Hawlo xiiso leh oo Qoysasku la Samayn karaan carruurtooda



Fikrado loogu talagalay qoysaska hoysta dhallaanka, socod-baradka iyo ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka

Gu'ga 2020

Tusmada

Hawlo xiiso leh oo Qoysasku la Samayn karaan carruurtooda 3

Aynu Wadajir u Dhaqdhaqaaqno: Jimicsiga jirka 4

Barashada Xirfadaha Bulshada 9

Barashada madax banaanida 13

Waxqabadyada Howlaha Jadwalka joogtada ah: Ogaanshaha waxa aad filanayso 15

Waqti lagu Nasto: Hawlaha xasilloonida/Aamusnaan ah 177

Xusuusinta ugu dambaysa ee loogu talagalay dadka waaweyn. 19

Hawlo xiiso leh oo Qoysasku la Samayn karaan carruurtooda

Inta lagu jiro Amarka Guriga Jooga ah ee Minnesota, qoysasku waxaa laga yaabaa inay isweydiinayaan wixii ay maalin walba la samayn lahaayeen carruurtooda yar yar. Kali kuma tihid xaaladdan cusub ee ka soo shaqaynta guriga iyo daryeelka ilmahaaga yar. Waxaa laga yaabaa in aad badanaa isaragto adiga oo isu dheellitiraya baahiyaha waajibaadka shaqo iyo baahiyaha ilmahaaga isku mar.

Furaha in nolosha qoysku shaqayso wakhtiyada xaaladaha isbedelka iyo **xaaladaha duruufaha adag ayaa ah in loo sameeyo qorshe iyo rajooyin macquul** u ah naftaada iyo ilmahaaga. Waxaa laga yaabaa in aad dareento walwal - ilmahaaguna sidoo kale - sidaas darteed waa muhiim inaad naftaada u naxariisato. Sii xoogaa habraac/qorshe ah maalinta adiga **oo isu dheelitiraya xasilloonida/nasashada iyo howlaha waxqabadka**, oo ka caawi ilmahaaga in uu uga kala gudbo howlaha sida ugu degan ee ugu habboon ee loogu kala gudbo howlaha. Ilmaha jira da'da aan weli gaarin iskuulka (4- ilaa 5-sano jirka ah) ayaa laga yaabaa inay doorbidaan jadwalka kaalendarka waxa ay doonayaan maalin walba inay sameeyaan ama in ay subaxdii qoraan liistada howlaha ay doonayaan inay isku dayaan. Tani waxay ka caawisaa carruurta yaryar inay yeeshaan xirfado fikir oo muhiim ah.

Doorashada howlaha **fidinaya fikirka ilmahaaga, dhaqaajinaya muruqyadiisa ama dhaliya mala-awaalka** ayaa waxay ilmahaaga ka caawin doontaa inuu sii wado korriinka oo waxbarto inta aad guriga wada joogtaan. Xusuusnow in maskaxda da'da yar ee ilmahaagu had iyo jeer korayso oo wax ay baranayso maalin kasta idilkeed!

Tilmaamahan kooban, "Hawlo xiiso leh oo Qoysasku la Samayn karaan carruurtooda," waxaa loogu talagalay inay kaa caawiso in ay ku siiso fikradaha aad ku abuuri karto waxqabadyo/nashaadyo firfircoon iyo wakhti aad la wadaagi karto ilmahaaga. Howlaha buugan waxaa loo soo jeedinayaa dhallaanka, socod-baradka iyo ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka. Dhallaanku waa ilmaha dhawaan dhashay illaa 12 bilood jir Socod baradku waa caruurta yar yar ee da'da 12 bilood ilaa 36 bilood. Ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulku waa caruurta jirta 3 ilaa 5 sano.

Waalid ahaan, waxaad ku qorsheyn kartaa howlo ku salaysan da'da ilmahaaga iyo waxyaabaha uu xiiseeyo – mararka qaarkood xiisahaasi way is beddali doonaan maalin kasta! Fadlan la xasuusnow in nashaadaadkaani ay yihiin talo lasoo soo jeediyey waxayna kuxiran yihiin qiyaasta da'da carruurta.

Aynu Wadajir u Dhaqdhaqaaqno: Jimicsiga jirka

Qaata wakhti aad ku raaxaysataan ciyaarta banaanka ugu yaraan 20 daqiiqo maalin kasta. Haddii ay xoogaa qabow tahay, ku darsada xoogaa dhar diirran ah si aad caadi u dareentaan inta aad dibadda ku ciyaaraysaan. Hoos waxaa ku yaal fikradaha lagu sameeyo gudaha ama dibedda si looga caawiyo ilmahaagu inuu noqdo mid firfircoon. Hawlahan ayaa sidoo kale ku siin doona "nasasho maskaxeed" isla markaana waxay kula dhaqdhaqaaq-siinayaan ilmahaaga.

Xasuusin ku saabsan kala beddelka iyo Jadwalka Joogtada ah: Kala beddelka fudud ee laga baxayo howlo dhaqdhaqaad jirka ah ee loo beddelanayo howlo aan dhaqdhaqaaq badan lahayn ayaa muhiim u ah carruurta yar-yar. Way caawisaa carruurta inay ogaadaan in howshu ay dhowaan dhamaan doonto, sida “shan kubad tuuris baa dhiman” ama “ hal mar oo kale in aad wadada ku soo wado kadibna waxaan galaynaa guriga si aan u akhrino sheeko.”

Marka ay howl dhammaato, **samee hees si aad kala beddelka uga dhigto mid madadaalo ah**. Waxaad wada jir ugu wada heesi kartaan heesta isbeddel kasta. Dhib ma leh hadii aad tahay heesaa wanaagsan iyo hadii kaleba. Soo maritaanka heesta unbaa ilmahaaga u tilmaamaysa xilliga isbeddelka Heestaadu waxay noqon kartaa runtii mid fudud Waad abuuri kartaa ereyada markaad kala beddelaysaan howlaha sharraxaya waxa aad samaynaysaan, sida "sidan waa habka aynu u qaadno boombolo, soo qaad boomboloheena, soo qaad boomboloheenaa... ka dibna aan gudaha galno!"

