алдааг засъя гэсэн хэр нь тэр нь дээрэлхсэн, эсвэл өөрийгөө дөвийлгөсөн, тэр хүнээ өөлье, буруутгая гэсэн сэтгэлийн үүднээс шүүмжилж хэлдэг. Энэ бол тус биш. Харин энэ хүний алдааг засаж, тусалъя гэж байгаа бол тусалъя гэсэн сэтгэлийн үүднээс туслах сэтгэлийг төрүүлж байгаад туслахын төлөө зүтгэл гаргах нь зөв. Гэхдээ тэр хүн сэтгэл нь гонсгор, уур уцаартай, санаа нь зовсон байдалтай байгаад хүлээж авахааргүй байгаа үед нь хэлж болохгүй. Өөр хүний хажууд гэмээ хэлүүлэх эвгүй байгаа бол олон хүний хажууд хэлж болохгүй, ганцаараа байгаа үед нь хэлэх хэрэгтэй. Үүнийг нөхцөл байдалд тохируулах гэнэ. Хүний алдааг засаж, тусалъя гэвэл өөрөө уурлаж, уцаарласан, загнасан байдалтай хэлж болохгүй. Цаад хүнээ сайн хүн болчхоосой, засарчхаасай гэсэн энэрэхүй сэтгэлийн үүднээс хэлэх хэрэгтэй. Ухааруулж хэлэх гэдэг нь өөрөө зааж сургасан байдлаар биш ийм байх юм бол ийм сул талтай байна, харин үүнийг ингээд засчихвал илүү сайн байна, чи чадахаар байна гэж жишээгээр аргачлалыг нь тайлбарлан засах аргыг нь хэлэхийг хэлнэ.
Засах аргыг нь хэлээд орхихгүй, аргыг дадуулж хэвшүүлэхэд нь туслах	Алдаагаа ингэж засах арга байна, ийм байдлаар үүнийг засчихаар байна гэзд хэлээд орхих биш тэр аргыг өдөрт хэдэн удаа хэлж, сануулж, хамт байх үедээ тэр аргыг хамт хийж, дадуулан хэвшүүлэх хэрэгтэй.
Хүний сайн үйлийг дурдаж, сэтгэлд нь урам, итгэл өгөх	Хүний хийсэн буяны үйлийг нь дурдах юм бол тэр хүн сэтгэлийн урам авч, улам эрч хүчтэй болдог. Энэ нь бусдыг тэтгэж итгэл өгч байгаа юм. Уулзах бүрд цаад хүнийхээ сайн үйлийг нь дурдаж байвал улам эрч хүч авч, урам зоригтой бий болдог. Тиймээс хүний буяныг дурдаж, сэтгэлд нь урам өгч, итгэл төрүүлж байх хэрэгтэй. Энэ бол бусдад урам өгч, итгэл, үнэмшил төрүүлэхэд нь тусалж байгаа юм. Ингэхдээ ашиг сонирхол харсан, өөрийгөө сайн гэж бодоосой гэсэн сэтгэлд автахгүйгээр хэлбэл тэр хүнд тус болно.
Буяны үйлийг үйлдэж, бусдад үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ үлгэрлэх	Хүн буян үйлдэж, бусдад үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ үлгэрлэх хэрэгтэй. Хүн буян хийе гэж сэтгэлээрээ бодохоос гадна үйлдлээрээ сайн үйл хийж, алдаагаа засан үлгэрлэх хэрэгтэй. Ингэвэл бусдад хэлж байгаа үг үнэтэй, тусалж байгаа тус бодитой хүрэх ач тустай.

3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ

УРАГ УДМАА МЭДЭХИЙН УЧИР

Монголчууд эрт дээр үеэс уг удмаа тэмдэглэн, ургийн бичиг хөтөлж ирсэн уламжлалтай. Тухайлбал, “Монголын нууц товчоо”-нд Чингис хааны дээд өвөг Бөртэ Чоноос эхлэн 500 орчим жил үргэлжлэх 24 үеийн намтрыг товчоолон дурдсан байдаг. Мөн XVI зууны эхэн үед Персийн түүхч Рашид-Ад-дин Судрын чуулган зохиолдоо *“Монгол аймгууд удам угсаагаа сайн мэддэг байв. Учир нь Монголчууд өвөг дээдсийнхээ угсаа гарвалийг нарийн чанд баримталж, төрсөн хүүхэд болгоноо угсаа удамтай нь танилцуулж сургадаг заншилтай”* хэмээн тэмдэглэсэн нь буй.

Өдгөө бидэнд уламжлан үлдсэн хамгийн том ургийн бичиг нь Үндэсний номын санд хадгалагдаж буй 1905 онд бүтээгдсэн Сэцэн хан Шолойн ургийн бичиг байна. Уг бичигт 1577-1905 он хүртэлх 328 жилийн дотор төрсөн 11996 хүний нэрийг таван ханатай гэрийн буурины чинээ хэмжээтэй даавуун дээр цагариглуулан бичсэн байна. Монголчууд ийнхүү хаад язгуртнаас эхлэн эгэл ард хүртэл өөрийн ураг удмаа сайтар мэддэг, уламжлуулдаг байсан ажээ. Гэвч манжийн эрхшээлд байх үеэс монголчуудын уламжлалт овог, удмын тогтолцоо бүдгэрсээр Ардын хувьсгалын дараагаар буюу 1925 онд овог хэрэглэхийг бүрмөсөн болиулснаар ургийн бичиг хөтлөх уламжлал мартагдахад хүрсэн бөгөөд харин 1994 онд “Овог сэргээх тухай” Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн зарлиг, 1997 онд Монгол Улсын Засгийн газрын тогтоол гарснаар удмын овгийг дахин хэрэглэх болсон билээ.

Монгол уламжлалд ураг-удам, ахан дүүсээ мэддэггүй хүнийг «Ойд төөрсөн сармагчин адил», “Ургаа мэдэхгүй хүн усаа мэдэхгүй малтай адил” гэж шоолон хэлдэг байжээ. XIX зууны их бичгийн хүмүүн Ванчинбалын Инжинаш “Хөх судар” хэмээх зохиолдоо “Үндсээ үл мэдэх нь адгуус буюу ...Язгуур юугаа үл мэдэх нь мунхаг гахай буюу” хэмээн бичсэнээс Монголчуудын ураг удмаа эрхэмлэх, залгамжлуулах уламжлал чухал болохыг харж болно.

Эрэгтэй, эмэгтэй хоёр хүний хоёр талын эцэг эх, өвөг дээдсээс салбарласан тэмдэглэлийг бид ургийн бичиг гэж ойлгож болно. Монголчуудын ургийн бичиг хөтлөх уламжлал нь амьдралын үндсэн хоёр шаардлагаас үүссэн байна.

Нэгдүгээрт: Өвөг дээдсийнхээ уг гарвал, угсаа язгуур, намтар түүх, үлгэр дуурайл тэргүүтнийг үр хойчдоо таниулан сургаж, тэднийг үндэс угсаа, түүх соёлоо дээдлэх, элгэн саднаа асрах ухаанаар хүмүүжүүлэх.

Хоёрдугаарт: Цус ойртох, удам хэврэгшихээс сэргийлэх.

Хүмүүс цусан болон ясан төрлийн хүмүүстэйгээ гэр бүл болсноор тэдний үр удамд нь гений адилсал үүсэж ингэснээр бие махбод болон, оюун санааны хувьд аливаа шинэ нөхцөлд дасан зохицох чадвар тааруу, бүр цаашилбал удамшлын өвчин эмгэгтэй хүүхэд төрөх магадлал өндөр байдаг. Үүнийг бид цус ойртох гэж нэрлэдэг. Цус ойртож гэр бүл болсноор ураг зулбах, амьгүй хүүхэд төрөх, бага насандаа эндэх зэрэг төрөхийн болон төрсний дараах хүндрэл гарах магадлал их. Цус ойртсон хүмүүсийн дундаас төрсөн хүүхэд оюун ухаан мэдрэлийн согогтой, бие эрхтэн дутуу, сул дорой байдаг нь тодорхой ажээ. Тэр нь өнөө үеийн тодорхой жишээ судалгаагаар нотлогддог. Ер нь монгол уламжлал болон шинжлэх ухааны үндэслэлээр нь авч үзвэл, хүний цус ойртолт нь есөн үе дотор болдог байна. Монгол заншилд аль нэг эр, эм хоёр залуу ойртож харилцаа үүсгэж эхэлбэл хоёр талын аав ээж нь “ургийн” буюу “гэрийн үеийн бичиг”-ээ үзэж, ахан дүүсийн мэдлэгээрээ шалгаж, хэрэв хоёр залуу есөн үе дотроо байвал шууд салган үерхлийг нь зогсоодог нарийн ёс уламжлалтай байжээ. Энэ нь монгол хүний эрүүл бие, саруул ухааны үндэс болдог ажээ. “Холиход цээртэй цус гэж байдаг, солиход цээртэй яс гэж байдаг”, “Удам холдвол ухаан нэмнэ”. “Удам сайтын угсаа сайн” гэсэн онч мэргэн үгс үүнтэй холбоотой.

Өдгөө Монголчууд ургийн овгоо шинээр авах, ургийн бичиг хөтөлж, баяр хийх нь элбэг болжээ. Ургийн бичгийн гол зорилго нь өөрөөс дээших ураг удмынхнаа мэдэж авахаас гадна өөрийн үеийн үеэл, хаяалуудаа сайтар мэддэг байхад оршиж байдаг. Монголчууд эцгийн талын ах дүүсээ авга тал буюу ясан төрөл, эхийн талын ах дүүсээ нагац тал буюу “цусан” төрөл гэж нэрлэдэг. Монгол уламжлалд эцгийн шугамыг баримтлан зөвхөн ясан төрлийн үе залгамжийг тэмдэглэж ирсэн. Гэвч эдүгээ эхийн талын буюу цусан төрлийн үе залгамжийг бас хөтлөх шаардлагатай. Учир нь үр хүүхэд нь эцэг эхээс 50, 50 хувийн ген авч удамшдаг ажээ.

Сүүлийн үе залгамжийг үед ургийн бичиг хөтлөхөд зориулсан дэвтрийг хэвлэлийн компаниуд үйлдвэрлэн худалдах болсон нь ургийн бичиг хөтлөхөд ихээхэн дөхөм болж буй давуу талтай. Мөн мэдээллийн технологийн зарим компани ургийн бичиг хөтлөх программ хангамжийг бүтээж соёл уламжлалаа сэргээн дэлгэрүүлэхэд дэмжлэг үзүүлсэн чухал үйл явдал болжээ.

Уламжлалаар бол ургийн бичгийг бич жилтэй хүн эхлэн хөтөлж, тэр удам угсааны хамгийн нэр хүндтэй хүн хадгалж, төрөл саднаараа үе үе цугларч нэмж засдаг ёс бий. Монголчууд Алтан ургийн язгууртнууд (тайж нар) есөн үе, энгийн ард долоон үе дотор хоорондоо ураг барилдахгүй ёс байжээ. Есөн үе өнгөрөхөд төрөл сунжирсан гэж үзэх бөгөөд өөрийн овог дотроо шинэ яс үүсгэдэг.

Угийн бичигт өөрөөс дээших есөн үеийн ясан болон цусан төрлийг нэрлэх нь:

1. Өндөр өвөг	1. Өндөр эмэг
2. Холбоо өвөг	2. Холбоо эмэг
3. Хулан өвөг	3. Хулан эмэг
4. Элэн өвөг	4. Элэн эмэг
5. Хуланц өвөг	5. Хуланц эмэг
6. Элэнц өвөг	6. Элэнц эмэг
7. Өвөг эцэг	7. Эмэг эх
8. Эцэг	8. Эх
9. Би	9. Би

Өөрөөс доошиx есөн үеийн ясан болон цусан төрлийг нэрлэх нь:

1. Би	1. Би
2. Хөвүүн	2. Охин
3. Ач	3. Зээ
4. Жич	4. Зээнцэр
5. Гуч	5. Зээлдэм
6. Жицэнцэр	6. Бөл
7. Гучинцар	7. Бөл ач
8. Жихүй	8. Бөлүүл
9. Жилийхүй	9. Бөлөнцөр

Сэдэвтэй холбоотой ном зүй

- Батсуурь Ж, Энхмаа Э. “Монгол Улсын иргэн угийн бичиг хөтлөх үлгэрчилсэн заавар” УБ.,2010
- Дашням Г, Очир А. Монголчуудын угийн бичиг түүнийг сэргээн хөтлөх нь. УБ., 1991. т. 9
- Зээрдүүд овогт Төмөрбаярын Батбаяр, Яргай овогт Цамбын Түвшинтөгс. Ургийн бичиг хэрхэн хөтлөх талаар загварчилсан арга.
- Раднаабазар Ж. “Угийн бичиг” УБ., 2008.
- Сэрдарам Д. Овог, ургийн бичгийн тухай лекц.
- Энхмаа Э. Монголын хүн амын генетик тогтоц, уур амьсгалын хахиршилд ба өвчлөл нас баралтын хам холбоог газарзүйгээр мөшгөн судалсан нь. (Докторын зэрэг горилсон нэг сэдэвт бүтээл).

МОНГОЛ ҮНДЭСНИЙ БИЧИГ

Монгол туургатны бичиг соёлын ноён оргил, хэдэн зуун жилийн түүхийн улаач болсон оюуны гайхамшигт өв бол монгол бичиг юм. Дундад эртний Мисир улсын Финик цагаан толгойгоос үүсгэлтэй гэх авианы бичиг нь өрнөөс дорно зүгт дэлгэрсэн бөгөөд Согдоос Монгол, Уйгар хоёр улс ойролцоо онд өөр өөрийн хэлэнд тохируулж үндэсний бичгээ зохиосон түүхтэй.

Монголын тулгар төрийг үндэслэн байгуулагч эзэн богд Чингис хаан бээр монгол бичгийг Их Монгол Улсын төрийн бичиг болгож, *“Мөнх тэнгэрийн хүчинд, Их Монгол* Улсын далай хааны зарлиг. Эл, булха иргэнд хүрвээс биширтүгэй, аюутугай” хэмээн Улсын заргач Шихихутагаар найруулан бичүүлсэн “Их засаг” хэмээх хууль цаазаа цагаан цаасанд буулган, хөх дэвтэрт дэвтэрлэж, “үеийн үед бүү егүүтгэтүгэй” хэмээн зарлигласан байдаг. Чингис хааны таалан соёрхсон энэхүү бичгийг Монгол төрийн бичиг болгон хэрэглэж эхэлсний 800 жилийн ой 2004 онд тохиосон билээ. Энэхүү түүхт ойг тохиолдуулан *“жил бүрийн* тавдугаар сарын эхний ням гарагийг Монголын үндэсний бичиг үсгийн баярын өдөр болгож, үндэсний хэл бичиг, түүнтэй холбогдолтой ёс заншил, өв уламжлалыг судлах, сурталчлах, үндэсний бичгээ чадмаг эзэмших, үр хүүхдэдээ зааж өвлүүлэх талаар өргөн олонд хүртээлтэй их ажил өрнүүлэн ард нийтээр тэмдэглэж байх” тухай Монгол Улсын Ерөнхийлөгч зарлиг гаргасан билээ. Жил ирэх тусам энэ арга хэмжээ өргөжиж, үндэсний бичиг үсгийн баярын хүрээнд эх хэл, бичиг соёлоо эрхэмлэн дээдлэх, бичиг соёлын дурсгалаа нийтэд сурталчлан таниулах, түгээн дэлгэрүүлэх, багш, судлаач, эрдэмтэд шинжилгээ судалгааны ажлын үр дүнгээ танилцуулах, шилдэг илтгэлийг нийтийн хүртээл болгох, “уран бичлэг”-ийн үзэсгэлэн гаргах, “Сайхан бичигтэн”-ий уралдаан зохион байгуулах зэрэг олон хэлбэрийн ажлыг зохион байгуулдаг болов.

Монголчууд түүхэндээ 10 гаруй бичиг үсэг зохион хэрэглэж ирснээс дурдвал Монгол бичиг, Хятан бичиг, Дөрвөлжин бичиг, Тод бичиг, Соёмбо бичиг, Хэвтээ дөрвөлжин бичиг, Вагиндра бичиг, Латин үсэг гэх мэт болно. Эдгээрийн дотроос хамгийн олон жил хэрэглэж монголын ард түмний оюуны соёл болсон үнэт бүтээл нь үндэсний монгол бичиг. Хүн төрөлхтний түүхийн урт замд улс үндэстнүүд, ястан угсаатнууд удаа дараа зохион хэрэглэж, гээж, мартаж, сэргээн шинэчилж ирсэн олон олон бичиг үсгийн дотроос түүхэн нас, хэв хэлбэр, зурлага татлага, байрлалаараа ч давтагдашгүй өвөрмөц бөгөөд монгол хүний хэл, сэтгэхүйн хөгжлийн хувиралд зохицох чадвараа гоц сайнаар харуулан, монгол хэлний бүхий л аялгуунд тэгш төгөлдөр үйлчилсээр сонгодог болтлоо боловсорсон үндэсний монгол бичиг бол манай ард түмний оюуны соёлын охь манлай, бахархал төдийгүй нийт хүн төрөлхтний соёлд бидний өвөг дээдсийн оруулсан жинтэй хувь нэмэр, үнэт зүйл мөн билээ.

Нэрт монголч эрдэмтэн Б.Я.Владимирцовын бичсэнчлэн Чингис хаан сайтар боловсорсон бичгийн хэлийг Их Монгол Улсын хэмжээнд албан ёсоор хэрэглэсэн түүхтэй. Ийм эртний уламжлалтай монгол бичгийн хэл маань XVII зууны эцэс гэхэд, зөв бичих дүрэм, хэл зүйн тогтолцоо, хэл найруулгын хувьд аль хэдийнээ бүрэн төгс боловсорсон, бас харь үгийг тэмдэглэх тогтолцоот галиг үсэгтэй, орчуулгад баримтлах нарийн чанд зарчимтай сонгодог бичгийн хэл болсон. Монголын ард түмэн зуун зуунаар өртөөлөн эзэмшиж үеэс үедээ өвлүүлэн хэрэглэж, түүх шастираа туурвин бүтээж ирсэн Монгол бичиг нь цаг түүхийн хатуу сорилгыг даван туулж түүх уран зохиолын дурсгалууд, архивын сан хөмрөг, хөшөө дурсгалын бичиг, ном судар, эрдэм шинжилгээ, иргэний харилцаанд гүн үндэс, арвин ундаргаа хадгалсаар даяаршлын зуунтай золгож байна.

Тухайн үндэстний хэл нь, соёлоо тодорхойлж, соёлыг тээж, ард түмнийг улам бүр нэгтгэж, өв соёл, уламжлалт заншил, сэтгэлгээний онцлог хэв шинжийг үеэс үед дамжуулж байдаг ач холбогдол бүхий чухал зүйл юм. Монгол соёлын үндсийн үндэс болсон монгол хэл, үндэсний бичиг бол монголын ард түмний тусгаар тогтнолын баталгаа, монгол сэтгэлгээний дархлаа болж ирлээ.

Монгол хэлний амьдрах ер бусын чадварыг дараах цөөн жишээ илтгэн харуулна. Нэгэн цагт эртний их сэтгэгчдийн бүтээл туурвил, харилцааны хэрэглүүр болж байсан энэтхэгийн эртний санскрит хэл, эртний Ромын латин хэлний амьд уламжлал эдүгээ мартагдаж, “мөхсөн хэлний” тоонд орсон байхад монгол хэлний амьд яриа, бичгийн хэл хэвээр үлдсэнд оршино. Өөрөөр хэлбэл сүүлийн таван зуун жилийн хугацаанд дэлхий дээрх 10000 орчим хэлний бараг тэн хагас нь мөхөж алга болсон байхад монгол хэл маань тэсэж үлдсэн байна.

Монгол хэл яах аргагүй хүн төрөлхтний оюун соёлын нэг хэсгийг тээж ирсэн эртний том хэл. Монгол хэл нь XIII-XIV зууны үед тухайн үеийн дэлхий ертөнцийг төлөөлж байсан хоёр тив болох Ази, Европыг дамнасан яриа, хэлэлцээ, харилцааны хэл болж байсан билээ. Өөрөөр хэлбэл өнөөгийн англи хэлний үүрэг бүхий ганц хэл нь монгол хэл байсан юм. Монгол эх хэлний амьдрах чадвар нь түүний авиа зүй, үг зүй, өгүүлбэр зүйн зохирол, дуурьсал, уян налархай шинж байдалд болон түүний ер бусын баялаг үгсийн санд оршино.

Эдүгээ дэлхий дээр нийтдээ 6.4 сая хүн Монгол хэлээр хэлэлцдэг гэсэн 2005 оны судалгааны үр дүн байдаг. Өнөөгийн байдлаар харьцангуй цөөн хүн хэрэглэж байгаагаар нь хэмжүүр болгож, үнэлж дүгнэх, дорд үзэн басамжилж болохгүй. Хэлийг том, жижиг хэмээн үзэх нь утга учиргүй зүйл. Харин тухайн хэлээр хэдэн хүн харилцаж байна гэдгээр нь бус, хэр зэрэг эртний хэл вэ, хэдийд бичиг үсэгтэй болсон бэ, тэрхүү бичгээр хэдий хэр оюуны өв хадгалагдсан, хэзээнээс ном барлаж, хэвлэж эхэлсэн бэ, бичгийн хэл нь хэдий үеэс бүрэн цэгцэрсэн, ямархуу түүхэн хөгжлийг туулж, хэр баян үгийн сантай вэ зэрэг олон зүйлийг харгалзан үздэг юм.

Монгол Улсын төрөөс үндэсний монгол бичгийн хэрэглээний орчин бүрдүүлэх, түүнд сургах үйл ажиллагааг тодорхой эрэмбэ дараалал, үе шаттай зохион байгуулах, монгол бичиг сурах идэвхийг хөхиүлэн дэмжихэд чиглэсэн бодлого, үйл ажиллагааг хэрэгжүүлж байна.

Монгол Улсын Их Хурлаас “Монгол хэлний тухай хууль” (2015 онд) баталж, ерөнхий боловсролын сургуулийн суралцагчдад үндэсний бичгийг зургаадугаар ангиас эхлэн төгстөл тусгайлсан хөтөлбөрөөр заах, их, дээд сургуульд элсэгчдээс авах элсэлтийн ерөнхий шалгалт болон төрийн албанд анх орох иргэнээс авах монгол хэлний шалгалтын агуулгын дөрөвний нэгээс доошгүй хувь нь үндэсний бичгийн мэдлэг байхаар заасан.

Монгол Улсын Ерөнхийлөгч 2010 онд “Монгол бичгийн албан хэрэглээг нэмэгдүүлэх зарим арга хэмжээний тухай” зарлиг гаргаж, Монгол Улсын Ерөнхийлөгч, Улсын Их Хурлын дарга, Ерөнхий сайдаас гадаад улсын адил түвшний албан тушаалтанд илгээх албан бичиг, захидлыг үндэсний бичгээр үйлдэж гадаад хэлээрх орчуулгыг хавсаргах, иргэний төрсний гэрчилгээ, гэрлэлтийн гэрчилгээ, бүх шатны боловсролын сургалтын байгууллагаас олгож буй үнэмлэх, диплом зэргийг кирилл, монгол бичгээр бичиж байх шийдвэр гаргасан болно. Үндэсний монгол бичиг маань өнөөдөр ийнхүү тодорхой хүрээнд эрх зүйн хүчин төгөлдөр зохицуулалтаар төрийн бичгийн үүргээ гүйцэтгэж байна.

Монгол хүн бүр монгол бичгээ сурч, монгол хэлнийхээ яруу тансаг найруулгаар утга агуулга төгөлдөр, товч тодорхой ярьж бичиж сурах, эх хэлнийхээ цэвэр тунгалаг байдлыг хадгалж, уламжлан эзэмших нь монгол хүн бүрийн эрхэм зорилго мөн.

МОНГОЛ ХУВЦАС

Монгол угсаатны дээл хувцас бол монгол үндэстний өвөрмөц онцлогийг тодорхойлдог соёлын хамгийн содон үзүүлэлтийн нэг юм. Монгол угсаатны дээл хувцас нь Монгол орны цаг уур, хүн ардын эрхэлж буй мал аж ахуй, амьдралын хэв маяг, эрхэмлэж заншсан үнэлэмж, дагаж ирсэн нийгмийн хэв журамтайгаа нягт уялдсан онцлогтой. Монгол хувцас дэлхийн улс үндэстний хувцас загварт өөрийн гэсэн хувь нэмрийг оруулжээ. Монголын олон ястны өвөрмөц төрхийг илэрхийлсэн хувцас хэрэглэл нь содон төрх, ур хийцээрээ тэр омог отгийнхоо нэрийг хадгалан, өөртөө тохирсон бэлгэдлээ шингээсэн байдгаараа онцлог. Монгол үндэсний хувцасны гол төлөөлөгч болох малгай, дээл, бүс, гутал нь өөр өөрийн гэсэн бэлгэдлийн утга агуулгатай байдаг. Үүнд:

Мандах төрийн малгай - Хурц шулуун, харилтгүйн утга бэлгэдсэн шовгор оройтой малгайгаар хүний биеийг ёстой төртэй, мандан бадарч явахыг бэлгэдсэн байна. Малгай нь хүний нийгэмд эзлэх байр суурийг илэрхийлж байдаг гол хувцасны хувьд хамгийн хүндтэйд тооцогддог. Монгол малгайн онцлог нь морь болон бусад унаагаар зорчиход өндөр, бөмбөгөр оройтой, өвлийн хүйтэнд толгой, дух, шанааг хүйтнээс хамгаалах зориулалтаар мал болон ангийн үсэн дотор, гадартай байдаг. Эрэгтэй, эмэгтэй, хүүхдийн, өвөл, зуны мөн гоёлын, өдөр тутмын гэж ангилна. Эмэгтэй малгай гоёл чимэг ихтэй, чамин ур хийцтэй байдгаараа бусдаасаа ялгаатай. Монгол малгай дээшээ дэрвэгэр, шөвгөр оройтой байдаг нь монгол хүний нүүр царайны хэлбэр, төрх байдалд тохируулсантай холбоотой. Монголын ястан угсаатан бүр малгайг өөр өөрийн онцлогтойгоор урладаг. Тоорцог, жанжин малгай, сээтэн малгай, хилэн малгай, лоовууз, юүдэн гэх зэрэг өөр өөр зориулалт бүхий нийт 200 гаруй нэр төрлийн хэлбэр хийц, нэр бүхий малгайг хийж, өмсөж, эдэлж ирсэн. Монголчууд малгайтай холбогдох дараах цээрийг хатуу баримталдаг байсан. Тухайлбал:

- Малгайгаа ямагт дээр газар тавина. Газар тавих буюу хамаагүй тавихыг цээрлэнэ. Бөх барилдах үед засуулууд малгайг нь барьж байдаг нь үүнтэй холбоотой.
- Малгайг золгохдоо заавал өмсөнө. Мөн шүүс хөндөх, сүү хадаг барих, сархад сөгнөхөд малгайгаа өмсдөг.
- Малгайг эрхэмлэж “Хоёр хүн явбаас нэг нь ахалж, ганцаараа явахад малгай ахалдаг” гэж үздэг.
- “Малгай муу ч хөлд тавьдаггүй
  Гутал сайн ч толгойд тавьдаггүй” гэх зүйр үг буй
- Хүний малгайг өмсөж үзэхдээ түй түй гэж нулимсан дүр үзүүлээд өмсдөг.
- Малгай олбол доошоо харсан сав тул олз биш гарзын үүд нээгдэнэ, хүний хөлстэй, бузар дэвтэй гээд авдаггүй.
- Малгайг буруу харуулж өмсөхгүй. Өмсвөөс хийморь сүлд доройтож, эх захгүй хүн гэдгээ харуулна гэдэг.
- Малгайгаа хүнтэй сольдоггүй.
- Малгайг давхарлаж өмсдөггүй. Хоёр эхнэр авдаг гэж цээрлэнэ.
- Малгай дээр гишгэх, алхахыг цээрлэдэг. Эзнийг нь доромжилсон хэрэг.
- Урагдаж хуучирсан малгайг хаялгүй галд түлнэ.

Тэгш төрийн дээл - Хүний биеийг төв шулуун, тэгш намбатай байхыг ерөөж ийнхүү нэрлэжээ. Монгол дээл нь бидний өвөг дээдсийн ур ухаан, хөдөлмөрөөр бүтсэн соёлын том ололт бөгөөд үндсэн загвараа олон зуун жил хадгалж иржээ. Дээл бол монголчуудын ахуй амьдрал, эрс тэс уур амьсгал, аж төрөлд үлэмж зохицсон, биед эвтэйхэн, хөдөлгөөнд саадгүй, морь унаагаар явахад, энгэр цээж, өвдөг хөлийг салхи, хүйтнээс хамгаалдаг онцлогтой. Монгол дээл нь өмсгөл хувцас болохоос гадна бусад олон янзын зориулалтаар ашиглагддаг. Тухайлбал нударга нь жийргэвч, бээлийний үүрэг гүйцэтгэдэг бол бүсийг ууц нуруу, бөөрийг хамгаалах зорилгоор бүсэлдэг байна. Түүнчлэн монголчууд аян замд дээлийг нөмөрч унтах хөнжил болгодог. Дээл нь төрийн, энгийн, гоёлын, ёслолын зориулалттай байна. Монголчууд үндэсний их баяр болох цагаан сар, наадмаар шинэ дээлээр гоёдог

заншилтай. Судлаачдын үзсэнээр манай орон дахь хориод угсаатан, ястны дээл нь дөрвөн зуу орчим, гутал нь хорь гаруй, бүс нь арав орчим төрөл байдаг ажээ. Дээлтэй холбоотой ёс заншлаас дурдвал:

- Хүүхдэд шинэ дээл өмсгөхдөө сүүлчийн учиг хатгаж дуусаад өглөөний ургах нарнаар өмсүүлдэг.
- Шинэ дээлийг заавал мялаадаг. Мялаахдаа бүсийг нь бүсэлж, хормой хотыг засаж өгөөд урд хормойд нь өрөм, зөөхий түрхэж, дотоод хормойг нь тос өөхөөр мялаана. Ерөөхдөө:

“Гадаад хормойг нь
Ганзагын сур чимэг
Урд хормойг нь
Унага, даага дагаг
Хойд хормойг нь
Хонь хурга дагаг
Энэ жил даавуу, даалимбаар хийв
Ирэх жил торго, дурдангаар хийнэ” гэж ерөөдөг.

- Хэт үнэтэй, гоё ганган зүйлийг хэрэглэхгүй. Алдас болно гэж үздэг.

Бүтэх төрийн бүс- Задгай тасархайг бэхлэн батжуулах, сарнисныг эвлүүлэхийн утга буй. Бүс. Өвөг дээдэс маань хүний сүлд буюу сүнс нь бүсэнд оршино хэмээн үздэг. Бүсийг хийсэн материалаар нь:

- Даавуун
- Пансан
- Дурдан
- Арьс ширэн
- Алт, мөнгөн
- Сүлжмэл
- Нэхмэл
- Төмөр эдлэлээр хийсэн гэж ангилдаг.

Ширэн, алтан, мөнгөн бүс нь тольтой байх ба бүсийг арван хоёр жил, янз бүрийн дүрс, амьтны зураг, хээ угалзаар чимнэ. Ийм бүсийг агсарга бүс гэдэг бөгөөд түүн дээрх товруу, гархи чимэглэлүүдэд сэлэм, хутга, саадаг зэргээ зүүдэг байсан байна.

Бүс нь хүний бөөр нурууг хүйтнээс хамгаалах ба морь унаагаар давхихад зайлагдахаас хамгаалдаг. Бүсний урт нь эзнээ нар зөв гурав ороож хүрэхээр байх ба өргөн нь дурдангийн энтэй байдаг. Монгол хүний, ялангуяа эр хүний бүс нь хүндтэй ёс төртэй хувцасны төрөлд ордог. Эмэгтэй хүний бүс төдийлөн яригддаггүй нь дээр үеийн эмэгтэйчүүд бүс бүсэлдэггүй байснаас *“бүсгүйчүүд”* хэмээн нэрлэгдэх болсонтой холбоотой ажээ. Бүстэй холбоотой ёс заншлаас дурдвал:

- Бүсээ чирч явбал өлөн гэдсээ цувуулах, өнчрөх ёр удлаа гэдэг.
- Бүсээ өөр хүнтэй сольдоггүй.
- Бүсэн дээрээ огт гишгэдэггүй.
- Бүсээ туулайчлан зангидаж, ор дэрнийхээ дээр тавьдаг.
- Аливаа задгай таранхайг бэхлэн, салсан сарнисныг эвлүүлж бүтээдэг учраас Бүтэх төрийн бүс хэмээн эрхэмлэдэг.

Түших төрийн гутал – Хүний биеийн тулгуур – хөлийн өмсгөл тул тулж түших, бат суурьтай явахыг бэлгэдсэн. Монгол Үндэсний гутал нь байгаль цаг уурын нөхцөл, эрхэлдэг аж ахуй, зан заншил төдийгүй, түүхэн цаг үеийн онцлог, нийгмийн байдлыг тодорхой тусгаж ирсэн эдийн соёлын чухал дурсгал юм. Монгол гутал нь дэлхий дээр цор ганц загвар, хийц

хэлбэртэйгээрээ онцлог. Энэ нь онцгой хийцийн ул, өвөрмөц ээтэн хошуу, оймс, хараа, угалз чимэглэл юм. Монгол гутлыг булигаар (Үйлдвэрийн аргаар боловсруулсан үхрийн шир), шир (үхрийн), сарьс (ямааны арьсыг боловсруулж, өнгө оруулсан илэг) зэргээр хийдэг.

Монгол гутлыг угалзных нь тоогоор нэрлэдэг ба голдуу наймаас гучин хоёр угалзтай байна. Төрөл зүйлийн хувьд монгол гутал нь Халх, Буриад, Ойрад (госон), Урианхай (маага), Торгууд (тоокуу) гэх мэт угсаатны бүлэг бүрд өөр өөр байна. Мөн эрэгтэй эмэгтэй гутал, хүүхдийн гутал, бөхийн гутал гэх мэт олон төрөлтэй. Гуталтай холбоотой ёс заншил, бэлгэдэл, цээрээс дурдвал:

- Гутлын ээтэн хоншоор толигор ул нь газар шороог сэндийчихгүй, ургамал амьтны аминд хүрэхгүй гэсэн үзлийг шингээсэн
- Монголчууд гутлыг өөдөө харсан сав хэмээн эд хөрөнгөөр элбэг байхыг бэлгэддэг.
- “Гутал муут гурвын цаадах” гэсэн хэлц үг бий. Өмссөн гутлынх нь байдлаар хүнийг тодорхойлох боломжтой гэж үздэг
- Монголчууд гутлаа чирч явахыг цээрлэдэг. Учир нь өвчин эмгэг дагуулна гэх
- Гутлын улыг дээш нь харуулахыг цээрлэнэ. Гай зовлон нүүрлэнэ гэх
- Гутлын улыг өөдөөс нь нийлүүлбэл үйлс бүтдэггүй гэдэг.
- Өөрийн гутлын улыг бусдын гутлын ултай нийлүүлэхийг цээрлэдэг бөгөөд өстөн дайсан болно гэж үздэг.

МОНГОЛ БАХАРХЛЫН ӨДӨР

Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн 2012 оны нэгдүгээр сарын есний өдрийн дөрөвдүгээр зарлигаар эзэн богд Чингис хааны мэндэлсэн огноог холбогдох ажлын хэсгийн дүгнэлт болон Шинжлэх ухааны академийн саналд үндэслэн албан ёсны болгож, билгийн тооллын өвлийн тэргүүн сарын шинийн нэгэн гэж тогтоон, уг өдрийг «Монгол бахархлын өдөр» болгож, улс даяар тэмдэглэн өнгөрүүлж байхаар болсон юм. ***Чингис хааны төрсөн он***, ***сар***, өдрийг ийнхүү нэг мөр болгон хэвшүүлж, тодорхой сар, өдрийг товлон тогтоох нь монголчууд түүхээ мэдэх, ялангуяа залуу үе маань өвөг дээдэс, эх орныхоо түүхээр бахархах, нэг тодорхой өдөр Чингис хааныхаа гэгээн дурсгалыг хүндэтгэж, төрт ёсныхоо уламжлалыг судалж, сурталчлах сайхан боломжийг олгож байгаа юм.

Монгол бахархлын өдрөөр Монголын нэгдсэн тулгар төрийн уламжлалт Их цагаан тугийг цэнгүүлэх ёслол болж, Их эзэн Чингис хааны хөшөөнд хүндэтгэл үзүүлэн хүчит бөхийн барилдаан болдог. Энэ өдрийг тохиолдуулан жил бүр улс орныхоо тусгаар тогтнол, бүрэн эрхт байдал, үндэсний эв нэгдлийг бататган бэхжүүлэх, төрт ёс, түүх соёлынхоо уламжлалыг гүнзгий судалж, хойч үедээ өвлүүлэх тэдгээрийг дэлхий дахинд сурталчлан таниулах үйлсэд үнэтэй хувь нэмэр оруулж, төр, нийгэм, үндэстний өмнө онцгой гавьяа байгуулсан нэг иргэнийг Монгол Улсын төрийн дээд шагнал-тэргүүн зэргийн одон “Чингис хаан” одонгоор шагнадаг уламжлалтай.

Монгол бахархлын өдрийг ёслон тэмдэглэх өвлийн тэргүүн сарын шинийн нэгэн нь билгийн (сарны) тоолол учир орчин үеийн он тоолол буюу аргын (Григорийн) тоололтой нийцүүлэн тэмдэглэхэд жил бүр өөр өдөр тохиож байгаа юм. Тухайлбал:

2019 он: 11 сарын 27, 857 жилийн ойн өдөр

2020 он: 11 сарын 16, 858 жилийн ойн өдөр

2021 он: 11 сарын 5, 859 жилийн ойн өдөр

2022 он: 11 сарын 24, 860 жилийн ойн өдөр тус тус тохирч байна.

Их Монгол Улсыг эзэн Чингис хаан 45 насандаа байгуулж, «Их засаг» хэмээх «Эцэг хуулиа» тунхаглан хэрэгжүүлснээр урьд өмнө хаана ч байгаагүй их эзэнт гүрнийг хүн төрөлхтний түүхэнд мандуулж, дэлхийн улс орны цаашдын хөгжилд хүчтэй нөлөө түлхэц үзүүлжээ. Үүнийг нь Нэгдсэн Үндэстний Байгууллага зүй ёсоор үнэлж Их Монгол Улс байгуулагдсаны 800 жилийн ойг дэлхий нийтээр өргөн дэлгэр тэмдэглэхийг уриалж 2005 онд тогтоол гаргасан байна. Мөн онд АНУ-ын “Вашингтон пост”, бас “Нью-Йорк таймс” сонин Чингис хааныг “Мянганы суут хүн”-ээр тодруулсан билээ. Чингис хаан чухам юугаараа тэгж өргөмжлөгдөн хүндлэгдэх болов? “Вашингтон пост” сонин Чингис хааныг мянганы хүнээр тодруулсан үндэслэлдээ: “Өнгөрсөн мянган жилд гарсан хамгийн том үйл явдал бол цэвэр нэг үндэстэн дэлхий даяар сүр хүчээ бүрэн төгс илтгэж чадсан явдал бөгөөд тэр үйл хэргийг удирдан зохион байгуулагч нь Чингис хаан байсан” хэмээн тодорхойлжээ. Тийн Чингис хааны үндэс суурийг нь тавьсан Монголын эзэнт гүрэн алдарт Ромын эзэнт гүрний нутаг дэвсгэрээс хоёр дахин, Македоны Александрынхаас дөрөв дахин том газар нутагтай байсан билээ. Ийнхүү тэр үеийн дэлхий дахины улс гүрнүүдийн гуравны хоёр нь нэгэн жолоонд орсноор ертөнц дахины цэрэг-улс төрийн байдалд эргэлт гарч, урд өмнө нь газар сайгүй өрнөж байсан дайн дажин намжиж, харьцангуй энх амгалан амьдрал зонхилох болсон явдал байлаа.

Түүхчид XII-XIV зууны үеийг Монголын үе гэж нэрлэдэг. Хүн төрөлхтний түүхэнд бүхэл бүтэн хоёр зууныг эзэгнэн эрхшээж, өөрийнхөө нэрээр нэрлүүлсэн өөр үндэстэн гараагүй билээ. Чингис хаан түүний залгамжлагчдаас хүн төрөлхтний хөгжил, дэвшилд гүйцэтгэсэн түүхэн үүргийн эерэг тал нь түүхэн үр дагавраасаа үлэмж давуу байсан ба эх дэлхий бүхэлдээ даяарших эхлэлийг тавьсан учраас судлаачид Чингис хааныг “Өнөөгийн ертөнцийг үндэслэгч” хэмээн дүгнэж байна. Их Монгол Улс байгуулагдсан нь монголын түүхийн хамгийн бахархалт, мөнхийн дурсгалт, онцгой гайхамшигт, тод содон үйл явдал байв. Их Монгол Улс байгуулагдсан нь *“хагацсан улсыг хамтатгаж, бутарсан улсыг бүрдүүлж”, “Эсгий туургат улсаа шулуутган”,* энх амрыг тогтоон, монгол угсааны нэгдмэл үндэстнийг бүрдүүлж мандан бадрахын эхлэлийг тавьсан түүхэн ач холбогдолтой билээ. Санаанд багтамгүй асар богино хугацаанд Чингис хааны байгуулсан Эзэнт гүрэн дэлхийн улс төрийн газрын зургийг үндсээр нь өөрчилсөн юм. Тэрээр хүчирхэг цэргийн зохион байгуулалт, харилцаа холбооны систем бүхий улс төрийн цогц бүтцийг байгуулж чадсан юм. Чингис хаан төрийн онц чухал хэргийг эрдэмтэн мэргэдтэй зөвлөлдөн, Их хурилдай, Сэцдийн зөвлөлөөр хэлэлцүүлэн шийдвэрлэдэг төр ёсны шинэ үзэл санааг нэвтрүүлсэн юм. Чингис хааны үндэс суурийг нь тавьсан Монголын хууль цааз бол тэр үеийн ёс зүйн хэм хэмжээг илэрхийлж байсан бөгөөд эзэнт гүрнийг удирдан зохион байгуулахад асар их үүрэг гүйцэтгэсэн билээ. Чингис хаан бол монголын нийгмийн хэрэгцээ, түүхэн шаардлагаар товойн тодорсон Их хаан. Монгол түмний төлөө амь нас үйл ажиллагаагаа бүрэн зориулсан Монгол төрийн гарамгай зүтгэлтэн мөн.

Чингис

Тэмүжин- нумын хөвчнөөс төрөөгүй юм
Тэмүжин- сумын зэвэзс гараагүй юм
Тэмүжин- Өэлүн эхээс төрсөн юм
Тэмүжин -өрлөг түүхээс гарсан юм
Амар заяа хомс доголон нулимст хорвоод
Аврах тавилан мөхөс долоон үеийн тэртээд
Атаа хорслын манцуйд Есүхэйн хүү өсөж
Аян дайны онгодоор есөн тугаа тахисан юм
Оонын халиун зоо шиг халхын саруул талд
Онгин цагаан тамга шиг гэрээ тэр барьсан юм
Онон мөрний савд хур шиг шаагих адуунаас
Онгон хоёр загалыг мөнгөн хяруунд сойсон юм
Эх орноо өмчилсөн гурван хасгийн хүрээлэнг
Элгэн ургаа өмөөрсөн дөрвөн тотгоор түшүүлж
Тулгар төрийн баганыг хорол тоононд өргөн
Туурга тусгаар монголын голомтыг тэр тулсан юм
Хөх Монголын дэвээн тэнгисийн шуургыг ярж
Хөмхий зуусан ертөнц Чингисийн өмнө сөхөрсөн юм
Хүлэг морьдын туурай
Азийн хормойг сэмлэж
Хөл нүцгэн хорвоо халуун нурам гишгэсэн юм
Тиймээ! Дайны мөрөөр цагаан сүү урсаагүй
Тиймээ! Дайчдын сүрийг цагийн саалт мартаагүй
Тиймээ! Чингис- өндөр Алтайд зартай юм
Тиймээ! Чингис өнөөдөр ч гэсэн нэртэй юм
Хойч үедээ тэр хар буруу санаагүй
Хорин гангийн их гачаалд хатан Онон ширгээгүй
Чингисийн их Монгол ядарсан, гутарсан, задарсан
Чиний хөх Монгол ялсан, хөгжсөн, мандсан
Ямар ч байсан Чингис хаан гарди шиг хальж
Ял гавьяа хоёроо хойч үедээ даатгасан юм
Гал усанд элэгдсэн буурал замбуулингийн манлайд
Ган сэлмийнхээ ирээр Монгол гэж бичсэн юм
Чингис- нумын хөвчнөөс төрөөгүй юм
Чингис- сумын зэвэзс гараагүй юм
Чингис- Өэлүн эхээс төрсөн юм
Чингис- өрлөг Монголоос гарсан юм

ТӨРТ ЁСНЫ УЛАМЖЛАЛ, ТӨРӨӨ ДЭЭДЛЭХ ЁСОН

Монгол Улс төрт ёсны хоёр мянга гаруй жилийн түүхтэй. Монголчууд бидний өвөг дээдсээс үлдээсэн хамгийн том бөгөөд үнэтэй их өв бол Монгол түмний төрт ёсны баялаг бөгөөд баатарлаг уламжлал мөн. Төр бол улсын амин сүнс, улс орныг жолоодон удирдах гол хэрэглүүр. Төргүй улс гэж байдаггүй.

“Монголын нууц товчоо” болон Монголын Ил хаант улсын түүхч Рашид-ад Дин, Болод ахай нарын бичсэн “Судрын чуулган хэмээх” түүхэн сурвалжуудад: *“...эсгий туургатныг шударгатгаж Барс жил (1206 он) Ононы тэргүүнээ хурж, Есөн хөлт цагаан туг байгуулаад”* (МНТ) *“...ихэс дээдсийн их Хуралдайг зохион явуулав. Энэхүү хуралдай дээр түүнд “Чингис хаан” хэмээх их цолыг олгож, тэрээр их ор суув”* (Судрын чуулган) гэж тэмдэглэсэн байдаг. Ийнхүү Монгол хэмээх нэр бүхий хүчирхэг улс Төв Азийн зүрхэнд мандсан нь зөвхөн Монголын төдийгүй дэлхийн түүхэнд бүдгэрэн баларшгүй ул мөрөө үлдээсэн түүхэн их үйл явдал байжээ.

Нэгдсэн тулгар төрийг байгуулсан Богд Чингис хаан *“...*(дээдэс нь) үнэнч өршөөлөөр доодсын сэтгэлийг авч, (доодос нь*) чигч шударгаар эзэндээ зүтгэвээс ёс болой”* гэж үзэж байсан нь монгол төрийн үзэл санааны гол цөм байв. Төр ийнхүү нэг талаас хүчтэй, шударга, төвч байж, зон олныхоо итгэл хүндэтгэлийг хүлээж, түмэн иргэдийнхээ сэтгэлийг нэгэн жолоонд нэгтгэж чадах, нөгөө талаас иргэд төрөө дэмжиж, хуулиа шударгаар даган биелүүлж, төрөө бэхжүүлэхэд хүчин зүтгэх гэсэн хоёр хүчин зүйлийн шүтэлцээнд тулгуурласнаар монгол төр бэхжин манджээ. Төрөө дээдлэх үзэл бол уламжлалт ёс журам, улс гүрний засан тохинуулах хууль цааз, улс гүрний эрхийг барих эрхэм хүний суурь суудлыг хүндэтгэн дагах явдал юм.

Монголчууд эрт үеэсээ төрөө хүндлэн дээдлэх, өвгөд өтгөсөө хүндлэх, аав, ээж, ах дүүсээ дээдлэх зэргээр гурван цогц ухаанд хуваан авч үздэг байжээ. Энэ бүгдээс хамгийн дээд нь төрөө хүндлэн дээдлэх ухаан аж. Учир нь төрөө хүндлэх ухаан нь өвгөд, өтгөсөө хүндлэхээс эхэлдэг байна. Нүүдэлчин монголчуудын эрт дээрээс уламжлан ирсэн төрт ёсны илрэл нь юуны өмнө эзэн дээдэс, ах захаа хүндлэх ёсон билээ. Монголын нууц товчоонд дурдсанаар Чингисээс дээш арав дахь үеийн өвөг Бодончарын хэлж байсан *“бие тэргүүт, дээл захт сайн“* гэдэг үг үе үеийн монголчуудын ахас дээдсийг хүндлэх сургамжийн үг, *“Хүн ахтай, дээл захтай“* гэдэг ардын цэцэн үг болон мөрдөгдсөөр ирсэн юм. Монголчуудын сэтгэлгээгээр айл гэр бол төр улсын доторх *“гэр улс”* юм. Аль алинд нь ёс журам, ах захаа хүндлэх ёс адилхан хэрэгжих ёстой.

Эзэн Чингис хаан эцэг өвгөдөөс уламжлан ирсэн төрт ёсыг эрхэмлэн сахигч байсан төдийгүй, урьдын овгийн байгууллын үеийн хэв хууль, заншлыг, төрийг засах албан ёсны бичиглэсэн хууль болох “Их засаг” хуульдаа тусган баталгаажуулсан билээ. Түүний төрт ёсыг дээдэлсэн олон арван сургамжийн үгс нь монголчуудын дунд уламжлан хэлэгдсээр ирсэн бөгөөд монголчуудын соёл иргэншилтэй нягт холбоотой *“Чингисийн билиг”* нь ямагт монголчуудын тусгаар тогтнолоо хадгалах үзэл санааны үндэс болж байв. Чингис хаан түүний залгамжлагч нарын үед ч монгол төрийн удирдлага ихээхэн хүчтэй байсан нь төрийг хүндлэх үзэлтэй холбоотой. Чингис хааны “Их засаг” хууль, Чингисийн “Билиг сургаал” хоёрын шүтэлцээ ч тэр, Хубилай хааны хос ёсны “Шашин төр хоёрыг тэгш явуулах зарчим сургаал” ч тэр төрийг хууль цаазын зэрэгцээ сэтгэл оюуны хүчээр хамтатган барьж, төрийг төвшитгөх бодлого, үзэл санаа байжээ.

Өндөр төрийн минь сүлд ивээж

Өргөн түмний минь заяа түшиж

Үндэс язгуур, хэл соёлоо

Үрийн үрдээ өвлөн бадраая

(Монгол Улсын Төрийн дуулаас)

Миний дээр төр буй
Төрийн дээр хөх тэнгэр буй
(Чингисийн билиг сургаал)
Хас төрийн цаазыг
Хаан эзэн ч сахимуй
Бүтэх төрийн засгийг
Хамаг олон дагамуй
(Чингисийн билиг сургаал)
Их ёсыг эс мөрдвөөс
Төрийн хэрэг ганхаж мөхмүй
(Чингисийн билиг сургаал)
Эрхэм төр энхжээд
Эрх чөлөө нь тунгалаг
Энгийн олон нөхөдтэйгөө
Эгүүрд (үүрд) хамтаар цэнгэн жаргатугай
(Монгол төрийн уртын дуу)
Монгол гэдэг нэр ертөнцийн чихнээ дуурьсгалтай
Монголын төлөө гэдэг санаа бидний зүрхэнд хадаастай
(Д.Нацагдорж)
Зүйр цэцэн үгс
Тэнгэрийн дор төрж
Хуулийн дор амьдардаг
Ёс ёмбогор
Төр төмбөгөр
Төрийн хэлхээ хууль
Төрлийн хэлхээ нагац
Биеэ засаад гэрээ зас
Гэрээ засаад төрөө зас

ТАВАН ХОШУУ МАЛ

Монголын нүүдэлчдийн бэлчээрийн мал аж ахуй эрхэлж, түүндээ суурилсан нүүдлийн соёл иргэншлийг буй болгосон нь хүн төрөлхтний өв соёлд оруулсан онцгой хувь нэмэр юм. Нүүдлийн соёл иргэншлийн цөм нь нутгийн таван хошуу мал, монгол малчин, байгаль дэлхий (бэлчээр, ус) гэсэн гурван тулгуураас бүрддэг бэлчээрийн мал аж ахуй юм. Таван эрдэнэ мал сүрэг бол монгол нутгийнхаа өвс ургамал, ус, хужрыг хувирган “боловсруулж”, хүн ам, хөнгөн үйлдвэрийг экологийн цэвэр түүхий эд, бүтээгдэхүүнээр хангадаг “биологийн амьд үйлдвэрлэл” бөгөөд хүн төрөлхтөн оршин байгаа цагт мах, сүү, арьс нэхий, ноос ноолуур зэрэг малын төрөл бүрийн ашиг шим, бүтээгдэхүүнийг хэрэглэж тэдгээр нь зах зээлд үнэтэй байх нь гарцаагүй. Суурин иргэншил нь эцэстээ хүртэл хөгжсөн гэгддэг улс орнууд өнөөдөр “байгалийн”, “экологийн”, “органик” гэх мэтийн нэртэй хүнсний бүтээгдэхүүн сонгон хэрэглэх болсон нь нүүдэлчдийн өв соёлын үнэт зүйлсээ бүрэн орхиогүй байгаа манайх шиг улс орныг сонирхох бас нэг шалтгаан болж байна.

Мал сүрэг өсөн үржиж “нөхөн сэргээгддэг, амьд үйлдвэрлэл”-ийн хувьд байгалийн баялаг алт эрдэнэсээс ч илүү үнэ цэнтэй. Алт, эрдэнэс нь чухамдаа барагддаг, дуусдаг, нөхөн сэргээгддэггүй, хорогддог баялаг. Гэтэл таван эрдэнэ мал сүрэг маань зуунаас зуунд, мянганаас мянганд монголчууддаа үр өгөөжөө өгч ирсэн, нөхөн үржиж өсдөг, мөнхийн ундаргатай “амьд алт” юм.

Нүүдлийн соёл иргэншлийг бий болгосон жинхэнэ эзэд нь монголын нүүдэлч малчид юм. Тэд ардын шилэн сонголт (селекци), зуун зууны байгалийн шалгарлын нөлөөллийн дунд Төв Азийн эрс тэс уур амьсгалтай орон нутагт дасан зохицсон биологи, удамшлын онцгой шинж, “удмын сан” бүхий нутгийн таван хошуу малыг бий болгосон. Тэд нүүдэллэн аж төрөх, бэлчээрийн мал аж ахуй эрхлэн хөтлөх талаар бүхэл бүтэн цогц мэдлэг ухаан, арга туршлагыг бий болгож, тэр нь үеэс үед өвлөгдөн уламжлагдаж иржээ.

Адуу, үхэр, тэмээг бод мал гэнэ. Бод малыг алсын бэлчээртэй, урт хөлийн мал гэж нэрлэдэг. Монголчууд эрт үеэс адууг эрхэмлэн дуу хууртаа мөнхөлж, туг сүлдэндээ дээдэлж иржээ. Бод малын дотроос адууг халуун хошуутай мал гэдэг. Адуун сүрэг нь бог мал хүрч чаддаггүй алсын бэлчээрийг намар өвлийн отроор явж туулах чадвар сайтай, хашаа байр, нэмэгдэл тэжээл бараг шаарддаггүй зэргээрээ бусад төрлийн малаас ялгаатай. Адуу хээр, хүрэн, ухаа, зээрд, цагаан, хар гэсэн үндсэн зүстэй боловч эдгээр зүс өөр хоорондоо сүлэлдэж элдэв зүсмийг үүсгэдэг. Монголчууд адууны 300 гаруй өнгө зүсмийг ялгаж нэрлэдэг болохыг судлаачид тэмдэглэжээ. Адууг зүсээр нь хээр морь-хээгч гүү, хар морь-харагч гүү, хүрэн морь-хүрэгч гүү, хул морь-хулагч гүү г.м хүйсийн ялгаатайгаар нэрлэнэ. Адууны нэг настайг унага, хоёр настайг даага, сарваа, гурван настайг шүдлэн, үрээ, эмийг нь байдас, дөрвөн настайг хязаалан, таван настайг соёолон, зургаан настайг хавчиг соёолон, долоон настайг сунгах соёолон, наймаас дээш настайг их нас, агтлаагүйг азарга гэнэ. Адуу бараг 30 шахам насална. Тийм учраас *“эр хүн гурван морины настай”* гэдэг хэлц үг гарчээ. Адууны явдал олон янз. Гэлдрэх, сүүл хөдөлгөх, шогших, хатирах, ергөх, цогих, давхих зэрэг олон хувилбартай. Сайвар, жороо явдалтай морьд бас буй.

