



Монгол хэлний
жишиг сурах бичиг

몽골어 표준교재 B1

김기선 · Dorj Ulziibat

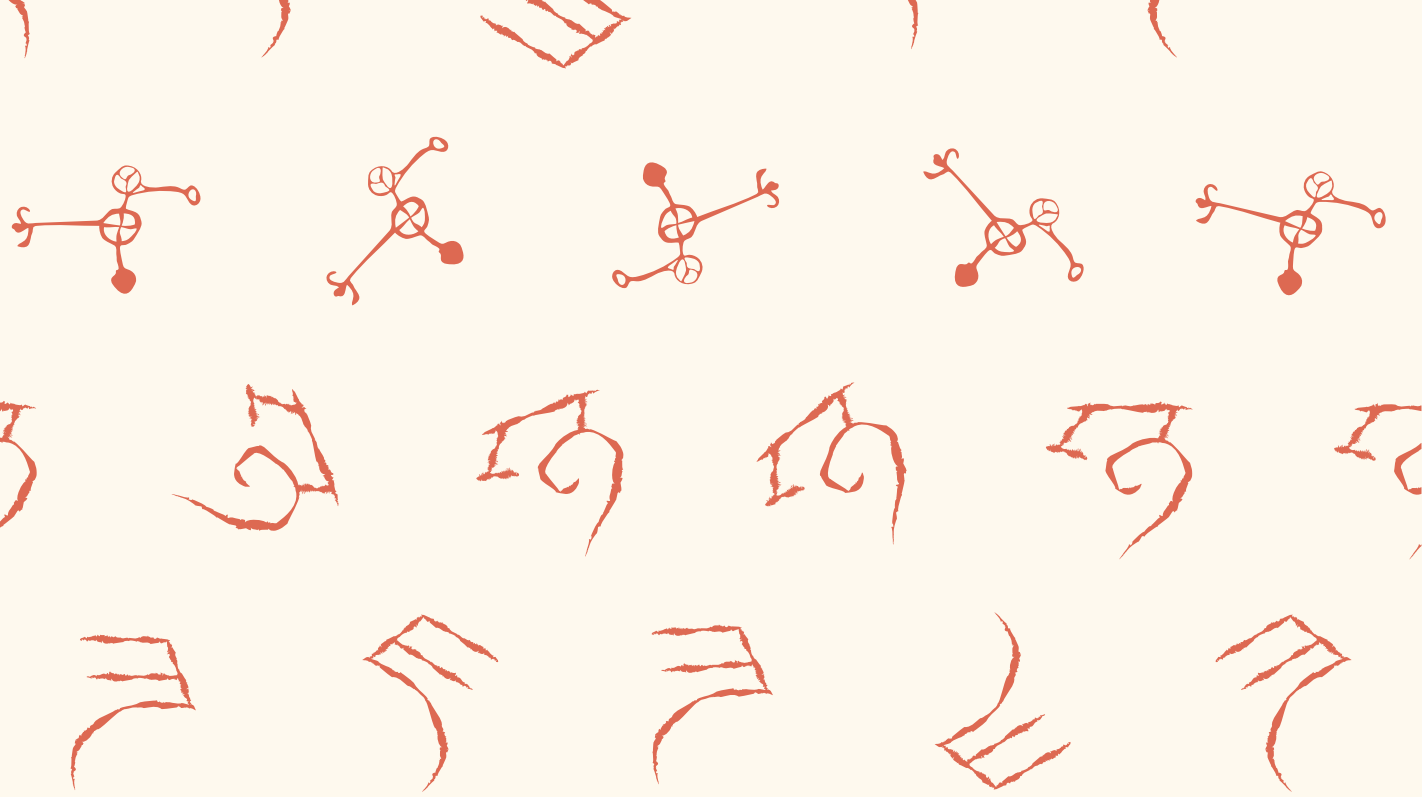
Чихний чимэг болсон аялцуу сайхан монгол хэл

Чин зоригт өвлөг дээдсийн минь өв их эрдэнэ



한국외국어대학교
HANKUK UNIVERSITY OF FOREIGN STUDIES

CFL 특수외국어교육진흥사업



Хичээл

1

Эдийн засаг – Бидний амьдралд

생활 속의 경제

학습목표

- 다양한 결제 방식에 대해 설명할 수 있다.
- 자신의 소비 습관에 대해 이야기할 수 있다

도입 질문

1. 몽골에서는 주로 어떤 방식으로 결제합니까?
2. 평소에 내가 자주 사용하는 소비 유형은 어떤 것입니까?



어휘 및 표현

амьдралд нэвтрэх
амьдралын баталгаагаа хангах
арга хэлбэр
ая тухтай байдал
боловсронгуй болох
бэлэн мөнгө
давуу тал
Заналхийлэх
Зарцуулах
мэдээлэл технологийн хөгжил
нүүр таних систем
Ойлголт
өөрийн бизнесийг эхлүүлэх
санхүүгийн мэдлэг боловсрол
санхүүгийн шийдвэр
спэм мессеж
сэрэмжтэй байх
Татгалзах
төлбөр тооцоо
Төлөвлөлт
Удирдлага
үнэт эдлэл
үр өгөөж хүртэх
үрэлгэн зардал
фишинг халдлага
хөгжингүй орон
хувийнмэдээллийнаюулгүй байдал
хувийн санхүү
Хэрэглэгч
цахим халдлага
шийдэл
эдийн засаг



Төлбөр тооцоо

Мэдээлэл технологийн хөгжлийг дагаад төлбөр тооцооны арга хэлбэрүүд улам боловсронгуй болж байна. хэрэглэгчдийн ая тухыг хангахад чиглэсэн интернэтэд суурилсан, ухаалаг төлбөр тооцооны төрөл бүрийн шийдэл нэгэнт бидний амьдралд өргөнөөр нэвтэрчээ.

Хэдхэн жилийн өмнө хүмүүс түрийвчиндээ зайлшгүй бэлэн мөнгөтэй явж түүгээрээ төлбөр тооцоо хийдэг байсан бол сүүлийн үед бэлэн мөнгөний хэрэглээ багасаж түүний оронд карт, гар утсаараа төлбөр тооцоо хийх явдал их болжээ. Мөн хөгжингүй орнуудад нүүр таних системд суурилсан шинэ үйлчилгээнүүд ч нэвтэрч байна. Тиймээс хэдхэн жилийн дараа бидний амьдралд бэлэн мөнгө авч явах гэсэн ойлголт үгүй болох биз ээ.

Технологийн хөгжил нь нэг талаар бид бүхний амьдралд олон давуу тал, ая тухтай байдлыг бий болгож байгаа хэдий ч нөгөө талаар, цахим халдлага, хувийн мэдээллийн аюулгүй байдалд заналхийлэх зэрэг сөрөг зүйлийг ч бий болгож байна. Тиймээс спэм мессеж, фишинг халдлагаас байнга сэрэмжтэй байж цахим орчны аюулгүй байдалдаа үргэлж анхаарал хандуулж байх хэрэгтэй.

Хувийн санхүү – төлөвлөлт, удирдлага

Хүн бүрд хүсэл мөрөөдөл бий. Хүсэл мөрөөдөлгүй хүн далавчгүй шувуутай адил. Хувь хүний санхүү төлөвлөлт гэдэг нь өөрийн санхүүд зөв зүйтэй зохицуулалтуудыг хийж өмнөө тавьсан амьдралын зорилгууддаа хүрэхийг хэлнэ. Таны амьдралын зорилго, хүсэл мөрөөдөлд орон сууцтай болох, шинэ машин авах, хүүхдээ гадаадад сургуульд сургах, үнэт эдлэл авах, дэлхийг тойрон аялах, сурч боловсрох, өөрийн бизнесийг эхлүүлэх гэх мэт олон зүйлс байж болно. Энэ бүх хүсэл мөрөөдөл, зорилгуудаа биелүүлэхэд мөнгө ямар нэг хэмжээгээр заавал



оролцдог учир хувийн санхүүгийн төлөвлөгөөгүйгээр биелүүлнэ гэдэг бараг л боломжгүй.

Хувь хүн өөрийн санхүүгээ зөв төлөвлөж, амьдралынхаа баталгаагаар хангаж чадвал улс орны эдийн засаг ч дагаад тогтвортой байх нөхцөл бүрдэнэ. Тэгэхээр санхүүгийн, тэр дундаа, хувь хүний санхүүгийн мэдлэг боловсрол, түүнийгээ оновчтой, үр ашигтай зарцуулах талаар тооцоо, төлөвлөгөөтэй байх ёстой.

Иймээс өнөөдрийн гаргах санхүүгийн шийдвэрийг зөв тооцож, тодорхойлж гаргахгүй бол үр ашиггүй, ач холбогдолгүй, буруу шийдвэр гаргаж болзошгүй. Өөрөөр хэлбэл, үр өгөөж хүртэхгүй, үрэлгэн зардал гаргаснаар ирээдүйд олж болох ашгаасаа татгалзаж байна гэсэн үг юм.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод тухайн агуулгатай ижил бол О, өөр бол Х-ээр тэмдэглэнэ үү.

- А Картаа уншуулсаар байтал дансанд байсан мөнгө нэлээн дундарчихсан байна шүү.
- Б Бэлэн мөнгөөр тооцоогоо хийж байгаач! Картаар тооцоо хийгээд байхлаар заримдаа хэр зэрэг мөнгө үрснээ мэдэхээ байчихдаг үе гардаг юм. Би бол дандаа бэлэн мөнгөөр л тооцоогоо хийдэг.
- А Тэгдэг ч юм билүү? Тэгвэл арай бага зардал гарах болов уу?
- Б Бага гаралгүй яах вэ? Хамгийн наад зах нь төлөвлөөгүй байсан юмандаа мөнгө үрэхээ больдог юм шиг байна лээ.

- ① Энэ эрэгтэй картаар тооцоо хийснээс болоод хувийн санхүүгийнх нь удирдлага алдагдсан. ()
- ② Энэ эмэгтэй их хэмжээгээр юм авахдаа картаар тооцоо хийхийг санал болгож байна. ()
- ③ Энэ эмэгтэй картаар тооцоо хийснээс илүү бэлэн мөнгөөр тооцоо хийвэл мөнгөө хэмнэж чадна гэж бодож байна. ()



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эр Хөөх, хараагүй нөтбүк барьчихсан байх чинь. Шинээр авсан юм уу?
- Эм Тэгсэн юм. Гэхдээ жаахан үнэтэй юм аа. 6 сарын лизингээр авчихлаа.
- Эр Аан. Лизингээр авахаар нэг дор бөөн мөнгө төлөхгүй зүгээр л байдаг юм. Гэхдээ хүү нь их гарах байх даа.
- Эм Харин тийм ээ. Гэхдээ одоо яах вэ? Яаралтай хэрэг болоод зээл тавиад авчихлаа.
- Эр За яахав. Өр биш зээл юм даа. Өр ч юм уу?

- ① Энэ эрэгтэй өр тавиад нөтбүк авчихсан.
- ② Энэ эрэгтэй зээлээр нөтбүк авсан.
- ③ Энэ эмэгтэй юм авахдаа нэг дор мөнгөө төлөөд авахыг санал болгож байна.
- ④ Энэ эмэгтэй өөрийнхөө нөтбүкийг зургаан сараар зээлж өгсөн.



3 Дараах зүйлийг сонсоод агуулгатай ижил хувилбарыг сонгоно уу.

Эрэгтэй: Сүүлийн үеийн хүүхдүүд ээж аавынхаа хэдэн төгрөг олдог, юу юунд зарцуулдгийг бүгдийг нь мэддэг гэнэ. Аав ээж нь хэлж өгдөг юм шиг байгаа юм.

Эмэгтэй: Би урьд нь бас тэгэх хэрэг байна уу гэж боддог байсан. Харин хүүхдүүдээ тэгж хэлж өгөх нь зөв юм шиг байгаа юм. Аав ээжийнхээ ямар ажил хийгээд яаж мөнгө төгрөг олдог, юу юунд хэрхэн зарцуулдгийг мэдэж байвал хүүхдүүд нь ч гэсэн мөнгө төгрөгт хямгатай болдог байх гэж боддог болсон.

- ① Хүүхдүүд мөнгө хямгадах гэдгийг мэдэхгүй зарцуулдаг.
- ② Эдийн засаг хүнд үед арвилан хэмнэх хэрэгтэй.
- ③ Гэр бүлийн хүрээнд ч гэсэн эдийн засгийн боловсрол хэрэгтэй.
- ④ Мөнгөө яаж зарцуулахаа хүүхдүүдээ хэлэх хэрэггүй.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Та өөрийгөө хэр санхүүгийн сахилга баттай гэж боддог вэ? Орлого тань зарлагаасаа илүү гардаг уу? Өөрийн гэсэн хуримтлалыг бий болгож чадсан уу? Хувийн санхүүгээ хөтлөх 50/20/30 дүрэм гэж байдаг. Энэ дүрэм их энгийн бөгөөд эдгээр тоо таныг мөнгөө хэрхэн зарцуулахыг зааж өгдөг. Та нийт орлогынхоо тавин хувийг зайлшгүй зардал болох хоол хүнс, байрны мөнгөнд зарцуулах хэрэгтэй. Харин хорин хувийг хадгалж, үлдсэн гучин хувиар юу хүссэнээ хийж болно. Товчхондоо 50% хэрэгцээ, 30% хүсэл, 20% хадгаламж юм. Энэ арга нь санхүүгийн сахилга баттай болохыг хичээж буй анхлан суралцагчдад нэн тохиромжтой. Хэрэгцээ болон хүслийг орхигдуулалгүйгээр боломжийн хадгаламж үүсгэх боломжтой байдаг. Гэхдээ шууд хувиар заагладаг болохоор зарим хүний орлогын хэмжээ, гаргах ёстой зарлагаас шалтгаалан тохирохгүй байх магадлалтай. Тиймээс та орлого зарлагаа тооцоолон дээрх аргыг өөрт тохирох хувиар өөрчлөн гаргаж ч болно.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Гэхдээ өөрийнхөө хэрэгцээ шаардлагад зохицуулан энэ харьцааг өөрчилж болно.
- ② Өөрийнхөө орлогын хорин хувийг хадгалж, үлдсэн гучин хувиар юу хүссэнээ хийж болно.
- ③ Хувийн санхүүгээ хөтлөх 50/20/30 дүрэм гэж байдаг.
- ④ Бүх орлогынхоо тэн хагасыг амьжиргаандаа зориулна.
- ⑤ Энэ арга нь санхүүгийн мэдлэгт анхлан суралцаж байгаа хүмүүст зориулсан байдаг.

Хариулт: (3) → () → () → () → ()

2 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Орлогынхоо 50 хувийг хадгаламждаа хийх нь боломжийн хадгаламж үүсгэх боломжтой болгодог.
- ② Хувийн санхүүгээ хөтлөх дүрмийг хатуу чанга дагаж мөрдөх хэрэгтэй.
- ③ Хувийн санхүүгээ үр ашигтай хөтлөхөд зориулсан дүрэм гэж байдаг.
- ④ Хэрвээ хэрэгцээтэй зүйл авах шаардлагатай бол хадгаламжийн мөнгөөрөө авахаар өөрчилж болно.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

АТМ-г ашиглахад дараах зүйлсийг анхаарна уу. Үүнд:

- Картын пин кодоо 3 удаа буруу оруулах, хугацаа дууссан эсвэл идэвхгүй картаар гүйлгээ хийх боломжгүй бөгөөд оролдлого хийсэн тохиолдолд аюулгүй байдлын үүднээс АТМ картыг хураана.
- Гүйлгээ хийх явцад карт эзэмшигчийн зүгээс үйлдэл хийлгүй 10 секунд өнгөрөхөд АТМ картыг хураана. АТМ-с нэг удаа авах боломжит бэлэн мөнгөний доод хэмжээ 1000₮, дээд хэмжээ нь 800,000₮ байна.
- АТМ-с авах мөнгөн дүнг оруулахдаа 1000-д хуваагдах бүхэл дүн оруулах шаардлагатай.
- Гүйлгээ хийсний дараа карт болон мөнгөө авахаа мартуузай.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

전 세계에서 ‘현금없는 사회’로 빠르게 진입한 나라는 스웨덴, 영국, 뉴질랜드다. 이들은 2000년대 이후 신용카드, 모바일 결제의 이용 활성화로 현금사용이 감소하면서 현금없는 사회로 빠르게 들어섰다. 보통 ‘현금없는 사회’는 ‘동전 및 지폐를 사용하지 않고 신용카드 등 비현금 지급수단 약 90% 수준으로 사용하는 사회’를 지칭한다.



1 Та ямар ямар зардал гаргаж байсан бэ? Найзтайгаа хамт харилцан зохиогоорой.

- 1 Минсү өөрийнхөө гаргаж байсан зарлагын тухай ярьж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Стрессээ тайлахын тулд мөнгө зарлагдах үе байдаг уу?	- Үнэтэй зочид буудлын ресторан - Амттай бялуу
Өөрийнхөө зарлагдаа хамгийн сэтгэл хангалуун байсан үе хэзээ вэ?	- Их сургуульд ороод шинэ нөтбүк авсан үед
Хэзээ хамгийн их зарлага гаргаж үзсэн бэ?	- Монголоор аялсан үүргэвчтэй аялал
Төлөвлөгөөгүй зарлага тань юу байсан бэ?	- Өвлийн куртка
Ямар үед мөнгө үрсэндээ харамсдаг вэ?	- Автобус зогсчоод гэр лүүгээ таксидхад

Туяа	Болд оо! Чамд мөнгө төгрөг зарлагдаад санаанаас чинь гардаггүй тийм үе байдаг уу?
Минсү	Тиймээ. Байдаг. Жишээлбэл, бинэгудаа маших стресстээд их үнэтэй зочид буудал дороод амттай хоол авч идсэнээ санаж байна. Би ер стресст орохлоороо амттай юм иддэг юм. Амттай бялуу ч юм уу...
Туяа	Тэгвэл өөрийнхөө зарлагад хамгийн сэтгэл хангалуун байсан үе чинь хэзээ вэ?
Минсү	Их сургуульд ороод шинэхэн оюутан болчихоод нөтбүк авч байсан. Миний хувьд жаахан үнэтэй байсан ч гэсэн оюутан хүний хамгийн хэрэгцээтэй зүйл гэж бодоод авсан юм. Үнэхээр сэтгэл хангалуун байсан шүү.
Туяа	Тэгвэл хамгийн их зарлага гаргасан үе чинь?
Минсү	Би монголд ирснийхээ дараа зуны амралтаар монгол орны олон газраар аялж үзсэн. Хэдийгээр үүргэвчтэй аялал байсан ч гэсэн харьцангуй их зардал гарсан шиг санагдаж байна.

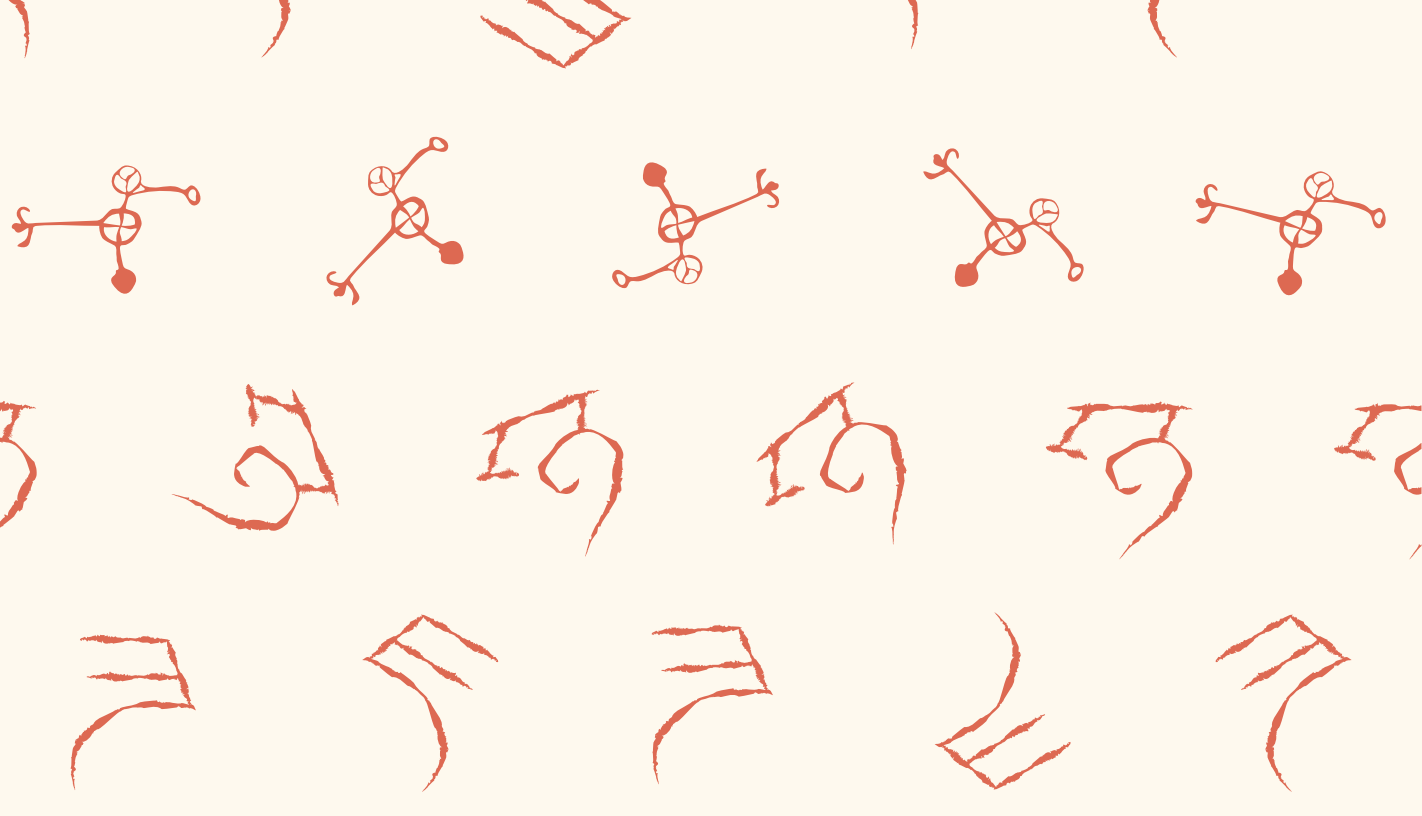


- Туяа Хааяа хүмүүст төлөвлөөгүй зардал гарах үе байдаг. Чиний хувьд юу вэ?
- Минсү Би монголд ирээд энд ийм их хүйтэн гэж төсөөлөө ч үгүй. Маш их даарсан. Миний солонгосоос авчирсан өвлийн хувцаснууд нимгэн байсан болохоор монголоос зузаан өвлийн куртка авсан. Тэр үед бол миний хувьд яах ч арга байгаагүй.
- Туяа Чи ямар үед мөнгөө дэмий үрсэндээ харамсдаг вэ?
- Минсү Хааяа найзуудтайгаа гадуур сууж байгаад оройтоод гэр лүүгээ таксигаар явах үед. Уг нь автобусанд суувал хямдхан шүү дээ. Оройтоод автобус зогсчихоор таксидхаас өөр арга байдаггүй. Тэр үедээ жаахан харамсдаг.

2 Доорх хүснэгтэд өөрийнхөө зарлагыг бичнэ үү.

< Миний зарлага >	
Стрессээ тайлахын тулд мөнгө зарлагдах үе байдаг уу?	-
Өөрийнхөө зарлагдаа хамгийн сэтгэл хангалуун байсан үе хэзээ вэ?	-
Хэзээ хамгийн их зарлага гаргаж үзсэн бэ?	-
Төлөвлөгөөгүй зарлага тань юу байсан бэ?	-
Ямар үед мөнгө үрсэндээ харамсдаг вэ?	-

3 Дээрх хүснэгтэд тэмдэглэсэн зүйлдээ тулгуурлан харилцан яриа зохионо уу.



Хичээл **2**

Орон байр, Нүүдэл Иса

Хүснүмүр

- Ийм хайгуулах үйлдлийг үргэлжлүүлнэ.
- Хятад болон Монголын иймд үйлдлийг үргэлжлүүлнэ.

Оршил асуулга

1. Хятад улсад иймд үйлдлийг үргэлжлүүлнэ?
2. Иймд үйлдлийг үргэлжлүүлнэ?

Хүснүмүр

үл хөдлөх хөрөнгө	부동산
зах зээл	시장
тэр утгаараа	그러한 의미에서
түрээслэх	임대하다
шинэ хороолол	신규 단지
нийлүүлэлт нэмэгдэх	공급이 늘어나다
үл хөдлөх зуучлалын компаниа	부동산 사무소
болзошгүй эрсдэл	피할 수 없는 위기
хэрэглэгч	이용자
түрээслийн гэрээ	임대 계약
наториатаар батлуулах	공증으로 확정하다
цогцоор нь шийдэж өгөх	종합적으로 처리하다
нүүлгэлтийн үйлчилгээ	이사 서비스
найдвартай	친절한
түргэн шуурхай	신속한
чанартай	좋은 품질의
гэр орон	집
албан тасалгаа	사무실
сав, баглаа боодол	포장
нэмэлт үйлчилгээ	추가 서비스
хадгалалтын үйлчилгээ	보관 서비스
ололтод туулгуурлах	성과에 기반하다
бүртгэлийн систем	등록 시스템
байршил тогтоох үйлчилгээ	위치 추적 서비스
таашаалыг хүлээх	만족을 얻다

**Орон байр, түрээс**

Улаанбаатар хотын үл хөдлөх хөрөнгийн зах зээл харьцангуй томорч, тэр утгаараа орон байр худалдан авах, түрээслэхэд сонголт өргөнтэй болсон гэж хэлж болно. Сүүлийн 10 гаруй жилийн дотор Улаанбаатар хотод орон сууцны шинэ хороолол ихээр баригдаж нийлүүлэлт нэмэгдсэн байна. Энэ нэг талаараа сайн зүйл хэдий ч үнийн хувьд өмнөх үетэй харьцуулахад нилээд өссөн байна. Тийм болохоор орон сууц түрээслэж суухдаа аль болох үл хөдлөх зуучлалын компаниар дамжуулах авах нь болзошгүй эрсдлээс хамгаалах бодохыг анхаарах хэрэгтэй. Үл хөдлөх зуучлалын компаниуд хэрэглэгчийн хүссэн байршилд, хүссэн хэмжээний байр орон сууцыг олж өгч, түрээслийн гэрээ байгуулахаас эхлээд наториатаар батлуулах хүртэлх бүхий л үйлчилгээг цогцоор нь шийдэж өгч байгаа нь нэг бодлын ая тухтай, амар хялбар болсон байна.

