# Waalidku siduu u gargaari lahaa caruurtiisa inta uu **Iskuulka dhiganayo**

Dariiq tusayaa sida waalidku u gargaari lahaa caruurta laga billaabo xannaano illaa iyo galaaska 12-naad

# Credits

This project was made possible by the following:

The staff at Edith Rogers Junior High School

Zahro Shurie, Settlement Counsellor, Immigration and Settlement Service, Catholic Social Services

Mary Fiakpui, Program Manager, Immigration and Settlement Service, Catholic Social Services

Mahamad Accord, Executive Director, Alberta Somali Community Centre

The Somali Community

English Language Support Services Centre, Edmonton Public Schools

Edmonton Public Teachers Local No. 37 of The Alberta Teachers' Association

The Alberta Teachers' Association

The Alberta Teachers' Association

*“Marka Jacayl iyo Karti*

***Wada shaqeeyaan,***

*Waxaad sugtaan* **Horumarwayn.”**

Ruskin

Waxyaabaha uu ka koobanyahay buugan gudihiisa


1 Hor udhac
2 Qiimaynta: sida ilmahaadu ku yahay iskuulka?
3 Samaynta akhriyayaal wanaagsan
4 Akhlaaq
5 Shaqo guri
6 Sidaad wax ugu barab lahayd guriga
7 Waalidku sida uu ugu doodi lahaa carruurtooda
8 Fadhiga waalidka iyo macallinka
9 Dhaqdhaqaaqa jirka
10 Golaha Iskuulka
11 Ardayga mas’uuliyaddiisa
12 Dhalinyarada Sanooyinkeeda
13 Waxbarasho
14 Codayta waxyaabaha ku quseeya
15 Caawinaada iskuulka
16 La shaqaynta macallimiinta
17 Wargelin

# Sideen ku caawini karaa ilmahayga si uu ugu fiicnaado iskuulka?

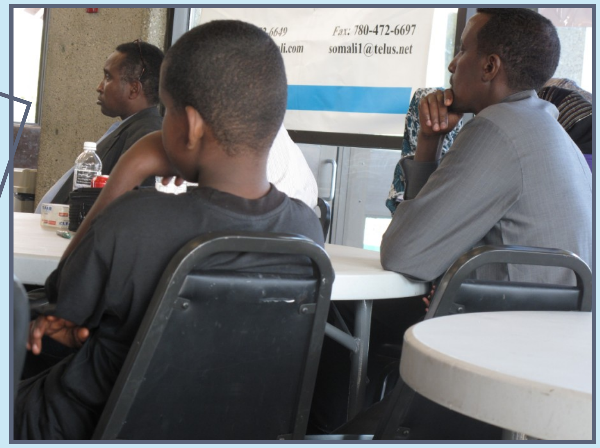
Sideen ku caawini karaa ilmahayga si uu ugu fiicnaado iskuulka? Macallimiinta iyo Iskuulka shaqaalihiisa waxay ka maqlayeen su'aashan waalidiinta illaa iyo intii uu iskuuku billawday.

Caawimaada ilmaha si ay ugu fiicnaadaan iskuulka waxay billowdaa in loo arko wax sax ah iskuulka. Waalid ahaa waxaad ku samaynkartaa sidan in aad ogaysiiso gabadhaada ama wiilkaada sida aad ugu fakarayso qiimaha uu leeyahay iskuulka. Dhinacwalba- dugsiga hoose, dugsiga dhexe ama dugsiga sare- Ilmuhu waxay u badan yihiin in ay horumar gaaraan marka ay u arkaan in iskuulku uu yahay khibrad qiimo leh.

**Laakiin Ilmaha**

Boogaan waxaa loogu talagalay in uu kugu caawino jawaabaha su'aalo badan oo waalidku ay ka qabaan waxbarashadooda ilmahooda. Halkan waxaad ka helaysaa siyaabo badan ood ku caawimi karto ilmahaada, isla markaasna aad u noqotaan dad saaxiib ku ah waxbarashada iyo iskuulka. Kadib, adiga iyo macallinka ilmahaaga waxaad wadaagaysaan arrin iskumid ah- si aad ugu abuurto ilmahaada caawimaad iyo khibrad horumar waxbarasho leh.

*Waa kartida ugu sarreysa eemacallinka si uu u abuuro fasirIyo cimi.*
Alberta Einstein




# Qiimaynta:

## Sidee ayuu ilmahaadu ku yahay Iskuulka?

Macallimiinta waxay isticmaalaan waxyaabo kala duwan si ay u eegaan ilmahaada sida ay horumar u samaynayaan, Isfahamka ka dhaxeeya qiimaynta luuqadda iyo ardaygawargelintiisa waxay caawinaysaa in ay furto jid ay iskula xiriiraan guriga iyo iskuulka.

- ☑ Si loo qiimeeyo ardayga waxaa la isku soo dardaraa waxyaabo badan oo iskugu jira ardayga horumarkiisa iyo sida uu uga qaybqaato iskuulka.
- ☑ Qiimayta ardayga waxaa kaloo kamid ah si loo sameeyo go'aano ku saabsan qiimaha iyo macnaha uu leeyahay si loo siiyo wergelin iyo buundo.
- ☑ Macallimiinta xukuumaddooda waxbarasho waa waxa lagu garto sida ilmahaadu ku yahay iskuulka. Baarid cad oo la sameeyey waxay tustay in xukuumadda ardayga horumarkiisa uu yahay waxa lagu garan karo mustaqbalkiisa laakiin laguma garankaro sida uu uga qayb qaadankaro imtixaanaadka sida kan laga qaado gobalka oo dhan.
- ☑ Ilmahaadu wuu ka qiimo badan yahay buundo ama tiro. Qiimeynta waa in ay la mid tahay aqoonta good ee ardayga, cilmi iyo karti oo caawinaaya korriimada ilmaha jirkiisa oo dhan iyo in la caawimo ilmaha si ay u noqdaan muhandas iyo fikire iyo barte, si loo dhiso jacayl waxbarasho, iyo in ay bartaan caafimaad nololeed.
- ☑ Ilmahaadu wuxuu leeyahay si uu wax u barto oo aan lagu wada koobi Karin hal imtixaan.
- ☑ Waxaad xaq u leedahayoo oo ku saran mas'uuliyad aad ku waydiiso su'aalo ku saabsan sida ilmahaadu uu ku yahay iskuulka. Su'aalahaas aad waydiinayso waxay ka koobnaan karaan : Sidee baa ilmahayga lagu qiimaynayaa? Ilmahaygu miyuu fahamsanyahay sida galaaska shaqadiisa loogu imtixaanayo. Sidee baa imtixaanaadka jawaabta ka soo baxda loo isticmaalayaa? Maxaa caawimaad ah ayaan ugu deeqi karaa guriga ama iskuulka.