Ciyaarta dibedda ka dib, adiga iyo ilmahaaguba waxaa laga yaabaa in aad rabtaan inaad yeelataan jadwal joogta ah sida aad guriga dib ugu laabataan. Waxaa muhiimad ah, in aad jaakada, funaanadaha, kabaha buutka ah, kabaha, galoofyada, koofiyadaha iyo dharka kale ee bannaanka aad albaabka iskaga bixisaan. Kahor inta aydaan taaban wax kale, adiga iyo ilmahaaguba waa inaad **gacmihiina dhaqdaan ugu yaraan 20 ilbiriqsi.** Dhallaankuna waxay u baahan yihiin in gacmahooda loo dhaqo, sidoo kale, markaad ka timaadaan dibadda. Waxaad ku heesi kartaa "ABC's", "Twinkle, Twinkle Little Star," ama heesaha qoyskaagu jecelyihiin si aad gacmo-dhaqashada uga dhigto howl joogto oo madadaalo leh.

Wakhtiga dibedda ka dib, ilmahaagu waxaa laga yaabaa in uu oomman yahay. Wakhtigani waa wakhti ku habboon in la cabbo biyo oo laga wada hadlo waxa aad ku samayseen iyo ku soo aragteen dibadda.

XUSUUSIN LOOGU TALAGALAY DADKA WAAWEYN. **Hubi inaad xaqiijiso ammaanka ilmaha ee gurigaaga:** Meel ku xir alaabta nadaafinta guriga, dharka ka lagu dhaqo, alaabta daryeelka cawska iyo alaabada daryeelka baabuurta; isticmaal irdaha amaanka ah; oo xir albaabada looga baxo bannaanka iyo dabaqa hoose. Hoos ugu deg heerka ilmahaaga oo fiiri waxa kale ee laga yaabo inuu u arko ee khatar ku noqon karta ama aan ammaan ahayn.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Hoosta geli, la hadal, u hees oo la ciyaar dhallaankaaga inta aad quudinayso, dharka u gelinayso oo u qubeyayso.	Isku dul rasteeya oo kala dejiya kooba caag ah. Sameeya pyramid (ahraam) oo dumiya.	Ku ciyaara kubado, barta orodka iyo haraatinta/laadka.
U jiifi dhallaankaaga dhabarka si ay u seexdaan wakhtiga hurdada nasashada iyo habeenkii.	U isticmaal daboollada weelka wax lagu dubto qalab muusiko ahaan ama baaquliyo caag ah iyo qaaddo in ay yihiin durbaan ahaan dabaaldeg. Guriga ku wareega/gaariyeeya guriga.	Isticmaala muruqyada waaweyn si ula jeedo ah si aad fuushaan, u orodaan oo u boodboodaan.
Isla Qaata Wakhtiga Caloosha: Dhabtaada dusheeda, u jiifi ilmahaaga calooshiisa/caloosheeda muddo aad u gaaban oo ah markii uu soo jeedo (dhallaanka yaryar).	Isticmaala muruqyada waaweyn inaad "u boodaan sidii bakaylaha oo kale" ama "u duushaan sidii shimbirta oo kale."	Ka soo doorta sawir xayawaan buug ama joornaal una dhaqaaq sidii xayawaankaas (tusaale ahaan, iswareeji sidii dixiriga, u bood sidii bakaylaha, oo u booda sida kangaroo). Soo qaata xayawaan kale una dhaqaaqa sida xayawaankaas kale.
Ku dhiirrigeli dhallaankaaga inuu madaxa kor u qaado adiga oo toy ku qabanaya meel heerka indhaha la siman.	Ku tuura kubad jilicsan dambiisha dharka oo dhexdhexaad ah ama mid weyn ah.	Ciyaara ciyaarta joogso (freeze). Muusikada qoob ka ciyaara. Joogso marka ay istaagto. Ama tilmaamo sii oo dheh “Joogso.” Tusaale ahaan, “Islul, Islul, Islul. Joogso! Bood, bood oo bood. Joogso!"
Ku qabo boombolo ama shanqar madaxa ilmaha korkiisa kuna dhiiri geli inuu/in ay gaadho (2-illaa 3-bilood jir)	Ku raaxaysta ciyaarta bannaanka idinka oo ordaya, boodboodaya, jiidaya baabuurka caruurta ama wadaya baaskiilka saddex shaaglaha ah (tricycle)	Sii aaladaha la kexeeyo sida baaskiil saddex lugood leh ama baaskiil yar oo leh shaagaga tababarka.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Hoosta geli oo si tartiib ah u taabo dhallaankaaga.	Sii kubad ilmahaaga socod baradka ah si uu u tuuro, u giraangiriyo oo u tuuro.	U adeegso dhalo caag ah iyo kubad jilicsan si uu ugu ciyaaro “bowl.”
Sii dhallaankaaga wax uu laaco oo uu qabsado sida fartaada ama boombolo (toy) (3-bilood jir).	Sii boombolo (toy) uu dhallaankaagu u riixi karo ama u soo jiidi karo si ammaan ah.	Dhig buste duug oo duuban dhulka dushiisa oo aad u iscimaashaan dheelitir ahaan ama xarig giijisan. Ilmaha u ogolow in uu ku dul socdo. Ku metel in ay tahay buundo oo iska ilaaliya biyaha qabow ee idin ku hareeraysan.
Isticmaal boombolo (toy) jilicsan, amaan u ah dhallaanka oo midabo leh si ay u soo jiidato dareenka ilmahaaga.	Afuufa xumbo oo u oggolow ilmahaaga socod baradka ah inuu jebiyo. Kala hadal socod baradkaaga sida uu “kor hawada kore ugu jebiyo” ama “uu hoos dhulka ugu jebiyo.”	Ku ciyaara ciyaar fudud oo ilmahaagu raacayo tilmaamaha. Ka shaqee/diyaari ilaa saddex tilmaamood kahor inta uusan bilaabin. Tusaale ahaan, "Gacanta saar madaxaaga, soo jeedso, kadibna dhulka taabo." Ka dhig wax madadaalo leh adiga oo isticmaalaya ficilo iska yeelyeel ah. Ilmahaagu ha noqdo hogaamiyaha hana ku siiyo tilmaamo sidoo kale!