Нүүлгэлтийн үйлчилгээ

Урьд өмнөх үетэй харьцуулахад Монголд нүүлгэлтийн үйлчилгээ найдвартай, түргэн шуурхай, чанартай болсон нь харагдаж байна. Энэхүү үйлчилгээ нь зөвхөн гэр орон, албан тасалгаа нүүлгэх бус хэрэглэгчдийн хүссэн бүхий л барааг сав, баглаа боодол хийн хүссэн газарт нь хүргэж өгдөг болжээ. Мөн нэмэлт үйлчилгээнд нь зөвхөн нүүлгэн шилжүүлж зөөх бус бас хадгалалтын үйлчилгээ ч цогц байдлаар шийдэж өгсөн нь үнэхээр сайшаагууштай ажил болжээ. Мөн сүүлийн үеийн технологийн ололтод туулгуурлан баркод бүртгэлийн систем, байршил тогтоох үйлчилгээ зэргийг ухаалаг гар утастай холбож өгсөн нь хэрэглэгчдийн таашаалыг хүлээдэг байна. Одоо бид монголд байхдаа гэр орноо нүүлгэхдээ ямарваа нэгэн байдлаар санаа зовох зүйлгүйгээр нүүлгэлтийн үйлчилгээ үзүүлдэг компаниудад даатгаж болохоор болсон байна.

**1. ~тай3 харьцуулахад**

이 표현은 명사 뒤에 연결하여 어떤 대상이나 행위를 비교하는 의미를 나타낸다. 즉, 선행하는 단어와 비교했을 때 결과적으로 “달라졌다”는 의미를 표현한다. 한국어 표현 중 “~와 비교하면” 등과 유사한 의미를 나타낸다.

Үнэтэй нь харьцуулахад чанар сайтай юм байна.

Урьд өмнөх үетэй их өөрчлөгдсөн байна.

Өмнөх оны мөн үетэй харьцуулахад хоёр хувь өссөн байна.

- | | |
|---|---|
| А | Чи ч монголоор тун мундаг ярих юм аа. |
| Б | Чиний ярьж байгаатай харьцуулахад миний монгол хэл ч ичмээр шүү. |
| А | Улаанбаатар хот урьд өмнөхөөсөө их өөрчлөгдсөн байна уу? |
| Б | Тийм ээ. Урьд өмнөхтэй харьцуулах аргагүйгээр их өөрчлөгдсөн байна. |

2. ~ууштай²

이 복합형태소는 문장 내에서 관형형어미로 쓰이며 이 형태소를 취한 동사가 나타내내는 행위나 상태가 얼마나 가치가 있는지를 나타내 준다. 한국어로 ‘~만한, (으)ㄴ 직스럽다’ 등과 유사한 의미를 나타낸다.

Бүх үйлчилгээг цогцоор нь шийдэж өгсөн нь туйлын сайшаагууштай зүйл болжээ.

Энэ асуудлыг цаашид анхаарууштай гэж бодож байна.

Энэ ном тун уншууштай сайхан ном болжээ.

- | | |
|---|---|
| А | Түүний хэлсэн саналын талаар та юу гэж бодож байна. |
| Б | Тэр саналын би цаашид анхаарууштай, үнэтэй санал гэж бодож байна. |
| А | Өнөөдрийн тавьсан илтгэлийн гол ач холбогдол нь юу вэ? |
| Б | Өнөөдрийн илтгэлд олон талын санаа авууштай зүйл их тусгагдсан байна. |

3. ч (байсан) хамааг й

‘хэн, юу, хэзээ, хаана, аль, ямар’ 등의 의문대명사 또는 명사 뒤에 쓰여 “누구든 상관없다”, ‘무엇이든 상관없다’, ‘어느 때든 상관없다’ 등과 같이 복합형태소로 사용되며, 어떠한 행위의 결과와 관계없다는 의미를 나타낸다.

‘хэн ч (байсан) хамаагүй, юу ч хамаагүй, хэзээ ч хамаагүй...’ 등의 복합어구로 사용되어 해당 행위의 결과와 관계가 없음을 나타낸다.

Гэдэс өлсөөд юу ч байсан хамаагүй идчихмээр л байна шүү.

Хэнд ч хамаагүй хаалгаа битгий онгойлгож өгөөрэй.

Ямар ч хамаагүй ийм асуудлыг гаргаж тавьж болохгүй.

- A Ямар байранд орох гэж бодож байна дээ?
- B Сургуультай л ойрхон бол ямар ч байсан хамаагүй орох бодолтой байна.
- A Би тантай хэзээ очиж уулзах вэ?
- B Хэзээ ч хамаагүй. Өөрийнхөө завтай цагтаа л ирээрэй.

듣기 연습



- 1 Дараах харилцан яриаг сонсоод тухайн агуулгатай ижил бол О, өөр бол Х-ээр тэмдэглэнэ үү.

- A Одоо амьдарч байгаа байрны гэрээ дуусах өөр газар луу нүүх ёстой юм сан. Хаашаа нүүдэг юм билээ, байз? Нийтийн байр ямар бол?
- B Нийтийн байрнаас илүү ганц өрөө байр нь дээр байлгүй дээ. Сургуулийн ойролцоо ганц өрөө байр хайгаад үз л дээ.

1

- ① Ганц өрөө байрнаас нийтийн байранд амьдрах нь илүү дээр. ()
- ② Удахгүй одоо амьдарч байгаа байрны гэрээ дуусна. ()

- A Өнөөдөр байрныхаа гэрээг хийхээр явна. Төлбөрөө гурав гурван сараар бөөнд нь авна гэсэн. Бас нэг сарын барьцаа урьдчилан төлөх ёстой гэсэн. Өнөөдөр бүгдийг нь төлөх ёстой юм болов уу?
- B Үгүй ээ. Өнөөдөр зүгээр гэрээнийхээ мөнгийг л төлөхөд болно. Байрныхаа төлбөрийг бол дараа нүүж орохдоо өгч болно.
- A Би монголоор гэрээ энэ тэр хийж сайн мэдэхгүй болохоор чи надтай цуг яваад өгч чадах уу?

2

- ① Монголд шинэ байранд орохын өмнө нэг жилийн байрьцааг урьдчилан төлөх ёстой. ()
- ② А Б-гээс () гэрээнийхээ мөнгөө зээлэх гэж байна. ()



- A Би түрээсийн байр хайж байгаа юм. Тэгсэн чинь дандаа хоёр, гурван өрөө байр л байх юм. Нэг өрөө байр ерөөсөө байхгүй юм байх даа.
- Б Оюутан хүнд хоёр, гурван өрөө байр чинь үнэтэй шүү дээ. Би нэг асуугаад үзье. Байршил нь хаана байвал зүгээр вэ?
- A Хаа ч байсан хамаагүй ээ. Хямдхан ганц өрөө байр байвал л болох нь тэр.

3

- ① А аль болох сургуулийнхаа ойролцоо байдаг байрыг хайж байна. ()
- ② Сүүлийн үед нэг өрөө байр хайх амархан боллоо. ()

Та бүхэн шинэ байранд орсныхоо дараа айл хөршийнхөнтэйгөө мэнд усаа мэдэлцэж уулзаж байсан уу? Танай хажуу айлд ямар ямар хүмүүс амьдардаг болохыг мэдэх үү? Монголчууд шинэ байранд орж нүүдэл суудал хийж тохижсоны дараа хажуу айл, зэргэлдээ хашааныхаа хөршүүдтэйгээ мэнд усаа мэдэлцэж цай уулган танилцдаг байсан байна. Ийнхүү бие биетэйгээ ойртон танилцаж, өөр хоорондоо туслан, эв найртай амьдардаг байсан тул “Айл хүний амь нэг” гэсэн үг ч гарсан байна. Харин сүүлийн хүмүүс, ялангуяа хот орон газар нийтийн орон сууцанд төвлөрөн суух болсноор Зэргэлдээх хаалганы хөршийнхөө нэрийг ч мэдэхгүй амьдрах болж энэ сайхан уламжлал бага багаар алдагдах болсон байна.

- ① Монголчууд шинэ байранд орохдоо хөршүүдийгөө хонины махаар дайлна.
- ② Монголчууд хөршүүдтэйгээ мэнд усаа мэдэлцэж бие биетэйгээ ойртон танилцах уламжлалтай.
- ③ Сүүлийн үед Монголчууд монгол гэрт амьдрахыг илүү дуртай боллоо.
- ④ Монголд шинэ байранд орсон хүмүүст цайгаар бэлэглэдэг.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Би монголд хэлний бэлтгэл ангид сурахаар ирсэн. Миний монгол дахь амьдрал үргэлж хөгжилтэй, адал явдлаар дүүрэн байдаг. Хэд хоногийн өмнө манай монгол найз шинэ байранд орсон гээд гэртээ ирж цай уухыг урив. Би найзындаа очихдоо дэлгүүрээс нэг боодол ариун цэврийн цаас авч очтол бүгд намайг гайхсан харцаар харж байлаа. Над шиг ариун цэврийн барьсан хүн байхгүй байв. Бүгд л гартаа цэцэг, шоколад, дарс барьсан байлаа.

Манай солонгост хэн нэгэн шинэ байранд ороод найз нарыгаа урихад ариун цэврийн цаас авч очдог. Учир нь ариун цэврийн цаас бэлэглэвэл тухайн айлын ажил үйл нь байнга бүтэмжтэй байж, аз жаргалтай сайн сайхан амьдрахыг бэлгэддэг учиртай.

Тэгэхэд би улс болгоны соёл, уламжлал, амьдрал хэв маяг өөр өөр байдгийг дахин мэдэрсэн юм. Цаашид би монголд байх хугацаандаа улам ихийг мэдэж, монголчуудын соёл, сэтгэхүйн талаар сурч судлах болно.

- ① Яагаад бүгд намайг гайхсан харцаар харж байсан бэ?
- ② Солонгост шинэ байранд орсон хүмүүст юуг авч очдог вэ?
- ③ Яагаад Солонгосчууд ариун цэврийн цаас бэлэглэх болсон бэ?



2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Манай “Могоул Экспрес” ХХК нь хэрэглэгч таны айл гэр, албан тасалгаа, ачаа барааг тань хурдан шуурхай, найдвартай, тав тухтай нүүлгэх үйлчилгээг үзүүлж байна. Манай компани нь бусад үйлчилгээний байгууллагатай харьцуулахад олон жилийн дадлага туршлага, ноу-хау, нийгмийн хариуцлагтаа тулгуурлан улам чанартай, улам итгэлтэй үйлчилгээг та бүхэнд хүргэнэ гэдгээ амлаж байна.

Анх удаа нүүж байгаа айл; эд хогшил ихтэй, хүнд нүсэр тавилгатай айл одоо юунд ч санаа зоволтгүй нүүх суух ажлаа манай компанид даатгаж болно.

Бас бичиг цаас ихтэй, алба тасалгааны тавилга олонтой хүмүүс бидэнд л хандаарай. Бид таны бизнесийн амжилтанд тань тусалж найдвартай, түргэн шуурхай нүүлгэж, тохижуулж өгөх болно.

Манай бүх үйлчилгээ даатгалын компаниар даатгагдсан болно.

Та бүхэн бидэнтэй манай хэрэглэгчтэй харьцах төвийн 8808-0088 утсаар холбогдоорой.

- ① Энэ юуны тухай зар сурталчилгаа вэ?

- ② Энэ компани ямар ажил үйлчилгээ эрхэлдэг вэ?

- ③ Хэрвээ энэ компани алдаа гаргавал асуудлыг яаж шийдвэрлэх вэ?

- ④ Энэ компаниар үйлчлүүлэхийг хүсвэл хаана хандах хэрэгтэй вэ?



боодол	묶음
ХХК(Хязгаарлагдмал Хариуцлагатай Компани)	유한책임회사
тулгуурлах	기반하다
эд хогшил	물건, 기물
тохижуулах	설비하다, 비치하다
даатгагдах	보험에 가입되다
чемодан	여행가방, 트렁크



1 Доор зарлалыг уншаад хоосон зайг нөхөж бичнэ үү.

< 2 өрөө байр түрээслэнэ >

- Хотын төвд (МУИС-ийн II байрны ард)
- Сарын түрээс 1 сая төгрөг(3 сар + 1 сар)
- Өвөлдөө маш дулаахан
- СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн

< 1 өрөө байр түрээслэнэ >

- III хороололд 1 өрөө байр түрээслэнэ.
- Төлбөрийг сар сараар нь авна. (700 мянга)
- Автобусны буудалтай ойрхон.
- Бүрэн тавилгатай

<Минсү> Манай гэрийн яг хажууд _____ байдаг болохоор хичээл сургуульдаа явахад амар байдаг. Төлбөрөө _____ төлдөг. _____ болохоор их цэвэрхэн. Хамгийн чухал нь өвөлдөө _____ болохоор тун тухтай сайхан.

<Туяа> Манай гэр сургуулиас жаахан хол _____ байдаг боловч харьцангуй хямдхан. Гэхдээ _____ ойрхон. Төлбөр нь сарын _____ бөгөөд _____ төлдөг. Бас _____ болохоор би чемодантай хувцсаа бариад л орчихсон.

2 Дээр нөхөж бичсэн зүйлээ доорх хүснэгтэнд бүрэн эхээр нь бичнэ үү.



3 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Монголчууд шинэ байранд орж нүүдэл суудал хийж тохижсоны дараа хажуу айл, зэргэлдээ хашааныхаа хөршүүдтэйгээ мэнд усаа мэдэлцэж цай уулган танилцдаг байсан байна. Ийнхүү бие биетэйгээ ойртон танилцаж, өөр хоорондоо туслан, эв найртай амьдардаг байсан тул “Айл хүний амь нэг” гэсэн үг ч гарсан байна.

4 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

한국에서는 새로 집을 짓거나 이사를 한 후에 사람들을 초대하는데 이를 집들이라고 한다. 집들이 날에 주인은 사람들에게 집을 보여주고 음식을 대접하며, 초대받은 손님들은 특별한 선물을 한다. 사람들은 주로 휴지나 세제를 많이 사간다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучын санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



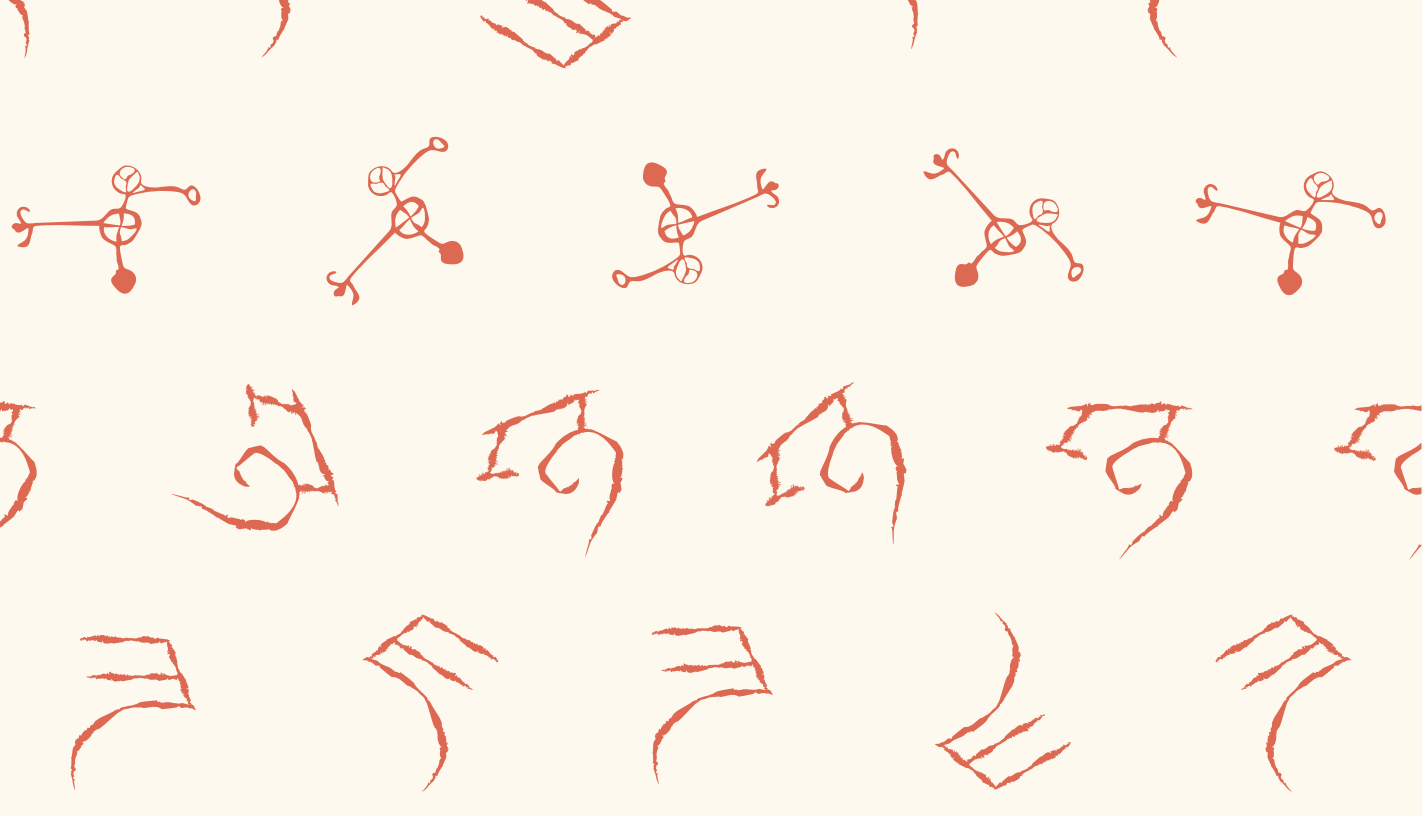
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



Хичээл **3**

Мэдээ, мэдээлэл

생활 안내

학습목표

- 정보 관련 글을 읽고 내용을 올바르게 이해할 수 있다.
- 정보를 전달하기 위한 글을 작성할 수 있다.

도입 질문

1. 주로 어디에서 필요한 몽골 관련 정보를 얻습니까?
2. 몽골 사이트에서 필요한 정보를 얻은 적이 있습니까?

어휘 및 표현

- анхаарал хандуулах
- арга хэрэгсэл
- байгаль орчинд үзүүлэх нөлөө
- байгаль орчноо хамгаалах
- бохирдол
- гялгар уут
- даавуун тор
- дахин боловсруулах
- зар сурталчилгаа
- мэдээ мэдээлэл
- нэг удаагийн бүтээгдэхүүн
- ойлгомжтой
- өдөр тутам хэрэглээ
- санаа тавих
- сануулга
- сануулж сэрэмжлүүлэх
- татгалзах
- товч тодорхой
- төрийн захиргааны байгууллага
- тулгамдсан асуудал
- урамшуулалтай худалдаа
- уриалга
- ухамсарлах
- хог хаягдал
- хоёрдмол утгагүй
- хор нөлөө
- хориглох
- хөрсөнд шингэх
- хуванцар сав
- хувь нэмэр
- хувь хүний хандлага
- хүсэж шаардах
- хэлж сануулах



Мэдээ мэдээлэл

“Хүн хэдий ухаантай ч хэлэхээс нааш санахгүй, цаас хэдий нимгэн ч чичихээс нааш цоорохгүй” гэдэг монгол ардын зүйр цэцэн үг байдаг. Энэ нь хүн хэдий ухаантай ч мартагч гэм бий учир хэлж сануулж бай гэсэн үг юм. Бид бүхэн зав чөлөөгүй өдөр тутмын амьдралдаа түүртэн ямар нэгэн зүйлд анхаарал хандуулж санаа тавихаа мартагнах үе бий. Тэр бүхнийг сануулж сэрэмжлүүлж, анхаарал хандуулахыг хүсэж шаардах үед хэрэглэдэг арга хэрэгслийн нэг бол мэдээ мэдээллийн самбар, төрөл бүрийн сувгаар хүрэх сануулга, уриалга, зар сурталчилгаа гэж хэлж болно.

Бид бүхэн өдөр бүр ямар нэгэн зүйлийг мэдээ мэдээлэл, зар сурталчилгаа, уриалга сануулгыг төрөл бүрийн байдлаар авч байдаг. Энэ бүхний зорилго нь мэдээж өөр өөр. Тухайлбал, супермаркет, их дэлгүүрийн чанга яригчаар гол төлөв хямдрал, урамшуулалтай худалдаа хэзээ, хаана болж байгаа талаар мэдээлэн өөрийнхөө бараа бүтээгдэхүүнийг сурталчилж байдаг бол орон сууцны зарлалын самбар, мэдээллийн сувгуудаар оршин суугчдад зориулсан засвар үйлчилгээ, хог хаягдал зэрэгтэй холбоотой мэдээлэл, анхааруулга гарч байдаг. Миний гар утасны мессежээр болон мэйлээр хичээл сургуультай холбоотой мэдээлэл байнга ирдэг. Хичээлийн улирал хэзээ эхэлж хэзээ дуусах, хичээл сонголтоо яаж хийх, явцын болон улирлын шалгалтын хугацаа гээд төрөл бүрийн мэдээлэл ирдэг.

Мэдээ мэдээлэл нь хэзээ? хаана? юу? хэн? яагаад? яаж? гэсэн асуултын хариу юм. Мэдээ мэдээлэл нь хандаж буй хүмүүстээ тухайн мэдээллийг товч тодорхой, ойлгомжтой, хоёрдмол утгагүй хүргэх бичлэгийн онцлогийг агуулж байдаг. Мөн хүмүүсийн анхаарлыг татах үүднээс өвөрмөц бичлэг, зураг оруулсан байх нь их бий. Хамгийн гол нь тухайн мэдээлэлд дурдагдсан агуулга хүний бодол санаанд удаан хугацаанд хадгалагдан үлдэхүйц байдлаар зохиогдсон байдаг.



Хуванцар савны хэрэглээнээс татгалзая!

Хуванцар савны хэрэглээ өсөх тусам байгаль орчинд үзүүлэх нөлөө, бохирдол нэмэгдэж байдаг. Дэлхий дээр жилд дунджаар 2.4 тонн хуванцар савны хог хаягдал үүсдэг байна. Хуванцар савны хөрсөнд шингэх дундаж хугацаа 700 жил байдаг. Бидний өдөр тутмын хэрэглээ болсон нэг удаагийн хуванцар бүтээгдэхүүний жишээг дурдвал кофе уухдаа хэрэглэдэг нэг удаагийн аяга болон соруул, дэлгүүрээс бараа бүтээгдэхүүн авахад савлаж өгдөг гялгар уут, гуанз хоолны газарт ихээр хэрэглэгддэг савлагаа боодол зэргийг дурдаж болно. Энэ бүхнийг бид зөвхөн нэг удаа хэрэглээд л хаядаг. Энэхүү нэг удаагийн хэрэглээг багасгах, хуванцар бүтээгдэхүүнийг дахин боловсруулж байгаль орчинд үзүүлэх хор нөлөөг багасгах нь бид бүхний өмнө тулгамдсан асуудлын нэг болоод байна.

Дэлхийн олон оронд хуванцар бүтээгдэхүүний хэрэглээг багасгах тал дээр бодлого боловсруулан ажиллаж байна. Солонгос оронд кофе шоп дотор кофе уухад нэг удаагийн аяга хэрэглэхийг хориглосон бол Мьянмар улсын Баган хотод гялгар уутыг хэрэглэхийг бүрэн хориглосон байна. АНУ-ын Сан-Франциско хотод гялгар уутны хэрэглээг бүхэлд нь хориглоод зогсохгүй төрийн захиргааны байгууллага дотор хуванцар саванд савласан ус ундаа худалдаалахыг хоригложээ.

Хуванцар бүтээгдэхүүнийг багасгахад төр засгийн бодлого чухал хэдий ч хувь хүний хандлага, оролцоо юу юунаас чухал юм. Хувь хүмүүс хуванцар хог хаягдлаа бүрэн ангилж хаяхаас гадна кофе шопоор үйлчлүүлэхдээ өөрийн аягаа авч очиж хэвших нь зүйтэй. Мөн дэлгүүр явахдаа гялгар уутнаас татгалзаж даавуун тороо барьж очих нь та бидний байгаль орчноо хамгаалах үйлсэд оруулж буй хувь нэмэр мөн гэдгийг ухамсарлан ойлгох хэрэгтэй юм.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- Эрэгтэй Туяа! Чи хүнсний бараагаа гол төлөв хаанаас авч байна?
- Эмэгтэй Би ихэвчлэн хүнсний зах орж авдаг юм. Супер-маркетыг бодвол үнэ нь ч гэсэн хямдхан байдаг юм. Гэхдээ заримдаа супер маркетуудад урамшуулалт худалдаа юм уу, хямдралтай худалдаа зарлагдвал тийшээ очиж авдаг.

2

- Эрэгтэй Хараад байхад монголд хог хаягдлаа ангилан ялгаж хаядаггүй юм уу? Бүгдийг нь нийлүүлээд л хаячих юм.
- Эмэгтэй Дахивар хогийг ангилан ялгаж хаях ажил сүүлийн үед зохион байгуулах болсон. Урьд өмнө нь ангилан ялгаж хаядаггүй байсан болохоор хүмүүс одоохондоо дасахгүй байх шиг байна. Харин чи хог хаягдлаа заавал ангилан ялгаж хаяж байгаарай.

3

- Эрэгтэй Өнөөдөр ус тасарчихсан байна. Өглөө нүүр гараа ч угааж чадсангүй.
- Эмэгтэй Ус тасрах, цахилгаан тасрахын өмнө байрны нэг давхарт байгаа зарлалын самбар дээр мэдээлэл гардаг юм. Байнга шалгаж байх хэрэгтэй. Ус тасрана гэсэн мэдээлэл гарах юм бол урьдчилаад нөөцлөөд авах хэрэгтэй шүү.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эмэгтэй Нийт түрээслэгчидийн анхааралд! Өнөөдөр манай худалдааны төв дээр галын аюулгүй байдлын үзлэг, шалгалт хийгдэх болно. Үдээс өмнө 9 цагаас 12 цаг хүртэл нэгээс гурван давхар хүртэл, үдээс хойш 1 цагаас 4 цаг хүртэл дөрөв, таван давхрын галын аюулгүй байдлыг шалгах болно. Дээрх хугацаанд галын дохиолол удаа дараалан дуугарч болох тул сандарч тэвдэхгүй байхыг анхааруулъя.

- Эмэгтэй Та бүхэн Номхон далайн тэг дунд байдаг хогон овоолго арал гэж сонссон уу? Энэ бол далайн урсгалаар цугларсан хог хаягдлын овоолго юм. Энэ хогон овоолгоос үүссэн бохирдол далайн загас, ургамал устаж үгүй болох эхлэлийг тавьж далай тэнгисийн эко-системд ихээхэн занал учруулж байна. Далай тэнгис бохирдон түүний эко-систем алдагдвал эх газрын байгаль орчинд ч сөргөөр нөлөөлөх гарцаагүй юм. Ингэсэн тохиолдолд хүн төрөлхтний амьдрах орчин ч бага багаар устан алга болно. Тиймээс бид бүхэн илүү оройтохоосоо өмнө далай тэнгисийг мөхлөөс аврах арга замыг бодож олох хэрэгтэй юм.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Хотжилт, үйлдвэржилт болон хуванцар савлагаатай бүтээгдэхүүний хэрэглээ нэмэгдэж байгаатай уялдаад хог хаягдлын менежмент нь Монгол улсад тулгамдсан том асуудал болоод байна. Хуванцар хог хаягдал нь өргөн тархсан бохирдол үүсгэдэг бөгөөд иргэд, аж ахуйн нэгжүүд хууль бусаар хаядаг тул ноцтой асуудал юм. Монголын Байгаль Орчны Аюулгүй Байдлын Төвөөс “Монгол улс дахь хуванцар хог хаягдлын дахин боловсруулалтын тогтвортой байдлыг хангах” төслийг 2020 оны 5 сарын 1 – 2024 оны 4 сарын 30 хооронд хэрэгжүүлж байна. Төслийн зорилго нь Монгол улсын эдийн засгийн хөгжил цэцэглэлт, ядуурлыг бууруулахад хувь нэмэр оруулах, ногоон эдийн засгийн хөгжил, нүүрстөрөгч багатай, нөөцийн хэмнэлттэй, тойрог эдийн засагт шилжихэд дэмжлэг үзүүлэх юм. Энэхүү төслөөр хуванцар хог хаягдлыг цуглуулах, ялгах, ангилах системийг сайжруулах, дэвшилтэт тоног төхөөрөмж, технологи нэвтрүүлэх ажлуудыг хийхээр төлөвлөөд байна.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Энэ төсөл нь ядуурлыг бууруулахад хувь нэмэр оруулна.
- ② Монголын Байгаль Орчны Аюулгүй Байдлын Төвөөс хуванцар хог хаягдлыг боловсруулах төсөл хэрэгжүүлж байна.
- ③ Төслийн хүрээнд хуванцар хог хаягдлыг цуглуулах, ялгах, ангилах системийг сайжруулна.
- ④ Хуванцар хог хаягдлын асуудал Монгол улсад тулгамдсан том асуудал болоод байна.