.

# Samaynta akhriyayaal wanaagsan

*"Maanta akhriye, berri hogaamiye"*
*Margret Filler*

Barashada akhrinta iyo noqoshada akhriye wanaagsan ku ma timaado hal habeen keliya. Marka hore waa in aad la timaadaa shaqo badan oo adag. Inkastoo waxyaabo badan uu is badalay intaad iskuulka joogtay waxa qura oo aan waxba iska badalin waa
**akhrinta guriga wuxuu keenaa horumar weyn**
akhrinta iskuulka.

* U akhri ilmahaada xanaanada ah marwalba. Raadi buug fiican oo carruurta ah oo sheekooyin fiican leh. Dabeecadna ka dhigo in aad kor u akhriso boogag xoogaa ah habeen walba.
* Ku quubaabi ilmahaada in uu su'aalo waydiiyo oo uu buuga akhrintiisa la wareego.
* La akhri ilmahaada. Raadi meel aan meeldeggan oo raaxo leh kadibna ku casun ilmahaada in uu akhriyo boog inta aad adiga akhrinayso buugaada.
* Ku guubaabi ilmahaada in uu kuu akhriyo. Ku guubaabi ilmahaada in uu akhriyo sheeko kadibna kor ha kuugu akhriyo adiga. Taasi waxay u keeneysaa in ilmuhu uu yeesho kalsooni oo uu baro kalmado cusub. Waxay kaloo sheekadu u samayneysaa ilmahaada macno badan.
* Ku caawi kalmadaha cusub marka ugu horraysa oo ilmuhu billaabo akhrinta si sheekada ilmaha akhrinayo ugu macaanaato.
* Gurigaada keen waxyaabo kala duwan oo la akhriyo. Haddii aad haysato buugaag kaladuwan sida, magaasinka iyo joornaalka, ilmahaada da'walba ha ahaado wuxuu u arkaayaa in wax akrisku uu yahay waxlaga helo maaweelo iyo warbixin.
* Ilmahaada haddiyad ugu sii boog maalinta dhalashadiisa ama dabaaldegyooyinka kale. Taasi waxay tusaysaa in aad u qiimayneyso si khaas ah akhrinta iyo buugaagta. Ilmaha ku haysta buugaag guriga kaligoog baa isku riixaya in ay akhriyaan.
* Ku biir oo isticmaal Maktabada dadweynaha. Gee ilmahaada maktabada. Ku caawi ilmahaada si ay u helaan kaarto kadibna ha doortaan oo ha qaataan buugaag. Waydii qoka maktabada ka shaqeeya (ama macallinka) in ay kuu sheeqaan da'walba booga loogu talagalay.

# Aklaaq

Haddii aanan aklaaq iskuy-eelin annaga adduunka ayaa noo sameynaya mid.

Ilmaha waxa xun sameeya inta-badab kalsooni iskuma qabaan – **Waxay u baahan yihiin in loo xaqiijiyo noloshu qiimaha ay leedahay iyo in la aqbalo,** Guriga iyo iskuulkaba. Ilaa uu dhib kuu keenayo ma'ahee, iska hilmaan ficillda uu ilmahu ku raadinayo in aad isaga ama iyada wakhti ku dhumiso. Jawaabta aad ka bixiso inta badan waxay keentaa barbaarinxun.

- Ugu dhis ilmahaada kalsooni nafsadeed waxsiin iyo dhiir-rigelin. Ilmahaada sii wakhti badan marka uu kula shaqaynayo.
- Wakhti ku dhumi ilmahaada maalinwalba. Hadal ama dhagayso adiga oo dhuga-naya, hana iskugu jiraan adiga oo fiirinaya jirkaagana u soo dhawaynaya.
- U noqo tusaale adiga oo cisaya sharciga iyo xuquu-qda ay leeyihiin dadka kale.
- Ka dhig sharciyada wax sah-lan, numbarro yar, wax mac-quul ah oo la samynkaro.
- Baro iskuulka sharciyadiisa oo ku saabsan ardayga akhlaaqdiisa.
- Ha u qudbaynin oo ha dhihin "marhore baan kuu she-eqay". Weligaa ha caayin hana ku qoslin ilmahaada. U shaaciree si aad u joojiso iska horimaadka. Inta aad ka hadli lahays oo qura sida siduu u xumaa ama uu u qaldanaa wax dhacay, way-dii warbixin iyo caddeymo oo u badal dhibaatadii dhacday in ay tahay waxba-rasho iyo khibrad.
- Ha iskala safanin ilmahaada marka ay iska horimaadaan dad ka waaweyn, dariska, macallimiinta ama buliiska. Marka hore waxaad ka ogaataa, qofwalba oo ka qaybqaatay siday wax u dha-ceen.
- Waxaad iska ilaalisaa in da-gaalkiinnu uu horey iyo gadaal u socdo. Marka aad dareento in aad aad u xanaaqdday, aad qolkale si aad usoo degto. Ka hadal dhibaatada ha dhowto.
- Ganaaxaadu ha la'ekaado dhibkii dhacay. Qolka ood u dirto, meel dhinac ah oo aad istaajiso, waxyaabaha uu jecelyahay ood ka qaado ama in aad ku qasabto in uu raaligareeyo.
- Xasuuso marwalba in caawi-maad dhaw aad ka helikarto macallimiinta, dhakhaatiirta ama dawladda hoose . Comunitiyaal badan waxay qabaan taleefan lawaco oo aad u wici carto waano iyo in laguu gudbiyo dadkale oo khibrad leh.