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Sii meel ammaan ah oo ilmahaagu ku ciyaaro dhulka dushiisa. Ilmuhu waxay jecel yihiin inay isku dayaan inay gaaraan toy jilicsan inta ay ciyaarayaan.	Sii meel ammaan ah oo socod baradkaagu uu ku socdo ama ku warwareego	Ku bood ama ka tallaabso jeex koollo ah ama xarig dhulka yaalla.
Isla Qaata Wakhtiga Caloosha: U jiifi ilmahaaga calooshiisa/caloosheeda markii uu soo jeedo oo u dhig boombolo (alaabta caruurtu ku ciyaarto) meel u dhow si uu u gaaro una qabsado. (4- illaa 6 bilood jirka)	Sii alaabada lagu ciyaaro ee la riixo sida baabuur, gaari xamuul ama gaariga la jiido. Sanduuq yar ayaa wuxuu noqon karaa "aalad lagu ciyaaro oo la riixo" — ku metela in ay tahay tareen, ama bas ama gaari.	Ku qor magaca ilmahaaga warqad yar. Kadibna, ilmahaagu ha u isticmaalo jirkiisa inuu ku dhawaaqo xaraf kasta oo magaciisa ah. Qor magacyo ama ereyo kale si uu ugu dhawaaqo xaraf kasta. La higaadi xarfaha ilmahaaga si aad uga dhigto mid xiiso leh! Labadiinubu waad isla qosli doontaan!
Samee wajiyo kala duwan - gaar ahaan u dhoola cadaynta dhallaankaaga yar - inta aad ka bedeleyso xafaayada ama dharka ilmaha.	Ilmaha socod baradka ah ayaa ciyaari kara ciyaaro fudud oo madadaalo ah iyagoo raacaya tilmaamo. Waa wax madadaalo leh in loo adeegsado falal isyeel yeel ah ilmahaaga yar. Tusaale ahaan, "indhahaaga si aad u balaaran u kala fur," "indhahaaga isugu qabo si adag," "cagahaaga ku dabool gacmahaaga." Samee waxkasta oo madadaalo leh oo iska yeel yeel ah oo aad la samayso ilmahaaga socod baradka ah.	Ilmahaaga bar in uu xubnaha kale ee qoyska la ciyaaro ciyaaraha banaanka sida taabashada (tag), raac hogaamiyaha (follow the leader) iyo "duck, duck, goose". Ilmahaagu wuxuu ku dhihi karaa midab gooni ah “duck” kasta.
Ku ciyaara peek-a-boo idinka oo isticmaalaya khimaar ama tuwaal.	Hawada u tuur masar khafiif ah ama tuwaalka weelka oo qabo.	Hawada u tuur masar khafiif ah ama tuwaalka weelka oo qabo.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Sii dhallaanka meel ballaadhan, oo ammaan ah oo uu ku dhaqdhaqaaqo oo uu kala barto.	U samee caqabado fudud adiga oo kursi ama barkimooyin dhig dhigaya qolka. Socod baradkaagu wuxuu baran karaa ka dul gurguurashada ama dhinac in uu uga socdo caqabdaha.	U samee caqabado. Dhig kuraas iyo barkimooyin qolka, ka dibna barta tallaabada, booditaanka ama ku gurguurashada dusheeda, hoosta iyo hareeraheeda.
Ka agdhawow inta ilmahaagu sahaminayo oo warwareegayo si uu/ay ogaato inaad ka agdhowdahay.	U ogolow socod baradkaagu inuu kaa caawiyo howlaha maalinlaha ah - ma ahaan doonto mid sidii la rabay ah, laakiin waxay jeclaan doonaan inay ku caawiyaan. Kala soocidda dharka la dhaqay, sida sharabaadyadu, waa meel wanaagsan oo laga bilaabo. Socod baradkaagu waxaa kale oo laga yaabaa inuu jeclaado inuu qaado xirmooyin yar yar oo dharka ah oo uu geeyo qolka saxda ah.	Ka qaybgeli ilmahaaga howlaha joogtada ah sida in dharka loo kala sooco midabka ama nooca dhar. Weydii ilmahaagu in uu helo dhammaan sharaabaadyada buluuga ah. Tiriyo. Kadib u duubo sida kubadda kuna tuuro dambiisha dharka la dhaqayo isaga oo istaagaya meel kasii fog markasta oo uu tuurto.
Ilmahaaga kor u qabo cagaha dhulka u saar, oo u hees oo la hadal isaga/iyada.	Socod baradkaagu wuxuu ku baran karaa boodbooditaanka qolka dhexdiisa ama hareeraha kuraasta.	U isticmaal barkin duug ah sidii boorsada ka boodidda. Kuraas u dhig ilmahaaga si uu u bood boodo.

Barashada Xirfadaha Bulshada

Barashada korriinka bulshada iyo sida loola ciyaaro dadka kale ayaa ah xirfad ay carruurtu ku bilaabi karaan barashada markay da' yar yihiin. Ku celceliya/barta xirfadaha loo baahan yahay si loola dhaqmo carruurta kale. Ka caawi ilmahaagu inuu barto ereyo cusub si uu sheegto baahiyihiisa iyo rabitaankiisa.

