



Kanton Bern  
Canton de Berne



ንመዋእለ ሕጻናት ብቕዕ ምዃን

Tigrinya

## **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 /

**ቆልዑ ከዓብዮሉ ዝኸለሉ ሓላፍነት ስራሕ ፣  
መገዲ ምእዝና ዝመርሖም ኣርኢያ፣  
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 ስለዝመሃሩ፣ እዚ እዋን ኣገዳሲ እዩ። ንቆልዓኹም ኣብዚ እዋን ንምዕባሌኡ ከመይ ጌርኩም ክትድግፍዎ ከም እትኸለሉ ዝሕብራ፣ መነቓቓሕቲ ዝኾና ሓላባት ክንህበኩም ንፈቱ።

ስምዒታዊ ዝኾነ ዝምድናዊ ምትእስሳር ንሃለዎት ንነኣሽቲ ቆልዑ ኣገዳሲ እዩ። ቆልዑ ብተፈጥርኦም ሓዲሽ ነገራት ክመሃሩን ንዓለም ክፈልጥዎን ይደልዩ እዮም። ቤተሰብም ምስኦም ከም ዘለዉ ኾይኑ እንተተሰማዕዎም፣ ናብዛ ዓለም ዝገብርዎ ስጉምቲ ጽቡቕ ጌርም ክመልክዎ ይኸለሉ እዮም።

ብዙሓት ቆልዑ ምስ ካልኦት ቆልዑ ኣብ ሓደ ጉጅለ እንዳተጻወቱ ነቲ ናይ መጀመርታ ተሞክሮ ክገብሩ ኺኢሎም እዮም። ንምሳሌ ምስ ኣሕዋቶም፣ ምስ ጎረቤታቲ 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 ተሓጉሶም ምስ ተመልሱ ብዙሕ ሕቶታትን ዕላላትን ሓዞም እዮም ዝመጹ።

ቆልዓኹም ኣብ መዋእለ ሕጻናት ምስ ካልኦት ቆልዑ ብዙሕ ጊዜ እዩ ዝጸንሑ። እዚ ንቆልዓኹም ሓዲሽን ደጋጊሙ ኣብ ውዕዉዕ ስምዒት ዘእትዎን እዩ። ሓደ ሓደ እዋናት ክሳብ ተርኡ በጺሑ ታሪኹ ከዕልል ዝኸለል ክጽበ ኣለዎ። ቆልዓኹም ኩሉ ሰብ ሓደ ዓይነት ስምዒት ከም ዘይብሉ ይመሃር (ወይ ሓደ ዓይነት ከም ዘይኮነ) ንካልኦት ሰባት ካልኦት ነገራት ከም ዘገድሶም ይፈልጡ።

ኣብዚ ዕድመ ዘለው ቆልዑ እንዳተጻወቱዮም ዝምሃሩ ከምኡውን ናይ ነገራት ዝምድናን ሕግታትን ጽቡቕ ጌሩ ክርድኦም ይኸለል እዩ። ቆልዑ ሰብ ዝገበር ይደግሙ እዮም። በዚ ምክንያት ናይ ወለዲ ይኹን ናይ ካልኦት ኣብነት ዝኾኑ ሰባት ባህርይ ብጣዕሚ ኣገዳሲ እዩ። ንምሳሌ ኣብ ቅድሚ ደቁ ንካልኦት ሰባት ክሳብ ዘረብኦም ዝውድኡ ጽን ኢሉ ዝሰምዕ፣ ናይ ደቁ ኣስተባህልነት ከምኡውን ናይ ምትኳር ክእለቶም ክብ ንኸብል መገዲ ይመርሖ እዩ።

