



མཚོ་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འགན་བབས་སྒྲིབ་གསལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སྒྲིབ་དེབ།

སྐད་ཡིག



ལ་རིམ་གསུམ་པའི་སྒྲིབ་ཆ།



མཚོ་སྤྱི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།

责任编辑 扎 加
装帧设计 马 荣 福
责任印制 尤 秋 花



ISBN 978-7-5420-1435-1



9 787542 014351 >

(民文) 定价：3.30元

མཚོ་སྟོ་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སློབ་གསུལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སློབ་དེབ།

རྒྱད་ཡིག

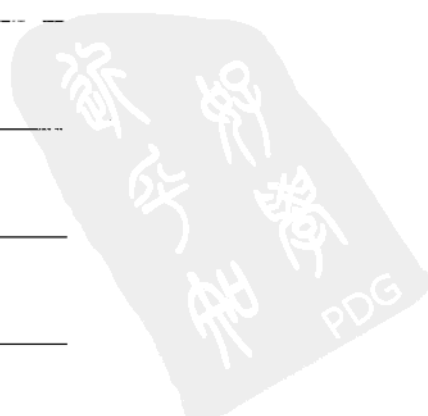
ལ་རིམ་གསུམ་པའི་སྟོད་ཆ།

སློབ་ཤ ཀྱི་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སློབ་གསུལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སློབ་དེབ།

ལ་རིམ ཀྱི་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སློབ་གསུལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སློབ་དེབ།

འཛིན་ཤ ཀྱི་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སློབ་གསུལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སློབ་དེབ།

ཁུལ་མིང ཀྱི་ཁུལ་གྱི་འགན་བབས་སློབ་གསུལ་བོད་ཡིག་ཚོད་ལྟའི་སློབ་དེབ།



图书在版编目(CIP)数据

海南州义务教育藏语文试用教材. 三年级. 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 978-7-5420-1435-1

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156147号

海南州义务教育藏语文试用教材

藏语文

三年级上册

海南州中小学藏语文教材编写委员会编写

出版	行	青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
		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
字	数	40千
版	次	2009年8月第1版
印	次	2009年8月第1次印刷
印	数	1-6329

书号: ISBN 978-7-5420-1435-1(民文)

定价: 3.30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།

ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་དེབ་ཀྱི་སྟངས་ཆ་འདི་སྒྲིག་སྐབས། བོད་
ཡིག་དག་ཀྱི་མང་བོའི་ཉམས་སྦྱང་དང་བསམ་འཆར་སྤུང་ལེན་བྱས་པ་
ཐོག་སྤྱོད་ཆོད་སློབ་གསའི་དགོངས་དོན་ལྟར། སློབ་མའི་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཀྱི་རུས་པ་སྒྲིག་འདོན་དང་མཐོར་འདེགས་གཏོང་ཆེད། སློབ་གཞིའི་
ནང་དོན་དང་སྒྲིག་གཞི་བཅས་པ་བོད་རང་གི་སློབ་བྱིད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་
གཙོ་བོ་བཟུང་ནས་བསྒྲིགས་པ་ཡིན།

འདིའི་ནང་དུ་འཆད་བྱིད་སློབ་ཆུང་ཉེར་བཞི་དང་། སྐད་ཡིག་
ཤེས་བྱའི་དགའ་ཆལ་དུག་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད། དེ་ལ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་
སློབ་ཆུང་༡༥དང་། ཆོག་ལྷག་གི་སློབ་ཆུང་༡༠ཡོད་ལ། རིགས་མཐུན་ཐ་
སྟོང་ཀྱི་སློབ་ཆུང་༣༥དང་། ལེགས་བཤད་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་ཆུང་༣ དག་
ཡིག་གི་སློབ་ཆུང་༢ བར་སྟོང་ཀྱི་སློབ་ཆུང་༡བཅས་མདོར་ན་དེང་རབས་
སློབ་གསའི་རེ་འདུན་ལྟར་བོད་རང་གི་སྤྱོད་ཆོད་མ་ཡིན་པའི་རིག་
གནས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་བྱིད་དང་གཤམ་ཆོག་ བྱིས་སྤྱོད་དང་བྱིས་སྤྱོད་།

ལེགས་བཤད་དང་སྟན་ངག་དག་ཡིག་དང་བརྒྱན་པ་བཤད་པ་དང་
གནས་བསྟོད་སོགས་གཙོར་བྱས་ཏེ། སླབ་མའི་སྤྱང་འདོད་ཀྱི་སློབ་ཆེ་
ཅ་སྟེད་ཅི་ཐུབ་བྱས་ཡོད།



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	才让南加 旦正太
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

藏学
研究
PDG

དཀར་ཆག

ཕྱི་ཆ་ན་དང་བོ། (1)

༡. སྟོན་ཁ། (1)

༢. རི་བོང་ཅལ་འདྲེགས། (5)

༣. རུས་ཚོད། (8)

༤. ལོ་རྟག་ལ་བསྟོད་པ། (10)

སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༡) (12)

