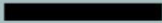
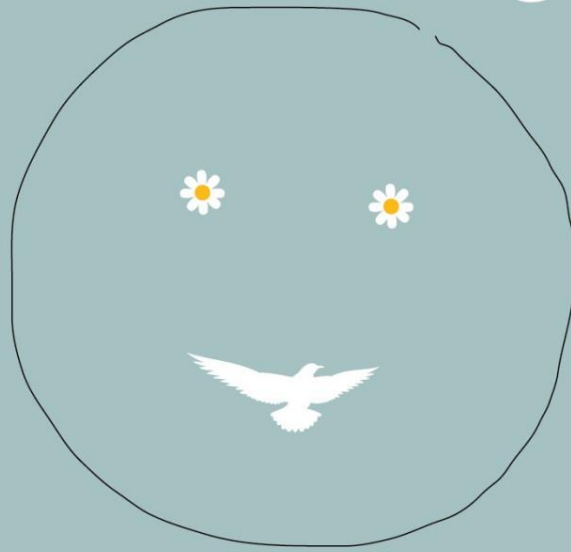


# ን መዋእሉ ሕጻናት ብቑዕ ምዃን?

Tigrinya



## **Impressum**

Herausgeberin und Copyright  
Erziehungsdirektion des Kantons Bern  
Amt für Kindergarten, Volksschule und Beratung  
[www.erz.be.ch/akvb](http://www.erz.be.ch/akvb), [akvb@erz.be.ch](mailto:akvb@erz.be.ch)

Illustrationen  
Peter Gärtl, Thun

**ቆልዑ ከዓብዮቱ ዝኸእሉ ሓላፍነት ስራሕ፤**

**መገዲ ምእዝና ዝመርሖም ኣርኣያ፤**

**ዉሕስነት ይስምዓኒ እዩ ዝብልዎ ማሕበረሰብ የድልዮም እዩ።**

ፕሮፌሰር ዶክተር Gerald Hüther

**ዝኸበርኩም ወለዲ**

ቆልዓኹም ድሕሪ ቁሩብ እዋናት ኣብ መዋእለ ሕጻናት ክኣቱ እዩ። ኣብዚ ዕድመ ብቐሊሉን ብዙሕን ስለ ዝመሃሩ፤ እዚ እዋን ኣገዳሲ እዩ። ንቆልዓኹም ኣብዚ እዋን ንምዕባሌኡ ከመይ ጌርኩም ክትድግፍዎ ከም እትኸእሉ ዝሕብራ፤ መነ ቻቐሕቲ ዝኾና ሓላባት ክንህበኩም ንፈቱ። ስምዒታዊ ዝኾነ ዝምድናዊ ምትእስሳር ንሃለዎት ንነኣሽቱ ቆልዑ ኣገዳሲ እዩ። ቆልዑ ብተፈጥር ኣምሓዲሽ ነገራት ክመሃሩን ንዓለም ክፈልጥዎን ይደልዩ እዮም። ቤተሰቦም ምስኣም ከም ዘለዉ ኾይኑ እንተተሰማዕዎም፤ ናብዛ ዓለም ዝገብርዎ ስጉምቲ ጽቡቕ ጌሮም ክመልክዎ ይኸእሉ እዮም። ብዙሓት ቆልዑ ምስ ካልኣት ቆልዑ ኣብ ሓደ ጉጅለ እንዳተጻወቱ ነቲ ናይ መጀመርታ ተምክሮ ኸገብሩ ኸኢሎም እዮም። ንምሳሌ ምስ ኣሕዋቶም፤ ምስ ጎረባብቲ ቆልዑ ወይ ከኣ ምስ እቶም ኣብ እቲ ዝጻወትዎ ጉጅለ ጻወታ ዘለዉ ቆልዑ እንዳተጻወቱ፤ ብኸምኡ ከኣ ምስ ሓደሽቲ ኣብነት ዝኾኑ ሰባት ንምሳሌ መራሕቲ ጉጅለ ጻወታ ይላለዩ እዮም። ንገዝኦም ናብ ስድርኦም ተሓጽሶም ምስ ተመልሱ ብዙሕ ሕቶታትን ዕላላትን ሓዞም እዮም ዝመዱ።

ቆልዓኹም ኣብ መዋእለ ሕጻናት ምስ ካልኣት ቆልዑ ብዙሕ ጊዜ እዩ ዝጸንሖ። እዚ ንቆልዓኹም ሓዲሽን ደጋጊ ሙኡብ ወዕ ወዕ ስምዒት ዘእትዎን እዩ። ሓደ ሓደ እዋናት ክሳብ ተርኡ በጺሑ ታሪኹ ከዕልል ዝኸእል ክጽበ ኣለዎ። ቆልዓኹም ኩሉ ሰብ ሓደ ዓይነት ስምዒት ከም ዘይብሉ ይመሃር (ወይ ሓደ ዓይነት ከም ዘይኮኑ) ንኻልኣት ሰባት ካልኣት ነገራት ከም ዘገድሱም ይፈልጡ።

