



མཚོ་སྤོ་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སྒྲིབ་གསལ་བོད་ཡིག་ཚོང་ལྷན་སྒྲིབ་དེབ།

སྐད་ཡིག

མ་རིམ་དང་བོའི་སྟོན་ཆ།



མཚོ་སྤོ་ཁུལ་མི་རིགས་དབེ་སྒྲིབ་ཁང་།

责任编辑 仁青当周
装帧设计 马荣福
责任印制 尤秋花



ISBN 978-7-5420-1433-7



9 787542 014337 >

(民文) 定价：3.40元

མཚོ་སྟོ་ཁྱུ་གྱི་འགན་བབས་སྟོབ་གསའི་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སྟོབ་དེབ།

སྟོབ་ཡིག

ལ་རིམ་དང་བོད་སྟོབ་ཆ།

སྟོབ་ལྟ _____

ལ་རིམ _____

འཛིན་ལྟ _____

ཁུ་སྟོབ་ཆ _____

图书在版编目(CIP)数据

海南州义务教育藏语文试用教材.一年级.上册/海南州中小学藏语文教材编写委员会编.——西宁:青海民族出版社,2009.8

ISBN 978-7-5420-1433-7

I.海... II.海... III.藏语—少数民族语文课—小学—教材 IV.G624.290.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第156153号

海南州义务教育藏语文试用教材

藏 语 文

一年级上册

海南州中小学藏语文教材编写委员会编写

出版: 青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
发行: 邮政编码 810001 电话 6143426
经销: 新华书店
印刷: 西宁民族印刷厂
开本: 890mm×1240mm 1/32
印张: 3.125
字数: 50千
版次: 2009年8月第1版
印次: 2009年8月第1次印刷
印数: 1—5 595

书号: ISBN 978-7-5420-1433-7(民文)

定价: 3.40元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与印刷厂联系)

གསལ་བཤད།

དེབ་འདི་ནི། སྤྱི་ཚད་སློབ་གསུམ་དགོངས་དོན་ལྟར། རང་ཁྱུ་ལ་
གྱི་རྒྱུ་ཁག་ས་སུ་འདི་དག་ཀྱི་མང་པོ་འདི་ཉམས་སྦྱང་དང་བསམ་འཆར་……
གཞིར་བྱས་ཐོག་སློབ་མའི་སྤྱི་ཚད་ཡོངས་ཀྱི་ལུས་པ་སློག་འདོན་དང་
མཐོར་འདེགས་གཏོང་ཆེད། སློབ་གྱི་སློབ་དེབ་དག་ལས་སློབ་ཚན་སྐོར་
ཞིག་སོར་བཞག་དང་ཁག་ཅིག་གསར་དུ་ཁ་བསྐྱུ་ཏེ། སློབ་དེབ་འདི་
པོར་སློབ་ཚན་༡༥དང་། སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ་ལ་བཅས་བཀོད་
སྤྱོད་བྱས་ཤིང་། སློབ་མའི་འཕྲུལ་སློག་དང་སྦྱར་སློག་གི་ལུས་པ་སྦྱོང་
སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་གཞན་དུ་བསྐྱུང་ཡོད།

གཅིག་གྱི་སྤྱོད་འདོན་གྱི་སྐབས་སུ་སྦྱངས་ཐོན་པའི་ཤེས་བྱ་ལ་
བསྐྱར་སྦྱང་དང་། སློག་གི་མང་གཞི་རྒྱ་བརྒྱུ་དུ་གཏོང་ཆེད་དབྱངས་
གསལ་གྱི་ཡི་གེ་གོ་རིམ་ལྟར་བསྤྱོད་ཡོད།

གཉིས། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་ཡི་གེ་རེ་རེ་བཞིན་
སྤྱོད་ཁ་མ་ཞོར་བར་དབྱུ་ཅན་གྱིས་འབྲི་ཤེས་པ་དང་། རོས་འདོན་སྤྱོད་
ཆེད་ཆེད་ལྟར་གྱི་ཡིག་གཞུགས་འབྲི་རིམ་ལྟར་བཀོད་ཡོད།

གསུམ། འདིར་སློབ་བྱིད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་དང་བྱིས་པའི་སློག་གི་
ཤེས་ཚད་ཀྱི་བྱེད་ཚུལ་དམིགས་ཏེ། རྒྱ་ཚུལ་གྱི་ཁ་འཕྲུལ་གྱི་

བར་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་བྱས་པ་འདྲུག་པའི་སྒྲུ་ཞེས་པའི་ག་རིམ་ལྟར་.....
བསྐྱེད་པ་ཤིང་། དཔེར་བརྗོད་དང་ཁ་ཕྱེ་སྤྱད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུར་ཐོན་མེད་
བཞུགས་སྤྱོད་ལས་དྲངས་པ་ཡིན།

