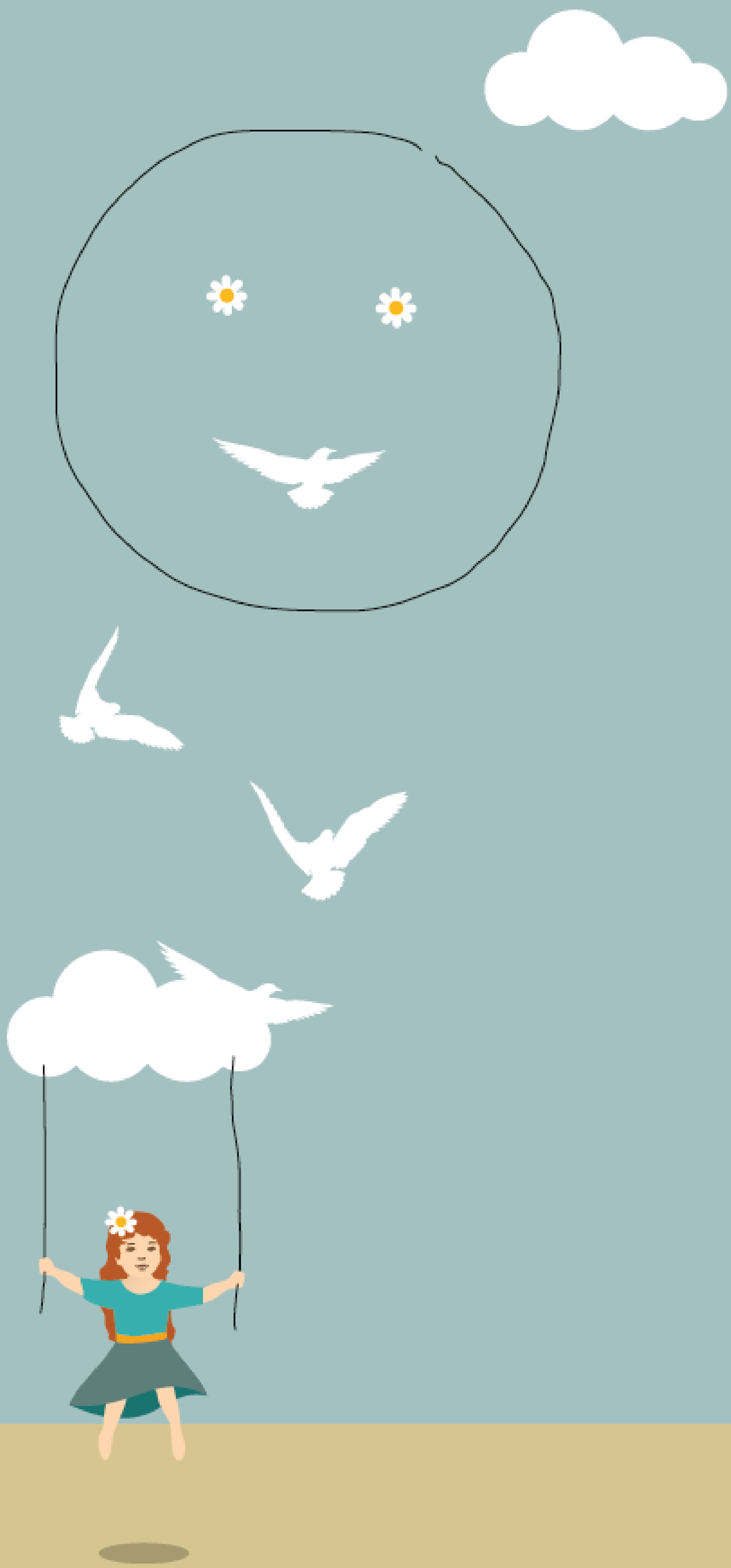
Kanton Bern
Canton de Berne



La eg dugsiga barbaarinta

Somali

Impressum

Herausgeberin und Copyright
Bildungs- und Kulturdirektion
Amt für Kindergarten Volksschule und Beratung
akvb.bkd@be.ch

Illustration
Peter Gärtl, Thun

Auflage 2020
2019.ERZ.1598 / 276183

Caruurta waxay u baahanyihiin in hawl-qabad,
oo lagu madadaaliyo siday wax u bartaan,
waxayna u baahanyihiin dad oo tusaale fiican
u noqdaan oo ku daydaan,
waxayna jecelyihiin bulsho innay la joogan.