ኣብዚ ዕድመ ዘለዎ ቆልዑ እንዳተጻወቱ ‘ዮም ዝምሃሩ ከምኡውን ናይ ነገራት ዝምድናን ሕግታትን ጽቡቕ ጌሩ ክርድኦም ይኸእል እዩ። ቆልዑ ሰብ ዝገበሮ ይደግሙ እዮም። በዚ ምክንያት ናይ ወለዲ ይኹን ናይ ካልኣት ኣብነት ዝኾኑ ሰባት ባህርይ ብጣዕ ሚኣገዳሲ እዩ። ንምሳሌ ኣብ ቅድሚ ደቁ ንኻልኣት ሰባት ክሳብ ዘረብኦም ዝወድኡ ጽንኢቲ ዝሰምዕ፤ ናይ ደቁ ኣስተብሃልነት ከምኡውን ናይ ምትኳር ክእለቶም ክብንኸብል መገዲ ይመርሖ እዩ።

# ምስ ነ ብስ ኻን ምስ ካልኣት ሰባትን ዝህሉ ጠባይ

Umgang mit sich und anderen

## ቆልዓ ኹም ምስ ካልኣት ቆልዑ ብሓንሳብ ክኸውን ይደሊ።

ምስ ምማዕ፣ ን ኻልኣት ምሕላይ፣ ምእዝን ኣም ምፍላጥ፣ ክእለት ምጽባይ፣ እዚኤን ነ ቲ ቆልዓ ኣብ ሓደ ጉጅለ ከይተሸገረ ን ኸጽምበር ካብ ዘድልዮኡ ጠባያት እየን። ኣብ ሓደ ናይ ጸወታ ጉጅለ ወይ ድማ ኣብ መዋእለ ሕጻናት ቆልዓ ኹም ምስ ካልኣት መሰትኡ ዝኾኑ ቆልዑ ክህልዎ ዝግብኡ ጠባያት ይላመድ እዩ። ን ቆልዓ ኹም ኣብ መጻወቲ ቆልዑ ምስ ካልኣት ቆልዑ እውን ን ኸጻወት ግደፍዎ። ወይ ድማ ን ኻልኣት ቆልዑ ንገዛ ኹም ዓድመ።

## ቆልዓ ኹም ኣባል ሓንቲ ማሕበረ ሰብ ክኸውን ይደሊ እዩ።

ኣብቲ ዕብይ ዝበለ ጉጅለ ቆልዑ ን ልኩም ወይ ድማ ወድኹም ነ ቲ ክረኽቦ ዝደሊ ናይ መምሃራን ኣቓልቦ ምስ እቶም ካልኣት ቆልዑ ክማቐል ኣለዎ። ሓደ ሓደ እዋናት ድልየት ቆልዓ ኹም ከይተማልኤ ክተርፍ ይኸእል እዩ ወይ ድማ ድልየቱ ክሳብ ዝማልኣሉ ተርኡ ክጽበ ኣለዎ።

## ቆልዓ ኹም ስምዒቱ ክገልጽ ይደሊ እዩ።

እዚ ኸኣ ጽቡቕ እዩ። ቆልዓ ኹም ነ ቲ ዝስምዖ ዘሎ ስምዒቱ ን ኸስተወዕሎ፣ ን ኸጠቐሶን ን ኸርድኡን ሓግዝዎ። ምስ ካልኣት ሰባት ክርእዮ ዘለዎ ጠባያት ገደብ ክህልዎ ከምዝግብኡ እውን ኣረድኡዎ። ከምቲ እቲ ቆልዓ ኹም ክኸበር ዝደሊ፣ ከምኡውን እሱ ን ኻልኣት ቆልዑ ይኹን ዓበይቲ ኣኸቢሩ ክቐርቦም ከም ዘለዎ ክመሃር ኣለዎ።