བཞི། སྒྲོབ་དེབ་འདིར་བསྐྱེད་པས་མིང་གསར་པ་༡༠ཡོད་པ་དེས་
པར་སྒྲིག་པ་དང་འབྲི་བ། རོན་ཤེས་པ་བཅས་བྱ་དགོས།

ལ། སྒྲོབ་ཚན་དུ་བཀོད་པའི་སྒྲོན་རྗེས་ཡང་གསུམ་དང་མགོ་འདྲེན་གས་
བཅེགས་གསུམ་སྐྱེད་པར་སྒྲིག་སྤྱོད་པ་དང་དོས་འཛིན་ཡང་དག་བྱ་
སྤྱོད་པའི་མང་གཞིའི་ཐོག ཡི་གེའི་སྤྱིའི་གྲུབ་ཚུལ་ནམས་ཡིད་ལ་གསལ་
ཐོར་དེས་དགོས།

དུག སྤྱིར་སྒྲོབ་སྐབས་གཅིག་ལ་གཟུང་འཁོར་༡༠དང་། སྒྲོབ་བྱིད་
དེས་ལ་གཟུང་འཁོར་༡༥དུ་བཅིས་ནས་སྒྲོབ་སྤྱོད་༡༡༠བཀོད་སྐྱེད་.....
བྱས་ཡོད།

བདུན། སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ་དུ། བྱིད་ཟེན་པའི་ཐ་སྤྱད་
དང་། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རིམ་དང་མིང་བརྒྱ་སྐྱེད་བཀོད་ཡོད་དོ། །

经青海省中小学藏语文教材审定委员会

2009年8月审查通过

顾 问	吉太加
主 编	杨本东主
副 主 编	华青多杰
常务编写	看本加 彭毛扎西 尼玛太
编写人员	看本加 吉先加 尼玛太 旦正太 东主加 东主才让 多杰冷主 华青多杰 华 旦 彭毛扎西 杭青多杰 才让南加 杨本东主 叶旦多杰 索南更藏 索南多杰 拉 贡

དཀར་ཆག

ཕྱེ་ཆན་དང་བ།	(2)
1. གསལ་བྱེད་ངོས་འཛིན།	(2)
2. དབྱངས་ཡིག་ངོས་འཛིན།	(3)
3. གསལ་བྱེད་སྐུམ་ཅུའི་འབྲི་སྐད་ས།	(4)
4. དབྱངས་ཡིག་འབྲི་སྐད་ས།	(19)
5. དབྱངས་གསལ་སྦྱར་ཚུལ།	(20)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚུལ། (1)	(28)
ཕྱེ་ཆན་གཉིས་བ།	(30)
6. མགོ་ཅན་དང་དབྱངས་ཡིག་སྦྱར་ཚུལ།	(30)
(1) ར་མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྒྱ་གཉིས།	(30)
(2) ལ་མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྒྱ།	(33)
(3) ས་མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྒྱ་གཅིག	(34)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚུལ། (2)	(36)
ཕྱེ་ཆན་གསུམ་བ།	(38)
7. འདྲགས་ཅན་དང་དབྱངས་ཡིག་སྦྱར་ཚུལ།	(38)

(༡) ཡ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྟན།	(38)
(༢) ར་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྟན་གཉིས།	(40)
(༣) ལ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྟན།	(42)
(༤) ས་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བརྟན་གཉིས།	(43)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༡)	(44)
ཕྱེ་ཚན་བཞི་བ།	(46)
༡. བཅོམས་ཡིག་དང་དབྱངས་ཡིག་སྦྱར་ཚུལ།	(46)
(༡) ར་མགོ་ཡ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ།	(46)
(༢) ས་མགོ་ཡ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ལྔ།	(47)
(༣) ས་མགོ་ར་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ལྔ།	(48)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༤)	(49)
ཕྱེ་ཚན་ལྔ་བ།	(51)
༡. རྒྱུ་འབྱུག་སྦྱར་ཚུལ།	(51)
(༡) རྒྱུ་འབྱུག་ག་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།	(51)
(༢) རྒྱུ་འབྱུག་ང་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།	(53)
(༣) རྒྱུ་འབྱུག་ད་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།	(54)
(༤) རྒྱུ་འབྱུག་ན་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།	(55)
(༥) རྒྱུ་འབྱུག་བ་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།	(56)

སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༥)(57)

ཕྱེ་ཚན་དྲག་པ།(59)

༡༠. རྟེན་འཇུག་སྦྱར་ཚུལ།(59)

(༡) རྟེན་འཇུག་མ་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(59)

(༢) རྟེན་འཇུག་འ་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(61)