.

"Combutarada guriga waxaa la dhahaa wuxuu qabtaa shaqooyin kala badan oo kala duwan, oo uu ka mid yahay in la xal-liyo dhibaatooyinkii hore ee ka taagnaa sida shaqada guriga in uu cunay eey."

Doug Larson

# Shaqada Guriga

Shaqada ilmaha loogusoo diro guriga waxay ka mid tahay noloshada iskuulka oo inta badan ka qaybqaadata nolosha guriga. Inkastoo tirada shaqada guriga in loo soo diro uu weli muran ka jiro, waxaa la darsay in shaqada guriga ee la soo diro marwalba ay keento isbadal waxbarasho deg-deg ah iyo is bedel sida waxloo barto—**Shaqada guriga loo gu soo diro ardayga waxay adkaysaa waxbarashada laga billaabay iskuulka**.

- Shaqada guriga loogu soo diro waxay ku caawisaa ardayga in ay bartaan siday wakhtigooda u kala qaybin lahaayeen.
- Shaqada guriga waxay bartaa sida wanaagsan ee wax loo barto iyo dabeecad wanaagsan, waxay kaloo ku caawisaa ardayga inay u dhisto in uu isku kalsoonaado.
- Shaqada guriga waxaa kaloo waxaa kaloo loo isticmaalaa in ardayga wax badan dhaafay ay isku daba qabtaan.
- Shaqada guriga waxay ku caawisaa macallimiinta in ay hadhow ugu caawiyaan shaqada galaaska dhexdiisa.
- Shaqada guriga waxay xoojisaa xiriirka ka dhexeeya guriga iyo iskuulka, waxay kaloo u shaqaysaa waalidka sida ay ilmahooda wax u baranayaan waxay kaloo waalidka u fasaxaysaa in ay caawinkaraan.
- Kula heshii wakhtigo'an shaqada guriga. Arrintaan joogtada ah waxay ku dhalinaysaa in ay xaqiijiso oo uu ardaygu aamino in gurigashaqadiisaay ka hormarayso shaqooyinka kale.
- U diyaari meel uu ku sameeyo iskuulka shaqadiisa. Meeshaasu waa inay ahaataa meel deggan oo aan lagu buuqaynin.
- Guubaabi oo caawi ilmahaada, laakiin iska jir in aadan u samaynin shaqadiisa.
- La hadal ilmahaada macallinkiisa haddii aad dareemayso in shaqada guriga loogu soo diro ilmahaada ay badan tahay. Tani waxay kaloo ku siinaysaa si aad kula hadasho ilmahaada macallinkiisa.
- Ardayga dugsiga dhexe iyo kuwa dugsiga sareba waa in ay la tashtaan macallimiintooda ama iskuulka lataliya yaashooda sida ay ugu diraan meelaha ay ka baran la haayeen sida wanaagsan oo ay wax u baran lahaayeen.

# Wax ku barashada guriga

Waxbarashadu kuma joogsato marka ilmahaadu uu ka tago iskuulka maalin walba.

**“Waxaa tahay macallinka ugu muhiimsan ilmahaada”**

- ∆ Booqo madxafka, beeralayda suuqoda, meelaha taariikhda leh, garoonka diyaaradaha, bannaamada dooga leh, maktabadaha iyo meelayaasha uu wax kabaranayo. Ka wada hadla meelaha aad soo booqateen adiga iyo ilmahaada waxaadna u sharaxdaan qiimaha ay leeyihiin.
- ∆ Ku dhiirrigeli in uu waxsameeyo adigoo siinaya rinji, warqad iyo waxyaabo kale oo wax lagu sawiro, waxaad kaloo sii saa meel khaas u ah ilmahaada oo uu ku soo bandhigo shaqadiisa.
- ∆ Wax lakari ilmahaada. U ogolow wiilkaada ama gabadhaada shaqooyin aan khatar ahayn sida cabiraada iyo isku qasida waxyaabaha aad dubayso. Ma baraysid oo qura sida wax loo kariyo laakiin waxaad baraysaa waw keenay iyo waxa ka soo baxaya iyo barasha tirada.
- ∆ Sii ilmahaada boors ama weel uu ku aruursado lacagta oo ku dhiirri geli wiilkaada ama gabadhaada in ay furtaan bangi oo ay la socdaan meesha ay wax ku aruursanayaan.
- ∆ La kor buuraha ilmahaada. Alberta waxy leedahay meelo wanaagsan oo la koro oo aad ka helayso waxaan la koobi Karin oo aad ku kala garato shimbiraha, xoolaha fiyoorayaashaiyo geedaha.Buurta korkeeda qwaxy kaloo jirka u tahay caafimaad.
- ∆ Iskuday in aad aruuriso farankaboolooyinka ama shilimaanta, oo labaduba ah wax waxbarasho iyo qiimo leh. Farankaboolooyinka iyo shilimada cusub intaba waxy ka hadlaan waxyaabaha cusubiyo kuwa taariikhda leh.
- ∆ La ciyaar ilmahaaa, waxaadna kula ciyaartaa waxyaabo qiimo u leh waxbarashada sida tirade, malawaalka iyo cayaarta xarfaha ku saabsan.
- ∆ U isticmaal cayaaraha xagaaga la cayaaro iyo qoyska fasaxyadooda waxbarasho. Waydii ilmahaada in uu xisaabiyo kiiloomitirka iyo marka aad baasiinka qaadanayso iyo in uu akhriso khariidadaha. La mar ilmahaada waxwalba oo ka duwan guriga sida (Badda, Buuraha, Magaalooyinka, beeraha). Kula ciyaar ilmahaada gaariga dhexdiisa sida xoolaha, joqoraafiga tirada iyo xarfaha.