XUSUUSIN LOOGU TALAGALAY DADKA WAAWEYN. U fiirso dhallaankaaga si aad u barato calaamadihiisa — ilmahaagu ma ooyaa marka uu gaajaysan yahay, indhaha ma xoqdaa marka uu daallan yahay ama ma kaa jeedsadaa mar uu/ay rabo/rabto in uu sameeyo wax ka duwan? Ilmuhu waxay inoo sheegi karaan baahidooda – xitaa markaan la ciyaarayno/bulshaynayno! Fiiro gaar ah u yeelo sida ilmahaagu ula dhaqmo xaaladaha iyo dadka cusub, iskuna day inaad samayso waxyaabo ka caawinaya inuu dareemo raaxo iyo farxad. Ku wad jadwalka howlaha joogtada ah – kuwaas oo ah habka ugu wanaagsan ee lagu caawiyo dhallaankaaga, socod-baradkaaga ama ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulku inuu dareemo ammaan iyo xasillooni.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Ciyaara ciyaaro ama ku heesa heeso uu dhallaankaagu kaaga dayan karo dhawaaqaaga iyo dhaqdhaqaaqa jirka. Ku soo celceliya heesaha aad ugu jeceshihiin marar badan. Jadwalka joogtada ah ee wadaagida heesaha aad jeceshihiin ayaa dhiirigelinaysa ilmahaaga.	Ciyaara ciyaaro ama ku heesa heeso uu socod baradkaagu kaaga dayan karo dhawaqaaga iyo dhaqdhaqaaqa jirka. Ku soo celceliya heesaha aad ugu jeceshihiin marar badan. Socod baradku waxay ku raaxaystaan ku soo celcelinta.	Isla jila sheeko caan u ah sida Goldilocks and The Three Bears. Soo aruuriya boombolo (toy) xayawaan cufan ah, baaquliyo iyo qaadooyin, saddex kursi iyo shukumaano ama bustayaal loogu talagalay sariirta. Adiga iyo ilmahaaga ayaa noqon kara wariyaha ama adiga ayaa warin kara oo uu ilmahaaguna jili karaa. Ama diyaari xoogaa kuraas ah oo jila heesta The Wheels on the Bus.
I think Ugu akhri buugaagta ama uga sheekee sheekooyin ilmahaaga dhallaanka ah adiga oo adeegsanaya cod hoose. Tilmaan erayada iyo sawirrada ku jira buug inta aad akhriyeyso.	Ugu akhri buugaagta ama uga sheekee sheekooyin ilmahaaga socod baradka ah adiga oo adeegsanaya cod hoose. Tilmaan erayada iyo sawirrada ku jira buug inta aad akhriyeyso.	U akhri ama uga sheekee sheekooyin ilmahaaga had iyo jeer. Ku xiriiri nashaadaadka buugga ku yaalla dhacdooyinka nolosha dhabta ah. Waxaad dhihi kartaa, "Miyaad xusuusataa markii aan samaynay____? Taasi waxay ahayd wax la mid ah waxa ay qabanayaan sheekada dhexdeeda.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Cayaara cayaaraha qarinta/xasaynta adigoo ku qarinaya boombolo xayawaan cufan ah buste ama maro hoosteed. Wadajir u raadiya boombolaha (toyga) Muuji la yaab iyo farxad markii aad heshaan boombolaha. Ku soo dar toosh si madadaaladu ugu badato caruurta waaweyn.	Cayaara cayaaraha qarinta/xasaynta adigoo ku qarinaya boombolo buste hoostiisa ama dhar, ama ku qarinaya boombolo xayawaan cufan ah meel ka mid ah guriga oo deedna ka caawinaya socod baradkaagu in uu soo helo. Ku soo dar toosh si madadaaladu u badato.	Ciyaara ciyaaraha sida "I Spy/ waxaan basaasayaa" Aqoonsada shay qolka ku dhex jira. U sharax ilmahaaga hal tilmaam markiiba ilaa oo uu ilmahaagu maleeyo shayga. Waxaad dhahdaa sida, “Waxaan basaasaa wax wareegsan. Gaduudan Kulayl ah Shoolada korkeeda saaran". Waa digsi baasto ah oo karsamaysa. Ama ciyaara ciyaarta “Waxaan ka fikirayaa xayawaan. Waxay leedahay afar lugood, qoor dheer oo waana jaalle leh dhibco bunni ah. Maxay tahay?" Geri.
Wada jir isula fiiriya sawirrada qoyska. Fiiriya sawirrada carruur kale. Kala hadal waxa sawirada aad ku arkayso ilmahaaga.	Fiiriya sawirrada qoyska. Dadka magacow oo ka hadla wixii dhacayey markaas. Caruurta yar yari waxay ku raaxeystaan eegista sawiradooda iyo sawirada caruurta kale.	Wadajir isula fiiriya sawirrada qoyska oo ka hadla waxa la qabanayay iyo xubnaha qoyska ee sawirrada ku jira. Ilmaha yara waaweyn ee aan weli gaarin da'da iskuulka ayaa laga yaabaa inay ku raaxaystaan qaadista sawirada xubnaha qoyska oo ay ka hadlaan waxa qofkaasi sameynayay markii sawirka laga qaaday.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Dhallaanka waaweyn waxay ku raaxaysan doonaan in ay kubbad gadaal iyo horey u giraangiriyaan. Ka hadal waxa aad samaynayso marka aad wadaagaysaan wada ciyaarista.	Ku tara taraysta (midba mar ha qaato) in aad gaari ama kubad gadaal iyo horey u giraangirisaan. Ka hadal waxa aad samaynayso marka aad wadaagaysaan wada ciyaarista.	Ku dhiiri geli waxyaabo badan oo ciyaar metelaad ah. Tani waxay si gaar ah madadaalo badan u tahay haddii ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka uu la sameeyo xubnaha qoyska. Inta lagu jiro ciyaarta metelaada, kala doorsada xilalka, u ogolow ilmahaagu inuu iska dhigo waalidka oo aad adna noqoto ilmaha. Ama iska dhiga inaad aadaysaan makhaayada pizza-da ama makhaayada qaxwaha. Ilmahaagu wuxuu noqon karaa shaqaalaha dalabka oo wuxuu “qori” dalabkaaga ama kariyaha.
La hadal dhallaankaaga ama weydii su'aalo, (gaar ahaan fool-ka-fool) oo sug jawaabcelinta sidii idinka oo wada sheekaysanayey. Jawaabtu waxaa laga yaabaa in ay noqonto daaco, lugaha oo uu haraatiya, ama qosol. ilmahaaga kula celceli dhowr jeer haddii ilmahaagu jecel yahay sii wadida jawaabaha.	La ciyaar ciyaaro firfircoon ilmahaaga, sida in aad ku tarataraysataan ka boodista cirifka jidka, laadista kubad ama xumbo jebinta. Ku tara taraysigu (midba mar in uu qaato) waxay muhiim u tahay xirfadaha bulshada oo wanaagsan.	Ciyaara ciyaaraha kaadhka Go Fish, Old Maid ama Concentration. Ciyaaraha fudud ee miiska, sida Candyland, ayaa xiiso u leh ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka. Ciyaaruhu waxay ka caawiyaan ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka inay bartaan sida loo tara taraysto (in ruuxba mar qaato).