Prof. Dr. Gerald Hüther

Waalidiinyahow fiiican

Cunugkaaga mar dhow ayuu tegi doona xanaanada caruurta. Da'daa waa wakhti muhiim ah, waayo waa markay caruurta aawoodaan innay wax badan si sahlan u bartaan. Waxaan doonaynaa inaan kula talino sidaad u taageri kartid hormarka uu cunugaaga gaarayo.
Caruurta yar naftooda waxa aad muhim u ah dareenka ay u hayaan qofka ay xidhiidh la leeyihiin. Waxa caruurta caadi u ah markasta wax cusub innay baran rabaan. Aduunkan weli ku cusub ayey rabaan innay wada bartaan. Xidhiidhka dareenka ay faamilka ka helayaan ayaa ku taageeray innay aduunka kala bartaan.
Caruur badan goor hore ayey bilaabaan innay bulsho caruura kale ah la xidhiidhan iyo isla ciyaaraan. Bulshadda waxay noqon karaan walaalahood, caruurtay deris yihiin ama caruurtay xanaanada isla joogaan. Xanaanada caruurta waxayna ku baranayaan shaqaalaha ama shaqaalada caruurta masuul ka ah. Markay gurigooda iyo waalidkooda ku soo noqdaan, wa iyaakoo faraxsan oo su'aalo badan hayaan iyo wax badan ka sheekayn rabaan.

Wakhti badan ayuu cunugaaga isla joogayaan caruura kale xanaanada lagu hayo. Intaa cunugaaga waxay u tahay wax cusub oo marwalba xiisa leh. Marmar wa innuu sugaa wakhtigay markiisa tahay uu wax sheegi karo. Cunugaaga waxuu ogaan doona innay shakhsiyiintu kala duwan yihiin iyo dantooda kala duwan tahay.

Caruurta da'daa ah ciyaarta ayey wax ku bartaan, wayna fahmaan siday waxyaalo xidhiidh isla leeyihiin iyo sharciga raacsan. Caruurta yar dadka waaweyn ayay ku daydaan. Sida daraadeed waalidka iyo dadka u masuul ah akhlaaqdooda waa muhiim. Tusaale: hadday caruurta arkaan intaanan la hadlin in qofka horta hadalka laga dhagaysto, waxay dhisaysaa dhugsoonaantooda iyo tafkiirtooda.

Siduu qof isaga isla macaamili iyo dadkale la macaamili lahaa

Umgang mit sich und anderen

Cunugaaga waxuu rabaa innuu la jooga caruur kale.
Isla heshiinta, xaq dhowrta, wax kala garadka, samirka: waa waxa loo baahanyahay sida la noqdo qof bulsho la qabsan karo. Kooxdo isla ciyaarta oo ka mid ah xanaanada ama meesha caruurta maalintii lagu hayo ayuu cunugaaga ku baran kara siduu la macaamilo caruuray isku da yihiin. U o-golaw innuu caruur kale la ciyaaro iyakoo jooga banaanka meesha loogu ta-lagalay caruurta yar innay ku ciyaaraan ama caruur ha lagu casumo innay guriga ugu yimaadaan.

Cunugaaga waxuu rabaa innuu bulsho ka mid ahaado.
Kooxda caruurta caruur badan ayaa ka mid ah. Shaqaalada caruurta u masuul ah inankaaga ama inantaada markasta uma soo jeesan karto. Marmar cunugaaga wa innuu sugaa ilaa marka loo soo jeesan doono.

Cunuqaaga waxuu rabaa innuu dareenkiisa muujiyo.
Sidaasna way fiicantahay. Cunugaaga waxaad ku caawisaa siduu da-reenkiisa u garto, uu sharaxi karo iyo maamuli karo. Waxaanad bartaa innay la macaamiladda dadka kale xadad jiraan. Siduu cunugaaga u rabo in la ixt-raafo ayay tahay caruur iyo dad weyn innuu ixtraafo.