# WAALIDIINTA OO AH U DOODAHA IL-MAHAADA

*"Waligaa ha ka shakinnin fikrada kooxyar, wadaniyayaal ballamay waxay baddali karaan waa waxa kaliya oo ugu fiiican."*
*Margaret Meed*

Caawimayaasha waxbarashada dadweynaha magaalada Alberta waxay u baahan yihiin in ay iskula xiriiraan si fiican dhinac walba si loo xaqiijiyo in cod-kooda la maqlo. Macnaha ugu wanaagsan in aad u dodo ilma-haada waa in aad fahamtaa oo aad caawisaa waxbarashada dad-weynaha waxaa muhiim ah in aad la hadasho dadka go'aamada sameeya.

- ⇒ Sida MLA-ga, kuwa isku-ulka maamulayaasha kor ka xukuma ama duqa magaal-ada.
- ⇒ Warqadda la qoro waa waxa ugu muhiimsan oo aad ugu hadli karto. Warqaddaadu ma'aha in ay ahaato mid aad u surreysa, mana aha in ay ka dheeraato hal bog.
- ⇒ Warqadda combutarka lagu diro waa wax dhakhso badan oo wax tar leh haddii si fii-can loo isticmaalo waxaad raacdaa sida loogu talagaley in loo qoro warqadaha.
- ⇒ In aad telefoonka u dirto kuwa go'aamada gaara waa wax wanaagsan. Qoro waxa aad doonaysid in aad ka ha-dasho ka hor inta aadan tele-foonka dirin. Ku tala gal in aad dhaafto farriin kalkaali-yaha xafiiska ama qof kale oo xafiiska ka shaqeeya.
- ⇒ Xasuuso in aad sawirato warqadahaada ad qortay, ii meelkii iyo teleefoonkii aad dirtay iyo kuwii aad hesh-eyba.
- ⇒ Ha ka cabsoonin in aad cod-sato iska horimaasho, waxaad kaloo u baahantahay in aad isku soo aruuriso waalidiin dacwadaada mid lamida qaba si'aad ula ku-lantaan dadka go'aanka gaara. Ballan samayso, qoro waxa aad doonayso in aad ka hadasho wakhtigaagana ha ka daba marin.
- ⇒ Magaalada in aad aado, shirarka in aad ka qaybqaadato si ay kuu arkaan dawladda dadka xu-kuma. Waxaad ka helaysaa waano si'aad ugu qaban-qaabsat sida aad ugu hadli lahayd ilmahaada buuga doodaha wuxuuna yaallaa macallimiinta Alberta e isku ururay.
- ⇒ Si kastaba ha ahaatee marka aad la dhaqmayso dadka kale, tixgeli dadka, ku waani xallin marnaba hasameynin caga jugleyn.

# WAALIDKA MACALLINKA

**"Khibradu ma' aha waxa ku dhaca gofka, waa waxa ninku ama bini aadamku sameeyo marka wax ku dhaco."**

**Aldows Haxley**

# WAALIDKA – MACALLINKA SHIRKOODA

Bajjeelooyinka, farriimaha qoraalka iyo taleefoonka waxy leeyihiin faa'idooyin, laakiin waalidka iyo macallinka shirkooda waxay sii saa waalidka awood aykula kulmaan waalidkaoo ay kugula hadlaan ilmahaad waxbarashadiisa, in aad barato iskuulka iyo waxa la dhigayo. Wuxuu kaloo u siiyaa macallimiinta in ay wax ka bartaan ardayga.

Marka hore la hadal ilmahaada. Ogow waxa uu ilmahaadu ku jecelyahay ama uu ku necebyahay iskuulka. U sharax ilmahaada in la kulanka macallinka uu san ahayn in aad baarayso ilmahaada laakiin aad doonayso in aad ilmahaad caawiso.

Waxaad horay u sii qorataa waxyaabo aad ku caawinayso macallinka oo ku saabsan ilmahaada. Waa in aad ku dartaa haddii ilmahaadu u baahan yahay caafimaad gaar ah ama dhibaatooyin, waxyaabaha uu jecelyahay , waxyaabaha uu ka dareemayo iskuulka iyo wararka muhiimka ah ee iskuulka bannaankiisa ka dhaca.

Waydii macallinka cayaaraha iyo buugaagta uu ku waaninaayo ilmahaada.

Inta aadan la shirin macallinka ilmahaada waxad sii qorataa waxyaabaha aad dooneyso in aad kala hadasho. Imisa weeye shaqada guriga aad ka sugeyso? Sidee baa loo imtixaamaa? Ma waxdhibaatooyin ah oo ilmahaada sameeyey baa jira? Ilmahaadu ma wax dhibaato ah ayuu qabaa?

Meel dhigo waxyaabihii aad kala soo hadashay markaas waxaad ka xukumi kartaa ilmahaada horumarkiisa oona ka caawimi kartaa wax dhibaato ah oo soo food saaray.

Xittaa ilmahaada hadii uu joogay shirka, kala hadal marka aad ka soo dhamaataan. Haddii loo baahanyahay in uu wax iska badalo waxaad u soo jeedisaa adigoo talo.

Xasuu shirka marka uu dhamaado macnaheedu ma'aha in adiga iyo macallinka wada hadalkiinnu dhamaaday. Waa muhiim in aad la xiriirto macallinka ilmahaada marwalba inta iskuulka socdo.

