

KULANKA 4:AAD

TUSAALAYNTA MASKA



TUSMADA TUSAALAYNTA MASKA

Tusaalaynta maska waa ciyaar. Cunugga wuxuu uruursanayaa calaamado xabag leh, kuwaasoo goor dambe lagu beddelaayo waxyaalo u ka helo ama dhaqdhaqaaqyo. Tusaalaynta maska mudo xadadan ayaa la adeegsada, ujeedadana waxay tahay in lagu beddelo xaaladaha yuuska iyo iska-horimaadyada badan ku salaysan. Tusaalaynta maska waxaa kaloo loo adeegsadaa in qofka waalidka ah lagu xasuusiyo in u muujiyo oona dhiirigeliyo ubadkiisa. Ciyaarta waxay fududaynaysaa saadinta iyo awooda garashada ee cunugga.

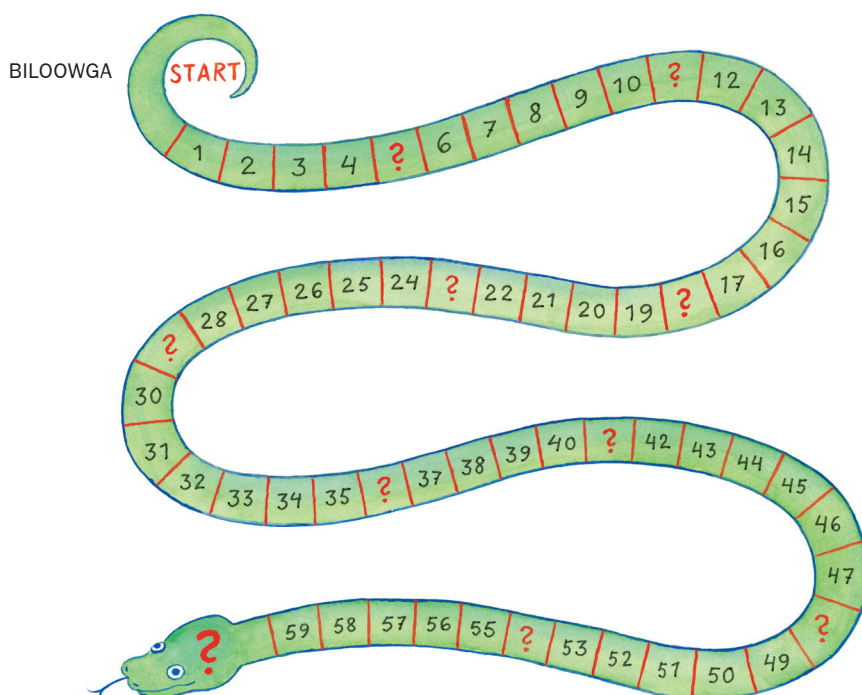
- Qorsheha ciyaaraha. Tusaalaynta maska wuxuu leeyahay qorshe-ciyaareed oo ka kooban 60 afargeyso. Haddii tusaalaynta maska dhib badan tahay ama da'da carruurta ay u dhaxayso (3-4 sano), waxaa loo samayn karaa afargeysyo tiradooda intaas ka yar iyo qorshe-ciyaareed u gaar ah.
- Hawl qabashada. Cunugga waxaa loo yeela ilaa saddex hawl. Mid kamid ah waxay noqon kartaa in ay seexdaan waqti go'an. Mar kasta u cunugga fuliyo hal hawl waxaa la siiyaa calaamad u ku dejiyo qorsheha ciyaarta.
- Kaarka fursadda. Tusaalaynta maska waxaa ku qoran calaamadaha su'aalaha. Markii cunuggu u halkaas gaaro wuxuu soo jiidanayaa hal kaar-fursadeed. Kaar kasta waxaa ku qortay wax laga helo ama dhaqdhaqaaqa (siiba dhaqdhaqaaq oo adiga iyo ubadkaaga wadajir u samayn kartaan).
- Calaamadaha su'aalaha qarsoon. Carruurta qaarkood way ka xiiso belaan (siiba kuwa yaryar) markii ay gaaraan hal calaamad su'aal, ma kari karaan tan ku xigta. Haddii ay taasi dhacdo waxaa la adeegsan karaa "Calaamadaha su'aalaha qarsoon". Waxaa markaas cunugga la oran karaa, tusaale ahaan: qorsheha ciyaarta ee qarsoon waxaa ku qoran sideed calaamado su'aaleed. Adiga ayaa go'aanka afargeysyada iska leh. Carruurta qaarkood hab aan wanaagsanayn ayay ugu fal celiyaan keddiska. Xaaladaas lama isticmaali karo calaamadaha su'aalaha ee qarsoon.



UBADKAAGA UGA SHEEKEY TUSAALAYNTA MASKA

Waa muhim in ubadkaaga ka dhaadhiciso in tusaalaynta maskaay tahay wax laga helo oo wanaagsan. Naseexooyin sida tusaalaynta maska lagu soo bandhigo.