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Ciyaara ciyaar sida "markaygii, markaagii" idinka oo isticmaalaya kubad ama alaabta carruurtu ku ciyaarto. Tani xitaa waxay shaqaysaa marka aad ilmahaaga u gelinayso sharabaadada ama kabaha. Wadajir in loo madadaasho ayaa dhista xiriir wanaagsan oo muddada fog ah oo aad la yeelato ilmahaaga.	La ciyaara mala-awaal xayawaanka cufan ee ilmahaaga socod baradka ah. Uga sheekee sheeko fudud adiga oo isticmaalaya xayawaan ama waxyaabaha caruurtu ku ciyaaraan (boombolo). Ku tara taraysta (midba mar ha qaato) in uu ka sheekeeyo sheeko. Xitaa ilmaha yar ee socod-baradka ah ayaa kula wadaagi kara tan isaga oo sheeko kaaga sheekaynaya, soo kale, xitaa haddii aadan fahmaynin ereyada uu isku dayayo inuu dhaho. Waa wax madadaalo leh in mala-awaal lala cayaaro ilmahaaga socod baradka ah oo waxayna dhistaa xiriirka wada hadalka iyo xirfadaha luqadeed.	Isla male-awaala sheekooyin si wada jir ah iyada oo uu ilmahaagu go'aaminayo waxa xiga ee dhacaya. Waxaad soo jeedin kartaa talo sida, “miyey tagaan baarkaha/jerdiinada, xeebta ama filinka xiga?” Abuura sheekooyin ku saabsan boombolo ama xayawaanka cufan ee aad dhigtay ama ku dhex qarisay guriga.
U diyaar noqo, u jawaabceli oo u debacsanow ilmahaaga.	U diyaar noqo oo u jawaabceli socod-baradkaaga. Baro sida loo akhriyo tilmaamahiisa maalinta oo dhan.	Ciyaara ciyaaro ereyo ah oo aad weydiinayso, "maxaa laga yaabaa in uu dhaco marka xiga?" haddii aad keento kubbad baraf ah guriga dhexdiisa ama aad dhisto daar/guri adiga kaa dheer.
Ka caawi ilmahaaga inuu is dejiyo adiga oo siinaya dejiye (pacifier) ama siinaya bustaha uu jecelyahay ama shay jilicsan.	Ku dheganow waxa socod baradkaagu uu samayn karo iyo waxa aanu samayn karin. Ku ammaan socod baradkaaga waxa uu baranayo inuu sameeyo iyo sida uu u yahay caawiye, sida ka caawinta dhas-bixinta ama xaaqitaanka.	Isu raaca in aad wadajir waxyaabo u raaadisaan (scavenger) Soo hel saddex (ama in kabadan) waxyaabo kala korkorreya ah. Marka xigta soo hela waxyaabo siman. Ama ka raadiya qaababka joomatariga sida wareegyada, labajibbaaranaha iyo leydiyaasha ku jira waxyaabaha caadiga ah.

Barashada madax banaanida

Waxaa jira khayraad badan oo websaytyo ah oo loogu talagalay carruurta iyo qoysaskooda wadanka oo dhan. Mararka qaar ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka ayaa geli kara kheyraadkan haddii aad heli kartaan khadka internetka ama Wi-Fi bulshadiina dhexdeeda. Qaar badan oo ka mid ah khubarada korriinka carruurta iyo khubarada caafimaadka ayaa ku talinaya wax ka yar laba saacadood maalintii ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulka. Waa muhiim in warbaahin kasta oo ilmahaagu daawado ay tahay barnaamij ama websayt tayo leh. Sida ay hawl kasta tahay, waxaa muhiim ah in la sameeyo isu-dheellitirka isticmaalka warbaahinta iyo howlaha kale.

Daawashada fiidiyow ama adeegsiga websaytyada si gaar ah loogu talagalay carruurta yaryar waxay noqon kartaa howl/nashaad aad rabi doonto inaad la samayso ilmahaaga oo aad la wadaagi karto fikradaha iyo wada hadalka inta aad isticmaalaysaan warbaahinta. Waxaa jira dhowr websayt oo xiiso u leh carruurta oo bixiya booqashooyin mooddo (virtual) ah. La booqo qaar ka mid ah websaytyadan ilmahaaga:

Xarunta xayawaanka ee San Diego Zoo (San Diego Zoo) wuxuu leeyahay websayt ay ku jiraan sawirrada xayawaanka zoog-ga, fiidiyowyo, ciyaaro iyo nashaadyo.

Websayt laga leeyahay Kanada ayaa bixiya dalxiis beero leh (tour of farms) doofaarro iyo lo ', geedaha tufaaxa, iyo ukumo.

Ka daawo kamarad webka (what lives under water) ee tooska ah ee waxyaabaha ku nool biyaha hoostooda, sida xuutka, ee aquarium-ka.