Гүү голдуу үдшийн бүрий, үүрийн хяраанаар унагалдаг учир энэ үед эзэнгүйдүүлж болохгүй. Унага хальсандаа бүтэх шинжтэй бол эзэн тусламж үзүүлнэ. Гүүг хашаа, хороо, манаатай орчинд унагалуулах нь зөв юм. Нялх унага унтаж хоцрох, төөрөх, байдсан гүү унагаа хээр орхих эрсдэл тохиолддог учир анхаарах хэрэгтэй.

Тэмээ нь говь цөлийн халуун, эрс тэс уур амьсгал, чийг тунадас багатай, гашуун модлог ургамал бүхий бэлчээрт зохицож чадсан мал юм. Тиймээс тэсвэр хатуужил, өл хоол даах чадвар нь бусад малаас илүү байдаг. Тэмээ хамгийн их ус нөөцөлж хэрэглэдэг, нэг удаад хамгийн их ус уудаг. Гурав хоног услаагүй үед нэг удаад 40 литр, долоо хоног услахгүй байхад 100 литр ус уудаг. Энэ нь тэмээний бие махбодын онцлогтой холбоотой. Тэмээ уяж сойгоод эдлэхэд гуч хоногийн өл даадаг, урт холын замд эцэж цуцдаггүй.

Нэг настайг ботго, хоёр настайг тором, гурван настайг буйлт, гурваас таван нас хүртэлх настайг эр бол тайлаг (агтлаагүйг бууран тайлаг), эмийг нь гунж, түүнээс дээш нас гүйцсэн эр тэмээг ат, агтлаагүйг нь буур, эмийг нь ингэ гэнэ. Тэмээ 25-30 орчим насална. Манай улсын хамгийн олон тэмээтэй Өмнөговь аймаг 100 орчим мянган тэмээтэй. Тэмээ хүрэн, бор, шар, улаан, хар, цагаан гэсэн үндсэн зүстэй. Бөхнийх нь хэлбэрээр ширээ (хоёр бөх нь босоо), солби (хоёр тийш солбисон бөхтэй), ханан (хоёр бөх нь нэг тийш налсан), соёо (нэг бөх нь босоо, нөгөө бөх нь хэвтээ), лиг (тарга хүч авсан ч бөх нь босдоггүй) тэмээ гэж нэрлэнэ.

Ингэ жил өнжиж ботголдог онцлогтой. Ингэ ботголох үедээ тав хүртэлх хоног шилэрч гүйгээд ботголдог. Иймд ботголох дөхсөн ингийг өдөр нь хариулж, шөнө нь манах шаардлагатай. Ер нь ингийг гаднаа ботголуулах нь зүйтэй гэж үздэг. Ингэ ботголмогц ботгоны бүрхүүл хальсыг авч, үсийг нь хаттал арчин эхэд нь амлуулж нэмнэнэ. Ботгыг хөл дээрээ тэнцсэний дараа нөмөр дулаан зайдуу газар эргүүлэгтэй уяагаар өвдөгнөөс нь дээш

уяж, хоёр хөлөөс нь ээлжлэн аргамжина. Гурван долоо хоногтойгоос нь өвс, борог тэжээл идүүлж, ус уулгаж сургана. Өвсөнд ормогц соргог өвстэй газарт өдөрт гурав хүртэлх удаа сэлгэж аргамжиж идүүлнэ. Эхийг алсын бэлчээрт явуулж, ботгыг ойрын бэлчээрт гаргана.

Монгол үхрийн нэг настайг тугал, хоёр настайг бяруу буюу боолторго, гурван настайг эр бол шүдлэн гуна, охин бол шүдлэн гунж, дөрвөн настайг эр бол дөнө, охин бол дөнж гэнэ. Таван наснаас дээш бүдүүн үнээ, бие гүйцсэн шар (хөнгөлсөн эр үхэр) болно. Хөнгөлөөгүйг бух гэнэ. Дотроо монгол үхэр, сарлаг гэсэн төрөлтэй. Монгол үхэр, сарлаг хоёрын дундаас гарсан үхрийг хайнаг гэнэ. Үхэр 15-16 жил амьдарч чадна.

Малчдын арга ажиллагаа, бүс нутгийн онцлог, цаг агаарын байдлаас хамаарч үнээ ерөнхийдөө хоёрдугаар сарын сүүлчээс тавдугаар сар хүртэлх хугацаанд тугалладаг. Зарим үнээ тугаллах үедээ шилэрч ижлээсээ салж яваад хүн, малгүй буйдхан газар очиж тугалладаг. Шаардлагатай гэж үзвэл шилэрдэг үнээг уяж, байнга анзаарч байдаг. Ингэж явахдаа тугалаа гол ус, шар усны үерт алдах, чоно, махчин шувуунд идүүлж болзошгүй тул сэрэмжлэх хэрэгтэй.

Хонь, ямааг бог мал гэнэ. Ойрын бэлчээртэй учир богино хөлийн мал гэдэг. Бог мал дотроос хонийг халуун хошуутай мал хэмээнэ. Хонины нэг настайг (эр, охин) хурга, хоёр настайг (эр, охин) төлөг, гурван настайг эр бол шүдлэн, охин бол зусаг, дөрвөн настайг хязаалан ирэг, хязаалан эм хонь, таван настайг соёолон ирэг, эм хонь, зургаагаас дээш настайг нас бие гүйцсэн ирэг, бүдүүн эм хонь гэнэ. Хонь, ямаа 10-12 орчим насална. Ямааны нэг настайг ишиг, хоёр настайг борлон, гурван настай эр бол шүдлэн, охин бол зусаг, дөрвөн настайг сагил гэх бөгөөд таван нас хүрч бие гүйцнэ. Нас гүйцсэн эр ямааг сэрх, эцэг малыг нь ухна гэдэг.

<u>Бог малын төл бойжуулах.</u> Монгол малчдын уламжлалт мал маллагаанаас үзэхэд бог мал хангайд гол төлөв гуравдугаар сарын арвантавнаас эхлэн төллөж байхад говь, тал хээрийн бүсэд хоёрдугаар сараас эхэлдэг. Цаг уур, нутаг бэлчээрийн онцлог, тухайн аж ахуйн нөхцөл бололцоо, өвс тэжээлийн байдлаас хамаарч газар бүр харилцан адилгүй хугацаанд мал төллөдөг. Хурга, ишгийг дөнгөж төрмөгц эхэд нь сайн долоолгож, нэг цагийн дотор амлуулж, эхийн шар уургыг цадтал хөхүүлж чадвал цаашдаа эрүүл чийрэг, цовоо сэргэлэн мал болж чадна. Амлуулахгүй удвал төлийн гэдэс ходоод хямарч, дотор гал нь унтарч, давжаарч, “уурагтаа цадаагүй хурга төлгөндөө майлна” гэдэг болно. Хурга ишгийг ойр ойрхон хөхүүлэхгүй өлсгөж байгаад хөхүүлбэл ховдоглон хөхсөнөөс сүүгээ боловсруулж чадахгүй ууараг зангирдаг. Төл бүрийг цадаж байгаа эсэхийг байнга хянаж, эх нь цатгахгүй байгаа хурга, ишгийг үнээ, ингэний сүү, шар будааны зутан зэргээр угжихаас гадна сүүтэй өөр малд хөхүүлэхээс өөр аргагүй. Мөн эхийг нь сайн тэжээж, тордох аргаар сүү оруулах арга чаргыг хэрэглэнэ. Борог тэжээлд аль болох эрт оруулбал тустай. Үүний тул, нарийн цагаан өвсийг багцлан зүүж идүүлэхийн хажуугаар хивэг, багсармал, эрдэст тэжээл, ус тавьж өгнө. Борог тэжээлд ормогц ойрын бэлчээрт гаргана.

Мал аж ахуйн холбогдолтой зүйр цэцэн үг

- *Зузаан тарга зудын хуяг*
  Тарган мал тал бүрийн ашигтай
- *Бэлчээрээ мэдвэл мал*
  Биеэ мэдвэл хүн
- *Дундуур идэшнээс*
  Дулаан хэвтэр дээр
- *Хол явъя гэвэл морио торд*
  Хонио өсгөе гэвэл хотоо торд
- *Мал дагавал ам тосдоно*

- *Нутгийг сонгоё гэвэл*
  Усыг нь шинж
  Хүнийг сонгоё гэвэл
  Нөхрийг нь шинж
- *Аавын уургыг барьж сур*
  Адуу мал чинь өснө
  Ээжийн зүүг барьж сур
  Эрхэм үйл чинь бүтнэ
- *Таана мангир тэмээний чихэр*
  Яргуй цэцэг ямааны чихэр
- *Намар цагийн таана*
  Хавар цагийн яргуй
- *Намаржин наргивал*
  Өвөлжин зовно
- *Өсөх малын зүс нэг*
  Өөдлөх айлын үг нэг
- *Идэж таргалдаг зуны гурван сар*
  Нэмж таргалдаг намрын гурван сар
  Жаварт зутардаг өвлийн гурван сар
  Хавсарганд хатдаг хаврын гурван сар
- *Хаврын тэнгэр уйлсаар уйлсаар наашилна*
  Намрын тэнгэр инээсээр инээсээр цаашилна

Онч мэргэн үг

- “Сайн маллавал муу мал гэж үгүй, муу маллавал сайн мал гэж байхгүй.”
  (Хөдөлмөрийн баатар, хоньчин З.Очир)

- “Малаа ямагт жаргааж маллавал малчин өөрөө жаргана. Зовоовол өөрөө зовно.”
- “Хужир бол мал таргалахад ташуур, турахад тушаа, даарахад дах болдог.”
- “Зуны нэг өдрийн бэлчээр алдвал өвлийн гурван өдрийн зудыг авчирна.”

(Хөдөлмөрийн баатар, хоньчин С.Цогтгэрэл)

- “Зун намрын дэлгэр цагт малдаа захирагдаж,өвөл, хаврын хахир цагт малаа захирч маллавал зүгээр”
- “Ямар ч төр тогтлоо гэсэн Монгол орны хөгжлийн үндэс нь мал аж ахуй байх болно”

(Хөдөлмөрийн баатар, хоньчин Ц.Намхайнямбуу)

Оньсого

- “хивдэггүй хэн бэ?
  Хөрвөөдөггүй хэн бэ?
  Хөлөрдөггүй хэн бэ?”

(Адуу, үхэр, нохой)

ХОЁР. БҮРЭН ДУНД БОЛОВСРОЛЫН СУРАГЧДЫН ЭЗЭМШВЭЛ ЗОХИХ МЭДЛЭГ, ЧАДВАР, ДАДЛЫН ТОДОРХОЙЛОЛТ, ТОВЧ ТАЙЛБАР

АРАВДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Арга билгийг дадуулъя	
1.1.1. Аргыг дадуулах учир шалтгааныг танин мэдэх	
Аргыг тодорхойлох	Арга гэдэг нь мэдлэгийг зөв тийш залдаг ухаан юм. Жишээ нь: Амьтан бүгдийг зовлон бүхнээс нь хагацуулж өгье гэсэн энэрэхүйн нинжин сэтгэл, бусдыг муу бүхнээс нь хагацуулж өгье, үүний тулд өөрийн алдаа гэм бүгдийг засъя гэсэн сэтгэл бол арга юм. Мэдлэгийг зөв тийш зална гэдэг нь сурагч олон хичээлд хэчнээн сайн сурсан ч тэрхүү мэдлэгийг өөрт болон бусдад тустай болгохын тулд аргаар хөтлүүлж залуулах хэрэгтэй. Ингэхгүй бол хэчнээн мэдлэгтэй байгаад аргаар хөтлүүлж, зөв тийш залуулахгүй бол буруу сэтгэлийн нөлөөгөөр буруу тийш залж, мэдлэгээ нүглийн үйл хийхэд ашиглаж, түүнээсээ улбаалан амьдралдаа алддаг.
Аргыг дадуулсны ач тусыг танин мэдэх	Өөрийн эзэмшсэн мэдлэгийг өөрт болон бусдад тустай болгон хувиргаж чадах нь аргыг дадуулсны ач тус юм. Аргыг дадуулснаар сэтгэл уужуу болж, улам тэлдэг. Сэтгэл ийнхүү тэлснээр аливаа бэрхшээл, зовлон өөрт зовлон шаналал болохгүй, түүнд сэтгэл торохгүй болж, сэтгэл амар амгалантай болно. Амар амгалантай сэтгэлийн үүднээс гаргасан шийдвэр зөв болж, хийж байгаа үйл, ажил хэрэг ч өөрт болон бусдад тустай болдог.
Аргыг эс дадуулсны гэмийг танин мэдэх	Аргыг дадуулахгүй бол хүн хэчнээн их мэдлэг, чадвар эзэмшсэн байсан ч түүнийгээ буруу тийш залж, нүглийн үйл хийхэд ашиглаж, үүнээс улбаалан өөрт болон бусдад хүндрэлтэй, төвөгтэй асуудлууд бий болно. Аргыг эс дадуулснаар бие, хэл, сэтгэлийнхээ гэм бүгдийг засъя гэсэн сэтгэл, нинжин энэрэхүй сэтгэл дутсанаар алдаагаа олж харж чадахгүй, буяны үйлийн зүгт, буяны үйлд өөрийгөө чиглүүлэхэд учир дутагдалтай болдог. Энэ нь аргыг дадуулаагүйн гэм юм. Аргыг дадуулаагүйгээс сэтгэл аливааг ахархан богино боддог болж, ингэснээр амьдралын жижиг сажиг бэрхшээл өөрт улам том асуудал болж, сэтгэл түүнд торж, сэтгэлийн шаналал улам нэмэгдэнэ. Түүнээс гадна аргыг сайн дадуулахгүй бол хэчнээн урт хугацаанд, хэчнээн зүтгэл гарган ажил хөдөлмөр эрхэллээ ч тэр нь үр өгөөж муутай болно. Энэ нь аргыг эс дадуулсны бас нэг гэм юм.
1.1.2. Аргыг дадуулах	
Аргыг дадуулах аргачлалыг танин мэдэх	Эцэг эх, ачтай хүмүүсийнхээ ачийг санаж, сурах болон эрхэлж буй ажил хөдөлмөрөө тэднийхээ сайн сайхны төлөө зориулъя гэж бодох, өөрийн ах дүү нар, зовж зүдэрч байгаа амьтан бүхнийг амар амгалантай сайн сайхан байлгая түүний тулд би өөрийн бие, хэл, сэтгэлийн алдаа дутагдлаа засаж, бусдыг баярлуулъя түүний тулд би хийж байгаа үйл бүхнээ эдгээрт зориулж байна гэж бодвол аргыг дадуулахад хамгийн хэрэгтэй бодлыг бодож байгаа болно. Хичээлээ давтах, ажил хөдөлмөр хийх, худалдааны ажил эрхлэх зэргээр аливаа ажил бүгдийг хийхдээ “Би ямар сэтгэлийн үүднээс хийж байна” гэдгээ ямагт ажиглан буруу сэтгэлийн үүднээс хийж байвал “Энэ болохгүй” гэж түүнийгээ зөв болгон засаж, хандлагаа өөрчлөхийг хичээх нь аргыг өдөр тутамд дадуулахын аргачлал болно. Хийж буй үйлдлээ зөв сэтгэлийн үүднээс хийж байна уу, үгүй юу гэж ажиглаж, ямагт зөв сэтгэлийн үүднээс хийхийг хичээх, оролдох нь аргыг өдөр тутамд дадуулах үйл явц юм.

Аргыг өдөр тутамд дадуулах	Өглөө хичээл номоо сурахаар сургуульдаа явах, гэр орны ажлаа хийх, ажил хөдөлмөр эрхлэх зэрэг хийх бүх ажлаа өөрт ачтай хүмүүсийнхээ сайн сайхны төлөө, тэднийг амар амгалантай, баяр баясалтай байлгахын төлөө би хийх юм шүү гэж бодно. Өдөр би хийж байгаа үйлдлээ, ажлаа өглөө бодсон шигээ зөв зорилгоор хийж байна уу, үгүй юу гэж хянан үйлдэл, ажлаа улам зөв зорилгоор хийе гэсэн бодлыг дахин төрүүлнэ. Орой өглөөнөөс хойш хийсэн бүх үйлдлээ дахин сайн бодно. Унтахынхаа өмнө “Би үйлдлээ ямар сэтгэлийн үүднээс хийсэн байна вэ” гэдгээ дүгнэн цэгнэж, буруу сэтгэлийн үүднээс, буруу зорилгоор хийсэн байвал түүнийгээ гэмшиж “Дахиад би ингэхгүй шүү” гэж бодох, хэрэв зөв сэтгэлийн үүднээс хийсэн байвал “Үүнийгээ би алдахгүй цаашид улам хичээнэ шүү” гэж өдөр бүр өглөө, өдөр, орой ийнхүү бодож, өөрийгөө чиглүүлэхийг аргыг өдөр тутамд дадуулах гэнэ.
1.1.3. Билгийг дадуулах учир шалтгааныг танин мэдэх	
Билгийг тодорхойлох	Билиг нь аливаа юмсын мөн чанарыг мэдсэн ухааныг хэлдэг. Тодруулбал, өөрт асуудал тулгарахад түүний гол зангилаа болон гарцыг зөв танин мэдэж чаддаг, аливаа үйлийг хэрхэн хийвэл өөрт амар хялбар хийж бүтээж болохоор буйг зөв олж чаддаг ухааныг хэлнэ.
Билгийг дадуулсны ач тусыг танин мэдэх	Аливаа юмс үзэгдлийн мөн чанарт бодит байдал талаас нь хандаж чадвал билгийг дадуулж байгаа хэрэг юм. Аливаа юмс үзэгдэл, асуудал, мөн хүнд тохиолддог сайн муу зүйл бүгдэд мөн чанарыг нь зөв мэдэж, бодит байдал талаас нь хандаж чадахыг хэлнэ. Тухайлбал, бэрхшээл тулгарахад даван туулж чадна, мөн өөрөө шаналахгүй, бусдыг зовоохгүй байж чадна. Сайн зүйл тохиолдоход түүнийг өөрт болон бусдад тустай болгож чадна, мөн түүнийг урт хугацаанд эдэлж, ач тусыг нь хүртэхээр болгож чадна. Эдгээр нь билгийг дадуулсны ач тус юм.
Билгийг эс дадуулсны гэмийг танин мэдэх	Аливаа асуудлын мөн чанар нь юу байна, яагаад ийм болов, түүнээс гарах гарц нь юу байна гэж эргэцүүлэн бодож түүний мөн чанарт нь хандаж байхгүй бол хүн тухайн агшинд өөрийг нь эзэмдэж байгаа сэтгэл, өөрт бодогдож байгаа бодол бүрийн үүднээс аливаад хандах гээд байдаг. Ийнхүү хандвал зарим тохиолдолд зөв бодол хааяа төрж түүний үүднээс буяны үйл хийдэг ч, хүн ихэнхдээ буруу бодлын үүднээс шийдвэр гаргаж, бусадтай буруу харилцах, өөрийн зорьсон зорилгодоо хүрч чадахгүйд хүрэх гэх мэтээр алдаж эхэлдэг. Тиймээс билгийг дадуулахгүй бол, мөн билиг гэдгийн мөн чанарыг мэдсэн ухааныг өөрт байна уу, үгүй юу гэж ажиглаж, тэрхүү ухааныг өөртөө дадуулж, хэвшүүлэхгүй бол, өөрт бодож байгаа бодол, эсвэл бусдын хэлсэн үг, бусдын нөлөө төдийгөөр аливаад хандах гээд байдаг. Ийнхүү хандвал энэ нь сөрөг үр дагавар дагуулдаг. Хялбар хийчхээр ажил хүнд болж, хурдан, хялбар зохицуулж шийдчихээр асуудал их томорч, өөрт болон бусдад төвөгтэй болж хувирах, мөн бусдыг баярлуулахад илүү их баярлуулж болохоор байтал бага зэрэг баярлуулах, хүч нь сул болох, баярлуулах битгий хэл гомдоох гэх мэт сөрөг үр дагаврууд гардаг. Эдгээр нь билгийг дадуулж түүний мөн чанарыг эргэцүүлээгүйн гэм юм.
1.1.4. Билгийг дадуулах	
Арга билгийг ялган танин мэдэх	Билиг гэж аливаа зүйлийн мөн чанарыг ухаарсан ухааныг хэлнэ. Арга нь билгийг юуны төлөө хийхийг, ашиглахыг залж байдаг ухааныг хэлнэ. Арга нь билгийг хөтөлж, билиг нь аргадаа хөтлүүлж явдаг. Хүн хэдий чинээ хурц ухаантай, хэдий чинээ мэдлэгтэй байсан төдийгөөр хангалтгүй. Хүн аргын үүднээс мэдлэг ухаанаа ашиглахгүй бол арга дутсанаас хүн мэдлэг ухаанаа нүглийн үйлд, өөрт болон гэр бүл, бусдад хорлолтой үйлд ашигладаг. Тиймээс билиг нь мөн чанарыг мэдүүлж, арга нь түүнийг хөтөлж явдаг ухаан юм.
Билгийг дадуулах аргыг танин мэдэх	Өглөөнөөс эхлэн орой унтах хүртэл хүнд сайн муу олон зүйл тохиолдоно гэж үзвэл тэдгээрт бодит байдал талаас нь хандсан, бодит үнэнийг нь ухаарсан, мөн чанарыг нь мэдсэн ухааныг өөрт байна уу, үгүй юу гэж ажиглаж түүнийг бий болгохын төлөө хичээх, өдөрт хэд хэдэн удаа энэ тухай бодож, тухайн зүйлийн бодит байдал нь яг юу байв, мөн чанар нь юу байв гэж учрыг нь олохыг хичээх нь билгийг дадуулах юм.

Билгийг өдөр тутамд дадуулах	Өөрт тустай, үнэн үг хэлдэг бусад хүнээс лавлаж, учир шалтгааныг нь асууж, эргэцүүлэн бодож байх нь билгийг өдөр тутамд дадуулахын нэг хэлбэр болно. Хүнд хэцүү бэрхшээл тулгарахад тэдгээрийн мөн чанарыг бодит байдлаар нь бодож чадвал хүн тайвширдаг. Жишээ нь: Би хэн нэгэнд тусалсан ч тэр намайг муу үгээр хэлж, таагүй байдал үзүүлсэн тохиолдолд билгийг дадуулж байгаа хүн бол “Энэ хүн чинь сэтгэлээсээ хэлсэн үү, өөрийн эрхээр хэлсэн үү, буруу сэтгэлээ барьж дийлэхгүй хэлсэн үү, атаархаад хэлсэн үү эсвэл бусдын нөлөөнд автаад хэлэв үү, аль нь ч байлаа гэсэн энэ хүн өөрийн зүгээс өөрийгөө барьж дийлэхгүй байна. Бодит үнэн нь бол энэ хүн өөрийгөө барьж дийлэхгүй байгаа учраас ийм байдал надад үзүүлж байна. Иймээс хэлсэн үг нь намайг хатгаад авахгүй, тийм үйлдэл гаргалаа ч би түүнийг хүндээр хүлээж авахгүй, энэ хүн өөрийн эрх байхгүй ийм үйлдэл гаргалаа. Гэвч энэ хүн амгаланг хүсэж байгаа, зовлонг хүсэхгүй байгаа тиймээс энэ хүний асуудлыг би улам хурцатгаж болохгүй” гэж бодвол бодит байдлыг харж чадаж байгаа юм. Ингэж бодож чадсан хүн тухайн асуудалд тайван, хүлээцтэй хандаж чаддаг. Өдөр бүр асуудал тулгарахад ийнхүү бодож, хичээж чадвал өдөр тутамд билгийг дадуулах гэнэ.
Арга билгийг хослуулан дадуулах	Арга билиг байхгүй бол хүн зөв зүйлд чиглэдэггүй. Хэрэв билгийг дадуулаагүй бол хэчнээн сайн санаа, зөв сэтгэл байлаа ч сайн санаа төдий болоод л үлдэнэ. Арга байхгүй билиг байснаар бусдад хортой нүглийн үйл сэтгэж, олон хүнд хортой үйл хийдэг тул сайн үр дүн гарахгүй. Тийм учраас арга билиг хослон байж өөрт болон нийгэмд, бусдад тустай, энэ дэлхийд хэрэгтэй сайн үйлүүд хийж, эерэг үр дагаврудыг бий болгодог. Арга билгийг дадуулах нь сурагчдын бага, дунд ангид үзсэн болон ахлах ангид үзэх бүх хичээлийн үндэс суурь юм. Учир нь сурагч ёс суртахуунтай болъё гэвэл буруу бодол, дадал зуршлыг арилгаж зөв бодол, дадалтай болох хэрэгтэй. Үүний тулд буруу бодол, дадал зуршлыг арилгах арга болон зөв бодол, ёс суртахуунтай болох арга ухааныг мэдэх, түүнд хүрэх замыг мэдэх хэрэгтэй. Үүний тулд хүн билгийг дадуулах ёстой, билгийг дадуулснаар уг арга ухаанд суралцдаг юм. Хүн би муу үйлээс ангижиръя, сайхан амьдаръя, бэрхшээлээс гаръя, муу зүйлээс салъя гэж бодовч арга нь нэг л олдохгүй байдаг нь билиг дутаж байгаа явдал юм. Муу бүхнээс ангижирч, сайн эрдмийг өөртөө дадуулахад билгийг дадуулснаар л мэддэг учиртай. Арга гэдэг нь мэдсэн мэдлэгээ муу үйлээ арилгах, тухайлбал, зөв мэндэлдэг, савны гурван гэмийг гаргалгүйгээр буюу эрдэм ном үзэх суудалдаа зөв сууж, зөв анхаарч, зөв сэтгэлээр гэрийн даалгавраа хийж, өөрийн болгон эзэмшиж, бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ зөв сэтгэлээр залж, зөв зүгт нь хандуулж, хөтлөхийг хэлдэг. Тиймээс арга бол эрдэм мэдлэг бүрийг зөв тийш залдаг гол хүчин зүйл юм. Арга билигт суралцахын үндэс нь: Сайн сайхан амьдрах, зөв зүйлийг бий болгохын тулд тухайн аргыг мэдэх нь билигт суралцаж байгаа явдал бөгөөд аргаа зөв зүйлд хандуулж, чиглүүлж хүн өдөр тутамд, алхам тутамдаа зөв аргад суралцаж байгаа нь билгийг дадуулж, аргад суралцаж байгаа явдал юм.

2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдыг болон орчныг мэдэрье	
2.1.1. Бусдыг зөв ойлгох, бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулахын ач тусыг танин мэдэх	
Харилцан ойлголцсоноор бусдад туслахад болон тэднийг баярлуулахад хөнгөн хялбар болох	Бусдыг зөв ойлговол бусдад туслахад болон тэднийг баярлуулахад хялбар болно. Яагаад гэвэл бусад хүн жаргалтай байна уу, зовлонтой байна уу, юу хүсэж байна, юуг хүсэхгүй байна гэдгийг ажиглаж, эргэцүүлэн бодож улмаар бусдаас асууж хичээсний үр дүнд цаад хүнд хэрэгтэй зүйлийг нь өгч чадахаар бол өгдөг, хүсэхгүй байгаа зүйлээс нь холдуулах зэргээр түүний нөхцөл байдалд тохируулж чадвал бусдад өөрийн тусыг амар хялбар хүргэж чадна. Баярлуулъя гэвэл цаад хүн юунд баярлахыг зөв ойлгож мэдвэл баярлуулахад хялбар болно. Эс тэгвэлс хүнийг баярлуулах гэвэл гомдоох тохиолдол байдаг. Бусдыг зөв ойлгох аргыг нэг өдөр шууд сурахгүй ч сурагчид одооноос эхлэн өдөр тутамд дадуулж, хэвшүүлэх нь чухал.
Бусадтай ойлголцоход хөнгөн хялбар болж, бусдын тусыг төвөггүй авах	Өөрийгөө бусдад зөв ойлгуулах юм бол цаад хүнтэйгээ ойлголцоход хялбар болно. Өөрийн бодит байдлыг цаад хүн мэдэхгүй, би өөрөө тэр хүнийхээ бодит байдлыг бас мэдэхгүйгээс болж аливаа үл ойлголцол гардаг. Иймээс өөрийгөө зөв ойлгуулснаар цаад хүн таны бодит байдлыг сайтар таньж мэдэх ач тустай. Өөрийгөө зөв ойлгуулснаар бусад хүн өөрт тань ямар зүйл хэрэгтэй байна, ямар зүйл хэрэггүй байна, ямар тусламж хэрэгтэй байна гэдгийг зөв ойлгоно. Ингэснээр бусад хүний тусыг өөртөө төвөггүй авч чадна. Цаад хүнтэйгээ амархан ойлголцож чаддаг болбол бусдын тусыг төвөггүй авч чадах үндэс суурь бий болно.
2.1.2. Бусдыг зөв ойлгох	
Бусад хүн үг, үйлдлээрээ илэрхийлсэн, илэрхийлээгүй ч тэдний санаа бодол, хүсэл зорилгыг ойлгож, таамаглан мэдэх, мэдрэхийг хичээх	Бусад хүнийг зөв ойлгох олон арга байдаг. Тэдгээрийн нэг бол хүн өөрт нь хандаж үг, үйлдэл илэрхийлбэл тухайн хүнийг хэлсэн үг, хийсэн үйлдэлтэй нь холбон бодож, ажиглахыг хичээх хэрэгтэй. Энэхүү аргыг нэг өдөр шууд амар хялбар сурахгүй ч өдөр бүр өөрөө хичээгээд ажиглаад байвал “Ингэсэн хүн нэг иймэрхүү байдаг даа” гэсэн ерөнхий ойлголттой болно. Тухайлбал, зарим хүн гомдлын үг хэлбэл энэ хүн юунд гомдсон юм бол, би юу хийх хэрэгтэй вэ гэж, нэг хүн хэтэрхий аархсан, онгирсон үг, үйлдэл үзүүлж байвал эдгээр үйлдэл энэ хүний бодит ааш араншин мөн үү, эсвэл сэтгэл нь өөр хэр нь үйлдлээрээ ингэж үзүүлж байна уу гэж тухайн үйлдлийг тэр хүн хүсэл бодол, зорилготойгоор үзүүлж байгаа эсэхийг эргэцүүлж боддог. Ингэж бодсоны үр дүнд хүн ямар нэгэн үг, үйлдэл илэрхийлэхэд эдгээрийг уг хүний санаа бодол, хүсэл зорилгоос гарч байна уу эсвэл өөр бодол санаатай хэр нь үйлдэл нь ийм өөр болж байна уу гэдгийг ялган салгаж, ойлгож мэдвэл тухайн хүний нөхцөл байдлын талаар өөрт баримжаа бий болно. Ингэснээр бусдыг зөв ойлгоход ахиц гарна. Бусад хүн үг, үйлдлээрээ илэрхийлээгүй байлаа ч “Энэ хүн юу бодож байна, юу хүсэж байх шиг байна, энэ хүнд тусалъя гэвэл яах ёстой вэ, энэ хүнээс өөрийгөө хамгаалъя гэвэл юу хийх ёстой вэ” гэж эргэцүүлж бодох, тухайн хүнээс асуулт асуух, тухайн хүнээс янз бүрийн үйлдэл илрэх эсэхийг ажиглах, мөн тухайн хүн үг, үйлдэл илэрхийлэхгүй байгаа ч хожим нь илэрхийлбэл би яах ёстой вэ гэж ажиглан мэдрэхийг хичээх юм.
Бусдын харц, царай, үг, үйлдлийг ажиглах, ярилцах	Бусадтай ярилцах үедээ харц нь ямар байгааг ажиглана. Харцыг нь хараад шууд мэдэхэд хэцүү ч “Энэ хүн ингэж хараад ингэж ярьж байна, тиймээс энэ хүн чин сэтгэлээсээ ярьж байна уу, эсвэл өөр зүйл бодож байгаа ч ярихдаа өөр үгээр хэлж байна уу” гэдгийг ажиглана. Ийнхүү тогтмол ажиглан бусадтай ярилцах байвал тодорхой хугацааны дараа өөрт сургамжтай туршлага хуримтлагдаж, хожим нь бусадтай ярилцахад амар хялбар болно. Ихэнх хүний сэтгэлдээ бодож буй бодол нүүр царайд нь тодорхой хэмжээгээр илэрдэг. Сэтгэлд нь юу бодогдоно тэр нь үг, үйлдлээрээ харьцангуй илэрдэг. Тиймээс энэ хүн баярлаж байна уу, гомдож байна уу, сэтгэлээсээ хийж байна уу, үнэн байна уу, худал байна уу гэдгийг мэдэж болох арга бол нүүр царайг нь ажиглаж харах байдаг. Үг, үйлдэл нь бодсон бодлоор нь хөтлөгдөж ингэж байна уу, эсвэл өөр бодлын улмаас ийнхүү илэрхийлж байна уу гэдгийг бусад хүний үг, үйлдлийг ажиглаж байвал амар хялбар таньж мэдэж болдог.

Бусдаас асууж, лавлаж мэдэх	Цаад хүнийг ойлгох аргын нэг нь та яаж байна гэж асууж тухайн хүний үг, үйлдэл, сэтгэл ямар нөхцөл байдалтай байгааг мэдэх юм. Хүнийг ойлгохын тулд бусдаас энэ хүн ер нь яаж байна, сэтгэл нь ямархуу байна гэж асууж лавлаж мэдэж бас болно. Гэхдээ бусад хүн өөрөөс тань гуравдагч хүнийг асуух үед асууж буй хүнд хов зөөх үйлээр хандахгүй байх нь чухал.
2.1.3. Бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулах	
Санаагаа бусдад цаг үе, нөхцөл байдалд тохируулан аргыг нь олж тайлбарлах	Цаг үе, нөхцөл байдал болоогүй үед “Би ингэх гэж байгаа, би ийм хүн байгаа юм” гэж эсвэл өөрийгөө магтах зэрэг нь цаад хүнд таагүй сэтгэл төрүүлэх тул цаг үеийг нь тохируулж харилцах нь чухал. Энэ нь бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулах нэгэн арга мөн. Нөхцөл байдалд тохируулах гэдэг нь товч ярих уу, дэлгэрэнгүй ярих уу гэх мэтээр бусдад өөрийгөө тайлбарлаж, ойлгуулах хэрэгтэй. Хүмүүс бодол санаагаа, хүсэл эрмэлзлээ тэр бүр ил тодорхой, ойлгомжтой үгээр илэрхийлдэггүй боловч хүмүүс хэл ярианы тусламжгүйгээр бусдыг мэдэрч ойлгох чадвартай. Энэхүү чадвараа хөгжүүлэхэд бусдын үг, үйлдлийг анхааралтай ажиглаж, тэднийг аль болох ойлгохыг хичээх хэрэгтэй.
Үг, үйлдлээрээ өөрийгөө зөв ойлгуулах	Эцэг эх, багш нараа баярлуулъя гэж байгаагаа өөрийн биеэр үзүүлэх хэрэгтэй. Энэ нь олон хэлбэртэй байж болно. Өөрийгөө тайлбарлаж ярихгүй ч үйлдлээрээ баярлуулах үйлдэл хийх, үг хэлээрээ чин сэтгэлээсээ “Надад аав ээж, багш минь их ачтай, би ачийг нь хариулна” гэж бусдад ярих нь бие, хэлний үйлдлээрээ үзүүлж байгаа хэлбэр юм. Энэ нь бусдад өөрийгөө зөв ойлгуулах нэг арга юм.
Бусад хүнээр дамжуулан өөрийгөө ойлгуулах	Хүнд өөрийгөө зөв ойлгуулж чадахгүй тохиолдолд зөв ойлгуулах нэгэн арга бол гуравдагч хүнээр цаад хүнд дамжуулан “Би ийм санаатай байгаа юм” гэж ойлгуулах хэрэгтэй. Гэвч гуравдагч хүн найдвартай, үнэн үг ярьдаг, нэмж хачирлаж ярьдаггүй хүн байх шаардлагатай болно.
2.2. Гэр бүлийн харилцаа	
2.2.1. Гэр бүлийн харилцааны үнэ цэнг танин мэдэх	
Эхнэр нөхөр хоорондын харилцааг танин мэдэх	Нэг нэгнийгээ харилцан хүндэтгэж, үр хүүхдүүдийнхээ дэргэд уурлаж, маргаж, эвгүй үг хэлэхгүй байх, буруу үлгэр болох үйлдлийг үзүүлэхгүй байх нь бие биеэ хүндэтгэх, үр хүүхдээ дээдлэх эхнэр нөхөр хоорондын харилцаа юм. Эхнэр нөхөр хоорондын харилцаа нь аль болох гэр бүлдээ халуун дулаан уур амьсгал бий болгохыг хичээж, аль болохоор нэг нэгэндээ гомдож, тунихгүй байхад тулгуурлана. Хэрэв гомдсон тохиолдол гарвал гомдлыг газар авхуулалгүй цаг тухайд нь нэн даруй харилцан ярилцаж, сэтгэлдээ тээж буй буруу бодлоо арилгах нь эхнэр нөхөр хоорондын харилцаанд чухал байр суурь эзэлнэ.
Эцэг эх, үр хүүхэдтэйгээ харилцах	Эцэг эх нь үр хүүхдийнхээ амьдралд тустай үг хэлэх, амьдралд нь тустай үйлдэл үзүүлэхийг хичээх хэрэгтэй. Эцэг эх нь сэтгэлдээ “Миний үр хүүхэд ирээдүйд сайн хүн болоосой, сайн хүн болохын тулд одоо юу хэрэгтэй байна вэ” гэж ажиглаж, хүүхдийнхээ төлөө санаа тавьдаг байх хэрэгтэй. Ингэж үр хүүхдийнхээ хүсэл мөрөөдөл нь зөв байна уу, түүндээ хүрэх зөв аргаа олсон уу, зөв хүнтэй нөхөрлөж байна уу гэдгийг анзаарч ажиглаж байх хэрэгтэй. Монголчууд дээр үеэс “Хайр нь дотроо, хал нь гаднаа” гэсэн ардын үгээр үр хүүхдээ хүмүүжүүлж ирсэн. Үргэлж нялуурч, хүүхдээ хэлсэн үгээр нь байлгаад байвал эдгээр нь хайр биш юм. Зарим үед “Болохгүй боль, наадах чинь буруу” гэж үйлдлийг нь хорьж, тухайн үйлдлийг таслан зогсоож байгаа нь тухайн үед хүүхэд дургүйлхэх боловч тодорхой хугацааны дараа тэрхүү болиулсан үйлдэл нь хүүхдэд нь ач тустай болдог. Хожим хүүхэд нь “Аав ээж минь үүнийг битгий хий, боль гэсэн юм, энэ нь надад үнэхээр ач тустай байжээ” гэж мэдэрч, эцэг эхээрээ бахархах сэтгэл төрүүлдэг. Тиймээс үр хүүхдээ дотроо үргэлж хайрлаж байх ёстой, огт үзэн ядаж болохгүй. Харин үргэлж нялуурч, за за гэх биш, хааяа ширүүн үг хэлж, үйлдлийг нь боль гэж зогсоох нь гаднаа хал мэт боловч тодорхой хугацааны дараа энэрэл хайр болж ирдэг. Үргэлж нялуурч, за за тэг гэж хүүхдээ аясаар нь байлгавал тухайн үедээ хүүхэд эрхэлж, сайн сайхан өсөж байгаа мэт боловч, тодорхой хугацааны дараа хүүхэд “Тэр үед намайг боль гэзд болиулахгүй яав даа, эцэг эх маань болиулаагүйгээс би өнөөдөр ингэж алдаж явна, тэр үед намайг зэмлэдэг байхгүй яав даа, намайг дураар нь байлгасан болохоор би амьдралд ингэж алдаж явна даа” гэх бөгөөд ийнхүү өсгөсөн нь энэрэл хайр биш гомдол харуусал болж ирдэг.

Гэр бүлийн гишүүд, садан төрлүүд хоорондоо харилцах	Үр хүүхэд нь аав ээжтэйгээ, ах эгч нь дүү нартайгаа, дүү нар нь ах эгчтэйгээ хэрхэн харилцах харилцаа юм. Үр хүүхэд нь аав ээжтэйгээ харилцах: Үр хүүхэд нь эцэг эхийнхээ ачийг санаж, ачийг нь санасан, дээдэлсэн сэтгэлийн үүднээс үг хэлдэг, үйлдэл үзүүлдэг байвал үр хүүхэд өөрөө сайн хүн болж хүмүүжнэ. Түүнчлэн эцэг эхээс үр хүүхдийнхээ төлөө, амьдралын төлөө хийж бүтээсэн нь үр хүүхдэд нь ач тусаа өгч, үр хүүхэд нь түүнийг эдэлж хэрэглэж чадна. Үр хүүхэд нь өөрсдийгөө тэргүүнд тавьж, уурлаж, уцаарлаж, эцэг эхээ муу үгээр хэлж байвал тэр нь өөрт муу, эцэг эхэд нь ч сөрөг үр дагавартай бөгөөд хожим хойно өөрийнх нь үр хүүхэд өөрийг нь хүндлэхгүй. Өөрт муу гэдэг нь: Өөрийн дурааараа байж, аливааг эргэцүүлж бодохгүй, сэтгэлдээ өөрийгөө хойш тавьж бусдыг тэргүүнд тавьж дадуулахгүй байвал хожим нь гэр бүл болоход ханьтайгаа ч ойлголцоход хэцүү болдог.
	Эцэг эхийн зүгээс үр хүүхдээ чин сэтгэлээсээ ойлгож, сэтгэлдээ энэрэн, үйлдлээрээ ухаалаг буюу зарим үед зөөлөн, зарим үед үйлдлийг нь хорьсон, таслан зогсоосон үйлдлийг хийж байх хэрэгтэй. Үйлдэл үзүүлэх бүрдээ үр хүүхдэдээ учирлаж, тайлбарлана. Нэг удаа ширүүн үйлдэл гаргалаа гэхэд дараа нь “Ийм учраас би чамд ширүүн үйлдэл үзүүлсэн, ингэхгүй бол ийм ийм муу зүйл болно, ийм ийм зүйл нь болохгүй байсан” гэж тайлбарлаж байх хэрэгтэй. Яагаад хатуурхсан гэдгээ эхлээд эсвэл дараа нь заавал тайлбарладаг байх хэрэгтэй. Ийм учраас би ингэж харилцсан гэдгээ тайлбарлахгүй бол үр хүүхэд нь түүнийг үзэн ядалтаар хүлээж авбал хэн хэнд нь ач тусгүй болно. “Хүн ахтай, дээл захтай” гэдэг. Ахмад хүнийг хүндэлж байж дараа нь өөрөө хүндлэл хүлээдэг монгол ёсноос суралцаж, ах эгч нараа, ахмад хүнийг хүндэлж сурах хэрэгтэй. Хооллох үед ч тэдний дараа нь аягатай хоолоо авдаг, суусан ч дээд талдаа суулгаж, өөрөө дараа нь суудаг гэх мэтээр залуу хүмүүс ахмад хүнээ хүндэлдэг, ах эгч нараа хүндэлдэг байх хэрэгтэй. Ах эгч нар нь дүү нараа хүндэлж, хайрлаж, дүү нар минь сайн сайхан байгаасай, яавал би дүү нартаа тус болох вэ, гэр орныхоо ажлыг хийж тус больё, дүү нартаа зөв үлгэр үзүүлэхийн тулд хичээл номдоо шамдъя, сайн хүн болж хүмүүжье гэж бодох хэрэгтэй. Садан төрлүүдийн хоорондын харилцаа: Ах дүү хүмүүс хоорондоо хов үг ярихгүй, аль болох өөр хоорондоо бие биенийгээ муушааж ярихгүй, аль болохоор хоорондоо нэг нэгэнтэйгээ ойр дотно байх яриа ярьдаг байх хэрэгтэй. Тэр хамаатан надад тусалдаггүй гэж ярьдаг ч цаагуурааа тэр хүний тус агуу их байдгийг ярьж буй хүн тухайн үедээ ойлгодоггүй. Тийм учраас садан төрлийнхөө хүний ач тусыг санан би өөрөө амгаланг хүсэж байгаа, зовлонг хүсэхгүй байгаа учраас ах дүү нар минь надтай ялгаагүй адил хүсэлтэй байгаа гэж бодон хүндэтгэж, өөр хоорондоо эв найртай харилцааг үүсгэх нь хамгийн чухал.
2.2.2. Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэсний ач тус, эс эрхэмлэсний гэмийг танин мэдэх	
Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэснээр эхнэр нөхөр өөр хоорондоо ойлголцоход хөнгөн хялбар болохыг ухаарах	Эхнэр нөхөр хоорондоо, тэд үр хүүхэдтэйгээ, гэр бүлийн гишүүд харилцан хоорондоо эв эеийг, гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэж байх юм бол өөр хоорондоо ойлголцоход хөнгөн хялбар болно. Хоорондоо амархан ойлголцоно гэдэг бол цаашид эв эетэй, аз жаргалтай байхын үндэс болно. Харин нэг нь нэгнийгээ хүндэтгэхгүй өөрийгөө тэргүүнд тавьж, миний зөв, чиний буруу гэж нэг нэгнийгээ давах гэж зүтгэх нь үл ойлголцол, таагүй байдлыг бий болгоно.
Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэснээр үр хүүхэд нь хүмүүжихийг ухаарах	Эхнэр нөхөр өөр хоорондоо зөв харилцвал энэ нь үр хүүхэд нь сайн хүн болох арга хэлбэр болох төдийгүй биеэрээ үлгэрлэж буй харилцаа болно. Түүнээс гадна ах эгч нараа дүү нар нь хүндэлсэн харилцааг бий болговол дүү нар нь хүмүүжнэ. Ах эгч нар нь эцэг эхээ хүндэлж, дээдэлж, тэднийг хүндэтгэсэн харилцааг бий болговол өөрсдөө хүмүүжнэ. Ах эгч нар нь дүү нараа хайрлаж, санаа тавьж хүндэтгэвэл дүү нар нь бусдыгаа хайрлаж, анхаарал тавих хэрэгтэй юм байна гэж ойлгон хүмүүжнэ.

Эс эрхэмлэснээр гэр бүлд хэрүүл тэмцэл их болохыг ухаарах	Гэр бүлд хэрүүл тэмцэл их болох гэдэг нь гэр бүлийн харилцааг эс эрхэмлэсний гэм юм. Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлэхгүй бол хоорондоо үл ойлголцол бий болж, түүнээс хэрүүл тэмцэл бий болно. Эцэг эх хоорондоо муудалцах, үр хүүхэд нь зөрчилдөх, тэмцэлдэх, эцэг эх нь үр хүүхэдтэйгээ маргалдах зэрэг нь гэр бүлийн харилцааг эрхэмлээгүйн хор уршиг мөн.
Буруу үйлдэл хийхийн үүд нээгдэх гэмтэйг ухаарах	Гэр бүлийн харилцааг эрхэмлээгүйгээс үр хүүхэд нь гэр орондоо тогтохгүй байх улмаар амьдралдаа алдах, гэртээ ирэх хүсэлгүй болох гэм гардаг. Эцэг эх нь эв түнжин хагарч хоорондын харилцаагаа эрхэмлээгүйн улмаас гэр орондоо ирэхгүй байх, гэртээ гэр бүлийнхний сэтгэл тавгүйтэх гэмтэй юм. Энэ бүхнээс гэр бүлийн гишүүнд буруу үйлдэл хийх үүд нээгддэг хор уршигтай.
2.2.3. Гэр бүлийн эерэг уур амьсгал, эелдэг найрсаг харилцааг бүрдүүлэх	
Гэр бүлийн гишүүд өөр хоорондоо ойлголцохыг хичээх	Гэр бүлийн эерэг уур амьсгал, эелдэг найрсаг харилцааг бий болгохын тулд хоорондоо ойлголцдог байх хэрэгтэй. Ойлголцдог байх нь санаагаар биш, амаргүй байх тул ойлголцдог болохыг хичээх хэрэгтэй. Ойлголцдог байхыг хичээх гэдэг нь аливаа асуудал тулгарахад “Үүнд би ямар буруутай байна” гэж гэр бүлийн гишүүн бүр бусдын бурууг бус өөр өөрсдийнхөө бурууг хайж, харин бусдын эрдэм, ач тусыг бодож байх нь ойлголцохыг хичээж байгаа арга юм. Ойлголцлыг л эрхэм чухал болгоно шүү гэж гэр бүлийн гишүүн бүр бодож, хичээх хэрэгтэй.
Өөр хоорондоо ярилцдаг байх	Өөр хоорондоо ярилцах нь ойлголцоход хамгийн үр дүнтэй арга байдаг. Ийн ярилцахдаа өнгөрснийг байнга сөхөөд яриад байвал ойлголцохгүй, харин үл ойлголцол улам бүр нэмэгддэг тул ирээдүйд хэрхэх тухайгаа ярилцах нь үр дүнтэй байдаг. Тодорхой хэмжээнд харилцан бие биедээ буулт хийхгүй бол ярилцлага үр дүнгүй болдог. Тиймээс харилцан буулт хийж, нэн тэргүүнд өөрийн гэмийг олж хараад ярилцвал үр дүнтэй болно.
Гэр бүлийнхнийгээ хүндэлдэг байх	Гэр бүлийнхээ өөрөөсөө бусад хүний ачийг нь санаж, хүндэлдэг байвал гэр бүлийнхэн өөр хоорондоо ярилцаж улмаар харилцан ойлголцоход хялбар болж, тэгснээрээ гэр бүлд эерэг уур амьсгал, эелдэг найрсаг харилцааг бий болгож чадна. Тиймээс нэгнийгээ хүндэлсэн сэтгэлээр харилцаж, хандах хэрэгтэй. Жишээ нь: Аягатай хоол авч өгсөн ч, аяга тавгаа угаасан ч тэдгээрийг хүндэлсэн сэтгэлээр тухайн ажлыг хийвэл гэр бүлийн найрсаг харилцааг бий болгох нэг арга юм.
Гэр бүлийнхнийхээ ач тусыг санадаг байх	Гэр бүлийнхнээ хүндэлдэг байхын тулд тэдний гэмийг биш, өөрт үзүүлсэн ачийг нь санадаг байх хэрэгтэй. Тэгж чадвал гэр бүлийнхэн өөрийг тань хүндэлнэ.
Маргаан, зөрчил гарахад бусдыгаа уучилдаг байх	Маргаан зөрчил гарвал “Би ийм буруутай” гэж өөрийн бурууг хайхаас гадна тухайн хүн буруутай байсан ч ачийг нь санан уучилдаг байх хэрэгтэй. “Энэ хүн өөрөө аз жаргал, амар амгаланг хүсэж байгаа тул би уучлах хэрэгтэй, энэ хүн буруу сэтгэлд автаад өөрийн эрхгүй байгаа учир маргаан зөрчил гаргаад байна, тиймээс би уучлах хэрэгтэй” гэж бодох нь уучлах үндэс болно.
Өөрөө эхэлж уучлал хүсдэг байх	Өөрийн гэмийг бодох гэдэг нь хоёр хүн муудалцахад хоёулаа л буруутай гэдэг зарчмаар “Үүнд би ийм буруутай шүү” гэж бага ч байсан алдаа дутагдлаа таньж мэдээд, чин сэтгэлээсээ уучлал хүсвэл цаад хүн өөрийг тань уучлах үндэслэл болно. Түүнчлэн цаад хүн өөрийг тань уучилснаар түүний сэтгэл нь цайрч, эерэг уур амьсгал бий болно.
Уурлаж, уцаарласан нэгэнд нөхцөл байдлыг хүндрүүлэлгүй, тайван хүлээцтэй хандаж, тайвширсны эцэст ярилцаж, ойлголцдог байх	Нэг нь уурлаж уцаарлан буруу сэтгэлд автчихсан байгаа үед өөдөөс нь улам сөрж маргаад байвал нөхцөлийг улам хүндрүүлж байгаа юм. Харин уурлалгүйгээр тайван байж, сэтгэлийг нь тайтгаруулах хэрэгтэй. Тайтгаруулна гэдэг нь “Өөрийн чинь хэлээд байгааг хүлээн зөвшөөрлөө гэсэн үг биш, одоо түр тайвшир, хэдүүлээ эргээд нэг ярилцъя, өөрийн чинь санааг ойлголоо, бас аргагүй юм байна” гэх мэт байр сууринаас тайван, хүлээцтэй хандана. Тайвширсны дараа ярилцаж, ойлголцдог байх хэрэгтэй. Тайвшраагүй тохиолдолд ярилцахад үр дүн гарахгүй.

АРВАННЭГДҮГЭЭР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Зөв сэтгэлийг дадуулъя	
1.1.1. Зөв сэтгэлийн ач тусыг танин мэдэх	
Зөв сэтгэлтэй болсноор өөрийн сэтгэл амар амгалан болохыг ухаарах	Сэтгэлийн шаналал нь буруу бодлоос бий болдог. Сэтгэлийн амар амгалан зөв бодлоос бий болдог учир өөртөө зөв бодлыг хэдий чинээ бодно, тэр хэрээр сэтгэл амар амгалан болдог.
Зөв сэтгэлтэй болсноор бусдад амар амгаланг мэдрүүлдгийг ухаарах	Өөрөө сэтгэл амар амгалан байхын хэрээр бусадтай амар амгалан байгаа сэтгэлийнхээ үүднээс эелдэг, зөөлөн харилцах боломж бүрддэг. Ийнхүү бусадтай эелдэг зөөлөн харилцаж, бусдад амар амгаланг мэдрүүлдэг.
Зөв сэтгэлтэй болсноор амьдрал тэгшрэхийг ухаарах	Хүн амьдралдаа зөв сэтгэлийг дадуулснаар сэтгэл дундуур байгаа болон хүсэвч хүслээр болдоггүй олон зүйлд хүн өөрөө сэтгэлээ зохицуулж чаддаг. Бүтэхгүй байгаа зүйлийг бүтсэнгүй дээ гэсэн сэтгэлийн шаналлыг намжааж, аливаа саад тотгор, бэрхшээл тулгарахад болсонгүй гэж шаналж байгаа сэтгэлээ дээш өргөж, тэнцвэртэй байдалд авч явж чадна. Ингэж зөв сэтгэлийг дадуулж, аливаад сэтгэлийн тэнцвэртэй байдлаар хандаж байвал алсдаа амьдрал тэгширнэ. Түүнээс биш санасан хэрэг бүр бүтээд, амьдралд саад бэрхшээлгүй байхыг амьдрал тэгшрэх гэдэггүй.
1.1.2. Зөв сэтгэлийг дадуулах	
Сэтгэлийг ажиглах	Зөв сэтгэлийг дадуулж, буруу сэтгэлийг хорихын тулд сэтгэлээ ажиглах хэрэгтэй. Сэтгэлээ ажиглахын тулд өглөө сэрэнгүүт өнөөдөр зөв үйлдэл хийнэ шүү гэж сайтар бодоод цайгаа ууна. Гэр орноо цэвэрлээд хичээлдээ явахын өмнө надад ямар сэтгэл төрж байна гэж үе үе өөрийгөө хянаж, буруу сэтгэл төрүүлэхгүй юм шүү гэж сэрэмжлэхийг сэтгэлийг ажиглах гэдэг. Сэтгэлээ ажиглахгүй бол ямар сэтгэлд автаж байгаагаа өөрөө мэдэхгүй учраас нэг мэдэхэд л буруу сэтгэл төрүүлчихсэн, муу үг хэлсэн, буруу үйлдэл хийсэн байдаг тул сэтгэлээ ямагт ажиглаж байх хэрэгтэй.
Хичээл зүтгэл гарган зөв сэтгэлийг төрүүлэх	Бидэнд зөв сэтгэлийн дадал маш бага байдаг. Зөв бодол бодъё, зөв сэтгэл төрүүлье гэхэд биднээс маш их хичээл зүтгэл шаарддаг. Харин буруу сэтгэлийг урд өмнөөс машид их төрүүлж, хүнээр заалгалтгүйгээр өөрөө аяндаа төрдөг хэмжээнд хүргэж дадуулсан байдаг. Иймээс сэтгэлийг зөнд нь орхивол хүнд ихэнхдээ буруу сэтгэл төрж улмаар түүнийг эзэмдэж авдаг. Тийм учраас зөв сэтгэлийг дадуулъя гэж байгаа бол дадал, хүч сул байгаа зөв сэтгэлийг өөртөө хүчээр, хичээл зүтгэл гарган төрүүлэх хэрэгтэй. Жишээ нь: Хичээлээ сайн хийхгүй залхуураад байвал би хичээлээ заавал хийнэ гэсэн бодлыг өөртөө хүчээр төрүүлэхийг хэлнэ. Бидэнд буруу сэтгэлийн дадал, хүч их байгаа тул зөв сэтгэлийн дадлыг хүчээр хичээл зүтгэл гаргаж, төрүүлэхгүй бол өөрөө аяндаа төрдөггүй.
Төрүүлсэн зөв сэтгэлийг тогтоон барихыг хичээх	Зөв сэтгэлийг төрүүлсэн ч орхичихвол эргээд буруу сэтгэл эзэмдэж, зөв сэтгэл байхгүй болдог. Иймээс анх төрсөн зөв сэтгэл сарнин байхгүй болдог учраас анх хичээл зүтгэл гаргаж төрүүлсэн түүнийгээ үргэлжлүүлэн, хүчийг нь сулруулахгүй төрүүлж хадгалж байхын тулд сэтгэлээ ажиглана. Хэрэв төрүүлсэн зөв сэтгэлээ алдсан байвал түүнийг дахин өөртөө төрүүлж, өөр зүйлд сарних гэж буй зөв сэтгэлээ дахин байранд нь тавьж түүнийгээ сулруулахгүй үргэлжлүүлэн төрүүлж байх юм.