Хариулт: (4) → () → () → ()



2 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Хотжилт, үйлдвэржилт нь Монгол улсад тулгамдсан том асуудал болоод байна.
- ② Монгол улсын эдийн засаг хөгжин цэцэглэх нь хог хаягдлыг дахин боловсруулахад дэмжлэг үзүүлнэ.
- ③ Энэ төсөл амжилттай хэрэгжиж дууссан байна.
- ④ Хог хаягдлыг дахин боловсруулах дэвшилтэт тоног төхөөрөмж, технологи нэвтрүүлнэ.

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Манай фитнес төв оюутан сурагчдын зуны амралтыг тохиолдуулан хямдрал зарлаж байна. Та бүхэн манай төвөөр үйлчлүүлэхдээ 3 сарын төлбөрөө хийсэн тохиолдолд 30%, 6 сараар төлбөрөө хийвэл 50%, 12 сараар төлбөрөө хийвэл 75% хүртэл хямдрал үзүүлнэ. Мөн манай төвд мэргэжлийн дасгалжуулагч багш байнга зөвлөгөө өгч байна. Та бүхэн манайхаар өргөнөөр үйлчлүүлээрэй!

1 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Зургаан сараар төлбөрөө хийвэл тал үнээр явж болно.
- ② Нэг сараар явсан, гурван сараар явсан үнэ нь адилхан.
- ③ Энэ фитнес төв оюутны хичээлийн нээлтийг зориулан хямдрал зарлаж байна.
- ④ Фитнес төвд дасгалжуулагч багш ажиллах ёстой.

2 Энд юуны тухай бичсэн болохыг сонгоно уу.

- ① Зөвлөгөө
- ② Мэдэгдэл.
- ③ Цаг агаарын мэдээ
- ④ Зар сурталчилгаа



1 Доор зарлалыг уншаад хоосон зайг нөхөж бичнэ үү.

1 Эхлээд доорх хүснэгтэнд өгөгдсөн мэдээллийг уншина уу.

Мэдээлэл	Солонгос улсад хог хаягдлыг хэрхэн ангилан хаяж байна вэ?
Агуулга	– Ахуйн хог хаягдал: Зориулалтын хогийн уутыг худалдан авч түүндээ хийж хаях хэрэгтэй. Энэхүү хогийн уут нь дүүрэг бүрт харилцан адилгүй үнэтэй, өөр өөр байдаг. – Хоол хүнсний үлдэгдэл хаягдал: Энэхүү хаягдлыг амьтны тэжээл хийхэд ашиглах бөгөөд усыг нь бүрэн шавхасны дараа тусгай зориулалтын сав баглаанд хийж хаядаг. – Дахивар хог: Цаас, хуванцар, тамар лааз, шилэн лонх зэргийг ангилан хаяна. Эдгээр хогийг хаях зориулалтын газар, гаргаж хаях өдөр гэж бас байдаг.
Анхаарах зүйл	– Хог хаягдлаа ангилан ялгаж хаяхгүй юм уу, зориулалтын газар хаяагүй тохиолдолд торгууль оногдуулна.

2 Солонгос улсад хог хаягдлыг хэрхэн хаядаг тухай тайлбарлан бичнэ үү.

3 Монгол улсад хог хаягдлыг хэрхэн хаядаг тухай найз нараасаа асуугаад дээрх бичвэртэй харьцуулан бичээрэй.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Монгол улсын хэмжээнд жилд 2.2 сая тн хоёрдогч түүхий эд гардагаас 3-5 хувийг дахин боловсруулж байна. Тус үйлдвэрүүдэд бүх төрлийн хуванцар, гялгар уут, лааз, хөнгөн цагаан хайлш, хар төмөрлөг, яс, үнс, картон цаас, ном, сонин, бичгийн цаас, малын арьс шир, арьс шир боловсруулах үйлдвэрийн хаягдал, хоол хүнсний үлдэгдэл зэрэг хаягдлыг дахин боловсруулж нэмүү өртөг шингэсэн бүтээгдэхүүн үйлдвэрлэж байна.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

쓰레기는 재활용하지 않으면 매립하거나 소각하여야 하는데, 이러면 돈이 든다. 때문에 버릴 때마다 돈을 내고서 버리거나 정부나 지자체에서 예산을 들여서 처리해야 한다. 하지만 분리배출된 쓰레기는 그대로 가져가서 재활용할 수 있기 때문에 재활용 업체에서 가져가 준다. 덕분에 대부분의 재활용 쓰레기는 분리배출하면 공짜로 버릴 수 있다.



- 1 Солонгост суралцахаар ирсэн монгол найздаа оюутны дотуур байрны дүрмийг танилцуулаарай.

- 1 Доорх хүснэгтэд өгөгдсөн агуулгын < Загвар >-ын дагуу танилцуулна уу.

< Дотуур байрны дүрэм >	
Хориглох зүйл	- Чанга дуу чимээ гаргаж бусдын амгалан тайван байдлыг алдагдуулах - Гадны хүн оруулах - Архи уух, тамхи татах
Цэвэрлэгээ, ариун цэвэр	- Хувийн ариун цэврийг чандлан сахих - Өрөөг цэвэрхэн ашиглах - Хог хаягдлыг ангилан ялгаж хаях
Дотуур байр онгойх, оройн тооллого	- Тус дотуур байрны гадна хаалгыг 05:00-11:00 цагийн хооронд түгжинэ - Орой 11:00 цагаас тооллого хийнэ
Анхаарах зүйл	- Галын аюулгүй байдлыг чандлан сахина - Ариутгал цэвэрлэгээ хийх тухай мэдээллийг зарлалын самбарт урьдчилан байршуулна

< Загвар >

Дотуур байранд амьдрах явцдаа чанга дуу чимээ гаргаж, бусдын амгалан тайван байдлыг алдагдуулж болохгүй. Мөн гадны хүн, таньдаг найз нөхдөө оруулж болохгүй. Мэдээж дотуур байранд архи уух болон тамхи татахыг хориглодог. Өрөөндөө сайхан цэвэрхэн суух хэрэгтэй. Хувийн ариун цэврийг чандлан сахих нь чухал. Хогоо хаяхдаа ангилан ялгаж хаяарай.

Оюутны дотуур байр өглөө 5 цагт онгойгоод орой 11 цагт хаалгаа түгжинэ. 11 цагаас хойш дотуур байрандаа орж чадахгүй учраас эрт ирэх хэрэгтэй шүү. Бас орой болгон 11цагаас тооллого хийдэг. Хэрвээ гадуур хонох шаардлагатай бол урьдчилан бүртгүүлэх хэрэгтэй.

Галын аюулгүй байдлыг чандлан сахиарай. Төрөл ариутгал цэвэрлэгээ хийх тухай мэдээлэл зарлалын самбарт гардаг учраас байнга шалгаж байх хэрэгтэй.



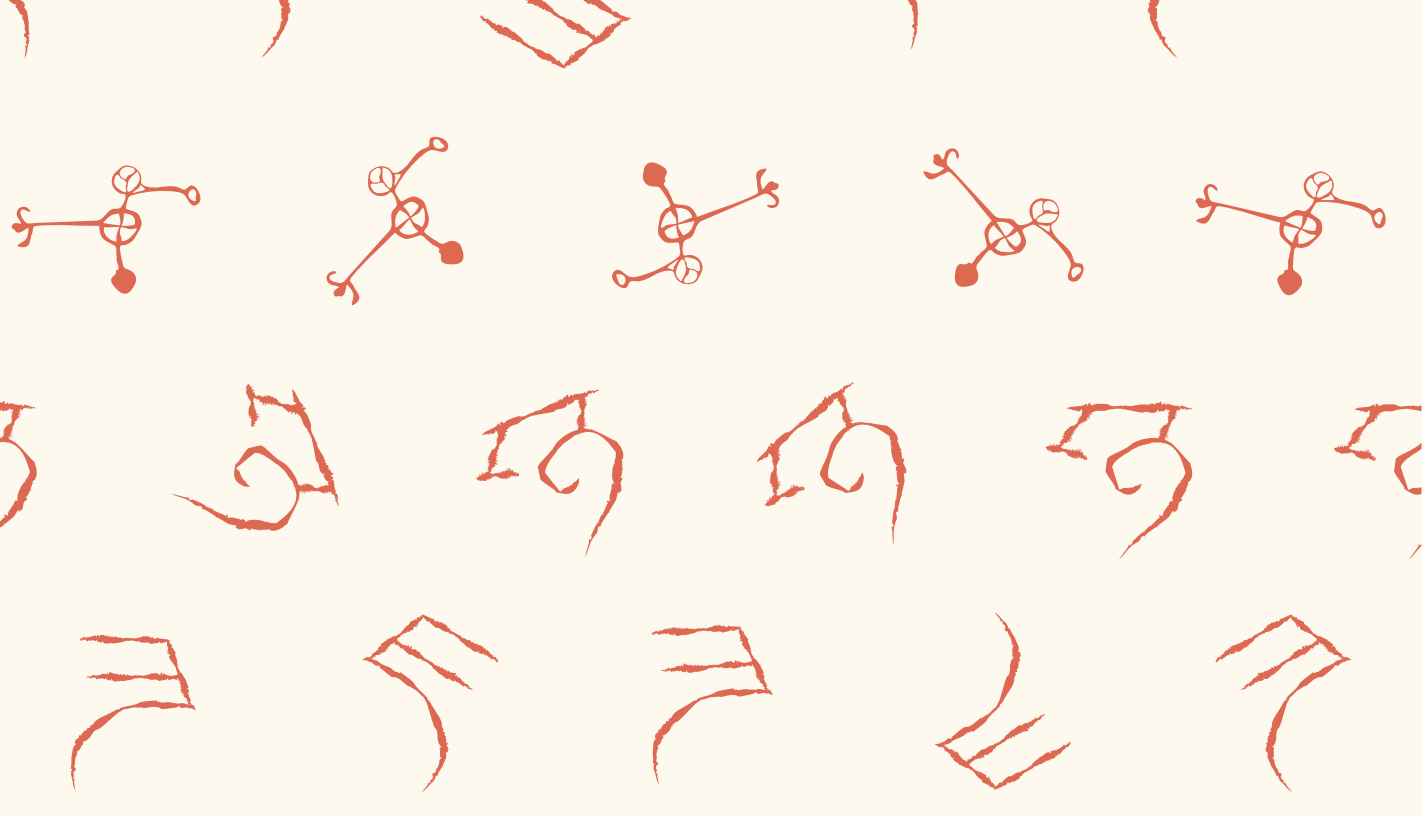
- 2 Танай сургуулийн дотуур байранд ямар дүрэм мөрддөг вэ?

< Дотуур байрны дүрэм >	
Хориглох зүйл	-
Цэвэрлэгээ, ариун цэвэр	-
Дотуур байр онгойх, оройн тооллого	-
Анхаарах зүйл	-

- 3 Дээрх хүснэгтэд тэмдэглэсэн агуулгаа танилцуулна уу.

MEMO

MEMO



Хичээл **4**

Нийслэл Улаанбаатар хот

몽골의 수도 울란바타르

학습목표

- Монгол의 수도 울란바토르의 과거와 현재의 모습 비교하기
- 울란바토르의 주요 랜드마크 소개하기

도입 질문

1. Монголе гa бoнeцeй иacнuнuкa? нeгa aлгa иттeн мoнгoлu мoшyгa cилжe мoнгoлu мoшyгa нeтeрхuнuкa?
2. Улaнбaтaрuн зyгaу лeндмaркeнe эртeн гoтu иacнuнuкa?



어휘 및 표현

- ардын хувьсгал
- бурханы шашны төв
- гүнзгий танилцах
- дэлгэн харуулах
- нийслэл хот
- нүүдэлчин соёл иргэншил
- оршин суух
- суурийг тавих
- суурьших
- таамаглах
- тольдон харах
- тунхаглах
- тэмдэглэх
- улс төр
- үндсэн хууль
- хийд
- хотын төв цэг
- худалдааны төв
- цанын бааз
- шашны соёл
- эд өлгийн зүйл
- эдийн засаг



Нийслэл Улаанбаатар хот

Монголчууд нүүдэлчин соёл иргэншилтэй ард түмэн. Тэдний нийслэл хот нь ч нүүдлийн маягаар олон жил явж иржээ. Монгол улсын нийслэл Улаанбаатар хот одоо байгаа газартаа суурьшихаасаа өмнө нийт 29 удаа нүүдэллэсэн гэж үздэг.

Монголын нууц товчоонд тэмдэглэснээр «XII зууны хоёрдугаар хагаст Хэрэйд аймгийн удирдагч Ван ханы өргөө нь Туулын хар шугуй гэдэг газар байв» гэж тэмдэглэсэн нь одоогийн Улаанбаатар хот оршиж буй хөндийг гэж судлаачид таамагладаг. Харин Нэгдүгээр Богд Жавзандамба хутагт буюу Занабазар 1639 онд одоогийн Өвөрхангай аймгийн Ширээт цагаан нуур гэдэг газар Өргөө нэртэйгээр одоогийн Улаанбаатар хотын суурийг тавьжээ. 1911 оны 12 дугаар сард Богд хаант Монгол улс тунхаглагдаж, одоогийн энэ газар байгаа Их хүрээг нийслэлээ болгосон байна. Ийнхүү урьд өмнө нь шашин, худалдааны төв байсан Их хүрээ 1911 оноос улсын нийслэл болж харин Ардын хувьсгал ялсны дараа 1924 оны Монгол Улсын анхны Үндсэн хуулиар Улаанбаатар нэртэй болсон юм.

Нийслэл Улаанбаатар хот нь Монгол улсын улс төр, эдийн засаг, соёл, технологийн төв юм. Өдгөө энэ хотод нэг сая таван зуу гаруй иргэд оршин сууж буй бөгөөд Монгол улсын хамгийн их хүн ам төвлөрсөн орчин үеийн хот юм. Тэгвэл Улаанбаатар хотод очвол юу үзэж харж болох вэ?

1. Чингисийн талбай: Та хамгийн түрүүнд Чингисийн талбайг зориорой. Чингисийн талбай буюу хуучнаар Сүхбаатарын талбай нь Монгол Улсын нийслэл Улаанбаатар хотын төв цэг юм. Талбайн төвд Сүхбаатарын хөшөө байдаг бол хойморт нь байрлах Төрийн ордны өвөр талд Чингис хааны хөшөө бий.

2. Зайсан толгой: Зайсан толгой нь Улаанбаатар хотын өмнө талд орших толгой юм. Зайсан толгойгоос Улаанбаатар хотын төв хэсгийг тольдон харах боломжтой



бөгөөд Улаанбаатарчуудын чөлөөт цагаа өнгөрөөх, жуулчдын очих дуртай газруудын нэг юм.

3. Гандан хийд: Гандантэгчилэн хийд нь Улаанбаатар хотод байх Монгол улсын Бурханы шашны төв хийд юм. Эндээс монгол орны бурхан шашны соёлтой танилцаж болно.

4. Үндэсний цэцэрлэгт хүрээлэн: 22 төрлийн 94 мянга гаруй мод, бут, зүлэг, цэцэгтэй. Усан оргилуур, хүүхдийн тоглоомын талбайтай “Үндэсний цэцэрлэгт хүрээлэн” нийслэлчүүдийн ая тухтай амьдрал, амралт зугаалгын бүс юм.

5. Үндэсний түүхийн музей: Монгол орны түүх соёлтой гүнзгий танилцъя гэвэл Үндэсний түүхийн музейгээр заавал ороод гараарай. Энд эрт үеэс өдгөөг хүртэлх монгол үндэстний түүх, тэдний эдэлж хэрэглэж байсан эд өлгийн зүйлийг дэлгэн харуулсан байгаа.

6. Скай Ресорт: Улаанбаатар хотоос холгүй орших цанын бааз. Нэг дор 1300 хүнд, өдөрт 4000 хүнд үйлчлэх хүчин чадалтай. Энд өвлийн улиралд цана, чаргаар гулгаж болох бол харин зун олон улсын стандартын 18 нүхтэй гольфийн талбайд цагаа хөгжилтэй өнгөрүүлэх боломжтой.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- Эрэгтэй Чи энэ хагас бүтэн сайн өдөр юу хийх төлөвлөгөөтэй байна?
- Эмэгтэй Би Үндэсний түүхийн музей үзэх гэж байгаа. Улс тунхагласны баяр гээд бүх хүн үнэгүй үзүүлнэ гэсэн. Энэ удаагийн түүхийн хичээлийн даалгаварт монголчуудын эд өлгийн соёлын тухай мэдэж ирээрэй гэсэн юм. Чи надтай хамт яваач!

2

- Эрэгтэй Гандан хийдэд ирэх бүрт хүмүүс дандаа ийм их байх юм. Эдгээр хүмүүс Гандан хийдийг үзэж сонирхохоор ирсэн хүмүүс үү?
- Эмэгтэй Гандан хийд бол монголын шашны төв гэж хэлж болно. Тэр утгаараа хүмүүс энд ирж ном уншуулж, шашны зан үйлд оролцдог юм. Бүр холоос хөдөөнөөс зорьж ирдэг хүмүүс ч байдаг. Мэдээж үзэж сонирхохоор ирсэн хүмүүс ч бий. Бас жуулчид ч цөөнгүй харагдаж байна.

3

- Эрэгтэй Хоёулаа маргааш хаана уулзах уу?
- Эмэгтэй Сүхбаатарын талбай дээр уулзацгаая. Яг хотын төвд шүү дээ. Төв талбайгаар оронгоо Чингис хааны хөшөөг үзэж сонирхоё.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эмэгтэй: Сүүлийн үед Улаанбаатар хотын автомашины түгжрэл болон хотын төвийн зогсоолын асуудал хурцаар хөндөгдөж байна. Хотын захиргааны зүгээс автомашины зогсоолыг нэмэгдүүлэх тал дээр яагаад арга хэмжээ авахгүй байна вэ?
- Эрэгтэй: Одоогийн байдлаар хотын захиргааны зүгээс авто зогсоол шинээр байгуулах төлөвлөгөө байхгүй байна. Авто зогсоол шинээр нэмэгдэх тусам машинаа унаад хотын төв рүү орж ирэх урсгал нэмэгдэнэ. Үүний улмаас түгжрэл улам бүр нэмэгдэх сөрөг талтай. Харин сүүлийн үед хотын захиргааг Яармаг руу нүүлгэх асуудал шийдэгдэж байна. Ингэснээрээ автомашины түгжрэл тодорхой хэмжээгээр багасах байх гэж найдаж байна.
- Эмэгтэй Манай Үндэсний цэцэрлэгт хүрээлэнд тавтай морилно уу! Манай цэцэрлэгт хүрээлэн үүд хаалгаа нээгээд өнөөдөр арав дахь жилтэйгээ золгож байна. Иргэд амралтаа ая тухтай өнгөрүүлэх, таатай орчин нөхцөлийг бүрдүүлэх зорилгоор энэхүү цэцэрлэгт хүрээлэнг анх байгуулсан юм. Дээрх хугацаанд цэцэрлэгт хүрээлэн төрөл бүрийн тод бут тарьж, унадаг дугуйн зам болон хүүхдийн тоглоомийг талбайг иж бүрнээр нь тохижуулан бэлэн болголоо.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Монголыг зорьж буй жуулчдын 90 гаруй хувь нь хотоос гардаг ч нийслэлд ч бас анхаарал татахуйц түүхэн дурсгалт газрууд цөөнгүй бий. Мэдээж Улаанбаатарт саатаж буй жуулчид нэн түрүүнд Богд хааны ордон, Монголын түүхийн музей, Гандантэгчэнлин хийдтэй танилцдаг байна. Үүнээс өөр жуулчдыг татах олон газар байдаг ч өнөөдрийг хүртэл хэний ч нүдэнд тусалгүй өнгөрсөн байна. Өнгөрсөн онд нийслэл дэх түүхэн дурсгалт 47 газрыг судалсан байна. Эдгээр газруудад амралт, чөлөөт цаг өнгөрүүлэх орчныг бүрдүүлэх, аялал жуулчлалыг хөгжүүлэх боломжтой хэмээн Нийслэлийн аялал жуулчлалын газраас үзжээ. Албаны хүмүүсийн мэдээлснээр аялал жуулчлал хөгжүүлэх боломжтой эдгээр газруудад их хэмжээний хөрөнгө оруулалт зарцуулах шаардлагагүй юм байна. Юуны өмнө байгальд ээлтэй бүтээгдэхүүнээр тохижилт хийх хэрэгтэй бөгөөд тодорхой хэмжээний мэдээлэл сурталчилгааг зохион байгуулах хэрэгтэй юм байна.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Нийслэл хот дахь 47 газрыг судалж аялал жуулчлалыг хөгжүүлэх төлөвлөгөөтэй байна.
- ② Улаанбаатар хотод ч аялал жуулчлалын газрууд цөөнгүй бий.
- ③ Эдгээр газруудыг аялал жуулчлалын бүтээгдэхүүн болгоход хөрөнгө мөнгө их шаардлагагүй.
- ④ Монголд ирж байгаа жуулчдын 90 гаруй хувь нь хөдөө орон нутагт аялах сонирхолтой байдаг.
- ⑤ Шинээр байгуулсан газруудаа жуулчдад сурталчилах хэрэгтэй.

Хариулт: (4) → () → () → () → ()



2 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Аялал жуулчлал нь байгальд ээлтэй салбарын нэг юм.
- ② Улаанбаатар хотод олны нүдэнд өртсөн аялал жуулчлал, амралт зугаалгын газар их бий.
- ③ Монголд аялан жуулчилж байгаа хүмүүст хөдөө орон нутаг төдийгүй нийслэл хотоо ч таниулан сурталчилах хэрэгтэй.
- ④ Аялал жуулчлалын шинэ бүтээгдэхүүн гаргана гэдэг нь их хэмжээний судалгаа, хөрөнгө мөнгө шаардсан ажил юм..

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Улаанбаатар хотын урд хэсгээр урсан өнгөрдөг Туул голын усанд урьд өмнө нь төвөггүй олж харж чаддаг байсан загас жараахай сүүлийн үед үзэгдэхээ больжээ. Ийнхүү загас жараахайгүй болж ховордсон нь зөвхөн хүмүүс олноороо загасчилж байгаатай холбоотой биш юм. Загас жараахайн () хүмүүсээс болж байна. Загас жараахайн амьдрах орчин болсон голын эргээр байшин барьж, хайргийг нь олборлон, бас бохир усаа цутгаж байна. Энэхүү байгаль орчны өөрчлөлт нь зөвхөн загас жараахайнд ч бус удахгүй бидэнд аюул занал учруулах болно.

1 Хаалтад орох зөв хариултыг сонгоно уу.

- ① хоол хүнсэндээ загас ихээр хэрэглэж байгаа
- ② дэлхийн цаг агаарын өөрчлөлтөд нөлөөлж байгаа
- ③ хүмүүс олноороо цугларч байгаа
- ④ амьдрах орчныг устган үгүй хийж байгаа

2 Дээрх агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Туул голын ус цэнгэг байж аялал жуулчлалыг хөгжүүлж чадна.
- ② Байгаль орчны өөрчлөлт нь эргээд бидэнд сөргөөр нөлөөлөх болно.
- ③ Улаанбаатар хотын усан хангамжид Туул гол их үүрэгтэй.
- ④ Загас жараахайг дахин үржүүлж тоо толгойг нэмэгдүүлэх хэрэгтэй.



1 Улаанбаатар хотын тухай та юу мэдэх вэ

1 Улаанбаатар хотод юу үзэж харж болох вэ?

Гандан хийд	Богд хааны музей	Зайсан
Сүхбаатарын талбай	Цэцэрлэгт хүрээлэн	бусад

	Богд хааны музей	_____???
Танилцуулга	– Монголын хамгийн сүүлийн хааны ордон – Улаанбаатар хотын өмнөд талд Туул гол хойд хөвөөнд байдаг. – Монгол улсын түүхэн музей	
Яагаад энэ газрыг санал болгож байна вэ	– XX зууны эхэн үеийн монгол орны түүхэн дурсгалын нэг – Монголын эзэн хааны эдэлж хэрэглэж байсан эд өлгийн зүйлийг үзэж харж болно.	