# DHAQDHAQAAQA

*"Dhaqdhaqaaq la'aan ta wuxuu baabi'iyaa bini aadamka jirkiisa wannagsan, marka dhaqdhaqaaqa jirka iyo socodkiisa uu jirka bad-baadiyo."* *Plato*

Qofna ma doonayo in uu ilmuhu noqdo ilmo buuran, jirkiisa dhisnayn ama dadwaa weyn oo wadno xanuun qaba. Sida ay sheegtay caafimaadka kanada **in ka badab nus ilmaha kanada ilmo dhaqdhaqaaqa** jirkooda iyo maskaxdooda. Caafimadka kanada wuxuu ku waaninayaa in la kordhiyo ilmaha jirkooda dhaqdhaqaaqiisa ilaa ay ka sameeyaan markey ugu yartahay 90 minit maalintii.

- Faaidooyinka marwalba in jirku dhaqdhaqaaqo waxaa ka mid ah caadi in ilmuhu u koro oo uu horumaro, lafo adag iyo murqo, culays caafimaad ah, jir toosan, sinnaan, fudayd iyo kalsooni.
- Waxaa la hubsaday ilmaha jirkoodu dhisan yahay in ay wax ka horbartaan kuwa aan jir dhiskoodu ka hooseeyo sida loogu tala galey.
- Ilmaha jirkooda dhisan yahay waxay kaga fiican yihiin dad la dhaqanka waxayna isku qabaan kalsooni kabadan kuwa jirkoodu aan dhisnayn ee la'eg iyaga.
- In aad ka dhigato caado maalin walba in aad dhaqdhaqaajiso ilmahaada jirkiisa waa wax wanaagsan oo caafimaadleh. Dhiirri gelinta ilmaha in ay caado ka dhigtaan maalin walba waxay caawisaa in ay abuurto wax xiriir ah oo la joogi doon inta noloshooda uga dhiman.
- Uga dhig ilmahaada in uu ka warqabo muhiimadda uu leeyahay dhaqdhaqaaqa jirka, qorsho u same ilmahaada, u sheeg ilmahaada in uu kugu raaco qorshayaashan, gadaal talo kasii, xasuuso oo wax ugu badal.
- Ilmahaad tu sale u noqo adiga oo tusaya in ciyaartu ay muhiim kuu tahay adiga xittaa.
- Wakhti gaar ah u samee ciyaarta, jooji tv-ga fiirsashadiisa, cajaladaha lagu ciyaaro iyo ciyaaraha kale ee fadhiga lagu ciyaaro.
- Ku dhiirri geli ilmahaada qaangaarka ah in uu ka qaybqaato tartamada cayaaro kala duwan oo kooxyaal ah. U same ilmahaada meel uu ku ciyaaro guriga ama ku dar kooxo ciyaareed.

# GOLAHA ISKUULKA

**"Ilmahaadu wuxuu u baahan yahay joogiddaada in kabadan haddiyaddaada."**

**Jesse Jackson**

Goloyaasha iskuulka oo ah waalidiin iskuyimid oo is aruursaday waxaa la aasaasay 1995, macallimiinta, diritoorada, ardayda iyo ummad dadka matilaysa oo **wada shaqeeya** si loo bilo danta iyo wanaaga ummada iskuulkeeda oo dhan oo halkaasi uu ku horumaro ardayga waxbarashadiisa. Sida Alberto golaha iskuulaadka waxbarashad uu qorayo , golaha iskuulku waa " waa jid fudu deeya wada shaqaynta kulli waxyaabaha ay qabaan iskuulaadka dadka dhiganaya".

- Xubnahoodu wuxuu ka kooban yahay walidiinta ilmahoodu iskuulka dhiganaya ( oo ah kuwa ugu badan), Iskuulka maamulihiisa, uguyaraan hal macallin, uguyaraan hal qof oo ka socda ummada, oo aan ku qabin ilmo iskuulkaas iyo, iskuulaadka sare, ugu yaraan hal arday.
- Shaqada golaha iskuulku waa in uu la sha qeeyo oo uu waaniyo iskuulka maamulihiisa iyo mararka qaarkood iskuulka boodhkiisa waxyaabo ku saabsan waxbarashada oo iskuulka ku siman, oo ay iskugu jiraan sida wax loo abaabuli lahaa, iskuulka waxyaabaha ka socda iyo ummadda xiriirkooda.
- Abaabulku wuxuu iskugu jiri karaa iskuulka waxa uu ku dhisan yahay, fikraddisa sharciyadiisa, dhaqamadiisa, ujeedadiisa, waxbarashada qorshaheeda iyo lacagteeda.
- Ummada xiriirkooda waxay iskugu jiri kartaa koruqaadidda iskuulka ummadda dhaxdeeda iyo siyaabaha loola hadli lahaa dadka.
- Barnamijyada iskuulka waxay isugu jiri karaan waxyaabaha iskuulka dhexdiisa lagu qaato iyo kuwa iskuulka dibadiisa lagu qaato, iyo iskuulaadka barnaamijyadooda iyo wa xyaabaha ay bixiyaan.
- Golaha iskuulka masuul kama aha abaabulka barnaamijka waxbarashada ama abaabuylka iskuulka . Goluhu wuxuu siiyaa fikrad ku saabsan lacagta, laakiin masuul kama aha lacagta, sharciga dajintiisa, cabiraada waxa la samaynayo, qaadashada qof cusub, qiimaynta iyo siidaynta macallinka.
- Waalidka raba in uu kamid noqdo golaha iskuulka waa in ay la xiriiraan mamulaha iskuulka.