Бясалгалын үүднээс зөв сэтгэлийг дадуулах	Зөв сэтгэлийг өөртөө төрүүлэх, буруу сэтгэлийг хорихын аль алинд нь бясалгалын үүднээс дадуулах нь хамгийн чухал арга юм. Буруу сэтгэлийг дарахын тулд зөв сэтгэлийг хүчтэй болгох хэрэгтэй. Хүн өөрөө аз жаргалтай байхын тулд зөв сэтгэлийг дадуулах хэрэгтэй. Зөв сэтгэлийг дадуулахын тулд надад дутагдаад байгаа тэр зөв сэтгэлийг өөртөө эхлээд хүчээр төрүүлж, хүчээр төрүүлсэн сэтгэлээ алдахгүй бага багаар төвлөрч улмаар хэдэн хором барина. Ийнхүү барьж байхдаа зөв сэтгэлийг би яагаад бодох хэрэгтэй байгаагийн учир шалтгааныг эргэцүүлэн бодож, нээрээ тийм байна шүү гэж бодогдоод ирэх үед нь ахиад бага зэрэг төвлөрч, бясалгаад байх юм бол зөв сэтгэл улам хүчтэй болж, сэтгэлд чадал суудаг. Сэтгэлийг зөв зүйл дээр төвлөрүүлж барихад “гартаа хурц мэс бариад юмыг таслахтай адил” тэрхүү сэтгэл улам хүчтэй болдог. Төвлөрч байгаад “Яагаад тийм байгаа юм, яагаад тэгэх ёстой байгаа юм” гэж эргэцүүлэн бодоод байх тусам “гарт барьсан илдийг хурцалж байгаатай адил” тухайн сэтгэлийг их хүч оруулдаг. Хүнд гомдоод, уурлаад байвал, мөн уурлуулсан шалтгаан, гомдоосон шалтгаан болон тухайн үйл явдлыг дахин давтан бодоод байвал буруу сэтгэл улам бүр хүч орж, өөрт улам дадал хэвшил болж байдаг. Үүний улмаас өөрт буруу сэтгэл их төрж, буруу шийдвэр гаргаж, олон алдаа гаргадаг. Ийм учраас буруу сэтгэлийг дахин давтан бодохгүй байх, харин зөв сэтгэлээ дахин давтан бодох хэрэгтэй. Зөв сэтгэлийг зүгээр нэг бодоод орхиод байвал хүч ордоггүй учраас бясалгалын үүднээс дадуулбал улам хүчтэй болдог.
1.2. Буруу сэтгэлийг тэвчье	
1.2.1. Буруу сэтгэлийн хор уршгийг танин мэдэх	
Буруу сэтгэлийн мөн чанарыг танин мэдэх	Тухайн хүнд төрснөөр зовлонг бий болгож, аливааг зөвөөр бодох сэтгэлийн мөн чанарыг алдагдуулдаг сэтгэлийг буруу сэтгэл гэнэ. Уур уцаар хүнд төрөх даруйд зовлон таагүй байдлыг бий болгодог. Харин омог, шунаг сэтгэл хэтэрвэл аливааг зөвөөр бодох мөн чанарыг алдагдуулж, тухайн үедээ тааламжтай санагдаж байвч, эргээд тэр нь сэтгэлийн хүчтэй зовлон амсах эх үүсвэрийг тавьж, сэтгэл зөв болох мөн чанарыг алдагдуулж байдаг. Шуналын сэтгэл төрөх даруйд уур шиг сэтгэлийг тавгүй болгохгүй ч тэр хүний билиг оюуны нүдийг сохолж, юмсыг хэтрүүлж харах, өнгөцхөн харах тал руу чиглүүлж, билиг оюуныг буруу тийш хандуулж, өөрт буруу хандлагыг бий болгодог. Буруу сэтгэлийн хор уршиг нь анх төрөх даруйд сэтгэлийг шаналгаж, зовоож, сэтгэлийн юмсын бодит үнэнийг харах чадварыг алдагдуулж, сэтгэлийг тэнцвэргүй байдалд оруулдаг. Үүнээс үүдэн хүн буруу шийдвэр гаргах, өөрөө улам зовох, бэрхшээл тулгарах, тулгарсан бэрхшээлээс гарах гарцаа олохгүй байх, өөртөө гутрах, өнгөрсөн үеийн болон өнөө үеийн нөхцөл байдалдаа сэтгэл хангалуун биш байх олон хор уршиг гардаг. Мөн бусдыг тавгүйтүүлж, бусдыг зовлонтой хүнд, хэцүү нөхцөл байдалд оруулах, өөрөө бусдад үнэ хүндээ алдах, найз нөхөдгүй болох, буруу сэтгэлтэнтэй нөхөрлөх гэх мэт олон бэрхшээл, зовлон бий болдог. Буруу сэтгэл бол өөрт тань өнгөрсөнд тохиолдсон болон өнөө үед тохиолдож байгаа, ирээдүйд тохиолдож болох муу зүйл бүрийн учир шалтгаан, үндэс болж байдаг хор уршигтай. Тиймээс өөрт чинь таагүй л зүйл болсон бол буруу сэтгэлийн хор уршиг мөн гэдгийг ухаарах ёстой. Буруу сэтгэлийг хорьсноор тэр даруйд сэтгэлд амар амгалан аз жаргал бий болж, ингэснээр ирээдүйд өөрөө аз жаргалтай, амар амгалантай байх сайн үйл буюу буяны үйлийг хураана. Өөрөө түүнийг хураагаад зогсохгүй ойр орчинд байгаа хүмүүст эерэг таатай мэдрэмжийг мэдрүүлнэ. Цаашлаад түүнийг хорьсноор, мөн буруу сэтгэлийг хорьё гэдэг зөв бодол төрүүлбэл ярьж буй яриа зөв болж, биеийн үйлдэл зөв болж, ингэснээр бусдыг баярлуулсан, бусдад тус болсон, өөрт болон бусдад амар амгаланг бий болгосон үйлдэл хийж чаддаг болно. Буруу сэтгэлийг хорьсноор бидний хүсч байдаг зүйлүүд өөрт бүгд ирэх ач тустай юм. Хүний аз жаргал амгалан дотроос түүнийг бүтээхэд хүнээс өөрөөс нь 100 хувь голлон хамаардаг, хамгийн хүчтэй амар амгалан бол дотоод сэтгэлийн амар амгалан юм. Үүнийг бий болгодог зүйл нь юу вэ гэхээр буруу сэтгэлийг хорих юм.

Буруу сэтгэлийг ялган мэдэх	Бие, сэтгэлийн зовлонг үүсгэдэг буруу сэтгэлийг үндсэн, түүнийг дагалддаг буруу сэтгэл гэж хоёр ангилдаг. Үндсэн нь зургаа, түүнийг дагалддаг буруу сэтгэл 20 бий.
Сэтгэл шаналах гэмтэйг ухаарах	Буруу сэтгэл төрж өөрийг тань эзэмдэх л юм бол тэр даруй сэтгэл шаналж байдаг. Хэрвээ сэтгэл шаналж л байвал буруу сэтгэл эзэмдсэн гэж үзнэ. Яагаад гэвэл сэтгэлийн шаналал гэдэг бол гадна талаас, хэн нэгнээс биш буруу бодол сэтгэлд төрж, тэр нь өөрийг нь эзэмдэхийн хэрээр сэтгэлийн шаналал бий болж, өөрт мэдрэгддэг. Тийм учраас буруу сэтгэл өөрт төрж, эзэмдсэнээр сэтгэлийн шаналал бий болж, бухимдуулдаг. Хүн буруу сэтгэлийг урд өмнө их дадуулсан байдаг учир ихэнхдээ буруу сэтгэлд автсан байдаг. Тэрхүү буруу сэтгэлийн үүднээс аливаад хандаж улмаар өөрт зовлон, таагүй байдал бий болдог. Буруу сэтгэлийн хор уршигт зовлон, хэрүүл тэмцэл, сэтгэлийн шаналал багтана. Буруу сэтгэлд автах даруйд тэр хүн сэтгэлийн амар амгалангаа алдаж, сэтгэлийн шаналал зовлонд унана. Өөрөө буруу сэтгэлд автаад сэтгэл нь шаналаад зовоод зогсохгүй хожим хойно зовлон амсах муу үйл буюу нүгэл хураадаг. Өөрөө нүглийн үйл хураагаад, аз жаргал амар амгалангаа байхгүй болгоод зогсохгүй өөрт болон эргэн тойрны хүмүүст таагүй байдлыг мэдрүүлдэг. Үүгээр зогсохгүй буруу сэтгэлд автсан бол түүнээсээ гарахын тулд дахин буруу алхам хийж, буруу шийдвэр гаргаж, бусдад таагүй байдал, мэдрэмж төрүүлэхээс хэтрээд өөрт болон бусдад хорлолтой үйлдэл хийж эхэлдэг. Ингэснээр өөрөө өвдөх бусдыг өвтгөх зэрэг таагүй маш олон зүйл бий болдог. Өнөө үед болж буй гэмт хэрэг, хэрүүл тэмцэл, зодоон цохион бүгд буруу сэтгэлийн хор уршгаас гарч буй юм. Хүний хамгийн чухал, хүчтэй, дотоод сэтгэлийн амар амгаланг байхгүй болгодог зүйл бол буруу сэтгэлээс үүдсэн буруу бодол юм. Буруу сэтгэл төрөх л юм бол дотоод сэтгэлийн амар амгалангүй болгодог.
Зовлон бий болох нөхцөл бүрдэх гэмтэйг ухаарах	Хүн буруу сэтгэлийг төрүүлээд, буруу сэтгэлд автаад байвал зовлон бий болох нөхцөлийг бүрдүүлж, зовлон бий болох эхлэлийг тавьдаг. Тийнхүү буруу сэтгэлийг дахин төрүүлж, дахин автаж, эдгээр нь олон давтагдаад байвал зовлон бүрдэх нөхцөлийг улам бүр нэмж бий болгодог. Улмаар өөрийгөө дийлэхгүй, буруу сэтгэлд автаж байгаагаа зөв гэж үзвэл зовлон бий болох нөхцөл улам бүр бүрдэж байдаг. Ийнхүү зовлон бий болох нөхцөл бүрдсэнээр өөрийн хүсэгүй бэрхшээл, зовлон, өөрөө мэдэгүй байхад тохиолдох хор уршигтай.
Бусдад таагүй мэдрэмж төрүүлэх, бусдыг зовоох уршигтайг ухаарах	Хүн буруу сэтгэлд автаад, буруу сэтгэлийн үүднээс хүнтэй харилцаж байвал тэрхүү тохиолдол бүрд цаад хүндээ таагүй мэдрэмж төрүүлж байдаг. Хүн уурласан үедээ бусдад үг хэлэхэд сонсож байгаа хүн таагүй байдлаар хүлээж авдаг. Түүнээс гадна бусдыг зовоодог. Хамт байгаа хүн байнга уурлаад, аливаад шунаад эсвэл омгорхоод байвал түүнтэй хамт байгаа бусад хүмүүст таатай байдаггүй. Тиймээс бусдад таагүй мэдрэмж төрүүлээд зогсохгүй бусдыг зовоож байдаг. Амьдралын зовлон, зүдүүр, гутамшиг, доройтол бүгд буруу сэтгэлийн хор уршиг юм. Хүн амьдралдаа нүгэл хийж, алдаж л байгаа бол би өөрөө буруу сэтгэлд автаж түүний эрхээр таагүй зүйл болох нөхцөлийг бүрдүүлсэн байна гэж бодох хэрэгтэй. Хэрвээ цаашид аливаа муу муухай зүйлийг амсахгүй гэвэл түүнийг бий болгоод байгаа буруу сэтгэлийн хор уршгийг сайтар санаад буруу сэтгэлийг аль болох төрүүлэхгүй байх, хэрвээ төрчихсөн байвал тэр дор нь зөв сэтгэл рүү хандуулж өөрчилж, түүнд автахгүй байх нь чухал.
1.2.2. Буруу сэтгэлийг хорих, тэвчих	
Буруу сэтгэлийг хорих аргыг танин мэдэх	Буруу сэтгэлийг хорих арга: Аль болох буруу сэтгэл төрүүлэхгүй байх, төрсөн тохиолдолд түүнд автахгүй байх нь чухал. Буруу сэтгэлийг төрүүлэхгүй байхын тулд түүний эсрэг бодлыг өөртөө хүчтэй бий болгох, тэр бодол дээрээ төвлөрч, эргэцүүлэн бодож, бясалгаж, өөрт буруу сэтгэлийн эсрэг бодлыг төрүүлэх арга байдаг. Хэрвээ буруу сэтгэл төрвөл түүнд автаж, тэр сэтгэлдээ эзэмдүүлэхгүй байж, дараа дараагийн сөрөг үр дагавар гаргахгүй байхын тулд сэтгэлээ ажиглаж хянадаг байх хэрэгтэй. Буруу сэтгэлийг төрөх даруйд түүнийг сарниулж өөр сэтгэл төрүүлэх хэрэгтэй. Буруу сэтгэлийг хорих өөр нэг арга бол буруу сэтгэлийн хор уршгийг бодох, зарим үед амьсгал дээрээ төвлөрч бясалгах юм.

Буруу сэтгэл төрөх даруйд буцаах аргыг танин мэдэх	Хүн өөртөө ямар сэтгэл төрж байна, би ямар сэтгэлд автсан байна, намайг ямар сэтгэл эзэмдсэн байна гэдгийг хянаж, ажиглаж байх хэрэгтэй. Хэрэв буруу сэтгэл төрж байгааг мэдэрч, төрөх даруйд нь буцаах арга нь тэрхүү буруу бодолд автахгүйгээр түүний эсрэг бодол төрүүлэх, өөр зүйл бодох юм. Тухайлбал, шуналын сэтгэл төрвөл надад байгаа эд зүйл болж л байна шүү дээ, өнөөдөр би үүнийг авах боломж байхгүй гэж шуналын сэтгэлийн эсрэг сэтгэлийг тэр даруйд нь бодох юм бол буруу сэтгэлийг төрөх даруйд нь буцаах нэгэн арга болно.
Буруу сэтгэл төрсөн үед амьсгал дээр төвлөрөх тэргүүтний үүднээс хорих	Өөрийгөө хянаж, ажиглаад буруу сэтгэл төрсөн гэдгийг мэдэрвэл зөнд нь орхилгүй, түүнтэй тэмцэх хэрэгтэй. Тэмцэхгүй бол тэр сэтгэл өөрийг эзэмдээд тэр сэтгэлийнхээ үүднээс үг ярьж, үйлдэл хийх гэзэг байдаг учраас тэмцэх нь чухал юм. Буруу сэтгэл төрсөн үед тэмцэх олон арга байдаг. Үүний нэг нь амьсгал дээрээ төвлөрөх арга юм. Амьсгаагаа хамраараа гүнзгий аваад, би амьсгалаа авч байна шүү гэж түүндээ төвлөрөөд, амьсгаагаа багахан бариад (удаан баривал амьсгаадах тул багахан барина) буцаагаад алгуур хамраараа гаргаж байх үедээ “Би амьсгаагаа гаргаж байна” гэж гаргаж байгаа амьсгал дээрээ төвлөрч, сэтгэлээ барина. Үүнийг гурав хүртэлх удаа хийгээд эргээд харахад буруу сэтгэл төрчихсөн өөрийг эзэмдэх гэж байсан бол байхгүй болдог. Өөр нэг арга нь: Тухайн буруу сэтгэлийг таньж мэдээд өөрт төрсөн буруу сэтгэлийн эсрэг зөв бодлыг өөртөө хүчээр төрүүлж, тэрхүү зөв бодол дээрээ төвлөрч, тэр бодлоо сэтгэлдээ аль болохоор барина. Тэрхүү бодлоо барихдаа нэг удаа хоёроос илүү минут барих хэрэггүй, бариад түр орхиод, дахиад тэр бодол дээрээ төвлөрөх юм. Энэ нь амьсгал дээрээ биш, тухайн буруу сэтгэлийн эсрэг бодол бодох ерөндөг буюу түүн дээрээ төвлөрч барьж байгаа арга юм. Энэ бол буруу сэтгэлийг төрсөн даруйд түүний эрхэнд орохгүй байх арга болно.
Буруу сэтгэлийг өдөр тутамд хорьж, хэвшүүлэх	Өглөө сэрээд би өнөөдөр өөртөө зөв бодлыг төрүүлье, буруу бодол, сэтгэлийг төрүүлэхгүй байх юм шүү гэж сайтар бодож, гэр бүлийнхэнтэйгээ мэндлэх, цай хоолоо хийх, сургуульдаа явах зэрэг үйлдэл бүрдээ сэтгэлээ хянаж, буруу сэтгэлээс өөрийгөө сэрэмжилж байх нь чухал. Өдөр тутамд хорьж, хэвшүүлэх гэдэг нь өөрт төрсөн сэтгэлээ хянахаас гадна би өөрийнхөө сэтгэлийг зөнд нь орхиогүй биз гэж өдөрт хамгийн багадаа гурван удаа боддог байх хэрэгтэй. Өглөө сэрэнгүүтээ бодоод, өдөр бодож, хянаад, орой унтахын өмнө өөрийгөө дүгнэж, цэгнэнэ. “Би өнөөдөр ямар бодол бодсон байна, буруу сэтгэлд хэр их автсан байна” гэж бодоод бодсон, их автсан буруу сэтгэл байвал үүнийг маргааш би бодохгүй шүү, төрүүлэхгүй байх юм шүү, ингэх арга нь юу билээ гэж бодож байх нь хорьж хэвшүүлэх хэлбэр болно. Хүн буруу сэтгэлд автсан эсэхээ хянахад хэрэв буруу сэтгэлд автсан байх юм бол тэр үед битгий ярь, янз бүрийн үйлдэл бүү хий, өөрийгөө барих хэрэгтэй. Ингэж чадаагүйгээс гэр бүлд таагүй байдал үүсэж, хэрүүл маргаан дэгдэж, түүнээсээ бүгд гэмшиж, энэхүү байдлаасаа гарахад бэрхшээлтэй, адармаатай болж хувирдаг. Үүний оронд “Би уурласан юм чинь үг хэлэхгүй шүү” гэж өөрийгөө хянан тэвчээд өнгөрөх юм бол адармаатай хэцүү байдал үүсэхгүй. Энэ нь сэтгэлийг засахаас гадна үйлдлээрээ буруу үйлдэл хийхгүй байх арга юм. Зарим үед хэн нэгэнтэй хамт байхдаа уурлаж, үг хэлмээр санагдаад байвал чимээгүй холдоод явах хэрэгтэй. Хүн сайхан амьдаръя гэвэл буруу сэтгэлийг төрүүлэхгүй, төрлөө гэхэд түүнд автахгүй, автлаа гэхэд түүний эрхээр шийдвэр гаргаж, үйлдэл хийхгүй байх нь чухал юм. Хүн буруу сэтгэл надад төрж байна уу, үгүй юу, төрүүлэхгүй шүү гэж өөрийгөө тогтмол хянах нь чухал. Ийнхүү хянаад байвал эхний үед төрсний дараа мэднэ, цаашлаад төрж байгаа үед нь мэддэг болно, төрөх гэж байгаа үед нь мэднэ, төрөх эхлэл тавигдаж байгаа үед нь мэддэг болох гэх мэтээр ахиц дэвшил гардаг. Буруу сэтгэлийг хянаж мэддэг болоод ирэхээр тухайн тухайн үед нь тохирсон арга хэмжээ авч, буруу сэтгэлээ хорьж сурдаг тул сэтгэлээ хянах нь хамгийн чухал арга юм.

2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Гэр бүлийн аз жаргал	
2.1.1. Гэр бүлийн аз жаргалыг танин мэдэх	
Гэр бүлдээ сэтгэлийн амар амгалантай амьдрах нь гэр бүлийн аз жаргал болохыг таньж мэдэх	Гэр бүлийн аз жаргал гэдэг нь гэр бүлдээ сэтгэлийн амар амгалантай амьдрахыг хэлнэ. Гэр бүлийн гишүүд сэтгэлийн амар амгалангүй байх юм бол гэр бүлийн аз жаргал байхгүй болдог.
2.1.2. Аз жаргалгүй гэр бүлийн гэмийг танин мэдэх	
Эхнэр нөхөр хамт амьдрах хүсэлгүй болох гэмтэйг ухаарах	Гэр бүлдээ аз жаргалгүй бол хичээл, ажил тараад гэртээ очих хүсэлгүй болно, гэртээ ирсэн ч сэтгэл тавгүй болж, цаашлаад гэр орондоо очихгүй болж, гэр бүлийнхэнтэй амьдрах хүсэлгүй болж, гадуур дотуур явах нөхцөл бүрддэг. Ийнхүү гадуур дотуур сэлгүүцэж байх зуур буруу шийдвэр гаргах, хэрэг төвөгт орох зэрэг муу зүйл гарах үндэс бий болно.
2.1.3. Гэр бүлийн аз жаргалыг бий болгох	
Гэр бүлийн гишүүд өөр хоорондоо ойлголцдог байх	Гэр бүлийн аз жаргалын үндэс бол өөр хоорондоо ойлголцох юм. Гэр бүлийнхэн өөр хоорондоо хэрхэн ойлголцох вэ гэхээр эхлээд тэдний ачийг санадаг, өөрийн гэмийг олж харан бусдынхаа алдааг уучилдаг, хоорондоо уур уцаргүй тайван сэтгэлээр ярилцдаг байх хэрэгтэй. Үл ойлголцсон үед тайван сэтгэлийн үүднээс түүнийг хүлээж авч, эргэцүүлэн бодож, нэг гэр бүлийн нандин харилцаагаа эрхэмлэж, эелдгээр ярилцаж ойлголцдог байх хэрэгтэй.
Эцэг эх, ахмад настанг хүндэлдэг байх	Гэр бүлдээ эцэг эх, ахмад настангаа хүндэлж байвал тэр нь сайн үйл болж, түүгээр ч барахгүй эцэг эх, ахмад настанд нь үр хүүхдээ, ах дүүсээ гэсэн сэтгэл төрж, ийм сэтгэл төрөхийн хэрээр гэр бүлийн гишүүдийн нэг нь нэгнийгээ гэсэн сэтгэлийн тойрог бий болдог. Харин эцэг эх, ахмадаа хүндлэхгүй бол гэр бүлийн аз жаргал байхгүй болдог.
Эцэг эх, ахмад настан нь үр хүүхдээ асарч энэрэн сургаж, хүмүүжүүлдэг байх	Үр хүүхэд нь эцэг эх, ахмадаа хүндлээд байхад томчууд нь тэдэнтэй дээрэлхсэн, үл хүндэтгэсэн байдлаар харилцвал гэр бүлийн аз жаргалыг байхгүй болгодог тул харилцан бие биеэ хүндэтгэн энэрэн хайрлаж, санаа тавьж, тэдний төлөө гэсэн сэтгэлтэй байж, хоорондоо эелдэг харилцаж, зааж, сургадаг байх хэрэгтэй. Эцэг эх, ахмадууд үр хүүхдээ, ах эгч нь дүү нараа хайрлана гэдэг нь “Хайр нь дотроо, хал нь гаднаа” гэдэг ардын сургаал үгээр аливаад хатуурхаад үйлдэл бүрийг хорих биш, хүссэнээр нь байж хэтэрхий эрхлүүлэх биш, ямар үед хорих вэ, ямар үед дэмжих вэ гэдгийгээ өөрсдөө сайтар бодож, мэдэрч хандах хэрэгтэй. Үр хүүхдийн зүгээс эцэг эх, ахмадууддаа бодсон бодол бүрээ тулгаж, миний бодлоор байх ёстой гэж болохгүй.
3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ	
3.1. Шүтэн барилдлага, гүн үзэл	
3.1.1. Шүтэн барилдлага, гүн үзлийн мөн чанарыг танин мэдэх	
Юмс шүтэн барилдаж бий болдгийг танин мэдэх	Сав ертөнц шүтэлцэж үүсдэг. Сав ертөнц бий болоход түүнд амьдрах амьд амьтан буюу шим ертөнц бүгд мөн түүнд шүтэлцэж бий болдог. Сав ертөнц, шим ертөнц хоорондоо шүтэлцэж оршдог. Жишээ нь: Бидний хоол хүнс, хувцас бусдаас хамаарч, харгалзаж буюу шүтэлцэж байж бий болдог. Өнөөдөр танихгүй хүн байвч тэр бидний сайн сайхан амьдрахад шаардлагатай эд зүйлийг бүтээж бий болгож байдаг. Бидний дургүй ханддаг хүмүүс ч эцэстээ биднийг ухааруулж, амжилтад хүргэдэг шүтэлцээтэй байдаг.
Бусадтай шүтэлцэхгүйгээр дангаар орших юмс байхгүйг танин мэдэх	Аливаа зүйл оршин тогтнож байгаа нь бусад юмст шүтэлцэж бий болсноос биш, өөрөө аяндаа, цаанаасаа дан ганцаараа бүтсэн юмс байхгүй. Шүтэн барилдаж бий болдгийг танин мэдэхэд тухайлбал, байшин барилга, хоол хүнс зэрэг нь олон зүйл бие биеэсээ хамаарч, бие биетэйгээ харгалзаж, холбогдож, барилдсаны үндсэн дээр бий болж байгаагаас биш цаанаасаа, өөрөөсөө бүтсэн гэх нь өрөөсгөл ойлголт юм.

Шалтгаан, үрийн зохилдлогыг шүтэн барилдлагатай холбож танин мэдэх	Ирээдүйд бүтээх аливаа ажил, одоо амсаж буй жаргал, зовлон нь мөн адил шүтэлцэж бий болдог, бусдын нөхцөлөөс хамаарч шүтэлцэж бий болдог гэдгийг танин мэдэх нь чухал.

АРВАНХОЁРДУГААР АНГИ

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Дөрвөн үнэн түүний цээрлэн хорих хэсэг	
1.1.2. Дөрвөн үнэний зовлон болон зовлонгийн шалтгааны үнэнийг танин мэдэж, хорих	
Зовлон үнэнийг танин мэдэх	Хүмүүс төрсөн цагаасаа өнөөг хүртэл өвдөхгүй байя гэсэн ч өөрийн эрхгүй өвддөг, өтлөхгүй байя гэсэн ч өөрийн эрхгүй хөгширч өтөлдөг. Ийм ажлыг бүтээе гэсэн ч санаагаар нь бүтдэггүй. Ийм муу зүйл надад тохиохгүй байгаасай гэж хүссэн ч аяндаа тохиож байдаг. Ойр дотнын хүнээсээ хагацдаг, эцсийн эцэст өөрөө үхдэг. Эдгээр нь хүн өөрийн эрхгүйгээр зовлонг амсдаг байгалийн хууль, орчлонгийн жам ёс юм. Бид энэхүү хуулийн дагуу хүн болж төржээ. Түүгээр зогсохгүй хүний амьдарч байх хугацаанд зовлон, бэрхшээл өөрийнх нь эрхгүй аяндаа ирдэг нь үнэн. Энэ бол бодит үнэн юм. Орчлонд хүн болж төрсөн л бол зовлон, бэрхшээл хэдийгээр хүн огт хүсэхгүй ч бидний эрхгүйгээр аяндаа ирдэг жамтай. Энэ бол зовлон үнэн гэдэг юм. Зовлон үнэнийг танин мэдэх нь бусад бүлэг сэдэвтэй агуулгаараа холбогдоно. Нэгдүгээрт, хүн муу дадал зуршлыг өөрөөсөө яаж арилгах вэ, яаж ёс суртахууны хэм хэмжээг өөртөө бий болгох вэ гэсэн асуултанд хариулъя. Хэрвээ танд муу дадал зуршил байгаад түүнийгээ арилгахгүй бол тэр нь явсаар явсаар хожим зовлон болно. Хоёрдугаарт, хүн бүрд ажил үйлс нь бүтэхгүй байх, өвчин зовлон тусах, үхэл хагацал тохиолдох гэх мэт зовлон тулгардаг. Зовлон тулгарсан үед бид яах вэ гэвэл хүн орчлонгийн мөн чанарыг танин мэдэх, ёс суртахуунтай байх, зөв гарц шийдлээ олохын тулд оюунаа тэлэх, оюунаа зөв тийш нь хандуулах хэрэгтэй болно гэх мэтээр бусад бүлэг сэдэвтэй холбогдоно.
Зовлонгийн шалтгааны үнэнийг танин мэдэх, шалтгааныг хорих	Эдгээр зовлон юунаас бий болов гэхээр гаднаас, бусдаас ирээд байгаа биш юм. Тодорхой нөхцөл нь гаднаас, бусдаас бүрдэх боловч гол нь өөрөөс шалтгаална. Өөрийн юунаас вэ гэхээр буруу сэтгэл ялангуяа, түүнээс болж хураагдсан нүглийн үйлийн эрхээр бидэнд зовлон ирдэг. Зовлонгийн шалтгаан үнэнийг мэдэх нь энэ юм. Өөрийн эрхгүй амсаад байгаа эдгээр зовлон, бэрхшээл нь хэрхэн бий болж байна вэ гэхээр бусад хүн амьтдаас болон гаднын орчноос зарим нэгэн нөхцөлийг нь бүрдүүлж буй болохоос биш, гол нөхцөл нь өөрөөс, ялангуяа өөрийн буруу сэтгэл, буруу сэтгэлийн улмаас хураасан нүглээс бий болдог. Муу үйлийн үр боловсорч илэрч гарахдаа бидэнд зовлон, бэрхшээл болж ирдэг. Өөрийн буруу сэтгэл нь түүнийг урд өмнө олон дахин дадуулсан дадлаас хамаарч үүсдэг бөгөөд улмаар бэрхшээл зовлонг бий болгодог. Урдын муу дадлаар буруу сэтгэл бий болдог гэдгийг тодотгоход зарим хүн би хүнд муу санаж байгаагүй, би буруу бодол бодож байгаагүй, гэтэл яагаад надад өвчин, уй гашуу, таагүй зүйл ирж байна вэ гэж боддог. Магадгүй энэ насандаа тухайн хүн үүнийг бодоогүй биш бодсон байгаа. Хүн энэ насандаа хүнд огт муу санаж, буруу бодол бодож байгаагүй гэхэд хэцүү ч урд төрөлд буруу сэтгэлийн эрхээр хураасан муу үйлийн үр дагавар боловсорч энэ насанд зовлон амсаж байдаг. Монголчуудын өвөг дээдсээс уламжилж ирсэн соёл, ёс заншилд хүнд энэ нас төдийгүй урд, хойд нас байдгийг сургадаг. Монголчуудын өвөг дээдэс урд, хойд насыг нандигнаж, чухалчилж, ёс суртахуундаа суулгаж ирсэн юм. Дэлхий дээр ч урд, хойд насны талаар олон бодит баримт байгаагийн нэг жишээг нь дурдъя. Жишээ нь: Дани улсад нэгэн хүү мэдээ орж, ярьж чаддаг болсон цагаасаа “Би энд ойрхон амьдарч байсан. Би тийм хүн байсан, намайг тэр гэдэг байсан” гэж ярихад нь эцэг эх нь сэтгэл зүйчид ханджээ. Сэтгэл зүйч “Энэ хүүхэд эрүүл хүүхэд байна, гэхдээ яриад байгаа нь үнэн үү, үгүй юу” гэдгийг хүүхдийн ярьсны дагуу шалгаж үзжээ. Гэтэл үнэхээр тийм нэртэй хүн амьдарч байгаад насан эцэслэсэн байжээ.

	Хүүхдийн яриа сүүлдээ их хурцадмал болж, намайг урд нь тийм нэртэй, тийм хүн амийг минь хөнөөсөн гэж ярихад хүүхдийн ярьсны дагуу шарилыг нь задалж үзжээ. Хүүхэд энд сүхдэж байсан гэж хэлсэн нь хожим нь задлан шинжилгээгээр тогтоогджээ. Уг хүүхдийг түүний амийг нь хөнөөсөн хүнтэй уулзуулахад тэр хүн ийнхүү найман жилийн дараа хэргээ хүлээсэн байдаг. Энэ бол хүн дараа төрөлдөө төрөөд, урд төрөлдөө өөрийнх нь амийг хөнөөсөн хүнийг илрүүлсэн, урд төрөл байдгийн нэгэн жишээ юм. Зовлонгийн шалтгаан үнэн гэдэг нь сурагчдын өмнө үзсэн бүх бүлэг сэдэвтэй агуулгаараа холбоотой. Тодруулбал: Хүн одоо ийм хүнд хэцүү зовлон надад тулгарлаа, өөрийн эрх байхгүй ийм зовлон амслаа гэж түүнийг хүлээж авахын оронд энэ зовлон юунаас болж надад ирэв гэж бусдыг буруутгадаг. Түүнчлэн тэрнээс л боллоо, энэнээс л боллоо гэж хэдий чинээ гадна талаас буруутанг хайгаад бэрхшээлийг даван туулж чадахгүй тул хэн нэгнийг буруутгах нь буруу юм. Өөрт тулгарсан зовлондоо бусдыг буруутгаад, бусдаас буруу хайгаад байвал бэрхшээлийг даван туулж чадахгүй. Харин бэрхшээл зовлон тулгарсан үед гадна талаас буруутан хайх биш, харин тэрхүү зовлонгийн шалтгаан нь хүний дотоод буруу сэтгэл түүний үүднээс хурааж байгаа үйл юм байна, зовлонгийн гол буруутан нь эдгээр юм гэдгийг ухаарах хэрэгтэй. Хэрвээ хүнд хэцүү бэрхшээл тулгараад би уг бэрхшээл зовлонгоос хагацъя, амар амгалантай байя гэж бодвол хүн өөрийн буруу сэтгэлийг л арилгах хэрэгтэй. Буруу сэтгэлийг хэрхэн арилгах вэ гэхээр сурагчид нэгдүгээр ангиасаа эхлэн бага ангид хүнтэй зөв мэндлэх, хичээлээ анхааралтай сонсох, бусдыг уучлах, бусдад зөв сэтгэлээр хандах, зөв шийдвэр гаргах зэрэг хичээлийг судалсан. Эдгээр хичээлээр сурагч өөрийн буруу сэтгэл гэдэг бол зовлон бэрхшээлийг үүсгэж байгаа гол шалтгаан мөн гэдгийг ухаарч байгаа юм. Сурагчийн дунд, ахлах ангид үзэх агуулга мөн л буруу сэтгэлийг арилгах бага ангид эзэмшсэн арга ухаанаа улам бүр гүнзгийрүүлж судлах юм. Зовлонгийн шалтгаан үнэн, зовлон үнэн гэдэг бол хүнд зовлон бэрхшээл тулгарах тохиолдолд ихэнх хүн түүний буруутан хэн бэ гэж шаналдаг бол зөв бодолтой, зөв үзэлтэй хүн бол хэдий зовлон тулгарсан байгаа ч сэтгэл нь тайвширч зөв гарцаа олдог. Зовлонгийн шалтгаан үнэн, зовлон үнэн гэдгийг хүн ухаарвал зовлон тулгарсан үед ач тустай. Сурагч өөрөө алдаа дутагдлаа засъя, өөрийн зовлон бүгдээс ангижиръя, муу бүхнээ засъя гэвэл түүний өмнө үзсэн хичээлүүд нь эдгээрийг ойлгуулахад чиглэсэн гэдгийг холбож мэдэх нь чухал.
1.2. Дөрвөн үнэний дадуулан хэвшүүлэх хэсэг	
1.2.1. Дөрвөн үнэний хорихуйн үнэн, мөрийн үнэнийг танин мэдэж, дадуулах	
Хорихуйн үнэнийг танин мэдэх	Зовлон болон түүний шалтгааныг хорих нь үнэн. Одоо бий болоод буй зовлонг арилгахын тулд, эхлээд хорт ургамлын ургаад байгаа хэсгийг тайраад байх биш, уг үндсийг нь сугалах хэрэгтэй байдаг шиг зовлонг бий болгоод байгаа буруу сэтгэл, түүнээс үүдсэн нүглийн үйл хоёртой тэмцэх хэрэгтэй. Эдгээртэй тэмцэх эрэмбэ дараа нь эхлээд нүгэл хураалгаад байгаа буруу сэтгэлтэй тэмцэх хэрэгтэй. Буруу сэтгэл арилснаар л муу үйл зогсохоос биш муу үйл хэзээ ч зогсохгүй. Нүглийг хорилоо ч буруу сэтгэл байгаа учир эргээд л гарч ирж нүгэл хураадаг. Буруу сэтгэлээс ангижрахад түүнтэй тэмцэх хэрэгтэй. Буруу сэтгэлтэй тэмцэж хэвших нь зовлон болон түүний шалтгааныг хорихыг хэвшүүлж байгаа юм.
Мөрийн үнэнийг танин мэдэх	Зовлонг хорихын зам мөр нь үнэн. Энэ бол дөрөв дэх үнэн мөн. Зовлонг арилгаж болох, хорьж болох нь үнэн. Зовлонгийн эх үүсвэр болсон буруу сэтгэлийг түүний эсрэг аливаа юмсын мөн чанарыг зөвөөр бодсон ухааныг өөртөө төрүүлж түүнийг улам бүр хөгжүүлж, цаашлаад эцэст нь хүртэл хөгжүүлбэл зовлонгийн шалтгаан болсон буруу сэтгэл арилдаг. Буруу сэтгэл арилснаар зовлонгийн шалтгаан арилж, зовлонг хорьдог. Тийм учраас зовлонгийн шалтгааны эсрэг зөв бодлыг хөгжүүлж байгааг мөрийн үнэн гэдэг болно. Зовлонгийн шалтгаан болсон буруу сэтгэлийн эсрэг зөв сэтгэлийг хүчтэй болгон хөгжүүлж зовлонг хорьж байгаа нь зовлонг хорих зам мөр нь үнэн гэдэг болно. Зовлонг арилгахын тулд зовлонгийн шалтгааныг арилгах зөв бодлыг хүчтэй болгож түүний хүчийг дээд түвшинд аваачвал зовлон хоригддог нь үнэн гэсэн үг.

Хорихуйн үнэн, мөрийн үнэнийг өдөр тутамд дадуулах	Хорихуйн үнэн, мөрийн үнэнийг өдөр бүр дадуулах гэдэг нь эхлээд өнгөрсөнд болж байсан өөрт таагүй зовлон, өнөөдөр тохиолдож мэдэх таагүй зүйлсийг нэгэнт бий болоход нь цухалдаж уурлаж, хүлээж авахгүй гэж шаналах биш харин энэхүү зовлонг бий болгоод байгаа буруу сэтгэлтэйгээ тэмцэх хэрэгтэй. “Өнөөдөр нэгэнт ийм болчихсон бол дараа би ийм таагүй зүйл өөртөө тохиолдуулахгүйн тулд түүнийг бий болгоод байгаа буруу сэтгэлийг аль болох төрүүлэхгүй юм шүү, хэрэв буруу сэтгэл төрчихвөл түүнд автахгүй шүү, автлаа гэхэд түүний эрхээр нүгэл хийхгүй шүү” гэж өөрийнхөө сэтгэлийг ажиглаж, хянаж, сэрэмжилж байх нь хорихуйн үнэнийг хэвшүүлж байгаа нэг алхам болно. Би буруу сэтгэлд автахгүй байхын тулд буруу сэтгэлийг дардаг зөв сэтгэлийг өөртөө төрүүлье түүнийг ганц удаа төрүүлээд орхих биш, өдөр бүр тодорхой хугацаанд боддог болъё, ингэж бодохын тулд зөв бодол дээрээ төвлөрч бясалгадаг болъё гэж бодон хичээх хэрэгтэй. Зөв сэтгэлийн учир шалтгааныг нь эргэцүүлэн бодож, зөв сэтгэлийг улам хүчтэй болгон дадуулахдаа бясалгалтай уялдуулан дадуулах нь мөрийн үнэнийг өдөр тутамд хэвшүүлэх арга болно. Хүний өдөр тутмын амьдралд жижиг, том бэрхшээл тулгардаг. Бэрхшээл тулгарсан тохиолдолд юу хийх хэрэгтэй вэ? Бэрхшээл тулгарахад сэтгэлээр бүү уна, битгий цухалд, нэгэнт сөрөг үр дагавар нь гарчихвал цухалдаад ямар ч нэмэргүй. Харин дараа нь дахин ийм муу зүйлтэй тулгарахгүйн тулд хүн сийрэг, уужуу ухаанаар зөв алхам хийх хэрэгтэй. Ингэж зөв алхам хийхдээ гаднаас, бусдаас алдаагаа хайгаад, тэмцээд байх биш өөрийн сэтгэлтэйгээ, өөртэйгөө тэмцэх хэрэгтэйг сурагчдад ойлгуулж ухааруулах нь чухал юм. Өнөөдөр хэн нэгэнтэй ам мурийгаад таагүй зүйл бий боллоо гэхэд “Өнөөдөр ийм муу зүйл болчихлоо. Ахиад ийм муу үйл хийхгүй шүү” гэж бодох хэрэгтэй. Өнөөдрийн энэ таагүй зүйл юунаас болсон бэ, би хүлээцтэй хандаагүй, би түргэдсэнээс болсон, тэр үед би уурласнаас болсон гэж гол шалтгааныг нь хайж боддог, олдог байх нь чухал. Түүнийг тодорхой болгочихвол ийм шалтгаантай байжээ, тиймээс би энэ буруу сэтгэлд дахин автахгүй байж, ийм үйлдэл гаргахгүй байвал ийм эвгүй байдал болохгүй нь байна шүү гэж бодож байгаа нь хорихуйн үнэнийг ухаарсны үр дүн юм. Иймээс зөвхөн том асуудал тулгарахад л түүний уг шалтгаан нь юу байв гэж бодох биш, амьдралын жижиг асуудлын ч учир шалтгааныг ухаарч ойлгуулах нь чухал. Хүнтэй маргалдаж эвгүй байдалд орохгүй байх нь чухал. Ийм эвгүй байдалд оруулаад байдаг буруу сэтгэл, түүнээс үүдсэн алдаагаа хэрхэн засах вэ, буруу сэтгэлд хэрхэн автахгүй байх вэ гэж арга замыг нь эрэлхийлэх хэрэгтэй. Үүний тулд би тайван байя, уурлахгүй байя, тухайн хүнийг хүндэлье, хэлж байгаа үгээ хянаж байя гэж бодож, буруу сэтгэлийн эсрэг зөв бодол, зөв үйлдлийг өөртөө бий болгож түүнийг дадуулж буй нь тухайн бэрхшээлээс гарах арга замыг хэвшүүлж байгаа юм. Хорихын үнэн, мөрийн үнэн Хүн ажил үйлс нь санаснаар бүтэхгүй, бусадтай муудалцах, өвчин зовлон тохиолдох гэх мэт бэрхшээл саад тотгор тулгарахад тэр бүгдийг арилгаж болно. Харин арилгахдаа бусдыг үгүйсгэх, буруутгах, санаагаараа байлгах зэргээр зөвхөн бусдаас, гадна талаас алдаа хайх хэрэггүй. Хүн бэрхшээл саад тотгор бүгдийг арилгая гэвэл тэдгээрийг бий болгоод байгаа өөрийн буруу бодол, үйлдлийг л арилгах хэрэгтэй. Тэдгээрийг арилгахгүйгээр өөр юу ч хийсэн бэрхшээл зовлон арилахгүй. Өвчнөөр жишээ авбал тэрхүү өвчнийг түр намдааж буй ч бүрэн эдгээж чадаагүйтэй адил юм. Сурагчдын өмнө судалсан болон хожим үзэх бүх хичээл хүн муу юмнаас ангижрая гэвэл өөрийн муу зүйлээс ангижрах хэрэгтэйг ухааруулахад чиглэж байгаа юм. Гадна талаас шалтгаалах, өөрчлөх зүйл байгаа ч түүнээс илүү өөрийн сэтгэлийн буруу бодлыг хорих нь үнэн юм. Мөрийн үнэн гэдэг нь буруу бодлыг тийнхүү хорихын тулд би өөртөө зөв бодлыг дадуулъя, дан ганц бодол зөв байгаад зогсохгүй үг, үйлдэл, хандлагаа зөв болгоё гэсэн үг юм. Энэ нь сурагчийн нэгдүгээр ангид зөв мэндэлж сурахаас эхлэн өнөөг хүртэл үзсэн бүх хичээлтэй холбогдож байгаа юм.

2. БУСДЫГ ХҮНДЭЛЖ, БАЯРЛУУЛЪЯ	
2.1. Бусдад туслахын тулд мэргэжлийн ёс зүйг дадуулъя	
2.1.1. Мэргэжлийн ёс зүйг дадуулах	
Мэргэжлийн ёс зүйн нийтлэг болон онцлог хэм хэмжээ, шаардлагыг танин мэдэх	Эмчийн мэргэжил эзэмшиж, эмч болно гэвэл эмч хүний даван туулах ёстой бэрхшээлийг танин мэдэх нь маш чухал байдаг. Тухайн мэргэжлийг эзэмшихэд тулгарах бэрхшээлийг урьдчилан танин мэдээгүйн улмаас мэргэжил эзэмших явцдаа замаасаа буцах, цаг хугацаа алдах, мэргэжилтэн болсон ч ажлаа чанартай хийлгүй бусдад хор хөнөөл учруулах зэрэг олон сул тал бий болдог. Тиймээс эдгээр бэрхшээлийг сэтгэлийн хат, тэсвэр хатуужлаар даван туулж чадах эсэхээ сурагчид урьдчилан сайтар эргэцүүлж тунгаах шаардлагатай. Сургууль, багш нар ч энэ талын зөвлөгөөг орхигдуулдаг тул үүнд анхаарч ажиллах шаардлагатай. Худалдагч, улс төрч, онгоцны нисгэгч зэрэг мэргэжил бүрд бусад мэргэжилд байхгүй хэр нь тухайн мэргэжлийн онцлогоос хамаарч бий болдог бэрхшээл заавал байдаг. Тиймээс эдгээр бэрхшээлийг даван туулна гэсэн ойлголттой, бэлтгэлтэй байх хэрэгтэй.
Өргөн мэдлэгтэй байх	Багш, эмч, тогооч зэрэг аливаа мэргэжилд мэргэжлийн мэдлэг чухал. Мэргэжлийн мэдлэггүй бол хэчнээн санаа байсан ч тухайн үйлийг хийхэд аргыг нь олохгүй байх, богино хугацаанд хийх үйлийг их хугацаа зарж гүйцэтгэх, хөнгөн хялбар хийх ажил байтал их хүч, хөдөлмөр шаардаж байж үр дүн гаргах, хөрөнгө мөнгө их шаардахгүй байтал их хөрөнгө мөнгө зарж хийх гэх мэт дутагдал гардаг тул тухайн мэргэжлээрээ өргөн мэдлэг эзэмших хэрэгтэй.
Нарийн ур чадвартай байх	Мэдлэгтэй байвч бүгдийг хийж чадахгүй, чадвартай байх хэрэгтэй. Онолын мэдлэгээ амьдралын нөхцөл байдалд нийцүүлэн хэрэгжүүлдэг мэргэжлийн нарийн ур чадварыг эзэмших хэрэгтэй.
Зөв сэтгэлтэй байх	Зөв сэтгэлтэй байх гэдэг нь ажил үйлээ дан ганц өөрийн төлөө биш бусдын сайн сайхны төлөө хийнэ гэсэн сэтгэлийг хэлнэ. Энэ нь хүнд маш чухал юм. Ийнхүү зөв сэтгэлтэй байвал хийж байгаа үйл, үг яриа зөв болох эхлэл тавигдана.
Ажилдаа чин сэтгэлээсээ хандах	Ажилдаа чин сэтгэлээсээ хандах гэдэг нь бүх хүн бусдад тусална, улс эх орныхоо төлөө, бусдын төлөө хийнэ гэж ажил хөдөлмөрөө хийдэг. Гэвч тухайн үед бие тавгүй байснаас, залхуурснаас үүдэж ажлаа аргацаах, дутуу дулимаг хийх тохиолдол гарч болзошгүй. Үүний үр дагавар нь өөрт болон бусдад, хамт олонд, албан байгууллагад, цаашлаад улс эх оронд сөргөөр нөлөөлөхөөр илэрдэг учраас хийж буй ажлаа цаг тутамд байнга чин сэтгэлээсээ, хариуцлагатай хандаж хийхийг хэлнэ.
Мэргэжлийн нэр төрийг эрхэмлэх	Эмч хүний эс хийх үйлдлийг огт хийхгүй, багш хүний хийж болохгүй үйлдлийг эс хийх, цагдаа хүний хийж болохгүй үйлдлийг гаргахгүй байх нь мэргэжлийн нэр төрийг эрхэмлэж байгаа болно. Сурагчдад олон жишээ, баримт дурдаж тайлбарлана.
2.2. Ирээдүйн эцэг эхийн гэр бүлийн өмнө хүлээх үүрэг хариуцлага	
2.2.1. Эцэг эхийн үүрэг хариуцлагыг танин мэдэх	
Гэр бүл бололцох, эхнэр нөхрийн журамт ёсыг мэдэх	Эхнэр нөхөр харилцан нэг нэгнийгээ хүндэлдэг, дээдэлдэг, хайрладаг байхаас гадна бие биенээ хуурдаггүй байхыг эхнэр нөхрийн журамт ёс гэнэ. Эхнэр нөхөр нэг нэгнийгээ хуурах тохиолдолд хэн хэнд нь мэдрэгдэхээс гадна үр хүүхэд нь таагүй байдлаар хүлээж авдаг. Үр хүүхэд нь бага балчир байхдаа аав, ээждээ хэлж, дургүйцлээ илэрхийлж чадахгүй ч том болоод хуурч мэхэлж байсан хүнд сэтгэл дундуур болохоос гадна эцэг/эх нь үр хүүхдэдээ үнэ цэнгүй болох зэрэг олон буруу хандлага бий болдог. Өнөөгийн жаргалаа бодож, ирээдүйн аз жаргалаа үгүй хийдэг зэрэг сөрөг үр дагавартай. Эхнэр хүн хоол цайгаа өөрийн гэрийн эзэндээ эхлэн аягалж өгдөг байх, дээш нь суулган хүндэтгэдэг байх, гэрийн эзний хувьд эхнэрээ хүндлэн хайрладаг байх, бусдын өмнө эвгүй байдалд оруулдаггүй байх зэрэг нь эхнэр нөхрийн журамт ёс мөн.

Эцэг эхчүүдийн харилцан ойлголцлыг нандигнах	Эцэг эхчүүд хоорондоо болон үр хүүхэдтэйгээ харилцан ойлголцлыг нандигнаж, нэн түрүүнд ойлголцлыг эрхэмлэж байх хэрэгтэй. Үүний тулд асуудал тулгарахад аль болох цаад хүнийхээ буруу нь харалгүй, ач, эрдмийг нь харж чаддаг байх, өөрийнхөө гэм алдааг харж чаддаг байх, өөрийн гэмийг харвал түрүүлж уучлал гуйж чаддаг байх, цаад хүний гэмийг харвал тэр хүнийг уучилдаг байх хэрэгтэй. Хэн нэгний сэтгэл нь тавгүйтэж буруу сэтгэлд автаж байвал түүнийг улам өөгшүүлж муудалцалгүй, хоёул тайвширсан үедээ ярилцдаг байх хэрэгтэй. Ийнхүү ярилцахдаа үг яриаг нь эергээр хүлээн авч, ухаалгаар ойлголцохыг эрмэлзэх нь эцэг эхчүүдийн харилцан ойлголцлыг нандигнах үүрэг юм.
Үр хүүхдээ хүмүүжүүлэх	“Хайр нь дотроо, хал нь гаднаа” гэдэг ардын уламжилж ирсэн үг байдаг. Үр хүүхдээ өсгөхдөө хүүхдийнхээ хэлснээр нь байх биш, аливаад за гээд байх биш, үргэлж ширүүлээд байх биш, аливаа зүйлийг эвээр, аргаар таниулж, ухааруулж байх нь үр хүүхдээ хүмүүжүүлэх чухал арга юм. Хүүхэд өөрт тохиолдсон зүйлийг хэлж ярьж чаддаг болсон цаг үеэс эхэлж, хүүхдэдээ цаг гаргаж, ямар хүнтэй нөхөрлөөд байна, юу хүсээд байна, зорилго нь зөв байна уу, зорилгодоо хүрэх арга замаа зөв сонгож уу зэрэг бүх үйлдлийг өөрсдөө хянаж, ажиглаж мэдэх эсвэл өөртэй нь ярьж, ажиглаж, мэдэх хэрэгтэй. Хэрэв буруу бол уран аргаар алгуур засаж, залруулдаг байх, үүний төлөө өөрсдийн сэтгэл, зүтгэл, цагаа зарцуулж чаддаг байх нь үр хүүхдээ хүмүүжүүлэх арга юм. Хүүхдийн сэтгэлийг тэлэх асуулт тавьж, ярилцдаг байх хэрэгтэй. Үр хүүхдээ аливаа зүйлийн зөв, буруу эргэцүүлэн бодож, зөв шийдвэр гаргадаг, зөв шийдвэр гаргаад түүнийхээ үр дүнг үзэхийн төлөө хөдөлмөрлөж чаддаг, эцэг эх, ачтай хүмүүсээ хүндэлдэг, баярлуулж чаддаг болгож хүмүүжүүлэх хэрэгтэй. Ахмадаа хүндэлдэг, ахмад нь залуу хойч үеэ сургаж, хайрлаж, энэрч, зөв замд хөтөлж байдаг ухаанд сургах нь эцэг эхчүүдийн үүрэг юм.
Хүүхдийн дэргэд зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх	Үр хүүхэдтэйгээ хамт байхдаа буруу үлгэр дуурайл болох үг, үйлдэл гаргахгүй байх, харилцан нэг нэгнийгээ хүндэлж, эцэг эх хэрхэн бие биеэ хүндэлдгийг биеэрээ үлгэрлэн харуулах, үр хүүхэдтэйгээ ойр зуурын дэмий үг яриа ярих биш, ухааныг нь тэлсэн, алс хэтийг харсан, уужим холч ухаан төрүүлэхүйцээр ярилцах хэрэгтэй. Үүний тулд өөрсдөө тэсвэр хатуужилтай байж, биеэ барих чанарыг бий болговол үр хүүхдэдээ зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх боломж бүрдэнэ.
Гэр бүл салахын хор уршгийг мэдэх	Гэр бүл салахыг монголчууд ихэд цээрлэж ирсэн. Хань ижил нь архи уулаа гэх, өөрийг нь хуурлаа гэх эсвэл ямар нэгэн байдлаар салъя гэж хүмүүс боддог ч сална гэж тэр даруй шийдвэр гаргах бол нэг хэрэг. Бодит амьдрал дээр тэр нь зөв үү, буруу юу гэдгийг хожим шүүн тунгаахад ихэнхдээ их алдсан байдаг. Түүний хор уршиг их байдаг тул алдсаны дараа биш, алдахаасаа өмнө ухаараарай гэж гэр бүл салахыг цээрлэж, хойч үедээ сургаж ирсэн. Тухайлбал, үр хүүхэд нь эцэг эхийн аль нэгний халамжаар дутаж, сэтгэлийн шархтай өсдөг, аль нэгнийх нь орон зай дутагддаг улмаар тэд бусдыг асарч энэрэх сэтгэлээр дутагдаж өсдөг. Салж сарнисан хүн тодорхой хугацааны дараа үр хүүхдэдээ гавьяагүй, үнэ хүндгүй хүн болж хувирдаг. Өөрөө ч хожим гэмшиж, өтлөхийн хэрээр өөрт зовлон, бэрхшээл улам их болдог. Хамт амьдарч байхад хэчнээн муугаар бодож, гэмийг нь хараад салъя гэж бодсон ч дараа нь тусдаа амьдрахад тэр хүний орон зай ямар их байсныг ойлгож, ухаарч тэр үедээ хэлж чадаагүйгээс болж улам бүр хөндийрч өөрөө болон үр хүүхдээ хохироодог. Салахгүй байхын тулд их гэмийг нь бага болгож, багыг нь оргүй болгож хүлээж авч чаддаг, улам бүр хань ижилдээ анхаарал тавьдаг, уучилдаг, сэтгэлийн тэнхээтэй, уужуу байж, тэр хүний ач тусыг нь бодож, гэмийг нь уучилж чадвал салахгүй байхын үндэс суурь болдог.