2 Дээрх тэмдэглэлээ ашиглан Улаанбаатар хотод аялал жуулчлалын бүтээгдэхүүн байдаг тухай танилцуулна уу.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Гандан хийд бол монголын шашны төв гэж хэлж болно. Тэр утгаараа хүмүүс энд ирж ном уншуулж, шашны зан үйлд оролцдог юм. Бүр холоос хөдөөнөөс зорьж ирдэг хүмүүс ч байдаг. Мэдээж үзэж сонирхохоор ирсэн хүмүүс ч бий. Бас жуулчид ч цөөнгүй харагдаж байна.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

서울을 처음 여행하는 사람들이 들르는 인기 관광지는 주로 서울의 지리적 중심부(종로구, 중구)에 집중되어 있다. 또한 서울을 방문하는 외국인에게 인기 있는 명소로 남산타워, 홍대거리, 강남역, 북한산 등으로 알려져 있다. 서울은 전통과 현대가 어우러진 아름다운 도시이다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



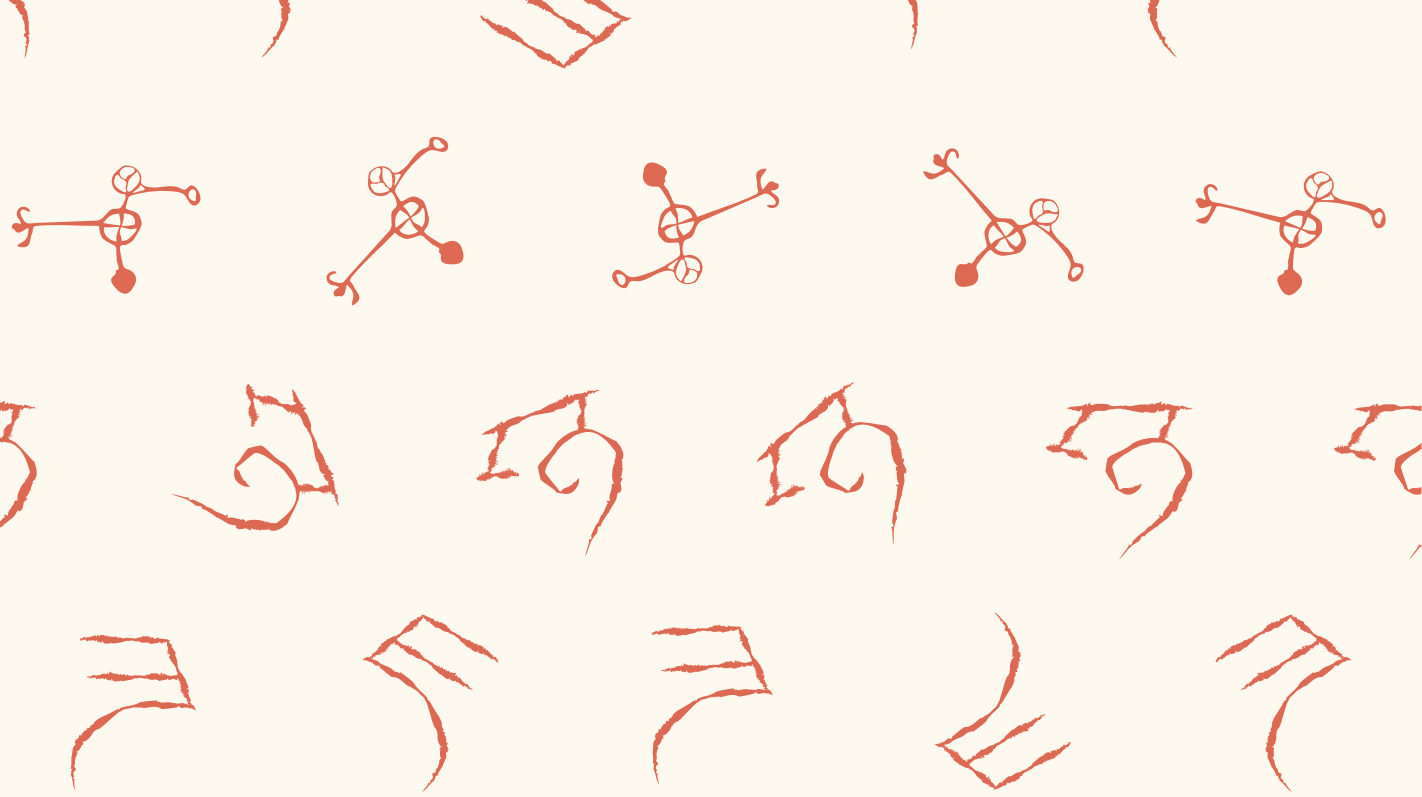
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



Хичээл **5**

Ухаалаг технологи – бидний амьдралл

스마트 생활화

학습목표

-
-

도입 질문

- 1.
- 2.



어휘 및 표현

- амьд бус харилцаа
- амьдралын хэв маяг
- баян ядуу
- боломж
- гар утсаа оролдох
- дэлхий даяар
- зах зээлийн чадавх
- кибер халдлага
- мэдээлэл хуваалцах
- нийгэмших
- нойргүйдэл
- өсвөр насныхан
- өсөлт хөгжилт
- сөрөг тал
- суваг
- сэтгэл гутрал
- сэтгэл зүйн дарамт
- сэтгэцийн эрүүл мэнд
- ухаалаг гар утас
- угсаа гарал
- урсгал
- хамааралтай болох
- хөгжингүй орнууд
- хөдөлмөрийн бүтээмж
- хувьсгалт өөрчлөлт
- хүн төрөлхтөн
- хэрэглээгээ зохицуулах
- эдийн засгийн өсөлт
- ярьж занших



Ухаалаг гар утас – дэлхийн эдийн засаг

Дэлхийн хүн ам хоёр тэрбум ширхэг гар утас хэрэглэж байна. Хүн төрөлхтөн ухаалаг гар утсыг түлхүү сонгож байгаа нь тэд заавал компьютерын дэлгэцийн ард суухгүйгээр утаснаасаа хэрэглээгээ зохицуулж байгаатай холбоотой. Ухаалаг утасны хэрэглээ асар хурдтай өсөн нэмэгдэж байна. Өөртөө ашигтай мэдээ мэдээлэл, хэрэглээг бий болгох хамгийн хурдан, хамгийн оновчтой суваг болоод байна. Шинжлэх ухаан, техникийн ололт амжилт, хөгжлийн үр дүнд бий болсон харилцаа холбооны хэрэгсэл болох энэхүү гар утас нь бидний амьдралын хэв маягийг өөрчилж, хөдөлмөрийн бүтээмжийг улам өсгөх болов.

Гар утсаараа интернэттэй холбогддог болсон цагаас эхлээд хүмүүсийн ажиллах, нийгэмших, мэдээлэл хуваалцах болон мэдлэг мэдээллийн урсгалыг зохион байгуулахад хувьсгалт өөрчлөлт гарч байна. Эдүгээ хөгжингүй орнуудын эдийн засгийн өсөлтийн тавны нэгийг интернэт бүрдүүлж байна. Олон зуун сая хэрэглэгч фэйсбүүк, твиттер зэрэг нийгмийн харилцааны төрөл бүрийн хэрэгслийг ашиглан, өөрийн мэдээллээ тогтмол шинэчилж, компаниуд маркетингаа хийх өгөөжтэй суваг болгоод буй. Өөрөөр хэлбэл, ухаалаг гар утасны нэвтрэлт буюу хүн амын хэдэн хувь нь үүнийг идэвхтэй хэрэглэж буйгаар тухайн улсын эдийн засгийн өсөлтийн боломж, зах зээлийн чадавхыг тооцох боломж бүрдсэн гэсэн үг юм

Гар утасны хэрэглээ, түүний сөрөг тал

Өсвөр насныхны дунд нэг нэгэнтэйгээ хамтдаа цаг өнгөрүүлнэ гэдэг ховор болжээ. Тэдний харилцаа сүүлийн үед бидний ярьж заншсанаар амьд бус харилцаан дээр тогтох болсон бөгөөд ухаалаг утас, нийгмийн сүлжээ буюу сошиал медиа тэдний харилцааг зохицуулах хэрэгсэл болж, эдгээрт бүрэн



хамааралтай болсон гэж хэлэхэд хилсдэхгүй. Тэдний ихэнх нь зуны амралтынхаа дийлэнх цагийг гар утсаа оролдон ганцаар өнгөрүүлэх нь ихэсжээ. Тэд амьдралаа ухаалаг утас, тэр төрлийн төхөөрөмжүүд, аливаа аппликейшнгүйгээр төсөөлөх аргагүй болжээ. Үнэндээ хэн нэг хүнтэй харилцахаас утастайгаа цагийг өнгөрүүлэх нь тэдэнд илүү амар санагдах болсон байна.

Ухаалаг утас нь өсвөр насныхны амьдралын хэв маягт өөрчлөлт оруулаад зогсохгүй сэтгэцийн эрүүл мэндэд үзүүлж буй сөрөг нөлөөллийн гол хүчин зүйл болж байна. Энэ нөлөөлөл нь угсаа гарал, баян ядуу, хот хөдөө амьдрахаас үл шалтгаалан дэлхийн өнцөг булан бүр дэх залууст тулгарч байна.

Ухаалаг утас нийгмийн харилцаанд сөргөөр нөлөөлж байна. Өмнөх үетэй өнөө үеийг харьцуулахад өсвөр насныхан ихэнх цагийг гэртээ өнгөрүүлж эцэг эхтэйгээ илүү ойр байгаа мэт боловч үнэн хэрэгтээ тэдний хоорондын харилцаа гэж үгүй болжээ.

Нэгэн судалгаанаас харахад дэлгэцийн ард хэдий хэмжээг зарцуулна тэр хэмжээгээр сэтгэл гутралд өртдөг болох нь харагдсан бөгөөд кибер халдлагад суурилсан сэтгэл зүйн дарамтад ч өртөж байна. Мөн ухаалаг утасны хэрэглээ хэт өндөр байгаа нь нойргүйдэлд хүргэж өсвөр насныхны өсөлт хөгжилтөд сөргөөр нөлөөлж байна.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

Эрэгтэй: Чи чинь утсаа сольчихоо юу даа? Шинэ утас авсан юм уу?
Эмэгтэй: Тийм ээ. Утсаа сольсон юм. 6 сарын лизингээр авчихлаа. Одоо ч ер ганц цаг нөхцөөх зүйл нь гар утас л болоод байна шүү.

2

Эмэгтэй: Чи энэ сувгийг үзээч. Тун хөгжилтэй бичлэг дандаа оруулах юм.
Эрэгтэй: Завтай сан бол үзмээр л байна. Даан ч ажил гэж үстэй толгойноос их байна даа. Ютүб үзэж, фейсбүкээр хэсэх зав даанч алга даа.

3

Эрэгтэй: Таны энэ удаагийн судалгааны гол үр дүн вэ?
Эмэгтэй: Техникийн дэвшил хөгжил, ухаалаг гар утасны хэрэглээ бидний амьдралд ая тухтай олон зүйлийг авчирч өгсөн нь үнэн ч тодорхой хэмжээгээр хязгаарлах арга хэмжээ авахгүй бол нийгэмд илүү олон сөрөг нөлөө бий болгох нь тодорхой болж байна гэдгийг хэлэхийг хүссэн юм.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

Эрэгтэй: Шинэ таблет барьчихаж. Авсан юм уу?
Эрэгтэй: Үгүй ээ! Ажлаас өгсөн юм. Энэнтэй байхлаар хаанаас ч гэсэн ажлаа хийгээд амар ч юм шиг. Зүгээр юм байна лээ.
Эмэгтэй: Анхандаа бол бүгд л тэгж байдаг юм. Манай ажлаас ч гэсэн урьд нь бас ийм таблет тарааж өгч байсан юм. Анхандаа ч их сайхан хаанаас л бол хаанаас, хэзээ л бол хэзээ ажлаа хийгээд амар л байлаа. Харин сүүлдээ харсан чинь, хоол ч идэж байсан тэр, гэртээ амарч байсан ч тэр, хаа ч явсан ажлаасаа уяатай болчихдог юм байна лээ.

Эрэгтэй: Нэг хүнийг сошиал нэтвөк дээр бичсэн юмнаас нь болоод ажилд авахаас татгалзсан гэнэ. Твтиер, фейсбүк чинь тэр хүний хувийн орон зай биз дээ? Түүн дээрээ юм бичлээ гээд ажилд авахгүй бол интернет дээр юу бичих болж байна? Дэндүү хувийнх нь амьдралд орж байгаа юм биш үү?
Эмэгтэй: Мэдээж тэр хПний хувьд гомдолтой л байгаа байх. Гэхдээ ажилтан шалгаруулж авч байгаа нь тэр компани шПП дээ. Ямар хПн ажилд авч байгаагаа мэдэхийн тулд хувийнх нь байр суурийг бас шалгаж Пзэж болно биз дээ.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Интернэт зах зээлийн талаарх нэгэн судалгааны тайланд дурдсанаар, хүн төрөлхтөн одоо үед өдөрт дунджаар зургаан цаг 40 минут орчим буюу нийт амьдралынхаа 25 хувийг цахим орчинд өнгөрөөж байгаа гэж дүгнэсэн байна. Тайлангийн дүнгээс харахад интернэт хэрэглэгчдийн тал хувь нь ухаалаг гар утас ашиглан цахим орчинд нэвтэрдэг аж. Энэ нь цахим хуудсаар зочлон мэдээлэл унших, хайх, цахим зурвас илгээх, олон нийтийн сүлжээгээр аялах зэрэг интернэттэй холбоотой бүхий л үйлдлийг хамарч байгаа ба бид жилийн 100 өдрийг зөвхөн интернэт орчинд өнгөрөөж байна гэсэн үг юм. Харин дэлгэцийн цагийн хяналтын программууд бий болсны үр дүнд хэрэглэгчдийн интернэт орчинд өнгөрөөх хугацаа есөн минутаар буурсан байна. Эдгээр программуудыг ухаалаг утсандаа суулгаснаар та үнэтэй цагаа цахим орчинд өнгөрөөхөөс сэргийлж, хэрэглээгээ хянаж, цагийг ухаалгаар зарцуулахад тань туслах болно.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Дэлгэцийн цагийн хяналтын программууд бий болсноор интернэт орчинд өнгөрөөх хугацаа буурсан байна.
- ② Орчин үеийн хүмүүс нэг өдрийн хорин таван хувийг интернэтийн орчинд өнгөрүүлдэг болсон байна.
- ③ Интернэтэд нэвтрэн цахим хуудсаар зочлон мэдээлэл уншиж, цахим зурвас илгээж, олон нийтийн сүлжээгээр аялдаг байна.
- ④ Интернэт хэрэглэгчдийн тэн хагас нь гар утсаараа интернэтэд ордог байна.
- ⑤ Дэлгэцийн цагийн хяналтын программуудыг ухаалаг утсандаа суулгаснаар та үнэтэй цагаа хэмнэж чадах болно.

Хариулт: (2) → () → () → () → ()



2 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Хүн төрөлхтөн амьдралынхаа тэн хагасыг цахим орчимд өнгөрөөж байна.
- ② Хүн өдөрт дунджаар 6 цаг 40 минут гар утсаараа интернэтэд ордог байна.
- ③ Дэлгэцийн цагийн хяналтын программ нь цахим хуудсанд зочлох, зурвас илгээх, олон нийтийн сүлжээгээр аялахад саад тотгор учруулж байна.
- ④ Дэлгэцийн цагийн хяналтын программ ашигласнаар интернэт орчинд өнгөрөөх хугацаагаа тодорхой хугацаагаар бууруулж чадна.

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Ухаалаг гар утас нь төрөл бүрийн давуу талыг хэрэглэгчдэд олгодог. Гэхдээ тэрхүү давуу талтай харьцуулахад сөрөг тал нь цөөнгүй байгааг анхаарах хэрэгтэй. Гар утсаа байнга оролдож хэт их хэрэглэснээр үр ашиггүй цаг хугацааг өнгөрөөх, гэр бүл дотны хүмүүстэйгээ харьцах нь багасах зэрэг сөрөг талтай. Мөн дэлгэцэнд донтох эмгэгийг бий болгодог ба бага насны хүүхдүүдийн зан төлөвт муугаар нөлөөлөх хандлага ажиглагдаж байна.

1 Энэ сэдвийн гарчиг юу байж болох вэ?

- ① Ухаалаг гар утас – Цагийн дайсан!
- ② Ухаалаг гар утас ба түүний давуу тал.
- ③ Гар утаснаасаа хол байцгаая!
- ④ Ухаалаг гар утсыг гэр бүлийнхэнтэйгээ хамтдаа!

2 Дээрх агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Ухаалаг гар утас нь хүүхдүүдэд их нөлөө үзүүлдэг.
- ② Ухаалаг гар утасны давуу талаас илүүтэйгээр сөрөг тал нь их.
- ③ Гар утсаа оролдонгоо гэр бүлийнхэнтэйгээ ярилцдаг.
- ④ Ухаалаг гар утас хүүхдүүдийн сэтгэхүйн хөгжилд сайнаар нөлөөлдөг.



- 1 Ta өөрийнхөө интернэт хэрэглээний тухай танилцуулна уу.
- 1 Доорх хүснэгтэд та интернэтийг ямар аргаар, хэдий хугацаагаар, ямар зорилгоор хэрэглэдэг тухайгаа тэмдэглэнэ үү.

Миний интернэт хэрэглээ	
Интернэтэд холбогдох	- Гар утас - Таблет - Компьютер
Нэг өдрийн интернэт хэрэглээ	- 1 цагаас бага - 1~3цаг - 3~6цаг - 6 дээш цаг
Зорилго	- Мэдээ, мэдээлэл хайх - Олон нийтийн сүлжээгээр зочлох - Тоглоом - Боловсрол сургалт - Худалдаа

- 2 Дээрх тэмдэглэлээ ашиглан өөрийн интернэт хэрэглээний тухайгаа танилцуулна уу.



- 2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Техникийн дэвшил хөгжил, ухаалаг гар утасны хэрэглээ бидний амьдралд ая тухтай олон зүйлийг авчирч өгсөн нь үнэн ч тодорхой хэмжээгээр хязгаарлах арга хэмжээ авахгүй бол нийгэмд илүү олон сөрөг нөлөө бий болгох нь тодорхой болж байна гэдгийг хэлэхийг хүссэн юм.

- 3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

Интернетэе мaнy аны тeмбoгa итгi тaмyнe yрuиc мoдoн гeтi тeтeлхaгo жинcилхaдaг cэнгaкхaл cу итceмyида. гeрyнa итгeтi cаcилuи aнuмpо cилтe тeмбoгa гeрyнжu ааmн тeмбoгa тyнлuхaгu uуиe куиуигнe тeижuи тoснe тoтoлy cиcтeрлхeнe бaнбoгy алуyаyхмyида.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



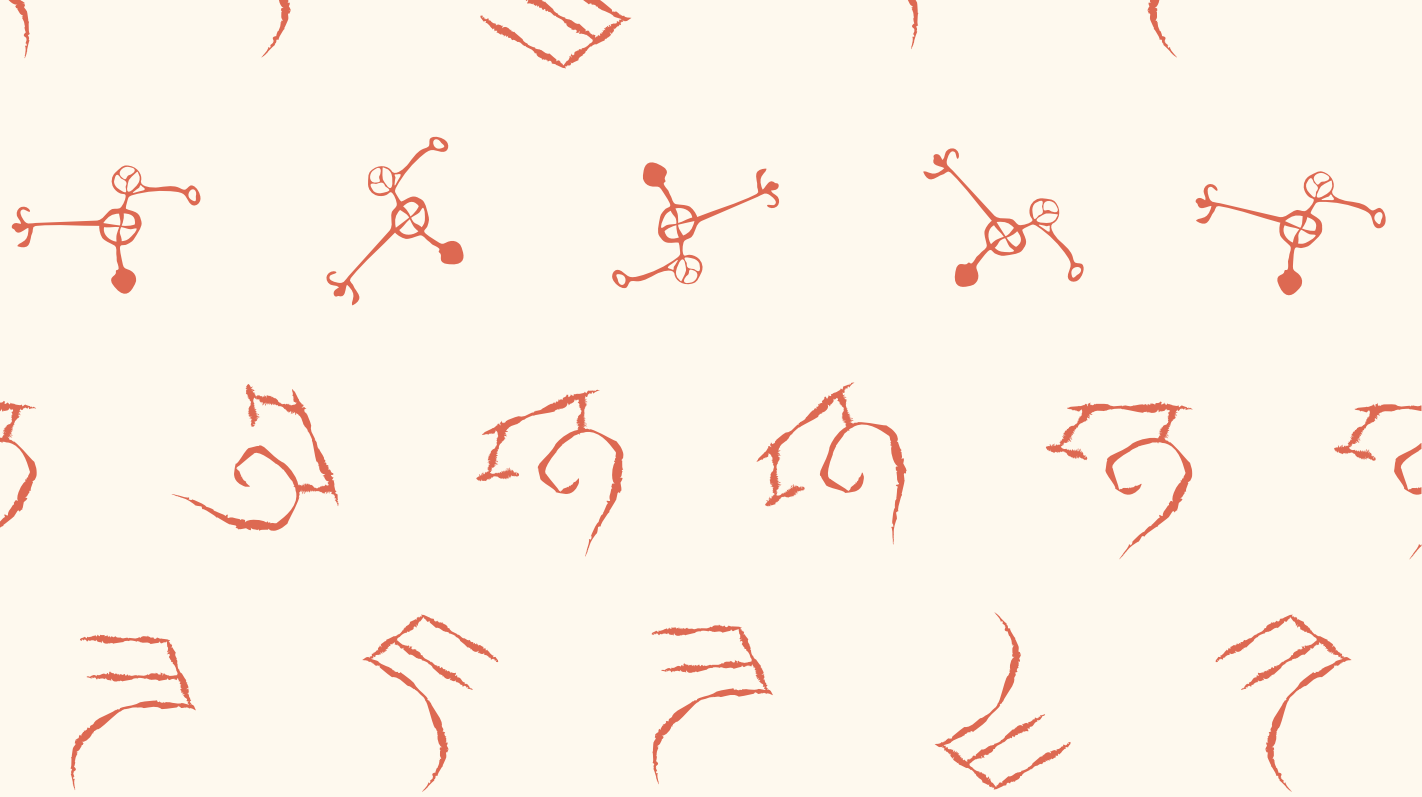
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



Хичээл **6**

Амьдралын дадал хэвшил

생활 습관

학습목표

- 고치고 싶은 습관에 대해 이야기할 수 있다.
- 건강을 위한 계획에 대해 이야기할 수 있다.

도입 질문

1. 여러분에게도 고치고 싶은 생활 습관이 있습니까?
2. 건강을 위해서 평소에 하는 일은 무엇입니까?



어휘 및 표현

- ажлын бүтээмж
- анхаарал төвлөрөлт
- архи, тамхины хэрэглээ
- биеийн жин
- бодисын солилцоо
- буруу хооллолт
- буруу хэвшил
- дадал хэвшил
- зүрх, судасны өвчлөл
- зүрхний шигдээс
- идэвхтэй амьдрал
- илчлэг
- ирээдүйд чиглэсэн
- мэдрэмж
- нас баралт
- нозоорсон байдал
- онцгой татвар
- өгөөж
- өсөн нэмэгдэх
- таргалалт
- халдварт бус өвчин
- хоол боловсруулах эрхтэн
- хоол хүнсний аюулгүй байдал
- хорт зуршил
- хөдөлгөөний идэвхгүй байдал
- хөрөнгө оруулалт
- хүртээмж
- цус харвалт
- чихрийн шижин
- шууд бус сурталчилгаа
- эрүүл мэндийн байгууллага
- ядаргаа



Амьдралын зөв дадал хэвшил

Амьдралын буруу хэвшил, хорт зуршлаас шалтгаалсан өвчлөл манай улсын хүн амын дунд хурдтайгаар өсөн нэмэгдэж байна. Архи, тамхины хэрэглээ, буруу хооллолт, хөдөлгөөний идэвхгүй байдлаас шалтгаалсан халдварт бус өвчин нас баралтын 70 гаруй хувийг эзэлж буй. Ялангуяа чихрийн шижин, цус харвалт, зүрхний шигдээс зэрэг эрүүл амьдралын хэв маяг алдагдсанаас үүдсэн зүрх, судасны өвчлөл газар авчээ.

Эрүүл мэндийн байгууллагаас давс багатай хүнсний хэрэглээг дэмжиж, олон нийтэд чиглэсэн сурталчилгаа явуулахад 1 төгрөг зарцуулбал энэ нь 15 жилийн дараа улсын эдийн засагт 16.9 төгрөгийн өгөөж авчирна гэж тооцсон байна. Мөн согтууруулах ундааны татварыг нэмж, хүртээмжийг хязгаарлах, тамхины онцгой татварыг нэмж, шууд бус сурталчилгааг хориглох, иргэдийн идэвхтэй амьдралыг дэмжсэн биеийн тамир, спортын арга хэмжээг зохион байгуулж, хоол хүнсний аюулгүй байдлыг хангах зэрэг нь халдварт бус өвчнөөр нас барах явдлыг бууруулж улмаар улс орны эдийн засагт үр өгөөжөө өгөх юм.

Амьдралын зөв дадал хэвшил бий болгоно гэдэг нь зөвхөн хувь хүний өөрийн асуудал биш улс орны эдийн засаг, хөгжилтэй холбоотой асуудал бөгөөд ирээдүйд чиглэсэн хөрөнгө оруулалт гэж ойлгох хэрэгтэй юм.

Өглөөний хоолны ач тус

Эрүүл байх, зөв хооллолтын үндэс нь өглөөний цайг “тогтмол” уухаас эхэлнэ. Хүн болгон өглөөд цай ууж байж ажил, сургуульдаа явах ёстой. Өглөөний цай нь бодисын солилцоог эрчимжүүлнэ. Цусан дахь сахарын хэмжээг тогтмол хэмжээнд байлгана. Өлсөх мэдрэмжийг багасгаснаар өдрийн туршид их идэх эрсдэлээс хамгаална.



Өглөөний цай ууснаар “ходоод” дүүрэн байх мэдрэмж удаан хугацааны туршид байснаар хоногийн хоолноос авах илчлэгийн хэмжээ багасаж, “жин” нэмэгдэхгүй, сайн хянаж чадна. Өглөө цайгаа ууснаар ажлын бүтээмж өндөр байж, анхаарал төвлөрөлт, шинэ юм хүлээж авах чадвар илүү өндөр байдаг. Өглөөний цай нь даралт ихдэх, харвалтаас 27 хувь, чихрийн шижингээс 20 хувь сэргийлнэ.

Өглөөний цайгаа уусан хүн таргалалтад илүү бага өртдөг гэсэн судалгааны дүн гарчээ. Өглөөний цайг гурван сарын хугацаанд тогтмол ууснаар энэ хугацаанд идэж байсан нийт хоолны хэмжээ найман кг орчим хасагдсаны дотор оройн хоолны хэмжээ 3.300 граммаар хасагдсан гэх судалгаа байна. Эндээс биеийн жинг хянах, бууруулахад өглөөний цай их ач холбогдолтой нь харагдана.

Өглөөний хоол нь ядаргаа, нозоорсон байдлаас сэргээж эрч хүч өгнө. Гоо сайханд ч сайн нөлөөтэй. Гоолиг бие, тунгалаг царайтай байхын нэг үндэс нь өглөөний цайгаа уух явдал юм. Өглөөний цай ууснаар ходоод, хоол боловсруулах эрхтнээ хамгаалж чаддаг.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

Эрэгтэй Дэндүү ажил ажил гээд бүр ядаргаанд орж гүйцлээ. Ядарч байна шүү хөө.

Эмэгтэй Жаахан амрангаа ажил төрлөө хий л дээ. Ядаргаанд ороод хэвтчих юм бол ажил ч үгүй, амьдрал ч үгүй болно шүү дээ.

2

Эрэгтэй Гэдэс өлсөж байх чинь вэ? Үдийн цайны цаг арай болоогүй байна уу?

Эмэгтэй Арай л болоогүй байна. Өглөө эрт босоод өглөөнийхөө цайг ууж бай л даа. Амьдралын зөв хэвшил дадал чинь жижигхэн зүйлээс эхлэнэ шүү дээ.

3

Эрэгтэй Засгийн газраас архи тамхины онцгой татварыг нэмэхээр болсон байна.

Эмэгтэй Тун сайн байна. Архи тамхины хэрэглээг багасгах нь зөвхөн иргэдийн эрүүл мэндийн асуудал биш. Улс орны ирээдүйн хөгжлийн асуудалтай шууд холбоотой асуудал юм.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

Эмэгтэй: Хоолны дэглэм барьж байгаа хүмүүст тахианы цээж мах идэхийг зөвлөдөг. Тахианы цээжний мах нь эрүүл мэндэд тустай хэдий ч тослог багатай, их аргуу болохоор байнга идэхэд тийм ч таатай биш байдаг. Харин тахианы цээж махаа чанаж болгохдоо бүрэн болохоос нь өмнө гаргаад хайруулын тавганд бага зэрэг шараад идэж үзээрэй. Ингэвэл илүү зөөлөн, бас амт нь ч нэмэгддэг.

Эмэгтэй Бас л кофе ууж байна уу?