(༣) རྟེན་འཇུག་ར་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(62)

(༤) རྟེན་འཇུག་ལ་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(63)

(༥) རྟེན་འཇུག་ས་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(64)

༡༡. ཡང་འཇུག་སྦྱར་ཚུལ།(65)

(༡) ཡང་འཇུག་ད་དྲག་སྦྱར་ཚུལ།(65)

(༢) ཡང་འཇུག་ས་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(66)

༡༢. འུ་ཡིག་དང་ཁ་སྟོན་གྱི་ཡི་གེ(67)

སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༦)(69)

ཕྱེ་ཚན་བདུན་པ།(71)

༡༣. སྟོན་འཇུག་སྦྱར་ཚུལ།(71)

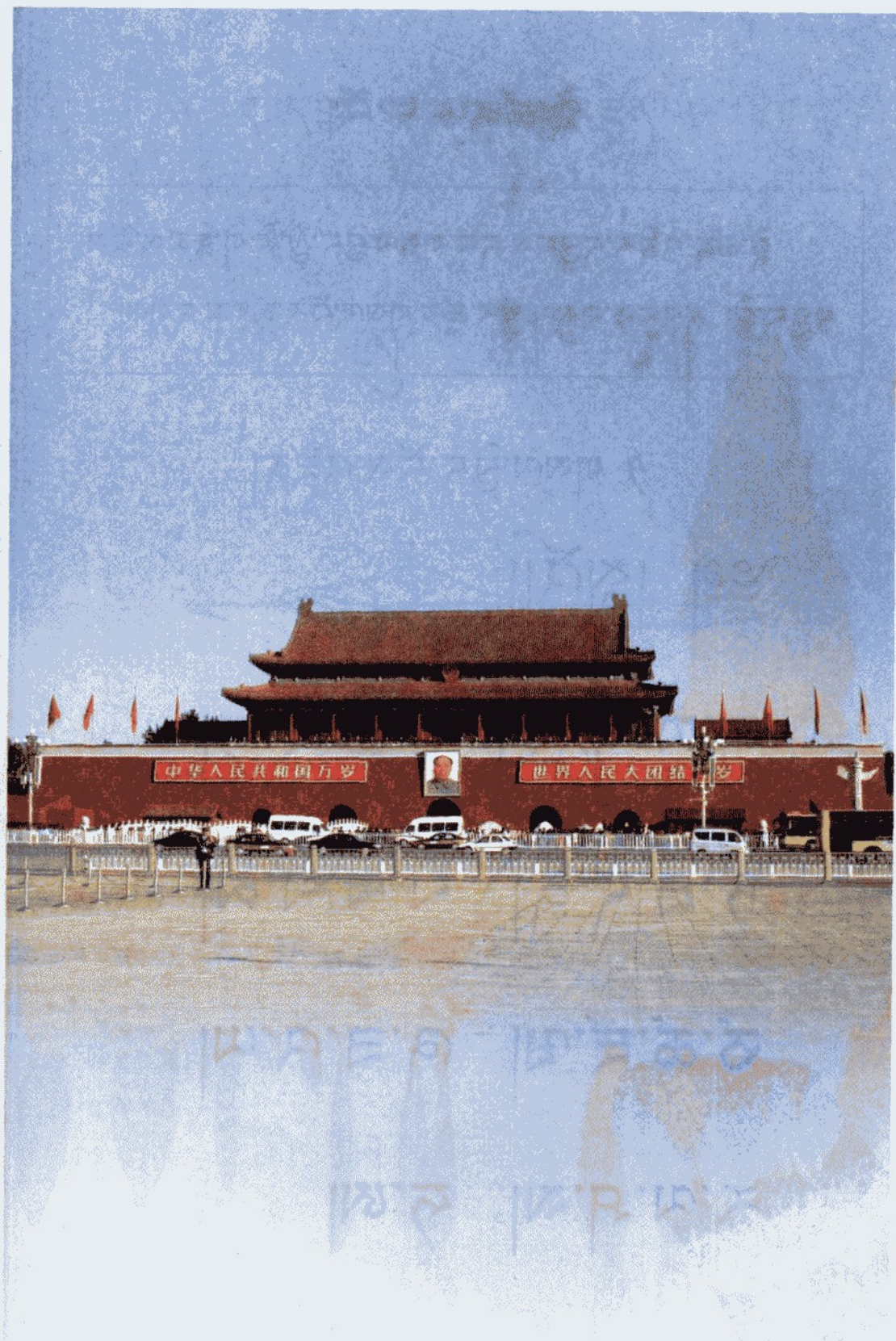
(༡) སྟོན་འཇུག་ག་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(71)

(༢) སྟོན་འཇུག་ད་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(72)