2.2.2. Эцэг эхийн үүрэг хариуцлагаа хөсөрдүүлсний гэмийг танин мэдэх	
Гэр бүл тогтворгүй болох	Эцэг эхийн үүрэг хариуцлагыг хөсөрдүүлбэл гэр бүл тогтворгүй болно. Гэр бүлийн эхнэр нөхрийн журамт ёсыг сахихгүй байх, өөр хоорондоо ойлголцохгүй байх, нэг нэгнээ хүндлэхгүй байх, нэг нэгнээ хуурах тохиолдолд гэр бүл тогтворгүй болох сөрөг үр дагавар гардаг.
Өөрийн жаргалыг урьтал болгох нь үүрэг хариуцлагаа хөсөрдүүлсний гэм болохыг ухаарах	Эх хүн үр минь өвдвөөс би өмнөөс нь өвдье, надад муугаар нөлөөлсөн ч үрд минь тустай тул би үүнийг хийх ёстой, надад тустай ч үрд минь муу нөлөөтэй тул би үүнийг хийх ёсгүй гэж өөрийн сайн сайхан нөхцөл байдлаас ямагт татгалзаж үр хүүхдэдээ бүхнийг зориулдаг. Эцэг хүн гэр бүл болон эхнэр хүүхдэд минь муу нөлөөтэй бол би үүнийг хийх ёсгүй хэмээн үүрэг хариуцлагаа ухамсарлахгүй бол “Надад хэцүү байна, би хийхгүй, надад таатай байна, би хийнэ” гэж өөрийгөө бодсон шийдвэр гаргаж эхэлдэг. Энэ нь эцгийн үүрэг хариуцлагыг хөсөрдүүлсний гэм юм. Ийнхүү шийдвэр гаргавал гэр бүлд таагүй уур амьсгал бий болж, хань ижил нь сэтгэл дундуур болох улмаар сэтгэл хөрөх сөрөг үр дагавар ч гардаг.
Үр хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд хичээхгүй байх	Монголчууд “Үхтэл үр харам” гэж ярьдаг. Эцэг эхчүүд үхтэлээ үр хүүхдийнхээ төлөө хамаг бүхнээ зориулж, үр хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд хичээхгүй, үр хүүхдээ тоохгүй, өөрийн үүрэг хариуцлагаа хөсөрдүүлбэл үр хүүхэд нь хүмүүжилгүй болдог гэмтэй.
2.2.3. Үүрэг хариуцлага ухамсарласан эцэг эх болох	
Хариуцлагатай бусад эцэг эхчүүдээс суралцах	Үүрэг, хариуцлага гэж юу вэ, яавал үүрэг хариуцлагатай болох вэ, үүрэг хариуцлагатай байсны ач тус юу вэ, үүрэг хариуцлагагүй байсны гэм юу вэ гэдгийг сайтар танин мэдэж, мэдсэнээ эргэцүүлэн өдөр тутамд боддог байх учиртай. Ийнхүү бодохын зэрэгцээ бусад хүн хэрхэн үүрэг хариуцлагатай болсон байна гэдгийг ажиглаж, түүнээс суралцаж, өөртөө дадал хэвшил болгох хэрэгтэй.
Хань, үр хүүхдээ асрах энэрэх	Ханийнхаа ачийг нь “Энэ хүн ийм ачтай, энэ хүнийг би хэрхэн баярлуулах вэ, энэ хүнийг өвчингүй, элдэв барцад саадгүй хэрхэн түшиг тулгуураа болгож авч явах вэ” гэж олон дахин бодох хэрэгтэй. Мөн үр хүүхдийнхээ төлөө “Би энэ хүүхдүүдийн эцэг/эх болчихсон байгаа, яавал би үр хүүхдээ амар амгалантай, яавал зовлон бэрхшээлгүй өсгөж, амьдралд нь зөв хөтлөх вэ” гэж цаг хугацаа гарган өдөрт хэд хэдэн удаа бодож байх, би хариуцлагатай байх ёстой шүү гэж хандвал хань, үр хүүхдээ асрах, энэрэх сэтгэл төрж, хариуцлагатай байж чадна.

3. УЛАМЖЛАЛТ ӨВ СОЁЛООСОО СУРАЛЦЪЯ

МОНГОЛЧУУДЫН УГСАА ГАРВАЛЬ

Түүхийн нэг ижил цаг хугацаанд, нэг нутагт нэгдэн нягтарч бүрэлдсэн, нэг өвөг дээдсээс гаралтай, ижил хэл соёлтой ард түмнийг угсаатан (ethnicity, ethnos) гэдэг. Аливаа ард түмэн өөрсдийн төрийг буй болгож, нэгэн төрийн дор нэгдсэнээр хэл, соёл, сэтгэлгээний адилсал буй болж, нэгэн угсаатан бүрэлдэх гол суурь дэвсгэр, нөхцөл нь болдог ажээ. Монгол угсаатны үүсэл гарваль Хүннү гүрнээс эхтэй бөгөөд Монголын эзэнт гүрний үед төгс төлөвшлийг олж, бүрэлдэн тогтсон юм. Түүнээс хойших 800 жилийн хугацаанд болж өнгөрсөн түүхийн нугачаа, хугачаа, нарийн ээдрээтэй үйл явцын улмаас эдүгээ монгол угсаатнууд Монгол, Хятад, Орос, Хиргис, Афган зэрэг хэд хэдэн оронд хуваагдан амьдарч байна. Судлаачдын үзсэнээр эдүгээ дэлхийд өөрийгөө монгол угсаа гарвальтай гэж тооцдог 10 сая орчим хүн байгаа ажээ.

Угсаатан, үндэстэн (nation) гэсэн хоёр үг заримдаа ижил утгаар, заримдаа ондоо утгаар хэрэглэгдэж ирсэн бөгөөд угсаатан нь үндэстэн гэсэн үгээсээ илүү ерөнхий, өргөн хүрээтэй утга санааг илэрхийлнэ. Үндэстнийг нэгтгэх хамгийн гол шинжүүд бол ДНК, хэл, үндэсний ухамсар гурав юм. *“Хэл, хил, мал гуравтайгаа байвал хэн баян бэ, Монгол баян”* гэж төрийн шагналт, яруу найрагч Зундуйн Дорж шүлэглэсэн нь буй.

Аливаа хүн аль нэг угсаатны бүлгийн нэгэн гишүүн хэмээн өөрийгөө хүлээн зөвшөөрөх, ямарваа нэг угсаатан өөрсдийгөө өөр бусад үндэстнээс өөр гаралтай, өөр угсаатан хэмээн ялган зааглах үзлийг үндэсний ухамсар (ethnic identity) гэдэг. Үндэсний ухамсар гэдэг нь тухайн ард түмэн өөрийнхөө онцлогийг хадгалан үлдэхийн тулд, эртнээс түүнийг тусгаар үндэстэн байлгаж ирсэн тэр л чанаруудаа хадгалж, хойч үедээ өвлүүлэн үлдээх хүсэл зоригийг хэлнэ. Монголын ард түмний оюун санаа үзэл ухамсарт олон зууны турш хадгалагдан уламжлагдаж ирсэн үндэсний үзэл сэтгэлгээг шинэ ахуй нөхцөлд сэргээн хөгжүүлж, залуу үеэ үндэсний үзэл, ухамсартай, өв соёл, түүх, хэл бичиг, зан заншил, шашин суртахуунаа сайн мэддэг, дээдлэн хүндэтгэдэг, жинхэнэ монгол хүн болгон хүмүүжүүлэхэд монголч үзэл, үндэсний ухамсар нэн хэрэгтэй болно. Энэ тухайд их зохиолч Д.Нацагдорж:

“Монгол гэдэг нэр ертөнцийн чихнээ дуурсалтай

Монголын төлөө гэдэг санаа бидний зүрхэнд хадаастай” хэмээн яруу сайхан шүлэглэсэн байдаг.

Аль нэгэн угсаатны доторх ардын уламжлалт эдийн болон оюуны соёлоо хадгалан буй, хэл аялгуу, хэв заншил, аж төрөх ёс, соёлын онцлогоор холбоотой хүмүүсийн нийтлэгийг **угсаатны бүлэг буюу ястан** гэнэ. Бидний Ойрад буюу баруун монголчууд гэж ярьдаг угсаатны бүлгүүд баруун аймгуудад зонхилон амьдардаг. Ялангуяа Ховд аймгийн олон үндэстэн, ястны өлгий гэж эртнээс нэрлэж ирсэн. Ховдод өөлд, мянгад, торгууд, урианхай, захчин, Увс аймагт баяд, дөрвөд, хотон ястнууд амьдардаг. Мэдээж монголын хүн амын 80 гаруй хувийг эзэлдэг халхчууд бүх аймагт буй. Хөвсгөл аймагт дархад, цаатан, зүүн аймгуудад дариганга, барга, үзэмчин, хамниган, Хэнтий, Дорнод, Хөвсгөл, Сэлэнгэ аймгийн хойд талын сумдад буриадууд, харин Баян-Өлгий аймагт түрэг угсааны казах үндэстэн ба урианхай ястан оршин суудаг.

Монгол туургатны өнөр бүлд багтсан угсаатны бүлэг бүрийн өвөрмөц өнгө төрх бүхий аман аялгуу, ардын билиг, хувцас чимэглэл, зан заншлын ялгааг өнгө булаалдан алаглах цэцгийн мандалтай зүйрлэж болох юм. Монголын олон ястны өвөрмөц онцлогийг илэрхийлсэн хувцас хэрэглэл нь тухайн ястан, угсаатны бэлгэдэл, зан үйл, амьдралын хэв маяг, содон шинжийг тусган агуулсан байдгаараа бусдаас ялгарах өөрийн гэсэн “хэл”-тэй. Өөрөөр хэлбэл уламжлалт хувцас, гоёлоор нь өмссөн эзнийх нь яс, язгуурыг таньж болно гэсэн үг юм. Угсаатны бүлэг бүрийн соёл, уламжлал өөр хоорондоо ялгаатай. Ойрадын олон ястнууд тус бүрийн онцлог бүхий бий биелгийг экил, товшуурын аянд биелэн бүжиглэдэг

бол буриад зон, еэхэр, ёохор хэмээх тойрон бүжгээ гар гараасаа барилцан хатирч, дуулан бүжиглэдэг. Халх найранд уртын дууг хуурын ая хамсраатай гоцолж, бадаг хооронд нь нийтээр түрлэг хийж дуулдаг бол баруун монголд хөгжмийн ая хамсраагүйгээр олуулаа дуулж найрладаг. Юүдэн малгайг дөрвөд хүн баруун тийш харуулж өмсдөг, хотон ястан зүүн тийш харуулж өмсдөг. Харин халхууд эгц хойш нь харуулж өмсдөг. Түүх уламжлалыг нь харгалзан монгол үндэсний сурын харвааг халх сурын харваа, буриад сурын харваа, урианхай сурын харваа гэж ангилдаг. Энэ мэт нэгэн ангилалд багтах соёлын илэрхийллүүд угсаатны бүлэг бүрд өөр өөрийн өвөрмөц онцлогтойгоор илэрч байгаа нь монголчуудын өв соёл, ёс заншил, зан үйл хэчнээн баялаг олон талтай болохыг батлан харуулж байна.

Угсаатны бүлэг бүр өөрийн тамгатай байсныг илтгэх зүйр, цэцэн үгс

Саран тамгатай

Шагай хээр адуутай боржигид

Гал тамгатай

Ганзага имтэй өөлдүүд

Нар саран тамгатай

Нарийхан малиа ташууртай

Найман гол нутагтай хошууд

Малгайны орой нь дуулга хэлбэртэй

Малын тамга нь нуман хэлбэртэй

Урианхайчууд

МОНГОЛ ГЭР

Гэр нь монгол үндэстний гоо сайхны мэдрэмж, уламжлалт гар урлал, бэлгэдлийг цогцоор хадгалсан, хүн амьдрахад тохь тухтай, байгалийн гаралтай бүтээгдэхүүнээр өвч бүтдэг, уран барилгын өвөрмөц шийдэл бүхий нүүдэлчин монголчуудын уламжлалт эко сууц юм. Гэр нь тойрог суурьтай, тал бөмбөрцөг маягийн хэлбэртэй, гэрэл, дулаан болон агаарын зөв солилцоотой, газар хөдлөлт, салхи шуурганд тэсвэртэй, бөх бат, нүүж тээвэрлэхэд хөнгөн авсаархан, барьж буулгахад хялбар, эвхэж задалж угсрагдах оньсон зохиомжтой, том бага янз бүрийн хэмжээтэй хийж хэрэглэж болдог онцлогтой.

Нүүдлийн соёлын үнэт зүйлсийн нэгдмэл цогцлолыг өөртөө багтаасан монгол гэр нь газрын хөрсөнд эвдрэл үлдээдэггүй, нүүхэд хог хаягдал гардаггүй, ил хөрсөн дээрх нөхөн сэргээгдэж байдаг байгалийн материалаар бүтдэг, хүний эрүүл амьдрах таатай нөхцөл бүрдүүлдэг хүн байгалийн хүйн холбоог бодитой илэрхийлэгч хосгүй гайхамшигт байгальд ээлтэй сонгомол сууц юм.

Монгол гэрийн уламжлалт урлал зан үйл нь нүүдэлчин ард түмний олон мянган жилийн түүх, соёлын үнэт ололт төдийгүй хүн төрөлхний соёлын олон төрөл зүйлийг баяжуулж байгаа ховор хосгүй үнэт өв болно.

Гэр нь газар хөдлөлтийн үед ч аюулгүй, тохь тухтай өвөл дулаан, зун сэрүүн байдаг төдийгүй хурдан шилжин байрлах боломжтой (барьж буулгах туршлагатай дөрвөн хүн 15-20 минутад буулгаж, 20-30 минутад барина) өвөрмөц шийдэлтэй. Гэр бол эртнээс нааш нүүдэлчин монголчуудын уламжлалт сууц төдийгүй хэв заншил, ёслол, зан үйлийн бичил орчин, соёлын орон зайн (cultural space) үүргийг гүйцэтгэсээр ирсэн билээ. Монгол хүний амьдралын орчил дахь гол гурван үйл явдал: Шинэ хүн төрөх, хуримлах, насан өөд болох тэрчлэн эсгий хийх, шинэ гэр барих, гал голомтоо тахих, нүүдэллэх зэрэг уламжлалт зан үйл, ёслолууд цөм монгол гэрийн оршихуйн хүрээ, соёлын орон зайтай нягт холбоотойгоор өвлөгдөж ирсэн. Монгол гэр нь монголчуудын нүүдлийн соёлын хэв маяг, үндэстний өвөрмөц онцлогийг илтгэн харуулж дэлхийд Монголын ард түмний нэрийн хуудас болж байдгаараа онцлог.

Гэр нь нүүдэлчин монголчуудын уламжлалт гар урлалын олон төрлийг өөртөө агуулсан ховор хосгүй өв юм. Монголчуудын гэрийг урлахдаа үе үеийн оюуны их ололтыг багтаасан мэдлэг ухаан, гар урлалын өвөрмөц арга барил, бэлгэдэл, зан үйлийг үе дамжуулан уламжилж иржээ. Монгол гэр яс мод, бүрээс, оосор хошлонгоос бүтэх бөгөөд гэрт тохирсон нүүж тээвэрлэхэд хөнгөн хийц бүтээц бүхий тавилга хэрэгсэлтэй байдаг. Гэрийн мод нь унь, тооно, хаалга, хана, багана, тавилга хэрэгслээс бүтдэг бөгөөд эдгээрийг урлах тооночин, уньчин, ханачин, хаалга тавилга хэрэгслийг урладаг мэргэшсэн урлаачид байдаг.

Нүүдэлчин монголчууд гэрийнхээ төвд зуух, тулгаа байрлуулж “гал голомт” хэмээн хүндэтгэдэг. Гал голомтоо тойруулан тавилга, эдлэл хэрэглэл байрлуулж дүгрэг хэлбэртэй нэг эзлэхүүнт нүүдлийн соёлын бичил орон зай үүсдэг онцлогтой. Гал голомтоос үүдэн гэр бүл, айл, хот айл, саахалт айл, өвөлжөө, хаваржаа, зуслан, намаржаа түүний бэлчээр нутаг гэх мэт тэлэн хөгжиж, тухайн орон зай болгондоо нүүдлийн соёл иргэншлийн бүхий л тогтолцоог баяжуулж байдаг.

Монгол гэр бол ертөнцийн бичил загвар юм. Дөрвөн ханатай, жаран уньтай гэр, нарны цагийн хуваарьтай нягт уялддаг бөгөөд тоононы хүрээнд гаргасан нүх бүр нэгэн жарны дотор багтах 60 жилийн тоотой тэнцэнэ. Ийнхүү нарнаас цацарсан гэрэл мэт тоононы углуургаас тодорхой өнцгөөр алсалсан унь бүрийг жил тус бүрийн нэрээр нэрлэж (“согтох төгөлдөр”, Алтан унжлагат” г.м) эрин жарныг тооцдог монгол заншил ч бас байжээ. Монголчууд гэрийнхээ хаалгыг ямагт өмнө зүг харуулж барьдаг. Харин унтахдаа хоймор тийш тэргүүнээ, хаалган тийш хөлөө хандуулдаг. Монгол орны хувьд хойд зүг бол дэлхийн соронзон орны төв цэг. Монгол гэрт амьдарч буй хүн ийнхүү дэлхийн соронзон орны дагуу байрлах учир зүрх судасны өвчлөлд тэр бүр нэрвэгдэхгүй.

Монгол гэр амьсгалдаг. Гэрийн хийц хэсгүүд мод, эсгий зэрэг “амьд” эд эсээс бүтдэг нь түүнийг Төв Азийн эрс тэс уур амьсгалд зохицох чадвартай болгожээ. Энэ чадвар нь хонины ноосны микронтой холбоотой. Халуунд хонины ноосны микрон тэлж, агаарыг чөлөөтэй оруулдаг учир сэрүүн шинж чанартай. Харин хүйтэнд эсрэгээрээ микрон нь агшиж, дулаанаа сайн хадгалдаг.

Гэр барихдаа авдар сав, ор, эргэнэг зэрэг томоохон тавилгыг гэрийн буурь дотор тойруулан тавиад хатавчны баруун хананаас эхлэн хана тус бүрийг хооронд нь зөв амаар нийлүүлэн боож, дугуйлан ширлээд, хаалгаа барин дотуур хошлон татна. Дараа нь тооноо өргөж босгоод униа өлгөдөг. Гэрийн яс модоо босгосны дараа гэрээ бүрээслэн гадуур эхлээд дунд талын хошлонг (бүслүүрийг) дараа нь дээд талын хошлонг, сүүлд доод, хошлонг татна. Хошлонг заавал гэрийн баруун талаас эхэлж татна. Хамгийн сүүлд өрхөө тавьдаг заншилтай.

Гэр буулгахдаа хамгийн түрүүнд гэрийн бүрээсний оосор, бүслүүрийн уяаг тайлна. Дараа нь өрхөө авч гэрээс хойш зайдуу газар эвхэж тавина. Хойд талын дээврийг урьдаар авч, өмнө талын дээврийг дараа нь буулгана. Туургыг баруун талаас нь дараалан хуулж авна. Гэрийн модыг буулгахдаа хамгийн түрүүнд униа авч, гэрийнхээ тооныг буулгах ба тооноо нүүх зүгт хандуулж буулгана. Буулгах нь барихаасаа хялбар.

Гэрийн доторх орон зайг гал голомтоор төвлөх бөгөөд баруун, зүүн, хоймор, үүдэн тал хэмээн дөрөв хуваана. Гэрийн баруун талд малын тоног хэрэгсэл (эмээл, хазаар, ногт, чөдөр, хөгнө г.м), айраг, ундаа цагааны хөхүүрийн хөрөнгө, өрхийн тэргүүний болон, хүүхдүүдийн хувцас хунарыг хураадаг бараа, гэрийн хойморт айл гэрийн эрхэм зүйл (хурдан морины хусуур, морин хуур г.м) бурхан тахил, шүтээний зүйл мөн байрлах тул гэрийн хүндэтгэлийн зай болно. Гэрийн зүүн хэсэгт гэрийн эздийн ор дэр байх бөгөөд эзэгтэйн авдар, эмэгтэй хүний хувцас, гоёл чимгийн зүйл байна. Хатавчин талд гал тогооны хэрэгсэл, тавиур, эргэнэг зэргийг тавьдаг.

Бусдаас гуйх дутуу юмгүй

Дээдсийн хайрласан малчин ахуйн

Дээдийн сайхан зохилдлого оршсон

Дээдсийн өргөө монгол гэр мину.

Оньсого:

Үе үеэрээ нийлэх сайхан

Үнэгэн хүрмээ өмсөх сайхан

(гэр барих)

Эргэн эргэн наадаад

Эгч дүүтэйгээ золгож наадаад

Дурдан бүсээ зангилж наадаад

Туухай бүсээ зангилж наадна

(гэр барих)

Хорио цээр, хэв ёс

Хуучин буурины ормын дээр гэр барихыг цээрлэнэ.

Гэрээ уул хөтөл тийш хандуулж барихыг цээрлэнэ.

Зочин гэрийн эзнээс ах бол баруун хойморт, үе тэнгийн бол баруун талд, дүү бол баруун өмнө чигт сууна. Зочин эмэгтэй бол гэрийн эзэгтэйгээс эгч нь дээд талд, дүү бол доод талд суудаг. Гэрийн баганыг тэвэрдэггүй, алдалдаггүй, түшиж, наалдаж зогсдоггүй. Муу ёрын шинж гэнэ. Босгон дээр суудаггүй, зогсдоггүй, ярилцдаггүй, гишгэдэггүй. Гарахдаа босгон дээр бүдэрвэл нэн муу гэж үзнэ. Гэрээс гарз гарна гэсэн утга. Хэрэв босгонд бүдэрч орхивол буцаж орж ирээд дөрвөлжнөөс аргал авч, галд хийж, асаагүй бол асаах ёстой.

МОНГОЛЧУУДЫН СОЁЛЫН БИЕТ БОЛОН БИЕТ БУС ӨВ

Түүхэн тодорхой орон зай, цаг үеийн аль нэг хэсгийг төлөөлж чадах байгаль, нийгэм, түүх, соёл, урлаг, шинжлэх ухааны үнэ цэн, ач холбогдол бүхий соёлын үнэт зүйлсийг соёлын өв гэнэ. Соёлын өвийг дотор нь “соёлын биет өв”, “соёлын биет бус өв” гэж ангилдаг.

“Соёлын биет өв” гэж нүдэнд харагдаж, гарт баригдаж, биетээр оршин байгаа дурсгалыг хэлнэ. Соёлын биет өвийг дотор нь “түүх, соёлын үл хөдлөх дурсгалт зүйл”, “түүх, соёлын хөдлөх дурсгал” гэж бас ялган үздэг юм.

“Түүх, соёлын үл хөдлөх дурсгалт зүйл” гэдэг нь унаган газартаа хүрээлэн байгаа орчны хамт үнэ цэн, ач холбогдол нь илэрхийлэгддэг, оршин байгаа газраас нь хөдөлгөх боломжгүй тийм дурсгалыг хэлнэ. Түүх соёлын үл хөдлөх дурсгалд юуны өмнө эртний ургамал, амьтны чулуужсан олдворт газар, эртний хүний оршин сууж байсан ул мөрийг хадгалсан соёлт давхарга, чулуун зэвсгийн олдворт газар, хадны зураг, бичээс, булш, хиргисүүр, оршуулга, тахил, тайлгын байгууламж, эртний хот суурин, сүм хийдийн үлдэгдэл, архитектурын дурсгал, хөшөө дурсгал, эрт цагт ашигт малтмал олборлож, боловсруулж үйлдвэрлэл, газар тариалан эрхэлж байсан газар, түүнд холбогдох чулуун дурсгал, тахилгат газар, түүхэн үйл явдал болсон дурсгалт газрыг оруулж байна. Энэ төрөл хэлбэрийн соёлын өв нь бүтээгдсэн газартаа оршин байж, эх төрх байдал, түүх, соёл, шинжлэх ухааны үнэ цэн, ач холбогдлоо ямар нэг байдлаар хадгалж үлдсэн өвүүд юм. Түүх, соёлын үл хөдлөх дурсгал нь дангаар болон цогцолбор байдлаар оршино.

Монгол Улс палеонтологийн[1] олдвор[2], олдворт газраар[3] дэлхийд алдартай. Монголын үлэг гүрвэлийн олдвор нь ерөнхий тоо төрлийн хувьд АНУ, БНХАУ-ын дараа ордог боловч олдворын чанар чансаа, агуулсан мэдээлэл, шинжлэх ухааны ач холбогдлоор тэргүүлдэг. Тухайлбал: “Бүхэл бүтэн үүрээрээ чулуужсан үлэг гүрвэлийн өндөг”, “ноцолдож байж мөхсөн хоёр үлэг гүрвэл”, “Нэг дороос олдсон олон зулзага”, “Өндгөө дарж сууснаараа мөхсөн үлэг гүрвэл”, “Өндгөн дотроос олдсон үлэг гүрвэлийн үр хөврөл” гэх зэрэг шинжлэх ухаан, танин мэдэхүйн онцгой ач холбогдолтой, эртний амьтан судлал, орчин үеийн байгалийн шинжлэх ухаанд эргэлт гаргасан давтагдашгүй олдворуудыг нэрлэж болно.

Ази, Европ тивийн хээр талын бүс нутгаас эрдэмтэд түүх соёлын гайхамшигт дурсгал болох буган хөшөө 1000 гаруйг олж илрүүлжээ. Эдгээрээс 900 орчим нь Монгол Улсын нутагт байгаа ажээ.

Одоогоор манай орны 200 гаруй газраас хадны зургийн дурсгал олдож мэдэгдээд байгаа бөгөөд зөвхөн Алтай нурууны Цагаан салаагийн хадны зураг гэхэд 15 км үргэлжилсэн газарт 10 мянга гаруй зураг, дүрс байгаа нь тогтоогджээ.

Баянхонгор аймгийн Баянлиг сумын нутаг дахь Цагаан агуйг 1987-2000 оны хооронд Монгол-Орос-Америкийн судлаачид малтан шинжилж, уг агуйн хонгилд 13 үе соёлт давхарга байгааг илрүүлжээ. Цагаан агуйгаас олдсон 610 ширхэг чулуун зэвсгийн хийц, хэв загвар, соёлт давхаргын хөрсний дээжид хийсэн лабораторийн нарийн шинжилгээ зэргээс үндэслэн энэ агуйд эртний хүмүүс хуучин чулуун зэвсгийн үеэс неолитын үе хүртэл тасралтгүй амьдарч байсныг тогтоосон юм. Судалгааны хамгийн чухал үр дүн бол Монголын нутагт эртний хүн 750000-800000 жилийн тэртээгээс амьдарч байсныг он цагийн баттай баримтаар баталсан явдал юм.

“Түүх, соёлын хөдлөх дурсгалт зүйл” гэж тодорхой орон зайд шилжүүлэн байрлуулах боломжтой дурсгалыг хэлнэ. Тухайлбал: Эрдэнийн чулууны ховор олдвор, солир, археологийн олдвор, угсаатны хувцас, чимэглэл, уламжлалт аж ахуйн тоног хэрэгсэл, хөдөлмөрийн багаж зэвсэг, угсаатан, ястны уламжлалт хөгжмийн зэмсэг, эд өлгийн зүйл, уламжлалт тоглоом, наадгай, уламжлалт шашин, шүтлэгийн холбогдолтой эд өлгийн зүйл, бичгийн дурсгалт зүйл, дүрс, дуу авианы баримт, дүрслэх урлагийн бүх төрлийн бүтээл, уламжлалт монгол эмнэлгийн оношилгоо, эмчилгээний хэрэглэгдэхүүн тэдгээрт холбогдох эд өлгийн зүйл, гэр, сууц тэдгээрт холбогдох эд өлгийн зүйл зэрэг ямар ч үед зөөж хөдөлгөж болох дурсгалт зүйлсийг багтаан оруулж байна. Түүх, соёлын хөдлөх дурсгалыг хадгалж хамгаалах, сурталчлах зорилгоор музей, номын сан, архив, үзэсгэлэнгийн танхимуудад зөөн авчирч, хадгалж үзүүлж байдаг билээ. Түүх, соёлын хөдлөх дурсгалыг үнэ цэн ач холбогдол, дахин давтагдашгүй байдал зэрэг шалгуураар хосгүй үнэт, үнэт гэж зэрэглэдэг. Зарим нэг жишээг дурдвал: Чойжин ламын сүм музейд Монгол Улсын хосгүй үнэт өв болох Жамсран бурхны улаан шүрэн баг, иж бүрэн өмсгөл хадгалагдаж байдаг. Энэ бүтээлийг XIX зууны үед хүрээний алдарт барималч Пунцаг-Осор цаасан шуумлын аргаар урлаж, алт, мөнгө, шүр, сувд, эрдэнэсийн чулуугаар чимэглэжээ. Цамын багийг бүтээхдээ уг бурхны хилэнт дүр төрхийг 6000 гаруй том, жижиг цэвэр улаан шүрээр нүүрний булчингийн дагуу шигтгэж урласнаараа давтагдашгүй гайхамшигтай бүтээл болжээ. Цамын баг нь дангаараа 30 кг жинтэй бөгөөд өмсгөлтэйгөө нийлээд 70 кг жинтэй ажээ.

Занабазарын нэрэмжит дүрслэх урлагийн музейд өндөр гэгээн Занабазарын урласан язгуурын таван (Цаглашгүй эрдэмт, Үйл бүтээгч, Машид гийгүүлэн зохиогч, Уурыг тэвчигч) бурхан, бодь суварга, цагаан, ногоон Дарь эх зэрэг зэсээр цутгаж, алтаар шарсан, монгол хүний урлан бүтээх арга ухаан, ур чадварын гайхамшгийг илтгэсэн ховор хосгүй бүтээлүүд хадгалагдаж байдаг. Бурхны баримлыг ямар ч залгаасгүйгээр бүтэн цутгуурын аргаар

1 Эртний амьтан, ургамлын үлдэгдлийн судалгаан дээр тулгуурлан, Дэлхий дээр оршин байсан эртний амьдрал түүний төрлүүдийг тодорхойлдог Биологи ба Геологийн шинжлэх ухааны уулзвар дээр оршдог салбар шинжлэх ухаан

2 Эртний амьтан, ургамлын чулуужсан үлдэгдэл, ор мөрийг палеонтологийн олдвор гэнэ.

3 Тэдгээрийг агуулсан хурдас чулуулаг түүний тогтцыг палеонтологийн олдворт газар гэнэ

бүтээдэг нь Занабазарын бүтээлүүдийн онцлог, хосгүй үнэт чанарын илэрхийлэл болдог. Цагаан Дарь эх, Ногоон Дарь эхийг бүтээхдээ эмэгтэй хүний бие, сэтгэлийн гоо сайхныг нээн харуулж амьд сэрүүн мэт дүрсэлсэн байдаг. Эдгээр дагинасыг үе гишүүн тэгш чийрэг, залуу мяраатай, маш зөөлөн тэгшхэн мөртэй, бөөрөнхий бэлхүүстэй, бурхны биеийн дүрслэлийн гучин хоёр бэлгэ, наян найргийг багтаасан, жинхэнэ гоо сайхан хүний байдлаар урласан. Энэ тухайд төвд судлаач, доктор Л.Хүрэлбаатар *“Энэ бол ертөнцийн хүнийг бясалгалын бурхдын дүрд оруулж, тэнгэрийн дагинасыг эгэл эмэгтэйн дүрсэнд урвуулж, энэтхэг Дарь эхийг монгол Дарь эх болгож, угтаа шашны урлагийг ардын урлалтай нийцэлдүүлж, сонгодог урлагийн бүтээл болтол хөгжүүлж чадсан Занабазарын урлагийн их шинэчлэл юм”* хэмээн үнэлсэн байдаг.

“Соёлын биет бус өв”-д алив угсаатан, үндэстний эх хэл бичиг, аман зохиол, язгуур урлаг, гар урлал, зан үйл, ёс заншил, тоглоом наадгай, баяр ёслол, ардын уламжлалт эрдэм ухаан, байгалийн мэдлэг, уламжлалт үйл бүтээлийн арга технологи зэрэг хүний оюун санаа, ухаан бодол, авьяас чадварын илэрхийллүүдийг багтаан хамааруулдаг. Соёлын биет бус өв нь биет өвтэй харьцуулахад барих биегүй, нярав нягтлангүй, хамгаалах арга нь хараахан төлөвшөөгүй, хүнтэйгээ хамт алга болох, устаж мартагдах эрсдэл өндөртэй эмзэг өв учраас түүнийг хамгаалах, судалж, сурталчлах, хойч үед өвлүүлэхэд уг өвийн онцлогт тохирсон өвөрмөц арга хэлбэр шаардагдана.

Соёлын биет өв бол нэр үгийн хуримтлал. (хөшөө, дурсгал, сүм дуган, хөөрөг, даалин гэх мэт) Нэгэнт бүтээгдчихсэн учраас өнгөрсөн цагт харьяалагдана. Хамгаалах гол арга нь харуул хамгаалалт, дохиолол гэх мэт.

Соёлын биет болон биет бус өв бол үйл үгийн хуримтлал (урлах, тахих, цэцлэх, хайлах, биелэх, гэх мэт). Одоо ба ирээдүй цагт хамаарна. Хамгаалах хамгийн гол арга нь хойч үед өвлүүлэх. Үүгээрээ ялгаатай.

“Аливаа ястан үндэстний оюуны тэнхээ нэр үгийн хуримтлалаар бус, үйл үгийн хуримтлалаар хэмжигдэнэ” гэсэн Дарамын Батбаяр зохиолчийн гүн утгатай онч мэргэн үгийн цаад утга нь соёлын биет болон биет бус өвөө хэрхэн хамгаалж, хөгжүүлж, баяжуулж чадахаас монгол үндэстний одоо ба ирээдүй, орших, эс оршихуйн асуудал шийдэгдэнэ гэсэн санаа юм. Соёлын өв хамгаалах гэдэг зөвхөн түүх соёлын дурсгалт зүйлийг (биет өвийг) хамгаалах явдал гэж үзэж байсан цаг саяхан. Гэтэл эдгээр өв дурсгалыг бүтээж, дархалдаг арга технологи, ур ухаан, авьяас чадварыг хамгаалж тэдгээрийг өвлөгч авьяастнуудыг олж тогтоон бүх талаар дэмжиж туслах, хойч үед өвлүүлэх нь өв хамгаалах ажлын тулах цэг юм гэдгийг хүн төрөлхтөн XX, XXI зууны зааг дээр сая ухаарч, соёлын биет бус өв түүний өвлөгчийн тухай асуудлыг соёлын бодлогын төвд тавих болов.

Монгол бичиг, монгол наадам, морин хуур, уртын дуу, хөөмий, монгол тууль, монгол гэрийн урлал гэх мэт нүүдэлчин монголчуудын амьдрах арга, аж төрөх ёсноос үүсэж, монгол үндэстнийг түүхийн тавцанд товойн тодроход гарамгай үүрэг гүйцэтгэсэн, эдүгээ хүн төрөлхтний соёлын олон төрөл байдалд өнгө зүс нэмж, улс түмнүүдийн харилцан ойлголцол, эвсэг найрсаг харилцааны гүүр болж, хүн төрөлхтний бүтээлч чадварын баталгаа болж байдаг соёлын биет бус өвийн олон төрөл буй. Монголчуудын соёлын биет бус өвийн уламжлалт төрөл зүйлс бол нэг талаар нэмэх ч юмгүй, хасах ч юмгүй болсон, төгс төгөлдрийн түвшинд дөхсөн өв. Нөгөө талаар өөрийгөө цаг ямагт ариусгаж, засаж залж явдаг, орчин ахуйдаа дасаж, өөрчлөгдөж боловсорч байдаг онцлогтой өв. Тухайлбал:

Монгол наадам нь монголчуудын өв соёлын үнэт зүйлсийг агуулж тээж яваа цогц өв юм. Монгол наадмын ачаар монгол бөх, хурдан морины уралдаан, сур, шагайн харваа монгол гутал, жанжин малгай, асар, майхан гээд соёлын өвийн олон төрөл зүйл он цагийн донсолгоонд мартагдаж орхигдолгүй үлдсэн билээ. Морин хуур, уртын дуу хоёр, Бий экил хоёр бие биеэ авч ирсэн шиг эрийн гурван наадам цаашдаа ч монгол соёлын дархлаа болж өвийн олон зүйлийг аварч, авч үлдэх нөөц боломж бүхий өв. Монгол наадам нь Соёлын биет

бус өвийн Үндэсний төлөөллийн жагсаалт болон ЮНЕСКО-ийн Хүн төрөлхтний төлөөллийн жагсаалтад бүртгэгдсэн өв юм. “Баяр наадмын тухай” Монгол Улсын хуульд “Үндэсний их баяр наадам нь Монгол Улсын тусгаар тогтнол, бүрэн эрхт байдлыг бэлгэдсэн, үндэсний уламжлалт их баяр мөн” гэж заасан байдаг. Монголчуудын нэрийн хуудас болсон морин хуур, уртын дуу, хөөмий, тууль, бий биелгээ зэрэг ардын урлаг, аман билгийн олон төрөл зүйл эдүгээ дэлхийд данстай болж ЮНЕСКО-гийн “соёлын биет бус өвийн хүн төрөлхтний төлөөллийн жагсаалт”-д орсон болно.

Өвгөд дээдсийнхээ бүтээсэн өв соёлоор бахархаж, утга учир, уламжлалыг нь танин мэдэх, өвлөн залгамжлах нь залуу хойч үеийнхний үүрэг юм. Үүний тул эх орноороо аялах, түүхэн дурсгалт газруудыг үзэх, малчин түмний амьдрал, зан заншилтай танилцах, төв орон нутгийн музей үзэсгэлэн үзэх, өвлөгч авьяастнуудад шавь орж суралцах зэрэг олон арга хэрэгслийг ашиглах нь чухал.

ГАЗАР УСНЫ НЭРИЙН УЧИР

Газар нутгийн нэр бол нэн эртний улбаатай түүхэн үзэгдэл юм. Уул, нуруу, дов толгод, тал хөндий, гол мөрөн, нуур тэнгис, тойром бүрд, жалга судаг, уулын ам, орой бүгд өөр өөрийн нэртэй. Эдгээрийг судалдаг шинжлэх ухааны салбарыг газар нутгийн нэр зүй буюу топоним гэдэг. Энэ шинжлэх ухаан бол газар нутгийн нэр үүссэн түүх, хувьсал өөрчлөлт, одоогийн байдал зэргийг судалдаг юм.

Газар нутгийн нэр нь оноосон нэр ба дэвсгэр нэрээс бүтнэ. Оноосон нэр гэж тухайн газар усанд оноож мөнхжүүлсэн нэрийг хэлдэг. Оноосон нэрийн дараа байрладаг, ялган тодотгох үүрэгтэй, хэлж хэвшсэн нэрийг дэвсгэр нэр гэнэ. Тухайлбал: *“Сэлэнгэ”* гэдэг оноосон нэрийг дангаар нь голын нэр үү, хүний нэр үү, аймгийн нэр үү, үүлдрийн нэр үү гэдгийг ялгах аргагүй. Харин Сэлэнгэ гэдэг үгийн дараа мөрөн гэдэг дэвсгэр нэрийг хэрэглэвэл сая утга нь бүрэн тодорно. Газар нутгийн дэвсгэр нэрсэнд: Жалга, нуруу, тойром, хөндий, хошуу, гол, горхи, нуур, тал, дөрөлж, салаа, үзүүр, дэл, хамар, овоо, хонхор, хад, цохио, булан, зоо, эрэг, дэнж, элс, цав, тохой, говь, хэц, хясаа, чулуу, аараг, бөөрөг, гүвээ, энгэр, гуу, арал, сархиа, туурь, ганга, дэрс, дэвсэг, богоч, бэлчир, зураа, шил, нуга, ширээ, ус, хотгор, бэл, дов, бүрд, сэрвэн, рашаан, орой, боом, царам, эх, гарам, таг, өвөр, асга гэх мэт нэрийтгэлүүд багтана.

Газар усны нэр бол тухайн орон нутагт амьдарч ирсэн ард түмний ахуй амьдралын өвөрмөц онцлогуудтай нь нягт холбоотой учир тэр улс үндэстний түүх, эдийн засаг, соёл, хэл, зан заншил, шүтлэг бишрэл, нүүдэл суурьшил, хүмүүсийн танин мэдэхүйн хэр хэмжээг тодорхойлоход чухал ач тустай мэдээллүүдийг өөртөө хадгалж байдаг. Монголчууд багахан газарт ч болов заавал нэр өгөхийг чухалчилдаг. Энэ тухайд ахмад зохиолч Бөхийн Бааст: *“*Ард түмэн нэр хайрлаагүй алга дарам газар байхгүй. Наран сэвстэй, Тооройн булаг, Элст мянганы булаг, Зуун тооройн шанд, Ногоон цавын хоолой, Харлаг тэх, Захуй зармангийн говь... Яруу найраг шиг... энэ олон нэрийн цаана ард түмний гэгээн их ухаан, тэдний амьдарч ирсэн урт зузаан түүх, домог хууч, дуу, хуур, гуниг, баярын нууцад увдис байгаа”гэж бичсэн нь буй.

Газрын нэр бол монгол түүхийн нэг хэсэг учраас иргэн бүр газар усаа оноосон нэр болон дэвсгэр нэрээр нь нэрлэж занших нь чухал юм. Газар усны нэр олон зуун жил хадгалагдаж ирсэн тогтвортой шинжтэй. Гэвч он цагийн уртад янз бүрийн шалтгаанаар өөрчлөгддөг тал буй. Хүний нэрд бэлгэдэл чухал байдаг бол газрын нэрд ялгарах онцлог нь чухал байна. Газар нутгийн нэрийн ихэнх нь тухайн газар зүйн онцлог, геологийн тогтоц, түүх соёлын уламжлал, ургамал, амьтны байдал, агуулж байгаа эрдэс баялаг зэргийн илэрхийлэл байдаг. Газар усны нэр зүй судалдаг эрдэмтэд монгол орны газар усны нэрийг дараах байдлаар хуваан ангилжээ: Үүнд:

Өнгө зүс заасан:

Цагаан богд, Хар ус, Орог нуур, Шаргын говь, Хөх нуур, Ногоон цав, Цэнхэрийн гол, Хонгорын элс, Бөөн цагаан нуур, Шархад гэх мэт

Хэмжээ заасан:

Их богд, Бага богд, Нарийн гол, Өргөн ширэг, Уртын гол гэх мэт.

Зүг чиг заасан:

Нэг дор буй олон адил газрыг зүг чигээр нь ялгах ёс байна. Говь гурван сайхан уулыг өөр хооронд нь Зүүн сайхан, Дунд сайхан, Баруун сайхан гэж ялгадаг. Мөн Баруун Богд уул, Зүүн Богд уул, Хойд Тамирын гол, Урд Тамирын гол, Эхэн хашаат (худаг), Дунд хашаат, Адгийн хашаат, Ар шанд, Өвөр шанд гэх мэт.

Хэлбэр дүрс, тогтцоор нэрлэсэн:

Сэнжтийн өндөр, Өндөр улаан, Ширээ, Ангархай, Дөш, Нуудгай, Хүүш, Товгор гэх мэт.

Ургамлаар нэрлэсэн:

Гацуурт, Улиастай, Тужийн нарс, Харганат, Хялганат, Мойлт, Буйлст, Яргайт, Зэгстэй, Сонгино хайрхан, Дэрсэнэ ус, Арцат, Хулст, Хуст, Харгайт, Зээргэнт гэх мэт.

Амьтнаар нэрлэсэн: Хандгайт, Бугат, Үнэгт, Гурт, Тарвагатай, Ангирт, Галуут, Ёлын ам, Хунт нуур, Ямаат, Шарга морьт, Арслан хад, Зараа толгой, Дааган дэл гэх мэт.

Хүн, малын эрхтний нэрээр нэрлэсэн:

Сүүж, Толгой, Бөөр, Гэзэг, Шанаа, Эрүү, Өвдөг, Хуруу, Нүдэн нуур, Уушгийн хад гэх мэт.

Цаг уурын байдлаар нэрлэсэн:

Сүүдэрт, Салхит, Хүйтний хөндий, Цаст, Мөст, Дулаан Богд, Үерт, Будант гэх мэт.

Шинж чанар заасан:

Халуун усны рашаан, Гашуун нуур, Хуурай ам, Шорвог нуур гэх мэт

Эрдэс баялгаар нэрлэсэн:

Ашигт малтмал агуулсан нэлээд орд газрын нэрийг хайгуулчид биш нүүдэлчид өгсөн байдаг. Тухайлбал Алтат, Эрдэнэт, Цахиуртай, Төмөртэй, Оюу толгой, Аранжин (зэс) толгой, Хөөт (чулуун нүүрст), Манат, Зост, Давст, Хужирт гэх мэт.

Тоо хэмжээгээр нэрлэсэн:

Таван толгой, Гурван сайхан, Долоод, Зуун мод, Гурван булаг, Найман нуур, Даланзадгад, Есөн булаг гэх мэт.

Түүх дурсгалын зүйлээр нэрлэсэн:

Бичигт хад, Хөшөөт, Байшинт, Бунхант, Бурхант, Лууны яст, Суварга хайрхан, Хөргийн хөндий, Сүмийн дэнж, Овоот гэх мэт.

Монгол гэр түүний бүрдэл хэсэг, эд хогшил, тусгасан нэр:

Уньт, Ханан, Тооно уул, Босго, Хаалга, Бүрхээр, Тогоо, Авдрант, Үүд гэх мэт.

Хүндэтгэл, бэлгэдлээр нэрлэсэн:

Хайрхан, Богд хан, Отгонтэнгэр, Чандмань, Өлзийт, Дэлгэрэх, Өгөөмөр, Ачит, Баян, Буянт, Цогт, Жаргалант, Дэлгэр, Бүрэн, Амгалан гэх мэт.

Монгол орны газар усны нэрд өнөөгийн Монгол хэлэнд ойлгогдохгүй болсон нэр нэлээд бий. Ийм нэрс нь түрэг, тунгус, манж, санскрит хэлний гаралтай. Үүнд:

Түрэг гаралтай нэр:

Хөвсгөл – хөх уст нуур *(түрэг. Көксүкүл)*, Тэс – түргэн *(түрэг. Тэз),* Байдраг – баян тариалан *(түрэг. Бай тарик)*, Байтаг – баян уул *(түрэг. Бай таг)* гэх мэт.

Манж түнгүс гаралтай нэр:

Сэлэнгэ *(Сэлэ буюу төмөрт гол)*, Ерөө (үер). Зэдийн *(зэсийн)* нуруу, Орхон *(өвст)* гэх мэт.

Төвд хэлний гаралтай нэр:

Хожуу 17 дугаар зуунаас хойш бий болсон. Ринчэнлхүмбэ *(Эрдэнэ сүндэрлэх),* Гандан нуур *(Төгс баясгалант),* Булнай *(Өргөлийн орон),* Дашбалбар *(Өлзий цог бадрах)*, Намнан *(Гэгээн үзэгдэл),* Дашинчилэн *(Өлзийт зөв эргүүлэг)*, Түй *(Угаал, ариутгал), Дүнжингарав (Цагаан лавай тэтгэх уул)* гэх мэт.

Санскрит гаралтай нэр:

Аюуш уул *(Насан төгөлдөр*), Балин *(Өргөл)* чулуу, Биндэр *(Вайдуряа-эрдэнийн чулуу)*, Ганга *(Дөлгөөн)* Дарь *(Тара-гэтэлгэгч)*, Мандал *(төвшин, дүгрэг)* гэх мэт.

Газар усны нэрийн домог: Газрын нэрийн гарлын тухай домог олон байдаг. Тэр тусмаа монголчууд бол газар нутгаа онцгой хайрлан хүндэлж, сайн сайхан бүхнээ уулс устайгаа холбон сүсэлж, газар усны нэртэй холбоотой домог хуучийг үеэс үед уламжлан арвижуулж ирсэн юм.

Их тэнгэрийн ам, Бага тэнгэрийн ам

“Хэрэйдийн Ван хан одоогийн Богд хан уулын ар биед Туулын хар шугуйд нутаглаж байсан учир ”Хан уул” хэмээх нэртэй болж. Ван хан хоёр бөөтэй байсан гэдэг бөгөөд нэгийг нь Их тэнгэр, нөгөөг нь Бага тэнгэр гэдэг байсантай холбоотой” нэр ажээ.

Шажин хурахын ам, Төр хурахын ам:

“Галдан бошготын цэрэг дарагдсаны дараа халхын олон ард нутаг усандаа эргэн ирэх зуур Өндөр гэгээн тэргүүтэй хутагт хувилгаад, лам хуврагууд Богд хан уулын зүүн хормойн эхний аманд хоноглосон учир Шажин хурахын ам, хойд аманд ноёд, тайж нар, тэдний бараа бологч нар, төрийн түшмэлүүд, харц албатууд нь хоноглосон тул Төр хурахын ам” гэж нэрлэх болжээ гэх мэт.

Эдүгээ хөдөөгийн хүн амын тодорхой хувь нь төв суурин газарт шилжин суурьшсан, сумдын нутаг дэвсгэрийн нэлээд хэсэгт айл, мал нутаглахаа больсон, хүн ам залуужсан, уул уурхайн олборлолт явагдаж, явуул, суугуул иргэдийн эзлэх хувийн жин ихэссэн зэрэг шалтгаанаас газар нутгийн хуучин нэр мартагдах магадлал өндөр байгаа юм. Иймээс нутгийн ахмадууд, малчдаас сурвалжлан газар орны уламжлалт нэрийг нарийвчлан тогтоож, мөнхжүүлэх шаардлагатай болов. Газар усны нэр бол монголчуудын түүхийн салшгүй хэсэг, соёлын үнэт өв учраас иргэн бүр уул ус, газар нутгаа түүхэн уламжлалт нэрээр нь зөв нэрлэж занших, хүүхэд залуучуудыг орон нутгийнхаа түүх, соёлыг мэддэг, газар нутгаа нэрлэж чаддаг болгоход анхаарах, түүхэн уламжлалт нэрийг өөрчлөн буруу нэршүүлэхээс сэргийлэх нь чухал юм.

Ном зүй

Бадамдорж Д. “Монгол хэлний үгийн сангийн утгазүй” УБ., 2006. 257-259 дэх тал.
Лувсандэндэв А. “Монгол орны газар усны түвд нэрийн учир” /Хэлбичгийн ухааны зарим асуудал/ УБ., 2001
Равдан Э. “Монгол газар нутгийн нэрийн хэлбэр утга зүйн судалгаа”. УБ., 2004,
Равдан Э. “Монгол газар нутгийн зүйлчилсэн толь”/ БНМАУ. 1940-50 он, 37,000 орчим нэр/ УБ., 2006
Сүхбаатар О. “Монгол газар усны нэрийн домог”. УБ.,
Сэржээ Ж. “Орчин цагийн монгол хэлний оноосон нэрийн судалгаа” УБ., 2010. 131-178 дах тал.
Төмөрцэрэн Ж. “Монгол хэлний үгийн сангийн судлал” УБ., , 2001.
92-104 дэх тал.
Шагдар Ш. “Монгол газар зүйн нэрийн товч толь бичиг”. Уб., 1963

МОНГОЛ НОМЫН ӨВ СОЁЛ

Бидний өвөг дээдэс *“эрхэм баян эрдэм”* хэмээн ном судрыг сүслэн дээдэлж ирсэн оюунлаг ард түмэн билээ. Номыг заавал чанх хоймортоо авдрын дээрээ зална. Монголчууд номыг торго, хоргойгоор баринтаглана. Номон дээгүүр алхах, гишгэх, сандайлахыг алдас нүгэл гэж үзнэ. Номоос зулай дээрээ адис авна. Монголчууд ийнхүү номыг бишрэн шүтэх, уншиж мэдэх, ухаж ойлгох үзлээр өв тэгш хүмүүжсэн, соёлын баялаг үүх түүхтэй ард түмэн билээ.

“Өөрсдөө даалимба, хөдөс өмсдөг
Үр ачаа нэхийд өлгийддөг
Номыг харин торгоор баринтаглаж дээдэлдэг
Монгол түмний минь заншил дааны өвдрөг”

Т. Галсан (Ардын уран зохиолч, яруу найрагч)

Монголчуудын ном бүтээж ирсэн түүхэн ул мөрийг үзвэл цааснаас гадна, хус модны үйс, торго, даавуу зэрэг зүйл бүрийн бөс дээр бичиж, дэвтэрлэсэн, сударчилсан, нугалбарласан, хуйлсан зэрэг хэлбэртэй ном үйлдэж байжээ. Монголчуудын ном бүтээх урлал, номын зураг чимэглэл өнө эртний уламжлалтай. Монгол мэргэдийн бүтээсэн номын сан хөмрөгт бичмэл ном зонхилж байгаа бөгөөд гар бичмэлийг бэх, шунх, алт, есөн эрдэнэ гэх мэт олон зүйлээр маш уран сайхнаар бичдэг байлаа. Тэрчлэн нийт монголчуудын дунд модон бараар ном хэвлэх арга ихэд хөгжсөн байжээ. Модон бараар ном хэвлэнэ гэдэг бол чанаж, шүүслээд сайтар хатаасан хус модон хавтаснуудад номын үсгээ буруу харуулж, товойлгон сийлээд тусгай найрлага бүхий бэх түрхэж, түүн дээрээ хуудас хуудсаар цаас тавьж хэвлэдэг гар үйлдвэрийн арга юм. Модон барын номын үсэг сийлэгчид сийлбэрийн хутга, ухам, жишүү, цүүц, шивүүр хэрэглэнэ. Хэвлэгчид бэх, эсгий түрхүүл, даавуу багс, шугам, цаасны хатаагуур, дэвтэрлэгчид цаасны хөрөө, савслага, огтлооны хутга, заазуур, үрэвтэл, нугалааны хулс, булуу, хайруул, шөвөг, алх, тэвнэ, утас, хайч зэрэг багаж хэрэглэдэг байжээ.

Монголчуудын бүтээсэн XIII-XX зууны эхэн хүртэлх номын өв соёл нь үеэс үед уламжилж, монгол түмнийг соён гэгээрүүлсээр, өнөө үед бас чамгүй өв үлджээ. Монголчуудын бүтээсэн номын өв нь хөдөөгийн айлын бор авдраас эхлээд дэлхийн олон орны номын санд өдий төдийгөөрөө хадгалагдан, дэлхийн монголч эрдэмтдийн судалгааны эх хэрэглэгдэхүүн болсоор байна. Монголчуудын оюун билиг, ур ухааныг илэрхийлж, урлагийн бүтээл болон мөнхөрсөн зарим номын жишээг доор дурдъя.

Эртний хаадын үндэслэсэн төр ёсны зохиолыг товчлон хураасан “Алтан товч” хэмээх оршвой

XVII зууны хоёр дугаар хагаст түүхч, гүүш Лувсанданзан шавь нарын хамт бүтээжээ. Болгомол цаасан дээр хулсан үзгээр бичсэн. Уг сурвалжийг Судар бичгийн хүрээлэнгийн анхны дарга Онхуудын Жамъян гүн Хан Хэнтий уулын аймгийн Баянтүмэн хошууны Юншээбүү овгийн Дари тайж хэмээх хүнд хадгалагдаж байсныг 1926 онд олж авсан. “Лу Алтан Товч”-д “Монголын нууц товчоо”-ны 282 зүйлээс 233 зүйлийг бараг тэр хэвээр нь агуулсан учир “Монголын нууц товчоо”-ны монгол үсгээр үлдсэн нэгэн эх гэж үздэг. Түүнээс гадна XVII зуун хүртэл уламжилсан олон зүйл түүх, түүхэн домог, эртний уран зохиолын зүйлийг багтаасан нь нэн үнэ цэнтэй юм. 1995 онд Монгол Улсын Засгийн Газрын 241 дүгээр тогтоолоор Монгол Улсын хосгүй үнэт өвд, 2011 онд Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын Боловсрол, Соёл, Шинжлэх ухааны байгууллага (ЮНЕСКО)-ын “Дэлхийн дурсамж” хөтөлбөрийн олон улсын баримтат өвд бүртгэсэн.

Монгол шунхан Данжуур

Халхын Сайн ноён хан аймгийн засаг хошой Чин Ван Наянтын Цахарын сүрэгчин хошууны Шашныг бадруулагч сүмд тахиж байсныг Онхуудын Жамъян гүн 1924 онд үүрд хадгалах гэрээ хийж, 1925 онд Судар бичгийн хүрээлэнд 30 гаруй тэмээнд ачиж, залж авчирсан түүхтэй. 226 боть. 108017 хуудас. Нэг ботийн дундаж жин 8750 гр. “Данжуур” гэдэг нь “Шастирын орчуулга” гэсэн төвөд үг юм. Энэ нь эртний Энэтхэг, Төвөдийн эрдэмтэн бандида нарын их, бага арван ухааныг багтаан (Их таван ухаан: Дотоод ухаан, Урлахуйн ухаан, Учир шалтгааны ухаан, Тэжээхүй ухаан, Дуун ухаан). Бага таван ухаан: (Зурхай, Зохист аялгуу, Илт өгүүлэхүй, Эвсүүлэн найруулахуй, Дуурайн бүжиг) туурвисан 3400 гаруй зохиолыг эмхэтгэсэн том цоморлог болно.