# ARDADA

**"Waa sahal in aan ka leexano masuuliyaddeena, laakiin kama leexan karno xukunkeeda marka aan ka leexanno masuuliyaddeena."**
**Josiah Charles Stamp**

Ardada, waalidka iyo macallimiintaba kulligood waxay ka dheelaan boosfiican waxbarashada. Qaybwalba waxay u baahantahay in ay kudarsato **Ballan iyo shaqo adag** midwalbana wuxuu leeyahay masuuliyad sharciga uu dhigay.

Ardayga masuuliyadiisu waxay ku taalaa sharciga Alberta iskuulkeeda u yaallo. Haddii aad damacdo in aad akriso sharciga iskuulku dhigay, wadii maamulaha iskuulka in uu ku siiyo mid uu kuu sawiro ama waxaad ka heli kartaa ATA websidhkiisa (www.teachers.ab.ca).

- Adradadu waa in ay nafsadooodu qaadaan masuuliyad.
- Adrdadu waa in ay aadan iskuulka maalinwalba oo ay saacadiisa ku tagan. Sharciga iskuulka udhigan in in uu joogo iskuulka illaa iyo lix iyo toban sano (16 sano).
- Ardadu waxay nafsadoodu kuleeyihiin iyo dadweynaha in ay aadaan iskuulka oo ay waxbarashadan bilaashka ah wax ka bartaan.
- Ardadu waxay maqnaan karaan oo qura marka ay jirranyihiin, dhibaato la joojin kari waayey ama dabaal gega diintooda, ama in laga cayriyey iskuulka oo dhan am alga cayriyey maalmo iskuulka.
- Ardaygu waa in uu adeecaa sharciga iskuulka oo uu klashaqeeyaa dadka iskuulka ka shaqeeya.
- Ardaygu waa in uu tirsankaraa macallinkooda.
- Ardaygu waa in uu tixgaliyaa dadka kale.
- Ardaygu waa in uu si daacad ah wax u bartaa.
- Ardaygu waa in uu tixgaliyo iskuulka dhismahiisa. Iyaga iyo waalidiintoodaba waa loo xisaabinayaa hadii ay ugu tala galaan iyo hadii ay ugu tala gelinba burburinta iskuulka.
- Kala hadal ilmahaada wayaabaha lagu xukumi karo hadii uusan fulinin sharciga.

***"Ha ka walwelin in ilmuhu uu san ku dhageysanin. Ka walwal in ay badiga ku fiirinayaan marwalba."***

**Robert Fulghum**

# Dhallinyarada

Qaangaarku waa wakhti aad u xun. Ilmahu marka uu dhallinyarada waxa laga sugayaa in uu u dhaqmo sida dadka waaweyn, inkastoo siyaabo badan ay weli ku yihiin carruur. Waxaa horyaalla waxyaabo aad u fara badan qiimo, nolol, dhinac u riixid iyo cadaadin. Baluqnimadu waxay u keenay saa in ay isku dayaan waxyaabo badan si ay ku ogaadaan waxyaabaha ay doonayaan. Dallinyaradu waxay sameeyaan qaladaad; waajibkaagu waxay tahay in aad caawiso si aad ugubadasho qaladaadkaas waayo aragnimo.

- Ogaysii ilmahaada isaga ama iyada in aad jeceshahay oo aad tixgelineyso. Shacabku in uu aqbalo iyo isku filnaan ayaa aad muhiim ugu ah dhallinyarada. Waxa adiga kula muhiimsan waxay ka hor imaan kartaa kuwa la'eg carruurtaada, waxaad ogaataa in walidiintood ay jecelyihiin oo ay tixgeliyaan waxaadna ku caawinaysaa ilmahaada go'aan sax ah.
- Dooro dagaalkaada. Dhallinyaradu waxay ku muujiyaan in ay gaareen iskufilnaasho sida dharka ay u qaataan, saaxiibada ay la socdaan, muusikada iyo ciyaaraha. Hadii ilmahaada waxa uu doortay aysan qofna dhibaynin, iskuday in aad ku tixgeliso go'aan kiisa ama keeda. Iskuday in ilmahaadu ku aamino adiga oo tusaya in aad kalsooni kuqabto go'aamadiisa.
- Dhallinyaradu waxay ku daydaan saaxiibadood. Haddii aad wax badan ka taqaanno ilmahaada saaxibadood, waxaad wax ka baranaysaa ilmahaada.
- Marka aad dajinayso sharci, iskuday in aad dhisto mid aan aad u adkayn. Waxyaabaha qaarkood waa inaad aad ugu adkaato, sidaa darteed u sharax sababta in aad ku dhegta sharcigaasi ay muhiim u tahay. Waxa aad xukumaado tahay marka sharcigaasi la jabiyo waa in aad caddaysaa, oo ay ahaataa mid caqligal ah oo marwalba ah.
- Ku jawaab deganaan marka aad aragto dabeecad xun oo ku qusaysa. Haddii aad aad u raajiciso waxa uu ilmahaadu sameeyey ilmahaadu wuxuu ka cabsanayaa in uu markale wax kuu sheego. Marka aad aragto daroogo iyo khamro ama iskutag xumo, marka hore baar kadibna kala hadal arrintu sida ay tahay.
- Wax ku sii dabeecadaha wanaagsan. Haka cabsoonin in aad ilmahaada u sheegto inaad aad ugu faraxsantahay.

# Waxbarasho

Maanta waxaan fiirinaa buundad iyo imtixaanaadka, waalidiin badan waxay ku qarash gareeyaan lacag badan si ay ugu caawimaan waxbarashada. Qiimaha macallinka waxay u dhaxaysaa $10 saacaddi ilmaha iskuulka sre dhigta illaa iyo $80 saacaddi ilmaha u baahan waxyaabaha zaa'idka ah. Waxyaabaha kala duwan oo uu cilmigu ballan qaadayo suuqa dhexdiisa waa lagu jah wareeri karaa- waxaa caqli ah in aad la **tasho ilmahada macallinkooda** kahor inta aadan ku caawinnin waxbarashada zaa'idka ah. Tallabada ugu horreysa marka aad wax u qabto iskuulka waa in aad la hadasho ilmahaada macallinkiisa ama golaha iskuulka. Dariiqad, waano ama caawimaad zaa'id ah oo aad ka hesho dadka cilmiga leh baa xallinkara dhibaatadaada.