# ነብስካ ምክክልን ምትእ ምግንን

Selbstständigkeit und Vertrauen

## ቆልዓኹም ባዕሉ ከገብር ይደሊ እዩ።

ቆልዓኹም ዝኾነ ይኹን ነገር ክፍትንን ባዕሉን ከገብርን ዕድል ሃብዎ።  
ንምሳሌ ቆልዓኹም ባዕሉ ክዳወንቱ ክኸደንን ኸወጽእን ጊዜ ሃብዎ።  
ቆልዓኹም ኣብ መዋእለ ሕጻናት ብዘይ ሓገዝ ባዕሉ ምእንቲ ናብ ሸቓቕ ክኸይድ፣ ነዚ ወን እንተኾነ ልምዲ የድልዮ እዩ። እስኹም ኣብቲ ናይ ግድን ሓገዝ ዘድልዮ ኩነታት ጥራሕ ሓግዝዎ።

## ቆልዓኹም ንንብሉ ባዕሉ ክኸእል ይደሊ እዩ።

ኣብ ቆልዓኹም እምነት ይሃልወኹም። ሓደ ዝገበሮ ነገር እንተዘይቀኒቕዎ፣ እንደገና ንክፍትና ኣተባብዕዎ፣ ኣታ ዝፈተና እንተቐኒዓ ኸኣ፣ ምስኡ ኩነት ኩም ልዕሊ ኸሉ ተሓጎሱ። ንምሳሌ ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኩነት ኩም ነቲ ናብ መዋእለ ሕጻናት ዘመርሕ መገዲ ተላመዱዎ። ወይ ድማ ቀለልቲ ዝኾና ትእዛዛት ሃብዎ፣ ንምሳሌ ደብዳቤ ካብ ሳንዱቕ ፖስታ ምምጻእ ወይ ድማ ኣቕሑ መብልዒ ናብ ተመዛዛይ ምእታዎ።

## ቆልዓኹም ክፍትንን ክመራመርን ይደሊ እዩ።

ንቆልዓኹም ከምእኒ ሕብሪ ዘለወን ርሳሳት፣ ወረቓቕቲ፣ ኩርሻት፣ መጣበቂ ኮላ፣ መጣበቂ ፕላስቲክን መቐስን ዝኣመሰላ ናወቲ ቀርቡሉ። ኣብ ገዛ ይኹን ኣብ ክሸነ ንዘሎ ስራሕ ምሕጋዝ - ምሕጻብ፣ ምምታር፣ ምጂስ፣ ሰላጣ ምሕጻብ - እወን ነቲ ቆልዓ ኣተሓሕዛ ንክመልኸን ተመክሮታት ንክቐስምን እወን ክሕግዛ ይኸእላ እዩን።



## ጸወታን ትምህርትን

Spielen und Lernen

### ቆልዓኹም ክጻወት ይደሊ እዩ።

ቆልዓኹም ብወፁይ መንፈስ ናይ ምሕጻስን እንዳተጻወተ ናይ ምርሳዕን ክእለት ክህልዎ ይደሊ እዩ። ቆልዓ ክጻወት ከሎ፣ ኣዕሚቕ ምሕሳብ፣ መደብ ምወጻእ ከምኡውን ንውሕን ዝበለ እዋን ንሓደ ነገር ምግባር ይመሃር እዩ። ንቆልዓኹም ከምዚ ዓይነት ነገራት ንክገብር ነጻ ዕድል ሃብዎ። ንቆልዓኹም ብዝተፈላለዩ ነገራት፣ ዋላ ዕለታዊ ብዝኾነ ናውቲ ንክጻወት ይኹን ንክምርምር ዕድል ሃብዎ። እተን ምስ ቆልዓኹም ትጻወቱለን እዋናት እውን ክቡራትን ኣገደስትን እየን።

### ቆልዓኹም ክመሃር ይደሊ እዩ።

ናይ ምምሃር ትርጉም ዝፈተን ካዮ ነገራት ክሰልጥ ከሎ ወይ ድማ ክይሰለጠ ክተርፍ ከሎ፣ ካብኡ ዝርከብ ተመክሮታትን እዩ፣ እዚውን ክልመድን ክዓመቕን ይግብኡ እዩ። ቆልዓኹም ነቲ ምኻድ እንዳወደቐን እንዳተስኤን እዩ ተማሂሩ። በቲ ዝገብሮ ነገራት ኹሉ እንተ ኣተባባዕ ኩሞ፣ ክሰልጠ ኹሎ እንተ መስገን ክሞ፣ እንተ ዘይሰለጠ ከኣ ደጊመን ክፍትኖ ሓቦ እንተ ሃብኩሞ፣ ንቆልዓኹም በቲ ዝገብሮ ነገራት ክትድግፍዎ ትክእሉ ኢኹም።