Kaamerada tooska ah ee gorgorka Minnesota (live eagle cam) Waalidku waxay ku fadhiyaan saddex ukumood.

Hoos waxaad ka heli doontaa talo soo jeedin aan ku tiirsanayn warbaahinta.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Sii dhallaankaaga boombolo jilicsan, sida caruusadaha ama xayawaanka cufan, si ay uga dhigaan inay daryeelayaan iyaga oo haynaya, quudinaya, ruxaya ama u heesaya.	Sii socod baradkaaga alaabta carruurtu ku ciyaarto oo jilicsan, sida caruusadaha ama xayawaanka cufan, si ay uga dhigaan inay daryeelayaan iyaga oo haynaya, quudinaya, ruxaya ama u heesaya.	Ku ciyaara ciyaar riwaayad ah ama mala-awaal ah idinka oo isticmaalaya caruusado, koofiyado, jileyaal, ama waxyaabo kale oo la jilo.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
U ogolow dhallaankaaga weyn inuu isticmaalo midabeeye (cryon) ama qalinka sabuurada oo la dhaqi karo, oo aan sun lahayn si uu wax ugu qoro oo u sawiro. Hubi in aad ilmahaaga ka ag dhowaato.	U ogolow dhallaankaaga weyn inuu isticmaalo midabeeye (cryon) ama qalinka sabuurada oo la dhaqi karo, oo aan sun lahayn si uu wax ugu qoro oo u sawiro.	Sii qalabka wax qoraalka, sida warqada (joornaal, xayaysiisyada boostada ama kaartoono ayaad isticamaali kartaan sidoo kale), qalin qoriyo, midabeeye (crayons) iyo qalinka sabuurada. U ogolow ilmahaagu inuu wax sawiro, qoro qoraallo ama uu koobiyeeyo ereyo.
U ogolow ilmahaagu inuu eego sabuurada ama buugaagta caagga ah kaligii.	U ogolow socod baradkaagu inuu eego buugaagta kaligii.	U ogolow ilmahaagu inuu eego buugaagta kaligii. Ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulku waxay jecel yihiin inay “iska dhigaan” in ay sheekada akhrinayaan. Ilmahaagu ha u “akhriyo” ama ha u sheego sheeko xayawaankiisa cufan.
U ogolow ilmahaagu inuu gediyo boggaga marka aad isla daawanaysaan buug oo ku tara taraysta in aad magacawdaan waxyaabaha ku jira sawirada.	Socod baradkaagu ha kuu sawiro (ama xarxariiqo) sawir si aad ugu dirtaan xubin qoyska ka mid ah ama saaxiib.	Ku dhiirrigali wax qorista sababta leh sida warqad u qorista saaxiib, samaynta liistada waxyaalaha ay tahay inaad samaysaan ama iska dhigista inaad dalab makhaayadeed qaadayso. Qoraal u qor dadka uusan qoyskaagu booqan karin.
Dhig boombolo jilicsan sariirta ilmaha dusheeda dhica ilmahaaga cagtiisa. Ilmahaagu wuxuu laadi karaa boombolaha wayna dhaqaaqi doontaa. Ilmahaaga la wadaag farxadda “sababta iyo saamaynta” (ilmahaagu wuxuu dhaqaajinayaa cagta iyo lugtiisa oo ay boomboladu dhaqaaqaysaa).	Play dough waa waayo-aragnimo wanaagsan dhanka dareenka ilmahaaga. U fiirso sida ilmahaagu u ciyaaro (sida inuu soo jeexo qaybo ka mid ah play dough, kubad ahaan in uu u malaaso). Sii weelal dhallaankaaga si aad uu ugu tuuro qaybo play dough ka mid ah.	Wadajir guriga isugula sameeya play dough (waxyaabaha laga sameeyo waxaa laga heli internetka). Marka ay play dough diyaar tahay, waxaad siisaa qalabka jikada oo kala duwan oo aan af lahayn si uu ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulku ugu isticmaalo ciyaarta play dough.

Waxqabadyada Howlaha Jadwalka joogtada ah: Ogaanshaha waxa aad filanayso

Howlaha jadwalka joogtada ahi waa howlaha raacaya taxane la saadaalin karo, waa kuwo joogto ah, oo qorshe siinaya nolosha ilmahaaga. Caddad wax barasho oo aad u badan ayaa dhici karta markii ilmahaagu ka qaybqaato hawl maalmeedka sida mayrashada, quudinta/cunista, beddelaada xafaayadda iyo wada ciyaarista - waxyaalaha aad maalin walba la samayso ilmaha yar.