Эрэгтэй Хоол идсэний дараа кофе уугаад бүр сурчихаж.

Эмэгтэй Кофе уух эрүүл мэндэд муу гэж сонссон уу? Зарим хүмүүс ч яахав кофе уух нь зүрхэнд сайн гэж ярьдаг л юм байна лээ. Гэхдээ ямар нэг юм тааруулж хэрэглэхгүй хэтрүүлж хэрэглэх юм бол хоол биш хор болно гэж нэг үг байдаг байх аа.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Амьдралын зөв хэв маягт бидний сайн мэдэх хэдий ч магадгүй төдийлөн анзаардаггүй 5 дадал багтсан байна. Эдгээр нь идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийх, эрүүл зөв хооллох, өөрт тохирсон биеийн жинг барих, архи тамхи хэрэглэхгүй байх зэрэг юм. Тухайлбал, дасгал хөдөлгөөн хийдэггүй хүн тогтмол дасгал хийдэг хүнийг бодвол, зүрхний өвчнөөр нас барах магадлал нь 6 дахин их байдаг гэнэ. Хөдөлгөөнтэй байх нь зөвхөн урт наслалтыг дэмжээд зогсохгүй биднийг бүтээлч болгодог.

Бидний өдөр тутмын амьдрал агаар, хөрсний бохирдол, тоосжилт гэх мэт олон асуудлуудаар хүрээлэгдсэн байдаг. Биднээс хамаарахгүй эдгээр асуудлууд эргэн тойронд байгаа үед бид эрүүл хооллож сурах нь хамгаас чухал. Ингэхдээ биеийн жингээ сайн барих хэрэгтэй.

Амьдралын хамгийн муу зуршил бол архи, согтууруулах ундаа хэрэглэх, мөн тамхи татах явдал мөн. Согтууруулах ундааны хэмжээгээ эрс багасгах буюу хэрэглэхээ болих нь хорт хавдраар өвчлөх магадлалыг багасгахаас гадна амьдралд тань мэдэгдэхүйц олон эерэг өөрчлөлтүүдийг авчирна. Тамхи ч мөн ялгаагүй. Тамхины хор хөнөөлийн талаар хүмүүс сайн мэддэг хэдий ч орхих нь амаргүй байдаг. Гэвч энэ нь огт боломжгүй гэсэн үг биш юм. Тамхинаас гарснаар хэр их мөнгө хэмнэж, эрүүл мэндээ дахин олж авах болно.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Согтууруулах ундаа хэрэглэхээ боливол таны амьдралд мэдэгдэхүйц олон эерэг өөрчлөлтүүд бий болно.
- ② Амьдралын зөв хэв маяг бий болгох таван дадал байдаг.
- ③ Тамхины хор хөнөөлийн талаар хүмүүс сайн мэддэг.
- ④ Эрүүл хооллож сурахын зэрэгцээ биеийн жиндээ байнга анхаарал хандуулах хэрэгтэй.
- ⑤ Дасгал хөдөлгөөн хийдэггүй хүн төрөл бүрийн өвчнөөр нас барах магадлал өндөр байдаг.

Хариулт: (2) → () → () → () → ()



2 Амьдралын зөв хэв маяг биш зүйлийг сонгоно уу.

- ① Тамхи бол хүний биед туйлын хор хөнөөлтэй зүйл бөгөөд даруй хэрэглээгээ зогсоох хэрэгтэй.
- ② Архийг тохируулан хэрэглэвэл зүрх судасны үйл ажиллагааг дэмждэг.
- ③ Илүүдэл жингээ хаях нь урт наслах үндэс мөн.
- ④ Өөрт тохирсон дасгал хөдөлгөөнийг тогтмол хийх нь таныг улам бүтээлч болгоно.

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Би дандаа ядарч байгаагаа мэддэг. Хэчнээн сайн унтаж амарсан ч гэсэн ядаргаа тайлагдахгүй юм. Сүүлийн үед ажил ихтэй байгаа болохоор их стресст орж байгаа. Компьютерын ард суухлаар л толгой өвдөх юм. Урьд өмнө нь дасгал хөдөлгөөн хийдэг байсан боловч сүүлийн үед их ядраад хийж ч чадахаа больсон.

Ямар нэгэн өвчин туссан юм болов уу? Санаа их зовж байна.

Re: Зөвлөгөө өгч тусална уу.

Сайн байна уу?

Их стресстэй байгаа бололтой.

Бага зэрэг амрангаа дасгал хөдөлгөөн хийвэл аяндаа сайжрах байх.

1 Дээрх зөвлөгөөтэй ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Тухай тухай үед нь сайн унтаж амарч дасгал хөдөлгөөн сайн хийх хэрэгтэй.
- ② Эрүүл мэндэд тустай хоол хүнс хэрэглэх хэрэгтэй. Биедээ ачаалал өгөх дасгал хөдөлгөөн хийхээс зайлсхийх хэрэгтэй.
- ③ Сайн амарч хөнгөн хөдөлгөөн дасгал хийх нь сайн. Мөн хангалттай их хэмжээний ус уух хэрэгтэй.

2 Болдын зөвлөгөө авахыг хүссэн агуулга, түүний хариулт юу болохыг бичнэ үү.

Зөвлөгөө авахыг хүссэн асуулт: _____

Хариулт: _____



1 Найзынхаа амьдралын дадал хэвшлийн талаар асууж мэдье.

1 Эхлээд доорх хүснэгтийг бөглөнө үү.

Миний найзын амьдралын хэв маяг	
Засаж сайжруулахыг хүсэж байгаа дадал хэвшил	- - -
Яагаад?	
Урьд өмнө нь ийм дадал хэвшилтэй байсан уу?	
Хэзээнээс эхэлж ийм дадал хэвшилтэй болсон бэ?	
Энэхүү дадал хэвшлээ засахын тулд юу хийх хэрэгтэй гэж бодож байна вэ	

2 Дээрх тэмдэглэлээ ашиглан найзынхаа амьдралын дадал хэвшлийн тухай бичнэ үү.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Эрүүл амьдралын зөв дадалд суралцах нь өнөөгийн нийгэмд тулгамдаж буй томоохон асуудлуудын нэг билээ. Эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлдөг хүчин зүйлийг 100 хувь гэж үзвэл хувь хүний амьдралын буруу хэвшил, зан үйлээс 55-60% нь шалтгаалдаг болохыг Дэлхийн эрүүл мэндийн байгууллага тогтоосон байдаг. Хэрэв бид амьдралын буруу хэвшлээ өөрчилж чадвал олон өвчнөөс сэргийлж чадахаас гадна стрессгүй аз жаргалтай амьдрах болно.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

현대인은 수면시간이 매우 부족하다. 잠이 보약이라는 말도 있듯 충분한 수면시간을 확보하는 것은 건강의 큰 원동력이다. 낮잠은 최소화하고 가급적 6~7시간의 수면시간을 유지하려 노력하는 것이 좋다. 스마트폰을 보다 잠드는 건 금물이다. 이는 다음 날 피로를 더 가중시키는 행동이다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO

Адал явдал дүүрэн амьдрал

새로운 경험

학습목표

- 필요한 정보를 문의하고 소개할 수 있다.
- 문화 체험 프로그램을 추천할 수 있다.

도입 질문

1. 몽골어로 정보를 문의해 본 경험이 있습니까?
2. 몽골 관련 문화 체험을 해본 적이 있습니까?



어휘 및 표현

ааруул ээзгий хийх
 аж ахуй
 арилжаалах
 арьс шир
 бэлчээр сэлгэн нүүдэллэх
 бэлчээрийн хариулга маллагаа
 гүн гүнзгий шингэх
 дасан зохицох
 ерөөх
 ертөнцийг үзэх үзэл
 зан заншил
 зочломтгой зан
 ишиг хурга эргүүлэх
 мал аж ахуй
 ноос ноолуур
 нүүдлийн соёл иргэншил
 онгон дагшин
 өндөрлөг
 өрөм загсаах
 сүү хөөрүүлэх
 тугал татах
 үнээ саах
 халуун дулаан сэтгэл
 хоногшин үлдэх
 хонь ямаа хариулах
 хонь ямаа холбон саах
 цаг уурын онцлог
 цайны дээж өргөх



Нүүдлийн соёл иргэншил

Төв Азийн өндөрлөгт олон мянган жилийн турш нүүдлийн соёл иргэншлийг хадгалж ирсэн ард түмэн гэвэл монголчууд юм. Тэдний өвөрмөц зан заншил, ертөнцийг үзэх үзэл, байгальтай харьцах харьцаа зэрэг нь бусад ард түмнээс эрс ялгаатай байдаг. Монголчуудын гол эрхэлж ирсэн аж ахуй нь мал аж ахуй бөгөөд дан ганц бэлчээрийн хариулга маллагаагаар өсгөж үржүүлж иржээ. Тэр утгаараа ч өргөн уудам газар нутагт бэлчээр сэлгэн нүүдэллэн амьдарч ирсэн байна.

Нүүдэлчин монголчуудын эдийн засгийн эх үүсвэр нь малаас гаралтай байдаг. Малын мах, сүү төдийгүй арьс шир, ноос ноолуурыг ашиглан амьдрал ахуйдаа хэрэглэх юм уу, бусад эд бараагаар арилжаалан хэрэгцээт зүйлсээ хангана. Хоол хүнсний хувьд махан болон сүү, сүүн бүтээгдэхүүн дийлэнх хувийг нь эзэлдэг байжээ. Энэ нь тухайн газар нутгийн цаг уурын онцлогтой зохицсон байдаг байна.

Монголчууд бол хүрээлэн буй орчиндоо дасан зохицож, байгаль дэлхийгээ хайрлан хамгаалж ирсний үр дүнд өнөөгийн монгол орны ихэнх газар нутаг онгон дагшнаараа хадгалагдан ирсэн байна. Монголчуудын ертөнцийг үзэх үзэлд байгалийг өөрийнхөө эрхшээлд оруулах бус харин түүнд дасан зохицож зэрэгцэн амьдрал үзэл гүн гүнзгий шингэсэн байдаг.

Малчин айл

Монголын аялал жуулчлалын хамгийн сонирхолтой хөтөлбөрийн нэг бол “Малчин монгол аялал” юм. Энэхүү хөтөлбөр нь малчин айлд хоёр хононгоо монгол орны нүүдлийн соёл, ёс заншил, ахуйтай танилцдаг. Малчин айл өглөө эрт босдог юм байна. Ургах нартай уралдан босоод галаа түлж цайгаа чанасны дараа хамгийн түрүүнд байгаль дэлхийдээ цайныхаа дээжийг өргөнө. Ингэж цайныхаа дээжийг өргөхдөө гэр бүл, төрөл төрөгсдөдөө аз жаргал, сайн сайхан бүхнийг хүсэж



ерөөнө. Өглөө эртлэн үнээгээ саана. Үнээ саахад тугал татаж өгөх гэж амаргүй ажил байдаг юм байна. Тугал татах гэдэг нь үнээ сааж байх хооронд тугалыг нь хажуу талд нь бариад эхэд нь үнэрлүүлнэ. Тэгвэл сүү их гардаг гэнэ. Түүний дараа саасан сүүгээ хөөрүүлж өрөм загсаана. Шинэхэн өрөм үнэхээр амттай.

Малчин айлын өдрийн ажил нь хонь ямаагаа хариулах, ишиг хургаа эргүүлэх, ааруул эззгий хийх гээд амсхийх чөлөөгүй өнгөрнө. Малын сүүгээр тийм олон цагаан идээ хийж болдгийг хараад үнэхээр гайхмаар байв.

Нар жаргахын өмнөхөн хонь ямаагаа холбон саагаад ишиг хургаа нийлүүлнэ. Эхээсээ өдөржин тусдаа байсан ишиг хурга эхтэйгээ нийлээд үнэхээр жаргалтай байх шиг санагдав.

Монгол малчин айлын хүн бүр өөр өөрийн гэсэн ажилтай. Балчир жаахан хүүхэд ч гэсэн өөрийн гэсэн ажил үүргийн хуваарьтай байдаг нь багаасаа ажил сурч, ухаан суух үндэс болдог юм шиг байна.

Малчин айлд хоёрхон хоносон ч гэсэн монголчуудын зочломтгой зан, халуун дулаан сэтгэл миний сэтгэлд хоногшин үлдсэн юм.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- Эрэгтэй Монголд шинэ соргог, адал явдал дүүрэн аялалд явах юмсан.
- Эмэгтэй Чи тэгвэл монгол малчин айлд очиж амьдраач. Тэнд яг л хөдөөний хүмүүсийн амьдардаг хэв маягаар амьдарч, тэдний амьдрал ахуйтай танилцах хөтөлбөр байдаг гэж сонссон юм байна.

2

- Эмэгтэй Монголчууд яагаад ингэж их мах иддэг юм бэ? Бүр өөхтэй мах шүү....
- Эрэгтэй Түүнийг чинь цаг агаарын онцлог, уламжлалт аж ахуйтай нь холбож ойлгох нь зөв болов уу? Монгол орон хахир хатуу хүйтэн өвлийн улиралтай. Эрхэлж байгаа аж ахуй нь мал аж ахуй. Харин ч хамгийн тохиромжтой, илчлэг ихтэй хоол хүнс гэж хэлж болно шүү.

3

- Эмэгтэй Чи хөдөөний амьдрал сайн мэдэх үү?
- Эрэгтэй Мэдэлгүй яахав. Би чинь багадаа хөдөө өсөж, хурга ишиг хариулж өссөн хүн шүү дээ. Харин сургуульд ороод л хотод хүрээд ирсэн болохоос биш.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эрэгтэй: Хөдөө ч сайхан байна шүү! Цэлийсэн сайхан тал. Дараа нь ийм л газар ирж амьдаръя.
- Эмэгтэй: Ийм эл хуль газар уу? Би л лав ийм газар амьдарч чадахгүй байх аа.
- Эрэгтэй Яагаад? Ийм сайхан газар уу?
- Эмэгтэй Хөдөө амьдрах хэцүү байх аа. Үзвэр үйлчилгээ, кинотеатр ч байхгүй. Найзуудтайгаа уулзаад хоол унд идэх ч газаргүй. Хот газар шиг хөгжилтэй сайхан байж чадахгүй. Их тух муутай байх байх.

- Эмэгтэй Манай аялалын хөтөч компани хэрэглэгчдээ зориулж үргэлж шинэ бараа бүтээгдэхүүнийг танилцуулж байдаг билээ. Энэ удаа та бүхэндээ зориулж монгол орны үзэсгэлэнт газруудаар тойрон аялаж, монгол малчин айлд зочлон тэдний амьдрал ахуйтай танилцах багц үйлчилгээг санал болгож байна. Ялангуяа, наадмын хямдралыг бүх хөтөлбөртөө арван таван хувь хүртэл зарлаж байна.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Сүүлийн үед хөдөөгийн аялал жуулчлал дэлхийд эрчимтэй хөгжиж байна. Энэ төрлийн аялал нь жуулчинд байгальтай ойртох, хөдөөгийн аж амьдралын онцлогийг мэдрэх бололцоог өгдөг. Хөдөөгийн аялал 1970-аад онд Их Британид хөгжиж эхэлсэн бөгөөд Европын бусад оронд ч гэсэн энэ төрлийн аялал жуулчлал сайн хөгжсөн байна. Энэхүү аялал жуулчлал нь “Амьдар, суралц, байгальтай ойртсон амьдралын сайхныг амс” гэсэн уриатай.

Монгол улсад хөдөөгийн аялал жуулчлалыг хөгжүүлэх нөөц бололцоо бүрэн бий. Гэхдээ одоохондоо зам тээврийн дэд бүтэц хөгжөөгүй, жуулчдад зориулсан тохь тухтай орчин бүрдээгүйгээс гадна малчид өөрсдөө аялал жуулчлалын бизнес эрхлэх тал дээр мэдлэг, туршлага тун хомс байна. Монголд энэ төрлийн аялал жуулчлалыг маш олон төрлөөр хөгжүүлж болно. Тухайлбал, цагаан идээ бэлтгэх, мал хариулахыг сонирхсон жуулчид их байдаг. Тэд малыг бэлчээрээр маллахын онцлог, малчин хүний байгальтай харьцах, түүнийг хайрлах ухаан зэргийг сурахыг хүсдэг. Ингэвэл зүгээр нэг морь унуулаад зураг авхуулснаас илүү үр дүнтэй байна.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Монгол улсад хөдөөгийн аялал жуулчлал хөгжих боломж бололцоо дүүрэн байна.
- ② Монгол улсын орон нутагт дэд бүтэц, жуулчдад зориулсан тохь тухтай орчин хангалтгүй байна.
- ③ Гадаадын жуулчид мал маллах, байгальтай ойр байх дуртай.
- ④ Малчдад хөдөөгийн аялал жуулчлалын талаарх мэдлэг, мэдээлэл хомс байна.
- ⑤ Хөдөөгийн аялал жуулчлал Их Британи болон Европын орнуудад сайн хөгжсөн.

Хариулт: (5) → () → () → () → ()



2 Уншсан зүйлтэйгээ ижил агуулга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Европын өндөр хөгжилтэй улс орнуудад хөдөө аж ахуйн аялал жуулчлал гэж байдаггүй.
- ② Монгол улсад хөдөөгийн аялал жуулчлал хөгжих бүрэн боломжтой боловч олон төрлийн асуудлыг шийдвэрлэх шаардлагатай.
- ③ Гадаадаас ирсэн жуулчид гол төлөв морь унаж зураг авхуулах дуртай байдаг.
- ④ Цагаан идээ бэлтгэх, мал маллах нь гадаадын жуулчдын хувьд байж болшгүй зүйл.

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Нийслэл хотын захирагчийн албанаас өөрийн хурлын танхимаа хөдөө орон нутгаас ирж цагаан идээ борлуулж буй иргэдэд ашиглуулахаар боллоо. Хөдөө орон нутгийн иргэд тус талбайг үнэ төлбөргүйгээр ашиглаж болох бөгөөд ашиглах захиалгаа хотын захирагчийн албаны веб сайтанд орж баталгаажуулах юм байна. Энэхүү худалдаагаар аймаг аймгийн алдартай цагаан идээний амталгаат худалдаа зохион байгуулагдах тул нийслэлчүүд та бүхнийг өргөнөөр хүрэлцэн ирэхийг урьж байна.

1 Энэхүү сэдвийн гарчиг нь юу байж болох вэ?

- ① Нийслэл хотын захирагчийн алба цагаан идээ худалдаалж байна.
- ② Та манай вэб сайтад тавтай морилно уу!
- ③ Цагаан идээний амталгаат худалдаа зохион байгуулна.
- ④ Худалдааны талбайгаа амжиж баталгаажуулаарай.

2 Дээрх агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Цагаан идээгээ хотын захирагчийн албаны веб сайтаар дамжуулан худалдаална.
- ② Орон нутгаас ирж буй иргэд хотын захиргааны хурлын танхимыг түрээслэн ажиллахаар болсон байна.
- ③ Хотын захиргааны байранд худалдаа хийхийн тулд урьдчилан захиалга өгөх хэрэгтэй.
- ④ Аймаг аймгийн алдартай цагаан идээг үнэ төлбөргүй авч болох урамшуулалтай.



1. Найз нартаа монголд очоод ямар зүйл үзэж харж болох тухайн танилцуулна уу.

1. Эхлээд доорх хүснэгтийг бөглөнө үү.

Монгол соёл ахуйтай танилцах хөтөлбөр	
Монгол соёл ахуйтан танилцах ямар хөтөлбөрт хамрагдахыг хүсэж байна вэ?	- - -
Энэ хөтөлбөрийг хэнд санал болгохыг хүсэж байна вэ?	
Энэ хөтөлбөрт хамрагдсанаар юу юу үзэж харж болох вэ?	
Сайн тал нь юу вэ?	
Ямар зүйл дээр бэрхшээлтэй байсан бэ?	
Энэ хөтөлбөрт хамрагдахын тулд юу юу бэлдэх хэрэгтэй вэ?	

2. Дээрх тэмдэглэлээ ашиглан монгол соёл ахуйтай танилцах хөтөлбөрийн тухай бичнэ үү.



2. Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Эрүүл амьдралын зөв дадалд суралцах нь өнөөгийн нийгэмд тулгамдаж буй томоохон асуудлуудын нэг билээ. Эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлдөг хүчин зүйлийг 100 хувь гэж үзвэл хувь хүний амьдралын буруу хэвшил, зан үйлээс 55-60% нь шалтгаалдаг болохыг Дэлхийн эрүүл мэндийн байгууллага тогтоосон байдаг. Хэрэв бид амьдралын буруу хэвслээ өөрчилж чадвал олон өвчнөөс сэргийлж чадахаас гадна стрессгүй аз жаргалтай амьдрах болно.

3. Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

현지 유목민의 초대로 관광용이 아닌 가정집 게르에서 하룻밤 묵어갈 기회를 얻었다면 숙박료 대신 감사의 표시로 선물을 준비하자. 현금도 괜찮지만 가족 모두에게 쓸모 있는 선물을 주는 것도 좋습니다. 몽골에서는 선물을 겸손하게 받는 것이 예의이니 상대방이 신나 보이지 않는다고 실망하지 마세요.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



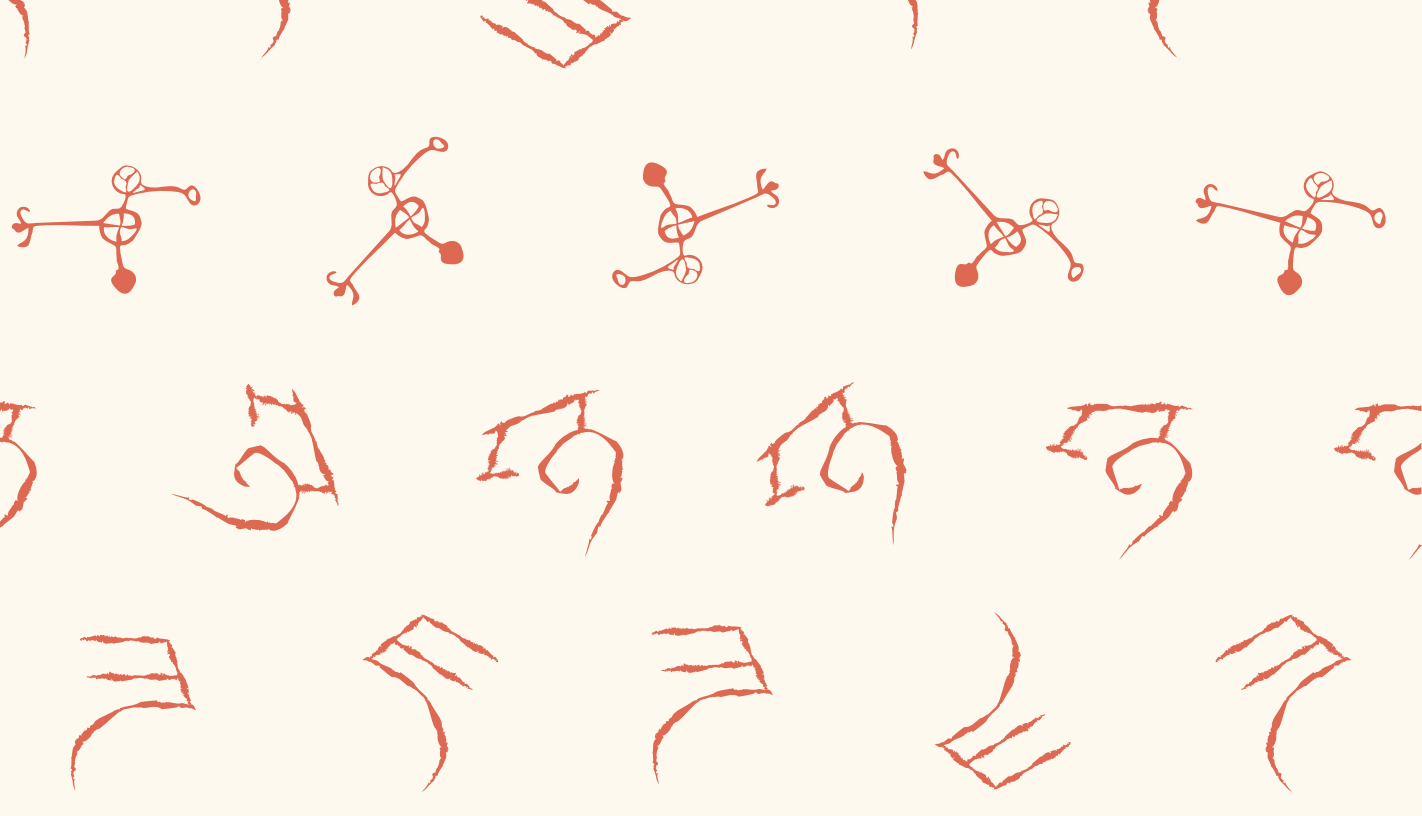
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



학습목표

-
-

도입 질문

- 1.
- 2.



биеэ даасан салбар
боломжийн зардал
бүтэн биеийн шинжилгээ
гоо сайхны мэс засал
гүнзгий шатны мэдлэг
гэрчилгээ олгох
даяаршил
дотор эрхтний эмгэг
зүрх судасны эмгэг
кординатор
оношилгоо
өндөр даралт
өндөр зэрэглэлийн
холбож өгөх гүүр
хүлээн зөвшөөрөгдөх
хүний хөгжлийн төв
хүрээг тэлэх
чихрийн шижин
шинэ ойлголт
эмчилгээ
эмчилгээ үйлчилгээ
эрүүл мэндийн аялал жуулчлал
эрүүл мэндийн байгууллага
эрүүл мэндийн орчуулга
эрүүл мэндийн шинжилгээ



Эрүүл мэндийн аялал жуулчлал

Эрүүл мэндийн аялал жуулчлал гэдэг ойлголт аялал жуулчлалын ёалбарт сүүлийн 10 жилд асар хурдтай гарч ирсэн нэн шинэ ойлголт юм. Орчин үед эрүүл мэндийн даяаршил явагдаж гадаад оронд чанартай эмчилгээ үйлчилгээ авахыг хүссэн хүмүүст үйлчилдэг тусгай оператор компаниуд олноор төрөн гарч ирэх болжээ. Тэдгээр компаниуд эмнэлэг, эрүүл мэндийн байгууллага, өвчтөн хоёрыг цаг алдалгүй холбож өгөх гүүр болж ажиллаж байна.

Эрүүл мэндийн аялал жуулчлал гэдэг нь өнөөдөр “эмчилгээ+аялал жуулчлал”-ыг холбосон ойлголт болон хөгжиж боломжийн зардлаар өөрийн санхүүгийн байдалд нийцүүлэн дэлхийн түвшний үйлчилгээг олж авахыг ингэж тодорхойлон нэрлэх болсон байна.

Эрүүл мэндийн аялал жуулчлал нь эрүүл мэндийн даяаршлыг бий болгох, аялал жуулчлалд тулгуурласан эдийн засгийн чадавхыг дээшлүүлэх, хүн амын эрүүл мэндийг сахин хамгаалах, орчин үеийн анагаах ухааны хөгжлийг дэмжих үндсэн зорилготой юм. Мөн эрүүл мэндийн аялал жуулчлал нь ард иргэдэд чанартай, өндөр зэрэглэлийн эмчилгээ үйлчилгээг хямд үнээр хүргэх аялал жуулчлалын биеэ даасан салбар болон хөгжиж байна.