ཕྱི་ཆ་ན་གཉིས་པ། (14)

༥. སྟོ་ཚོད། (14)

༦. རི་ཚུའི་ཞིང་ཁམས། (17)

༧. འདབ་ཆགས། (19)

༨. སྒང་ས་འོད་འབྱམ། (22)

སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༢) (25)

ཕྱི་ཆ་ན་གསུམ་པ། (27)

༩. ཁིད། (27)

༡༠. ཡུལ་པ་མའི་རྒྱན་ལན་འཇལ་ཐབས་མེད། (30)

༡༡. བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ནག་ཆུང་།	(33)
༡༢. རི་དྲགས།	(35)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༣)	(38)
ཐེ་ཆན་བཞི་བ།	(40)
༡༣. ཕྱི་བས་སྤང་ཆེན་བསྐྱངས་པ།	(40)
༡༤. དག་ཡིག་དབྱངས་གསལ་གྱི་སྐྱར།	(43)
༡༥. དག་ཡིག་སྟོན་རྩིས་ཡང་གསུམ།	(45)
༡༦. ལེགས་བཤད་སྟོན་དབང་ལས་ཐོག་མའི་སྐྱར།	(47)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༤)	(51)
ཐེ་ཆན་ལྔ་བ།	(53)
༡༧. ཕྱགས་ཐོག་གི་མིང་།	(53)
༡༨. ལ་མོ་དང་སེང་གེ	(55)
༡༩. ར་མ་དང་སྤྱང་གི	(58)
༢༠. སྟོན་པོ་རིག་པ་ཅན།	(62)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༥)	(65)
ཐེ་ཆན་དྲུག་བ།	(68)
༢༡. བུ་ཆུང་གི་འཕྲིན་ཡིག་.....	(68)
༢༢. མཁས་པ་སྟོབ་པའི་དུས་ན་སྤྱག	(71)

༢༣. ཁྱོན་པའི་རུས་སྤུལ།	(73)
༢༤. རང་གི་ཕ་སྐད་བརྗེད་ན་ངོ་ཚ་ཡིན།.....	(76)
སྐད་ཡིག་ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ། (༦)	(78)



ཕྱི་ཆོན་དང་བོ།

༡. ལྟོན་ཁ།

སྤྱི་ཆོན་འདི་ལས་ཅི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་སྤྱིན་པ་དང་བྱ་.....
རིགས་ཀྱིས་གནས་སྤོབ། ཞིང་བས་ལ་རྟོག་བསྐྱབ་སྤོབ་སྤོབ་སྤོབ་སྤོབ་
ཁའི་བྱང་ཆོས་སྤོབ་ཆོང་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་ཀྱི་
འགྱུར་བ་གསལ་བོར་བསྟན་པ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དཔེ་ཡིས་སྤོབ་
པའི་ཆོག་སྤོབ་རིང་བོ་སྤོབ་ཚུལ་ལ་དོ་སྤོབ་བྱ་དགོས།

ཡིད་འོང་སྤོབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྤོབ་སྤོབ་རིམ་གྱིས་.....
ཡལ་བ་དང་། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ས་གནི་དང་སྤོབ་སྤོབ་གཡུ་
ལ་བཀོད་པའི་སྤོབ་ཤིང་རེ་རེས་གསེར་མདོག་གི་གོས་ཆེན་.....
བསྐྱབས་ཤིང་། ལུས་སྤོབ་སྤོབ་ཀྱི་བསེལ་རྒྱུ་དལ་བུར་སྤོབ་སྤོབ་པ་
བཅས་ཀྱིས་སྤོབ་ཁ་སྤོབ་སྤོབ་པའི་བརྗོད་སྤོབ་པ་རེད།

སྤོབ་ཁ་སྤོབ་སྤོབ་སྤོབ་རེད། རྒྱ་འབྲས་དང་གཞུང་ལམ་

འགམ་གྱི་ལྷན་པའི་ལོ་མ་ན་མས་ལ་དམར་མདངས་རྒྱས་ཤིང་།
 བྱང་བྱང་དང་ཁྱུག་རྟ་ན་མས་སྐྱར་དང་བྱུ་བྱས་ཏེ་ལྷོ་ཕྱགས་སུ་
 འཕུར་བ་རེད། ལས་ལ་བརྩོན་པའི་ཞིང་བ་ན་མས་གྱི་གདོང་ལ་
 དགའ་སྤྲི་འཛུམ་གྱིས་ཁེངས་བཞིན། གསེར་མདོག་ལྡན་ཞིང་
 རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་བཞིན་འཕྱོ་བའི་ལོ་རྟོག་སྤུང་པར་བྲེལ་བཞིན་
 མཆིས།