Barashadu waxay dhacaysaa marka uu ilmahaagu si firfircoon uga qayb qaato qaybaha kala duwan ee hawl maalmeedka.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
U samee ilmahaaga jadwal joogto ah (in kasta oo ay isbeddeli karaan!), sida xilliga jiifka seexashada caadiga ah iyo hurdada nasashada (nap time), iyo quudinta markii loo baahdo. Jadwalka joogtada ahi wuxuu ka caawiyaa dhallaanka inay dareemaan xasillooni isla markaana bilaabaan inay ogaadaan waxa ay filayaan.	Socod baradkaagu wuxuu kaa caawin karaa diyaarinta miiska ama in uu jikada u soo qaado maacuunta si uu kaaga caawiyo nadiifinta cuntada kadib. Ilmahaaga socod baradka ah waxaa laga yaabaa in uu ku raaxaysto heesta nadiifinta markasta.	Ku dhiirrigeli ilmahaagu inuu kaa caawiyo diyaarinta miiska (tirinta shay kasta markaad miiska saaraysaan) iyo in uu jikada u soo qaado maacuunta si uu kaaga caawiyo nadiifinta cuntada kadib.
Dhallaankaaga weyn wuxuu bilaabi karaa inuu qabsado qaaddada/malqacada ama in uu isticmaalo qaaddo si uu naftiisa u quudiyo. Dhallaanka waaweyn waxay ku raaxeystaan in ay miiska la fadhiistaan qoyska.	Sii socod baradkaaga in aad ku tababarto isticmaalka qaadada ama farageetada inta lagu jiro wakhtiyada cuntada.	Ku tababar isticmaalka qaadada ama farageetada inta lagu jiro wakhtiyada cuntada. Ilamahaaga aan weli gaarin da'da iskuulku wuxuu u isticmaali karaa mindida miiska inuu subag ama subag lowska uu marsado rootiga.
U samee jadwal joogto ah dhallaankaaga, sida u maydhitaanka,Hubi inaad eegto heerkulka biyaha oo marwalbana kormeer ilmahaaga.	Ku ciyaarista saxanka mayrashadu waa wax madadaalo u leh ilmahaaga socod baradka ah. Hubi inaad eegto heerkulka biyaha oo marwalbana kormeer ilmahaaga.	Ku ciyaara saxanka qubayska ama sinkiga (diyaar u noqo xoogaa biyo daadasho ah) idinka oo isticmaalaya weel cabirkoodu kala duwan yahay si aad ugu shubtaan oo u dartaan. Hubi inaad ilmahaaga kormeerto agagaaarka biyaha.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Fiiro gaar ah u yeelo waxa ilmahaagu jecel yahay iyo waxa uusan jeclayn si aad u garato waxa ilmahaagu u baahan yahay iyo sidii aad isaga/iyada uga farxin lahayd. Waxaa jira qaybo maalinta ka mid ah oo uu dhallaankaagu kuu sheegi doono baahiyo gooni ah.	Ilmahaaga socod baradka ah u ogolow in uu doorto shaatiga maalintaas. Weydii, "miyaad doonaysaa inaad xirato shaatiga gaduudan ama midka buluuga ah?"	Markaad ilmahaaga dhar u gelineyso, dooro shaati naqshad leh. U akhri ilmahaaga naqshada. U fiirso naqshada/qaababka maalinta oo dhan. Tusaale ahaan, waxaan ka helay naqshad kale tiishkan. Liidadku waa guduud, buluug, iyo guduud, buluug.
Si tartiib ah ula hadal ilmahaaga marka aad u labisayso ama ka beddeleyso xafaayada ilmahaaga. Tusaale ahaan, u sheeg ilmahaaga inaad u gelinayso sharabaadadiisa ka dibna kabihiisa.	Inta aad ilmahaaga u lebisayso, kala hadal midabbada iyo naqshada dharka.	Ku dhiirrigeli ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka inuu isla doonto waxyaabaha isu eg, sida alaabada lagu ciyaaro, xayawaanada cufan, kabaha, sharabaadada, ama miraha.
La soco sida dhallaankaagu u baranayo jirkiisa/jirkeeda - gacmaha u fiirinayo, lugaha u nuugayo, oo uu dib isu laabayo oo isugu dayaya inuu isrogo.	Ilmaha waaweyn ee socod baradka ah waxay bilaabi karaan inay labistaan adiga oo caawinaya, haddii loo baahdo. Ka bilow waxyaabo fudud, sida kabo ama funaanad.	Ku dhiirrigeli ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka inuu iskiis u labisto. Ku celceliya/barta xiritaanka siibadda jaakadaha ama funaanadaha. Tus ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka sida loo gashado kabaha buutka ah ama kabaha, oo ha ku barbarto kahor inta aydaan aadin banaanka.

Waqti lagu Nasto: Hawlaha xasilloonida/Aamusnaan ah

Si lamid ah dadka waaweyn ee la nool carruurta, waxaa muhiim ah in la isu dheellitiro waxqabadka iyo nashaadyada xasilloonida/nasashada ilmahaaga iyo wakhtiyada ciyaarta firfircoon. Waqtiyada nasashada iyo isdejinta ayaa waxay noqon karaan wakhti ka caawiya maskaxda ilmahaaga in ay sii korto. Hubi inaad qaadataan wakhti nasasho iyo raaxaysi ah oo joogto ah maalin kasta. Tani waxay gaar ahaan muhiim tahay wakhtiyada duruufaha adag ee nolosha ilmaha.

Xitaa inta lagu jiro xilliyada aamusnaanta ama marka ilmahaaga yari uu nasanayo waxaad haysataa fursad inaad ku dhisto xirfadaha luqadda afka ee ilmahaaga adiga oo la hadlaya. Runtii wada hadal aad in aad la yeelato ilmahaaga, in aad weydiisato inuu kaaga sheekeeyo sheeko, dib in ay u soo xasuustaan wixii ay qabteen maalintaas, in aad weydiiso ilmahaagu in uu qorsheeyo wax qabadkooda xiga, iwm. Tani waxay noqon kartaa mid ka mid ah waxyaabaha ugu muhiimsan ee aad samayn karto ee wehelisa akhrinta buugaagta si aad uga caawiso ilmahaaga inuu koro oo wax barto.