### ቆልዓኩም ይደሊ እዩ።

ምህላው ድልየት ኣገዳሲ እዩ። ቆልዓኹም ግን ነቲ ድልየቱ ኩሉ እዋን ክረክብ ኣይክእልን ኣዩ። ምጽባይ ክመሃር ኣለዎ ከምኡውን ጓሂ ክስምዖ ኹሎ፣ እንታይ ክገብር ከምዘለዎ ክለምድ ኣለዎ። ተስፋ ምቕራጽን ሕርቕርቕትን ናይ ስሚዒትና ኣካላት እየን። ድልየቱ ከይተማልኤ ክተርፍ ከሎ ንዕኡ ምጽዋር ንቆልዓ ዩ ደልድሎ እዩ።





## ሐሳብ ምቅይያርን ምርዳእን

Sich verständigen und verstanden werden

### ቆልዓኹም ከነግረኩም ይደሊ አሎ።

ቆልዓኹም ንዝገብሮን ንዝመኮሮን ነገራት ተገዳስነት ሃብዎ። ምስ ቆልዓኹም ብዛዕባ ዕለታዊ ነገራት አዕልሉ ከምኡውን ነቲ ሕጂ ትገብርዎ ዘለኹም ወይ ድማ ነቲ እቲ ቆልዓ ዝዕዘቦ ዘሎ ነገር እውን አረድእዎ።

### ቆልዓኹም ከሰምዕ ይደሊ እዩ።

ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኩን ኩም መጽሓፍቲ ስእልታት ርክቡ፣ ታሪኽ አዕልልዎ ከምኡውን ምስኡ ብሓባር ኩን ኩም ዘምሩ። ብኸምኡ ምሳኹም ዘለዎ ቅርብት ከም ዘለዎ ይስምዖ ከምኡውን ቋንቋ ይመሃር። ምስ ቆልዓኹም ኩሉ እዋን ብቋንቋ ኩም ተዛረቡ። ቋንቋ ወለዱ ጽቡቕ ጌሩ እንተኾኑ፣ ካልእ ቋንቋ ብቐሊሉ እዩ ዝሰልጦ።

### ቆልዓኹም ተሞክሮ ቋንቋ ይደሊ እዩ።

ቆልዑ ነቲ ብሜዲያ ዝሰምዕዎ ቻላት ጽቡቕ ጌሮም ከዝክርዎ አይክእሉን እዮም። ንቆሎው ምስኡም ዝዛረብ ዝኣምንዎም አብነት ዝኾኑ ሰባት የድልዮም እዩ። ካብ እቲ አብነት ዝኾኖም ወልቀሰብ ዝመሃርዎ ሓደሽቲ ነገራት ንሓዋሩ ይሕዝዎ ከምኡውን ከጥቀሙሉ ይኸእሉ እዮም።



## ምወሰን ምድቃስን

Bewegung und Schlaf

**ቆልዓኹም ከወሳወስ ይደሊ እዩ።**

ቆልዓኹምን ክሓኩር፣ ማዘኑ ሓልዩን ክንቀሳቅስ፣ ከወድቕን ክትስእን ወይ ድማ ክወጥን ክጸወት ግደፍዎ። ዋላ ማይ እንተወቐዬ እወን ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኩንኩምን ደገ ወጺእኩምን ተፈጥሮ ተመራመሩ።

**ቆልዓኹም እኹል ዝኾነ ድቃስ ክረክብ ይደሊ እዩ።**

ነቲ ኣብ መዋእለ ሕጻናት ዘሎ ዕለታዊ ናብራ ምእንቲ ክመልኹ፣ ንቆልዓኩም ለይቲ ከይተረበሸ ካብ ዓሰር ተክሳብ ዓሰር ተክልተ ሰዓታት ምድቃስ ናይ ግድን የድልዮ እዩ። ንግሆ ኸኣ ሓይሊ ምእንቲ ክረክብ፣ ጥዑይን ዘጽግብን ቁርሲ ክረክብ ኣለዎ።

**ቆልዓኹምን ቡር ልምዲ የድልዮ እዩ።**

ሓደ ዕለታዊ ዝደጋገምን ቡር ዝኾነ ልምዲ፣ ንምሳሌ ኣብ እዋን ምግብ ወይ ድማ ኣብ እዋን ድቃስ ንቆልዓ ጽንዓትን ዉሕስናን ከምዝስምዖ እዩ ዝገብሮ።



ካብዚ ንላዕሊ ክትፈልጡት ደልዩ እንተ ኮይንኩም በዛ ትቐጽልዎ ዘላ መርበብ ሓበሬታታት ትረኽቡ: [www.erz.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten](http://www.erz.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten)

ንዓኹምን ንቆልዓኹምን ካብ ምሽቓል ነጻ ዝኾነ እዋናት ንምነየልኩም።