(༣) སྟོན་འཇུག་བ་ཡི་སྦྱར་ཚུལ།(73)

(༤) མཛུགས་མ་ཡི་སྒྱུར་ཚུལ།	(74)
(༥) མཛུགས་མ་ཡི་སྒྱུར་ཚུལ།	(75)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚུལ། (༧)	(76)
༡༤. མགོ་འདོགས་བཅེགས་གསུམ་གྱི་ཁ་ལྗེ་སྒྱུར་བ།	(79)
(༡) མགོ་ཅན་གྱི་ཁ་ལྗེ་སྒྱུར་བ།	(79)
(༢) འདོགས་ཅན་གྱི་ཁ་ལྗེ་སྒྱུར་བ།	(81)
(༣) བཅེགས་ཡིག་གི་ཁ་ལྗེ་སྒྱུར་བ།	(83)
བ་སྐད་སྒྱུགས་བསྐྱེགས།	(84)





ཕྱི་ཚན་དང་བོ།

ཕྱི་ཚན་འདིར་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ངོས་
བརྒྱུད་སྟེ། དབྱངས་གསལ་སྒྱུར་ཚུལ་གསལ་བོར་རྟོགས་དགོས།

༡. གསལ་བྱེད་ངོས་འཛིན།

ཨ། །སྟེའོ།

ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ།

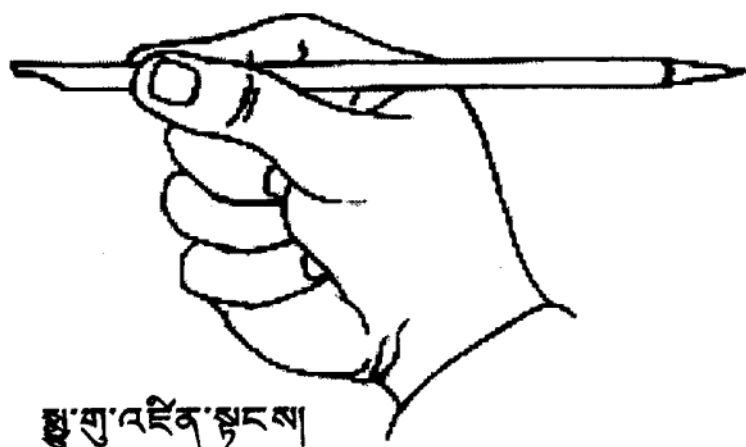
ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ཕ་བ་མ།

ཙ་མ་ཇ་མ། ཞ་ཟ་འ་ཡ།

ར་ལ་ཤ་ས། ཌ་ུ།

२. དབྱངས་ཡིག་ངོས་འཛིན།

ཨི་ ཨུ་ ཨེ་ ཨོ།



ཨུ་ཨུ་འཛིན་སྒྲུང་སྒྲུང་།

ཀ་ཐེ།

3. གསལ་བྱེད་སྤམ་ཅུའི་འབྲི་སྤངས།

ཀ་ བ་



ཀ་ར།

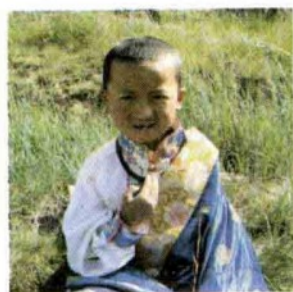
ཀ་ཅ།

བ།

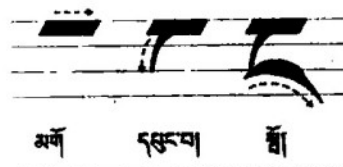
ཀ་	ར་	ཅ་	ཀ་
མཚོ།	མཚོ།	དབྱེད་མཚོ།	རྒྱ་མཚོ།

ཀ་	ཁ་	ཅ་	བ་
མཚོ།	ལྗང་མཚོ།	དབྱེད་མཚོ།	མཚོ།

ག་ ང་།



ང་།



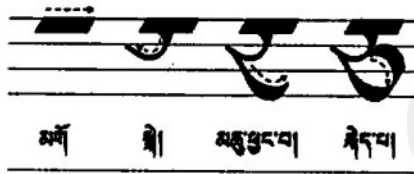
ཅ་ཇྲ།

ཅ་

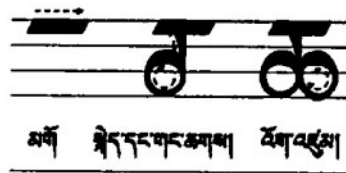
ཆ་



ཆ་ག་བ།



མགྲོ་ ཇྲ། མཆུ་ཕུང་བ། ཇྲེད་པ།



མགྲོ་ ཇྲེད་དང་གང་ཆག་མ། རོག་འཕྲུམ།