# ምስ ነብስኻን ምስ ካልኦት ሰባትን ዝህሉ ጠባይ

Umgang mit sich und anderen

## ቆልዓኹም ምስ ካልኦት ቆልዑ ብሓንጻብ ክኸውን ይደሊ።

ምስምማዕ፣ ንካልኦት ምሕላይ፣ ምእዘንኦም ምፍላጥ፣ ክእለት ምጽባይ፣ እዚኤን ነቲ ቆልዓ ኣብ ሓደ ጉጅለ ከይተሸገረ ንክጽምበር ካብ ዘድልዮኦ ጠባያት እየን። ኣብ ሓደ ናይ ጸወታ ጉጅለ ወይ ድማ ኣብ መዋእለ ሕጻናት ቆልዓኹም ምስ ካልኦት መሰትኡ ዝኾኑ ቆልዑ ከህልዎ ዝግብኦ ጠባያት ይላመድ እዩ። ንቆልዓኹም ኣብ መጻወቲ ቆልዑ ምስ ካልኦት ቆልዑ እውን ንክጻወት ግደፍዎ። ወይ ድማ ንካልኦት ቆልዑ ንገዛኹም ዓድሙ።

## ቆልዓኹም ኣባል ሓንቲ ማሕበረሰብ ክኸውን ይደሊ እዩ።

ኣብቲ ዕብይ ዝበለ ጉጅለ ቆልዑ ንልኩም ወይ ድማ ወድኹም ነቲ ክረኽቦ ዝደሊ ናይ መምሃራን ኣቓልቦ ምስ እቶም ካልኦት ቆልዑ ክማቐል ኣለዎ። ሓደ ሓደ እዋናት ድልየት ቆልዓኹም ከይተማልኤ ክተርፍ ይኸእል እዩ ወይ ድማ ድልየቲ ክሳብ ዝማልኣሉ ተርኡ ክጽበ ኣለዎ።

## ቆልዓኹም ስምዒቲ ክገልጽ ይደሊ እዩ።

እዚ ኸኣ ጽቡቕ እዩ። ቆልዓኹም ነቲ ዝስምዖ ዘሎ ስምዒቲ ንኸስተውዕሎ፣ ንክጠቐሶን ንክርድኦን ሓግዝዎ። ምስ ካልኦት ሰባት ከርእዮ ዘለዎ ጠባያት ገደብ ከህልዎ ከምዝግብኦ እውን ኣረድእዎ። ከምቲ እቲ ቆልዓኹም ክኸበር ዝደሊ፣ ከምኡውን እሱ ንካልኦት ቆልዑ ይኹን ዓበይቲ ኣኸቢሩ ክቐርቦም ከም ዘለዎ ክመሃር ኣለዎ።



