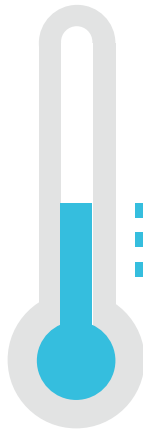


УУР УЦААРЫГ “ӨДӨӨГЧ” ҮЙЛДЛҮҮД



- Гүтгэх
- Ууртай байхдаа хэрүүл маргаан хийх
- Орилох, чарлах хашхирах
- Гомдол дээрээ төвлөрөх
- Өшөө авахаар төлөвлөх
- Аливаа хүчирхийлэлд оролцох

УУР УЦААРЫГ “НАМДААДАГ” ЧАДВАРУУД



- 10 эсвэл түүнээс дээш тоолох
- Өрсөлдөөнгүй дасгал хийх
- Бясалгал хийж, залбирч, алжаалаа тайлах
- Гадуур явах
- Тус болох бодлуудыг сонгох
- Тайвшруулах дуу хөгжим сонсох
- Гүнзгий амьсгал авах