སྟོན་ཁ་ནི་མངོས་ཤིང་ལྟ་ན་སྟུག་པ་དང་། བསེལ་ཞིང་
 འཇམ་པའི་རུས་ཚིགས་བྱང་རུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རིག་
 པའི་གནས་ལ་འབད་འབྱུངས་བྱེད་པའི་རུས་བཟང་ཞིག་ཀྱང་...
 ཡིན། དེ་བས་བདག་གིས་རུས་བཟང་འདིར་བསྟོན་བསྟུགས་
 དང་བེད་སྟོན་གང་ལེགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོན་པ། ཟུ་ཆེ་བ། བསྐྱབས། གསེར་མདོག
 བྱང་བྱང་། ལྟ་ན་སྟུག་པ། འཇམ་པ།
 འབད་འབྱུངས། བསྟོན་བསྟུགས། བེད་སྟོན།

ཟུང་བ།

དང་པོ། སློབ་ཚན་འདི་བྱང་བར་སྟོགས།
 གཉིས་པ། གཤམ་གྱི་ཐ་སྟོན་བཀོལ་ནས་ཚིག་རེ་སྟོགས།
 གསེར་མདོག གཞུང་ལམ། རྟོན་པོ།
 བེད་སྟོན། འབད་འབྱུངས།

གསུམ་པ། གཤམ་གྱི་དྲི་བར་ལན་ཐོབ་ས།

१. क. लरि. कु. स. उ. ल. सु. वि. य. क.

༢. ལྷོན་ཁར་བྱ་རིགས་རྣམས་ཕྱོགས་གང་ལ་འཕུར་བཞིན་
ཡོད།

3. ལྟོན་ཁའི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཡིན།

༡. རི་བོང་ཅལ་འདྲེགས།

སློ་གཟུ་བོས་བརྟག་དབྱང་མ་བྱས་པར་རང་སྤང་གང་ཤར་.....
གྲིས་ཐག་བཅད་ན། རི་བོང་ཅལ་འདྲེགས་གྱི་ངང་ཚུལ་དང་
མཐུན་པས། གཏམ་རྒྱུད་འདིའི་གནས་ལུགས་ལ་གཞིགས་རོགས།

ཚུ་ནང་ཅལ་གྱི་སྐྱ་གྲགས་པས། །

གཅན་གཟན་རི་དྲགས་པལ་ཆེར་བྲོས། །

སྤོན་རི་བོང་ཞིག་མཆོ་མ་དྲོས་པའི་འགམ་དུ་སོང་བ་དང་།
མཆོ་ནང་དུ་ཤིང་ཇ་སྤྱའི་འབྲས་བུ་སྤྲོན་པ་ཚུ་ཅ་ལྟུང་བ་ན་ཅལ་
ཞེས་སྐྱ་གྲགས་པ་ལ་འཇིགས་ཤིང་དངངས་ཏེ་ཅལ་ཡོང་ངོ་ཞེས་
བྲོས་སོ། །རིམ་པར་མ་དང་། སྤྱང་གི་དང་། དྲིད་སོགས་གཅན་
གཟན་དང་རི་དྲགས་མང་བོར་ཕྱད་པ་ལ་ཅལ་ཡོང་ངོ་ཞེས་.....
སྤྲོས་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་མ་ཤེས་པར་སྐྱག་སྟེ་བྲོས་.....
པ་ན། སེང་གེ་དང་ཕྱད་དེ་སེང་གེས་ཅལ་ཞེས་པ་ཅི་ཞེས་དྲིས་

ཕ་ལ། གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཅི་ཡིན་མ་ཤེས། མཐར་འཁོར་
 ལ་གཏུགས་ཏེ་དྲིས་པས། ཁོས་མཚོ་ཁར་བྲིད་དེ་བསྟན་པ་ན།
 སེང་གིས་དེ་ནི་ཤིང་འབྲས་ལྗང་བའི་སྒྲ་ཡིན་གྱི་མ་སྒྲག་ཅས་.....
 དབུགས་ལྗང་བའི་གཏམ་སྒྲས་སོ། །

འདྲོགས། མཚོ་མ་དྲོས་པ། ལྗང་བ། གཅན་གཟན།
 གཏུགས། ཤིང་འབྲས། བསྟན་པ། དབུགས་ལྗང་བ།

ལྗང་བ།

དང་པོ། གཤམ་གྱི་དྲི་བར་ངག་ནས་ལན་ཐོབས།

༡. ལྗང་བ་ཅལ་གྱི་སྒྲ་གྲགས་པ་ཐོས་པས་ཐོག་མར་འགྲོ་.....

མཁན་ནི་རི་དྲགས་གང་ཡིན། གཅན་གཟན་རི་དྲགས་

ཚང་མ་ཁོའི་རྗེས་བསྟེགས་ནས་འགྲོ་དོན་ཅི།

༢. རི་ཐོང་ཅལ་འདྲོགས་ཀྱི་གནད་དོན་འདི་མཐར་ཐུག་.....

གང་གིས་རི་ལྟར་ཐག་བཅད་པ་ཡིན།

3. གཏམ་རྒྱད་འདི་ངག་ནས་བཤད་ཐུབ་པར་བྱ་དགོས།

གཉིས་པ། གཤམ་གྱི་མིང་གི་ཆ་ཤས་ཁ་སྐོང་བྱས།

‘རི() གཅན() སེང()

དབུགས() གཏམ()