- Labo labo ama da' la isku qasay oo la isku dhexgeliyo galaaska,waxy u fasaxdaa lasocod u fura sida ilmuhu wax u baranayo, waxaana ka faa'idaysta ilmaha u baahan caawimaad badan iyo waxbarasho keli ah.
- Waxyaabo ka zaa'id ah waxa loo dhigo carruurta ayaad ka helaysaa meelayaasha wax lagu barto (www.bc.education.gov.ab.ca/pro/default.html). Meelayaasha wax lagu barto waxaad ka heleysaa buubaag kala duwan, waxyaabaha aad baraneyso, waxyaabo aad maqasho oo sawir leh iyo wax aad kumbutarka gashato.
- Ogow sancada iyo ku celcelinta buugga shaqada. Waxay noqon karaan wax lagu daalowaxayna badisaa in ilmahaadu ku adkaado in uu wax barto.
- Barnaamijyada qaarkood, haddii aan si fiican loo qiimaynin waxa uu ilmahaadu samaykaro, wuxuu ku leexinayaa wax aan macquul ahahyn waalidka iyo ilmaha labadaba.
- Haddii aad go'aan ku gaarto in aad isticmaasho waaniye bannaanka ama shaqo, miskaxda waxaad ku haysaa digidda "Gate Iska jir".
- Raadi waxa uu yaqaanno baraha oo weydii qof yaqaanna.
- Iska jir barnaamijyada ''Bara imtixaanka". Barnaamijyadaasuwaxy siin karaan horumar aan run ahayn. In aad imtixaanka u wax u barato waa wax sahlan, dhibaato la'aan iyo raqiis, waxyna soo jiidataa kuwa u baahan wax la cabbiri karo.

# Walwalka hadalkiisa

Waalidku wuxuu doonayaa waxbarasha ilmahooda waxayna ka walwalikaraan waxa la barayo iyo waxa ka dhacaya iskuulka. Tallaabada ugu horreysa si aad u sheeqto walwalkaada waa in aad la **hadashaa macallin.**

- Waxa la barayo (waxa la barayo) waxaa soo qora magaalada oo uu soodiray wasiirka waxbarashada. Haddii aad ka qabto su'aal waxa la barayo, la hadal macallinka marka hore. Haddii macallinku uu san ka jawaabi Karin su'aashaada, waxaad usheegi kartaa maamulaha, ninka iskuulaadka waaxdaasi maamula ama kuwa kale ood ka shaqeeya xafiiska.
- Sharciga iskuulka: waxaa ku celceliyen iskuulka maamulaha iyo shaqaalaha, intabadan waxay la tashtaan golaha iskuulka. Marka sharciga iyo ku celcelintiisa la aslaxo, macallimiinta waxy ku qasban yihiin in ay bannaanka soo dhigaan.
- Haddii aad dood ka qabto sharciga, la hadal ilmahaada macallinkiisa ama maamulaha.
- Haddii aadan jeclaanin lahadalka macallinka ama maamulaha waxaad raadisaa in aad ka hesho caawimaad kuwa ka sarreeya. Waa waxaan dhicin marwalba in waalidku u baahdo in uu lahadlo ninka iskuulka waaxdiisa maamula.
- Haddii aad dacwo ka qabto sada macallinku wax u baraayo, la kulan macallinka. Inta badan marka aad kala hadasho macallinka walwalkaada way xallisantaa. Haddii aad macallinka la kulantay oo weli walwal ku haayo, aad maamulaha .
- Haddii dhibatadaadu tahay sida macallinku u dhaqmayo, la kulan maamulaha waaxda iskuulka ama Guruubka macallimiinta Alberta.

# U tabaruca iskuulka

Haddiyadda ugu wanaagsan oo uu siiyo waalidku ilmihiisa waa **haddiyadda wakhtiga.**
Waalidku waxay ka ciyaari karaan qayb weyn ilmahooda waxbarashadooda iyaga oo noqda tabarucayaal. Tabarucaadda macallinka waxaa ka faa'idaysta ilmahaada iyo ilmaha kale, waxayna xoojisaa xariga u dhexeeya iskuulka iyo ummada. Haddii aadan tabaruc u sameny Karin iskuulka, weydii ilmahaada macallinkiisa wax kale oo aad ku sameyn karto guriga.

- Tabarrucca mas'uuliyaddiisu waxay hoos imaanaysaa macallinka waxaana lagu siin karaa wax aad raacdo; la socodka ardeyda marka ay aadayaan meel; caawinaada xafiiska, waxyaabo kala duwan iyo barnamij aad muhiim u ah; Ilaalinta iskuulka ciyaartiisa ama dhaqdhaqaaq muhiim ah; ama in aad ugu deeqdo waxa aad ku fiican tahay, sida in aad siiso warbixin waxyaabaha aad jeceshahay ee ood ku fiican tahay ee ardadu muhiim u ah.
- Iskuulaadka qaarkood waxaa lagu weydiinayaa in lagu baaro in ta aadan u tabaruccin.
- Tabaruccayaashu waa in ay fiiriyaan iskuulka sharcigiisa iyo waxa lagu socdo waxaadna xasuusnaataa in macallinku uu leeyahay mas'uuliyadda ugu danbeysa.
- Tabarrucayaashu waa inay haystaan wax walba oo iskuulka ku saabsan.
- Tabarucayaashu waa in ay tixgeliyaan shaqada dadka cilmiga leh iyo xukuumadda macallinka iyo shaqaalaha iskuulka.
- Tabaruccayaashu waa in ay isku dayaan ballantey qaadeen maalinwalba. Tanu waa mid muhiim ah haddii macallimiintu u baahan yihiin caawimaada tabaruccayaasha marka la abaabulayo in wax la smeeyo.
- Tabaruccayaashu waxay ka helayaan khibrad aad u wanaagsan ilmahooda galaaskooda.
- Warfaafin badan oo ku saabsan tabarucca, la xiriir macallinka ilmahaada.