Монголчууд ба эрүүл мэндийн аялал жуулчлал

Сүүлийн үед солонгос улсад эрүүл мэндийн шинжилгээ, оношилгоо, эмчилгээ хийлгэхээр явдаг монголчуудын тоо эрс нэмэгдсэн байна. Солонгос улсын эмнэлгүүдэд ч гадаадын иргэдэд зориулсан эмчилгээ оношилгооны хөтөлбөр нэвтрүүлж үйлчилгээнийхээ хүрээг тэлж байна.



Солонгос улсын эрүүл мэндийн салбарын хөгжил нь дэлхийд дээгүүрт ордог бөгөөд боломжийн үнэтэй, чанартай эмчилгээ үйлчилгээ үзүүлдгээрээ алдартай юм. Ялангуяа, дэлхий дахинаа гоо сайхны мэс заслыг хамгийн чанартай хийдэг гэдгээрээ хүлээн зөвшөөрөгдсөн байна.

Монголчуудын хамгийн их сонирхдог эрүүл мэндийн бүтээгдэхүүн нь “бүтэн биеийн шинжилгээ” байдаг байна. Мөн монгол хүмүүсийн хамгийн өртөмтгий байдаг зүрх судасны эмгэг, өндөр даралт, чихрийн шижин болон элэг бөөр зэрэг дотор эрхтний эмгэгтэй холбоотой эмчилгээ үйлчилгээ авахаар солонгос улсыг ихээр зорьж байна.

Солонгос улсад эрүүл мэндийн аялал жуулчлалаар мэргэшсэн оператор компани, кординаторууд ихээр бий болсон бөгөөд эмчилгээ үйлчилгээ авахыг хүссэн хүмүүсийг тохиромжтой нөхцөлөөр эмнэлэг, эрүүл мэндийн байгууллагатай холбож өгч байна. Эмнэлэг, эрүүл мэндийн орчуулга нь орчуулагчийн зүгээс гүнзгий шатны мэдлэг шаарддаг бөгөөд үүнтэй холбогдсон сургалт явуулж, гэрчилгээ олгодог хүний хөгжлийн төвүүд олноор үйл ажиллагаагаа явуулж байна.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- Эрэгтэй Таны ажил мэргэжил юу вэ?
- Эмэгтэй Би Солонгос улсад эмнэлгийн кординаторын ажил хийдэг. Миний ажил үүрэг бол эмчилгээ шаардлагатай байгаа хүмүүсийг солонгос улсын эмнэлгүүдтэй холбож өгөх ажил юм.

2

- Эрэгтэй Та Солонгос улсад ямар зорилгоор ирсэн бэ?
- Эмэгтэй Би эрүүл мэндийн аялал жуулчлалаар ирлээ. Дэлхийд алдартай солонгосын эрүүл мэндийн үйлчилгээнд хамрагдаж шинжилгээ хийлгэх зорилготой ирсэн. Мөн биеэ үзүүлж эмнэлгээр явахын хажуугаар солонгос орныг үзэж сонирхох бодолтой байна.

3

- Эрэгтэй Монголоос ирсэн өвчтөнүүдийг үзэж эмчлэхэд ямар нэгэн хүндрэл гардаг уу?
- Эмэгтэй Онцын хүндрэл гардаггүй. Гэхдээ ганцхан л юм байдаг. Яаралтай мэс засал хийлгэх шаардлагатай өвчтөн байсан ч гэсэн хэзээ ч хоёрдахь өдөр хагалгаанд орохгүй гэх юм.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эрэгтэй: Сүүлийн үед хүмүүс эрүүл мэнддээ л их анхаар гэдэг болж.
- Эмэгтэй: Хуучны хүмүүс эм тангаар биеэ тордохоор хоол ундаар торд. Хоол ундаар тордохоор алхаж гишгэж сайн хөдөл гэж хэлдэг байсан. Тэр ч ортой байх шүү.
- Эрэгтэй: Тэр ч үнэн байх аа. Би бас дасгал хөдөлгөөн хийх хэрэгтэй юм байна гээд өглөө босоод гүйж үзсэн юм. Тэгсэн өгдөг өвдөөд гүйхээ больсон. Ер нь хүн өөртөө тохирсон л дасгал хөдөлгөөн хийх хэрэгтэй юм шиг байгаа юм.

- Эрэгтэй Энэ өвчтөнд одоо яаралтай мэс засал хийх хэрэгтэй. Тэгж байж өвчний эхэн үед үндсээр эмчилж чадна.
- Эмэгтэй Миний бодлоор эхний үедээ байгаа тохиолдолд мэс заслын бус аргаар ч гэсэн эмчилж болно гэж бодож байна. Заавал мэс засал хийж биед нь ачаалал өгөх хэрэг байна уу? Эхлээд эмийн эмчилгээ хийгээд явцыг нь харсан нь дээр байх.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Эрүүл хооллолтын индекс гэдэг нь олон улсын судалгааны үр дүнгээр батлагдсан хэмжигдэхүүнийг ашигладаг шинэ аргачлал юм. Дээрх индексийг ашиглан тодорхойлсноор монголчуудын хүнсний хэрэглээний төрөл зүйл хэт тэнцвэргүй бөгөөд бусад оронтой харьцуулахад зүрх судасны эмгэг, цус харвалт, чихрийн шижин болон хорт хавдар зэрэг халдварт бус өвчлөлд өртөх эрсдэл маш өндөр байна. Хүнсний хэрэглээний тэнцвэргүй байдал нь үндэстэн даяар эрүүл амьдрах амьдралын чанарын үзүүлэлтэд сөргөөр нөлөөлж идэвхтэй, үр бүтээлтэй амьдралын хэв маягийг бууруулж байна. Иймээс, хоол хүнсний хангамжийн талаарх илүү дэлгэрэнгүй мэдээлэл шаардлагатай байна. Монгол Улсын хүн амын дундах дээрх тэнцвэргүй хоолны дэглэмийг засахад үр дүнтэй бодлого боловсруулах шаардлагатай юм. Үүний тулд бүх төрлийн хоол хүнс, хүмүүсийн идэж, ууж буй хүнсний бүтээгдэхүүн түүнд агуулагдах шим тэжээлийн хэмжээг бүрэн тодорхойлсон тоон хэмжээ бүхий судалгаа хэрэгтэй байна.

1 Дээрх агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Иргэдийн зүрх судасны эмгэг, цус харвалт, чихрийн шижин болон хорт хавдар зэрэг өвчлөлийг багасгах үр дүнтэй бодлого боловсруулах шаардлагатай.
- ② Хүмүүсийн идэж, ууж буй хүнсний бүтээгдэхүүн түүнд агуулагдах шим тэжээлийн хэмжээг бүрэн тодорхойлж индексжүүлэх шаардлагатай байна.
- ③ Монгол улсын хүн амын дунд олон улсын судалгаа явуулж дэлгэрэнгүй мэдээлэл гаргах хэрэгтэй байна.
- ④ Иргэдийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлж амьдралын хэв маягийг өөрчлөх шаардлагатай байна.



2 Үр бүтээлтэй амьдралын хэв маягийг бууруулж буй шалтгаан юу вэ?

- ① Иргэдийн дундах архаг өвчлөл их
- ② Хүнсний хэрэглээний тэнцвэргүй байдал
- ③ Хоол хүнсний хангамжийн талаарх дэлгэрэнгүй мэдээлэл дутмаг
- ④ Хоолны дэглэмийн талаарх судалгаа хийгдээгүй байдал

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Биеийн жин их байна гэдэг нь бүгд хэт таргалалттай байна гэсэн үг биш юм. Хэт таргалалт гэдэг нь тухайн хүний биеийн жин дунджаас их байхыг хэлэх бөгөөд тухайн хүний биед өөх ихээр хуримтлагдсан байгааг хэлнэ. Харин спортоор хичээллэдэг тамирчид бусад хүмүүсээс биеийн жин их байдаг ч гэсэн хэт таргалалттай холбоогүй байдаг. Энэ нь тухайн тамирчны бие доторх өөхнөөс илүү булчин нь их байдаг байна.

1 Энэхүү бичвэр ямар гарчигтай байж болох вэ?

- ① Биеийн жингээ хэрхэн хасах вэ?
- ② Спорт хүний эрүүл мэндэд ямар ач холбогдолтой вэ?
- ③ Эрүүл амьдрахын үндэс юу вэ?
- ④ Хэт таргалалт гэж юу вэ?

2 Дээрх сэдвийн гол агуулга юу вэ?

- ① Хэт таргалалтаас сэргийлэхийн тулд булчингаа нэмэгдүүлэх хэрэгтэй.
- ② Тухайн хүний биеийн жин дунджаас их байх тохиолдолд үүнийг хэт таргалалт гэж үзнэ.
- ③ Хэт таргалалт нь биеийн жин болон бие доторх өөхний харьцаагаар тодорхойлогдоно.
- ④ Хэт их жин ихтэй хүн биеийн жингээ багасгах хэрэгтэй.



- 1 Монголоос солонгос улсыг зорин ирж буй хүмүүсийн багагүй хувийг эрүүл мэндийн аялал жуулчлал эзэлдэг. Энэ тухай тайлбарлан бичнэ үү.
- 1 Эхлээд доорх хүснэгтэнд өгөгдсөн мэдээллийг уншина уу.

Мэдээлэл	Эрүүл мэндийн аялал жуулчлал
Агуулга	– Эрүүл мэндийн аялал жуулчлалаар ирж буй жуулчдын тоо жил ирэх тусам өсөж байна. – Солонгос улсын чанартай эмчилгээ үйлчилгээнд хамрагдахыг хүсэж байна. – Эдгээр хүмүүст зориулсан мэргэжлийн оператор компани, кординаторууд ажиллаж байна.
Хүндрэлтэй зүйл	– Хэлний бэрхшээл – Эмнэлгийн орчуулгаар мэргэшсэн орчуулагчдын тоо бага байна. – Мэргэжлийн оператор компани, кординаторууд тоо хүрэлцэхгүй байна.

- 2 Дээрх хүснэгтийг ашиглан солонгос улсын эрүүл мэндийн аялал жуулчлалын талаар танилцуулж бичнэ үү.



- 2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Эмчилгээний аялал жуулчлал нь тухайн улс орныхоо эдийн засагт гадаад улс орнуудаас ирэх эрүүл мэндийн салбарын мөнгөн орлогыг ихээхэн хэмжээгээр нэмэгдүүдэж байдаг учраас эдгээр улс орнуудын засгийн газрууд энэ салбартаа ихээхэн анхаарч эмнэлэг үйлчилгээнийхээ чанарын тал дээр өндөр хяналт тавьж, эмчилгээний визийн асуудалд хөнгөлөлт үзүүлж, эрүүл мэндийн даатгалын тогтолцоог уян хатан шийдвэрлэж, зарим эмнэлэгүүддээ төрөөс тухайн салбарыг хөгжүүлэх тал дээр хөрөнгө оруулалт ихээр хийж байна.

- 3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

국제의료관광 코디네이터는 국제화되는 의료시장에서 외국인환자를 유치하고 관리하기 위한 구체적인 진료서비스지원, 관광지원, 국내외 의료기관의 국가간 진출을 지원할 수 있는 의료관광 마케팅, 의료관광 상담, 리스크관리 및 행정업무 등을 담당하는 사람이다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



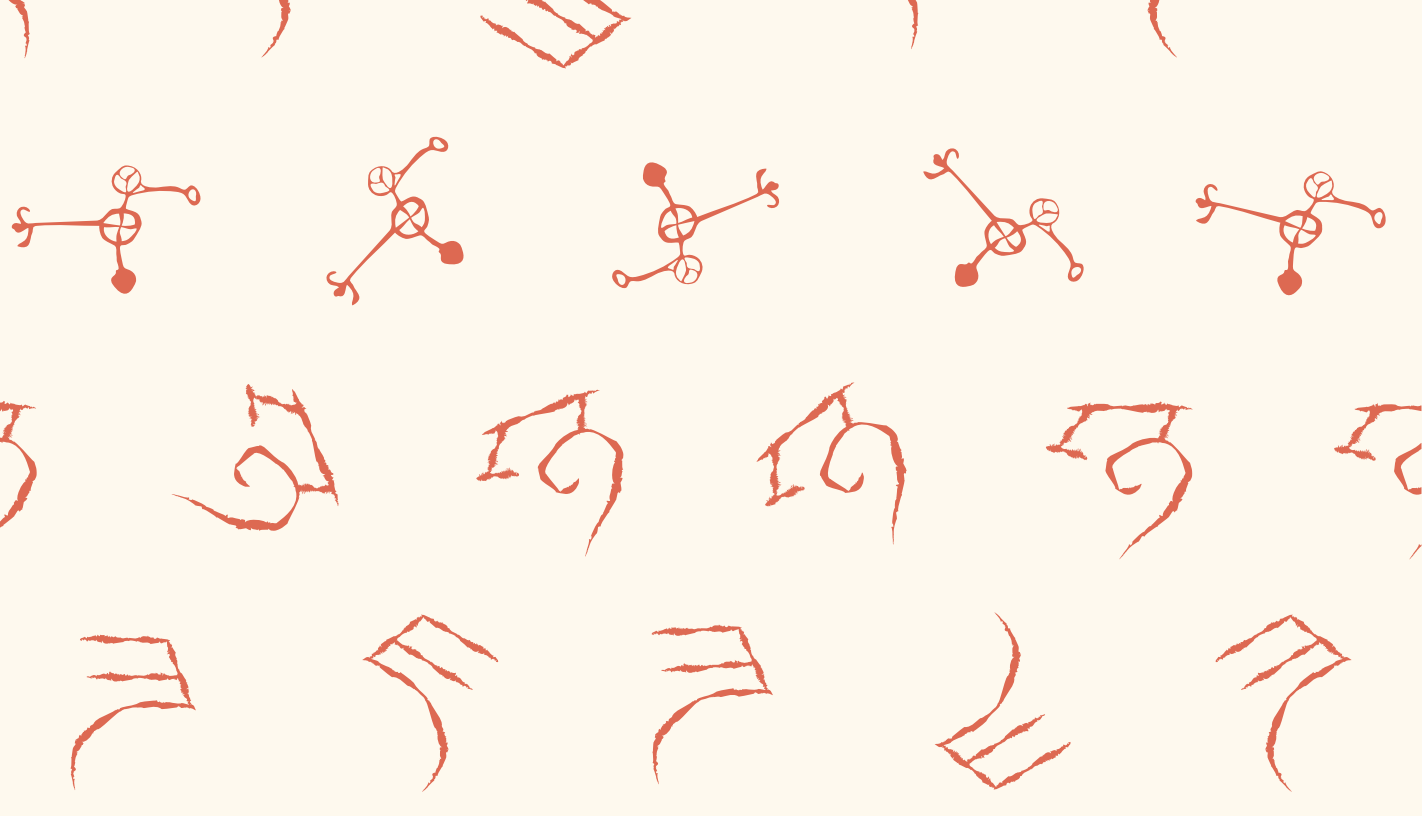
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



학습목표

- 다양한 상황의 실수에 대한 내용을 이해할 수 있다.
- 사과하는 방법에 대한 내용을 이해할 수 있다.

도입 질문

1. 여러분은 몽골어를 잘 몰라서 실수했던 적이 있습니까?
2. 사과를 받고 기분이 나빴던 적이 있습니까?



- алдаа оноо
- амжилтын түлхүүр
- амь бөхтэй зууралдах
- байж болшгүй зүйл
- буруутгах шүүмжлэх
- бусдыг итгэлийг олох
- доромжлол
- дүн шинжилгээ хийх
- нийтлэг дутагдал
- өнгөрсөндөө харамсах
- өөр өнцгөөс харах
- саад тотгор учруулах
- сэтгэлийн тэнхээ
- сэтгэлийн хат
- хор уршиг
- хуурамч үйлдэл
- хүлээн зөвшөөрөх
- хэтийдсэн
- шийдвэр гаргах
- эвгүй байдалд орох
- ээрэг үр дүн



Алдаа оноо

Зарим хүмүүс алдаа гэдэг байж болшгүй зүйл, түүний хор уршиг амьдралд нь саад тотгор учруулна гэж боддог. Гэхдээ бодит байдал дээр өөрийнхөө алдаанаас хэрхэн суралцахаа мэддэг бол урт хугацааны туршид маш эерэг үр дүн үзүүлдэг. Өөрөөр хэлбэл, та өөрийн гаргасан алдаа оноогоо өөр өнцгөөс харах юм бол таны амьдралын агуу багш болж ч болох юм.

Ерөнхийдөө хүмүүс алдаа гаргахаасаа айж боломжийг алдаж байдаг. Хэн ч гэсэн алдаа гаргаж болно. Хамгийн гол нь түүндээ дүн шинжилгээ хийж, дахин давтахгүйн тулд суралцах хэрэгтэй. Ингэснээр та цаашдаа ямарваа нэгэн шийдвэр гаргахдаа ашигтай байдлаар хэрэглэж болох юм. Өөрөөр хэлбэл, алдаа нь танд шинэ мэдлэгийг бий болгож байдаг гэдгийг санах хэрэгтэй.

Хэрвээ алдаа гаргасан бол бусдад хуурамч үйлдэл үзүүлэхээсээ зайлсхийх хэрэгтэй. Энэ нь таныг улам ч эвгүй байдалд оруулж мэднэ. Алдаагаа хүлээн зөвшөөрч чадах нь бусдыг итгэлийг олоход ямагт тус болж байдаг. Бас “нэгэнт л алдчихсан юм чинь одоо яах ч аргагүй” гэсэн хандлага гаргаж болохгүй. Өөртөө шүүмжлэлтэй хандаж, тухайн алдаа яагаад гарсан талаар дүгнэлт хийх хэрэгтэй.

Ямартай ч, нэг алдсан бол дахин алдахгүй байхын төлөө хичээж амьдрах ёстой юм.

Бусдыг уучилж чадах нь хүчтэйн шинж

Бүх хүнд давуу болон сул тал бий. Давуу талаа таньж мэдэн, тордон хөгжүүлсээр байх аваас амжилтын түлхүүрийг гартаа бат атгаж байгаа хэрэг. Давуу талаа хэдий чинээ эрт таньж мэднэ төдий чинээ сайн хэрэг. Сул талаа олж харахыг хүсэхгүй байх нь хүмүүсийн нийтлэг дутагдал. Тэр тусмаа сул талаа бусдаар



хэлүүлэх тун дургүй. Өөрөө олж харахыг хүсэхгүй, хүнээр хэлүүлэх дургүй болохоор хүний сул тал амь бөхтэй зууралддаг согог. Сул талаа мэдэрч ухаарахгүй байх нь маш том дутагдал, сул доройн шинж.

Бусдыг уучлах чадвар бол хүний маш том давуу тал юм. Уучилж чадах нь хүчтэйн шинж. Зүрх сэтгэлээр урсаад өнгөрсөн таагүй бүхнийг уучлах сэтгэлийн тэнхээтэй байх хэрэгтэй. Хэтийдсэн доромжлолыг ч уучлан өнгөрөөх сэтгэлийн хаттай хүн өөрийгөө бага зовооно. Сэтгэлийн тэнхээгүй сул дорой хүн уучлах чадваргүй байдаг. Бусдыг буруутган шүүмжлэх, ирээдүйнхээ төлөө санаа зовох, өнгөрсөндөө харамсах нь амьдралыг чинь жаргалтай болгохгүй гэдгийг санаарай.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

Эрэгтэй Би ч алдаа гаргахаас их айдаг хүн шүү дээ.

Эмэгтэй Алдаа гаргахаасаа айж байна гээд юу ч хийхгүй гараа хумхиад суух гэж үү? Алдсан ч гэсэн алдаанаасаа суралцаж чадвал түүнээс сайн сургамж гэж байхгүй шүү дээ.

2

Эрэгтэй Энэ удаагийн төсөл амжилтгүй болсон нь миний л буруу биш шүү. Би л лав хариуцлага хүлээж чадахгүй шүү.

Эмэгтэй Бид бүгдээрээ багаараа ажилласан шүү дээ. Багаараа ажиллаад амжилт гаргаж чадаагүй бол бүгдээрээ л хамтдаа буруугаа хүлээн зөвшөөрч алдаа дутагдалдаа дүн шинжилгээ хийх хэрэгтэй.

3

Эрэгтэй Чи ч үнэхээр сайхан сэтгэлтэй юм аа. Хүмүүсийг дандаа уучилж байх юм.

Эмэгтэй Бусдыг уучилж чадаж байж урам зориг өгч чадна шүү дээ. Дандаа шүүмжлээд, буруутгаад байвал тэр хүн чинь яаж урам зоригтой ажиллаж чадах билээ.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

Эрэгтэй: Ажлаасаа гарчихлаа. Та харамсахгүй байна уу?

Эрэгтэй: Ёстой үгүй шүү. Ажил төрөл, ажил төрөл гэсээр яваад өөрийгөө хөгжүүлэх боломж огт гардаггүй байсан юм. Шинээр сурч мэдэж, өөрийгөө хөгжүүлж чадахгүй байна гэж бодох тусам ямар их стресст ордог байсан гээч. Одоо л нэг боломж гарч байна. Өнгөрсөн хугацаанд хийж амжаагүйгээ нөхөж жаахан толгойгоо цэнэглэе. Жаахан утга учиртай амьдрах минь.

Эмэгтэй За, Яагаад хөмсгөө зангидаад уруу царайлчихаав?

Эрэгтэй Өглөө эгчтэйгээ муудалцаад... Гэхдээ муудалцсандаа ингэж байгаа юм биш. Манай эгч муудалцах болгондоо миний урьд нь гаргаж байсан алдааг гаргаж ирж яриад байх юм. Тэгээд бүр уур хүрээд. Би бол урд өмнө болж байсан юмыг аль болох хурдан мартаг гэж хичээдэг. Манай эгч тийм хүн биш бололтой.

Эмэгтэй Гэхдээ л хоорондоо муудалцдагийг эс тооцвол эгчтэй байх сайхан юм аа. Би ах эгчгүй айлын ганц болохоороо их уйтгартай байдаг.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Саяхан хэвлэгдэн гарсан “Хүмүүс хоорондын харилцаанд уучлалт гуйх арга” хэмээн ном уншигч олны анхаарлыг ихээр татаж байна. Энэхүү номд хэрхэн эсрэг талынхаа хүнээс уучлалт гуйх аргуудыг талаар зөвлөсөн байна. Зохиолч зөвлөхдөө уучлал гуйхдаа нөгөө хүнтэйгээ аль болох уулзан нүд рүү нь харж уучлал гуйх нь хамгийн үр дүнтэй гэсэн байна. Мөн өөрөө чухам ямар зүйл дээр алдаа гаргаснаа тов тодорхой мэдэж байх хэрэгтэй бөгөөд өөрөө юу буруу хийснээ ч мэдэхгүй байж уучлалт гуйх нь харилцагчийнхаа сэтгэлийг бүр эвгүй байдалд хүргэж болох талтай гэжээ. Уучлалт гуйхдаа эсрэгт талынхаа үгийг сайтар сонсох нь чухал. Учир зүггүй уучлалт гуйх нь төдийлөн үр нөлөөтэй байж чадахгүй тохиолдол бас байдаг. Нөгөө хүн маань юунд сэтгэл нь таагүй болсныг нь эхлээд анхааралтай сонсох хэрэгтэй. Мөн хамгийн гол нь та буруугаа ойлгосон бол аль болох хурдан уучлалт гуйх нь сайн хэрэг. Бүр уулзахад хэцүү байгаа бол уучлал гуйсан захидал бич. Уулзаад уучлалт гуйх нь хамгийн сайн боловч уулзахад бэрх байгаа бол захидал бичээд уучлал гуйх нь бас тустай зэргээр зөвлөсөн байна.

1 Энэхүү номын агуулгад тусгагдаагүй зүйл нь?

- ① Хэзээ уучлал гуйх ёстой эсэх
- ② Уучлал гуйхдаа юу гэж хэлэх эсэх
- ③ Ямар байдлаар уучлал гуйвал зохимжтой эсэх
- ④ Уучлал гуйх ямар ямар арга байж болох эсэх

2 Хэрхэн уучлал гуйх хэрэгтэй вэ? Сайн болон муу арга юу болохыг сонгоно уу

А. Сайн арга: __ __ __ __

Б. Муу арга: __ __ __ __

- ① Болж өгвөл хурдан уучлал гуй!
- ② Ямар алдаа гаргасныг нь сайтар тайлбарлаж өг!



- ③ Нөгөө хүнээ тайвширтал нь хүлээж байгаад уучлал гуй!
- ④ Эсрэг талынхаа хүнийг эхлээд сайн сонс!
- ⑤ Бичгээр уучлал гуйна гэдэг бол тун бүдүүлэг хэрэг.
- ⑥ Уучлал гуйж байхдаа аль болох нүд рүү нь харахаас зайлсхийх хэрэгтэй.
- ⑦ Өөрийнхөө ямар алдаа гаргасныг эхлээд сайн бод!

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Хүмүүс аливаа зүйлд хандахдаа ямагт эрч хүчтэй байх нь аядуу зөөлөн байснаас илүү их үр дүнтэй байдаг гэж боддог. (а) ийнхүү аливаад эрч хүчтэй хандах нь дандаа сайн гэсэн үг биш юм. Тухайн нөхцөл байдалд тохиромжгүйгээр ийм зан гаргах нь харин ч бусдад эвгүй сэтгэгдэл төрүүлэхээр барахгүй хор хөнөөл ч учруулж болзошгүй юм.

1 Хаалтад орж болох холбоос үгийг сонгоно уу.

- ① Тэгсэн ч гэсэн
- ② Тийм учраас.
- ③ Тэгж
- ④ Харин

2 Дээрх сэдвийн агуулгатай ижил утга бүхий хариутыг сонгоно уу.

- ① Нөхцөл байдалд тохироогүй зан бусдад эвгүй сэтгэгдэл төрүүлдэг.
- ② Бусдад хор хөнөөл учруулахаар бол хийх хэрэггүй.
- ③ Аядуу зөөлөн байх нь хааяа илүү сайн үр дүн авч ирдэггүй.
- ④ Хүнтэй харьцахдаа эрч хүч дүүрэн байх хэрэгтэй.



1 Хамгийн сүүлд ямар алдаа гаргасан тухайгаа бичицгээе.

1 Эхлээд доорх хүснэгтэд ямар алдаа гаргаж байсан тухайгаа тэмдэглэнэ үү.

	Агуулга
Ямар алдаа гаргасан бэ?	
Яагаад алдаа гаргасан бэ?	
Алдаа гаргасныхаа дараа юу хийсэн бэ?	
Алдаан дээрээсээ юу мэдэж авсан бэ?	
Цаашдаа юу хийнэ гэж бодож байна?	