- Ubadkaaga ugu sheekey inaad ciyaari doontaan ciyaar la yiraahdo Tusaalaynta maska, una sheeg sababta iyadoo kooban. Tusaale ahaan waxaad ku tiraahda ”Maadaama mar kasta aan kugu cabado markii aan doonaayo inaad ku dhaqaaqdo waxyaalaha qaarkood, waxaan imminka doonayaa in aan ciyaartan tijaabinno”.
- U sheeg cunugga inaad siin doonto hal calaamad mar kasta u hal hawl qabto.
- Waxaad ku tiraahda ka soo qaad in u ku guulaystay qabashada hal hawl ku qoran liiska. Markii cunugga u sameeyo hawshii ka soo qaadida, dhiirigeli kaddib sii hal calaamadda xabagta leh ee u ku dhejiyo qorsheha ciyaarta. U sheeg cunugga sababta calaamadda xabagta leh aad u siisay.
- U sheeg cunugga inuu soo jiido kaarka nasiibka haddii u ku dhaco hal calaamadaha su’aalaha. Tusi waxa ku qoran hal kamid ah kaarka nasiibka
- Kormeer liiska hawsha. Sida u ku helo hal calaamadda xabagta leh awgeed, hubso in ubadkaaga uu ogsoon yahay waxa u samayn doono.
- Liiska hawsha meel muqata ku meeleeey, tusaale qaboojiyeha korkiisa.
- U sheeg cunugga markii uu tusaalaynta maska bilaabi doontaan.



HAWSHA

Liiska hawsha waxaad cunugga ugu tilmaamaysaa waxa laga doonaayo sidii u ku helo hal calaamadda xabagta leh ee tusaalaynta maska. Xulo 1-3 hawlaha hadba xaaladaha keena cabashada/yuuska badan iyo iska-horimaadyada. Teeda kale, ka feker in hawsha ay tahay mid ubadkaaga u maalin kasta samayn karo.

- Hawsha si fiican u qeexan. Hab si fiican u qeexan u tilmaan hawlaha u calaamadda xabagta leh ku heli karo, tusaale ”Waa inaad cadayeesata aroortii markii saacadu ay ku beegan tahay 7.20 kahor”. Teeda kale, beddelka waxa u samayn doonin, isku day inaad cunugga u tilmaanto waxa u qaban doono. Beddelka ”jaakada dhulka ha ku tuurin ” waxaad ku tiraahda ”jaakada halkaas sur ”. Haddii cunugga usan waxba akhri karin, u masawir hawlaha u qaban doono, una macney masawirrada.
- Calaadaha xabagta leh. Markii cunugga u sameeyo hawshii, wuxuu calaamadda xabagta leh ku dejin karaa tusaalaynta maska. Maalin kasta wuxuu qaadan kara ugu badnaantii saddex oo ah calaadaha xabagta leh.
- Hawllo aan sidaas u dhib badnayn. Cunugga waa in biloowga u qaban karo nus kamid ah hawlaha.

HAWLAHA – tusaale

- Waa inaad dharka gashatay 7.30 subadii.
- Marka ugu horeeyso ee lagu xasuusiyo waa inaad aroorti ilkaha cadayeesata.
- Markii aad dugsiiga ka soo noqoto sur dharka dibada loo qaato.

KAARKA NASIIBKA

- Ubadkaaga muxuu ka helaa? Ka feker waxa ubadkaagau ka helo, kaddib qor dhaqdhaqaaqa, waxyaalaha iyo faa'iidooyinka kaarka nasiibka.
- Fudud oona raqiis ah. Dhaqdhaqaaqyada badidooda iyo waxyaalaha waxay noqon karaan kuwo raqiis ah oona la siin karo cunugga markii la doono.
- Hab si fiican u qeexan u dhaqan. Hab si fiican u qeexan u dhaqan markii aad qorayso, dhaqdhaqaaqa laga helo, iyo waxyaalaha sidii hoos loogu dhigo waxa dooda keenay. Haddii sabti-axad hal dhaqdhaqaaq oo keliya lagu dhaqaaqi doono ku qor xaaladaas kaarka.
- Madaxa tusaalaynta maska. Markii cunugga u ku guulaysto tusaalaynta maaska, oona gaaro calaamada su'aasha ee ugu dambeeyso, taasoo ku taallo madaxa tusaalaynta maska, waa in cunugga la siiyaa wax u ku farxo. Haddiyad aan caadi ahayn, shay mar kasta aan la siinin.



NASEEXO WAXYAALAHA KEDDIS AHAAN LOO SIIN KARO OO XIRIIRKA LA LEH KAARKA NASIIBKA

Go'aan ka gaarida nooca raashinka la cuni doono
Waalidiinta sheeko xariir dheeraad ah ayay u akhrinayaan
Filim kireysasho
Ciyaar ciyaarta loo yaqaanno skateboard
Wax dubid
Xulo barnaamijka TV:ga
15 daqiiqo dheeraad ah habeenkii la joog
Turub ama ciyaar kale waalidiinta la ciyaar
Madxaf soo booqda
Shileemo aada
Hal habeen tendo seexda
Hoy yar dibada ku dhista
Shay sii
Dibada wax ku dub
La qaxway waalidiinta
Waalidiinta si ficcan ula labbiso
Qof saaxiib ah la soo seexo
Carro-geddis
Ka tali qalabka tv-ga iyo wixii la mid ah

Naseexooyin waxyaalo lama filan ah. Caawimaad saaxiibo iyo qaraabo waydiiso! Waydii haddii u doonaayo la jirida tusaalaynta maska. Keddis wanaagsan wuxuu noqon karaa carrogeddis wadajir qof u cunugga ka helo.