# ነብሰኛ ምክኒልን ምትእምማንን

Selbstständigkeit und Vertrauen

## ቆልዓኹም ባዕሉ ክገብር ይደሊ እዩ።

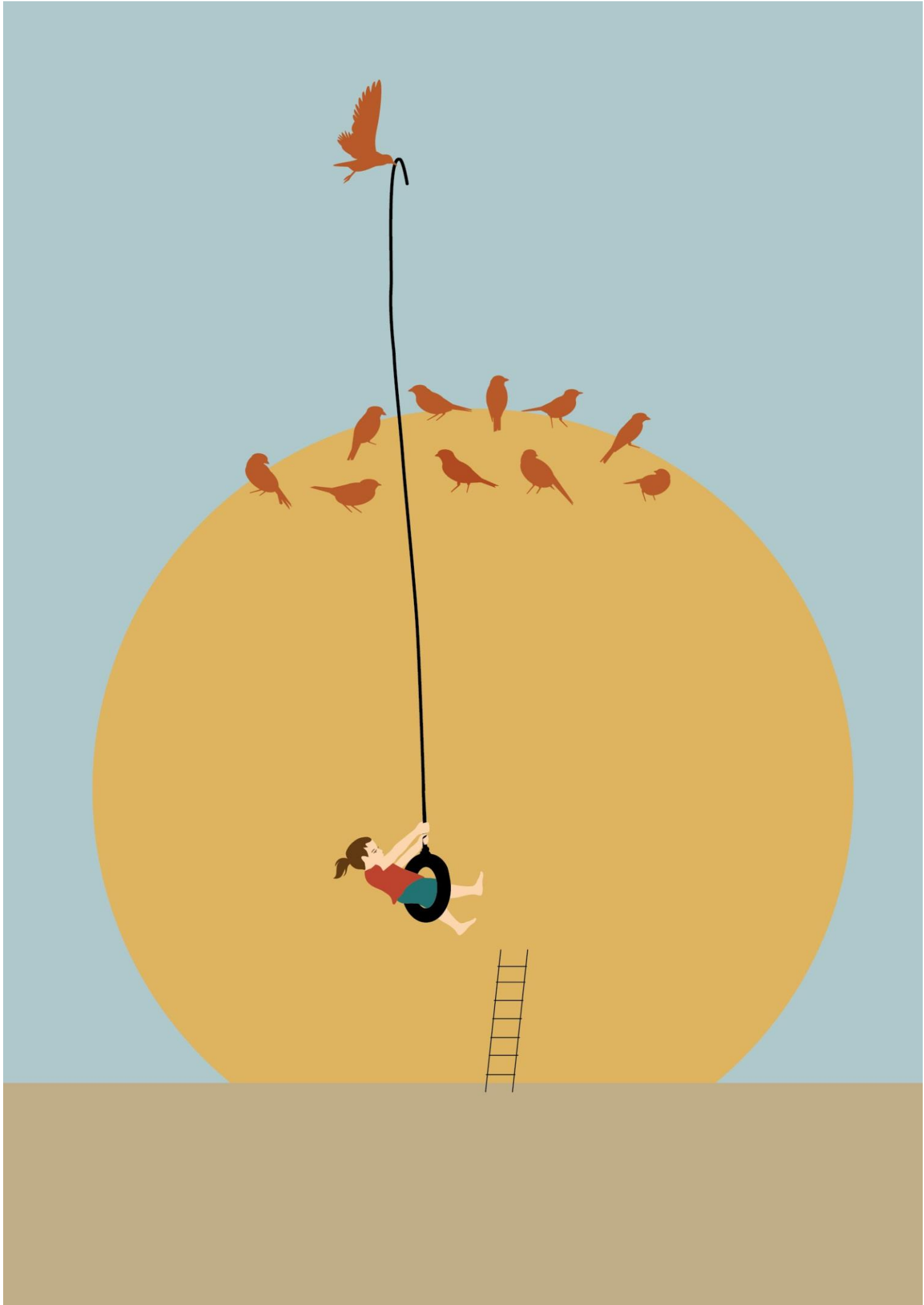
ቆልዓኹም ዝኾነ ይኹን ነገር ክፍትንን ባዕሉ ንክገብርን ዕድል ሃብዎ። ንምሳሌ ቆልዓኹም ባዕሉ ክዳውንቲ ክኸደንን ኸውጽእን ጊዜ ሃብዎ። ቆልዓኹም ኣብ መዋእለ ሕጻናት ብዘይ ሓገዝ ባዕሉ ምእንቲ ናብ ሽቓቕ ክኸይድ፣ ነዚውን እንተኾነ ልምዱ የድልዮ እዩ። እስኹም ኣብቲ ናይ ግድን ሓገዝ ዘድልዮ ኩነታት ጥራሕ ሓገዝዎ።

## ቆልዓኹም ንንብሱ ባዕሉ ክኸእል ይደሊ እዩ።

ኣብ ቆልዓኹም እምነት ይሃልወኹም። ሓደ ዝገበር ነገር እንተዘይቀኒቕዎ፣ እንደገና ንክፍትና ኣተባብዕዎ፣ ኣታ ዝፈተና እንተቐኒዓ ኸኣ፣ ምስኡ ኳንኩም ልዕሊ ኹሉ ተሓጎሱ። ንምሳሌ ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኳንኩም ነቲ ናብ መዋእለ ሕጻናት ዘመርሕ መገዲ ተላመዱዎ። ወይ ድማ ቀለልቲ ዝኾነ ትእዛዛት ሃብዎ፣ ንምሳሌ ደብዳቤ ካብ ሳንዲቕ ፖስታ ምምጻእ ወይ ድማ ኣቕሑ መብልጻጺ ናብ ተመዛዛይ ምእታው።