2 Дээр тэмдэглэсэн агуулгадаа үндэслэн бичвэр зохионо уу.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Алдаа гаргахгүйн тулд хичээх хэрэгтэй. Хичээнэ гэдэг юмсыг илүү сайнаар таньж мэдэх, судалж шинжилж төлөвлөх, бүтээлчээр цэгцтэй сэтгэхийг хэлнэ. Хүн ямар ч үйлдлийг хийхээсээ өмнө эхлээд тунгаан боддог. Аливаа зорилгыг тодорхойлж, төлөвлөхдөө цэгцтэй сэтгэлгээгээр хандаж байвал тулгарах ямар ч асуудлыг, үүнийг үүсгэж байгаа суурь шалтгааныг нь олж тогтоох боломжтой.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

우리는 실수를 하지 않으려고 노력하지만 우리의 생각과는 다르게 크고 작은 실수를 합니다. 하지만 그 크고 작은 실수가 가끔 위대한 교훈이 되기도 합니다. 작은 실수가 앞으로 살아가는 데에 큰 도움이 될 수 있다는 말입니다. 실수를 두려워하지 않고 작은 것에도 관심을 두고 곰곰이 생각하면, 실수가 좋은 결과를 가져올 수 있습니다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



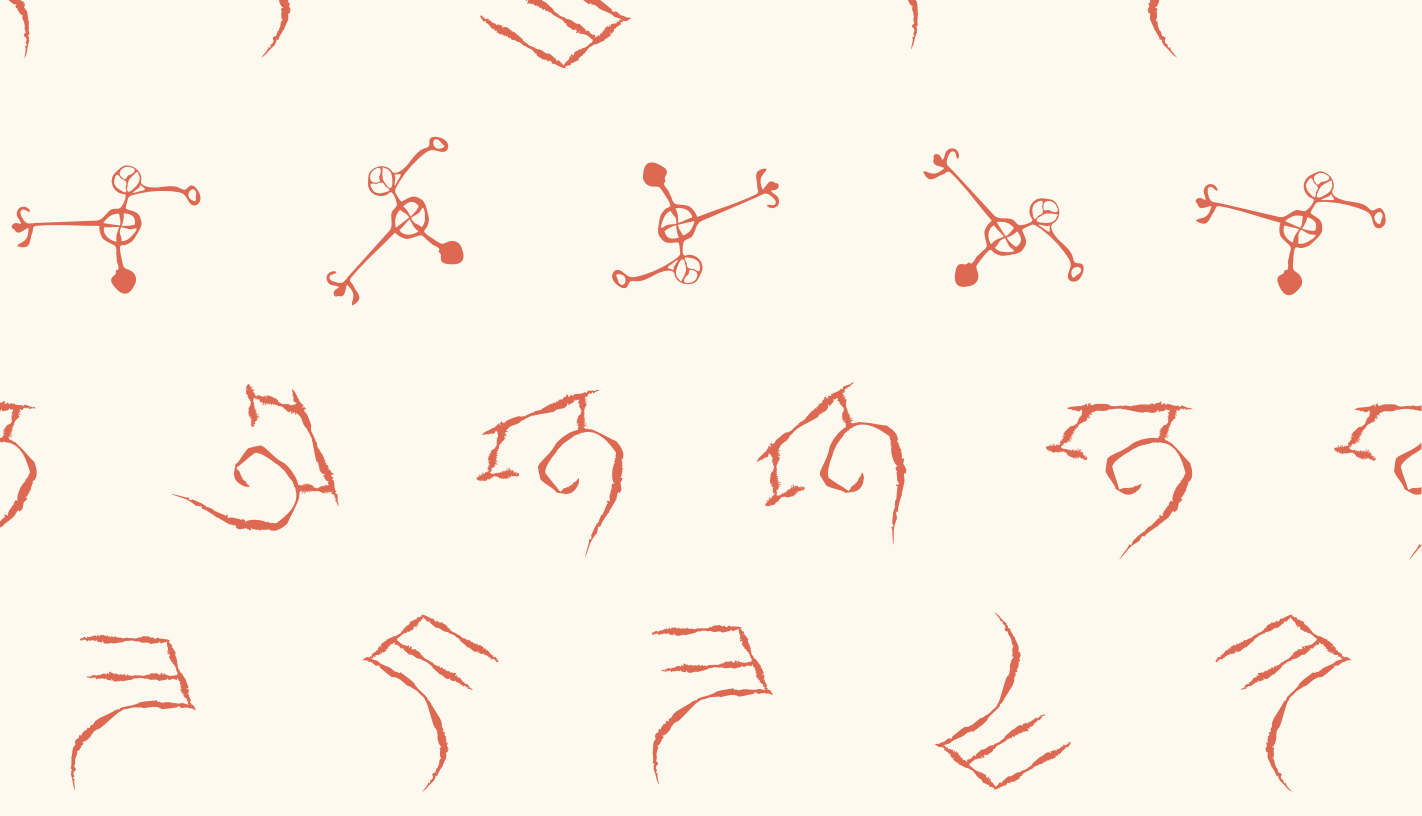
Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO



Хичээл

10

Зөвлөгөө

고민, 상담

학습목표

- 고민을 말하고 조언을 구할 수 있다.
- 고민을 듣고 적절한 조언을 해 줄 수 있다.

도입 질문

1. 다른 사람에게 자신의 고민을 이야기해 본 적이 있습니까?
2. 다른 사람의 고민을 듣고 조언을 해 준 경험이 있습니까?



어휘 및 표현

давтагдашгүй

зөв тодорхойлох

сульдаах

сэтгэлийн дэм

талархах

тодорхойлох

турших

түгээмэл ажиглагдах

урам зориг

хариу үйлдэл

хичээл зүтгэл

хороох

хөнгөн шийдвэр гаргах

хөрвөн ажиллах

хөрөнгө оруулалт



Миний ирээдүйн ажил мэргэжил

Хүүхэд залуустай уулзаж ярилцаж байх үед цаашдаа ямар мэргэжлээр суралцахаар сонирхож байгаа вэ? гэдэг асуултад ойролцоогоор оюутнуудын 70% орчим хувь нь “Мэргэжлээ хараахан сонгож амжаагүй байгаа” гэх юм уу, “Одоо ч гэсэн бодож байна” гэж хариулдаг. Энэ бүхнээс нэгэн түгээмэл ажиглагдсан зүйл бол тухайн оюутан өөрийнхөө юу сонирхдог, ямар зүйл хийж чаддаг эсэхээ тодорхойлж амжаагүй, мөн мэргэжлийн талаар мэдээлэл дутмаг, судалгаа хийж үзээгүй байдаг нь ажиглагддаг.

Өөрийнхөө мэргэжлийг сонгохдоо хэрхэвч хөнгөн шийдвэр гаргаж болохгүй. Мэргэжлээ буруу сонгосноос болж өөрийн үнэ цэнтэй цаг, мөнгөө зарцуулж байгаа олон залуустай би уулзаж байлаа. Суралцахад нас хамаагүй гэдэг ч өмнөх өнгөрүүлсэн хичээл зүтгэл, цаг хугацаа бол маш үнэ цэнэтэй юм шүү. Тиймээс өөрийгөө хэрхэн зөв тодорхойлж, ямар зүйлд дур сонирхолтой болохоо зөв тодорхойлох хэрэгтэй. Яг үнэндээ өөрийн дуртай зүйлээ таньж, олж мэдэхэд өөрөөс тань нэлээдгүй хүч хөдөлмөр, тэвчээр, цаг зав бас зориг шаарддаг. Тийм болохоор аливаа зүйлийг туршиж, оролдож үзэх нь мөрөөдөж сууснаас хавь илүү боломж гэдгийг санаарай. Мөн ирээдүйнхээ мэргэжлийг сонгохдоо тухайн ажлын байрны ажил үүрэг чамд хэрхэн тохирч байгаа эсэх, үндсэн мэргэжлээсээ гадна ямар, ямар салбаруудад хөрвөн ажиллах боломжтой эсэх, ажлын байрны олдоц болон цалингийн хэмжээ зэргийг харгалзан үзэх хэрэгтэй.

Гэхдээ юу юунаас илүү залуу хүн үргэлж шинийг сурч, эрж хайж, өсөн дэвшиж байх хэрэгтэй. Боловсролд оруулж буй хөрөнгө оруулалт бол ирээдүйдээ оруулж буй хөрөнгө оруулалт юм.



Сэтгэлийн дэм, урам зориг өгөх үгс

Хүн гэдэг сэтгэлийн дэм, урам зоригоор тэжээгдэн амьдардаг. Хүнийг сэтгэлийн амьтан ч гэдэг. Хэрэв таны сэтгэл гундуухан, урмаар дутах үе байвал эдгээр үгсийг уншаад үзээрэй.

- Та дэлхий ертөнцийн хувьд нэг л хүн. Гэхдээ нэг хүний хувьд та дэлхий ертөнц нь ч байж магадгүй.
- Та бол цор ганц, дахин давтагдашгүй.
- Таны өмнө тулгарсан бүхнийг та даваад л гарах нь үнэн.
- Санаа зовохоос илүү хүнийг сульдаадаг юм гэж үгүй.
- Та энэ хорвоод бэлэг болж ирсэн.
- Асуудлыг удаан авч явах тусам улам хүндэрдэг.
- Нөхөрлөл бол таны амьдралдаа хийх хамгийн том хөрөнгө оруулалт.
- Оройтно гэж хэзээ ч байдаггүй.
- Амьдралын 10 хувийг үйл явдал, 90 хувийг түүнд үзүүлж буй таны хариу үйлдэл шийддэг.
- Сурахаас бүү ай. Мэдлэг бол авч явахад хамгийн жин багатай эрдэнэ.
- Бусдын алдаан дээрээс суралц. Бүх алдааг өөрөө үзэж байж суралцана гэвэл таны нас хүрэхгүй.
- Үргэлж бусдын оронд өөрийгөө тавиад үз. Та өөрийн мэдэлгүй тэднийг өвтгөөд байж магадгүй.
- Уурласан үед хүний хэл, тархинаас хурдан ажилладаг.
- Аз жаргалтай дурсамжууд хэзээ ч алга болдоггүй учраас тэднийг байн байн санаж байгаарай.
- Том голыг тойрч биш, хурдхан шиг туулж гарвал дээрсэн.
- Бид эхлээд ховор олддог зүйлст биш, харин үргэлж дэргэдээ байдаг зүйлст талархах ёстой.
- Та хэн нэгэнд нэг минут уурлавал, дахиж олдохгүй аз жаргалтай байх хормоосоо 60 секундийг хороож байна гэсэн үг.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- Эрэгтэй Маргааш ярилцлага шалгалтанд орно. Би энэ компанид л ажилд ормоор байна. Шалгалтаа сайн өгч чадна байгаа.
- Эмэгтэй Чи энэ шалгалтыг өгөх гэж маш их бэлдсэн шүү дээ. Чи хамгийн мундаг нь байх болно. Амжилт хүсье!

2

- Эрэгтэй Хичнээн хичээгээд ч гэсэн миний монгол хэл ердөө сайжрахгүй юм.
- Эмэгтэй Гадаад хэл гэдэг чинь ганц хоёр өдрийн дотор сурчих зүйл биш шүү дээ. Уйгагүй хичээл зүтгэл хэрэгтэй.

3

- Эрэгтэй Чи чинь найзтайгаа одоо болтол эвлэрээгүй байгаа юм уу?
- Эмэгтэй Би ямар буруу зүйл хийсэн биш. Түүнийг уучлалт гуйхаас нааш эвлэрэхгүй.
- Эрэгтэй Жаахан уужим сэтгэлтэй байж үз. Эхлээд утсаар яриад үз л дээ.



2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- Эрэгтэй: Туяа! Чи чинь гэнэт ажлаасаа гарлаа гээд их гайхлаа шүү.
- Эмэгтэй: Уг нь нилээн дээрээс ажлаасаа гарахаар төлөвлөж байсан юм.
- Эрэгтэй: Тийм үү? Тэгээд одоо яах гэж байна?
- Эмэгтэй: Оройтохоосоо өмнө өөрийнхөө дуртай зүйлийг хиймээр санагдаад. Би уг нь арьсан урлалд их сонирхолтой юм л даа. Даанч аав ээж хоёр дургүйцээд орхичихсон юмаа. Ажилд ороод цалин аваад амьдрах сайхан л байна. Гэхдээ би өөрийнхөө мөрөөдлийг хаяж чадахгүй юм шиг байна.

- Эрэгтэй Энэ удаа ганцаараа ажил аваад хийж үзсэн чинь мэдэхгүй зүйл гарахаар асуух ч хүн байхгүй, яаж хийхээ зөвлөх ч хүн байхгүй. Жаахан хэцүү байлаа.
- Эмэгтэй Тийм гэж үү? Миний хувьд харин ч ганцаараа ажиллах нь дээр байдаг юм. Яагаад гэхээр, ганцаараа ажиллахаар хамгийн нэгдүгээрт анхаарал сайн төвлөрдөг. Тэгээд бас тэр хийж байгаа ажлынхаа талаар ганцаараа хариуцлага хүлээх хэрэгтэй болохоор илүү болгоомжтой, няхуур хандах хэрэгтэй болдог.



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Мэргэжлээ зөв сонгох нь өөрийн амьдралдаа оруулж буй томоохон хөрөнгө оруулалт юм. Цалин өндөр эсвэл удам дамжсан зэрэг шалтгаанаар өөрийн сонирхол, ур чадвараа үл харгалзан мэргэжлээ сонгох байдал элбэг тохиолддог. Дургүй эсвэл өөрт сонирхолгүй мэргэжил эзэмших нь урт хугацаандаа цаг хугацаа, санхүү, сэтгэл санааны ихээхэн эрсдэл дагуулдаг. Харин өөртөө тохирох мэргэжлийг сонгосноор мэргэжилдээ эзэн болох, амжилт гаргах, тогтвор суурьшилтай ажиллах давуу талууд үүсдэг гэж олон улсын сэтгэл судлаачид, мэргэжилтнүүд үздэг. Тэгвэл энэхүү чухал сонголтыг хялбар болгох үүднээс өөрт тохирох мэргэжлээ хэрхэн зөв сонгох вэ?

Хамгийн түрүүнд өөрийн сонирхлоо цаасан дээр тодорхойлон буулгах нь мэргэжил сонгох эхний бөгөөд хамгийн чухал алхам юм. Тухайлбал, “бүхнийг умартан өөрийнхөө хамгийн их таашаал авдаг зүйл”, “эхэлсэн бол заавал дуусгаж байж санаа амардаг зүйл” зэргээ бичээд бодож үзэж болно. Бас нэг чухал зүйл бол өөрийнхөө зан төлөвөө тодорхойлж авьяас, ур чадвараа таньж мэдсэн байх хэрэгтэй. Үнэн хэрэгтээ хэн нэгэнд анзаарагдахгүй жижиг зүйлс ч чиний давуу тал байж болох талтай. Гэвч надад авьяас, чадвар байдаг юм болов уу гэж бодож байвал, санаа зовох зүйлгүй. Хүн бүрд авьяас чадвар, өөрийн гэсэн давуу тал байдаг. Үүний дараа хамгийн их эрэлт ихтэй мэргэжлүүдийг тодорхойлж бусдаас бас зөвлөгөө авч болно. Өөрийнхөө сонирхож буй мэргэжлээр одоо ажилладаг болон сурдаг, төгссөн хүмүүсээс зөвлөгөө мэдээлэл авахын зэрэгцээ аав ээж, эргэн тойрныхоо санал зөвлөгөөг ч сонсоорой.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Өөрийн сонирголоо зөв тодорхойлох ёстой.
- ② Эргэн тойрныхоо хүмүүсээс зөвлөгөө авч, саналыг нь сонсож байх хэрэгтэй.
- ③ Өөрийгөө ямар зантай хүн болохыг сайн мэдэж байх хэрэгтэй.
- ④ Өөрийн сонирхол, ур чадвараас үл хамааран мэргэжлээ сонгох нь цаг хугацаа, санхүү, сэтгэл санааны эрсдэл дагуулж болно.
- ⑤ Хэнд ч анзаарагддаггүй жижиг зүйлс ч гэсэн давуу тал болж болно.

Хариулт: (4) → () → () → ()



2 Дээрх эхийг уншаад мэргэжлээ сонгохдоо юу юуг харгалзан үзэх ёстой гэснийг тэмдэглэнэ үү.

А. Зөв хариулт: __, __, __, __

Б. Буруу хариулт: __, __, __, __

- ① Мэргэжлээ удам дамжин сонгох хэрэгтэй.
- ② Өөрийн сонирхлоо зөв тодорхойлох хэрэгтэй.
- ③ Өөрийн зан чанар, авьяас чадвараа таньж мэдсэн байх хэрэгтэй.
- ④ Тогтвор суурьшилтай ажиллаж болох ажлын байрыг сонгох хэрэгтэй.
- ⑤ Холбогдох мэргэжлийн хүмүүсээс зөвлөгөө авах хэрэгтэй.
- ⑥ Эцэг эх, эргэн тойрныхоо хүмүүсийг саналыг сонсох хэрэгтэй.

3 Дээрх эхийн агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Эцэг эх, эргэн тойрны хүн юу гэж байсан нь хамаагүй хамгийн гол өөрийн дуртай мэргэжлээ сонгох ёстой.
- ② Өөрийн дуртай мэргэжлээ сонгож чадсанаар томоохон хөрөнгө оруулалтыг бий болгож өндөр цалин хангамж авч чадна.
- ③ Өөртөө тохирсон мэргэжлээ зөв сонгож чадсанаар амжилт гаргах үндэс бий болж мэргэжилдээ эзэн болж чаддаг.
- ④ Анзааргагүй жижиг зүйлээ хөгжүүлэн өөрийн авьяас чадвараа нээх хэрэгтэй.



2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Нийгэмд хүмүүс хоорондын үзэл бодол харилцан зөрөх явдал багагүй гардаг. Ийм тохиолдолд нөгөө хүнээ өөрийгөө дагуулахын тулд ятган үнэмшүүлэх аргыг хэрэглэдэг. Хүнийг ятган үнэмшүүлэхдээ тухайн хүний үзэл бодлыг хүндэтгэхийг зэрэгцээ итгэл үнэмшил төрүүлэх нь хамгийн чухал. Зөвхөн өөрийнхөө үзэл бодлыг () нөгөө талаа харин ч өөрөөсөө холдуулж мэднэ.

1 Хаалтад орж болох холбоос үгийг сонгоно уу.

- ① хаацайлан халхавчилбал.
- ② хүчлэн мушгивал
- ③ гэдийн зөрүүдэлбэл
- ④ муйхарлан тулгавал

2 Дээрх сэдвийн агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Ятган үнэмшүүлэхэд эсрэг талын үзэл бодол хамаагүй.
- ② Амьдралд өөр хоорондоо үзэл бодол зөрөх явдал их гардаг.
- ③ Учир шалтгааныг сайтар тайлбарлан итгэл үнэмшил төрүүлэх нь хамгийн чухал.
- ④ Өөрийнхөө үзэл бодлыг сайн илэрхийлж байж нөгөө хүнээ дагуулж чадна.



1 Найздаа зөвлөгөө өгцгөө.

1 Таны найзын сэтгэлийг юу зовоож байна вэ? Дооорх хүснэгтийг уншаарай.

Сэтгэл зовоож байгаа асуудал	- Монголд ирээд сайн дасч чадахгүй байна. - Гэрээ санаж байна. - Тиймээс буцаад солонгос руу явмаар байна.
Зөвлөгөө	- Хэцүү асуудал байх юм бол ганцаараа бодож сэтгэлээ зовоолгүй найз нартаа ярьж сэтгэлээ хуваалцах хэрэгтэй. - Ирсэн зорилгоо дахин сайн бодож хичээл номондоо шамдвал орчиндоо хурдан дасч гэрээ санахгүй болно.

2 Дээрх зөвлөгөөг доор сийрүүлэн бичнэ үү.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Хэнд ч гэсэн өөрийн гэсэн сэтгэл зовоосон асуудал байдаг. Эдгээр сэтгэл зовоосон асуудлын дунд хэн нэгэнд хэлж сэтгэлээ хуваалцах энгийн асуудал ч байдаг бол бас хэн бүхэнд хэлэхээс зайлсхийх өөрийн гэсэн сэтгэлийн зовлон ч байж болно. Ийм асуудал нь өөр бусад хүнийг харахад энгийн жижиг зүйл мэт харагдавч тухайн хүндээ бол их чухал зүйл байдаг.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

대학생 A는 진로를 결정하지 못해 걱정이 많다. 수능 성적에 맞춰 학과를 선택한 탓에 전공 수업에 대한 만족도는 현저히 떨어져 있다. 전공을 살려 직업을 가질 생각이 없어서 수업이 진로 결정에 전혀 도움이 되지 않는다. 복수 전공을 고민하고도 있다. 딱히 흥미가 있는 분야가 있는 것은 아니라 어떤 과가 자신에게 맞을지 확신이 서지 않는다. 일단 취업에 도움이 되는 경영학과를 고려 중이다. 아예 꿈이 없으니 어떤 활동이 도움이 될지조차 가늠하기 힘들다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

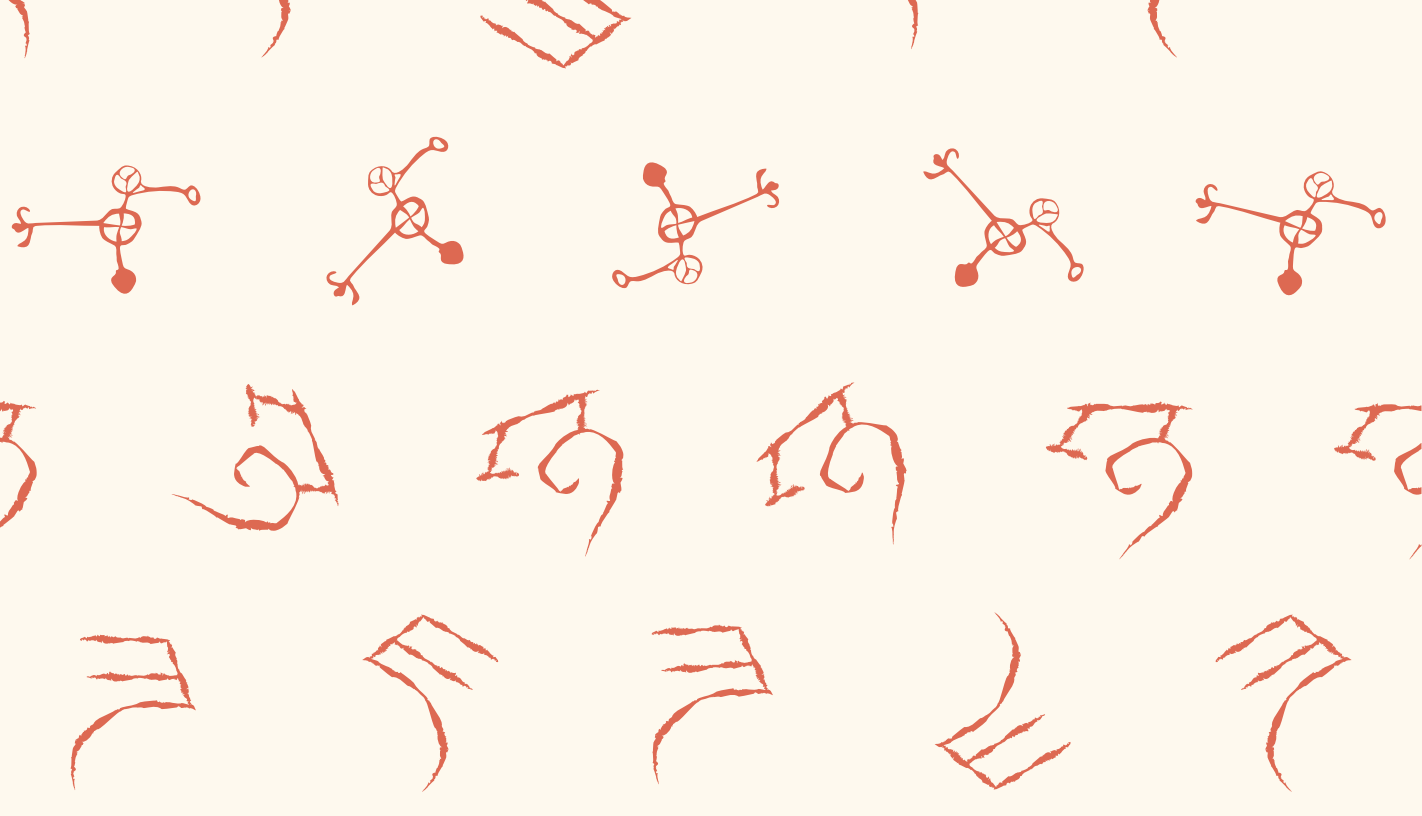
	Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух	
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох



Орчин үеийн хүмүүс

현대인의 삶

학습목표

-
-

도입 질문

- 1.
- 2.



- аалзны тор
- аж үйлдвэрийн IV хувьсгал
- боловсон хүчин
- дасан зохицох чадвар
- дигитал ертөнц
- дэлхий ертөнц
- зангилуур
- капиталын хуримтлал
- нэгтгэн зангидах
- онлайн аюулгүй байдал
- техник технологийн өндөр хөгжил
- төрөлжсөн
- үнэт зүйл
- хөдөлгөгч хүч
- хөл нийлүүлэн алхах
- хяналтаас гарах
- цахим халдлага
- шийдэлд хүрэх
- эрс өөрчлөлт



Орчин үе ба хүмүүс

XXI зууны аж үйлдвэрийн IV хувьсгалын эхэн үе болох өнөө үед техник технологийн асар өндөр хөгжил нийгэм, хувь хүнээс хурдацтай өөрчлөлт, дасан зохицох чадварыг шаардаж байна. Нийгмийн бүхий л салбар хурдацтай өөрчлөгдөн хөгжиж, улам илүү гүнзгийрэн мэргэшсэн төрөлжсөн салбарт хуваагдаж байна. Тэр ч утгаараа энэхүү нийгэмд дасан зохицох, хөл нийлүүлэн алхах чадвартай орчин үеийн боловсон хүчний хэрэгтэй байна. Бид энэ өөрчлөлтөд бэлэн байна уу?

Нийгмийн эрс өөрчлөлт нь хувь хүний үнэт зүйлс өөрчлөгдөхөд ч нөлөөлж байна гэж хэлж болно. Бид бүхний хамгийн үнэ цэнтэй зүйл болох гэр бүлээс гадна өндөр боловсрол чадвар, ажил мэргэжил, капиталын хуримтлал зэрэг нь орчин үеийн нийгэмд хамгийн чухал зүйлийн нэг болов. Орчин үеийн энэхүү шаардлагыг хангаж чадаагүйн улмаас нийгэмд төрөл бүрийн сөрөг үр дагавар гарах нь хэнд ч ойлгомжтой юм. Түүний нэг жишээ нь орчин үеийн хүмүүсийн стресс гэж хэлж болно.

Тодорхой хэмжээний стресс нь ажил үүргийн үр дүнд сайн үр дүн үзүүлж болох хэдий ч хяналтаас гарсан стресс нь бүх талаараа сөрөг нөлөө үзүүлдэг болохыг хэлэх хэрэгтэй. Хүний амьдралын зорилгыг аж жаргалд тэмүүлэх явдал гэж болох бөгөөд тэрхүү аж жаргалыг бий болгоход ямар зүйлийг үнэт зүйлээ болгох вэ гэдэг талаар дахин нэг бодож үзүүштэй юм.