# L ‘ashaqaynta Macallimiinta

Horumay in lagu gaaro iskuulka waa guul ay waalidku ka sugayaan ilmahooda macallimiintuna waxay ka sugayaan sidoo kale. Gooshaani si sahal ah ayaa lagu gaaraa ilmahana horumar ayey helaan marka waalidiinta iyo macallimiinta **wada shaqeeyaa.** Barashadu waxa ay horumar gaartaa marka waalidku uu la shaqaynaayo ilmahooda waxbarashadooda.

- ☻ Ku dhiirri geli ilmahaad in uu dhiso aragti wanaagsan oo iskuulka ah. Ha kugu daydo ilmahaada aragtida wanaagsan ee aad iskuulka u qabto.
- ☻ Marwalba la xiriir macallinka ilmahaada. Raadi goorma iyo sidee macallinka loola xiriiraa, u sheegna wakhtiga ugu wanaaagsan iyo sida ugu wanaagsan ee lagugula soo xiriiri karo.
- ☻ La socodsii iskuulka waxyaabaha ka qaybqaadan kara ilmahada horumarkiisa iyo ficilladiisa.
- ☻ Marwalba oo ay suura gal kuu tahay, ka soo qaybgal waalidka iyo macallinka shirarkooda, iskuulka ciyaarihiisa iyo dhibaatooyinka, waxyaabaha muhiimka ah, waxyaabaha la soo bamdhigo iyo tartanka ciyaaraha.
- ☻ Marwalba oo ay kuu suura gasho, wakhti hore iskuulka la socodsii marka ilmahaadu uu maqnaanayo.
- ☻ Wakhtiyadaada fasaxa waxad qaadataa marka iskuulku fasaxa yahay iskuna day in aad ballamahaada dhigsto saacadda iskuulku dhamaato.
- ☻ La kulan macallimiinta haddii ilmahaadu ku jiray dhib iskuulka ka dhacay. Isla shaqeeya adiga iyo iskuulka shaqaalihiisa siaad iskugu caawisaan si aad u xallisaan dhibaatada.
- ☻ Akhri oo saxiix ilmahaada imtixaankiisa, shaqada guriga loogu soo diro, waqadda buundooyinka lagu qoro joornaalka iyo buugga taariikhaysan.
- ☻ Akhri joornaalada iyo wсофarka ka soo baxa ilmahaada iskuulkiisa.
- ☻ Ku dhiirrigeli ilmahaad in uu ka qaybgalo ciyaaraha iskuulka, iyo ciyaaraha iskuulka bannaankiisa. (Cayaar, shaleemo, sawir iyo guruubyo kale).
- ☻ Ku dhumi ilmahaada wakhti maalinwalba si aad ula dulmarto casharradii uu soo qaatay iyo shaqada guriga loogu soo diray iyo in aad dhagaysato ilmahaad sida uu wax u arko iyo fikraddiisa.

# Resources

**Alberta Teachers' Association**
11010-142 Street NW
Edmonton, AB T5N 2R1
Phone: 780-447-9400 (in Edmonton)
or 1-800-232-7208 (toll free in Alberta)
Fax: 780-455-6481
E-mail: postmaster@ata.ab.ca
Website: www.teachers.ab.ca

**Alberta Education**
Phone: 780-427-7219 (in Edmonton)
or 310-0000 (toll free in Alberta)
E-mail: comm.contact@learning.gov.ab.ca
Website: www.education.gov.ab.ca

**Alberta Learning Resources Centre**
Phone: 780-427-2767, 780-427-5775 (in Edmonton) or 310-0000 (toll free in Alberta)
Fax: 780-422-9750
E-mail: lrccustserv@gov.ab.ca
Website: www.lrc.education.gov.ab.ca/pro/default.html

**Contacting Your MLA**
Contact your MLA by phoning 310-0000 or visiting www.assembly.ab.ca.

**Contacting Your School Trustee**
Contact your school trustee by phoning the Alberta School Boards Association at 780-482-7311 or visiting www.asba.ab.ca.

---

To learn more about **Health Canada**'s recommendations for healthy lifestyles, visit www.hc-sc.gc.ca/index_e.html.

For professional help in dealing with personal problems, contact the **Child Care Help Line for Parents** at 1-866-714-KIDS (5437).

**Barbara Coloroso** is an internationally recognized speaker and author in the areas of parenting, teaching, school discipline, nonviolent conflict resolution, reconciliatory justice and grieving. Her beststelling books include *Kids Are Worth It!: Parenting Through Crisis; The Bully, the Bullied, and the Bystander*; and *Just Because It's Not Wrong Doesn't Make it Right*.

---

The Alberta Teachers' Association (ATA) serves over 33,000 teachers in Alberta's public and separate schools. As the professional organization of teachers, the ATA's mission is to promote and advance public education, safeguard standards of professional practice and serve as the advocate for its members.

Copyright © 2006 by The Alberta Teachers' Association (ATA), 11010-142 Street NW, Edmonton, Alberta T5N 2R1. Any reproduction in whole or in part without prior written consent of the ATA is prohibited. Please contact Distribution at Barnett House to order additional copies. In Edmonton, dial 780-447-9400, ext 321; toll free in Alberta, dial 1-800-232-7208, ext. 321.

ISBN 978-1-897196-32-8

The Alberta Teachers' Association