## ቆልዓኹም ክፍትንን ክመራመርን ይደሊ እዩ።

ንቆልዓኹም ከም እኒ ሕብሪ ዘለዎን ርሳሳት፣ ወረቓቕቲ፣ ኩርሻት፣ መጣበቕ ኮላ፣ መጣበቕ ፕላስቲክን መቐስን ዝኣመሰላ ናውቲ ቀርቡሉ። ኣብ ገዛ ይኹን ኣብ ክሻነ ንዘሎ ስራሕ ምሕጋዝ - ምሕጸብ፣ ምምታር፣ ምኻሻ፣ ሰላጣ ምሕጸብ - እውን ነቲ ቆልዓ ኣተሓሕዛ ንክመልኸን ተመክሮታት ንክቐስምን እውን ክሕግዛ ይኸእላ እዩን።



## ጸወታን ትምህርትን

Spielen und Lernen

### ቆልዓኹም ከጸወት ይደሊ እዩ።

ቆልዓኹም ብውዑይ መንፈስ ናይ ምሕጻስን እንዳተጻወተ ናይ ምርሳዕን ክእለት ከህልዎ ይደሊ እዩ። ቆልዓ ከጸወት ከሎ፣ ኣዕሚቕ ምሕሳብ፣ መደብ ምውጻእ ከምኡውን ንውሕ ንዝበለ እዋን ንሓደ ነገር ምግባር ይመሃር እዩ። ንቆልዓኹም ከምዚ ዓይነት ነገራት ንክገብር ነጻ ዕድል ሃብዎ። ንቆልዓኹም ብዝተፈላለዩ ነገራት፣ ዋላ ዕለታዊ ብዝኾነ ናውቲ ንክጸወት ይኹን ንክምርምር ዕድል ሃብዎ። እተን ምስ ቆልዓኹም ትጻወቱለን እዋናት እውን ክቡራትን ኣገደስትን እዩን።