Xusuusin Loogu Talagalay Dadka Waaweyn. Waxqabad kasta waa muhiim in aad raacdo tilmaamaha carruurtaada. U fiirso haddii ay u muuqdaan inay daalanyihiin. Xataa dhallaanka way sheegaan waxay rabaan ama haddii ay ku daalaan waxqabad kasta. Markuu ilmahaagu daalo, waxaa laga yaabaa in uu ka jeedsado buugga ama wejigaaga oo uu indhaha xoqdo. Tani waxaa laga yaabaa in ay tilmaan kuu tahay inaad joojiso hawsha oo aad siiso dhallaankaaga ama ilmahaaga nasasho.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Inta aad hoosta ku hayso ilmahaaga ee aad ugu heesayso cod hoose, kala hadal sawirrada buugga ku jira ama buugga la akhri ilmahaaga. Hoosta gelintu markasta waxay tan ka dhigtaa mid xiiso gaar ah leh.	Wakhti aad mashquulsanaydeen ama aad si firfircoon u ciyaarteen kadib, u akhri buug ilmahaaga oo dhabtaada saaran. Sidoo kale waa wax raaxo leh in aad wada jir uga wada hadashaan sawirada ama in ilmahaaga socod baradka ah kuu sheego sheekada. Hubi in aad isticmaalayso cod hoose.	Wakhti aad mashquulsanaydeen ama aad si firfircoon u ciyaarteen kadib, u akhri buug ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka oo dhabtaada saaran ama barkin ku jiifa dhinacaaga. Sidoo kale waa wax raaxo leh in aad wada jir uga wada hadashaan sawirada ama in ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulku kuu sheego sheekada. Hubi in aad isticmaalayso cod hoose.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
Si tartiib ah u salaax dhallaankaaga dhabarkiisa, lugihiisa, gacanta iyo caloosha oo ku dhiirigeli in uu is dejiyo. Raac tilmaamaha dhallaankaaga ee ku saabsan waxa uu doorbido taabashada. Ku heesitaanka hees cod hoose ayaa waxaa laga yaabaa inay wakhtigan ka dhigto mid aad u deggan.	Ilmaha socod baradka ah qaarkood waxaa laga yaabaa in ay ku raaxaystaan duugista dhabarka, gacmaha ama lugahooda. Raac tilmaamaha socod baradkaaga ee ku saabsan meelaha uu doorbidayo in loo taabto wakhtigaas. Ku heesitaanka hees cod hoose ayaa waxaa laga yaabaa inay wakhtigan ka dhigto mid aad u deggan.	Bar ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka jimicsi tartiib ah ama dhaq-dhaqaaqa yoga aasaasiga ah, gaar ahaan neefsasho qoto dheer. Yoga ayaa la caddeeyey in ay ka caawiso carruurta qaar inay isdejiyaan.
Ilmaha waaweyn waxaa laga yaabaa in ay ku raaxaystaan ku fadhiisiga dhabtaada iyo wax ku “sawiridda” warqad, joornaal, gadaasha baqshada ama saxan warqad ah iyaga oo adeegsanaya midabeeye (crayon). Si degan uga hadal waxa ilmahaagu samaynayo, sida midabka ay isticmaalayso iyo naqshadaha ay samaynayso marka ay midabaynayso.	Diyaari miis ay la socdaan nashaadaadka farshaxanka oo xasilloon, sida sawiritaanka ama koolaynta. Diyaari warqad ama sabuurad cad, qalinka sabuurada, midabyo(crayons), qalimaan ama tamaashiir. Sii waraaqo soo haray ama tiish loogu tala galay isku koollaynta saxamada warqada ah, wargeysyada ama waraaqo aan loo baahneyn.	Diyaari miis ay la socdaan nashaadaadyada farshaxanka oo xasilloon, sida sawiritaanka ama koolaynta. Diyaari warqad ama sabuurad cad, qalinka sabuurada, midabyo(crayons), ama tamaashiir. Sii waraaqo soo haray ama tiish loogu tala galay isku koollaynta saxamada warqada ah, wargeysyada ama waraaqo aan loo baahneyn.
Dhallaankaaga u kaxee soo lugayn aamusan. Ku raaxaysta in aad u tilmaantaann waxa aad aragtaan iyo maqashaan, ku heesa hees deggan ama ku raaxaysta wakhtiga xasilloonida iyo socodka jirka.	Socod baradkaaga u kaxee soo lugayn aamusan. Ku raaxaysta in aad u tilmaantaan waxa aad aragtaan iyo maqashaan, laga yaabee shimbiraha ama eeyda, ku heesa hees deggan ama ku raaxaysta wakhtiga xasilloonida iyo socodka jirka. Hubi inaad ka jawaabto su'aalo kasta oo socod baradkaagu uu ka qabo waxa ay arkaan.	Ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka u kaxee soo lugayn aamusan. Ku raaxaysta in aad u tilmaantaan waxa aad aragtaan iyo maqashaan, Weydii ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka waxa ay arkaan iyo waxa ay maqlaan.. Ama ku raaxaysta wakhtiga xasilloonida iyo socodka jirka. Hubi inaad ka jawaabto su'aalo kasta oo ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulku uu ka qabo waxa ay arkaan.

Dhallaanka	Ilmaha socod baradka ah	Ilmaha da'da iskuulka aan weli gaarin
U samee jadwal joogto ah oo hubi seexasho joogto ah. U ogolow dhallaankaagu inuu xasillooni ugu dhex ciyaaro sariirta, haddii ilmahaagu ku raaxaysto wakhti uu ku nasto oo uu si deggan u ciyaaro.	U samee meel deggan, meel u gaar ah ilmahaaga socod baradka ah, sida teendho ama god, halkaas oo ay ku nasan karaan oo ay si deggan ugu ciyaari karaan.	U samee meel deggan, meel u gaar ah ilmahaaga aan weli gaarin da'da iskuulka, sida teendho ama god, halkaas oo ay ku nasan karaan oo ay si deggan ugu ciyaari karaan. U adeegso go'yaal duug ah, daahyo, ama roogag si aad u abuurto meesha. Ilmaha aan weli gaarin da'da iskuulku waxay dooran karaan boombolaha aamusnaantooda.

Xusuusinta ugu dambaysa ee loogu talagalay dadka waaweyn

Fikrado dheeraad ah oo loogu talagalay qoysaska ayaa laga heli karaa websaytka Waaxda Waxbarashada ee Minnesota (MDE) Hagaha Waalidka (Parent Guides) oo ku yaal Boggaga Tilmaamayaasha Horumarka Caruurnimada Hore (hoosta bogga).

(Learn more) Ka baro waxyaabo badan oo ku saabsan korriinka ilmahaaga oo ka hel fikrado kale websaytka Help Me Grow.

Waxaanu rajeyneynaa inaad madadaalo wada qaadataan xitaa wakhtiyada duruufaha adag! Waxaan idiin rajaynaynaa caafimaad wanaagsan iyo badbaado adiga iyo qoyskaagaba.