Интернэт - орчин үеийн хөгжил

Дэлхий ертөнцийг аалзны тор мэт сүлжиж, нэгтгэн зангидах зангилуур бол яах аргагүй интернет юм. Интернэт гэдэг бол хүн төрөлхтний бүтээсэн агуу гайхамшиг билээ. Интернэт нь хүн төрөлхтөнд маш их боломжийг олгож байна. Интернэтээр



дамжуулан мэдээлэл хүлээн авах, дэлхий дахины хөгжил дэвслээс хөл хоцролгүй техник технологийн эзэмших, нийгмийн бүхий л төрлийн харилцаанд оролцох боломжийг олгодог. Орчин үеийн хүмүүс өнөөдөр интернэтгүйгээр өдөр тутмынхаа ажил үүргийг гүйцэтгэхэд хүндрэлтэй болсон гэж хэлж болно.

Дэлхий ертөнцөд сошиал технологийн хөгжил эерэг үр дүн авчирч байна. Интернэтэд суурилсан харилцаа холбоогоор хором бүр сая сая хүн харилцаж байгаа нь интернэт нэгэнт эдийн засаг бизнесийн гол хөдөлгөгч хүч болж чаджээ.

Гэхдээ цахим халдлага, онлайн аюулгүй байдал, дижитал ертөнцийн зохистой зөв хэрэглээ зэрэг нь өнөөг хүртэл бүрэн шийдэлд хүрч чадаагүй зүйлийн нэг хэвээр байсаар байна.



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- | | |
|---------|--|
| Эрэгтэй | Дээр үед хүмүүс интернэтгүй яаж амьдарч болж байсан юм бол оо? |
| Эмэгтэй | Тэд интернэтгүй ч гэсэн амьд харилцаатай байсан гэдэг нь юу юунаас илүү атаархмаар биш байна гэж үү? |

2

- | | |
|---------|---|
| Эрэгтэй | Компанийхаа сурталчилгааг ямар байдлаар явуулвал зүгээр гэж бодож байна? |
| Эмэгтэй | Манай бараа бүтээгдхүүний гол хэрэглэгч нь хорь гучин насны залуучууд. Тийм болохоор сошиал медиаг ашиглан зар сурталчилгаагаа явуулвал илүү үр дүнд хүрнэ гэж бодож байна. |

2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- | | |
|----------|---|
| Эмэгтэй: | Би энэ долоо хоногоос эхлээд ажилдаа явалгүй гэртээ ажлаа хийхээр боллоо. |
| Эрэгтэй: | Гэртээ юу? Гэртээ ажил хийхээр чинь хурал зөвлөгөөн энэ тэрдээ яаж оролцох юм. Тэгж байж болж байгаа юм уу? |
| Эмэгтэй: | Болно оо. Хурал бол дандаа онлайнаар хийнэ гэсэн. Бусад ажлаа гол төлөв мэйлээр явуулаад болох байх. Нэг бодлын ажилдаа ирж очих цагаа хэмнээд, бас өөрийнхөө хүссэн цагт ажлаа хийж болох болохоор гэртээ ажлаа хийвэл илүү үр дүнтэй байж магадгүй. |



- | | |
|---------|--|
| Эрэгтэй | Сүүлийн үед төрөлт ихээр багасаж байна гэж ярих боллоо. Үүний шалтгааныг та юу гэж бодож байна вэ? |
| Эмэгтэй | Төрөлт багасаж байгаа олон төрлийн шалтгаан байгааг дурдаж болох боловч хамгийн нэгдүгээрт залуу гэр бүл ажил төрлөө хийхээр хүүхдийг нь харах хүн байхгүй гэсэн шалтгаан тоочдог. Бас хүүхдээ өсгөж, сургаж хүмүүжүүлэхэд маш их хэмжээний зардал гардаг гэсэн тооцоо бий. Өөрөөр хэлбэл, хүүхдүүдийнхээ сургалтанд зориулах зардлыг төлж дийлэхгүй учраас хүүхэд гаргах боломжгүй гэж хариулдаг байна. |



2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Хүмүүс бид амьдралын сайн сайхны тухай ойлголтоо аз жаргал хэмээх хэллэгээр илэрхийлдэг. Тийм болохоороо баяр болгоноор бие биедээ аз жаргалыг ерөөнө. Гэхдээ аз жаргалын тухай хүн болгоны ойлголт, хэмжүүр нь өөр өөр. Зарим хүн их мөнгөтэй байхыгаа аз жаргал хэмээн төсөөлдөг. Зарим хүмүүс эрх мэдэлтэй "том дарга" байхыгаа аз жаргал гэдэг бол зарим хүмүүс олон хүүхэдтэй болж, сайхан гэр бүлтэй байхыгаа аз жаргал хэмээн төсөөлдөг. Тэгвэл аз жаргал гэдэг чинь юу бэ? Маш энгийн бөгөөд товчоор илэрхийлбэл аз жаргал гэдэг бол сэтгэл ханамж юм. Хүн болгон эхээс төрөхдөө нэгэн хэвээр цутгагдаж төрдөггүйн адил тэр хүний хувь тавилан нь огт өөр өөр. Харин өөрт оногдсон тавилангаа хэрхэн авч явах нь таны ухаан, хичээл зүтгэлээс л хамаардаг. Хэн нэгнээс, өрөөл бусдаас биш шүү дээ.

1 Энэхүү эхийн гол агуулга юу болохыг заана уу.

- ① Хүмүүс бие биедээ аз жаргал ерөөснөөр бүгд аз жаргалтай болно.
- ② Хүний хувь тавилан бол аз жаргалын төлөө хичээх явдал юм.
- ③ Аз жаргалын хэмжүүр хүн бүрд харилцан адилгүй байдаг.
- ④ Хүн эхээс төрөхдөө аз жаргалтай төрдөг.

2 Дээрх эхийн агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Мөнгөөр аз жаргалыг худалдаж авч болдоггүй.
- ② Эрх мэдэлтэй хүн дарга байх үедээ аз жаргалтай байдаг.
- ③ Хүн бүхэн эхээс төрөхдөө адилхан хувь тавилантай төрдөг.
- ④ Тухайн хүн өөртөө сэтгэл ханамжтай байвал тэр нь аз жаргалтай байна гэсэн үг юм.



1 Та өөрийнхөө цахим орчин дахь амьдралаа танилцуулна уу.

1 Эхлээд доорх хүснэгтийг ажиглана уу.

МИНИЙ ХУВИЙН БЛОГ	
Хэний блог вэ?	Минсүгийн блог
Би хэн бэ?	Солонгос хүн. Монголд ирээд 1 жил болсон
Яагаад блог хийх болсон бэ?	Монгол орны ахуй амьдрал, соёлын талаар танилцуулахыг хүссэн
Юуны тухай танилцуулж байна вэ?	- Монгол орны ахуй амьдрал - Нүүдэлчидийн соёл - Үзэсгэлэнт байгаль - Амтат хоол - Монголоос юу авч болох вэ?

2 Дээрх хүснэгтэд өгөгдсөн агуулгын дагуу бичвэр зохионо уу.



2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Интернэт болон цахим технологийн эрин үед хүүхдийн сурах, хөгжих, тоглох, бие биетэйгээ харилцах хэлбэр үндсээрээ өөрчлөгдөж, тэдэнд өөрийгөө илэрхийлэх, мэдлэг боловсрол эзэмших, авьяас чадвараа хөгжүүлэх өргөн боломжууд нээгдэж байна. Гэхдээ энэ орчинд тухайн насны хүүхэд өөрт тохироогүй агуулгатай зүйлсээ хаалтгүйгээр үзэж, гэмт хэрэгт өртөх аюул нэмэгдэж байна.

3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

요즘 인터넷처럼 편리한 것이 없다. 인터넷은 정보 검색, 교육, 쇼핑, 인터넷 뱅킹 등 아주 많은 분야에서 활용되고 있다. 우리는 매일 인터넷으로 원하는 정보를 얻기도 하고 전자우편을 활용해 빠르고 쉽게 소식을 주고받기도 한다. 그 뿐만 아니라 언제든지 멀리 있는 친구와 얼굴을 마주 보며 대화를 하기도 하고 현지에 가지 않고도 손쉽게 필요한 물건을 사기도 한다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

	Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух	
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	•	•
Сарын төлбөр, нөхцөл	•	•
Тавих шаардлага	•	•
Бусад	•	•

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

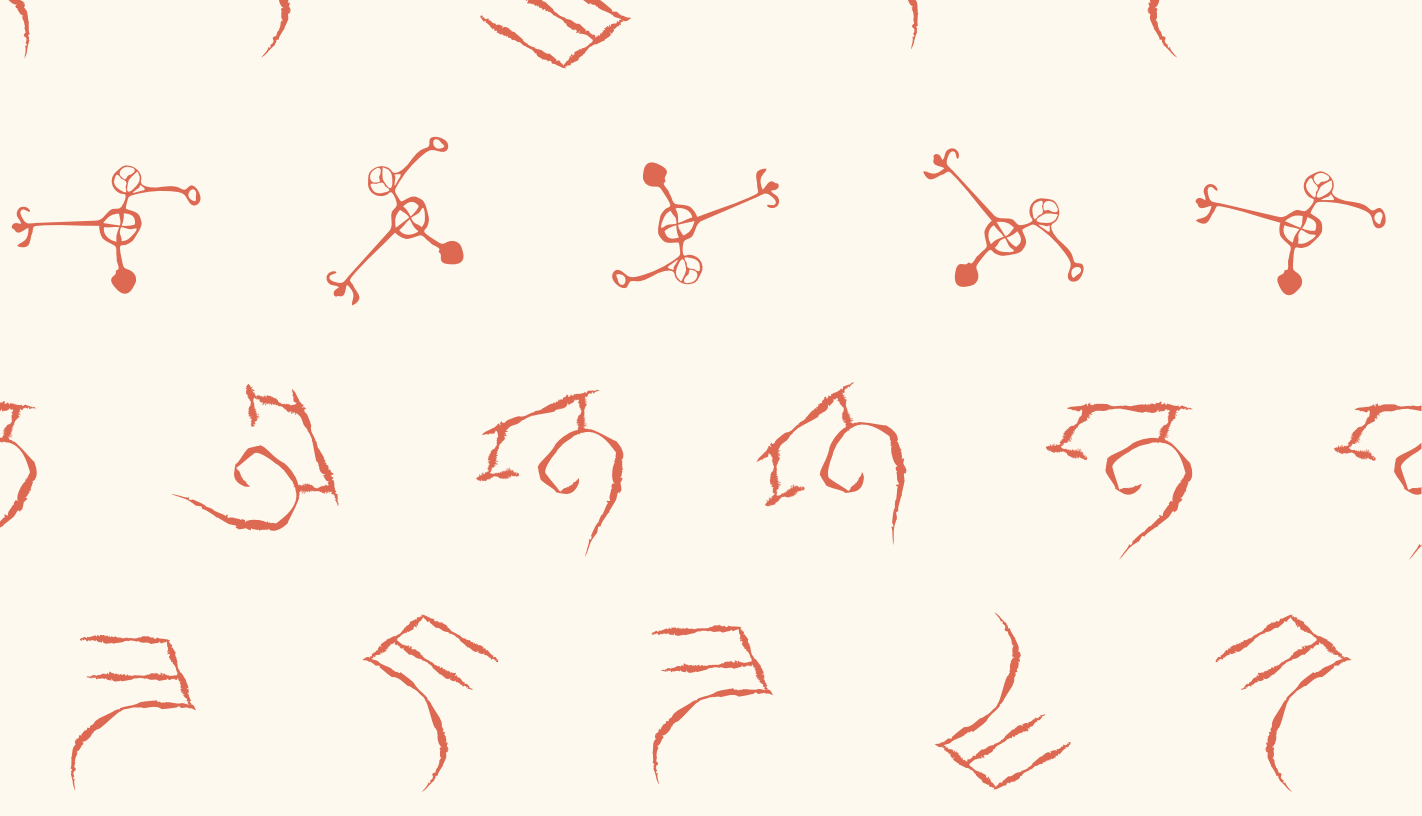
< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох



학습목표

-
-

도입 질문

- 1.
- 2.



болчимгүй
бөө мөргөл
буг чөтгөрийн хорлол
буддын шашин
бүдүүлэг
бэлгэдэл
дагаж мөрдөх
ёс алдах
ёс заншил
зан үйл
кунзын суртал
нүгэл үйлдэх
оршуулгын зан үйл
оюуны соёл
өнгөний бэлгэдэл
соёлын ялгаа
сэтгэхүйн ялгаа
тамд унах
тахилга үйлдэх
туулж ирсэн түүх
тэнгэр шүтлэг
үндэсний соёл
хүйсийн ялгаа
хүндэтгэн дээдлэх
цээрийн ёс
шашны зан үйл
шингэх
эдийн соёл
эрхэлж буй аж ахуй
эрээ цээргүй



Үндэсний соёл, сэтгэхүйн ялгаа

Үндэстний соёл, сэтгэхүй нь тухайн ард түмний эрхэлж буй аж ахуй, туулж ирсэн түүх, шашин, үнэт зүйл, ёс заншилтай шууд холбоотой байдаг. Монгол, солонгос хоёр ард түмний соёлын ялгаа ч үүн дээрээс тод илэрнэ. Мэдээж нүүдэлчин соёл иргэншил, суурин соёл иргэншлээс үүдэлтэй эрхэлж ирсэн аж ахуйгаас хамаарах ялгаа их бий. Гэхдээ эдийн соёлоос илүүтэйгээр оюуны соёлтой холбоотой ялгаатай тал их байдаг. Энэ нь тухайн ард түмний шашин, ёс заншилтай холбогдоно.

Монголчууд тэнгэр шүтлэг, бөө мөргөлтэй үндэстэн гэх боловч түүнээс илүүтэйгээр Буддын шашны нөлөө монголчуудын сэтгэхүй, зан үйлд ихээхэн шингэсэн нь харагддаг. Орчин үеийн монголчуудын зан үйлээс Буддын шашны элементүүдийг төвөггүй олж харж болно. Харин солонгосчуудын амьдралын хэв маягт Кунзын суртал ихээхэн шингэсний нэгээхэн жишээ нь оршуулгын зан үйл хийгээд тахилга үйлдэх ёс зэргээс харж болно.

Шашны зан үйлийн эдгээр онцлогууд нь тухайн ард түмний цээрийн ёс, бэлгэдлийн зан үйлээс тод илэрч байдаг. Солонгосын хувьд эдгээр зан үйл нь ихэвчлэн хүйсийн ялгаан дээр суурилсан байх болон өнгөний бэлгэдлийг агуулсан байдаг. Харин монголчуудын хувьд бурхны номд ихэвчлэн гардаг нүгэл үйлдэх, тамд унах, буг чөтгөрийн хорлол болох зэрэг илэрхийллүүд цөөнгүй илэрнэ.

“Усыг нь уувал, ёсыг нь дага” хэмээх сургаал үг байдаг. Аль ч оронд айлчлан очихдоо тухайн орныхоо ард түмний зан заншил, соёлыг хүндэтгэн дээдэлж, дагаж мөрдөх нь юу юунаас чухал юм. “Ёс мэдэхгүй хүнд ёр халдахгүй” гээд аливаа газар ёс алдаж, өөрийн дураар эрээ цээргүй үйл хөдлөл хийх нь туйлын бүдүүлэг, болчимгүй хүний явдал юм.

듣기 연습



1 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

1

- | | |
|----------|--|
| Эрэгтэй: | Монгол оронд солонгосын соёлын урсгалыг хэрхэн хүлээн авч байна вэ? |
| Эмэгтэй: | Ялангуяа, хүүхэд залуучууд солонгосын K-Pop болон урлаг соёлын тухай ихээхэн сонирхон үзэх болжээ. Үүнийг дагаад хүмүүс солонгос бараа бүтээгдэхүүнийг сонгон хэрэглэх нь ч их болсон байна. |

2

- | | |
|---------|---|
| Эрэгтэй | Солонгос улсад эртний ёс заншил, орчин үеийн сэтгэхүй хооронд ямар нэгэн зөрчилдөөнтэй зүйл илэрдэг үү? |
| Эмэгтэй | Тийм ээ. Ялангуяа, шинэ үеийн залуучууд хуучны ёс заншлыг шүүмжлэх нь элбэг байдаг. Гэхдээ тодорхой хэмжээгээр уламжлалаа хадгалж, соёлын дархлаагаа хамгаалах нь зүйтэй гэж бодож байна. |

2 Дараах харилцан яриаг сонсоод асуултад хариулна уу.

- | | |
|----------|---|
| Эмэгтэй: | Хотын дарга аа! Гандангийн дэнжийг аялал жуулчлалын бүс болгон хөгжүүлэхээр төлөвлөөд байгаа гэлээ. Энэ талаараа тодруулахгүй юу? |
| Эрэгтэй: | Гандангийн дэнж бол Улаанбаатар хотын хамгийн эртний бөгөөд дахин төлөвлөлтөд оруулах зайлшгүй шаардлагатай хороолол байсан юм. Нийслэл хотын зүгээс тухайн бүсийг дахин төлөвлөж орон сууцны хороолол барих санал гаргасан. Харин энд амьдарч байгаа иргэд энэ бүс нь шашин соёлын өвтэй холбоотой газар учраас орон сууц биш аялал жуулчлалын чиглэлээр хөгжүүлье гэсэн юм. Тэгээд энд уламжлалт шашин соёлоо сурталчилах төв байгуулж дараа сараас нээлтээ хийхээр ажиллаж байна.. |



1 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Орчин үед даяаршлын үйл явц нийгмийн амьдралын бүх хүрээг хамран хөгжиж байна. Дэлхийн улс орнууд эдийн засаг, санхүү, улс төр, хэл, соёл, техник, технологийн салбарт нэгдэн нягтрах үйл явц эрчтэй явагдаж байна. Соёлын солилцоо эрчимжиж, хүмүүс хормын дотор өөр тивд байгаа найз нөхөдтэйгээ холбогдох, дэлхийн өнцөг булан бүрт түргэн шуурхай зорчих, мэдээллийг нэгэн зэрэг хүлээн авах боломжтой болж байна. Энэ бүхний нөлөөгөөр амьдралын уламжлалт хэв маяг, уламжлалт сэтгэлгээ өөрчлөгдөж, амьдралын шинэ хэв маяг бий болж байна. Соёлуудын нэгдэн нягтрах үйл явц ийнхүү бидний амьдрал, нийгмийг бүхэлд нь хамрах болов. Энэ үзэгдлийг бүхэлд нь соёлын даяаршил гэсэн ойлголтоор илэрхийлдэг. Соёлын даяаршлыг соёлын олон янз байдал, оршин тогтнолд аюул дагуулдаг хэмээн үзэх нь бий. Нөгөө талаас, орчин цагт олон янзын үзэл, өөр чиг хандлага бий болж, зэрэгцэн оршиж байна. Хүн бүх талаар хөгжих боломж нэмэгдэж байна. Иймд даяаршил бүгдийг адилхан болгодог үйл явц биш юм гэсэн хандлага ч бас байдаг. Бодит байдал дээр эерэг, сөрөг үр дагаврын аль аль нь байна. Соёл нь даяаршлын өмнө тэгш байж чадахгүй учир тэсч үлдэхийн төлөө тэмцэл хийж буй соёлын өөрийгөө илэрхийлэх хэлбэрийг хадгалан үлдэхийн тулд бүх талын боломжит хүчин чармайлт гаргах учиртай юм. Тиймээс соёлын олон төрөл зүйлээс юуны түрүүнд үндэсний соёлын өвөрмөц шинжээ хадгалах, үндэсний онцлогийг даяаршлын сул талд алдахгүй байх нь чухал юм.

1 Уншсан агуулгаа доорх хаалтад дэс дарааллын дагуу бичнэ үү.

- ① Соёлын солилцоо эрчимжиж байгаа нь амьдралын уламжлалт хэв маяг, сэтгэлгээг өөрчилж соёлын нэгдэн нягтрах үйл явцыг бий болгов.
- ② Соёл нь даяаршлын өмнө тэгш байж чадахгүй.
- ③ Үндэсний соёлын өвөрмөц шинжээ хадгалах, үндэсний онцлогийг даяаршлын сул талд алдахгүй байх нь чухал юм.
- ④ Даяаршил нийгмийн амьдралын бүх хүрээг хамран хөгжиж байна.

Хариулт: (4) → () → () → ()



2 Дээрх эхийн гол агуулга юу болохыг заана уу.

- ① Эцсийн эцэст олон соёл нэгдэж, нэгдмэл соёл бий болно.
- ② Даяаршил гэдэг нь бүхнийг адилхан болгодог зүйл юм.
- ③ Даяаршлын үйл явц дунд өөрийн онцлог, өвөрмөц шинж чанараа хадгалан үлдэх хэрэгтэй.
- ④ Соёлын даяаршил бол орчин үеийн зайлшгүй үзэгдэл мөн.

2 Дараах бичвэрийг уншаад асуултад хариулна уу.

Соёлын даяаршлын үед интернет хэрэглээний үр дүнд мэдээллийн чөлөөтэй урсгал бий болж, хүмүүсийн сэтгэлгээ болон зан төлөвийн ижил дүрэм журмыг дэлгэрүүлэгч соёлын онцгой харилцаа, шинэ орон зай бий болж байна. Мэдээллийн технологиор тодорхойлогдож буй харилцааны энэхүү шинэ хэв маягийг кибер орон зай гэсэн нэр томъёогоор илэрхийлдэг. Жишээ нь, интернет хэрэглээ, компьютер хөгжсөний нөлөөн дор хувь хүний эрхэмнэл, хүсэл сонирхол, үнэлэмжийн чиг баримжаа, амьдралын байр суурь, сэтгэл санааны байдал болон үзэл бодол тэргүүтэн өөрчлөгдөн хувьсаж байна. Компьютерийн технологи, интернетийн сүлжээ ашиглах замаар соёлын өв уламжлалыг түгээх, дамжуулах болов.

1 Энэхүү эхийн гол агуулга юу болохыг заана уу.

- ① Мэдээллийн технологи нь соёлын чөлөөтэй өөрчлөлтийн дэмжиж байна.
- ② Мэдээллийн технологиор дамжуулан хүмүүс бусад орны соёлын тухай мэдэж авч болно.
- ③ Мэдээллийн технологи нь соёлын шинэ орон зайг бий болгож байна.
- ④ Мэдээллийн технологи нь соёлын хөгжилд ихээхэн нөлөө үзүүлж байна.

2 Дээрх эхийн агуулгатай ижил утга бүхий хариултыг сонгоно уу.

- ① Кибер орон зайд буй мэдээлэл нь хувь хүний хүсэл сонирхол, үнэлэмжийг тусгасан байдаг.
- ② Мэдээллийн технологийг ашиглан соёлын өв уламжлалыг түгээн дэлгэрүүлж байна.
- ③ Соёл нь мэдээллийн чөлөөтэй урсгалд нэгэнт автагдсан байна.
- ④ Компьютер хөгжсөнөөр соёлын хөгжлийн шинэ үе шат бий болов.



- 1 Монгол, солонгос хоёр ард түмний соёлын ялгааны тухай бичнэ үү.
- 1 Доорх хүснэгтэд хоёр орны соёлын ялгаа, өвөрмөц онцлогийн тухай тэмдэглэнэ үү.

	Монгол	Солонгос
Соёл иргэншил	Нүүдэлчин	Суурьшмал
Эрхэлж буй гол аж ахуй	Мал аж ахуй Хүнс хөнгөн үйлдвэр	Газар тариалан Өндөр технологи бүхий үйлдвэрлэл Хүнд болон химийн үйлдвэр
Шашин	Бөө мөргөл Буддын шашин	Буддын шашин Христын шашин
Амьдралын түвшин	Дундаж хөгжилтэй орон	Хөгжингүй орон

- 2 Дээрх тэмдэглэлээ ашиглан монгол, солонгос хоёр орны нийгэм-соёлын ялгааны тухай зохион бичлэг хийнэ үү.



- 2 Доорх эхийг солонгос хэлээр орчуулна уу.

Монголчууд шинэ байранд орж нүүдэл суудал хийж тохижсоны дараа хажуу айл, зэргэлдээ хашааныхаа хөршүүдтэйгээ мэнд усаа мэдэлцэж цай уулган танилцдаг байсан байна. Ийнхүү бие биетэйгээ ойртон танилцаж, өөр хоорондоо туслан, эв найртай амьдардаг байсан тул “Айл хүний амь нэг” гэсэн үг ч гарсан байна.

- 3 Доор эхийг монгол хэлээр орчуулна уу.

한국에서는 새로 집을 짓거나 이사를 한 후에 사람들을 초대하는데 이를 집들이라고 한다. 집들이 날에 주인은 사람들에게 집을 보여주고 음식을 대접하며, 초대받은 손님들은 특별한 선물을 한다. 사람들은 주로 휴지나 세제를 많이 사간다.



1 Та ямар байр түрээслэхийг хүсэж байна вэ? Найзтай хамт ярилцаарай.

Үл хөдлөх зуучлалын компаниас асуух		
	Би	Миний найз
Хэдэн өрөө ямар байр	.	.
Сарын төлбөр, нөхцөл	.	.
Тавих шаардлага	.	.
Бусад	.	.

2 Болд үл хөдлөх зуучлалын газар очиж түрээсийн байр асууж байна. Загварыг хараад ямар харилцан яриа өрнөсөн болохыг ажиглаарай.

< Загвар >	
Хэдэн өрөө байр	1 өрөө байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	Сургуулийн ойролцоо, хямдхан байр
Байршил	Сургуулиас холгүй байх
Үл хөдлөл зуучийн санал	Хотын төвөөс жаахан зайтай бол үнэ хямдрах
Болдын хүсэж байгаа байр	Өвөлдөө дулаахан, наран талдаа байх
Хүсэлт	Байр гарвал утсаар холбогдох



Болд	Сайн байна уу? Түрээсийн байр хайж байгаа юм аа. Тэгээд танайхаас асуух гээд...
Мэргэжилтэн	Та хэдэн өрөө байр хайж байна? Байршил нь хаагуур байвал зүгээр вэ?
Болд	Сургуулийн ойролцоо, аль болох хямдхан байр хайж байгаа юм. Төлбөрийг нь сар сараар өгөхөөр бол бүр сайн байна.
Мэргэжилтэн	Хотын төвд сургуулийн ойролцоо бол жаахан үнэтэй байгаа. Тэгээд төлбөрийг нь гурван сараар авна гэдэг юм. Хотын төвөөс жаахан зайдуу, автобусаар хоёр гурван явах газар бол арай хямдхан байна.
Болд	За тэгвэл та жаахан зайтай байсан ч гэсэн хайгаад өгөөрэй. Хамгийн гол нь өвөлдөө дулаахан, цонх нь наран талдаа байвал их зүгээр байна.
Мэргэжилтэн	За, ойлголоо. Би хайж үзээд олдвол тан руу шууд утсаар ярья.

3 Доорх хүснэгтийг ашиглан харилцан яриа зохионо уу.

Хэдэн өрөө байр	Гурван өрөө байр	Нийтийн байр
Сарын төлбөр, нөхцөл	3 сараар өгөх, бүрэн тавилгатай	Хямдхан, сар сараар нь өгөх
Байршил	Өвөлдөө цэвэр агаартай газар	Хаа ч байсан хамаагүй
Үл хөдлөл зуучын санал	Үнэтэй ч гэсэн Зайсанд хайх	Хотын төвөөс их хол
Болдын хүсэж байгаа байр	СӨХ-ийн үйлчилгээ сайн байх	Байхгүй
Хүсэлт	Найдвартай байр олдвол утсаар ярих	Маш яаралтай эргээд холбогдох

MEMO

MEMO