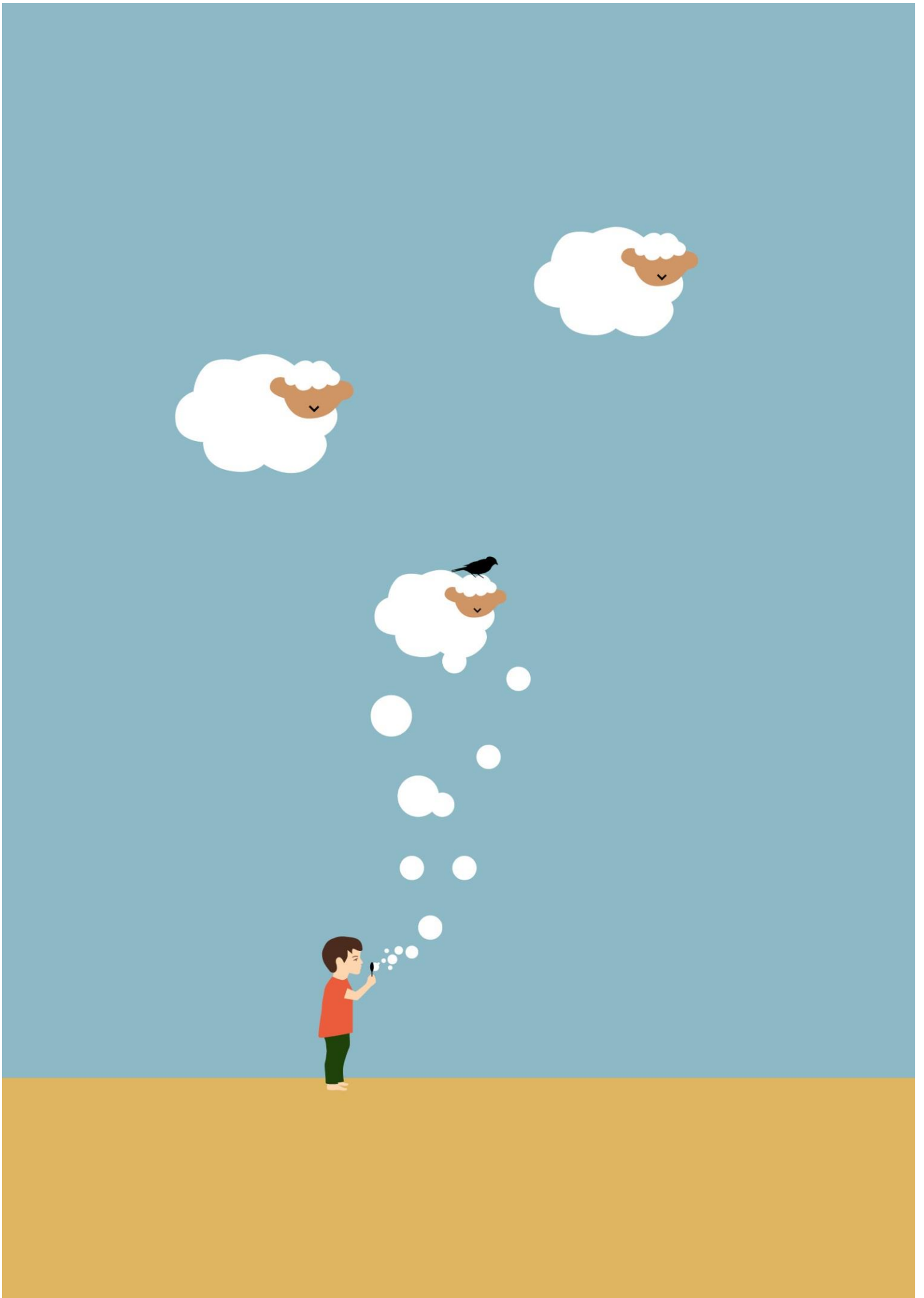
□□□□□ □□□□ □□□ □□□

ናይ ምምሃር ትርጉም ዝፈተንካዮ ነገራት ክሰልጥ ከሎ ወይ ድማ ከይሰለጠ ክተርፍ ከሎ፣ ካብኡ ዝርከብ ተመክሮታትን እዩ፣ እዚውን ክልመድን ክዓሙቕን ይግብኡ እዩ። ቆልዓኹም ነቲ ምኻድ እንዳወደቕን እንዳተስኢን እዩ ተማሂሩ። ባቲ ዝገብር ነገራት ኹሉ እንተ ኣተባባዕኩም፣ ክሰልጡ ኹሎ እንተመሰገንኩም፣ እንተዘይሰለጠ ከኣ ደጊሙ ንክፍትኖ ሓቦ እንተሃብኩም፣ ንቆልዓኹም ባቲ ዝገብር ነገራት ክትድግፍዎ ትክእሉ ኢኹም።

### ቆልዓኩም ይደሊ እዩ።

ምህላው ድልዩት ኣገዳሲ እዩ። ቆልዓኹም ግን ነቲ ድልዩቲ ኩሉ እዋን ክረክብ ኣይክእልን ኣዩ። ምጽባይ ክመሃር ኣለዎ ከምኡውን ንሂ ክስምዖ ኹሎ፣ እንታይ ክገብር ከም ዘለዎ ክለምድ ኣለዎ። ተስፋ ምቕራጽን ሕርቕቕቕትን ናይ ለሚዒትና ኣካላት እዩን። ድልዩቲ ከይተማልኡ ክተርፍ ከሎ ንዕኡ ምጽዋር ንቆልዓ ዩደልድሎ እዩ።