“Данжуур”-ыг бүхэлд нь орчуулж хэвлэх ажлыг XVIII зууны тэргүүн хагаст Жанжаа хутагт Ролбийдоржийн удирдлагаар Монголын олон нутаг хошуунаас цугларсан 200 гаруй орчуулагч нар богино хугацаанд амжилттай хийж гүйцэтгэсэн юм.

1995 онд Монгол Улсын Засгийн Газрын 241 дүгээр тогтоолоор Монгол Улсын хосгүй үнэт өвд, 2011 онд ЮНЕСКО-ийн “Дэлхийн дурсамж” хөтөлбөрийн олон улсын баримтат өвд тус тус бүртгэжээ.

Данжуурын гэрэлт хөшөө

Монголын шунхан Данжуурыг 1925 онд залж авчирсан үйл явдалд зориулан босгосон боржин чулуун гэрэлт хөшөө. Данжуурын гэрээ бичгийг гэрэлт хөшөөнд мөнхөлж, номд зориулан босгосныхоо хувьд дэлхийд ганц хувьд тооцогддог. Судар бичгийн хүрээлэнгийн манжич Н.Дэндэв (1891-1960) 37 насандаа энэ хөшөөг урлаж эхлэн 27 жилийн дараа буюу 64 насандаа дуусгажээ. Уул гэрэлт хөшөө нь суурь, титэм, бичээс бүхий гол самбар гэсэн гурван хэсгээс бүрдэл болох бөгөөд өөр хоорондоо чулуун углуургаар холбогдсон. Хөшөөний титэм хэсэгт бие биеэ ороосон хоёр лууны дүрс, суурийн хээ угалзыг 13 см ухаж сийлсэн бөгөөд хөшөөний өвөр талын гол хэсэгт гэрээг 13 мөр, ар талд зургаан мөр бичгийг сийлжээ.

Монгол Улсын үндэсний номын санд хадгалагдаж буй монгол шунхан “Данжуур”-т зориулсан энэхүү гэрэлт хөшөөг 2018 онд ЮНЕСКО-гийн “Дэлхийн дурсамж” хөтөлбөрийн олон улсын баримтат өвд бүртгэжээ.

Есөн эрдэнийн Ганжуур

Ганжуур гэдэг нь “Зарлигийн орчуулга” гэсэн төвөд үг юм. Энэ нь бурхан Шагжамуни болон түүний шавь нарын туурвисан 1161 зохиол, гарчгийн хамт 108 боть их цоморлог зохиол болгон эмхэтгэсэн асар том судрын чуулган болно. Төвөдийн алдарт номч мэргэн Будан-Ринчиндүв тэргүүтэй хүмүүс 1320 оны үеэр эмхэтгэсэн ажээ. Энэхүү бурхны шашны оройн дээд ном Ганжуурыг Монголчууд 1819 онд болгомол хар цаасан дээр алт, мөнгө, зэс, шүр,сувд, оюу, номин, тана, ган гэсэн есөн эрдэнээр бүрнээр нь урлажээ. Хуучин Их хүрээний Зүүн дацан буюу Дашчойнпил дацанд залагдаж байгаад тус дацан хаагдах үед Үндэсний номын сангийн сан хөмрөгт шилжүүлжээ.

Монгол Улсын Засгийн Газрын 2002 оны 118 дугаар тогтоолоор түүх соёлын хосгүй үнэт өвд, 2013 онд ЮНЕСКО-ийн “Дэлхийн дурсамж” хөтөлбөрийн Олон улсын баримтат өвд тус тус бүртгэгджээ.

Мөнгөн Доржжодба (Очироор огтлогч)

Дархан Дагва тэргүүтэй монгол дархчид XIX зуунд Манзуширын хийдэд бүтээсэн. Мөнгөн хуудсыг хөөмөлдөн алтдаж, модон хүрээ хийж, дугаарлан найман мөр бичсэн. 16 хуудас. Нэг хуудас нь дунджаар 1220 гр. Монгол дархны ур ухаан шингэсэн, ганц хувь уг дурсгал монголчуудын ном бүтээх гайхамшигт өв соёлыг харуулсан бүтээл юм.

Доржжодба судрыг муу зүүд арилгах, энэ ба хойд насны буянд уншуулж, муу бүхний хор үндсийг очроор огтлон тасалдаг хэмээн шүтэж тахидаг.

Монгол Улсын Засгийн Газрын 2002 оны 118 дугаар тогтоолоор түүх соёлын хосгүй үнэт өвд бүртгэгджээ.

Харбухын балгаснаас олдсон үйсэн дээрх монгол гар бичмэл

Булган аймгийн Дашинчилэн сумын нутагт орших Харбухын балгасын туурьд нэрт түүхч Х.Пэрлээ, Е.В.Шавкунов нарын удирдсан Монгол Зөвлөлтийн хамтарсан археологийн анги 1970 онд малтлага хийж, уг эвдэрхий суваргын нурангиас хус модны үйсэн дээр монгол, төвөд хэлээр бичсэн 1600 орчим гар бичмэл эх олжээ. Энэ нь урьд хожид олдсон үйсэн дээр бичсэн дурсгалуудаас хамгийн их нь юм. Эрдэмтэд бичгийн хэв байдал, үг хэллэг зэргийг хэл бичгийн ухааны үүднээс судлаад XVI зууны сүүл XVII зууны эхэн үед бичсэн болохыг тогтоосон. Үйсэн дээрх бичгийн цуглуулгад монголын соёл, шашин, хууль цааз, уран зохиол, зан үйл, хэл шинжлэлийн ухааныг хамарсан олон тооны гар бичмэл өв бий.

Монгол Улсын Засгийн Газрын 1995 оны 241 дүгээр тогтоолоор түүх соёлын хосгүй үнэт өвд бүртгэжээ.

Сахиусан Дарь-Эх

Энэ нь XX зууны эхэн үеийн бүтээл бөгөөд Гандантэгчинлэн хийдийн гүн ухааны нэрт гэвш, Монгол Улсын судар бичгийн хүрээлэнгийн жинхэнэ гишүүн С.Шагжийн (1886-1938) бүтээсэн Ногоон, Цагаан Дарь эхийн төвөд бичмэл судар юм. Урт нь 5,4 см, өргөн нь таван см хэмжээтэй цаасан дээр төвөдөөр бичсэн хамгийн жижиг гар бичмэл ном юм. Ийм бага зайнд Төвөд хэлний 62 бадаг шүлэг, 250 мөр, 5718 үсгийн тэмдэгт, 2510 цэг шад, бүхэлдээ бол 8228 тэмдэгтийг багтаасан байна. Цагаан, Ногоон Дарь эхийн магтаалыг улаан, хар бэхээр алаглуулан бичихдээ утгат хэсгээр нь ялгамжлан тодруулжээ. Эрдэмтэн С.Шагж уг номоо бүтээхдээ өрхөө бүтээн гэрээ харанхуйлаад өрхөндөө зүүний сүвэгчийн чинээ өчүүхэн цоорхой гарган хурц нартай өдрүүдэд ганц ширхэг хялгасаар бичсэн гэдэг. Энэхүү бяцхан номыг энгийн нүдээр унших боломжгүй бөгөөд томруулдаг шил, эсвэл бичил дурангаар л унших боломжтой юм.

Монгол Улсын Засгийн Газрын 2002 оны 118 дугаар тогтоолоор түүх соёлын хосгүй үнэт өвд, 2014 онд ЮНЕСКО-ийн “Дэлхийн дурсамж” хөтөлбөрийн Олон улсын баримтат өвд тус бүр бүртгэгдсэн байна.

Саган Сэцэний “Эрдэнийн товч”

Чингис хааны 22 дугаар үеийн ач бөгөөд Батмөнх Даян хааны гутгаар хөвгүүн Барсболдын хүү Саган Сэцэн хун тайж 1662 онд туурвиж дуусан. “Эрдэнийн товч” хэмээх монгол түүхэн сурвалжийн хамгийн сайн эхийг судлаачид бээр хадгалж байгаа газар орны нэрээр “Өргөө” (одоогийн Улаанбаатар) хэмээн нэрлэсэн билээ. Энэ эхийн гэрэл зургийг Германы эрдэмтэн Э.Хэйнишид Монголын Засгийн Газар 1927 онд бэлэглэж улмаар 1955 онд Германы Берлин хотод хэвлэсэн. Дэлхийн монголч эрдэмтдийн дунд “Өргөө” эх гэж алдаршсан уг эх бичиг нь Монгол Улсын Үндэсний номын санд хадгалагдаж буй. 71 метр урт хуйлмал ном юм.

Асрагч нэртийн түүх

(Чингисээс ухаант Тогоонтөмөр хүртэлх монголын түүх)

Халхын Сайн ноён ханы дээд өвөг Жамба (Шамба) эрх дайчин 1677 онд туурвиж дууссан энэхүү монгол түүхэн сурвалж нь “Монголын нууц товчоо” тэргүүтнийг шууд ашиглаж бичсэн их үнэ цэн бүхий бүтээл бөгөөд өдгөө хүртэл зөвхөн ганц хувь эх олдсон болно. Эрдэмтдийн харьцуулсан судалгааны явцад “Монголын нууц товчоо”-ны 282 зүйлийн 90 хувь нь ямар нэг байдлаар “Асрагч нэртийн түүх”-д орсон сонирхолтой баримтыг нотолжээ. Болгомол цаасан дээр монгол бичгээр, хар бэхээр 28 мөрөөр модон үзгээр бичсэн. Монгол Улсын Засгийн Газрын 2012 оны 105 дугаар тогтоолоор түүх соёлын хосгүй үнэт өвд өвд бүртгэжээ.

“Мэргэд гарахын орон” нэрт төвөд, монгол толь бичгийн модон бар

Судар бичгийн хүрээлэнгийн санаачилгаар 1924 онд Улсын хамгаалалтад авсан. “Ганжуур”, “Данжуур”-ыг орчуулах зорилгоор бүтээсэн төвд, монгол толь бичгийн модон бар юм. Монгол Улсын хосгүй үнэт өвд бүртгэгдсэн болно.

“Жадамба” судар

Дал модны навчин дээр эртний Ланз үсгээр бичсэн судар. Эртний энэтхэгийн алдарт эрдэмтэн Нагаржуна (МЭ-I зуун) хэрэглэж байсан гэх домогтой. Хоёр талдаа бурхдын хөрөг бүхий модон хавтастай. Номын хуудаснуудыг хос нүх гарган утсаар холбож, хуудсаа гүйлгэн эргүүлж уншдаг тул гээгдэх, холилдох явдал гардаггүй онцлогтой. (349 хуудас. 885 г жинтэй)

Тамын орныг үзүүлсэн судар

Арвайхээрийн тарган бандида Цэвэлванчигдоржийн зохиосон “Тамын зурагт ном” бурхан сахиусны ид шид, бодь сэтгэл, үйлийн үр, хойд нас, там бирдийн орны зовлон, чөтгөр шулмын хор хөнөөл гэгчийг ард олонд амар хялбар ойлгуулах зорилгоор уран санаагаар хийсвэрлэн дүрсэлсэн ба монгол ахуй байдлыг илэрхийлсэн бүтээл болно. Энд халуун, хүйтэн 18 тамын байдлыг дүрсэлсэн. Жишээлбэл: Хүний хэлийг хэдэн арван алд сунгаад, дээр нь үхэрт хөллөсөн анжсаар хагалж буй дүрслэл нь хүний үйлдсэн нүглийн хариу шийтгэл ажээ.

Бурхны сургаалыг ард олонд ойлгуулах, итгүүлэх, буруу зан суртахууныг засах зорилгыг номлосон. Модон барын судар (10 бүлэг. 310 хуудас).

Одот тэнгэрийн зураг

Чулуун барын дардас. Энэ дардсыг хэзээ авсан тодорхойгүй. Энэхүү нэн сонирхолтой зураг дээр Зүүн Азид жилийн турш тэнгэрт харагдах бүх од гаргийг дүрсэлжээ. 1375 одыг 229 бүлэгт хуваан зурсан дэлхий дээр цорын ганцад тооцогддог монгол тайлбартай одод тэнгэрийн зураг юм. Голч нь 148 см.

ГУРАВ. АРГА ЗҮЙН ЗӨВЛӨМЖ

Арга зүйн зөвлөмж нь багш нарт “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн мөн чанарыг ойлгож ухаарах улмаар хичээлээ тус сургалтын хөтөлбөр болон түүний удирдамжийн дагуу зохион байгуулахад дэмжлэг үзүүлэх зорилготой. Тус арга зүйн зөвлөмж нь багш нарт сургалтын хөтөлбөр түүний агуулгын талаар нэгдсэн ойлголттой болох, сурагчдыг зөв үнэлэх, сурагч, эцэг эхэд зориулсан сургалтын хэрэглэгдэхүүн бэлтгэх, эцэг эх, олон нийтийн байгууллагатай хамтран ажиллахад нь дэмжлэг үзүүлнэ.

Сургууль, багш нар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр түүний удирдамжид тулгуурлахын зэрэгцээ арга зүйгээр баяжуулан хичээл сургалт, бусад үйл ажиллагааг зохион байгуулна.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт хэсэгт “Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулгад хамаарах зарим сэдвийг тайлбарлаагүй. Учир нь тус сэдвийг багшийн номд түлхүү тусгахаас гадна сурагчид монгол хэл, бичиг, уран зохиол, монголын түүх зэрэг бусад хичээлээр судалдаг. Харин багш “Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулгын сэдвүүдийг ёс зүй, ёс суртахуун талаас нь авч үзэх учиртай. Ингэхгүй бол тухайн сэдвээр зохион байгуулсан хичээл нь монгол хэл, бичиг, уран зохиол, монголын түүх зэрэг хичээлтэй адил болно. Жишээ нь: “Мэндлэх ёс” сэдвийг багш хэзээ, хаана, хэрхэн зөв мэндэлж, бусадтай эерэг харилцаа бий болгох, мэндлэх нь эерэг харилцааны эхлэл мөн зэргээр ёс суртахуун талаас нь авч үзэж хичээлээ зохион байгуулна. Харин бусад хичээлд гар зөрүүлэн мэндлэх гэх мэтээр ёс суртахууны талаас биш ихэвчлэн хэлбэр талаас нь авч үздэг.

Сургалтын хөтөлбөрт “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг амжилттай зохион байгуулах нь сургуулийн хамт олон, ялангуяа, эцэг эх, багш нар тус сургалтын хөтөлбөртэй сайтар танилцаж түүнийг хэр зэрэг ойлгохоос шалтгаална гэжээ. Сургалтын хөтөлбөрийн үндэслэл, зарчим, зорилго, зорилт, агуулга, арга зүй зэрэг бүх бүрэлдэхүүн хэсгийн мөн чанарыг сайтар ойлговол сургууль, багш нарт тус хичээлийг амжилттай зохион байгуулах боломж бүрдэхийг анхаарч ажиллах учиртай.

Орчин цагийн боловсролын түүхэнд анх удаа ерөнхий боловсролын сургуулийн бүх ангийн сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших сургалтын цогц хөтөлбөр судалж эхэллээ. Цогц хөтөлбөрийн нэг хэсэг нь эцэг эхчүүдэд хүүхдээ дэмжихэд нь зориулж зөвлөгөө өгч буй явдал юм. Үүгээрээ тус сургалтын хөтөлбөр шинэлэг төдийгүй ач холбогдолтой. Мөн Боловсрол, Соёл, Шинжлэх Ухаан, Спортын сайдын зарласан ”Иргэний ёс зүйн боловсролын жил”-тэй давхцаж буйгаараа онцлогтой юм.

Тус хөтөлбөрийн нийтлэг үндэслэлд “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь Монгол Улсын “Үндсэн хууль”-ийн тунхаглал болон “Бага, дунд боловсролын тухай хууль”-ийг хэрэгжүүлэх үндсэн зорилготой гэжээ. Энэхүү зорилгыг хэрэгжүүлснээр манай улсын болон монгол хүний онцлогтой нягт уялдсан “Сурагчаа хөгжүүлж улмаар улсаа хөгжүүлэх” эрхэм үүргийг биелүүлэхэд хувь нэмрээ оруулж буй явдал юм. Мөн тус сургалтын хөтөлбөрт Монголын уламжлалт өв соёл бол өөрийг бус бусдыг эрхэмлэдэг, бусдыг бус өөрийгөө судалж, танин мэддэг үндсэн зарчимтай учир бидэнд сурагчаа хөгжүүлж улмаар улсаа хөгжүүлэх боломж байгааг дурдсан байна.

Сургалтын хөтөлбөрийн нийтлэг үндэслэлд “Бага, дунд боловсролын тухай хууль”-ийг хэрэгжүүлэхэд бид юунд анхаарахыг дурджээ. Манай улс хүн ам харьцангуй цөөн, өргөн уудам нутаг дэвсгэртэй, гол үйлдвэрлэл нь бэлчээрийн мал аж ахуй гэх зэргээр бусад улс орноос онцлог ажээ. Ихэнх улс орон багахан газар нутагт олон сая хүн шигүү суурьшдаг, гол аж ахуй нь аж үйлдвэрлэл гэх мэт манай улсаас ялгарах онцлогтой байна.

Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын Боловсрол, Соёл, Шинжлэх ухааны байгууллага нь “Соёл бол үнэт зүйлийн тогтолцоо, уламжлал, итгэл үнэмшлийг өөртөө агуулдаг” гэж тодорхойлжээ (Б.Жадамба, 2019). Тус байгууллага монголчуудын уламжлалт өв соёлоос суралцахыг хүн төрөлхтөнд уриалж, бидний соёлын өвөөс дэлхийн соёлын өвд бүртгэн таниулж байна. Олон улс орны эрдэмтэд монголчуудын өв соёл нь тэдний ёс зүй, ёс суртахуун, амьдрал ахуйд нь шингэсэн байдгийг шимтэн судалж байна. Жишээ нь: Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын Боловсрол, Соёл, Шинжлэх ухааны байгууллагаас “Эрийн гурван наадам нь

монголын бүх иргэн адил тэгш баярлаж чаддаг, ёс суртахууныг эрхэмлэн дээдэлдэг, биет бус болон биет өвийг хадгалдаг” гэж онцлон дурдсан бөгөөд түүнийг дэлхийн соёлын өвд бүртгэсэн юм.

Ийм учраас “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь манай улсын болон монголчуудын онцлогтой нягт уялдсан уламжлалт өв соёл, түүнээс ёс зүй, ёс суртахууны нандин өв соёлоор хүүхэд багачууд, сурагчдаа хүмүүжүүлж төлөвшүүлэх зорилготой гэдгийг нийтлэг үндэслэлд онцлон тодорхойлжээ. Үүнд:

- “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын мөн чанар нь монгол өв соёл юм. Монгол өв соёл бол ёс зүйг чухалчилдаг бөгөөд “хүн”-ийг ёс суртахуунаар нь тодорхойлдог. Монгол хүний үнэт зүйл ёс суртахуунд нь оршдог.
- “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр хэрэгжсэнээр сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаан, ёс суртахуунтай иргэн болж хүмүүжиж, төлөвшинө.
- Тус сургалтын хөтөлбөрийн цөм нь сурагчийн хөгжил, хүрэх үр дүн нь сурагчийн эзэмшсэн ёс зүйн боловсрол, хүмүүжил, төлөвшил мөн.

Энэ мэтчилэн “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн үг, өгүүлбэр бүр цаанаа гүнзгий утга агуулгатай тул сургуулийн хамт олон, эцэг эхчүүд тус сургалтын хөтөлбөртэй сайтар танилцаж мөн чанарыг ойлгох нь чухал юм. Ялангуяа, эцэг эхчүүдийн оролцоог тус сургалтын хөтөлбөрт тодорхойлсон бөгөөд тэд сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварын талаар мэдэхгүй эсвэл дутуу дулимаг ойлголттойн улмаас сургууль, багш нараас хийж буй хүүхэд багачууд, сурагчдыг хүмүүжүүлж, төлөвшүүлэх нөр их хөдөлмөрт дэмжлэг үзүүлж чадахгүйд хүрнэ. Иймээс сургууль, багш нартай эцэг эх хамтран ажиллахын чухлыг сургалтын хөтөлбөрт тусгайлан дурдсан байна. Тус сургалтын хөтөлбөрийг сургуулийн хамт олон, эцэг эхчүүд хүний амьдралын бодит байдлыг зөв танин мэдэх зарчим баримтлан судалж, ойлгох учиртай.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь Монгол Улсад амар амгалан, хүмүүнлэг нийгмийг бүтээх, орон нутаг, сургууль, анги хамт олон, гэр бүлд эелдэг найрсаг уур амьсгал бүрдүүлэх, сурагчдад ёс зүйн боловсрол эзэмшүүлэх ач холбогдолтой. Тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулгыг сурагчид судалснаар өөрөө өөртэйгөө ажиллаж, сэтгэлийн үйл хөдлөл бүрээ ажиглан тодорхойлж, оюуны агуу, хязгааргүй, хүчирхэг хөдөлмөрийг хийж, бүтээж буй учир хэмжих аргагүй ач тустайг онцолжээ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол“ сургалтын хөтөлбөрийг дүүргэснээр бага ангийн сурагч монгол хүн болж төлөвших суурь мэдлэг, чадвар, дадал эзэмшинэ. Дунд ангийн сурагч монгол иргэн болж хүмүүжих, ахлах ангийн сурагч эх орныхоо эзэн монгол хүн болж төлөвшинө. Тус хөтөлбөр хэрэгжсэнээр сурагчид эцэг эх, багш, ахмад настан, ах дүүс, бусад хүнийг хүндэтгэн дээдэлдэг, өөрийн алдаа гэмийг таньж мэддэг, хүлээн зөвшөөрдөг, бусдыг уучилдаг, хүн чанартай, хүнлэг энэрэнгүй сэтгэлтэй, амьдралын үнэ цэнийг мэддэг, амьдралынхаа зорилгыг зөв тодорхойлж, түүнд зөв арга замаар хүрч чаддаг, эв эеийг эрхэмлэдэг, хүмүүжилтэй, нөхөрсөг харилцаатай, оюунлаг, хүмүүнлэг иргэн болж төлөвшинө. Энэ нь хувь хүний эрэлт хэрэгцээ төдийгүй манай нийгмийн шаардлага, цаашилбал дэлхийн улс орнуудын сонгон баримталж буй чиг шугам мөн.

Бусад сургалтын хөтөлбөрийн зорилго, агуулга, арга зүй, үнэлгээ, хэрэглэгдэхүүн, зохион байгуулалт нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн эдгээр бүрэлдэхүүн хэсэгтэй нягт уялдаа холбоотой байж, сурагчдад ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал, итгэл үнэмшил, төлөвшүүлэхэд цогц дэмжлэг үзүүлнэ. Иймээс энэхүү бүлэгт тус сургалтын хөтөлбөр болон сургалтын бусад хөтөлбөрийн агуулга хоорондын залгамж холбоог тодорхойллоо. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг зохион байгуулж буй буй бага, дунд, ахлах ангийн багш нар хамтран бусад сургалтын хөтөлбөр хоорондын залгамж холбоог тусгайлан тодорхойлж ажиллах учиртай байна. Ингэснээр тус хичээл нь бусад хичээлтэй нягт уялдаа холбоотой хэрэгжих боломж бүрдэнэ.

Бага ангийн багш нар өөр хоорондоо төдийгүй дунд, ахлах ангийн багш нартай хамтран хичээлээ бэлтгэх, улмаар хэд хэдэн ангийн сурагчдын дунд цагаа нийлүүлэн хамтын хичээл зохион байгуулж цагийн нөөц бий болгох, анги танхимаас бусад орчинд сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын дагуу хичээл явуулах зэрэг хичээлийн үр ашгийг нэмэгдүүлэх уян хатан олон арга, хэлбэрийг ашиглаж ажиллана.

Тус хөтөлбөрийн бага боловсролын агуулга нь суурь боловсролын, суурь боловсролын агуулга нь бүрэн дунд боловсролын агуулгын үндэс суурь учир дунд, ахлах ангийн багш нар бага боловсролын, бага ангийн багш нар суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгыг сайтар судалж, ойлгож ухаарах шаардлагатай. Дунд, ахлах ангийн багш нар бага ангийн багшийн хичээлд, бага ангийн багш нар дунд, ахлах ангийн багшийн хичээлд сууж, харилцан суралцах нь чухал. Мөн бага, дунд, ахлах ангийн багш нар “Дэд сэдвийн хөтөлбөр”, “Нэгж хичээлийн хөтөлбөр”, “Ээлжит хичээлийн хөтөлбөр”-өө хамтран боловсруулах шаардлагатай. Эхний хичээлийн жилд нэг удаа хөтөлбөрөө хамтран сайтар боловсруулбал дараа дараагийн жилд дахин шинээр боловсруулалгүй улам бүр сайжруулан ажиллах боломжтой юм. Түүнчлэн оношлох үнэлгээ нь зөвхөн хичээлийн жилийн эхэнд сурагчдын өмнөх ангид эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын өөрчлөлтийг тогтоох зорилготой тул багш зургаадугаар ангийн сурагчдыг оношилохдоо тавдугаар ангийн багш өмнөх хичээлийн жилд бүлэг сэдвээр сурагчдаа үнэлсэн даалгаврыг ашиглах улмаар хамтарч оношлох бүрэн боломжтой.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээл нь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварыг өдөр тутмын амьдралдаа дадуулан хэвшүүлэхийг шаарддагаараа онцлогтой учир сурагчид ихийг гүехэн биш, багыг гүнзгий судална. Анги тус бүрд нийт зургаан сэдэв оногдох бөгөөд нэг сэдэвт хичээлийн жилд 11-ээс багагүй цаг оногдож байгаа нь бусад хичээлтэй харьцуулахад сэдвийн тоо харьцангуй цөөн, оногдох цаг илүү юм. Энэ нь багш нэг сэдвийг 11 цагт багтаан төлөвлөж, зохион байгуулах ёстой гэсэн үг биш, тухайн ангийн сурагчдын онцлогоос хамааран нэг сэдвийг судлах цаг харилцан адилгүй байж болно. Хичээлийн цагийг сэдэвт харгалзуулан хуваарилж, төлөвлөх нь тухайн багш улмаар хамтран ажиллаж буй багш нарын мэдэлд байна. Мөн хичээлийг долоо хоногт судлах хоёр цаг нь хичээлийн жилийн нийт цагийг хэмждэг нэгж юм. Харин уг хичээлийг долоо хоногт заавал хоёр цагаар төлөвлөж хэрэгжүүл гэсэн үг биш.

Ерөнхий боловсролын сургууль нь сургалт хүмүүжлийнхээ аливаа ажил, үйлчилгээ бүрийг сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаанд суралцахад нь чиглүүлж, таатай орчин нөхцөлийг нь бүрдүүлж, сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийг дэмжиж ажиллана. Энэ нь сурагчдад ёс зүйн боловсрол олгох, хүмүүжүүлж төлөвшүүлэх нь зөвхөн тус хичээлийн багшид хамааралтай биш, сургуулийн хамт олон, эцэг эхчүүдийн хамтын хөдөлмөр мөн гэдгийг харуулж байгаа юм. Энэ талаар тус сургалтын хөтөлбөрийн зарчимд тодорхой заасан болно.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрөөр сурагчдын эзэмшсэн ёс зүйн боловсролын түвшинг багш, сургууль, Боловсролын газрын ажлыг үнэлж дүгнэхэд тооцох эрх зүйн орчныг бүрдүүлж, Монголын багш нарын их хурал болон багш нарын олон удаагийн үндэсний зөвлөгөөнд оролцогчдын санал, зөвлөмжийг тусгалаа.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь ерөнхий зарчимтай бөгөөд үүнд нийцүүлэн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулга, арга зүй, үнэлгээг боловсруулсан байна.

Багш агуулгын хувьд дараах ерөнхий чиглэлийг анхаарч ажиллана. Үүнд:

- Багш бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, нэгж хичээл, ээлжит хичээлийн агуулга нь сурагч монголын уламжлалт өв соёлын мөн чанарыг танин мэдэж, түүнээс суралцах, улмаар амьдралдаа хэрэгжүүлэхэд нь хөтлөх ёстой гэдгийг цаг ямагт анхаарч хэрэгжүүлэх нь чухал.
- Багш сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь монгол хүний амьдралын бодит байдлыг судлах ёстойг мартаж болохгүй.
- Багш хичээл бүрээр сурагчдад ёс суртахууныг дадуулж, хэвшүүлэх ёстойг чухалчлан анхаарна. Агуулга нь ёс зүйн талаарх ойлголт ухагдахууны жагсаалт төдий биш, сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө бүтээхэд чиглэх ёстойг ухаарч хэрэгжүүлнэ.
- Багш сургалтынхаа агуулгыг төлөвлөхдөө агуулга нь анги ахих тусам өргөсөн гүнзгийрсэн, өөр хоорондоо салшгүй залгамж холбоотой гэдгийг сайтар анхаарах нь чухал.
- Багш нь бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, нэгж хичээл, ээлжит хичээлийн арга зүй нь ёс зүйн ойлголт ухагдахууныг тоочих, заах биш, сурагчдыг ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаанд хөтлөх ёстойг анхаарах нь чухал.

Багш арга зүйн хувьд дараах ерөнхий чиглэлийг анхаарна. Үүнд:

- Сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулж хэвшүүлэх
- Багш нь сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухаанд өөрийгөө дайчлан суралцах түүнийг өөрөө болон бусад сурагчтай хамтран бүтээх таатай нөхцөл боломжийг бүрдүүлж өгнө.
- Багш сурагчдад өөрийн болон бусдын алдаанаас суралцах, бусадтай хамтарч ажиллангаа суралцах, сурч мэдсэнээ хамтдаа хэрэгжүүлэх боломж олгоно.
- Багш сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө бүтээнэ хэмээн тэднийг зөнд нь орхилгүй, суралцах үйлийн шинжийг дагуулан сургах, үлгэр дуурайл үзүүлэх, зөв залах, зөвлөж, дэмжин тусална.
- Сурагчийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдлыг үгүйсгэх биш, хүлээн авч, дэмжиж, түүнд нийцсэн арга ашиглаж, тэгш байдлыг нь хангах арга зүйг баримтална.
- Сургалтын явцад сурагчдын унших үйлийг түлхүү хэрэглэнэ.

Багш нь дэд сэдэв, нэгж хичээл, ээлжит хичээлээр сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвшиж буй үйл явцын өөрчлөлт болон түүнийг дадуулж хэвшүүлсэн байдлыг үнэлнэ. Мөн сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө болон бусадтай хэрхэн хамтран бүтээж буй үйл явцыг ажиглах, зөв залах, түүнд зөвлөн туслах, дэмжих ёстойг хүлээн авч хэрэгжүүлнэ. Багш хичээлийн агуулга, арга зүй, хэрэглэгдэхүүн, сурагчийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдалд нийцсэн, сурагч, эцэг эхэд ойлгомжтой арга хэлбэрээр сурагчдыг үнэлнэ. Ингэхдээ өөрийн болон хөндлөнгийн үнэлгээний тэнцвэрт харьцааг баримтлахад анхаарна.

Бага ангийн багш ийнхүү хичээлийнхээ агуулга, арга зүй, үнэлгээний зарчмыг ойлгон ухаарч, амжилттай хэрэгжүүлснээр сурагчид нь дунд ангид дэвшин суралцаж, хүмүүжиж, төлөвших үндэс суурийг баттай сайн тавьж өгч чадна. Цаашилбал, 12 дугаар ангиа дүүргэсэн сурагч эх орноо эрхэмлэн дээдлэх үүрэг, хариуцлагаа ухамсарласан, хүмүүнлэг нийгмийг цогцлоон байгуулах ирээдүйн монгол иргэн болж бэлтгэгдэх үндэс суурь бүрэлдэнэ.

Үүний тулд бага ангид сурагчид дараах мэдлэг, чадвар, дадлыг нэн тэргүүнд эзэмшсэн байх ёстой юм. Үүнд:

- Бие, хэл, сэтгэлээр үйлдэх сайн үйлийг хэвшил болгож, муу үйлийг цээрлэн жигших
- Сурч судлах, хөдөлмөрлөх, бүтээх үйлд шамдах, чин сэтгэлээсээ хандах
- Зөв үзэл бодолтой болж төлөвших, үзэл бодлоо баталж, нотлон, түүндээ тууштай байх
- Асуудлыг ёс суртахууны хувьд зөв, оновчтой шийдвэрлэх, бэрхшээлийг даван туулах
- Гэр бүл, анги хамт олон, бусад хүний болон нийгмийн өмнө хүлээх үүрэг, хариуцлагаа сайтар ухамсарлах
- Санаа бодлоо нээлттэй илэрхийлэхийн зэрэгцээ, бусдын үзэл бодолд хүндэтгэлтэй хандах
- Эх орон, ард түмэн, хүн төрөлхтний харилцан хамаарал, бүгдийг тэгш хүндлэхийн учир утгыг ойлгож ухаарах

Багш нар үндэслэл, зарчим, зорилго, зорилтын талаар “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрөөс дэлгэрүүлэн танилцаж судалснаар тус хөтөлбөрийн аль ч хэсгээс сурагч, эцэг эх, иргэд асуухад багш үнэн зөв хариулж чаддаг байх ёстой. Эрдэмт багш нарын хичээл зүтгэл, нөр их хөдөлмөр, сайн үйлсээр хүүхэд багачууд маань хүнлэг энэрэнгүй, цэвэр ариун сэтгэлтэй, билиг оюун төгөлдөр, хүмүүнлэг нийгмийг цогцлоон байгуулах монгол иргэн болж төлөвших нь дамжиггүй юм.

3.1. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга

Хүн төрөлхтөн асар хурдацтай хөгжин дэвшихийн зэрэгцээ хүмүүсийн уур бухимдал, үл ойлголцол, зөрчил тэмцэл, хор хөнөөлтэй бүхий л асуудал хүний ёс зүй доройтсон болон ёс суртахуун орхигдсоноос болж үүсэж буйг эрдэмтэн судлаачид, хүмүүнлэгийн ажилтнууд нэгэн дуугаар сануулаад зогсохгүй, өргөн хүрээний судалгаа, хэлэлцүүлэг өрнүүлж байна. Эрт үед ч, эдүгээд ч хүнд ёс суртахууныг төлөвшүүлэх боловсролын хэрэгцээ нэн чухал хэвээр байна.

Харин манай улсын хувьд сүүлийн гуч шахам жилд хүүхэд залуучууд, нийгмийн ёс суртахууны асуудал анхаарлын гадна үлдсэнийг 2018 онд Соёл Урлагийн Их Сургуулийн судлаачдын хийсэн “Монголчуудын үнэт зүйлсийг тодруулах социологийн судалгаа”-нд онцолжээ. Судалгаанд оролцсон иргэдийн 53,5% нь “Монголчуудын ёс суртахууны ухамсар дорой байна“ гэж үзсэн байна. Өнөө үед бусармаг явдал, сэтгэл сэртхийлгэм харгис хэрцгий гэмт хэргүүд олноор гарч, шударга бус явдал газар авсан нь олон судалгаа, баримтаар нотлогдож байна. Хүүхэд өртөж хохирсон гэмт хэргийн талаарх судалгаануудаас дараах дүгнэлт хийсэн байна[1]. Үүнд:

- Сургуулийн өмнөх боловсролын байгууллагаас эхлээд бүхий л шатны сургуульд гэр бүлийн харилцаа, гэмт хэрэг, хүчирхийллийн талаарх үндсэн болон нэмэлт мэдлэг олгох, хандлага өөрчлөх чиглэлээр сургалтын хөтөлбөргүй.
- Мэргэшсэн багш байхгүй.
- Гэр бүлийн гишүүд ёс зүйн боловсролгүй гэх мэт.

Ийм учраас “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг сайтар ойлгон ухаарч, амжилттай хэрэгжүүлэх хэрэгцээ шаардлага улам бүр тулгарч байгаа юм.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрт ёс зүй, ёс суртахуун хэмээх нэр томьёо элбэг тохиолдоно. Эрдэмтэд ёс зүй, ёс суртахуун гэсэн нэр томьёог ихэвчлэн сайн муу, зөв буруу гэсэн ойлголтоор тайлбарладаг байна. Ёс суртахууныг хүнд төлөвшүүлнэ гэдэг нь ямар төрлийн зан төлөвийг зөв хэмээн үзэж, ямар зан төлөвтэй байхыг хүлээн зөвшөөрч, сайшааж, анхаарч үздэг талаарх боловсрол олгох үйл явц гэж үздэг байна. Эрдэмтэд ёс суртахууныг ёс зүйн нэг судлагдахуун гэж үзжээ. Платон, Аристотель зэрэг сэтгэгчид “Хүн ёс суртахуунлаг байх эсэх нь нийгмийн амьдрал, төр засгаас төдийлөн шалтгаалдаггүй, гагцхүү хувь хүний ухамсар гэгээрлийн түвшнээс шалтгаалдаг” гэж үздэг байжээ (Ш.Ичинхорлоо, 2018).

Өмнө өгүүлсэн “Монголчуудын үнэт зүйлсийг тодруулах социологийн судалгаа”-ны ажлын хүрээнд эрдэмтэд монгол хүний үнэт зүйлийг тодорхойлсон байна. Академич Ш.Болд “Монгол нутаг дээр 800000 жилийн тэртээгээс хүн амьдарч байсныг тогтоосон. Энэ урт хугацаанд бидний өвөг дээдэс хүний амьдралыг өөрчилсөн ямар нэгэн нээлт хийгээгүй гэвэл худал болно. Тухайлбал, Сүмбэ хамба Ишбалжир “Умайд хорхой байдаг”-ийг 1786 онд нээж өөрийн бүтээлдээ бичиж үлдээжээ. “Уламжлалт анагаах ухааны баримтууд анагаахын шинжлэх ухааны чиглэлээр монголчуудын бүтээсэн оюуны үнэт зүйл, өв хөрөнгө мөн. Шинжлэх ухааны хувьсгал хийх оролдлого ихэнхдээ амжилтгүй болдог. Маш цөөн хэсэг нь шинэ үзэл баримтлалыг бий болгоно. Шинэ үзэл баримтлал амжилттай болсон тохиолдолд дэлхийн шинжлэх ухаанд өргөн хүрээтэй өөрчлөлт хийгддэг. Монгол мэргэдийн бүтээсэн мэдлэг бол бидний төдийгүй хүн төрөлхтний үнэт зүйл мөн” гэжээ.

Мөн академич Б.Жадамба “Хувь хүний оршихуйн үнэт зүйл нь хүн ёс, хууль ёс, боловсрол, ёс суртахуун. Монголчуудын оршихуйн үнэт зүйл нь тэгш байдал, шударга ёс, эрх чөлөө, эв эе, эрдэм, эв дүй, хүн чанар, мэдлэг. Монгол хэлний эрдэм билиг, эрдэм соёл, эрдэм боловсрол, эрдэм мэдлэг, эрдэм ухаан, эрдэм чадвар зэрэг ухагдахуун байна. Эрдэмтэй гэдгийн шалгуур нь эв эе, нэгдэл, ёс суртахуун, журам, горим юм. Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын Боловсрол, Соёл, Шинжлэх ухааны байгууллага “Соёл бол үнэт зүйлийн тогтолцоо, уламжлал, итгэл үнэмшлийг өөртөө агуулдаг” гэж тодорхойлж байна. “Манай улсын соёлын үнэт зүйлсэд гоо сайхны үзэл баримтлал, эх хэл, бичиг үсэг, аман аялгуу, уламжлалт технологи, газар усны нэр, ёс заншил, бэлгэ тэмдэг, ардын аман зохиол, ном, судар, шастир, угийн бичиг, им тамга, хадны зураг, бичээс, гар урлал, урлагийн бүх төрлийн болон соёл судлалын бүтээл гэх мэтийг нэрлэдэг. Ёс суртахууны үнэт зүйл хамгийн чухал юм” гэжээ.

Монгол Улсын Боловсролын Их сургуулийн Монгол судлалын төвийн эрхлэгч, Ц.Өнөрбаян “Монгол хэл бол монгол үндэстний дархлаа, үнэт зүйл юм. Монголоор ярьдаг, монгол соёл, сэтгэлгээтэй хүний тоог өсгөх талаар Монгол Улсын төр засаг зөв, оновчтой бодлого гаргаж хэрэгжүүлэх, монгол хүн бүр удмын сангаа хамгаалан бэхжүүлж, үр хүүхдэдээ

[1] Хүүхдийн эрх, хүчирхийллийн эсрэг арга хэмжээний үр дүнтэй танилцах ерөнхий хяналтын сонсголын “Хүүхдийн эсрэг гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэхэд чиглэсэн бодлого, үйл ажиллагаа, анхаарах асуудал” илтгэл, Монгол Улсад гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэх ажлыг зохицуулах зөвлөлийн нарийн бичгийн дарга бөгөөд ажлын албаны дарга Л.Нямгэрэл, Төрийн ордон, 2019

заавал монгол хэл, соёл эзэмшүүлэх журамт үүрэгтэй байвал монгол үндэстний дархлаа батжих болно” гэжээ.

Санхүү эдийн засгийн их сургуулийн багш С.Түвшинзаяа “Соёл бол нийтээрээ хүлээн зөвшөөрсөн үнэт зүйлс, хэм хэмжээ тогтолцоо юм.” гэжээ. Мөн “2016 онд “Нийгмийн үнэт зүйл” социологийн судалгаагаар монголчууд хамтач соёлтой, Монгол Улсаараа бахархдаг нь тодорхойлогдсон. Бидний амьдралд дүйцсэн болон дүйцэх үнэт зүйл бол хамтач байдал бөгөөд хамтач байлгах соёлын бодлого чухал. Манай монголчууд “Бурмаар тэтгэхээр урмаар тэтгэ, Хүний хэрэг бүтвэл өөрийн хэрэг бүтнэ” гэдэг байсан бол одоо өөрчлөгдөж байна. Орчин үеийн монголчуудад үнэт зүйлийн өөрчлөлт бий болж ер нь өрсөлдөмтгий шинжтэй болж байна” гэж өгүүлсэн байна.

Дэлхийн болон манай улсын эрдэмтдийн тодорхойлолтоос харахад ёс зүй, ёс суртахууныг хүний үйлийн сайн муу, зөв буруугаар илэрхийлсэн нь нийтлэг байна. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн хувьд ёс зүй нь хувь хүн, нийгмийн ёс суртахууныг судалдаг шинжлэх ухаан, ёс суртахуун нь ёс зүйн нэг судлагдахуун мөн гэж үзлээ. Ёс зүй нь хувь хүний нийгмийн харилцаанд баримтлах болон эс баримтлах үнэт зүйлс, хэм хэмжээ мөн. Ёс зүй нь уг хэм хэмжээг онолын хувьд тодорхойлох бол ёс суртахуун нь сурагчдад төлөвшвөл зохих хэм хэмжээ мөн. Ёс зүйн боловсрол гэдэг нь сурагч ёс суртахууны хэм хэмжээг төлөвшүүлэх арга ухаанд суралцах үйл явцыг хэлэх бөгөөд ёс зүйн боловсрол эзэмших нь сурагч ёс суртахуунтай иргэн байхын үндэс болно.

Биеэ зөв авч явах, бусадтай зөв харилцах, мөн хүний сайн муу үйл буюу буян нүглийн үйл гэж юу болох, уужуу тайван, даруу төлөв, нийтэч, хүнлэг энэрэнгүй, ажилч хичээнгүй, тэсвэр тэвчээртэй, тууштай байх, эв эе, эх оронч үзэл зэрэг хүний зан чанартай холбоотой хийсвэр, ерөнхий үзэл санаа буюу ёс зүйн хэм хэмжээг сурагчид судалж танин мэднэ. Бусдын эд зүйлийг зөвшөөрөлгүй авах, худал хэлэх, бусдад уурлан хорсох, атаархан жөтөөрхөх бодол санааг сэтгэлдээ агуулах, зохисгүй, хатуу ширүүн үг хэлэх, амьтны амь таслахыг тэвчих зэрэг сурагчид мөрдвөл зохих дэг журам дүрэм, заавар, муу үйлийг эс үйлдэх нийгмийн шинжтэй зан суртал нь ёс суртахууны хэм хэмжээ, үнэлэмж болж сурагчдад төлөвшинө.

Монгол хэлний товч тайлбар тольд иргэн гэж “Улсынхаа хүн амын тоонд багтах бөгөөд Үндсэн хуулиар олгосон бүх эрхийг эдлэх эрхтэй, бүх үүргийг биелүүлбэл зохих этгээдийг хэлнэ” гэж тодорхойлжээ.[2] Иргэний биелүүлбэл зохих үүрэг нь ёс зүйн боловсрол эзэмшиж ёс суртахуунтай байх явдал мөн.

3.1.1. Агуулгын мөн чанар

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь ерөнхий зарчимтай бөгөөд түүнд тулгуурлан агуулгын зарчмыг тодорхойлжээ. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулгыг түүний зарчмын дагуу хувь хүний хэрэгцээ, нийгмийн бодит байдал, нийгмийн захиалга, бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын зорилго, агуулга зэрэг шалгуурыг баримтлан сурагчдад ёс зүйн боловсрол олгох агуулгыг оновчлон тогтоосон нь бусад сургалтын хөтөлбөрөөс онцлог байна.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын түвшинд сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээ буюу мэдлэг, чадвар, дадал бөгөөд тэдэнд төлөвшвөл зохих ёс суртахууны дүр зураг мөн. Түүнчлэн тус хөтөлбөрийн зорилго, зорилт, агуулга нь монгол хүний дүр төрх, үнэт зүйлийг тодорхойлно. Монгол хүний дүр төрх, үнэт зүйлийн толинд сурагчид өөрийгөө тольдон суралцах юм.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь бүхэлдээ өөрийг бус бусдыг эрхэмлэдэг, бусдыг бус өөрийгөө судалж танин мэддэг монголын уламжлалт өв соёлд тулгуурлаж буй юм. Монгол өв соёл бол ёс зүйг чухалчилдаг бөгөөд “хүн”-ийг ёс суртахуунаар нь тодорхойлдог. Монгол хүний үнэт зүйл ёс суртахуунд нь оршдог. Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгыг гурав ангилна. Үүнд:

- Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье
- Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя
- Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя

[1] Я.Цэвэл, Монгол хэлний товч тайлбар толь. УБ., 1966 он.

Багш нар “Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье”, “Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя”, “Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя” агуулгын мөн чанарыг сургалтын хөтөлбөрөөс дэлгэрүүлэн судлаарай.

Бага боловсролын агуулга нь сурагчдын гэр бүл, анги хамт олон, сургуулийн дотор болон гадна орчинд баримталбал зохих ёс суртахууны хэм хэмжээтэй холбоотой бүлэг сэдвүүдээс бүрдэнэ. Бага боловсролын түвшинд сурагчид агуулгын ерөнхий ангилал тус бүрээр 10, нийт 30 бүлэг сэдэв судална. Үүнд:

- Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье, 10 бүлэг сэдэв
- Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя, 10 бүлэг сэдэв
- Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя, 10 бүлэг сэдэв

Бүлэг сэдэв бүрээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, хийж дадуулах үйлдлийг тодорхой тусгасан байна. Сурагч тухайн ангид агуулгын ерөнхий гурван ангилал бүрээр хоёр, нийт зургаан бүлэг сэдэв судална. (Нэгдүгээр хүснэгт)

Нэгдүгээр хүснэгт. Бага боловсролын бүлэг сэдэв, ангиар

Нэгдүгээр анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Мэндлэх ёс	Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёс
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Сайн сурагч	Багшийг дээдлэх ёс
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Таван хошуу малын нэршил	Цагаан сарын баярын хүүхдэд хамаатай ёс заншил
Хоёрдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Өөрийн мөн чанарыг танин мэдэх ёс	Хэлээр үйлдэх буян, нүглийн үйл
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Ахмад настныг хүндэлье	Талархал
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Таван хошуу малын нас	Цагаан сарын бэлгэдэл, цээр ёс
Гуравдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Эв эе	Биеэр үйлдэх буян, нүглийн үйл
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Багшийг баярлуулах ёс	Нөхөрлөл
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Монголчуудын идээ ундааг зүй зохистой хэрэглэх ёс	Эрийн гурван наадмын хурдан морины уралдааны дэг ёс
Дөрөвдүгээр анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Зөв шийдвэр	Сэтгэлээр үйлдэх буян, нүглийн үйл
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Ахмад настныг баярлуулъя	Уучлал
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Монголчуудын цагаан идээг зүй зохистой хэрэглэх ёс	Эрийн гурван наадмын бөхийн барилдааны дэг ёс
Тавдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Бэрхшээл	Дотоод сэтгэлийн хөгжил
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдын ачийг хариулахуй	Ажил хөдөлмөр
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Зочныг хүндлэх ёс	Эрийн гурван наадмын сур харваа, шагайн харвааны дэг ёс

Суурь боловсролын түвшинд сурагчид агуулгын ерөнхий ангилал тус бүрээр 8, нийт 24 бүлэг сэдэв судална. Үүнд:

- Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье, 8 бүлэг сэдэв
- Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя, 8 бүлэг сэдэв
- Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя, 8 бүлэг сэдэв

Бүлэг сэдэв бүрээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, хийж дадуулах үйлдлийг тодорхой тусгасан байна. Сурагч тухайн ангид агуулгын ерөнхий гурван ангилал бүрээр хоёр, нийт зургаан бүлэг сэдэв судална. (Хоёрдугаар хүснэгт)

Хоёрдугаар хүснэгт. Суурь боловсролын бүлэг сэдэв, ангиар

Зургаадугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Үйлдлээ хянаж, засъя	Бусдаас суралцъя
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Үг сонсож суръя	Хэрэгжүүлж, баярлуулъя
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Ураг удмаа мэдэхийн ач тус	Монголын үндэсний бичиг үсгийн баярын өдөр
Долоодугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Хүний мэдрэмж	Амьдралын зорилго
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдын эрдмээс суралцъя	Төв шулуун зан төрхийг эрхэмлэе
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд үйлийн үрийг мөрдье	Монгол бахархлын өдөр
Наймдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Уужуу, агуу ухаантай болъё	Амар амгалан, аз жаргалтай байхын тулд бясалгалыг дадуулъя
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдыг асрахуй сэтгэлээр дээдэлье	Бусдын ачийг хүртэж, дээдэлье
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Мал өсгөн үржүүлэх уламжлалт арга	Уламжлалт Бурханы шашны баяр, ёслол
Есдүгээр анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Өөрийн гэмийг засъя	Тэвчээр хатуужилд суралцъя
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдыг энэрэхүй сэтгэлээр дээдэлье	Бусдад энэрэхүй сэтгэлээр тусалъя
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Үндэсний хувцас	Төрөө дээдэлье

Бүрэн дунд боловсролын түвшинд сурагчид агуулгын ерөнхий ангилал тус бүрээр 6, нийт 18 бүлэг сэдэв судална. Үүнд:

- Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье, 6 бүлэг сэдэв
- Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя, 6 бүлэг сэдэв
- Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя, 6 бүлэг сэдэв

Бүлэг сэдэв бүрээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, хийж дадуулах үйлдлийг тодорхой тусгасан байна. Сурагч тухайн ангид агуулгын ерөнхий гурван ангилал бүрээр хоёр, нийт зургаан бүлэг сэдэв судална (гуравдугаар хүснэгт).

Гуравдугаар хүснэгт. Бүрэн дунд боловсролын бүлэг сэдэв, ангиар

Аравдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Арга билгийг дадуулъя	Үүрэг хариуцлага
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдыг болон орчныг мэдэрье	Гэр бүлийн харилцаа
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Монголчуудын удам судар	Монгол гэрийн ёс
Арваннэгдүгээр анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Зөв сэтгэлийг дадуулъя	Буруу сэтгэлийг тэвчье
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Гэр бүлийн аз жаргал	Эх оронч үзэл
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Шүтэн барилдлага, гүн үзэл	Монгол цаг тоолол
Арванхоёрдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Дөрвөн үнэн түүний цээрлэн хорих хэсэг	Дөрвөн үнэний дадуулан хэвшүүлэх хэсэг
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Бусдад туслахын тулд мэргэжлийн ёс зүйг дадуулъя	Ирээдүйн эцэг эхийн гэр бүлийн өмнө хүлээх үүрэг хариуцлага
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Монголчуудын номын өв соёл	Монгол аж төрөх ухаан болон газар усны нэр, домог

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь анги ахих тусам өргөсөн гүнзгийрсэн, сурагчийн хөгжлийн үе шат, учир шалтгааны уялдаа холбоогоор дараалж, тасралтгүй давтагдсан, өөр хоорондоо залгамж холбоо бүхий бүтэцтэй. Сурагч бүрийн эзэмшвэл зохих ёс зүйн мэдлэг, чадвар, дадлыг сурагчийн хөгжлийн үе шатад нийцүүлэн, тэдний оюун ухааны үндсэн чанарын түгээмэл, адил талыг хадгалан, хөнгөнөөс бага багаар ахиулан гүнзгийрүүлж, өргөсгөн тогтоосон байна.

Агуулгын өргөсөл нь сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээний хамрах хүрээ болон харилцаанд оролцогчдын хамрах хүрээгээр тодорхойлогдоно. Агуулгын гүнзгийрэл нь ёс суртахууны хэм хэмжээ, үнэт зүйлийг сурагчид танин мэдэх улмаар дадал хэвшил болгох түвшнээр тодорхойлогдоно. Агуулгыг сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадлыг оюун ухааны үндсэн чанарын түгээмэл, адил талыг хадгалан, хөнгөнөөс бага, багаар ахиулан гүнзгийрүүлж, өргөсгөн тогтоожээ.

Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулга нь сурагч өөрөө өөрийгөө танин мэдэх, бие, хэл, сэтгэлээ засахад чиглэсэн хувь хүний хөгжил, амьдралын хүрээний агуулгаас сурагч бусадтай зөв харилцахад чиглэсэн гэр бүл, анги хамт олон, сургууль, нутаг усныхан нийгмийн амьдралын хүрээг хамарч өргөсдөг. Нийгмийн амьдралын хүрээний агуулга нь сурагч үндэсний онцлогийг танин мэдэхэд чиглэсэн улс орны амьдралын хүрээг хамарч өргөссөн бүтэцтэй байна. (Дөрөвдүгээр хүснэгт)

Дөрөвдүгээр хүснэгт. Агуулгын өргөсөл

Агуулгын ерөнхий ангилал	Өргөсөл	
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Сурагч өөрөө өөрийгөө танин мэдэх, бие, хэл, сэтгэлээ засахад чиглэсэн.	Хувь хүний хөгжил, амьдралын хүрээг хамарсан.
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Сурагч бусадтай зөв харилцахад чиглэсэн.	Гэр бүл, анги хамт олон, сургууль, нутаг усныхан нийгмийн амьдралын хүрээг хамарсан.
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Сурагч үндэсний онцлогийг танин мэдэхэд чиглэсэн.	Улс орны амьдралын хүрээг хамарсан.

Бага боловсролд сурагчид өдөр тутамд бие, хэл, сэтгэлээрээ хийвэл зохих зөв үйлдлийг дадуулж хэвшүүлэх агуулгыг судална. Тухайлбал: Сурагчид мэндлэх, багшийн болон бусдын үгийг сонсож сурах, багшийг дээдлэхээс эхлэн бусдыг хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ач хариулах, уучлах, уучлал хүсэх зэрэг ёс суртахууны үндэс суурь болсон хэм хэмжээ буюу үнэт зүйлд суралцана.

Суурь боловсролд бага боловсролд хэвшүүлсэн үнэт зүйлдээ тулгуурлан бие, хэлний үйлдлээ хянах, ялангуяа сэтгэлээ хянаж, засах арга барилд суралцах агуулгыг гүнзгийрүүлэн судална. Тодруулбал: Бага боловсролд өдөр тутмын амьдралын хүрээний зөв үйлдлийг хэвшүүлсэн бол суурь боловсролын түвшинд сурагч өөрөө өөртэйгөө, дотоод сэтгэлтэйгээ илүү их ажиллах агуулгыг судална. Сурагчид алхам тутамдаа бие, хэл, сэтгэлээ хянаж засах арга барил эзэмшихийн зэрэгцээ бие, хэл, сэтгэлийн тэвчээрт суралцах, амьдралын зөв зорилго, аз жаргал, уужуу, агуу ухаан, асрахуй, энэрэхүй сэтгэл зэрэг сэтгэлийн түвшний агуулгыг илүү гүнзгийрүүлж судална. Сурагчид бусдыг асрах энэрэх сэтгэл бол хүн байхын гол утга учир гэдгийг ухаарна. Бусдыг өрөвдөн энэрэх сэтгэл үүсгэж, сэтгэлийн өглөг буюу бусдад үргэлж сайныг хүсэж ерөөх сэтгэл үүсгэх, хэлний өглөг буюу бусдад үргэлж сайн сайхан үг хэлэх, биеийн өглөг буюу өөрт байгаа зүйлээ шаардлагатай гэвэл бусдад өгч туслах зэрэг энгийн өглөг, ялангуяа хамгийн чухал нь сэтгэлийн өглөгт суралцана.