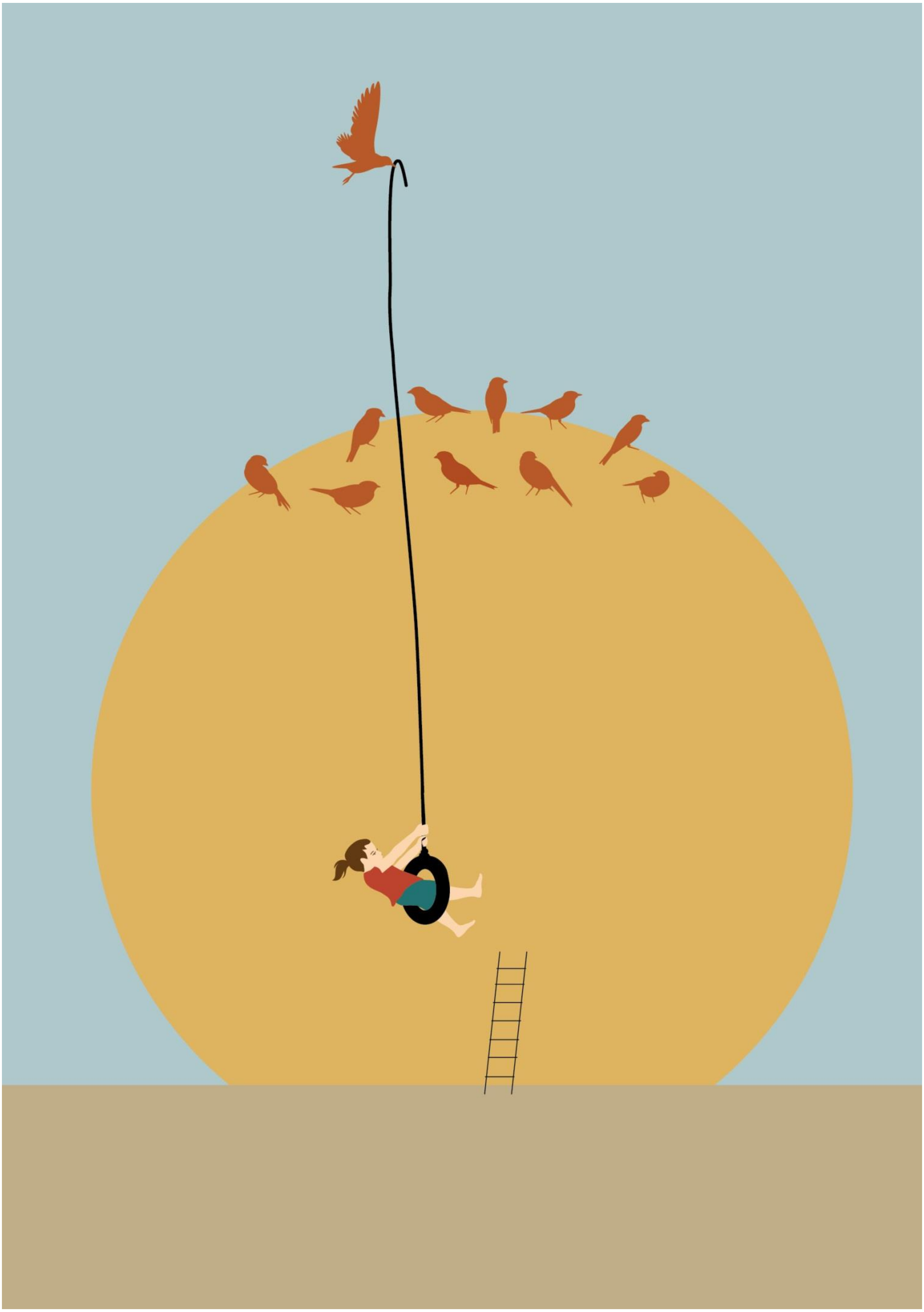
Isku filnaanta iyo kalsooninimada

Selbstständigkeit und Vertrauen

Cunugaaga waxyaalo innuu keligii sameeyo ayuu rabaa.
Cunugaaga fursad sii siduu isku dayo innuu keligii wax sameeyo. Tusaale: wakhti sii uu keligii dharka u gashto iyo iska bixiyo. Innuu keligii suuliga isticmaalo wa in la baraa. Caruurta xanaanada markay joogaanba wa innay keligood musqusha isticmaalan. Waxaad ka caawisaa uun wixii uu aawoodin
innuu keligii sameeyo.

Cunugaaga waxuu rabaa innuu isku-filnaansho gaaro.
Waxaad ula macaamishaa si uu kalsooni isku ahaado. Waxuu samayn kari waayo waxaad ku dhiiri gelisaa innuu markale isku dayo. Siduu isaga ku farxo markuu wax saxo ayaad adba ku farxi doonta. Cunugaaga tababar innuu waxyaalo keligii sameeyo. Tusaale: bar innuu keligii garto jidka markaad
xanaanada gaynaysid, sanduuqa boosta waraaqaha ha ka soo saaro, weelalka ha geliyo kabadhka.

Cunugaaga waxuu rabaa innuu waxyaalo intixaamo iyo tijaabiyo.
Cunugaa waxaad siisaa alaabta ka mid ah qalimaanta midabada, waraaqo, dhabaasiir, xabagta iyo maqas. Xitaa waa tababar fiican hadduu shaqada guriga wax ka qabto, tusaale: cunta karista, maydhista iyo jarjarista khudradda, walaaqista daqiiqda iyo waxyaalaha la mid ah.