## **ሓሳብ ምቅይያርን ምርዳእን**

Sich verständigen und verstanden werden

**ቆልዓኹም ከነግረኩም ይደሊ ኣሎ።**

ቆልዓኹም ንዝገብርን ንዝመኩርን ነገራት ተገዳስነት ሃብዎ። ምስ ቆልዓኹም ብዛዕባ ዕለታዊ ነገራት ኣዕልሉ ከምኡውን ነቲ ሕጂ ትገብርዎ ዘለኹም ወይ ድማ ነቲ እቲ ቆልዓ ዝዕዘቦ ዘሎ ነገር እውን ኣረድእዎ።

**ቆልዓኹም ከሰምዕ ይደሊ እዩ።**

ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኳንኩም መጽሓፍቲ ስእልታት ርኣዩ፣ ታሪኽ ኣዕልልዎ ከምኡውን ምስኡ ብሓባር ኳንኩም ዘምሩ። ብኸምኡ ምሳኹም ዘለዎ ቅርበት ከም ዘለዎ ይስምዖ ከምኡውን ቋንቋ ይመሃር። ምስ ቆልዓኹም ኩሉ እዋን ብቋንቋኩም ተዛረቡ። ቋንቋ ወለዱ ጽቡቕ ጌሩ እንተኸኢሉ፣ ካልእ ቋንቋ ብቐሊሉ እዩ ዝሰልጦ።

**ቆልዓኹም ተሞክሮ ቋንቋ ይደሊ እዩ።**

ቆልዑ ነቲ ብሜዲያ ዝሰምዕዎ ቃላት ጽቡቕ ጌርም ከዝክርዎ ኣይክእሉን እዮም። ንቆሎዑ ምስኡም ዝዛረብ ዝኣምንዎም ኣብነት ዝኾኑ ሰባት የድልዮም እዩ። ካብ እቲ ኣብነት ዝኾኖም ወ.ልቀሰብ ዝመሃርዎ ሓደሽቲ ነገራት ንሓዋሩ ይሕዝዎ ከምኡውን ክጥቀሙሉ ይኸእሉ እዮም።