Бүрэн дунд боловсролд бага, суурь боловсролд эзэмшсэн ёс суртахууны хэм хэмжээг онолын хийсвэр түвшинд гүнзгийрүүлж судална. Тодруулбал: Ахлах ангид арга билиг, хүний амьдралын зовлон бэрхшээл, сэтгэлийн амар амгалан, шүтэн барилдлага зэргийг судална. (Тавдугаар хүснэгт)

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга сурагчид ёс суртахууны аргад суралцана гэсэн зарчимтай тул сурагчид ахлах ангид арга билгийн тухай мэдлэгийг онолын түвшинд бүрэн гүйцэд танин мэдэхээс илүү буруу сэтгэлээ арилгах аргын түвшинд судална.

Бага боловсролын агуулга нь сурагчид суурь боловсролын сэтгэлээ хянаж, засахад суралцах агуулгыг судлахад үндэс суурь нь болох бөгөөд сурагчид суурь боловсролын агуулгыг судалснаараа бүрэн дунд боловсролын онолын түвшний агуулгыг гүнзгийрүүлэн судлах бэлтгэлийг хангаж буй юм.

Тавдугаар хүснэгт. Агуулгын гүнзгийрэл

Боловсролын түвшин	Гүнзгийрэл
Бага	Сурагчид өдөр тутам бие, хэл, сэтгэлээрээ хийвэл зохих зөв үйлдлийг дадуулж хэвшүүлнэ.
Суурь	Сурагчид бага боловсролд хэвшүүлсэн үнэт зүйлдээ тулгуурлан бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлээ хянаж, дотоод сэтгэлээ засах арга барилд суралцана.
Бүрэн дунд	Сурагчид бага, суурь боловсролд эзэмшсэн ёс суртахууны хэм хэмжээг онолын түвшинд судална.

Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын гүнзгийрлийг жишээгээр авч үзье. Сурагчид бэрхшээл, асуудлыг дөрөвдүгээр ангид эхлэн судалж, тавдугаар ангид бэрхшээл, асуудлыг даван туулах энгийн аргуудыг үзнэ.

Суурь боловсролд бэрхшээл асуудлыг гаргахгүй байх арга зам, түүнээс урьдчилан сэргийлэхийн тулд алхам тутамдаа бие, хэл, сэтгэлээ хянаж засах арга барил эзэмшихийн зэрэгцээ бэрхшээл асуудлыг даван туулах бие, хэл, сэтгэлийн тэвчээрт суралцах, амьдралын зорилгоо эхнээсээ зөв тодорхойлох, бэрхшээл, асуудлыг уужуу, агуу ухаан, асрахуй, энэрэхүй сэтгэлээр даван туулах тухай судална. Сурагч буруу бодлоо танин мэдэж улмаар түүнийгээ засаж зөв сэтгэлтэй болох агуулгыг судална.

Бүрэн дунд боловсролд суурь боловсролд судалсан бэрхшээл, асуудал, амьдралын зөв зорилго, аз жаргал, асрахуй, энэрэхүй сэтгэлийн онол болох зовлон бэрхшээл, сэтгэлийн амар амгалан, арга билиг, шүтэн барилдлага зэрэг агуулгыг судална.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь анги ахих тусам сурагчийн хөгжлийн үе шат, учир шалтгааны уялдаа холбоогоор дэс дараалсан, тасралтгүй давтагдсан залгамж холбоотой.

Үүнд:

- Бага боловсролын агуулга нь суурь боловсролын, суурь боловсролын агуулга нь бүрэн дунд боловсролын агуулгын үндэс суурь болсон залгамж холбоотой.
- Тухайн боловсролын түвшинд өмнөх ангийн агуулга нь дараагийн ангийн агуулгын үндэс суурь болсон залгамж холбоотой.
- Тухайн анги дотроо бүлэг сэдвүүд өөр хоорондоо залгамж холбоотой.

Бага боловсролын агуулга өөр хоорондоо залгамж холбоо бүхий бүтэцтэй. Бага ангийн агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, залгамж холбоог зарим үнэт зүйлсээр жишээ болгон харууллаа. (Зургаадугаар хүснэгт)

Зургаадугаар хүснэгт. Агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, залгамж холбоо

№	Үнэт зүйл	Багш	Эцэг эх, ахмад настан	Найз нөхөд	Бусад хүн
1	Мэндлэх	1.1.1	1.1.1	1.1.1	1.1.1
2	Үг, сургаал сонсох	1.2.1	1.2.1	3.2.2	5.2.1
3	Дээдлэх	1.2.2	-		
4	Хүндлэх	-	2.2.1	3.2.2	5.2.1
5	Талархах	2.2.2	2.2.2	2.2.2	5.2.1
6	Баярлуулах	3.2.1	4.2.1	3.2.2	5.2.1
7	Туслах, ачийг хариулах	5.2.1	4.2.1	3.2.2	5.2.1
8	Уучлал хүсэх, уучлах	4.2.2	4.2.2	4.2.2	4.2.2

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрөөр сурагчдад төлөвшүүлэх үндсэн үнэт зүйл бол зөв сэтгэл юм. Бусад үнэт зүйлүүдийн төлөвшил сэтгэлээс хамаарна. Хүн өөрөө үнэт зүйл мөн гэж үздэг. Хэд хэдэн үнэт зүйл төлөвшсөнөөр нэг нийлмэл үнэт зүйл төлөвшинө. Үнэт зүйлийн нэгдсэн нэг утгатай тодорхойлолт байдаггүй. Эрдэмтэд үнэт зүйлийг олон талаас нь харилцан адилгүй түвшинд тодорхойлсон байдаг. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга бүхэлдээ сурагч буруу бодлоо танин мэдэж улмаар түүнийгээ засан зөв сэтгэлийг бий болгоход чиглэж байгаа юм.

Мэндлэх, үг, сургаал сонсох, дээдлэх, хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ачийг хариулах, уучлал хүсэх, уучлах үнэт зүйлс нэгдүгээр ангид багшаас эхлэн эцэг эх, ахмад настан, найз нөхдөөр хүрээгээ тэлж тавдугаар ангид бусад хүнийг хамарч өргөсөж байна. Үг, сургаал сонсох, дээдлэх, хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ачийг хариулах, уучлал хүсэх, уучлах үнэт зүйлс нь өргөсөхийн зэрэгцээ нэгдүгээр ангиас тавдугаар анги хүртэл гүнзгийрч байна.

Мөн мэндлэх, үг, сургаал сонсох, дээдлэх, хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ачийг хариулах, уучлал хүсэх, уучлах үнэт зүйлс анги ахих тусам өөр хоорондоо залгамж холбоотойг хүснэгтийн нүдэнд буй тоон тэмдэглэгээ илэрхийлж байна. “1.1.1” гэдэг нь урд талын тоо ангийг, арынх нь агуулгын ерөнхий ангиллын дугаарыг, сүүлийн тоо нь агуулгын ангилал доторх сэдвийн дугаарыг илэрхийлнэ. “1.2.2” гэдэг нь сурагч “Багшийг дээдлэх ёс” сэдвийг нэгдүгээр ангийн хоёрдугаар буюу “Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя” агуулгын хоёр дахь сэдвээр судална гэдгийг илэрхийлнэ.

Багш бол эцэг эхээс дутуугүй ачлалтай эрхэм дээд хүн тул багшийг дээдэлнэ, эцэг эх, ахмад хүн, бусдыг бол хүндэлнэ гэж томьёолсон байна. Хамгийн эрхэм дээд хүн болох багшийг дээдлэхээс эхлэн сурагчид хүндлэх, талархах, баярлуулах, уучлах, туслах, ачийг хариулах үйлд суралцана. Мөн сурагчийн суралцах үйл нь дээдлэх, хүндлэх, талархах, баярлуулах, уучлал хүсэх, туслах, ачийг хариулах гэх мэтээр мөн эрэмбэ дараатай байна. Үүнд:

- Нэгдүгээр ангид сурагч бусадтай мэндэлж сурна.
- Нэгдүгээр ангид сурагч эхлээд багшийнхаа үгийг сонсож сурна.
- Нэгдүгээр ангид сурагч эхлээд багшаа сонсож, дээдэлж сурна.
- Хоёрдугаар ангид сурагч эцэг эх, төрөл садан, ахмадыг хүндэлж сурна.
- Хоёрдугаар ангид сурагч бүх хүнд талархаж сурна.
- Гуравдугаар ангид сурагч багшийг баярлуулж сурна.
- Гуравдугаар ангид сурагч найз нөхдөө хүндэлж, баярлуулж, тэдэнд тусалж сурна.
- Дөрөвдүгээр ангид сурагч эцэг эх, бусад хүнийг баярлуулж сурна.
- Дөрөвдүгээр ангид сурагч эцэг эх, бусад хүнээс уучлал хүсэж, бусдыг уучилж сурна.
- Тавдугаар ангид сурагч бусдыг хүндэтгэж, баярлуулж, тусалж, ачийг нь хариулахад суралцана.

Бага ангийн агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, залгамж холбоог нэг, хоёрдугаар ангийн зарим сэдвийн хувьд авч үзье. (Долоодугаар хүснэгт)

Долоодугаар хүснэгт. Агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, залгамж холбоо, бүлэг сэдвээр

Нэгдүгээр анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Мэндлэх ёс	Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёс
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Сайн сурагч	Багшийг дээдлэх ёс
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Таван хошуу малын нэршил	Цагаан сарын баярын хүүхдэд хамаатай ёс заншил
Хоёрдугаар анги		
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	Өөрийн мөн чанарыг танин мэдэх ёс	Хэлээр үйлдэх буян, нүглийн үйл
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	Ахмад настныг хүндэлье	Талархал
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	Таван хошуу малын нас	Цагаан сарын бэлгэдэл, цээр ёс

Сурагч сургуульд элсэж ороод нэн тэргүүнд бусадтай мэндэлж сурах ёстой. Мэндэлж сураад зогсохгүй эрдэм номыг хичээнгүйлэн сурах учиртай. Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурахын тулд номын ширээндээ зөв сууж, хичээлээ анхааралтай сонсох, санах, өөрийн болгох аргыг мэдэж авна. Сурагч хүн дан ганц эрдэм ном сурах ёсноос суралцах нь хангалтгүй. Эрдэм ном амжилттай сурахад багшаа дээдэлж, сурагчийн эрдэм багшаас төрдгийг ойлгож, ухаарна. Сурагч хүн эрдэм номд шамдаж, багшаа дээдлэхийн дээр сайн сурагч болохыг эрмэлзэх учиртай. Сайн сурагч болохын тулд эрдэм ном хичээнгүйлэн сурахаас гадна багшийн болон бусдын үг, сургаалыг сонсоход суралцана. Сайн сурагч болоход сурагч өөрийгөө сайтар танин мэдэх нь маш чухал юм. Сурагч өөрийгөө танин мэдвэл бусадтай зөв харилцах үндэс суурь бүрэлдэнэ. Сурагч өөрийгөө танихад бие, хэл, сэтгэлээрээ үйлдэж буй сайн муу үйлээ хэрхэн ялгаж мэдэх асуудал чухал байр суурь эзэлнэ. Сайн сурагч болоход сурагч бие, хэл, сэтгэлийн сайн үйлээ хэвшүүлэх, муу үйлээ тэвчих шаардлагатай гэх мэтээр бүлэг сэдвүүд өөр хоорондоо залгамж холбоотой байна.

Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын түвшний агуулгын залгамж холбоог зарим бүлэг сэдвийн жишээгээр авч үзье. Үүнд:

- Бага боловсролд эзэмшсэн байх ёс суртахууны дадлыг сурагчийг зургаадугаар ангид дэвшин суралцахад нь “Хэрэгжүүлж, баярлуулъя” бүлэг сэдвийн хүрээнд сэргээж, улам бүр хэвшүүлнэ.
- Суурь боловсролд эзэмшсэн байх зөв сэтгэлийн дадлыг сурагчийг 10 дугаар ангид дэвшин суралцахад нь “Арга, билгийг дадуулъя”, 11 дүгээр ангид “Зөв сэтгэлийг дадуулъя”, “Буруу сэтгэлийнг тэвчье” бүлэг сэдвүүдийг судлан сэргээж, улам бүр хэвшүүлнэ.

Багш бага боловсролд эзэмшсэн байх ёс суртахууны дадлыг сурагчийг зургаадугаар ангид дэвшин суралцахад нь хичээлийн жилийн эхэнд оношилно. Оношилгооны үр дүнд тулгуурлан “Хэрэгжүүлж, баярлуулъя” бүлэг сэдвээр тухайн сурагчийн сэргээж дахин дадуулах шаардлагатай дадлыг улам бүр хэвшүүлэх учиртай. Үүний нэгэн адил 10 дугаар ангийн сурагчийг оношилж түүний үр дүнд тулгуурлан “Арга, билгийг дадуулъя”, “Зөв сэтгэлийг дадуулъя”, “Буруу сэтгэлийг тэвчье” бүлэг сэдвүүдээр сурагчийн өмнө эзэмшсэн зөв сэтгэлийн дадлыг улам бүр хэвшүүлнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь боловсролын түвшин, анги болон бүлэг сэдэв хооронд залгамж холбоотойгоос гадна бусад хөтөлбөрийн агуулгатай залгамж холбоотойгоороо онцлог. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” нь сурагчдыг хүмүүжүүлж, төлөвшүүлэх үндсэн, гол сургалтын хөтөлбөр мөн хэдий ч сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмших нь зөвхөн уг сургалтын хөтөлбөрөөр хязгаарлагдахгүй, монгол хэл, бичиг, уран зохиол, түүх зэрэг бусад сургалтын хөтөлбөртэй нягт холбоотой учир багш бусад мэргэжлийн багш нартай хамтран ажиллаж, агуулгын залгамж холбоог тогтмол баяжуулж байх шаардлагатай. Тус сургалтын хөтөлбөрийн болон бусад сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын залгамж холбоог дараах хүснэгтэд харууллаа. (Наймдугаар хүснэгт)

Наймдугаар хүснэгт. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” болон бусад сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын залгамж холбоо

Анги	*Иргэний ёс зүйн боловсрол*	*Монгол хэл*
I	1.2.1. Хичээлээ анхааралтай сонсож сурах	1.3б. Бусдын яриа, асуулт, зааврыг анхааралтай сонсож, ойлгосноо харуулах, х15
	2.1.3. Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад хүний үг, сургаалыг биелүүлэх	1.4д, 2.4г. Хэлц үгийн тайлбарыг уншиж ойлгох, цээжлэх (хэлц үг), х16
	1.1.Мэндлэх ёс	2.1д. Талархсан мэндчилгээг уншиж, агуулга, бүтцийг тайлбарлах 2.2е, х16
	1.2.3. Хичээлээ өөрийн болгон эзэмших	3.2д. Талархсан утгатай захидал бичих, х17
	2.1. Сайн сурагч	1.2г. Багшийн хэлсэн 2-4 үгээс бүтсэн өгүүлбэрийг сонсож, цээжээр бичих, х15, 2.2д. Багшийн хэлсэн 5-6 өгүүлбэрийг сонсож, цээжээр бичих, х16
II	*Иргэний ёс зүйн боловсрол*	*Монгол хэл*
	2.2. Талархал	2.1д. Баярласан сэтгэлээ илэрхийлж, бүтцийн дагуу талархсан утгатай захидал бичих, х17
IV	Иргэний ёс зүйн боловсрол	Дүрслэх урлаг
	3.1. Монголчуудын идээ, ундааг зүй зохистой хэрэглэх ёс	9.2 ж,з, х113
	Иргэний ёс зүйн боловсрол	Биеийн тамир
	3.2. Эрийн гурван наадмын дэг ёс, хурдан морь	6.7а. Хурдан морины уралдааны онцлогийг тайлбарлах, б. Хурдан морины цол, уяач, унаач хүүхдийн талаар мэдээлэл цуглуулах, х120
	3.2. Эрийн гурван наадмын дэг ёс, сур харвааны цол	7.7а. Сур харвааны төрөл, хэрэгсэл, насны ангилал, харвах зайг сур харвааны цол, харваачдын талаар мэдээлэл цуглуулан боловсруулах, хэлэлцэх, х121

Багш нар агуулгын залгамж холбоог сайтар харгалзаж, бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, нэгж, ээлжит хичээлээ төлөвлөх нь чухал. Нэмж дурдахад бага ангийн сурах бичгийг сурагчдын өмнөх ангид эзэмшсэн мэдлэг, чадварыг дараагийн ангид үргэлжүүлэн дадуулан хэвшүүлэх зорилгоор өөр хооронд нь уялдаа холбоотойгоор боловсруулсан байна. Жишээ нь: Нэгдүгээр ангийн зарим сэдэв, хоёр, гурав, дөрөв, тавдугаар ангид дахин дадуулан хэвшүүлэхээр сурах

бичгийг зохиожээ. Энэ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээл нь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварыг өдөр тутмын амьдралдаа дадуулан хэвшүүлэх шаардлагатай холбоотой юм.

Дунд, ахлах ангийн багш нар бага боловсролын хувьд жишээ болгон тодорхойлсон агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, залгамж холбооны загвараар боловсруулалт хийж ажиллана.

Монгол өв соёлын талаар сурагчид нийгмийн ухааны хичээлээр бүлэг сэдвийн хэмжээнд судалдаг байсан бол “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлээр 1-12 дугаар ангид долоо хоногт хоёр цагаар судалж байна. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрт өгүүлсэнчлэн хүүхэд багачууд ёс зүйн боловсрол эзэмших монгол арга ухааныг судалж, үр дүнд нь монгол хүн болж хүмүүжнэ. Тус сургалтын хөтөлбөрийн 1-12 дугаар ангийн агуулга нь сурагчдыг монгол арга ухаанаар хүмүүжүүлэх тасралтгүй үйл явцад хөтөлсөн байна. Иймээс тус сургалтын хөтөлбөрийг сургууль, багш нар, бусад ажилтан, эцэг эхчүүд сайтар судлах ёстой гэж өгүүлсэн байна. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг хэрэгжүүлснээр сурагчид, эцэг эхчүүд монгол өв соёлоо мэддэг, амьдралдаа хэрэгжүүлдэг болно. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр нь бага, дунд боловсролын зорилго, агуулгад нийцсэн, сурагчдын дадал хэвшил, хандлагыг үнэлдэг, хувь хүний хэрэгцээ, нийгмийн шаардлагад хариулсан зэргээрээ олон талын ач холбогдолтой юм.

3.1.2. Агуулгын шинжилгээ

Багш хичээлийн жилийн сургалтаа төлөвлөхөд жилийн болон бүлэг, дэд сэдвийн сургалтын хөтөлбөр, нэгж хичээлийн болон ээлжит хичээлийн хөтөлбөр боловсруулах ажил чухал байр суурь эзэлнэ. Багш сургалтын эдгээр баримт бичгийг “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга түүний удирдамжийн дагуу боловсруулна. Иймээс багш нар нэн тэргүүнд сургалтын хөтөлбөрийн агуулга, удирдамжийг сайтар судлах нь чухал. Багш нар дараах дэс дараалаар сургалтын хөтөлбөрийг судална. Үүнд:

1. Сургалтын хөтөлбөрөө бүхэлд нь сайтар судалж ойлгох
2. Сургалтын хөтөлбөрийн зарчим, зорилго, зорилтыг судалж ойлгох
3. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулгыг судалж ойлгох
4. Сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй, үнэлгээ зэрэг бусад бүлгүүдийг сайтар судлах

Тус сургалтын хөтөлбөрийг судлах үйл явцад түүний агуулга чухал байр суурь эзэлнэ. Агуулгыг сургалтын хөтөлбөрийн дараах хэсгүүдийг сайтар судалж өөрийн болгон эзэмших учиртай. Үүнд:

1. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн
   - “Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга” бүлэг
   - “Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын тойм” хэсгийг судлах

2. Сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн
   - Бага боловсролын агуулгын мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар
   - Суурь боловсролын агуулгын мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар
   - Бүрэн дунд боловсролын агуулгын мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар бүлгийг судлах

Сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбарт “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн агуулга дахь ойлголт ухагдахууныг анги бүрээр нарийвчлан тодорхойлсон тул багш чухалчлан уншиж ойлгох нь тус хөтөлбөрийг үр дүнтэй хэрэгжүүлэх үндэс суурь болно.

Сургалтын хөтөлбөрийн агуулгын хүснэгт нь агуулгын ерөнхий ангилал бүрээр бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, тухайн дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг агуулсан байна. Жишээ нь: “Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье” агуулгын ерөнхий ангилал дах “Зөв шийдвэр” гэсэн бүлэг сэдэв нь дараах гурван дэд сэдэвтэй ажээ (есдүгээр хүснэгт). Үүнд:

1. Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних
2. Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах
3. Гаргасан шийдвэрээс суралцах

Дэд сэдэв бүрээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг есдүгээр хүснэгтийн хоёрдугаар баганад тодорхойлжээ. “Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних” дэд сэдвээр сурагчид “Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох”, “Бэрхшээл, асуудлаас үүдэх эерэг сөрөг үр дагаврууд ыг харьцуулан тунгаах” гэсэн чадвар эзэмших ажээ. “Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах” болон “Гаргасан шийдвэрээс суралцах” дэд бүлгээр сурагчид тус бүр дөрвөн хэсэг чадвар, дадал эзэмших ёстой байна. (Есдүгээр хүснэгт)

Есдүгээр хүснэгт. Дөрөвдүгээр ангийн “Зөв шийдвэр” бүлэг сэдэв

1. ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Зөв шийдвэр	
Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних	• Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох • Бэрхшээл, асуудлаас үүдэх эерэг сөрөг үр дагаврууд ыг харьцуулан тунгаах
Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах	• Зөв, оновчтой шийдвэр гаргахыг эрмэлзэх • Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настан (тэд)-тай хамтран зөв, оновчтой шийдвэр гаргах • Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны зөвлөгөөг тусган авч тэдний хяналт дор бие даан шийдвэр гаргах • Бие даан шийдвэр гаргаж, хэрэгжүүлэхээсээ өмнө тэднээс зөвлөгөө авах, хянуулах
Гаргасан шийдвэрээс суралцах	• Өөрийн болон бусдын шийдвэр гаргасан үйл явцыг ажиглаж, алдаанаас нь суралцах • Өөрийн алдааг хүлээн зөвшөөрч, бусдыг буруутгаж, зэмлэдэггүй байх • Өмнө гаргасан ижил алдаагаа дахин давтахгүй байх • Алдаагаа засаж залруулахын төлөө ухарч няцахгүй, тууштай хичээх

Багш бүлэг, дэд сэдвийн хөтөлбөр боловсруулахад бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгттэй ажиллах зайлшгүй шаардлагатай. Харин нэгж, ээлжит хичээлийн сэдвийг тодорхойлох тэдгээрийн хөтөлбөрийг боловсруулахад сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадал (агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана) болон түүний тодорхойлолт, тайлбар (сургалтын хөтөлбөрийн удирдамж)-тай ажиллана. Ялангуяа нэгж, ээлжит хичээлийн сэдвийг тодорхойлох тэдгээрийн хөтөлбөрийг боловсруулахад тухайн дэд сэдвээр эзэмших сурагчдын мэдлэг, чадвар, дадлыг нарийвчлах шаардлага тулгарна. Дэд сэдвийг нэгж хичээл, нэгж хичээлийг ээлжит хичээл болгон хэрхэн яаж төлөвлөх нь багшийн мэдэлд байна.

Зарим дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадал нь нарийвчлах шаардлагагүйгээр нэгж эсвэл ээлжит хичээлийн сэдэв болох боломжтой байна. Жишээ нь: “Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье” агуулгын ерөнхий ангилал дахь “Өөрийн гэмийг засъя” гэсэн бүлэг сэдэв нь дараах хоёр дэд сэдэвтэй. (10 дугаар хүснэгт) Үүнд:

1. Өөрийг гэмийг танин мэдэх
2. Өөрийн гэмийг засах

*10 дугаар хүснэгт. Есдүгээр ангийн “Өөрийн гэмийг засъя” бүлэг сэ*дэв

1.ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1.Өөрийн гэмийг засъя	
Өөрийг гэмийг танин мэдэх	• Гэр бүлийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх • Найз нөхдийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх • Сургуулийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх
Өөрийн гэмийг засах	• Хэрэв гэр бүлийн орчинд гэм байвал түүнийг засах • Найз нөхдийн орчинд гэм байвал түүнийг засах • Сургуулийн орчинд гэм байвал түүнийг засах

Багш “Өөрийн гэмийг засъя” бүлэг сэдвийн “Өөрийг гэмийг танин мэдэх” болон “Өөрийн гэмийг засах” хоёр дэд сэдвийг нэгж хичээлийн дараах сэдэв болгон төлөвлөж болно. Үүнд:

- Өөрийг гэмийг танин мэдэх
- Өөрийн гэмийг хэрхэн засах

Багш эсвэл хоёр дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг нэгтгэн дараах гурван нэгж хичээлийн сэдэв болгон төлөвлөж болно. Үүнд:

- Гэр бүлийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх, засах
- Найз нөхдийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх, засах
- Сургуулийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх, засах

Багш мөн хоёр дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг зургаан ээлжит хичээл болгон төлөвлөж болно. Үүнд:

- Гэр бүлийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх
- Гэр бүлийн орчин дахь гэмээ засах
- Найз нөхдийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх
- Найз нөхдийн орчин дахь гэмээ засах
- Сургуулийн орчин дахь гэмээ танин мэдэх
- Сургуулийн орчин дахь гэмээ засах

Ийнхүү багш агуулгын хүснэгт дэх дэд бүлгийг судалснаар сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадалд шинжилгээ хийж нэгж хичээлийн сэдвийг тодорхойлно. Зарим дэд сэдэв нь шууд нэгж хичээлийн сэдэв болох боломжтой байна. Мөн тухайн дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг нэгтгэж нэгж хичээлийн сэдвийг тодорхойлж болно. Зарим дэд сэдэв шууд ээлжит хичээлийн сэдэв болж болно.

Багш дэд сэдвийг нэгж, ээлжит хичээл болгон тодорхойлохдоо “Тухайн дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг хэдэн цагийн хичээлээр бүрэн дүүрэн төлөвшүүлэх вэ” гэсэн үндсэн шалгуурыг баримтална. Сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг тав орчим цагийн хичээлээр бүрэн дүүрэн төлөвшүүлэх боломжтой гэж үзвэл түүнийг нэгж хичээл болгон тодорхойлж болно.

Сургалтын хөтөлбөрийн зарим дэд сэдвийг нэгж хичээлийн сэдэв болгон төлөвлөх боломжгүй. Жишээ нь: “Зөв шийдвэр” бүлэг сэдвийн дараах гурван дэд сэдвээр шууд нэгж хичээлийг тодорхойлоход тэдгээр нь ерөнхий, нийлмэл тул боломжгүй байна. Үүнд:

1. Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних
2. Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах
3. Гаргасан шийдвэрээс суралцах

Иймээс гурван дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар дадалд шинжилгээ хийх шаардлага бий болж байна. “Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних” дэд сэдвээр сурагчид “Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох”, “Бэрхшээл, асуудлаас үүдэх эерэг сөрөг үр дагаврыг харьцуулан тунгаах” чадвар эзэмших ажээ. “Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах” болон “Гаргасан шийдвэрээс суралцах” дэд бүлгээр сурагчид тус тус дараах дөрвөн чадвар, дадал эзэмших ёстой байна. Үүнд:

“Зөв, оновчтой шийдвэр хэрхэн гаргах” дэд бүлэг:

- Зөв, оновчтой шийдвэр гаргахыг эрмэлзэх
- Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настантай хамтран зөв, оновчтой шийдвэр гаргах
- Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны зөвлөгөөг тусган авч тэдний хяналт дор бие даан шийдвэр гаргах
- Бие даан шийдвэр гаргаж, хэрэгжүүлэхээсээ өмнө тэднээс зөвлөгөө авах, хянуулах

“Гаргасан шийдвэрээс суралцах” дэд бүлэг:

- Өөрийн болон бусдын шийдвэр гаргасан үйл явцыг ажиглаж, алдаанаас нь суралцах
- Өөрийн алдааг хүлээн зөвшөөрч, бусдыг буруутгаж, зэмлэдэггүй байх
- Өөрийн өмнө гаргасан ижил алдаагаа дахин давтахгүй байх
- Алдаагаа засаж залруулахын төлөө ухарч няцахгүй, тууштай хичээх

Дээрх гурван дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар дадал ч мөн ерөнхий, нийлмэл байна. Иймээс сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар дадлыг мөн нарийвчилж томьёолох шаардлагатай болж байна. Багш ийнхүү нарийвчлахад эдгээр дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадал (агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана)-ын тодорхойлолт, тайлбар (сургалтын хөтөлбөрийн удирдамж)-тай ажиллана. (11 дүгээр хүснэгт)

11 дүгээр хүснэгт. Дөрөвдүгээр ангийн “Зөв шийдвэр” бүлэг сэдвийн дэд сэдвээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, товч тайлбар

1.ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ, ХӨГЖҮҮЛЬЕ	
1.1. Зөв шийдвэр	
1.1.1 Бэрхшээл, асуудлыг зөв таних	
Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох	Аливаа асуудал тулгарах үед энэ асуудал юунаас үүдэж бий болж байна, энэ миний алдаа, буруу бодлоос болов уу, ганц надаас хамаарахгүй бусад хүний алдаанаас болов уу, бусад хүн санаатайгаар биш, өөрийн биеэ барьж чадахгүйн гэмээс гарав уу гэх мэт асуудал үүссэн байж болох олон нөхцөлийг эргэцүүлэн бодно.
Бэрхшээл, асуудлаас үүдэх эерэг сөрөг үр дагаврыг харьцуулан тунгаах	Эерэг үр дагаврыг аль нь хамгийн илүү эерэг вэ, сөрөг үр дагаврыг аль нь хамгийн илүү сөрөг вэ гэдгийг сайтар харьцуулан тунгаана. Дараа нь сөргийн дотроос хамгийн бага сөрөг үр дагавартай, эерэг дотроос хамгийн их эерэг үр дагавартайгаар нь эрэмбэлнэ.
1.1.2 Зөв, оновчтой шийдвэр гаргах	
Зөв, оновчтой шийдвэр гаргахыг эрмэлзэх	Бусдад тустай, алс хэтдээ тустай, даруй яаралтай, чухлыг нь сонговол үүнийг зөв шийдвэр гэнэ. Бусдад тустай гэдгийн цаана өөрт тустай нь заавал давхар агуулагддаг гэдгийг сурагчдад сайтар тайлбарлан ухааруулах нь чухал. Мөн энэ цагт болон алс ирээдүйд тустай шийдвэрийг хэлнэ. Зөв шийдвэр гаргахын тулд багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, худал хэлдэггүй, тоглоом наргиан хийдэггүй, итгэлтэй ахмад хүнээс асууж, ингэвэл зөв, тэгвэл буруу гэдгийг ялган мэдэж, үүнд үндэслэн зөв шийдвэр гаргахыг хичээнэ.
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настан (тэд)-тай хамтран зөв, оновчтой шийдвэр гаргах	Ингэж шийдвэл ийм сөрөг үр дагавар гарна, яагаад ийм сөрөг үр дагавар гарч байна гэдгийг шийдлийн хувилбар бүрээр харьцуулж сайтар бодно. Ингэж бодохын тулд шийдэх гэж буй асуудлын талаар тодорхой ойлголттой байх хэрэгтэй. Үүнийг багш, эцэг эх, ахмад хүнээс асууж, үгийг нь сайтар сонсч, зөвлөлдөж, ярилцаж хамтын зөв шийдвэр гаргана.
Багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад настны зөвлөгөөг тусган авч тэдний хяналт дор бие даан шийдвэр гаргах	Хамтран шийдвэр гаргах гэдэг нь сурагч өөрөө бие даан зөв шийдвэр гаргаж чадахгүй учраас багш, эцэг эх, асран хамгаалагч, ахмад хүний зөвлөгөөг тусган авч, эдгээр хүмүүстэй хамтран шийдвэр гаргаж сурах үйл явц юм. Та сонсож бай, би ингэж шийдлээ гэх биш ер нь яавал дээр вэ, та нэг шийдвэр хэлээч би сонсъё хэмээн зөвлөлдөн гаргаж байгаа шийдвэрийг хамтран шийдвэр гаргах гэнэ. Эцэг эх, багшаа надад нэг ийм асуудал тулгарлаа, миний шийдвэрийн талаар та эхлээд сонсоно уу гээд тэдэнд “Би ингэж бодоод, ийм шийдвэр гаргаж байгаа юм, энэ шийдвэр оновчтой болов уу, та юу гэж бодож байна” гэж асуун зөвлөлдөж, шийдвэр гаргахыг тэдний хяналтан дор шийдвэр гаргах гэнэ.
Бие даан шийдвэр гаргаж, хэрэгжүүлэхээсээ өмнө тэднээс зөвлөгөө авах, хянуулах	“Та сонсож бай даа, би ийм шийдвэр гаргалаа” гэж хэлэх биш, харин өөрөө бодож шийдвэр гаргачхаад түүнийгээ хэрэгжүүлэхийн өмнө “Би ийм шийдвэр гаргачихсан юм. Гэхдээ хэрэгжүүлж эхлээгүй, энэ шийдвэр оновчтой болов уу” гэж асуух хэрэгтэй. Энэ нь тэднээс зөвлөгөө аван, хянуулсны дараа шийдвэр гаргаж байна гэсэн үг. Гаргасан шийдвэрээ хянуулах нь чухал: Тодорхой хугацааны дараагаар өөрийн асран хамгаалагч, эцэг эх, хэн байвч ер нь асуудлыг бие дааж өөрөө шийдэхэд болохоор болжээ гэж зөвшөөрөл өгч, итгэл хүлээлгэсэн цагаас өөрөө бие даан шийдвэр гаргадаг, гаргасан шийдвэрээ зөв үү гэж асуухгүйгээр хэрэгжүүлэх боломжтой болно. Энэ нь өөрөө бие даан зөв шийдвэр гаргаж сурах арга юм.

1.1.3 Гаргасан шийдвэрээс суралцах	
Өөрийн болон бусдын шийдвэр гаргасан үйл явцыг ажиглаж, алдаанаас нь суралцах	Хүн амьдралынхаа туршид бүх асуудлыг хүнээр заалгаж, шийдвэрлүүлж барахгүй. Мөн байнга алдаж буруудчихаад, засаж залруулж дуусахгүй учраас өөрийн ачтай хүмүүстэйгээ зөвлөлдөн хамт шийдвэр гаргаж байсныг, мөн адил асуудлаар бусад хүмүүс хэрхэн шийдвэр гаргасныг, бусад хүн бидний ярилцаагүй, миний бодож байгаагүй асуудлыг хэрхэн шийдсэн байна гэдгийг ямагт ажиглах хэрэгтэй. Ийнхүү өөрийн бодоогүй, шийдвэр гаргаж байгаагүй асуудлыг хүмүүс ингэж шийдэж алдсан байна шүү гэж бусдын алдаанаас суралцаж, өөрөө шийдвэр гаргахдаа тусгаж авах хэрэгтэй.
Өөрийн алдааг хүлээн зөвшөөрч, бусдыг буруутгаж, зэмлэдэггүй байх	Хүн шийдвэр гаргахын өмнө эсвэл дараа нь ийм алдаа байна гэхэд “Үгүй, миний буруу биш, зөв” гэж өөрийнхөөрөө зүтгэж шийдвэл буруу шийдвэр гаргадаг. Тэр хүнтэй уулз, түүнээс ийм тусламж ав, түүнтэй зөвлөөрэй, хамтарч шийдээрэй гэж өөрийн багш, эцэг эх, ахмад настан, асран хамгаалагч нар зөвлөхөд “Үгүй, тэр чинь тийм хүн” гэж цаад хүнийг буруутгаж, тэр хүний бурууг хэтрүүлж харах эсвэл тэрхүү буруу нь өөрийн шийдэх асуудалд хамааралгүй тохиолдолд цаад хүнийг буруутган зэмлэж, тухайн хүний өмнөөс бие даан шийдвэр гаргах нь буруу шийдвэр болдог.
Өөрийн өмнө гаргасан ижил алдаагаа дахин давтахгүй байх	Хүн амьдралд алдаа гаргаад, нэг алдчихсан бол “Түүнийг би юу гэж хийв дээ, ахиж би ийм алдаа хийхгүй шүү, ямар тохиолдолд би ийм алдаа гаргаад байгаа билээ, ямар нөхцөл үүсэхээр ийм алдаа гардаг билээ” гэж дахин давтан эргэцүүлэн ажиглаж, алдаагаа дахин гаргахгүй байхын төлөө өөрийгөө чиглүүлж, хянах хэрэгтэй. Өмнө гаргасан алдаагаа давтаад байвал хүн амар хялбар засардаггүй.
Алдаагаа засаж залруулахын төлөө ухарч няцахгүй, тууштай хичээх	Энэ буруу шүү, би алдаагаа засна шүү гэж бодсон бол уг бодлоо өдөр бүр тогтмол, тууштай бодохоос гадна үйлдэл дээрээ “Би ийм үйлдэл хийхгүй шүү” гэж өөрийгөө зөв тийш нь удирдаж залах хэрэгтэй. Өдөрт ямар нөхцөлд, хэдэн удаа бодох ёстой, түүнийгээ ёсчлон тэрхүү тоо хэмжээгээр нь бодох ёстой байтал нэг удаа бодоод дахиад бодохгүй орхих нь тууштай байдлаа алдаж байгаа учраас тухайн алдаагаа засаж чадахгүй. Тийм учраас ухарч няцахгүй бай гэдэг нь бүх хүн алдаа, гэмтэй түүнийгээ засахын төлөө цуцахгүй хичээж чадсан хүн л алдаа дутагдлаасаа ангижирсан байдаг. Тиймээс би ч гэсэн алдаанаасаа ийнхүү ангижрах боломжоосоо ухарч няцахгүй байх ёстой гэж бодон өдөр бүр бодох ёстой бодлоо төдий удаа бодно. Тухайн үйлдлээ өдөр бүр төчнөөн удаа хийнэ гэж өөртөө хатуу шаардлага тавьж чиглүүлж байхыг хэлнэ.

“Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох” чадварыг түүний тайлбарт тулгуурлан дараах байдлаар нарийвчлан томьёолж болно. Үүнд:

- Бэрхшээл, асуудлыг танин мэдэх
- Бэрхшээл, асуудал өөрийн гэм алдаа, буруу бодлоос үүсэв үү? хэмээн эргэцүүлэх
- Бусад хүний алдаанаас үүсэв үү? хэмээн эргэцүүлэх
- Хэрэв бусдаас үүсэн бол тэр санаатай биш, биеэ барьж чадахгүйн гэмээс үүсэв үү? гэж эргэцүүлэн бодох
- Бэрхшээл асуудал үүссэн байж болохуйц бусад нөхцөл юу байна хэмээн эргэцүүлэн бодох

“Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох” чадварыг зөвхөн түүний тодорхойлолт, тайлбараас гадна бусад ангийн агуулгаараа холбоотой зарим дэд сэдвийн сургалтын хөтөлбөрийн удирдамж дах тодорхойлолт, тайлбарын тусламжтайгаар нарийвчлан задлах бүрэн боломжтой. Жишээ нь: Тавдугаар ангийн “Бэрхшээл”, наймдугаар ангийн “Уужуу, агуу ухаантай болъё”, “Тэсвэр хатуужилд суралцъя”, ... зэрэг бүлэг сэдвүүд агуулгаараа өөр хоорондоо залгамж холбоотой.

Ийнхүү багш “Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох” чадварыг сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн тусламжтайгаар нарийвчилж тодорхойлсноор нэгж, ээлжит хичээлийн сэдвийг бодитой, зөв тодорхойлох боломж бүрдлээ. “Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох” чадварыг нарийвчилснаар дараах хоёр нэгж хичээл болгон тодорхойлж болно. Үүнд:

- Бэрхшээл, асуудлыг танин мэдэх
- Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг танин мэдэх

“Бэрхшээл, асуудлыг танин мэдэх” нэгж хичээлийн зорилгыг бэрхшээл, асуудлыг тус тус тодорхойлж, ялгах хэмээн томьёолж болно. Харин “Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг танин мэдэх” нэгж хичээлийн зорилгыг бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг

эргэцүүлэн бодож танин мэдэх хэмээн томьёолж болно. Бэрхшээл, асуудал үүссэн эх үүсвэрийг эргэцүүлэн бодох үе шатыг дараах байдлаар томьёолж болно. Үүнд:

- Бэрхшээл, асуудал өөрийн гэм алдаа, буруу бодлоос үүсэв үү?
- Хэрэв өөрийн гэм, буруу бодлоос үүссэн бол ямар гэм, буруу бодлоос үүсэв?
- Бусад хүний алдаанаас үүсэв үү?
- Хэрэв бусдаас үүссэн бол тэр санаатай биш түүний биеэ барьж чадахгүй байгаа гэмээс үүсэв үү?
- Бэрхшээл асуудал үүссэн байж болохуйц бусад нөхцөл юу байна хэмээн эргэцүүлэн бодох

Ийнхүү багш бүлэг, дэд сэдвийн мэдлэг, чадвар, дадлыг нарийвчилж, нэгж хичээлийн сэдэв, ээлжит хичээлийн сэдвийг тогтоохоос гадна, хичээлийн зорилго, багшийн, сурагчийн хийх үйл ажиллагаа зэрэг хичээлийн бусад бүх бүрэлдэхүүн хэсгийг томьёолж төлөвлөх боломж бүрдэнэ. Багш эхний хичээлийн жилд ийнхүү дэд сэдвийн мэдлэг, чадвар, дадлыг нарийвчилж, нэгж хичээлийн сэдэв, ээлжит хичээлийн сэдэв зэргийг тогтоож улмаар нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөрийг боловсруулбал дараагийн хичээлийн жилээс тэдгээрийг улам баяжуулж, боловсронгуй болгон ашиглана.

Хэрэв багш дэд сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжид тодорхойлсноор нарийвчилж, нэгж хичээлийн сэдэв, ээлжит хичээлийн сэдэв зэргийг тогтоохгүй, нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөрийг боловсруулалгүйгээр өөрийн ойлгосноор зохиох юм бол сургалт баталсан хөтөлбөрийн агуулгаар явагдахгүй болж, хичээл үр дүнгүй болно. Учир нь ёс зүй, ёс суртахуун нь хүний асуудал тул ихэнх хүмүүс би мэднэ гэдэг ч тэд ёс суртахууны зөвхөн нэг хэм хэмжээг өөр өөрийнхөөрөө харилцан адилгүй ойлгосон байдаг. Жишээ нь: Эв эе, эх оронч үзэл, аз жаргалын талаар хүн бүр өөр өөрийн гэсэн ойлголттой байдаг. Иймээс багш сургалтын хөтөлбөр, удирдамжаа сайтар судлалгүйгээр сургалтаа өөрийн ойлголтоор явуулбал хичээл үр дүнгүй болно. Мөн багш удирдамжид бэлэн буй тодорхойлолт, тайлбарыг ашиглалгүй өөрөө зохиож багшийн ачаалал нэмэгдэнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр түүний удирдамжийн дагуу багш хичээл сургалтынхаа агуулга, арга зүй, үнэлгээ, хэрэглэгдэхүүн, бусад үйл ажиллагааг ачаалал багатай явуулах бүрэн боломжтой. Багш бүлэг, дэд сэдэв, нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөрөө ачаалал багатай хэрхэн боловсруулахыг дээрх жишээгээр тодорхой харууллаа. Хэрэв багш нарт бүлэг, дэд сэдэв, нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөрөө боловсруулахад хүнд бэрхшээлтэй гэж үзвэл дээрх жишээний аргачлалын дагуу туршиж үзэн суралцах боломжтой.

3.2. Сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн арга зүй нь сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулж хэвшүүлдгээрээ бусад сургалтын арга зүйгээс өвөрмөц онцлогтой. Арга зүй нь агуулгын ойлголт ухагдахууныг тоочин заах, дурдах уламжлалт арга зүйгээс ялгаатай. Сургалтын арга зүй нь ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг сурагчид өөрсдөө хамтран бүтээх, дадуулан хэвшүүлэх таатай нөхцөл боломжийг бүрдүүлэхэд оршино.

Сурагчид өөр өөрийн хөгжлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатайн дээр тус бүрийн онцлогтоо тулгуурлан ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвших үйлийн шинжийг тасралтгүй дагасаар ёс суртахуунтай болох учир агуулгыг олон талаас нь дахин давтан тайлбарлаж утга учрыг нь ойлгуулах, тэднээр дүгнэлт, шийдвэрийг нь гаргуулах улмаар үйлийг дадуулан хэвшүүлэх арга зүйг баримтална. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг амжилттай хэрэгжүүлэхэд багш сурагч хоёр өөр хоорондоо харилцан итгэлцэлтэй байхаас гадна багш нь сурагч бүрд эелдэг хандаж, ёс суртахуунаараа үлгэрлэнэ.

Багш нь сурагчийн зөв үйлдлийг дэмжиж ажиллана. Түүнд өөрийнхөө буруу үйлдлээс эмээж зовохгүй зөв үйлдлээ улам бүр дадуулах боломжийг бүрдүүлж өгнө. Сурагчийн зөв үйлдлийг олж харж, улам тордож, хөгжүүлэхийг эрхэмлэнэ. Ингэхдээ сурагчийн зөвхөн зөв үйлдлийг дөвийлгөх бус, зөв буруу үйлдлийн аль алиныг нь ёс суртахууны эзэмшвэл зохих хэм хэмжээтэй харьцуулж, зөв залах, сурагчдад өөрөө өөрийгөө танин мэдэх боломжийг

бүрдүүлж өгнө. Сурагч ёс суртахууны хэм хэмжээг танин мэдэхэд сургалтын явцад өдөр тутмын амьдралын бодит жишээн дээр ажиллах улмаар амьдралд өрнөж буй үйл явдлыг шүүн тунгааж, хамтран хэлэлцэх нь маш чухал.

Сурагчдыг өөрөө өөрийнхөө сэтгэлийг хянах улмаар засах, зан суртахууны чанаруудыг эзэмших арга ухаанд суралцахад нь хөтөлнө. Жишээ нь: “Үйлдлээ хянаж, засъя” болон бусад холбогдох бүлэг сэдвээр сурагч дотоод сэтгэлдээ зөв буруу бодол төрж байгаа эсэхийг хянан сэрэмжилж тогтоосны дараа сэтгэлдээ сайн бодлоо тогтмол оршиж байхаар хөгжүүлж, муу бодлоосоо ангижрах аргаас суралцана. Уур уцаар, гомдол тунирхал, атаа жөтөө, дургүйцэл зэвүүцэл зэргийг сэтгэлээсээ арилгаж сэтгэлээ тогтуун байлгахад суралцана. Дотоод сэтгэлд сайн бодол тогтмол оршиж байхаар хэвшүүлсний үр дүнд сайн сайхан үг яриа ярьж, бусдад таатай үйлдэл хийж чаддаг болно.

Түүнчлэн сурагчид сэрэмж болгоомжгүйгээс үүдсэн бие, хэл, сэтгэлийн буруу үйлдлийн талаар өөр хоорондоо ярилцана. Хүн буруу үйлдэл хийе гэж хийдэггүй, сэрэмж болгоомжгүйн улмаас хийдгийг ойлгож өөрөө тогтмол сэрэмж болгоомжтой байхын дээр бусдыг буруу үйлдэл хийхээс урьдчилан сэргийлдэг хандлагатай болно. Арга зүй нь хичээл сургалт бол баяр баясал, хүсэл тэмүүлэл байх, сурагч өөрчлөлтийг өөрөөсөө эхлүүлэхэд хөтлөх нөхцөл боломжийг бүрдүүлж өгнө. Анги танхимын үйл ажиллагааг сурагчдын сурах үйлийн онцлогоос үүдсэн ялгаатай байдлыг хүндэтгэж, хот хөдөөгийн сургуулийн орчин нөхцөл зэргийг харгалзан зохион байгуулна.

Хичээл бүрийн эхэнд анхаарал төвлөрүүлэх, тогтворжуулах дасгал хийнэ. Энэ нь сурагч хичээлдээ анхааралтай оролцохоос гадна бусад хүний үгийг сонсож сурах, ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулах хэвшүүлэхэд чухал ач холбогдолтой. Гэрийн даалгавар нь ёс суртахууны үйлдлийг дадуулах, хэвшүүлэх зорилготой, сурагчийн нас, сэтгэхүйн онцлогт нийцсэн, тодорхой, ойлгомжтойн дээр сурагч гэр бүлийнхэнтэйгээ хамтран хийнэ.

Багш сургалтын явцад сурагчдад сургалтын агуулга түүний үзэл санааг өөрийн эзэмшсэн мэдлэг, чадварын үндсэн дээр хүлээн авах, тайлбарлах, шинэ тайлбар, дүгнэлт хийх, харилцан ярилцах дүрэм журмыг баримтлах, яриаг өдөөх, эхлэх, өрнүүлэх, төгсгөх, дүгнэх аргуудыг эзэмших, ашиглах, бусад сурагчтай мэдлэгээ хуваалцах, хамтдаа хариулт хайх, эзэмшсэн мэдлэг, чадвараа адил төстэй нөхцөлд ашиглах, бусдаас асуулт асуух, ёс суртахууны ойлголтыг хөгжүүлж хэрэглэх боломж нөхцөлийг бүрдүүлж өгнө. Сурагчдаар эргэцүүлэн бодуулахаас гадна шаардлагатай үйлдлийг бусад хичээл болон сургалтаас гадуурх үйл ажиллагаанд ч хэрэгжүүлж дадал хэвшил болгох нөхцөл боломжийг бүрдүүлнэ. Жишээ нь: Бага ангийн сурагчид багш, эцэг эх, ахмад настан, сургуулийнхаа ажилчинд албан хаагчид, найз нөхөд, ах эгч, дүү нар, дэлгүүр, хоолны болон үзвэр үйлчилгээний газрууд, гудамж зам талбайд ажиллаж байгаа хүмүүс, янз бүрийн мэргэжлийн хүмүүс бидэнд ямар ач тустай болохыг нэг бүрчлэн ярилцаж, тэдэнд хэрхэн талархлаа илэрхийлэх, баярлуулах, туслах талаар өөр хоорондоо ярилцах нь чухал.

Сурагчдын эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээ нь дараах үндсэн үйлүүдээр дамжиж төлөвшинө. Үүнд:

- Ойлгож ухаарах
- Судлан шинжилж танин мэдэх
- Амьдралдаа дадуулж хэрэгжүүлэх

Ойлгож ухаарах үйл гэдэг нь хувь хүний болон нийгмийн амьдрал дахь ёс зүйн хэм хэмжээг анхааралтай, зөв бодлоор хичээнгүйлэн сонсож ойлгохыг хэлнэ. Судлан шинжилж танин мэдэх үйл гэдэг нь ойлгож ухаарснаа сэргээн санах, давтах, тунгааж бодох, нарийвчлан судлах, түүнд авах гээхийн ухаанаар хандах улмаар зөвийг нь эцэслэн шийдэж тогтоон танин мэдэхийг хэлнэ. Амьдралдаа дадуулж хэвшүүлэх үйл гэдэг нь судлан шинжилж танин мэдсэнээ өдөр тутмын амьдралын үйлдэлдээ мөрдөж, хэрэгжүүлж улмаар дадуулан хэвшүүлэхийг хэлнэ.

Ёс суртахууны хэм хэмжээ болон түүнтэй холбоотой төрөл бүрийн агуулгыг сурагч зөв суун анхааралтай, зөв бодлоор хичээнгүйлэн сонсож, унших зэргээр ойлгож ухаарна. Судлан шинжилж танин мэдэх үйлд сурагч ойлгож ухаарсан ёс суртахууны хэм хэмжээг өөрийн үзэл бодолтойгоо харьцуулан эргэцүүлэн бодож тунгаах, судлан шинжилж танин мэдэх, асуулт тавих, хариулт хайж олох, олон талаас нь шинжлэх, ургуулан бодох, төсөөлөх,

үнэлэх, дүгнэх, бусадтай хэлэлцэх, учир шалтгаанаар үндэслэх, тайлбарлах, үзэл бодлоо зөв илэрхийлэх, түүнийгээ баталж нотлох үйлдлүүд багтана. Жишээ нь: “Өөрийн мөн чанарыг танин мэдэх ёс” бүлэг сэдвээр сурагчид хүн, адгуус амьтнаас ялгарах онцлогийг сурагч өөр дээрээ тодорхойлох, “би юу хийж чадах вэ, юу хийж чадахгүй вэ, чадахгүйгээ чаддаг болохын тулд юуг эрхэмлэх вэ, би энэ долоо хоногт шинээр юу сурсан бэ” гэх мэтээр ангидаа ярилцаж болно.

Сурагчид амьдралд тохиолдсон үйл явдлуудаа өөр хоорондоо ярилцаж, ярих чадвараа хөгжүүлнэ. Мөн сурагчид үзэл бодлоо бусдад ойлгомжтой, тодорхой илэрхийлэх, учир шалтгааныг нь үндэслэн ярих, монгол ардын зүйр цэцэн үгс, сургаал, шүлгүүдийг тогтоох, эх бичвэр ойлгож унших тэдгээрийг тайлбарлах зэрэг чадваруудыг эзэмших тул монгол хэлний хичээлээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварыг дэмжиж, улам бүр хөгжүүлнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээл нь агуулгаар өгөгдсөн ёс зүйн дүр зургийн дагуу сурагчид өөр өөрсдийн үзэл бодол, мэдрэмж, бие, хэл, сэтгэлийн үйлдлийн хамт сургалтын хэрэглэгдэхүүн болдгоороо онцлогтой. Мөн сурагчид ёс зүйн боловсрол эзэмшихэд нөлөөлөх хүчин зүйлийн нэг нь эцэг эх, асран хамгаалагчид тул тэдэнд ёс зүйн боловсрол олгох сургалтыг бага ангид долоо хоногт хоёр цаг оногдохоор сургалтын төлөвлөгөөнд тусгасан бөгөөд үүнийг багш зохион байгуулна. Ийнхүү сурагчийн эцэг эх, асран хамгаалагчидтай хамтран ажиллах нөхцөлийг бүрдүүлж байгаагаараа онцлог юм. Багш өөрийн ёс суртахууны хөгжил, төлөвшилд тогтмол анхаарч, өөрийгөө хөгжүүлж ажиллана.