Naseexooyinka adiga ku gaarka ah:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KA FEKER MARKII TUSAALAYNTA MASKA LA ADEEGSANAAYO

- Ku soo biiri dadyoow kale. Waalidka kale ama dadyoowga kale ee cunugga la nool ugu sheekeey, taasoo idin suurtagelin doonto inaad iska caawintaan.
- Toos u sii calaamadda xabagta leh. Sii calaamadda xabagta leh sida ugu dhaqsida badan kaddib markii ubadkaagau fuliyay hawsha. Isla sidaas u dhaqan ku saabsan kaarka nasiibka. Waxaa dhici karto in cunugga u daalo haddii durbadiiba aan la siin wixii keddiska lagu siin lahaa. Mudada sugitaanka gaaban waxay cunugga u muujinaysaa micnaha helida keddiska. Tani waxay siiba muhim tahay haddii cunugga u da'yar yahay.
- Ku dadaal dhiirrogelinta. Isla marka aad siinaysa calaamadda xabagta leh aad ugu muuji. Suurtagal marna ma noqon karto u muujinta cunugga heerka maqsuudida, ilaa cunugga u ogsoon yahay in daacad ay ka tahay waxaa aad oranaysa. Ugu sheekeey cunugga waxa wanaagsan ee u sameeyay.
- Horey u qorsheey. Markii cunugga u calaamadaha su'aalaha la kulmo haddii waqtiga u ciriiri kugu yahay, waxaa meel iska dhigi kartaa kaarka nasiibkaleh ee waqti badan u baahan.
- Tixgeli nidaamka ciyaarta. Ubadkaaga wuxuu muujin karaa carro iyo niyobjab haddii hal hawl usan qaban. Isku day inaad hab xasilan u dhaqanto oona cunugga xasuusiso in u maalinta ku xigta heli doono fursad cusub.
- Ha fuujin mid ama qaar kamid ah calaamadda xabagta leh. Waxaa cunugga ku filan in aan la siin calaamadda xabagta leh haddii hawshii usan qaban.



HAWSHA SI XUN LOO SOO BANDHIGO

Sameey liis ku qoran waxa aad doonayso in cunugga u sameeyo. Hawlaha qaarkood waxaa wanaagsan in loo soo bandhigo hab aan wanaagsanayn, tusaale riixida iska daa. Xaaladaas wuxuu cunugga u baahan yahay in la wargeliyo wixii beddelkiisa u samayn lahaa. Haddii liiska wadajir cunugga loo sameeyo, waxaad ubadkaaga ka caawini kartaa helida stratejiyo kale.

Dabcan tan ugu muhimsan waxaa weeye, in cunugga u adeegsado hab-dhaqamada liiska ku qoran, isago riixida iska daayo. Liiska waxaa ku qoran naseexooyinka waxyaalaha cunugga u bedelkii samayn karo.

Xad u yeelida waqtiga! Hawlaha qaabka aan wanaagsanayn loo soo bandhigo waa in waqti ahaan xad loo yeela. Ilaa intee ayuu ubadkaaga iska dayn karaa in uu riixida iska daayo? Cunugga waa in ugu yaraan u naska nus hawlaha u sameeyo. Hab cad waa inaad cunugga u wargelisaa waqtiga u haysto. Badi ahaan waxaa wanaagsan in waqtiga loogu qeexo iyadoo saacado iyo daqiiqado aan la adeegsan. Qaabka hawsha sidan ayay noqon kartaa: "riixida ka dhacda hoolka dugsiga kahor iska daa."

Macneheeda ma aha in ay hagaag tahay in goor dambe uu riixid ku dhaqaaqo, ee waxaa weeyaan waqtigii aad cunugga u go'aamisay in uu riixida iska daayo sidii uu calaamadda xabagta leh ku helo. Tani waa talaabada ugu horeeyso ee cunugga ku helo dhiirigelin iyo fiirgaarsiin badan. Haddii cunugga badi ahaan u hawlihiisa fuliyo, waad ku adkayn kartaa adigoo waqtiga u kordhiyo.



DURUUSTA GURIGA – KULANKA 4:AAD

Wagtiga yar ee wadajirka ah

.....
.....

DGU

.....
.....

Tusaalaynta maska. Hawlaha ubadkaaga u qorsheysay waa kuwee?

1:

2:

3:

KULANKA 5:AAD KAHOR

Tusaalaynta maska. Waa immisa calaamadda xabagta leh u cunugga uruursaday ilaa imminka?

Wagtiga yar ee wadajirka ah iyo DGU

.....
.....
.....