# ምውስዋስን ምድቃስን

Bewegung und Schlaf

**ቆልዓኹም ከወሳወስ ይደሊ እዩ።**

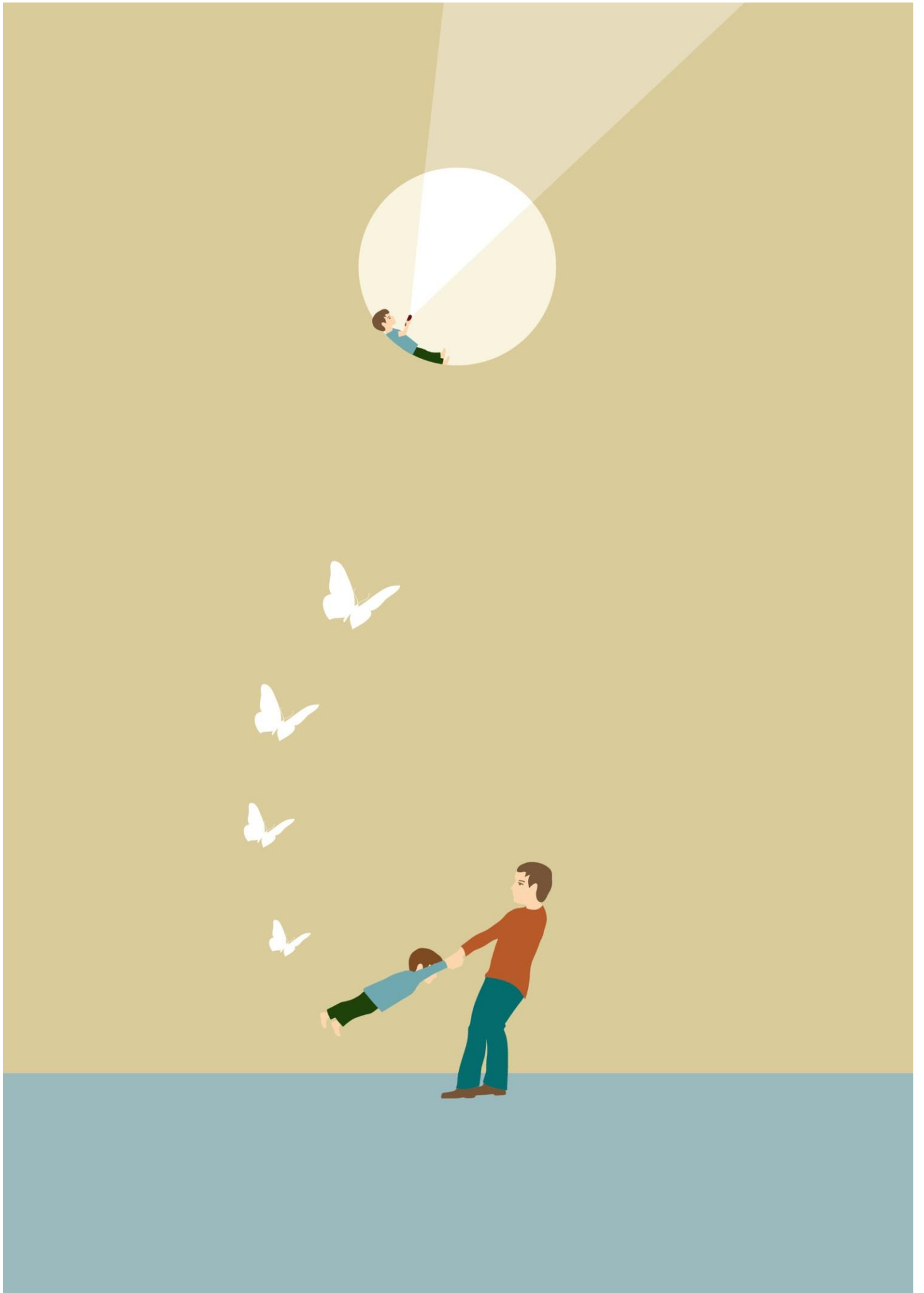
ቆልዓኹም ንኸሓኩር፣ ሚዛኑ ሓልዩ ንኸንቀሳቅስ፣ ከወድቕን ከትስእን ወይ ድማ ከዑሾ ንኸጸወት ግደፍዎ። ዋላ ማይ እንተወቕዔ እዉን ምስ ቆልዓኹም ብሓባር ኳንኩም ንደገ ወጺእኩም ንተፈጥሮ ተመራመሩ።

**ቆልዓኹም እኹል ዝኾነ ድቃስ ከረከብ ይደሊ እዩ።**

ነቲ ኣብ መዋእለ ሕጻናት ዘሎ ዕለታዊ ናብራ ምእንቲ ከመልኸ፣ ንቆልዓኩም ለይቲ ከይተረበሸ ካብ ዓሰርተ ከሳብ ዓሰርተ ክልተ ሰዓታት ምድቃስ ናይ ግድን የድልዮ እዩ። ንግሆ ኸኣ ሓይሊ ምእንቲ ከረከብ፣ ጥዑይን ዘጽግብን ቁርሲ ከረከብ ኣለዎ።

**ቆልዓኹም ንቡር ልምዲ የድልዮ እዩ።**

ሓደ ዕለታዊ ዝደጋገም ንቡር ዝኾነ ልምዲ፣ ንምሳሌ ኣብ እዋን ምግብ ወይ ድማ ኣብ እዋን ድቃስ ንቆልዓ ጽንዓትን ዉሕስናን ከምዝስምዖ እዩ ዝገብር።



**ካብዚ ንላዕሊ ክትፈልጡ ትደልዩ እንተኳንኩም በዛ ትቕጽል ዘላ መርቡብ  
ሓበሬታታት ትረኽቡ: [www.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten](http://www.be.ch/fit-fuer-den-kindergarten)**

**ንግኹምን ንቆልግኹምን ካብ ምሽቓል ነጻ ዝኾነ እዋናት ንምክፍልኩም።**