3.2.1. Хичээл зохион байгуулах арга зүй

Хичээл сургалт зохион байгуулахад хэрэглэх арга чухал. Ялангуяа, ёс зүйн боловсролын хичээлээр багш нь сурагчдад мэдээлэл дамжуулах биш тэдэнд ёс зүйн боловсрол эзэмших аргыг таниулах онцлогтой. Багшдаа дэмжлэг болох зорилгоор агуулгын өргөсөл, гүнзгийрэл, танхимын болон танхимын бус сургалтын үед хэрэглэх аргын талаар хүснэгтээр харууллаа. Зарим бүлэг сэдвээр багшийн хэрэглэж болох аргыг нэгтгэн үзүүллээ. (12 дугаар хүснэгт)

12 дугаар хүснэгт. Танхимын болон танхимын бус сургалтад хэрэглэх арга, бүлэг сэдвээр

Агуулгын ерөнхий ангилал	Бүлэг сэдэв	Танхимын сургалтад хэрэглэх арга	Танхимын бус сургалтад хэрэглэх арга
Өөрийгөө таньж, хөгжүүлье	1. Мэндлэх ёс 2. Өөрийн мөн чанарыг танин мэдэх ёс 3. Эв эе 4. Зөв шийдвэр 5. Бэрхшээл	-Хөлөгт тоглоом -Сонирхолтой яриа -Зураг дүрслэл -Дүрд тоглох -Амлалт бичиг -Төлөвлөгөө - Ёс зүйн дэвтэр - Ангийн үнэлгээний самбар	-“Өглөөний инээмсэглэл” аян (сургуулийн хэмжээнд) -Эцэг эхийн сургалт -Зочин багшийн цаг -“Баярлалаа” сэтгэлийн илгээмж -Талархлын самбар
Бусдыг хүндэлж, баярлуулъя	1. Сайн сурагч 2. Ахмадыг хүндэлье 3. Багшийг баярлуулъя 4. Талархал 5. Бусдын ачийг хариулахуй		
Уламжлалт өв соёлоосоо суралцъя	1.Таван хошуу малын нэршил 2. Таван хошуу малын нас 3.Монголчуудын идээ ундааг зүй зохистой хэрэглэх ёс 4.Таван хошуу малын ашиг шимээс гарсан идээ ундаа 5.Зочныг хүндлэх ёс	-Оюуны зураглал -Бүтээл хийх -Дүрд тоглох	-“Төлийн дуу” хаврын танилцах аялал -Бие даалт -Теле зохиомж үзэх, зохиомж хийх -Дүрд тоглох

А. Ээлжит хичээлийн бүтэц

Тус хэсэгт ээлжит хичээлийн бүтцийн загвар, анги танхимын болон танхимын бус хичээлийн загвар, мөн ээлжит хичээлийн загварыг толилуулж байна. “Иргэний ёс зүйн боловсрол”-ын ээлжит хичээл нь дараах бүтэцтэй байна. Үүнд:

- Тодорхойлолт
- Зорилго
- Ач тус, хор уршиг
- Анхаарал төвлөрүүлэх дасгал
- Харьцуулалт
    - Арга
    - Дасгал
    - Дүгнэлт
    - Гэрийн даалгавар
    - Үнэлгээ

Тодорхойлолт гэдэг нь тухайн хичээлийн сэдэв, ойлголт ухагдахуун, мэдлэг, чадвар, дадлыг цөөн үгээр, салаа утгагүй, ойлгомжтой тодорхойлохыг хэлнэ. Жишээ нь: “Хичээлээ анхааралтай сонсох аргыг танин мэдэж, анхаарлаа төвлөрүүлэхэд суралцах, хэвшүүлэх” гэсэн нэгж хичээлийн сэдвийг авч үзье. Багш тус нэгж хичээлийг хэдэн ч ээлжит хичээл болгон төлөвлөж болно. Өмнөх хичээлээр анхаарал, сонсох гэсэн үгсийг тодорхойлсон байгаа. Харин энэхүү нэгж хичээлээр багш “Анхааралтай сонсох арга”, “Анхаарлаа төвлөрүүлэхэд суралцах”, “Хэвшүүлэх” гэсэн гурван ойлголтыг тодорхойлох шаардлагатай бөгөөд дараах байдлаар тодорхойлж болно. Үүнд:

- Хичээлээ анхааралтай сонсох арга нь гурван үе шаттай. Эхний үе шат нь “Бодол төрүүлэх”, дараагийнх нь “Бодлоо хянах”, сүүлийн үе шат нь “Тогтмол дасгал хийх” юм.
- Анхаарлаа төвлөрүүлэхэд суралцах гэдэг нь дээр өгүүлсэн гурван үе шаттай үйлдлийг нэг бүрчлэн хийж сурахыг хэлнэ.
- Анхаарлаа төвлөрүүлж хэвших гэдэг нь өмнө өгүүлсэн гурван үе шатны үйлдлийг нэг удаа биш дахин давтан олон удаа, нэг өдөр биш өдөр бүр тасралтгүй, тогтмол цагт дасгал хийж, дадуулахыг хэлнэ.

Зорилго гэдэг нь тухайн хичээлээр сурагч яг ямар мэдлэг, чадвар, дадал эзэмшихийг маш тодорхой, товч томьёолохыг хэлнэ. Жишээ нь: Хичээлээ анхаарч сурах

Ач тус, хор уршиг гэдэг нь хичээлээр эзэмших ойлголт ухагдахууныг танин мэдэж, чадвар, дадал эзэмшсэнээр сурагчдад үзүүлэх ач тус болон эс эзэмшсэнээр гарах хор уршгийг тус тус тодорхойлохыг хэлнэ. Сурагч тухайн ойлголт ухагдахууныг танин мэдсэнээр (эсвэл тухайн чадвар, дадлыг эзэмшсэнээр) сурагчид ямар ач тустайг, эс мэдсэнээр (эс эзэмшсэнээр) ямар хор уршигтайг тус бүр ойлгомжтой, товч, нэгэн утгатай тодорхойлно. Багш маш оновчтой, агуулгатайгаа нийцсэн байхаар тодорхойлоход анхаарна. Жишээ нь: Сурагч хүн хичээлдээ анхаарлаа сайн хандуулбал дараах ач тустай. Үүнд:

- Сурагч хичээлээ сайн ойлгодог болно.
- Хичээлээ сайн ойлгоогүй тохиолдол гарсан ч хичээлээ давтвал ойлгож чаддаг болно.
- Хичээлийн эхний өдрөөс багшаа болон бусад хүний яриаг анхааралтай сонсоод байвал хичээл сурагчид эрдэм болж үлдэнэ.
- Хичээл сурагчид үр өгөөжөө өгнө.
- Хүний яриаг сонсоод ойлгох чадвартай болно.
- Ирээдүйд сайн хүн болж хүмүүжнэ.
- Хүний яриаг сонсоод утга санааг нь зөв цэгцтэй ойлгож улмаар түүнд авах гээхийн ухаанаар хандаж, амьдралдаа хэрэгжүүлж чаддаг болно гэх мэт.

Хичээлээ анхааралгүй сонсвол сурагчид дараах хор уршигтай. Үүнд:

- Сурагч хичээлээ анхааралгүй сонсвол хөмөрсөн савтай адил болно. Хөмөрсөн саван дээр юу ч хийсэн дотор нь ордоггүйтэй адил багшийн зааж байгаа хичээлийг

анхааралгүй сонсвол тухайн үедээ сонсоод, ойлгоод байгаа мэт санагдавч хичээл нь сурагчид эрдэм мэдлэг болж үлддэггүй.

- Сурагч тухайн өдрийн хичээлийг сайн ойлгохгүй, хичээл ч үр дүнгүй болох бөгөөд нэг өдрийн хичээлээ ойлгохгүй бол долоо хоногийн хичээлийг ойлгохгүй улмаар сурагч хичээлээ ойлгоход улам бүр хүнд болж, цаашлаад нэг жилийн хичээлийг ойлгоход бэрхшээлтэй хэцүү болдог.
- Ийнхүү хичээл сурагчид үр өгөөжөө өгөхгүй сурлагаар хоцрогдох шалтгаан болно.
- Бусад хүний яриаг ч сайн ойлгохгүй болно гэх мэт.

Анхаарал төвлөрүүлэх дасгал гэдэг нь хичээл бүрийн өмнө сурагчид анхаарал төвлөрүүлэх дасгал хийнэ. Бага ангид 30 секундээс нэг минут, дунд, ахлах ангид хоёр хүртэлх минутын хугацаанд хийнэ. Тухайн хичээлээр эзэмших мэдлэг, чадварыг эзэмшвэл сурагчид ямар ач тустай, эс эзэмшвэл ямар хор уршигтайг эргэцүүлэн бодуулна. Багш сурагчдад маш ойлгомжтой, тодорхой зүйлийг эргэцүүлэн бодуулна. Хэрэв сурагчдын бодох зүйл олон утгатай, нийлмэл, ойлгомжгүй байвал анхаарал сарниулах дасгал болно. Жишээ нь: “Бэрхшээл” сэдэвт хичээлийн өмнө сурагчид “Энэ өдөр надад ямар бэрхшээл, асуудал тулгарсан бэ” гэж эргэцүүлнэ. Мөн хичээл бүрийн өмнө “Өнөө өглөөнөөс өдий хүртэл би хэлээр ямар муу үйл хийсэн бэ”, “Өнөөдөр би ямар буруу бодол бодсон бэ”, “Өнөөдөр би ямар буруу үйлдэл хийсэн бэ”, “Хийсэн бол дахиж огт хийхгүй шүү” гэх мэтээр эргэцүүлэн бодно.

Харьцуулалт гэдэг нь тухайн хичээлээр сурагчийн эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээтэй сурагч өөрийгөө харьцуулж дүгнэхийг хэлнэ. Ёс суртахууны хэм хэмжээ нь тухайн хичээлээр сурагчийн эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал бөгөөд хичээл сургалтын дараа сурагчийн хүрсэн байх үр дүн мөн. Хичээлээр сурагч ёс суртахууны эзэмшвэл зохих хэм хэмжээтэй өөрийгөө харьцуулж өнөөгийн түвшнээ тогтоох юм. Жишээ нь: Багш бид хэчнээн үйлдлийг ёсчлон хийж сурвал хичээлээ анхааралтай сонсдгийг бид мэдлээ. Одоо өөрсдийгөө хичээлээ анхааралтай сонсдог сурагч мөн үү, үгүй юу гэдгийг тогтооё. Чи хичээлээ анхааралтай сонсдог сурагч мөн үү, үгүй юу? Хичнээн үйлдэл хийж чадаж байна, хэдийг нь хийж сурах хэрэгтэй байна вэ гэж асууж сурагчийг өөрөөр нь дүгнүүлэхийг хичээнэ. Хэрэв сурагч би хичээлээ анхааралтай сонсдог сурагч биш байна багшаа гэвэл дараа нь анхааралтай сонсох аргыг нь зааж өгнө.

Арга гэдэг нь сурагч ёс суртахууны хэм хэмжээг эзэмших үйлдлийг хэрхэн хийж гүйцэтгэхийг тодорхой, товч томьёолохыг хэлнэ. Үйлдэл бүрийн алхмыг тодорхойлох юм. Жишээ нь: Хичээлээ анхааралтай сонсох аргын гурван үе шат бий. Үүнд:

- 1-р шат. “Би багшийн яриаг анхаарлаа төвлөрүүлэн сайн сонсоно шүү” гэсэн бодол төрүүлэх
- 2-р шат. “Анхаарлаа төвлөрүүлэн сайн сонсоно шүү” гэж анх бодсон бодлоо би алдалгүй хичээлээ сонсож байна уу, өөр зүйл бодсон байна уу гэдгээ хянах. Энэ нь сурагч анхаарлаа төвлөрүүлэхэд суралцаж байгааг илэрхийлнэ.
- 3-р шат. “Анхаарлаа төвлөрүүлнэ, сайн сонсоно” гэсэн анхны бодол болон анхаарлаа төвлөрүүлж байгаа эсэхээ хянасан өөрийн хяналтыг нэг удаа биш дахин давтан олон удаа, нэг өдөр биш өдөр бүр тасралтгүй, тогтмол цагт дасгал хийж, дадуулах. Энэ нь сурагч хэвшүүлж буйг илэрхийлнэ.

Дасгал гэдэг нь сурагч тухайн аргыг хэрэглэхийг хэлнэ. Сурагч аргыг олон удаа хэрэглэж дадуулах дасгал хийнэ. Жишээ нь: Хичээлээ анхааралтай сонсох гурван үе шаттай дасгалыг хийх үед багш ингэвэл зөв, ингэвэл буруу гэх мэтээр сурагчийг чиглүүлнэ. Ингэхдээ багш дасгал хийхэд гарах алдааг сайтар мэддэг байна. Үүний тулд үйлдлийг хийхэд гарах алдаа, түүнийг хэрхэн засаж залруулахыг урьдчилан бичиж тэмдэглэн бэлтгэсэн байна. Мөн дасгалыг бодит нөхцөлд тохируулж зохицуулж хийнэ.

Дүгнэлт гэдэг нь багш, сурагчид хичээлээр мэдсэн сурснаа хоорондоо ярьж, бүгд зөв шийдэлд хүрч, нэгтгэн дүгнэх үйл явцыг хэлнэ. Дүгнэлт нь тухайн хичээлээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг агуулсан байна. Багш нэгдсэн зөв шийдлээ дүгнэлт болгон түүнийг бүрэн бүтнээр нь эсвэл гол түлхүүр үг, нэр томьёогоор төлөөлүүлж, тусгайлан хайрцаглаж бичнэ. Мөн сурагчдаар дэвтэрт нь тэмдэглүүлнэ. Сурагч өөрийнхөө болон бусдын алдаанаас сурсан зүйлээ мөн бичиж тэмдэглэнэ.

Дүгнэлт:

Хичээлээ анхааралтай сонсох арга нь гурван үе шаттай. Үүнд:

- Бодол төрүүлэх
- Бодлоо хянах
- Тогтмол дасгал хийх

Хичээлээ анхаарч сурахын тулд дасгалыг нэг удаа биш дахин давтан олон удаа хийнэ. Нэг өдөр биш өдөр бүр тасралтгүй, тогтмол цагт дасгал хийнэ. Би өдөр бүр 14, 16, 18, 20 цагт тус бүр гурван удаа дасгал хийнэ. Дасгал хийхэд бусдадаа саад болохгүй байх ёстой.

Гэрийн даалгавар гэдэг нь хичээл дээр хийсэн дасгалыг гэртээ давтаж, дадуулахыг хэлнэ. Ёс зүйн хичээлийн нэг онцлог бол заавал гэрийн даалгавартай байдагт оршино. Тухайн үйлдлийг сурагч заавал өөртөө дадуулах ёстой учир хичээл дээр хийсэн дасгалыг сурагч гэртээ олон удаа давтаж дадуулснаар тэр нь дараагийн хичээлийн бэлтгэл, үндэс суурь болдог онцлогтой. Иймээс багш салаа утгагүй, ойлгомжтой, маш тодорхой, сонирхолтой, бага хэмжээний дасгал даалгаврыг гэр бүлийнхээ гишүүдтэй хамт хийхээр өгнө. Тус хичээлийн даалгавар заавал бичиж тэмдэглэх, унших үйлдэлтэй даалгавар байдаггүй. Ихэвчлэн сурагч аливаа үйлдэл хийхдээ өөрийгөө хянах, бусдыг ажиглах, бодох, эргэцүүлэх хөнгөн дасгал даалгавар байдаг. Жишээ нь: Хичээлээ анхааралтай сонсох дасгалыг өөрөө гурван удаа, гэрийнхэнтэйгээ хамт гурван удаа хийж ирээрэй гэсэн даалгавар өгнө.

Үнэлгээ гэдэг нь хичээлээр сурагчийн эзэмшвэл зохих чадвар хэр зэрэг дадал хэвшил болж байгааг буюу түүний өөрчлөлт, ахицыг илрүүлэхийг хэлнэ. Багш ээлжит хичээлээр ажиглалтын үнэлгээг хийнэ. Ажиглалтын үнэлгээ нь явцын үнэлгээнд хамаарах бөгөөд дараагийн бүлэгт тодорхой өгүүлнэ.

Энэхүү ээлжит хичээлийн бүтэц нь ёс зүйн боловсрол олгох ээлжит хичээлд зайлшгүй байх шаардлагатай бүрэлдэхүүн хэсгийг агуулсан юм. Багш ээлжит хичээлийн бүрэлдэхүүн хэсгийг хорогдуулалгүй харин улам бүр баяжуулан ашиглах нь чухал.

Багш хичээлдээ бэлтгэхээс эхлэн түүнийг зохион байгуулж гүйцэх хүртэлх бүхий л үйл явцад “Сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулж, хэвшүүлэх ёстой” гэсэн чиг шугамыг ямагт баримтлах ёстой. Багш бүлэг сэдвийн ойлголт ухагдахуунд хамаарах гол нэр томьёо, түлхүүр үгийг бүлэг сэдвийн эхний хичээл дээр бүхэлд нь танилцуулж, сурагчдаар дэвтэрт нь тэмдэглүүлнэ. Эдгээр багц гол нэр томьёо, түлхүүр үгүүдийг дараагийн хичээлээр задлан нарийвчилж судална. Ингэвэл тухайн сурагчдад цогц мэдлэг, чадвар, дадал төлөвшихөд тустай. Жишээ нь: “Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёс” бүлэг сэдвийн эхний хичээлээр дараах дөрвөн түлхүүр үгийг бүгдийг танилцуулна. Эсвэл сурагчдын нүдэнд тогтмол харагдахуйц байдлаар бичиж байрлуулж болно. Үүнд:

- Суудалдаа зөв суух
- Анхааралтай сонсох
- Зөв сэтгэлээр сонсох
- Өөрийн болгон эзэмших

Эс бөгөөс сурагч эхлээд суудалдаа зөв сууж, дараа нь хичээлээ анхааралтай, зөв сэтгэлээр сонсож улмаар өөрийн болгон эзэмшиж байж эрдэм номыг хичээнгүйлэн сурдаг хэмээн бүрэн бүтэн, цэгцтэй ойлголт авч, хэрэгжүүлэх боломжгүй болно. Багш:

- Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурахад эхлээд суудалдаа зөв суух ёстой юм. Өнөөдрийн хичээлээр хэрхэн зөв суухыг үзнэ гэж хичээлийн эхэнд хэлнэ.
- Хичээлийн сүүл үед өнөөдөр зөв сууж сурлаа, дараагийн хичээлээр хичээлээ хэрхэн анхааралтай сонсож сурах аргыг үзнэ гэж хэлнэ.
- Түүний дараагийн хичээлийн эхэнд бид өмнөх хичээлүүдээр зөв сууж сурсан, зөв суугаад хичээлээ хэрхэн анхаарахыг үзсэн, өнөөдрийн хичээлээр хичээлээ хэрхэн зөв сэтгэлээр сонсох аргыг үзнэ хэмээн хичээлээ эхэлнэ.

Бүлэг сэдэв дүүрэхэд багш тухайн бүлэг сэдвээр эзэмшсэн сурагчдын мэдлэг, чадварыг дээр дурдсан дөрвөн түлхүүр үгэнд тулгуурлан нэгтгэн дүгнэнэ.

Б. Ээлжит хичээлийн загвар

Багш нартаа санаа болгох зорилгоор ээлжит хичээлийн зарим бүрэлдэхүүн хэсгийг тодорхойллоо. Бусдыг нь багш гүйцээж боловсруулна.

Нэгдүгээр анги

Бүлэг сэдэв: Багшийг дээдлэх ёс

Ээлжит хичээлийн сэдэв: Багшийг дээдлэхийн ач тус, эс дээдлэхийн гэм

Тодорхойлолт: Өмнөх хичээлээр багш хүн, мөн дээдлэх гэдэг үгийг, багшийг дээдлэх гэдэг ойлголтыг тодорхойлсон. “Дээдлэх” гэдэг нь тухайн хүнийг өөрөөс илүүд авч үзэх, эрхэмлэхийг хэлнэ. “Хүндлэх” нь өөрөөс илүүд авч үзэж буйгаа буюу дээдэлж байгаагаа биеэр, хэлээр, сэтгэлээр илэрхийлэхийг хэлнэ. Хүндэтгэж байгаа нь бусдад хүнлэг хандаж, тэднийг баярлуулах шалтгаан болно. Жишээ нь: Эцэг эхээ асарч ачилж баярлуулах гэх мэт. Энэхүү хичээлээр багшийг дээдлэхийн ач тус, эс дээдлэхийн гэмийг тодорхойлж бичнэ.

Эс дээдлэхийн гэм:

- Багшийн заасан хичээл, эрдэм номыг сурахгүй.
- Хүмүүжилгүй болно.
- Бусдыг хүндэлж чадахгүй болно.

Зорилго: Багшийг дээдлэхийн ач тус, эс дээдлэхийн гэмийг ойлгож ухаарах.

Дүгнэлт:

Хичээл номоо сайн сурахын тулд багшийг дээдэлнэ.

Сайн хүн болж хүмүүжихийн тулд багшийг дээдэлнэ.

Гэрийн даалгавар:

Эцэг эх тань сурагч байхдаа багшийгаа хэрхэн дээдэлдэг байсныг нь асууж мэдээрэй.

Хоёрдугаар анги

Бүлэг сэдэв: Ахмад настныг хүндэлье.

Ээлжит хичээлийн сэдэв: Эцэг эх, ахмад настныг хүндлэхийн ач тус, эс хүндлэхийн гэм хор

Тодорхойлолт: Өмнөх хичээлээр эцэг эх, ахмад настан, мөн хүндлэх гэдэг үгийг, тэднийг хүндлэх гэдэг ойлголтыг тодорхойлсон байгаа. Хүндлэх нь бусдыг өөрөөс илүүд авч үзэж, эрхэмлэж буйгаа биеэр, хэлээр, сэтгэлээр илэрхийлэхийг хэлнэ. Хүндэтгэж байгаа нь бусдыг баярлуулах шалтгаан болно. Жишээ нь: Эцэг эх, ахмад настныг асарч баярлуулах гэх мэт. Энэхүү хичээлээр эцэг эх, ахмад настныг хүндлэхийн ач тус, эс хүндлэхийн хор уршгийг тодорхойлж бичнэ. Эцэг эх, ахмад настныг хүндэлсний ач тус нь хүнийг хүндэлж сурна, зөв хүн болж төлөвшинө. Эс хүндэлбээс хүмүүжилгүй болно, эцэг эхээ гомдооно гэх мэт.

Зорилго: Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан болон ахмад настныг хүндлэхийн ач тус, эс хүндлэхийн гэмийг ухаарах.

Дүгнэлт:

- Эцэг эх, ахмад настны ач тусыг алхам тутамдаа сайтар эргэцүүлэн бодох
- Ер нь би тэднийг хүндлэх л хамгийн эрхэм зүйл юм байна.

Гэрийн даалгавар: Эцэг эхээ хүндлэхийн ач тусыг ах эгчтэйгээ ярилцаад ирээрэй.

Үнэлгээ: Гэр бүлийн гишүүдээр дараах хүснэгтийг ашиглан хичээл бүрээр сурагчийг үнэлүүлж болно. Үнэлгээний хуудсыг сурагчдаар эцэг эхэд нь хүргүүлнэ. Дараагийн хичээл дээр багш үнэлгээний мэдээллийг нэгтгэнэ. Багш үнэлгээний хавтас нээж сурагч бүрээр үнэлгээний хуудас бүрдүүлж болох юм. Ингэснээр тухайн бүлэг сэдвийг дүүргэсний дараа сурагчийг үнэлж, дүгнэхэд дөхөм болно. Багш эцэг эхэд долоо хоногт хоёр цагийн сургалт явуулах учир энэхүү хичээлийг эцэг эхчүүдтэй хамтарч зохион байгуулбал үр дүнтэй.

Үнэлгээний хуудас

Анги:..... Сурагчийн овог, нэр:.....

Үг	Тийм/ үгүй	Үйлдэл	Тийм/ үгүй	Сэтгэл
1. Өөрөөсөө ахмад хүнтэй мэндэлдэг үү?		1.Гэрийнхэндээ тусалдаг уу?		1.Эцэг эхийнхээ хэлсэн үг, сургаалыг хэрхэн хүлээж авдгийг жишээгээр тайлбарлан бичнэ үү.
2.Гэр бүлийнхнээ гомдоосон бол уучлалт хүсдэг үү?		2.Гэрийн даалгавраа шаардуулахгүйгээр өөрөө хийдэг үү?		
3.Бусдын эд зүйлийг авахдаа зөвшөөрөл авдаг уу?		3.Гэрийнхээ ажилд тусалдаг уу?		2.Ажил хийхдээ чин сэтгэлээсээ ханддаг эсэхийг жишээгээр тайлбарлан бичнэ үү.
4.Бусдад талархдаг уу?		4.Гэрийнхэнтэйгээ үг зөрдөг үү?		
5. Гэр бүлийнхэн эд зүйл өгөхөд баярлалаа гэж хэлдэг үү?		5. Эцэг эхийнхээ хэлсэн үгийг анхааралтай сонсдог уу?		

Гуравдугаар анги

Бүлэг сэдэв: Багшийг баярлуулах ёс

Хичээлийн сэдэв: Багштайгаа хүндэтгэлтэй харилцаж баярлуулах

Тодорхойлолт: Гэрийн даалгавраа тогтмол хийж, багшийнхаа өгсөн үүрэг даалгаврыг цаг тухайд нь биелүүлбэл багшаа хүндэлж, баярлуулж буй юм.

Зорилго: Багшийг баярлуулсны ач тусыг танин мэдэх, баярлуулах нь багшийг хүндэтгэж буйн илрэл болохыг ухаарах

Ач тус, гэм хор: Багшийн заасан хичээл сурагчид эрдэм болж үлддэг. Сурагч агуу их үйлс бүтээх эрдэм мэдлэг эзэмшдэг. Сурагч эрдэм мэдлэг эзэмшиж, багшийг баярлуулснаар багшийн сэтгэл амгалан байх бөгөөд улмаар бие нь эрүүл, ухаан саруул байж урт насална. Баярлуулахад багшид эерэг мэдрэмж төрж байдаг. Багшаа баярлуулснаар сурагч өөрөө сэтгэл амар амгалан, бие эрүүл, ухаан саруул байж, урт наслахаас эхлэн ач тус хэмжээлшгүй болно. Эс бөгөөс багшийгаа гомдоож, эрдэм номоо сайн сурахгүй болно.

Харьцуулалт: Чи багшаа баярлуулдаг сурагч мөн үү гэж асууна.

Дүгнэлт:

- Хичээлээ сайн хийвэл багшийг баярлуулна.
- Багшийн хориглосон буруу үйлдлийг хийхгүй бол багшийг баярлуулна.
- Эдгээрийг өдөр тутам хийж дадуулна.

Гэрийн даалгавар: Багшаа баярлуулахын тулд хийх үйлдлээ ах эгчтэйгээ хамтарч бичээрэй.

Дөрөвдүгээр анги

Бүлэг сэдэв: Ахмад настныг баярлуулъя.

Ээлжит хичээлийн сэдэв: Ахмад хүнтэй хүндэтгэлтэй боловсон харилцаж баярлуулах

Тодорхойлолт: Ахмад настан, өвөг дээдсийг хүндлэх монгол ёс үеэс үед уламжлагдан төлөвшсөн нандин сайхан соёл юм. Ахмад үе бол амьдралын туршлага, таньж мэдсэн зүйлээр биднээс илүү байдаг. “Хүн ахтай дээл захтай”, “Настан олонтой газар нарны туяа тусна”, “Ахмадын сургаал алт, буурлын үг буян”, “Болсноос ам хүр, буурлаас үг сонс”, “Ах нь хэлж, дүү нь сонсдог”. Манай ард түмэн ийнхүү сурган хүмүүжүүлэх зарчмаа оновчтой цөөн үгэнд гүн утга шингээн, зүйр цэцэн үгийн хэлбэрээр хүн бүхний ой тойнд ортол ухааруулж байжээ. Хүндлэл гэдэг нь ахмадыг баярлуулж буй хэлбэр юм.

Зорилго: Эцэг эх, асран хамгаалагч, төрөл садан, нутаг усныхан, өөрөөс ахмад хүнтэй зөв харилцаж баярлуулах

Ач тус: Зөв хүн болж хүмүүжих ач тустай.

Харьцуулалт: Бат завсарлагаанаар гүйж яваад үйлчлэгч эгчийн савтай усыг нь санаандгүй асгав. Бат тоосон шинжгүй цааш гүйв. Харин Энхмаа охин үйлчлэгч эгчид тусалж асгасан усыг арчиж өгөв.

- Үйлчлэгч эгчид бид хэрхэн тусалж болох вэ? (хог хаяхгүй байх, цэвэрхэн бие засах, мэндлэх гэх мэт)
- Үйлчлэгч эгч сургуулийг цэвэрлэхгүй бол сургууль ямар байх вэ төсөөлөн бодоорой.
- Чи үйлчлэгч эгчид хэнтэй нь адил хандах вэ?

Дасгал 1. Ойр орчиндоо буй ахмад хүнийг хэзээ, хэрхэн баярлуулснаа бичээрэй.

Хэнийг баярлуулсан	Хэрхэн баярлуулсан	Хэзээ баярлуулсан	Хэрхэн хүлээж авсан

Дүгнэлт:

Хүндэлж баярлуулах:
- Зөөлөн хүндэтгэлтэй үг хэлэх
- Мэхийн хүндэтгэх
- Аливаа зүйлийг хоёр гараар эсвэл баруун гараар өгөх
- Удаах суудалд суух

Гэрийн даалгавар: Ойр орчиндоо байгаа ахмад настанд хэрхэн туслахаа гэрийнхэнтэйгээ ярилцаад ирээрэй.

Үнэлгээ: Ахмад настныг хүндэлсэн тохиолдол бүрийг хүснэгтийн тохирох нүдэнд тэмдэглэнэ. Хоосон нүд үлдвэл сурагч өөртөө дүгнэлт хийнэ. Багш дүгнэлтийг нэгтгэн үнэлнэ.

Үнэлгээний хуудас

Анги:..... Сурагчийн нэр:.....

Биеийн үйлдлээр	Хэлний үйлдлээр	Сэтгэлийн үйлдлээр

Тавдугаар анги

Бүлэг сэдэв: Бусдын ачийг хариулахуй

Ээлжит хичээлийн сэдэв: Бусдад туслахын ач тусыг танин мэдэх

Тодорхойлолт: Бидний өмсөх хувцас, идэх хоол, бидний ухаарал, оюуны хөгжил тэргүүтэй аз жаргалын суурь болсон бүх зүйл бусдын ачаар буй болсныг ухаарснаар бусад хүн өөрт үлэмж ачтай нь илт байна. Бусдын ачийг ухаарснаар тэднийг хүндлэх, туслах зөв сэтгэлтэй болно.

Зорилго: Бусад хүн өөрт ачтайг ухаарах, тэдэнд туслах, хүндлэх, баярлуулах

Ач тус, гэм хор: Бусдын ач тус, дэм дэмжлэгийн тусламжтайгаар бидний аз жаргал бий болдог. Бусдыг хүндлэхгүй бол ганцаардмал, найз нөхөдгүй болно.

Дүгнэлт:

- Бусдад тусалснаар өөрийн аз жаргалыг бий болгоно.
- Бусдыг уучлах нь сэтгэлийг тогтуун болгоно.
- Бусдад талархах нь тэдний эргээд өөрт чинь талархах үндэс суурь болно.

Багш ээлжит хичээл бүрийн “Тодорхойлолт” хэсгийг томьёолоход сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын тодорхойлолт, тайлбарыг ашиглана. Сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжид тайлбарлаагүй зарим үг бий. Жишээ нь: Хайнаг гэдэг нь монгол үхэр, сарлаг хоёрын дундаас төрсөн бэсрэг үхэр, хайнагийн шар, наран хайнаг (монголын бух эцэгтэй хайнаг), саран хайнаг (сарлагийн бух эцэгтэй хайнаг) гэж бий. Ортоом гэдэг нь хайнагийн үнээнээс гарсан үхэр. Сарлаг нь Ази тивд орших урт үстэй, том, хивэгч адгуус гэх мэт. Үүнтэй адил удирдамжид тусгагдаагүй зарим ойлголт ухагдахууны тодорхойлолтыг нэгдүгээр хавсралт (Бага боловсролын агуулга дахь үгийн тайлбар)-ыг ашиглан тодорхойлж болно.

Багш ээлжит хичээлдээ бэлтгэх болон зохион байгуулахдаа өнчин хүүхэдтэй болгоомжтой харилцах нь чухал. Учир нь бага ангийн сурагчдад төлөвшүүлэх үнэт зүйлүүд эцэг эхтэй холбоотой юм. Багш дэд сэдвийн хөтөлбөрийг сургалтын менежерээр батлуулна. Харин нэгж хичээлийн хөтөлбөр, ээлжит хичээлийн төлөвлөлтийг сургалтын менежерээр батлуулахгүй.

Багш сургалтын бүлэг, дэд сэдвийн, нэгж болон ээлжит хичээлээ төлөвлөхдөө “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр түүний удирдамж, багшийн ном дээр тулгуурлаж боловсруулна. Харин сурах бичгийг удирдамж болгон ашиглахгүй. Учир нь сурах бичиг бол багшид биш сурагчид зориулсан сургалтын хэрэглэгдэхүүн мөн. Багш сургалтын бүлэг, дэд сэдвийн болон нэгж, ээлжит хичээл төлөвлөхөд сурах бичиг нь эдгээр баримт бичгийн “Сургалтын хэрэглэгдэхүүн” хэсэгт илүү ашиглагдана.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн арга зүйн гол чиглэл бол буруу сэтгэлээ таньж засаад зөв сэтгэлийг бий болгох юм. Сургалтын хөтөлбөрийн 1-12 дугаар ангийн агуулгыг уг гол чиглэлийг хэрэгжүүлэхээр тогтоосон. Иймээс багш нар сургалтын бүлэг, дэд сэдвийн, нэгж, ээлжит хичээлийн хөтөлбөр боловсруулахдаа “Сурагчдад ёс суртахууныг л дадуулах ёстой, уг ёс суртахууны дадал нь буруу сэтгэлээ таньж засаад зөв сэтгэлийг бий болгох юм” гэдгийг тогтмол санах нь чухал. Үүний тулд сурагчдад ёс суртахуун төлөвших үндсэн үйлүүдийг хичээл сургалтын үед сайтар хэрэгжүүлэх ёстой. Анхны хичээлээр сурагчдад чадвар эзэмшүүлэхэд учир дутагдалтай. Жишээ нь: Сурагч анхаарал төвлөрүүлэх дасгал хийх, эрдэм ном хичээнгүйлэн сурахад эхлээд зөв сууж сурах ёстой. Анхаарал төвлөрүүлэх дасгал хийхэд сурагч эхний хичээлүүдээр өөрт тухтай хэлбэрээр сууж болох явцдаа зөв суулгаж сурах учиртай. Мөн багш уг сургалтын хөтөлбөрт өгүүлсэнчлэн хичээл бүр баяр баясгалан байна гэдгийг анхаарна. Нийгмийн ухааны хичээл болон бусад хичээлд бид “Төсөлт ажил” хийдэг. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээл сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээг дадуулах учир уг хичээлийн хувьд төсөлт ажил нь “Хүмүүнлэг үйл” болно.

3.3. Сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээ

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээ нь сурагчдад ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвшиж буй үйл явцын өөрчлөлт болон түүнийг дадуулж хэвшүүлсэн байдлыг үнэлнэ. Сурагч ёс зүйн боловсрол эзэмших арга ухааныг өөрөө болон бусадтай хамтран бүтээж буй үйл явцыг ажиглаж, түүнд зөвлөн тусална.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол”-ын хичээл сургалтыг үр дүнтэй зохион байгуулах, сурагч бүрийн мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийг үнэн бодитой тодорхойлох, сурагчийн ёс зүйд тулгамдаж буй асуудал болон дэмжлэг, урамшуулал шаардлагатай хүүхдийг илрүүлэх, сурагчийн сурах эрмэлзэл, сурагчийн өөрийн үнэлгээг дэмжих улмаар багш сургалтын аргаа оновчтой сонгон төлөвлөж, хэрэгжүүлэхэд үнэлгээний арга зүй тусална.

Сургалтын үнэлгээнд сурагч болон тэдний гэр бүлийн оролцоог нэмэгдүүлэх, сурагчдын мэдлэг, чадвар, дадлыг бодитой үнэлэхийн тулд “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийн үнэлгээг шалгуурт суурилж хийнэ. Оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ нь тус тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулгаар тогтоогдсон нэгэн адил шалгуурт суурилна. Тодруулбал, эдгээр үнэлгээний шалгуур нь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал бүхий адил агуулгатай байна. Үүнд:

- Оношлох үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Үнэлгээний ерөнхий шалгуур нь агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.
- Явцын үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь багана дах сурагчдын эзэмшвэл мэдлэг, зохих чадвар, дадлыг илрүүлэхэд чиглэх бөгөөд тэдгээрийг сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжид тулгуурлан нарийвчлан боловсруулна.
- Жилийн үнэлгээ нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Ерөнхий шалгуур нь агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.

Сурагчийн үнэлгээ буюу оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ нь адил, нэгдсэн шалгууртай. Бусад багш нар үнэлгээний зорилго, шалгуурыг өөрсдөө зохиож боловсруулдаг бол тус хичээлийн багш нар үнэлгээний зорилго, шалгуур боловсруулахгүй. Сурагчийн дөрвөн төрлийн үнэлгээ бүгдийг адил шалгуураар хийх боломжийг бүрдүүлснээрээ ач холбогдолтой.

Багш үнэлгээний шалгуурыг задалж нарийвчлан боловсруулах нь сурагчдын ёс зүйн боловсролын амжилтыг үнэлж, дүгнэх, үнэлгээг зөв, бодитой хийх, багшийн зүгээс арга зүйгээ сайжруулахад ач холбогдолтой юм.

Шалгуурт суурилж үнэлнэ гэдэг нь хичээл сургалтын үр дүнд сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг тодорхойлох шалгууртай сурагчийн эзэмшиж буй эсвэл эзэмшсэн ёс зүйн боловсролын мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийг харьцуулж үнэлэхийг хэлнэ. Тодруулбал, сурагчдын дадал хэвшлийг бусад сурагчидтай огт харьцуулахгүй, зөвхөн тухайн сурагчийн дадал хэвшлийг тогтоосон шалгууртай харьцуулж үнэлнэ. Шалгуурт суурилсан үнэлгээ бол сургалтын луужин юм. Үнэлгээгээр сурагч тухайн шалгуурыг хангаж байвал түүнийг цаашид улам бүр хэвшүүлж хөгжүүлэх, эс хангасан бол эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг нөхөн гүйцээж эзэмшүүлэхэд сургалтыг чиглүүлнэ. Үнэлгээний шалгуурыг тодорхойлохдоо багш дараах шаардлагыг баримтална. Үүнд:

- Хичээлээр дэвшүүлсэн зорилго, хүрэх үр дүнг хэмжиж илрүүлэхүйц байх
- Олон биш, оновчтой цөөн байх
- Тодорхой, ойлгомжтой, хэмжигдэхүйц байх
- Ил тод, нээлттэй байх

Үнэлгээний шалгуур тодорхой, ойлгомжтой, ил тод, нээлттэй байвал багш, сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчдын үнэлгээ дүгнэлт хийх мэдлэг, чадварыг нэмэгдүүлэх, эцэг эх, асран хамгаалагчид сурагчийг дэмжих, багш сургуультай хамтран ажиллах идэвх, оролцоог дээшлүүлэх, сурагчийн суралцах хүсэл сонирхол, идэвх зүтгэл, эрмэлзлийг сайжруулах ач холбогдолтой.

Багш үнэлгээний шалгуур, үнэлж дүгнэх аргачлалыг боловсруулж сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчдад ойлгомжтой арга хэлбэрээр танилцуулах нь чухал. Багш бүр ээлжит болон нэгж хичээлийн үнэлгээг олон арга хэлбэрээр боловсруулж, тэр нь сурагчдад, эцэг эхэд тодорхой, ойлгомжтой, нээлттэй байх шаардлагатай. Сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадал тодорхой тэдгээрийг ямар шалгуураар, ямар аргаар, хэзээ үнэлэх нь тодорхой байх нь чухал. Ингэж чадвал сурагч үнэлгээний шалгуураас өөрөө өөртөө дүгнэлт хийх, эзэмшсэн, эзэмшээгүй чадвараа хянах зэргээр бие даан суралцах үйлээ зөв чиглүүлж, өөрөө өөрийгөө удирдах боломжтой болно.

3.3.1 Үнэлгээний арга зүй

Үнэлгээний төрлийг мөн чанар, зорилгын дагуу хэрэгжүүлэх нь сурагчийн сурах үйл болон багшийн заах арга зүй, ур чадварыг дэмжих, сургалтыг оновчтой төлөвлөн хэрэгжүүлэх боломжийг бүрдүүлж улмаар сурагчид ёс зүйн боловсрол төлөвших нөхцөлийг бүрдүүлнэ. Тусгай хэрэгцээт боловсрол шаардлагатай сурагчийн мэдлэг, чадвар, дадлыг хөгжлийн онцлогт тохирсон үнэлгээний бүхий л арга хэрэгслээр үнэлнэ.

Сургалтын үнэлгээний үр дүнг суралцах үйлийн чанарыг сайжруулах, багш, сурагч, эцэг эхийн ёс зүйн боловсролыг дээшлүүлэх үндсэн суурь мэдээлэл болгон ашиглана. Оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэг үйлийн үнэлгээг хүснэгтээр нэгтгэн үзүүллээ. (13 дугаар хүснэгт)

13 дугаар хүснэгт. Оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэг үйлийн үнэлгээ

Зорилго	Юуг үнэлэх	Хэн үнэлэх	Хэзээ үнэлэх	Үнэлгээний үр дүнгийн ашиглалт
Оношлох үнэлгээ				
Хичээлийн жилийн эхэнд сурагчдын өмнөх ангид эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийн өөрчлөлтийг тодорхойлоход оршино.	Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Ерөнхий шалгуур нь бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.	-Хичээл зохион байгуулж буй багш -Анги удирдсан багш -Сурагч -Эцэг эх -Дотуур байрын багш -Ах эгч -Асран хамгаалагч	Хичээлийн жилийн эхэнд	-Хичээл зохион байгуулж буй багш дүгнэлт хэлбэрээр хувийн тэмдэглэл хөтөлнө. -Хичээл сургалтын явцад сурагчтай ажиллахад ашиглана.
Явцын үнэлгээ				
Хичээл сургалтын явцад сурагчийн эзэмшиж буй мэдлэг, чадвар, дадал хэвшил тэдгээрийн өөрчлөлтийг тодорхойлж, сурагчид ёс суртахууны хэм хэмжээ төлөвших үйлийг зөв залахад оршино.	Бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёрдугаар багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Ерөнхий шалгуур нь сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжийн хоёрдугаар багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.	-Сурагч - Анги хамт олон - Багш - Эцэг эх -Дотуур байрын багш -Ах эгч -Асран хамгаалагч	-Хичээлийн явцад -Бүлэг сэдэв, дэд сэдэв, ээлжит хичээлийн дараа	Багш дэд сэдвийн үнэлгээний дүнгээр хувийн тэмдэглэл хөтөлж, зөвхөн бүлэг сэдвийн үнэлгээний дүнг багшийн журналд бичнэ. Дүнг хичээл сургалтын явцад сурагчтай ажиллахад ашиглана.

Жилийн үнэлгээ				
Хичээлийн жилд сурагчдын эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал хэвшлийг үнэлж дүгнэх зорилготой.	Сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн эхний багана дахь сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг илрүүлнэ. Ерөнхий шалгуур нь бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүснэгтийн хоёр дахь баганын сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал мөн.	- Анги удирдсан багш - Хичээл зохион байгуулж буй багш	Хичээлийн жилийн IV улиралд	Анги удирдсан багш сурагчдыг тавдугаар анги дүүргэхэд, хичээл зохион байгуулж буй багш нь анги удирдсан багштай хамтран ес, арванхоёрдугаар анги дүүргэхэд дараагийн түвшний боловсрол эзэмшүүлэх багш нарт зориулан зөвлөмж бичнэ. Зөвлөмжид сурагчийн эзэмшсэн сайн зан чанар, түүнд ёс суртахуун төлөвшүүлэхэд харилцах арга барилын талаар дурдах бөгөөд анги удирдсан багш сурагчийн хувийн хэрэгт тэмдэглэнэ.
Хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ				
Сурагчид хичээл сургалтаар эзэмшсэн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадлаа бусдын төлөөх сайн үйлсэд зориулж хэрэгжүүлэхэд оршино.	Хүмүүнлэгийн үйлийг бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулгын хүрээнд дараах шалгууураар явуулна. ○ Анги хамт олондоо эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээг мөрдөхийг уриалж, манлайлан хэрэгжүүлэх	- Анги удирдсан багш - Хичээл зохион байгуулж буй багш	Хичээлийн жилийн турш	Хичээл зохион байгуулж буй багш хувийн тэмдэглэл хөтөлж, хичээлийн жилийн IV улиралд тухайн ангийн болон тав, ес, арванхоёрдугаар анги тус бүрийн нэгтгэсэн дүнг тус тус гаргаж, журналд тэмдэглэнэ.
	○ Гэр бүл, анги хамт олон, сургуульдаа ёс суртахууны зөв үлгэр дуурайл үзүүлэх ○ Бусдад чин сэтгэлээсээ энэрэхүй сэтгэлээр туслах ○ Бусдын эрдмээс суралцаж, хэвшүүлэх ○ Бусад	- Анги хамт олон - Эцэг эх -Дотуур байрын багш -Ах эгч -Асран хамгаалагч -Байгууллага		Хүмүүнлэгийн үйл түүний үр дүнгийн талаар “Сурагчийн хөгжил, төлөвшлийн тодорхойлолт” хэсэгт тэмдэглэнэ. Хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээний үр дүнг сурагч бүрэн дунд боловсрол болон дараагийн түвшний боловсрол эзэмшүүлэх сургалтын байгууллагад элсэн суралцахад тооцно.

Үнэлгээний арга зүй нь сурагч өөрийн зан чанараа анги нийтээрээ бий болгосон нийтлэг төсөөлөл, үнэт зүйлд баримжаалж зохицуулах, үнэлэх чадвартай болгоход чиглэнэ. Үнэлгээ нь сурагч өөрийн гэсэн зөв үзэл бодол, байр суурьтай болох, аливаад зөв дүгнэлт хийх улмаар зөв дадал хэвшил, хандлагатай болоход тусална. Сурагчдын үзэл бодлоо илэрхийлэх түүнийгээ үндэслэлтэйгээр тайлбарлах, нотлох, жишээгээр үзүүлэн танилцуулах зэрэг чадвар болон мэдлэг, чадвар, дадлын ахицыг багш тогтмол ажиглаж, дэмжинэ.

Оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээнээс гадна “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн хэрэгжилтийн үндэсний үнэлгээ хийх ажээ. Оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээ нь сурагчийн үнэлгээ бөгөөд хэрэгжилтийн үнэлгээ нь багш нар сургалтын хөтөлбөрөө үнэлэх үнэлгээ юм. Эдгээр үнэлгээ бүгдийг нэгэн адил шалгуурт суурилж хийнэ.

Оношлох үнэлгээний арга зүй

Оношлох үнэлгээ нь сурагчийн мэдлэг, чадвар, дадлын бодит түвшинг тодорхойлж, түүнд тохирсон сургалтын үйл ажиллагааг оновчтой төлөвлөх, хэрэгжүүлэх боломжийг бүрдүүлнэ. Мөн багш өөрийн ажлын үр дүн, сурагчийн ахиц өөрчлөлтийг хэмжих боломжтой болно.

Оношлох үнэлгээ нь бүлэг сэдэв, жилийн үнэлгээнд нөлөөлөхгүй бөгөөд багшид тухайн хичээлийн зорилгыг хэрэгжүүлэхийн өмнө сургалтын үйл ажиллагааг төлөвлөх, арга зүйгээ боловсруулахад дэмжлэг үзүүлэх үндсэн суурь мэдээллтйг цуглуулах боломж олгоно. Оношлох үнэлгээний үр дүнг багшийн журнал, хувийн хэрэгт тэмдэглэхгүй бөгөөд багш дүгнэлт хэлбэрээр хувийн тэмдэглэл хөтөлнө.

Багш оношлох үнэлгээний үр дүнд тулгуурлан сурагч бүрээр тухайн хичээлийн жилд эзэмшүүлбэл зохих мэдлэг, чадварыг нарийвчлан тодорхойлно. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хөтөлбөрийн хэрэгжилтэд эцэг эхийн оролцоо чухал тул сургалтын агуулгын хүрээнд эцэг эхэд тодорхой мэргэжлийн зөвлөгөө өгч хамтран ажиллах нь чухал. Хичээлийн жилийн эхний оношлох үнэлгээний үр дүнг өмнөх хичээлийн жилийн “Жилийн үнэлгээ”-ний үр дүнтэй харьцуулан анхаарч ажиллавал зохих зөвлөмжийг тусгайлан бэлтгэж, эцэг эх, сурагчид, бусад мэргэжлийн багш нарт танилцуулна.

Багш эцэг эхийн оношлох үнэлгээнд зориулсан дараах загвар хуудсыг ашиглаж болно.

Эцэг эхэд зориулсан үнэлгээний загвар хуудас

Сурагчийн эцэг эхийн нэр ..... Мэргэжил ..... Нас ..... Хүйс .....

Та хариултын өмнөх үсгийг дугуйлж, мөн цэгийн оронд саналаа бичээрэй.

1. Та “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлээр хүүхдийнхээ эзэмших мэдлэг, чадвар, дадалтай танилцсан уу?
   А. Тийм Б. Үгүй
   Тайлбар ……

2. Та хүүхдийнхээ эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг хэр зэрэг ойлгосон бэ?
   А. Хангалттай Б. Дунд зэрэг В. Хангалтгүй Г. Ойлгоогүй Д.Мэдэхгүй Е. Тайлбар .....

3. Хүүхдийг тань сайн хүн болгож хүмүүжүүлэх зорилгоор сургууль, багш нараас зохион байгуулах үйл ажиллагаанд та оролцох уу?
   А. Тийм Б.Үгүй В. Хааяа Г.Тайлбар .....

4. Та хүүхдээ хүмүүжүүлэх мэдээ мэдээллийг хаанаас авдаг вэ?
   А. Багшаас Б. Эцэг эхээсээ В. Найз нөхдөөсөө Г.Хамаатан садангаасаа
   Д. Мэргэжлийн хүнээс Е. Хэвлэл, мэдээллийн хэрэгслээс Ё. Бусад .....

5. Таны хүүхэд бусадтай чин сэтгэлээсээ мэндэлдэг үү?
   А. Мэндэлдэг Б. Мэндэлдэггүй В. Шаардуулж мэндэлдэг Г. Мэдэхгүй

6. Таны хүүхэд бусдыг хүндэтгэдэг үү?
   А. Хүндэтгэдэг Б. Хааяа В.Хүндэтгэдэггүй
   Г. Шаардуулж хүндэлдэг Д. Мэдэхгүй Тайлбар .....

7. Таны хүүхэд бэрхшээл тулгарахад бухимддаг уу?
   А. Тийм Б.Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

8. Таны хүүхэд өөрийнхөө хийсэн алдааг хэн нэгний буруу гэж үздэг үү?
   А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

9. Таны хүүхэд буруу үйлдэл хийсэндээ уучлал хүсдэг үү?
   А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

10. Таны хүүхэд найз нөхөдтэйгөө эвтэй байдаг уу?
А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

11. Таны хүүхэд бусдад тусалдаг уу?
А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

12. Таны хүүхэд бусдад туслахдаа баярладаг уу?
А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

13. Хүүхэд тань хичээлээ дуртай давтдаг уу?
А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

14.Таны хүүхэд өөрийнхөө гаргасан шийдвэрийн талаар тантай зөвлөдөг үү?
А. Тийм Б. Хааяа В. Үгүй Тайлбар .....

Явцын үнэлгээний арга зүй

Сургалтын явцад сурагчийн сурах, багшийн сургах үйлийг дэмжихэд чиглэсэн, багш сурагчийн хамтран хэрэгжүүлэх үнэлгээний үйл явц юм. Сурагчийн сурах үйлд дэмжлэг болох санал зөвлөгөө нь зөвхөн багшийн зүгээс биш, сурагчид ч бие биедээ өгч болох үнэлгээний идэвхтэй арга хэлбэр юм. Явцын үнэлгээ нь сурагчид өөрийгөө танин мэдэх, сорих, өөрийн сайн муу талаа олж харах зэргээр өөрийгөө үнэлэх арга барил эзэмших, цаашид илүү амжилттай суралцах идэвх оролцоог нь дэмжих ач холбогдолтой. Явцын үнэлгээг тогтмол, үнэн зөв хийх нь сурагчийн ёс суртахууны мэдлэг, чадвар, дадал хэвшил ахиц амжилттай байх бодит шалтгаан болно.

Бүлэг сэдвийн үнэлгээг сурагчийн өөрийн үнэлгээ, хичээл зохион байгуулж буй багшийн үнэлгээ, хамт олны үнэлгээ, эцэг эхийн үнэлгээгээр хийж, багш нэгтгэнэ. Тухайн бүлэг сэдвийн үнэлгээний шалгуурыг багш, заах аргын нэгдлээр хэлэлцэн боловсруулж, сургууль хянан баталгаажуулна.

Сурагчийн өөрийн үнэлгээ: Сурагч ёс зүйн боловсролыг эзэмшихэд өөрийн үнэлгээ нэн чухал. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлээр сурагч тухайн бүлэг сэдэв дүүрсний дараа эзэмшсэн мэдлэг, чадвар, дадал хэвшилдээ дүгнэлт хийж өөрт гарсан ахиц амжилтаа үнэлнэ. Өөрийн үнэлгээ нь сурагчдад зан чанараа танин мэдэх, өөрийгөө үнэлж, дүгнэх арга барилд сурах, хийж буй үйлдлийнхээ зорилго болон үйлдлээ илэрхийлж буй хэлбэрээ хянахад чиглэнэ.

Долоо хоног бүрээр сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг ангийн хананд байрлуулсан “Үнэлгээний самбар”-аар үнэлж болно. (14 дүгээр хүснэгт)

14 дүгээр хүснэгт. Сурагчийн өөрийн, анги хамт олны үнэлгээний загвар хуудас

	Даваа	Мягмар	Лхагва	Пүрэв	Баасан	Сайн үйлийн нэр
Нараа						Худал хэлэхгүй байх
Тулгаа						Шүлсээ хаяхгүй байх
Энхээ						Хог хаяхгүй байх
						Муу үг хэлэхгүй байх
						Инээмсэглэсэн
Тоо:						

Сурагч тухайн өдөр өөриийн болон ангийн сурагчдын хийсэн сайн үйлийг хүснэгтийн нүдэнд тэмдэглэнэ эсвэл “Инээмсэглэл” дүрс наана. Сурагчид дүрсийн тоогоор дүнг нэгтгэж, ярилцана. Сурагчдыг сайн үйл хийхэд уриалан урамшуулах зорилгоор үнэлэхэд багш анхаарна.

Сурагчдын үзэл бодлоо илэрхийлэх түүнийгээ үндэслэлтэйгээр тайлбарлах, нотлох, жишээгээр үзүүлэн танилцуулах зэрэг чадвар болон мэдлэг, чадвар, дадлын ахицыг багш тогтмол ажиглаж, дэмжинэ. Өөрийгөө үнэлэх чадвар нь бусад сурагчийн ёс суртахууныг эзэмшиж буй үйл явцыг ажиглах, бусдаас суралцахад тустай. Багш өөрийн үнэлгээний сонирхолтой олон аргуудыг өөр хооронд нь зохицуулан хэрэглэнэ. Жишээ нь: “Мэндлэх ёс” сэдэвт хичээлийн үнэлгээнд дараах үйл ажиллагааг нарийвчлан төлөвлөж болно. Үүнд:

- Сурагч бусад хүнтэй хэрхэн мэнд мэдсэн, бусад хүн өөр хоорондоо хэрхэн мэндэлж буйг ажиглах зорилготой бие даалтын ажил хийж, нөхдөдөө танилцуулах
- Мэндийг зөв, буруу мэдэхэд төрж буй сэтгэгдлээ бусад сурагч, багш, гэр бүлийнхэнтэйгээ ярилцах
- Багш сурагчдаар нэг өдөрт хэдэн хүнтэй мэндэлсэн, хэдэн тохиолдолд зөв мэндэлж дадсаныг нь өөр хооронд нь харилцан яриулах гэх мэтээр бусдаас суралцах боломжийг бүрдүүлнэ. (15 дугаар хүснэгт)

15 дугаар хүснэгт. Сурагчийн өөрийн болон хамт олны үнэлгээний загвар хуудас

№	Бүлэг сэдэв	Зөв мэндэлж сурах ёс			Эрдэм ном хичээнгүйлэн сурах ёс			Сайн сурагч		
	Сурагчдын нэрс	Эзэмших мэдлэг, чадвар			Эзэмших мэдлэг, чадвар			Эзэмших мэдлэг, чадвар		
		Сэтгэл	Үг	Үйлдэл	Сэтгэл	Үг	Үйлдэл	Сэтгэл	Үг	Үйлдэл
1.	Алимаа									
2.	Алтаа									
3.	Анар									

Багш дээрх хүснэгтийг сурагчдын эзэмших дадлаар тусгайлан нэмж хийж болно. Сурагчид, нэмэх, хасах тэмдэглэгээг хялбар өөрчлөх магадлалтай учир дугуй эсвэл таван хошуу дүрсээр тэмдэглэж болно. Өөр хоорондоо таарамжгүй хүүхдүүд бие биенийгээ бодитой үнэлэхгүй тохиолдол гарч болох тул анги хамт олны үнэлгээний хувийг нийт хүүхдийн үнэлгээний дунджаар тооцно.

Дэд сэдэв бүрийн дараа сурагч бүр өөрийгөө болон бусдыгаа үнэлгээний адил хуудсаар үнэлж болно. Харин үнэлгээний дүнг нэгтгэхдээ сурагчдаар ээлжлэн нэгтгүүлж болно. Жишээ нь: Тухайн анги 30 хүүхэдтэй бол таван хүүхэд нийлээд нэг удаагийн бүлэг сэдвийн үнэлгээг нэгтгэн дүгнэнэ. Энэ тохиолдолд үнэлгээг нэгтгэхэд бүх хүүхэд адил тэгш оролцоно. Нэг сурагч аль нэг багт заавал оролцсон байна гэсэн үг.