Ciyaar iyo wax-barasho

Spielen und Lernen

Cunugaaga waxuu rabaa innuu ciyaaro.
Cunugaa wuxuu xiiso u leeyahay innuu ciyaaro. Markuu ciyaarta wado waxa kale oo dhan ayuu ilaawayaa. Ciyaarta waxuu ku baranayaa innuu wax si fiican u dhugto oo sii wado iyo qorsho u sameeyo. Madadaaladaa oo isagaa u gooni ah u daa. Waxaanad u ogolaataa innuu ku ciyaaro iyo intixaamo alaabta markasta guriga laga helo. Waxaana qaali ah wakhtiyadaad adiga la ciyaartid.

Cunugaaga waxuu rabaa innuu wax barto.
Wax barashada waa mar wax la saxo iyo mar wax la khaldo, intaana wa in lagu soo celceliyaa.
Ubadkaa socodka sidu u bartay waa isagoo marwalba markuu dhaco hadana istaagay oo socday. Waa taagero fiican hadaad cunugaaga ku dhiirigelisid innuu sii wado wuxuu samaynayo iyo aamaantid markuu wax saxo. Waxaanad ku geesigelisaa innuu wax cusub isku dayo.

Cunugaaga waxbuu rabaa.
Waa muhiim in wax la rabo. Laakiin markasta lama heli karo waxa la rabo. Sidaa daraadeed cunugaaga wa innuu samirka bartaa. Wa inuuna la qabsadaa oo caadi u noqotaa niyadjabka markuu helin waxuu rabo. Niyadjab, rajoxumo iyo xanaaq waa dareemada shakhsiga. Laakiin taasi innay alaab ama qof khasaaro kaga gaarto ma aha. Hadduu cunugaaga samir leeyahay iyo la sugo karo waxuu rabo waxbaa naftiisa ugu kordhayso.

Iswaydaaradka hadalka
Sich verständigen und verstanden werden

Cunugaaga innuu wax sheego ayuu rabaa.
Waxa fiican cunugaaga waxuu sameeyay ama soo marray inaad danaysid oo ka dhagaysatid**.**
Waxyaalaha maalintii dhacay kala hadal oo u micnee wuxuu aqoon u laheen.

Cunugaaga wuxuu rabaa innuu qof hadalkiis dhagaysto.
Cunugaaga buugaagta caruurta loogu talagalay la daawo, sheekooyin u sheeg, heesooyin la hees. Sidaa luqadda ayuu ku baranayaa iyo waxa sii fiicnaanayo isla-xidhiidhkiina. Waxaad kula hadasha luqadda hooyadii. Mar hadduu luqaddiisa yaqaano, luqad shisheeye si sahlan ayuu u baran karaa.

Cunugaaga luqadda innuu dareemo ayuu u baahanyahay.
Caruurta yar erayaday raydhyooga ama tiifiiga ka maqlaan maskaxda kuma hayn karaan. Waxay u baahan-yihiin innay la hadlaan dadkay yaqaanan oo kalsooni ku yihiin. Qofkay xidhiidh la leeyihiin arayaday ka bartaan si sahlan ayay ugu hadli karaan iyo muddo dheer ayay xasuusanayaan.

Dhaqdhaqaaq iyo hurdada
Bewegung und Schlaf

Cunugaaga innuu dhaqdhaqaaqo ayuu rabaa.
Cunugaaga u ogolaw innuu meel korkoro, ordo, isdhaqdhaqaajiyo, kubad ciyaaro. Marmar debedda u kaxee, xitaa hadday roob jirto.

Cunugaaga innuu hurdo ku filan helo ayuu rabaa.
Siduu si fiican uga soo baxo wakhtiguu xanaadadda joogo waxa muhiim u ah innuu habeenki hurdo fiican oo 10 ilaa 12 saacadood ah helo. Siduu itaal u lahaado wa innuu subaxii quraac oo cuntada caafimaadka u fiican ka soo dhergaa.

Cunugaaga waxyaalo oo kolba wakhti gaar ah la sameeyo ayuu jecelyahay.
Cunugaaga shakhsiyaddiisa ayay taageraysaa hadday jirto wax oo markasta iyo wakhti gaar ah la sameeyo (tusale: wakhtiga la isla cuntaynayo. Wakhtiyada la seexinayo).

Macluumaad dheeraad ah waxaad ka helaysaan:
www.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten

Waxaan idiin rajaynaynaa, maca caruurtiina inaad ku noolaatiin wakhti oo bilaa dhibaato ah.