Дэд сэдэв бүрийн дараа ангидаа хамгийн сайн дүнтэй үнэлэгдсэн, бусад сурагч үлгэрлэн дуурайвал зохих тав хүртэлх сурагчийг ангидаа алдаршуулна. Бусдад үлгэрлэгч сурагчид найз нөхдөө сайн үйлд дагуулан сургана. Мөн сургуулийн түвшинд 1-12 дугаар ангийн бүлэг тус бүрээс тав хүртэл сурагчийг алдаршуулна. Хичээлийн жилд зургаан бүлэг сэдвийн хүрээнд зургаан удаа сурагчийн өөрийн болон анги хамт олны үнэлгээ хийсэн байна. Багш дэд сэдэв бүрээр бас үнэлж болно.

Багшийн үнэлгээ: Багш хичээлийн явцад болон бүлэг сэдэв, дэд сэдэв дүүрсний дараа явцын үнэлгээ хийнэ. Бүлэг сэдвийн үнэлгээний үр дүнг багшийн журналд тэмдэглэнэ. Багш сурагчийн мэдлэгийг асуулгаар, чадварыг ярилцлага, оролцоо, зөв нөлөөллөөр, дадал хэвшлийг ажиглалтын аргаар тус тус үнэлж болно. Сурагч нэгж хичээл, дэд сэдэв, бүлэг сэдвээр авсан дүнгээ хичээлийн турш ахиулах зорилгоор хэдэн удаа ч үнэлүүлэх боломжтой байна. Сурагчдыг үнэлгээний ахицаар урамшуулан зөв дадалд сургах нь хамгийн чухал. (16 дугаар хүснэгт)

16 дугаар хүснэгт. Багшийн үнэлгээний загвар хуудас

Анги …….. Сурагчийн овог ……. Нэр ……

№	Шалгуур	Үнэлгээ		Тайлбар, нэмэлт тэмдэглэл дүгнэлт
		Тийм/ *Мэднэ*	Үгүй/ *Мэдэхгүй*	
1	Аав ээжээ хүндэлдэг	+		
2	Багшаа хүндэлдэг			
3	Өглөө бүр мэндэлдэг	+		
4	Найз нөхөдтэйгээ тоглохдоо эвтэй байдаг	+		
5	Бусдад санаачилгаараа тусалдаг			
6	Тоглоомоо хурааж эмхэлдэг		+	
	...			
Нийт оноо		3	1	

Асуулт бүр нэг оноотой. “Тийм, мэднэ” гэж тэмдэглэвэл 1 оноогоон тооцно. “Үгүй, мэдэхгүй” гэж тэмдэглэвэл 0 оноогоор бодно. Эцэст нь оноог нэгтгэж, хувилж тооцно. (17 дугаар хүснэгт)

17 дугаар хүснэгт. Багшийн ажиглалтын загвар хуудас

Багшийн овог, нэр ……..

№	Сурагчийн овог, нэр	Шалгуур						Давтамж	Тайлбар
		Хүндэлдэг	Мэндэлдэг	Талархдаг	Дээдэлдэг	Тусалдаг	...		
1	Г.Амар								
2	Б.Бат								
3									
Нийт									

Эцэг эхийн үнэлгээ: “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлээр эзэмшсэн сурагчийн мэдлэг, чадвар, дадлыг гэр бүлийн орчин дахь харилцаа, хандлага, төлөвшилд тулгуурлан харилцан нөлөөлөл үзүүлж байгаа эсэхийг эцэг эхтэй хамтран тодорхойлох зорилгоор үнэлнэ.

Сурагчийн хичээлээр эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлын бодит түвшинг тодорхойлж, сургалтын үйл ажиллагааг оновчтой төлөвлөх боломж бүрдэнэ. Сурагчдын сайн муу тал, мэдлэг, чадварын ахиц амжилтын талаарх мэдээллийг эцэг эхэд тодорхой хугацааны давтамжтайгаар танилцуулах нь тэдний хүүхдээ дэмжих, урамшуулах, багштай эргэх холбоотой хамтран ажиллах суурь мэдээлэл болно.

Сурагчийн сурах үйлд гарч буй асуудал, бэрхшээлийг илрүүлэх, тэдэнд дэмжлэг болох хариу мэдээлэл, санал зөвлөгөө өгөх үйл явцыг тэмдэг, тэмдэглэгээгээр хязгаарлаж болохгүй учир багш ажиглалтын үнэлгээгээр хувийн тэмдэглэл хөтөлнө.

Бүлэг сэдвийн үнэлгээний хэлбэр нь бие даалт, судалгааны ажил, сайн дурын хүмүүнлэгийн үйл гэх мэт хэлбэрээр байж болно. Бүлэг сэдвийн үнэлгээ нь хичээлийн онцлогоос хамаарч ганцаарчилсан болон багаар гүйцэтгүүлэх боломжтой бөгөөд гагцхүү үнэлгээний хэлбэрт тохирсон дүгнэх аргачлалыг тодорхой боловсруулсан байх шаардлагатай. Тодруулбал, мэдлэг, чадвар, дадлыг ямар шалгуураар хэрхэн тооцох аргачлалыг тодорхойлно.

Сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадлыг ялган тодорхойлсныг нэгдүгээр ангийн “Мэндлэх ёс” бүлэг сэдвээр жишээ болгон үзүүлэв. (18 дугаар хүснэгт)

18 дугаар хүснэгт. Сурагчдын эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвар, дадал

Шалгуур		
Мэдлэг	**Чадвар**	**Дадал**
• Мэндийн төрөл • Мэнд мэдэх ёсны үг хэллэг • Биеэр үзүүлэх хүндэтгэл	• Мэнд зөв мэдэх нь хүнийг хүндлэх, эелдэг найрсаг зан төрх эзэмшихийн үндэс суурь болохыг ухаарах • Мэндийг төрлөөр нь ялгах • Мэнд мэдэхдээ чин сэтгэлээсээ хандах, биеэрээ хүндэтгэл үзүүлэх • Ахмад хүний амрыг эрэх, хариу мэндлэх • Дүүмэд хүн, үе тэнгийнхэнтэйгээ мэндлэх • Нийгмийн бусад орчинд хүнтэй зүй зохистой мэндлэх • Зочин гийчинтэй мэндлэх	• Өдөр тутмын, улирлын, хүндэтгэлийн мэндийг зөв хэрэглэж хэвших • Ахмад, дүүмэд хүн, үе тэнгийнхэн, бусад хүн, зочин гийчинтэй зөв мэндэлж хэвших

3.3.2 Үнэлгээний арга зүйн загвар

Багш нартаа бүлэг, дэд сэдвийн үнэлгээний загвар танилцуулж байна. Наймдугаар ангийн сурагчийн судлах “Уужуу, агуу ухаантай болох” бүлэг сэдвээр үнэлгээ хийх жишээ авъя. “Уужуу, агуу ухаантай болох” бүлэг сэдвийн нэрийг хараад яаж үнэлэх юм бол, үүнийг ч үнэлж болохгүй дээ гэж эргэлзэж болох юм. Бүлэг сэдвийн үнэлгээг дэд сэдвүүдийн үнэлгээний дүнгийн нийлбэрийн дунджаар үнэлж болно гэж сургалтын хөтөлбөрт заасан байгаа тул эхлээд “Уужуу, агуу ухаантай болох” бүлэг сэдэв хэдэн дэд бүлгээс тогтож байгааг судалъя. Уг бүлэг сэдэв дараах хоёр дэд сэдвээс бүрдэж байна. Үүнд:

- Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах
- Алс хэтийг харах

Дараа нь дэд бүлгүүдийн үнэлгээний ерөнхий шалгуурыг харъя. “Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах” гэсэн дэд сэдэв нь дараах дөрвөн ерөнхий шалгууртай байна. Үүнд:

- Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах
- Өөрийн бэрхшээлийг бусдын бэрхшээлтэй харьцуулан тунгаах
- Бэрхшээлийг хөнгөн болгож харж чадах
- Бэрхшээлийн гарцыг олох

Тодруулбал, хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах, өөрийн бэрхшээлийг бусдын бэрхшээлтэй харьцуулан тунгаах, бэрхшээлийг хөнгөн болгож харж чадах, бэрхшээлийн гарцыг олох чадвар эзэмшвэл “аливаад тайван, хүлээцтэй хандах” дадал эзэмших ажээ.

“Алс хэтийг харах” гэсэн дэд сэдэв нь дараах гурван ерөнхий шалгууртай байна. Үүнд:

- Бэрхшээлийг өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн нөхцөл байдалд авч үзэх
- Бэрхшээлийг үүсгэж буй хүчин зүйлийн нөлөөг ажиглан шинжлэх, тунгаах
- Сэтгэлийн хаттай болох монгол ухаанаас суралцах

Бэрхшээлийг өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн нөхцөл байдалд авч үзэх, бэрхшээлийг үүсгэж буй хүчин зүйлийн нөлөөг ажиглан шинжлэх, тунгаах чадвар эзэмшин сэтгэлийн хаттай болох монгол ухаанаас суралцвал сурагчийг уужуу, агуу ухаантай болоход хөтлөх ажээ. Иймээс багш “Уужуу, агуу ухаантай болох” бүлэг сэдвийн үнэлгээг хийхэд ойлгомжтой, илүү дөхөм боллоо. Учир нь аливаад тайван, хүлээцтэй хандах болон алс хэтийг харах гэсэн хоёр дэд сэдвийн нийт долоон ерөнхий шалгуураар уг бүлэг сэдвийн үнэлгээг хийх боломжтой боллоо.

Сургалтын хөтөлбөрийн үнэлгээний хэсэгт багш бусад хичээлийн багш нарын адилаар үнэлгээнийхээ зорилго, шалгуурыг зохиох шаардлагагүй, харин үнэлгээний ерөнхий шалгуураа нарийвчлах бүрэн боломжтой гэжээ. Сургалтын хөтөлбөрийн удирдамжид дэд сэдвийн үнэлгээний ерөнхий шалгуурыг тодорхойлж, бас тайлбарласан ажээ. Жишээ нь: Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах гэсэн дэд сэдвийн дөрвөн ерөнхий шалгуурыг дараах байдлаар тайлбарлажээ. (19 дүгээр хүснэгт)

19 дүгээр хүснэгт. Аливаад тайван, хүлээцтэй хандах гэсэн дэд сэдвийн дөрвөн ерөнхий шалгуурын тайлбар

Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах	Хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлж байгаа нь уужуу, агуу ухаан дутаж буйгаас болно. Тиймээс хүний үгийг гүйцэд, тэсвэр тэвчээртэй сонсож, тэр хүний үг бодит байдалд нийцэж байна уу, үгүй юу гэдэгт авах гээхийн ухаанаар хандах нь уужуу, агуу ухааныг өөртөө хэвшүүлэхийн нэг арга болно.
Өөрийн бэрхшээлийг бусдын бэрхшээлтэй харьцуулан тунгаах	Өөрт бэрхшээл тулгарахад надад тохиолдсон бэрхшээлээс илүү хүнд бэрхшээл бусад хүмүүст тулгарсан байна. Надад тулгарсан бэрхшээл бол тэдний бэрхшээлтэй харьцуулахад хөнгөн байна гэж бодвол уужуу, агуу ухааныг өөртөө хэвшүүлэх болно.
Бэрхшээлийг хөнгөн болгож харж чадах	Өөрт бэрхшээл тулгарвал бэрхшээл харин надад давуу тал бий болгоно шүү гэж хүлээн авах хэрэгтэй. Жишээ нь: Сургуульд сайн сурч чадахгүй байгаа хүүхэд бусдад байхгүй өөртөө байгаа давуу талаа олж харж чадвал сайн сурахгүй байгаа бэрхшээлээ хөнгөн болгож харж чадна.
Бэрхшээлийн гарцыг олох	Бэрхшээл зөвхөн миний санаагаар өөрчлөгдөхгүй, бэрхшээл нь тодорхой нөхцөл бүрдсэнээр л бий болсон гэдгийг ухаарах хэрэгтэй. Нэгэнт нөхцөл нь бүрдээд бий болсон тул түүнийг буцаах нь амаргүй гэж бэрхшээлийг хөнгөн болгож харах. Мөн эргээд үүнийг арилгахын тулд олон нөхцөл, олон зүйлийг бүрдүүлэх хэрэгтэй учир одоо тэр бүгдийг бүрдүүлж чадаагүй байгаа тул энэ бэрхшээл арилахгүй. Иймээс би тайван байж, эдгээр нөхцөлийг бүрдүүлэхийн төлөө хичээе гэвэл бэрхшээлийг хөнгөн болгож харна. Ийнхүү сэтгэл тухайн бэрхшээлд торохгүй болж, бэрхшээлийг хөнгөн болгож харснаар түүнийг тайван хүлээж авдаг. Уужуу, агуу ухааны үр дүнд л бэрхшээлийг ийнхүү тайван хүлээн авч түүний гарцыг нь зөв олох боломж бүрдэнэ. Өөрөө мэдэхгүй бол өөрт зөвлөхүйц итгэлтэй хүмүүстэй зөвлөлдөж, бэрхшээлээс гарах гарцыг тайван, уужуу ухаанаар бодож тунгаан олохыг эрмэлзэх. Уужуу, агуу ухааны үр дүнд л бэрхшээлээс гарах гарцыг зөв олох юм.

Мөн алс хэтийг харах гэсэн дэд сэдвийн гурван ерөнхий шалгуурыг дараах байдлаар тайлбарлажээ. (20 дугаар хүснэгт)

20 дугаар хүснэгт. Алс хэтийг харах гэсэн дэд сэдвийн гурван ерөнхий шалгуурын тайлбар

Бэрхшээлийг өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн нөхцөл байдалд авч үзэх	Өнөөдөр надад тулгарч буй бэрхшээл тухайн энэ мөчийнх үү, одоо эсвэл ирээдүйн аль алинд нь гарахаар бэрхшээл үү, одоо тулгарсан бэрхшээл ганц өнөөдөр тохиолдож байгаа юм уу, өнгөрсөн үед бас гарч байсан юм уу, ганц надад ирж байгаа юм уу, бусад хүмүүст адил тулгардаг юм уу гэж эргэцүүлж бодох. Хэрэв бэрхшээл өнөөдөр гараад ирээдүйд тулгарах нь харьцангуй гайгүй бол тэвчих хэрэгтэй. Өнөөдөр гайгүй ирээдүйд тулгарахаар байвал түүнээс гарах зөв гарцыг олохын тулд тунгаан бодож улмаар олох хэрэгтэй. Зөв гарц олохоос өмнө сэтгэлээр унах, архи дарс уух, мансууруулах бодис хэрэглэх нь уужуу, агуу ухаан дутсанаас болж буй хэрэг юм.

Бэрхшээлийг үүсгэж буй хүчин зүйлийн нөлөөг ажиглан шинжлэх, тунгаах	Бэрхшээлийг зөв даван туулах хэрэгтэй. Бэрхшээл бусдад хэр хор хөнөөлтэй байна, би өөрөө тэвчвэл болж байна уу, бусадтай хуваалцах хэрэгтэй байна уу гэдгийг бодох. Одоо болон алс хэтдээ, өөрт болон бусдад хортой байвал тэрхүү бэрхшээлийг арилгахыг эрмэлзэх. Яаран сандран шийдвэр гаргахгүйгээр бэрхшээлийг хэрхэн даван туулах вэ гэдгийг сайтар тунгаан бодох учиртай. Ганц өөрт хор хөнөөлтэй бол тэвчье. Бусдад хор хөнөөлтэй бол яавал дээр вэ гэж бодвол уужуу, ухаан хөгжиж байдаг. Энэхүү сэдэвт хичээлээр "Хэрэв үүнийг өөрчилж болохгүй бол одоо санаа зовоод яах вэ? Хэрэв үүнийг өөрчилж болох бол одоо санаа зовоод яах вэ" гэсэн сургаалыг тайлбарлана. Одоог биш алс хэтийг харж бэрхшээлээс гарах гарцыг хайх, бүгдэд уужуу, агуу ухаанаар хандаж тайван байх учиртай.
Сэтгэлийн хаттай болох монгол ухаанаас суралцах	• Сэтгэлээ зөв дадал зуршилд хандуулан бэхжүүлж, өөрийн болгон төлөвшүүлэхэд суралцах • Биеийг эрүүл байлгахын тулд хөдөлгөөн хэрэгтэй бол, сэтгэлийг ариун байлгахын тулд юуны өмнө тогтуун болгох ёстойг ухаарах • Сэтгэлийг ариусган тогтоон бясалгахуй гэдэг нь аливаа хүнд сэтгэлийн амгалан тайвшралыг авчрах эхний шат болохыг ухаарах • Жолоогүй сэтгэлийг уян тогтоож, зөв зуршилд дадуулахыг эрхэмлэх • Сэтгэлээ ариусгах гэдэг нь тунгаан бясалгаж бодсоноор, сэтгэлийн гэмүүдээ ялж чадахыг хэлдэгийг ухаарах

Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах гэсэн ерөнхий шалгуурыг түүний тайлбарт тулгуурлан дараах дөрвөн чадвараар нарийвчилъя. Үүнд:

- Хүний үгийг гүйцэд сонсох
- Хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлэх
- Хүний үгийг тэсвэр тэвчээртэй сонсох
- Хүний үг бодит байдалд нийцэж байна уу, үгүй юу гэдэгт авах гээхийн ухаанаар хандах

Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах гэсэн ерөнхий шалгуурыг удирдамжийн тодорхойлолт, тайлбараас гадна бусад ангийн зарим бүлэг сэдвийн ерөнхий шалгуур болон удирдамжийн тодорхойлолт, тайлбарын тусламжтайгаар нарийвчилж задлах бүрэн боломжтой. Учир нь бүлэг сэдвүүд өөр хоорондоо агуулгын залгамж холбоотой. Жишээ нь: Нэгдүгээр ангийн "Эрдэм ном хичээнгүйлэн сонсох", "Сайн сурагч", дунд ангийн "Үг сонсож суръя", "Тэсвэр хатуужилд суралцъя", ... зэрэг бүлэг сэдвүүд агуулгаараа өөр хоорондоо залгамж холбоотой юм.

Ийнхүү багш ерөнхий шалгуурыг сургалтын удирдамжийн тусламжтайгаар нарийвчилж тодорхойлсноор дараах үнэлгээг бодитой, зөв хийх боломж бүрдэнэ. Үүнд:

- Багшийн ажиглалтын үнэлгээ
- Сурагчийн өөрийн үнэлгээ
- Анги хамт олны үнэлгээ
- Эцэг эхийн үнэлгээ

Багшийн ажиглалтын үнэлгээ хийх: Ерөнхий шалгуурыг нарийвчилж тодорхойлсноор багш сурагчийн "Хүний үгийг гүйцэд сонсох" чадварыг үнэлэх боломжтой боллоо. Бидний жишээ болгон авсан "Хүний үгийг сонсож, үг дааж сурах" гэсэн ерөнхий шалгуур нь дотроо хүний үгийг сонсож сурах болон хүний үг дааж сурах гэсэн хоёр хэсгээс тогтсон нийлмэл шалгуур байна. Хүний үгийг сонсож сурах чадвар нь хүний үгийг гүйцэд сонсох, хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлэх гэж задарч байна. Хүний үг дааж сурах чадвар нь хүний үгийг тэсвэр тэвчээртэй сонсох, хүний үг бодит байдалд нийцэж байна уу, үгүй юу гэдэгт авах гээхийн ухаанаар хандах гэж задарч байна.

Хүний үгийг сонсож сурах чадварыг үнэлье. Энэ тохиолдолд хүний үгийг сонсож сурах чадвар нь хүний үгийг гүйцэд сонсох, хүний үгийг гүйцэд сонсохгүйгээр хариу үйлдэл илэрхийлэх гэж задарч байна. Сурагч таны үгийг гүйцэд сонсож чадаж байгаа эсэхийг багш яаж мэдэх вэ гэхээр таныг ярьж байх үед үгийг тань тасалж асуулт асуух, сөрж ярих, бие, хэлээрээ ямар нэг хариу үйлдэл үзүүлж буй эсэхээр мэднэ. Багш хувийн тэмдэглэл дэх хүснэгтийн сурагчийн нэрийн ард "+" эсвэл "-" тэмдэгтээр түүнийг ажигласан ажиглалтын

үнэлгээний үр дүнг, хугацааны хамт бичнэ. Багш бүлэг сэдвийг судлах хугацаанд эсвэл тухайн чадвар сурагчид дадал болох хүртэлх хугацаанд тэмдэглэж болно. (21 дүгээр хүснэгт) Багш сурагч бүр хичнээн “+” эсвэл “-” тэмдэгт авсныг тоолж дүгнэнэ.

21 дүгээр хүснэгт. “Хүний үгийг сонсож сурах” чадварын багшийн үнэлгээний хуудас

Д.д	Сурагчдын нэрс	Биеийн үйлдэл				Хэлний үйлдэл				Сэтгэлийн үйлдэл	
		Үл тоомсорлох дүр төрх үзүүлдэг эсэх		Дургүй дүр төрх үзүүлдэг эсэх		Үг тасалж сөрж ярьдаг эсэх		Үг тасалж асуулт асуудаг эсэх		Үг, яриаг анхаарахыг эрмэлзэж хичээдэг эсэх	
		+,-	Хугацаа	+,-	Хугацаа	+,-	Хугацаа	+,-	Хугацаа	+,-	Хугацаа
1	...										
2	...										
3	...										
4	...										
5	...										
...											
Дүн											

Сурагчийн өөрийн болон анги хамт олны үнэлгээ: Ерөнхий шалгуурыг нарийвчилж тодорхойлсноор багш нь сурагчийн өөрийн болон анги хамт олны үнэлгээний хуудас бэлтгэх боломж бүрдлээ. Хүний үгийг сонсож сурах чадварыг үнэлэх сурагчийн өөрийн болон анги хамт олны үнэлгээний хуудас боловсруулъя. (22 дугаар хүснэгт)

22 дугаар хүснэгт. “Хүний үгийг сонсож сурах” чадварын сурагчийн болон анги хамт олны үнэлгээний хуудас

Д.д	Сурагчдын нэрс	Биеийн үйлдэл		Хэлний үйлдэл		Сэтгэлийн үйлдэл
		Үл тоомсорлох дүр төрх үзүүлдэггүй	Дургүй дүр төрх үзүүлдэггүй	Үг тасалж сөрж ярьдаггүй	Үг тасалж асуулт асуудаггүй	Үг, яриаг анхаарахыг эрмэлзэж хичээдэг
		Инээмсэглэл	Инээмсэглэл	Инээмсэглэл	Инээмсэглэл	Инээмсэглэл
1	...					
2	...					
3	...					
4	...					
5	...					
...						
Дүн						

Багш дэд сэдвийг үзэх хугацаанд эсвэл сурагчдад тухайн чадвар нь дадал болон төлөвших хүртэлх хугацаанд үнэлгээний хуудсыг ангийн самбарт ил байрлуулан 7, 7 хоногоор сурагчдаар өөрсдөөр нь үнэлүүлбэл илүү үр дүнтэй. Сурагч бүр хичнээн “инээмсэглэл” дүрс авсан эсвэл “инээмсэглэл” дүрс аваагүй буюу хоосон нүдтэй байгааг тоолж “инээмсэглэл” дүрсийн тоогоор үнэлж болно. Уг үнэлгээний хуудсыг бусад дэд сэдэв судлах үед бие, хэл, сэтгэлийн үйлийг нь өөрчилж болохуйцаар хийж хичээлийн жилийн турш сурагчийн өөрийн болон анги хамт олны үнэлгээ хийх боломжтой.

Эцэг эхийн үнэлгээ: Ерөнхий шалгуурыг нарийвчилж тодорхойлсноор багш эцэг эхийн үнэлгээний хуудас бэлтгэх боломжтой болно. Хүүхэд нь хүний үгийг сонсож сурах чадварыг үнэлэх эцэг эхэд зориулсан үнэлгээний хуудсыг авч үзье. (23 дугаар хүснэгт)

23 дугаар хүснэгт. “Хүний үгийг сонсож сурах” чадварын эцэг эхийн үнэлгээний хуудас

Хугацаа	Биеийн үйлдэл						Хэлний үйлдэл						Сэтгэлийн үйлдэл		
	Үл тоомсорлох дүр төрх үзүүлдэг			Дургүй дүр төрх үзүүлдэг			Үг тасалж сөрж ярьдаг			Үг тасалж асуулт асуудаг			Үг, яриаг анхаарахыг эрмэлзэж хичээдэг		
	Тогтмол	Хааяа	Үгүй	Т	Х	Ү	Т	Х	Ү	Т	Х	Ү	Тогтмол	Хааяа	Үгүй
Дүн															

Багш дэд сэдвийг судалж гүйцсэний дараа эцэг эхээр үнэлүүлнэ. Мөн тодорхой хугацааны давтамжтайгаар дахин дахин үнэлүүлж болно. Ингэхдээ “тогтмол, хааяа, үгүй” гэсэн үгтэй гурван баганын аль нэг нүдэнд “+” тэмдэглэгээг бичнэ гэдгийг эцэг эхэд сайтар тайлбарлана. Зарим үед сурагчдад тайлбарлан эцэг эхэд нь хүргүүлж болно. Багш эцэг эх “тогтмол, хааяа, үгүй” гэсэн нүдэнд хичнээн “+” тэмдэглээ хийснийг тоолж хувилан сурагчийг үнэлнэ.

Ийнхүү багш дэд сэдвийн ерөнхий шалгуурыг нарийвчилж, нэгж хичээлийн болон ээлжит хичээлийн сэдвийг тогтоохоос гадна багш, сурагч, анги хамт олны, эцэг эхийн үнэлгээний хуудсыг боловсруулна. Багш эхний хичээлийн жилд ийнхүү дэд сэдвийн ерөнхий шалгуурыг нарийвчилж, нэгж хичээлийн сэдэв, ээлжит хичээлийн сэдвийг тогтоож, мөн багшийн, сурагчийн, анги хамт олны, эцэг эхийн үнэлгээний хуудсыг боловсруулбал дараагийн хичээлийн жилээс тэдгээрийг улам баяжуулж, боловсронгуй болгоно.

Хэрэв багш дэд сэдвийн ерөнхий шалгуурыг удирдамжид тодорхойлсноор нарийвчилж, нэгж хичээлийн сэдэв, ээлжит хичээлийн сэдвийг тогтоохгүй, багшийн, сурагчийн, анги хамт олны, эцэг эхийн үнэлгээний хуудсыг боловсруулахгүй өөрийн ойлгосноор зохиох юм бол сургалт баталсан сургалтын хөтөлбөрийн агуулгаар явагдахгүй болж, хичээл үр дүнгүй болно. Учир нь ёс зүй, ёс суртахууны хэм хэмжээ нь хүнтэй холбоотой тул ихэнх хүмүүс би мэднэ гэдэг ч тэд ёс суртахууны нэг хэм хэмжээг өөр өөрийнхөөрөө ялгаатай харилцан адилгүй ойлгосон байдаг. Жишээ нь: Эв эе, эх оронч үзэл, аз жаргалын талаар хүн бүр өөр өөрийн гэсэн ойлголттой байдаг. Иймээс багш сургалтын хөтөлбөр, удирдамжаа сайтар судлалгүйгээр сургалтаа өөрийн ойлголтоор явуулбал хичээл үр дүнгүй болно. Мөн багш удирдамжид бэлэн буй тодорхойлолт, тайлбарыг ашиглалгүй өөрөө зохиовол багшийн ачаалал нэмэгдэнэ.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр түүний удирдамжийн дагуу багш хичээл сургалтынхаа агуулга, арга зүй, үнэлгээ, хэрэглэгдэхүүн, бусад үйл ажиллагааг ачаалал багатай явуулах бүрэн боломжтой. Багш хичээл сургалтаа ачаалал багатай хэрхэн явуулахыг ”Арга зүйн зөвлөмж” гэсэн энэхүү бүлэгт “Ээлжит хичээлийн загвар” болон үнэлгээний хуудас бэлтгэх дээрх жишээгээр тодорхой харууллаа. Хэрэв багш нарт заахад хүнд, үнэлэхэд хэцүү гэж үзэж буй бүлэг сэдэв байвал дээрх жишээний аргачлалаар туршиж үзэн суралцах боломжтой.

Жилийн үнэлгээний арга зүй

Жилийн үнэлгээний ач холбогдол нь сургалтын дараа сурагчийн чадвар, дадлын ахиц амжилтыг бодитой тогтооход оршино. Жилийн үнэлгээ нь багш өөрийн ажлын үр дүн, сурагчийн чадвар, дадлын ахиц өөрчлөлтийг тооцох, хэмжих боломж олгохоос гадна тухайн хөтөлбөрийн хэрэгжилтэд санал хүргүүлэх боломж бүрдэнэ.

Хөгжлийн бэрхшээлтэй тусгай хэрэгцээт боловсрол шаардлагатай сурагчийг багш, сургуулийн зүгээс тухайн сурагчийн хөгжлийн онцлогийг харгалзан өөрийг нь өөртэй нь харьцуулан үнэлж, тэдний суралцах хүсэл сонирхол, идэвх зүтгэлийг дэмжинэ.

Жилийн үнэлгээ нь боловсролын үйлчилгээний үр өгөөжийг нэмэгдүүлэх, сурагчдын ялгаатай байдлыг хүндэтгэх, тэдний хөгжлийг дэмжих үүднээс хөгжлийн бэрхшээлтэй тусгай хэрэгцээт боловсрол шаардлагатай сурагчийн багш, эцэг эхийн үнэлгээгээр хичээлийн жилийн IV улиралд нэг удаа өөрийг нь өөртөө нь харьцуулан үнэлж, хувийн хэрэгт нь тэмдэглэнэ.

Хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээний арга зүй

Хүмүүнлэгийн үйлийг сурагч, хэсэг бүлэг сурагч, анги хамт олон, хэд хэдэн анги, бүлэг эсвэл сургуулийн нийт сурагчид хамтран хийж болно. Жишээ нь: Хүмүүнлэгийн үйлийг бүх гуравдугаар ангийн сурагч, зургаа, долоодугаар ангийн нийт сурагч эсвэл 10-12 дугаар ангийн нийт сурагч хамтран хийх боломжтой.

Хүмүүнлэгийн үйлийн агуулга нь “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийн бага, суурь, бүрэн дунд боловсролын агуулга мөн. Жишээ нь: “Анги хамт олондоо эзэмшвэл зохих ёс суртахууны хэм хэмжээг мөрдөхийг уриалж, манлайлан хэрэгжүүлэх” шалгуурыг бага ангийн сурагч хичээлээрээ судалсан “Бусдыг хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ачийг хариулах, уучлал хүсэх, уучлах, үг, сургаал сонсох ...” зэрэг үнэт зүйлсийг өдөр тутмын амьдралын үйлдэлдээ өөрөө мөрдөж манлайлан бусдадаа үлгэр дуурайл үзүүлж улмаар ангийнхаа бусад сурагчдыг уриалж мөрдүүлж хэвшүүлэх юм. “Бусдад чин сэтгэлээсээ энэрэхүй сэтгэлээр туслах” шалгуурыг хангах хүмүүнлэгийн үйлийн агуулга нь “Бусдад өглөг өгдөг байх, эелдэг зөөлөн хүндэтгэлтэй харилцах, бусдын алдааг нь ухааруулан засах, эрдмийг нь дурдаж тэтгэх, өөрөө буяны үйлийг үйлдэж, бусдад үг, үйлдэл, сэтгэлээрээ үлгэрлэх” юм.

Сургууль, багш нар бодит эд эдлэл, хөрөнгө санхүү шаардагдах хүмүүнлэгийн үйлийг биш, сурагчид хичээлээр эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадвараа өдөр тутмын үйлдэлдээ хэрэгжүүлж дадал хэвшил болгох хүмүүнлэгийн үйлийг чухалчилна. Хүмүүнлэгийн үйлийг бодит эд эдлэл, мөнгө төгрөгөөр биш, сурагчид санаачилгаараа, бие, хэлний үйлээр чин сэтгэлээсээ хийхийг дэмжинэ. Жишээ нь: Бусдыг хүндлэх, талархах, баярлуулах, туслах, ачийг хариулах, уучлал хүсэх, уучлах, үг, сургаал сонсох ... зэрэг үнэт зүйлсийн хүрээнд заавал бодит эд эдлэлээр бусдад туслах, баярлуулах биш сурагч өдөр бүр хэлээрээ зөв, сайн сайхан үг, ерөөл хэлэх, биеийн хувьд инээмсэглэсэн, баяссан, эелдэг даруу төрх үзүүлж бусдыг хүндлэх, сэтгэлийн хувьд буруу сэтгэлд авталгүй аливаад зөв сэтгэлээр хандах зэрэг үйлдлийг хэрэгжүүлж дадуулахыг чухалчилна. Мөн ахмад настан, хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхэд, иргэд, бага насныханд тусалсан ажил үйл хийж болно.

“Хүмүүнлэгийн үйл”-ийн үнэлгээ нь таван шалгууртай бөгөөд сүүлийн “Бусад” гэсэн шалгуур нь нээлттэй юм. Тухайн хүүхэд, анги хамт олон, сургуулийн онцлогоос хамаарч олон хэлбэрийн “Хүмүүнлэгийн үйл”-ийг санаачлан хийх боломжтой тул “Бусад” гэсэн нээлттэй шалгууртай байна.

Сурагч хичээлийн жилд нэг удаа хүмүүнлэгийн үйл заавал хийх бөгөөд аль ч улиралд хийж болно. Сурагч сонгож хийх учир “Хүмүүнлэгийн үйл”-ийг нийт таван шалгууруар эсвэл нэг, хоёр, гурав, дөрвөн шалгууруар хийж болно. Жишээ нь: “Бусдын эрдмээс суралцаж, хэвшүүлэх” шалгууруар бага ангийн сурагч хүмүүнлэгийн үйл хийсэн бол багш 20 хүртэлх хувиар үнэлнэ. Хэсэг бүлэг сурагч, ангийн нийт сурагч нэг болон хэд хэдэн шалгуур хангах хүмүүнлэгийн үйлийг хамтарч хийсэн тохиолдолд багш хүүхэд бүрийг адил дүнгээр үнэлж болно.

Сурагч хоёр буюу түүнээс дээш шалгуурыг хангах хүмүүнлэгийн үйл хийсэн тохиолдолд багш тухайн ангид харгалзах хувь болон шалгуурын тоогоор нэг шалгуурт оногдох хувийг тогтоож үнэлнэ. Жишээ нь: “Бусдын эрдмээс суралцаж, хэвшүүлэх” болон “Бусдад чин сэтгэлээсээ энэрэхүй сэтгэлээр туслах” хоёр шалгууруар ахлах ангийн сурагч хүмүүнлэгийн үйл хийсэн бол багш шалгуур бүрд 15 хувь оногдохоор үнэлнэ.

Ахмад настан, тусламж шаардлагатай найз нөхөд болон дүү нартаа тусалж, баярлуулж сурах “Бид хэнд яаж тусалж чадах вэ” гэсэн сэдвээр ангидаа ярилцаж, хийх хүмүүнлэгийн үйлээ тодорхойлж болно.

Үнэлгээнд оролцогчдын үүрэг, оролцоо

А. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” хичээлийг зохион байгуулж буй багш нар дараах үүрэг оролцоо, зохион байгуулалттай ажиллана.

- Сургалтын хөтөлбөрт үндэслэн хичээлийн жилийн цагийг хуваарилах
- Сурагчийг хэзээ, хэрхэн үнэлэх төлөвлөгөө гаргаж сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчдад мэдээлэх

- Бүлэг сэдвээр сурагчийн эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлыг үнэлэх үнэлгээний шалгуур боловсруулах
- Эцэг эхэд ёс зүйн боловсрол олгох сургалтыг танхимын болон танхимын бус хэлбэрээр зохион байгуулах
- Сурагчийн ёс зүйн мэдлэг, чадвар, дадлыг тандах зорилгоор оношлох үнэлгээг хийж, үр дүнг шинжлэн, сургах үйлээ оновчтой төлөвлөж хэвших
- Хичээлийн явцад сурагчийн мэдлэг, чадвар, дадал эзэмшиж буй үйлийг ажиглаж, түүнд үндэслэн цаг тухайд нь тохируулга хийх, хариу мэдээлэл, санал зөвлөгөө өгөн сурах үйлийг дэмжих
- Сурагч түүний эцэг эх, асран хамгаалагчдад оношлох, явцын, жилийн, хүмүүнлэгийн үйлийн үнэлгээний талаарх мэдээлэл өгөх, санал солилцох, суралцахад нөлөөлж буй хүчин зүйл, тулгамдаж буй асуудлыг тодорхойлж, тэдэнд мэргэжил, арга зүйн дэмжлэг үзүүлэх, зөвлөгөө өгч, сайшааж урамшуулах
- Сурагчийн хувийн хэргийг зааврын дагуу хөтлөх
- Оношлох, явцын, жилийн үнэлгээний үр дүнд шинжилгээ хийн сурагчийн хүмүүжил төлөвшлийн ахиц амжилт, өөрчлөлтийг тооцож, мэргэжлийн дүгнэлт гарган бусад мэргэжлийн багш нарт мэдээлэн, хичээлийн арга зүйд нь тусгах
- Сурагч, эцэг эхэд зөвлөн туслах, мэргэжлийн зөвлөгөө өгөх ажлыг төлөвлөн хэрэгжүүлэх
- Багш өөрийн ажлыг үнэлж дүгнэхэд шаардлагатай сурагчдын ёс зүйн дадлын талаарх баримт нотолгоог бүрдүүлэх. Тодруулбал, сурагчдын оношлох, явцын, жилийн үнэлгээг сурагчийн сурах үйлд дэмжлэг үзүүлэх, сурагчдын өөрчлөлт, хөгжлийг судлах судалгааны баримт болгох, мөн өөрийн сургалтын үйл ажиллагааны үр дүнг тооцох, сургах арга зүйгээ төлөвлөх зэрэгт үндсэн мэдээлэл болгож ашиглахуйц хувийн тэмдэглэл хөтлөх
- Сургалтын хөтөлбөрийг сайжруулах зорилгоор хичээлийн жилийн IV улиралд хөтөлбөрийн агуулга, арга зүй, үнэлгээний хэрэгжилтийн талаар өөрийн саналыг сургалтын менежерээр дамжуулан боловсролын удирдах байгууллагад хүргүүлэх
- Багш нэгж хичээл, дэд сэдэв, бүлэг сэдэв бүрээр эцэг эхчүүдэд сурагчдын эзэмшсэн мэдлэг, чадвар, дадал тэдгээрийг ахиулахад зайлшгүй анхаарвал зохих мэргэжлийн зөвлөгөөг тогтмол өгөх
- Сурагч, эцэг эхтэй холбоотой хувийн мэдээллийг нууцлах.

Б. Заах аргын нэгдэл нь дараах үүрэг оролцоо,

зохион байгуулалттай ажиллана.

Заах аргын нэгдэл нь чиг үүргийнхээ хувьд сургалтын хөтөлбөрөөр дэвшүүлсэн зорилгыг хэрэгжүүлэх мэргэжил, арга зүйн багш нарын хамт олон юм. Заах аргын нэгдлээр дараах асуудлыг хэлэлцэн шийдвэрлэж, сургалтын менежер хянаж баталгаажуулна. Үүнд:

- Сурагчдыг үнэлэх аргачлалыг боловсролын түвшин, анги бүрээр тодорхойлох
- Үнэлгээний арга хэлбэр, хэрэгслийг дүгнэх аргачлалын хамт боловсруулах (даалгавар, бүтээл, бие даалт, багийн ажлын жагсаалт гэх мэт)
- Танхимын бус сургалтыг заах аргын нэгдлийн жилийн ажлын төлөвлөгөөнд тусгах
- Боловсролын түвшин бүрээр сургалтын хөтөлбөр, зорилгыг үндэслэн бүлэг, дэд сэдвийн хүрээнд сурагчийн эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлын шалгуурыг нарийвчлан боловсруулж баталгаажуулах
- Бүлэг, дэд сэдвийн хүрээнд боловсруулсан шалгуур үзүүлэлтийн дагуу оношлох, явцын, жилийн үнэлгээг хийж, багшийн хувийн тэмдэглэл болон холбогдох хэсгийг боловсролын баримт бичиг, сурагчийн хувийн хэрэгт зааврын дагуу бичиж тэмдэглэх
- Сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчдад бүлэг сэдвийн үнэлгээний шалгуур үзүүлэлт, үнэлж дүгнэх аргачлалыг Заах аргын нэгдлийн мэдээллийн самбараар дамжуулж мэдээлэх
- Сурагч, эцэг эхтэй холбоотой хувийн мэдээллийг нууцлах.

В. Сургуулийн удирдлага

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрт тулгуурлан боловсролын түвшин, анги бүрээр, бүлэг сэдвээр сурагчдын эзэмших мэдлэг, чадвар, дадлын үнэлгээний шалгуурыг боловсруулах ажлыг мэргэжил, арга зүйн удирдлага, зохион байгуулалтаар хангаж ажиллана.

Сургууль, багш нар эцэг эхчүүдэд зориулсан иргэний ёс зүйн боловсрол эзэмших зорилготой сургалт, зөвлөгөөг сургалтын төлөвлөгөөн дэх “Багш зохицуулах цаг”-аар болон багшийн “Бусад” ажлын цагаар бага ангид долоо хоногт 2 цаг, дунд, ахлах ангид сард хоёр цагаар, зохион байгуулах ажлыг хариуцан гүйцэтгэнэ. Иймээс сургуулийн удирдлага, багш нар сайтар ярилцаж, хичээлийн жил бүр эцэг эхчүүдэд зориулсан иргэний ёс зүйн боловсрол эзэмших зорилготой сургалт, зөвлөгөөг зохион байгуулах тусгай төлөвлөгөө боловсруулан баталж хамтран ажиллана.

“Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрийг сургуулийн удирдлага, ажилтан, албан хаагчид, нийт багш, эцэг эхчүүд сайтар судалж, хэрэгжүүлэх үүрэг хүлээнэ.

Үнэлгээний шалгуур, үнэлгээ хийх хугацааны талаарх мэдээлэл сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчдад ил тод, нээлттэй байх нөхцөл боломжийг бүрдүүлнэ. Энэ нь сурагч, эцэг эх, асран хамгаалагчид хэзээ, юуг, хэрхэн үнэлүүлэх талаар нэгдсэн ойлголттой болох, сурагчийн эзэмшсэн ямар мэдлэг, чадвар, анхаарвал зохих мэдээллийг авах зэргээр тэдний сурах хүсэл сонирхол, хичээл зүтгэлд дэмжлэг үзүүлэх сайн талтай.

Г. Эцэг эх, асран хамгаалагч

Сурагч ёс зүйн боловсролын мэдлэг, чадвар, дадал эзэмших нь дан ганц багш, сургуулиас хамаарах асуудал биш, эцэг эх, гэр бүлийн орчин, тэдний хоорондын харилцан ойлголцол, дэмжлэг туслалцаа чухлаар нөлөөлдгийг олон төрлийн судалгаагаар тогтоосон байдаг. Иймд боловсролын үйлчилгээний үр шимийг хүртэж буй сурагч, тэдний эцэг эх, асран хамгаалагчдын дараах үүрэг оролцоо нь сурагчдыг амжилттай суралцахад чухал нөлөө үзүүлнэ. Үүнд:

- Хүүхдийнхээ ёс суртахууны хүмүүжил, төлөвшлийг цаг тухайд нь мэдэж, арга хэмжээ авах
- Хүүхдийнхээ суралцах зорилго, төлөвлөгөөтэй сайтар танилцах
- Суралцах төлөвлөгөөгөө хэрэгжүүлэхэд нь сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлэх, хамтрах, урамшуулах
- Хичээл, үйл ажиллагаанд оролцох оролцоогоо нэмэгдүүлэхэд нь дэмжих
- Хүүхдийнхээ ёс зүйн хүмүүжил, төлөвшлийн өөрчлөлтийг тогтмол ажиглах, дүгнэх, хүүхэдтэйгээ харилцах, суралцах арга барилаа үнэлж, дүгнэхэд нь туслах, дэмжих
- Ёс зүйн боловсролоо дээшлүүлэх мэдээллийг багшаас тогтмол авах
- Жилийн үнэлгээг ямар шалгуураар, хэзээ, хэрхэн хийх талаарх мэдээллийг багшаас болон мэдээллийн самбараас олж мэдэх
- Багш, сургуулиас гаргасан бүтээл, судалгааны ажил, туршилтын ажил, бие даалтын сэдвийн жагсаалт, дүгнэх аргачлалтай танилцах, санаачилгаараа хүмүүнлэгийн үйл хийх
- Сургуулиас зохион байгуулах ёс зүйн боловсрол эзэмших сургалтад цаг тухай бүрд нь тогтмол хамрагдах
- Сургууль, багштай тэдний шаардлагаар бус, өөрийн хүслээр уулзаж, хүүхдийнхээ төлөө хамтран ажиллах
- Хүүхдийнхээ ёс зүйн боловсролын үнэлгээг үнэн, бодитой хийж, багш, ажилтан, сурагчдад ачаалал, дарамт учруулахгүйгээр тусалж дэмжих.

Өнөөгийн нийгмийн “Сурагчид ёс зүйн боловсролыг багаасаа гэр бүлдээ, мөн сургуульд суралцан эзэмших шаардлага”-ыг биелүүлэхэд “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөр чухал байр суурь эзэлнэ. Тус сургалтын хөтөлбөрийн агуулга нь бүхэлдээ “Монголын уламжлалт өв соёл”-д тулгуурласныг түүний зарчим, агуулгад дурдсан бөгөөд 1-12 дугаар ангийн агуулга нь сурагчдыг монгол арга ухаанаар хүмүүжүүлэх тасралтгүй үйл явцад хөтөлсөн байна.

Тус сургалтын хөтөлбөрийг амжилттай хэрэгжүүлэхэд сургууль, багш, сурагч, эцэг эхийн хамтын ажиллагаа онцгой чухал бөгөөд хамтын ажиллагааны эхний алхам нь сургалтын хөтөлбөрийг сургуулийн хамт олон, эцэг эхчүүд сайтар судлан ойлгох учиртай. Зарим залуу эцэг эхчүүд гадаад улс орны соёлыг судлахаас илүү дэлхий нийтэд илт үгүйлэгдэж, эрж хайж буй монголын уламжлалт үнэт өв соёлоосоо суралцах шаардлагатай байгаа юм. “Иргэний ёс зүйн боловсрол” сургалтын хөтөлбөрт эцэг эхчүүдийн оролцоог тодорхойлсон ч тэд хүүхдийнхээ эзэмшвэл зохих мэдлэг, чадварын талаар мэдэхгүй, дутуу дулимаг ойлголттой эсвэл зөв танин мэдээгүйн улмаас сурагчдын ёс зүйн боловсрол эзэмших үйл явцад бэрхшээл учирч болзошгүйг сургууль, багш нар сайтар анхаарч ажиллах шаардлагатай юм. Тус сургалтын хөтөлбөрийг зарим эцэг эхчүүд эхлээд ойлгохгүй байж болзошгүй ч тэд тодорхой хугацааны дараа ойлгох нь дамжиггүй.

Эцэг эхчүүд монгол уламжлалт өв соёлоо мэдэхгүй бол сургууль, багш нараас тэдний үр хүүхдүүдэд ёс зүйн боловсрол эзэмшүүлэхээр хичээж буй нөр их хөдөлмөр үр дүн муутай болно. Учир нь сургууль, багш нараас сурагчдад зөв, буруу нь ялган таниулж, зөвийг нь эзэмшүүлэхээр хичээн зүтгэж буй үйл явцад эцэг эх нь гэр бүлдээ хүүхэдтэйгээ буруу харилцаж, буруу үлгэр дуурайл үзүүлбэл бидний хамтын хөдөлмөр талаар болох юм. Жишээ нь: Зарим эцэг эх хүүхдээ эрхлүүлбэл, дураар нь зөнгөөр нь байлгавал хүүхдээ сайн хүн болгоно, хүмүүжнэ гэж боддог. Гэвч энэ нь хүүхдээ хүмүүжүүлэх буруу аргыг зөв гэж андуурч байгаа тохиолдол юм. Харин багш эцэг эхчүүдэд хүүхдэдээ ёс зүйн боловсрол олгох аргын зөв, буруу нь ялган таниулснаар хожим харамсахаар үр дүнд хүрэхээс урьдчилан сэргийлэх ач холбогдолтой.

ХАВСРАЛТ

Нэгдүгээр хавсралт

БАГА БОЛОВСРОЛЫН АГУУЛГА ДАХЬ ҮГИЙН ТАЙЛБАР	
Үг	Тайлбар
Аз жаргал	Зол завшаан хүртэх
Амин хувиа хичээх	Зөвхөн өөрийн хүсэл ашгийг бодох, ихэд хувиа бодох
Арга	Арга нь мөн чанарыг мэдсэн ухааныг залдаг ухааныг хэлнэ.
Асрахуй сэтгэл	Бусад амьтан амар амгаланг олоосой гэсэн сэтгэлийг асрахуй сэтгэл гэнэ.
Асуудал	Туурвиж шийдвэрлэвэл зохих үйл, ажил, хэрэг, зүйл
Буруу	Алдаатай хэрэг, гэм
Бэлгэдэл	Бэлгэдэх үйлийн нэр
Бэрхшээл	Ярвиг, будилаан, төвөгтэй
Гийчин	Зочин, айлчин, гаднаас ирсэн хүндэтгэвэл зохих хүн
Ёс	Юмны зайлшгүй зүй тогтоол, жам тавилан
Ёс суртахуун	Хэвшсэн тогтсон зан суртал
Зан үйл	Хүний аж амьдралтай уялдан хэвшиж тогтсон заншил, түүнтэй холбоотой элдэв үйл хөдлөл
Иргэн	Тухайн улсын байнгын хүн амын тоонд багтах бөгөөд үндсэн хуулиар олгосон бүх эрхийг эдлэх эрхтэй, үндсэн хуульд заасан бүх үүргийг биелүүлбэл зохих этгээд
Өв соёл	Үе улиран хадгалагдсан соёлын зүйл
Сав ертөнц	Амьгүй ертөнц
Сургаал	1. Ямар нэгэн үзэгдлийн тухай онолын цогц, номлол, 2. зааж захиж, сургамжлан хэлэх үг
Удам судар	Угсаа гарал, үүх түүх
Уламжлал	Залгамжлан авах, уламжлах зүйл, манай ард түмний эртний уламжлал
Уучлах	Өршөөх, хэлтрүүлэх, хөнгөтгөх
Ухагдахуун	Ухахад өртөх юм, мэдэгдэхүүн, хэрэг бодисын мөн чанарын ерөнхий онцлогийг тусгадаг сэтгэхүйн хэлбэр
Үнэ цэн	Юмны чухал хэрэгцээт чанар
Хүнлэг	Хүний амь нас, аз жаргал, зан заншлыг хүндэтгэх ёс горим бүхий, хүн чанартай
Шийдвэр	Үйл хэргийг гүйцэтгэх тухай тогтсон санаа
Шунах	Юмыг эзэмших, авахын тулд хэтэрхий дурших, хүсэх, санаа хэлбэрэх, эдэд шунах, өнгө мөнгөнд шунах
Шүүмжлэл	Аливаа зүйлд үнэлэлт өгөхийн тулд харилцан хэлэлцэх
Энэрэнгүй	Өрөвч зөөлөн сэтгэлтэй, уян зөөлөн, ухаалаг
Амьдрал тэгшрэх	Амьдрал сайжирч санаа зовох зүйлгүй болох
Билиг	Билиг нь юмны мөн чанарыг мэдэж буй ухааныг хэлнэ.
Боловсрол	Боловсрох үйлийн нэр, соёл боловсрол хорш.
Бэрхшээл	Ярвиг, будилаан, төвөгтэй, бэрхшээл учрах
Гэм	Ёс зүйгээс ангид хийсэн үйл явдал түүний хор нөлөө
Ёс журам	Хэвшсэн тогтсон заншил суртал, зүй журам, дэглэм, зарчим
Ёс заншил	Тогтсон хэв журам

Зочин	Гаднаас ирсэн хүндэтгэвэл зохих хүн
Зүй	1.аливаа юмны тогтоол жам ёс ба түүнд тавтайяа нийлэлцэх, зүй тогтоол, зүй зарчим, зүй ёс, зүй зохис, зүй бус ажил, 2. ямар нэгэн сургаал, онол
Итгэл үнэмшил	Найдвар, найдлага
Муушаал	Муушаан хэлсэн
Сэтгэл хөдлөл	Сэтгэл ихэд догдлох байдал
Сэтгэл шаналах	Санаа зовних
Хэм хэмжээ	а. Аливаа зүйлийн их багын хэр хэмжээ б. Тогтоосон норм, дэг ёс
Хэрүүл тэмцэл	Маргалдаан, үймээн шуугиан хямрал
Цээр	Цээрлэвэл зохих зүйл, хориг цээр хорш.
Чин сэтгэл	Хоёргүй үнэнч сэтгэл
Энэрэхүй сэтгэл	Бусад амьтан зовлон зүдгүүрээсээ хагацаасай гэсэн сэтгэлийг энэрэхүй сэтгэл гэнэ.

1. Я.Цэвэлийн толь, УБ 1966 он
2. Монгол хэлний зөв бичих дүрмийн журамласан толь, УБ, 2018 он
3. http://toli.query.mn/

Хоёрдугаар хавсралт
СУРГАЛТАД АШИГЛАХ НОМ ЗҮЙ

1. Амар, А. (1989). *Монголын товч түүх*, Улаанбаатар.
2. *Арван буяны номын цагаан түүх*. Өвөр Монгол Хэвлэлийн хороо 1981. 151 1981.
3. Гомбосүрэн, Ц. (2008). *Ёс зүй*.
4. Гүндэгмаа, Б. (2007). *Албан харилцааны ёс зүй*. Улаанбаатар.
5. Дао Дө Чин Жам, Зу Л. (2005). *Мөрийн тухай сургаал оршивой.* Монгол МУИС-ийн хэвлэх.
6. Дагвадорж, Д. (1966). *Ёс суртахууны дэвшил ба шашин*. Монгол УХГ.
7. Лувсанцэрэн, Г., Ариунаа, Э. (2007). *Буддын уламжлалт мэдлэг ухааны үндэс.* БСШУЯ. Улаанбаатар.
8. Жүгдэр, Ч. (1978). *З.Агваанбалдангийн гүн ухааны үзэл.*
9. Жүгдэр, Ч. (1984). *XY-XYIII зууны монголын нийгэм-улс төр, гүн ухааны сэтгэлгээний хөгжлийн тойм*.
10. Золзаяа, М. (2005). *Ёсзүй.*
11. Золзаяа, М. (2016). *XIII-XIV зууны монголчуудын ёс суртахууны үнэлэмжийн онцлог*. Улаанбаатар.
12. Гаадан, Х. (2000). *Мартуузай хэмээн өгүүлсэн элдэв зүйл.* Монгол Өнгөт хэвлэл.
13. Цэдэндамба, С. (2003). *Монгол улс дахь шашины нөхцөл байдал (XX - XXI зууны зааг үе).* Монгол Бит сервис ХХК.
14. Дагвадорж, Д. (1995). Монголын шашин суртахууны тайлбар толь. Монгол Өвөр. Монголын их сургуулийн хэвлэлийн хороо.
15. Олин Оедековен, О. Алзахгүй, В. (2014). *Манлайллын ёс зүй.*
16. Монголын философийн түүх. I, II, III, IV дэвтэр.
17. Эү Бай Чүн. (1991. 416 1991). *Монгол хаант улсын товч түүх*. Өвөр Монгол Хэвлэлийн хороо.
18. Ноён хутагт Данзанравжаа, Лхагвасүрэн, Г. (2003. 257 2003). Монгол Бит сервис ХХК.
19. Нарангэрэл, С. (2010). *Монголчуудын ёс суртахууны гарвал.*
20. Пүрэв, О. Бямбажав, Х. (2007). *Монголын уламжлалт ёс зүйн үндэс.* БСШУЯ. Улаанбаатар.
21. Гуревич, П.С. (2004. 111 2004). *Соёл судлал: Сурах бичиг-2 дэвтэр.* Монгол Адмон.
22. Тунгалаг, Д. (2002). *Ёс зүй.*
23. Тунгалаг, Д. (2012). *Мэргэжлийн болон хэрэглээний ёс зүй.*
24. Тунгалаг, Д. (2015). *Ёс зүйн зангилаа асуудлууд.*
25. Тэрбиш, Л. (1998). *Буддын мэдлэг ухаан монгол ахуйд идээшсэн нь, “Төр, сүм хийдийн харилцаа: орчин үе” сэдэвт онол-практикийн бага хурал.*
26. Чоймаа, Ш. Янжинсүрэн, С. (2007). *Сэтгэлийг ариусгахуй.* БСШУЯ. Улаанбаатар.
27. Дорждагва, Т., Дагзма, Б., Ундрах, Д., Энхтунгалаг, Т., Янжинсүрэн, С., Мөнхбат, О. (2004). *Философи, социологи, шашин судлал, улс төр судлал, сэтгэл судлалын мэргэжлийн оюутны гарын авлага* Монгол МУИС-ийн хэвлэх