Tusmada Fududaynta

Caddaalada Kulayliyaha Gurigayga

Sidee ayuu Qoyskaygu ku Helayaan Diiranaan?

Tusmadaan hagista ah ayaa naga caawinaysa aqoonsiga iyo ugu danbayn xal u helida (dhaxan celinta) goobaha gurigaaga ee keenaaya in qiimaha biilka kulayliyaha gurigaagu kor u kaco- gaar ahaana inta lagu jiro bilaha qaboobaha ah. Waxaan filaynaa in aqoon kororsigaan uu dhiiri gasho tashiilida tamarta marka aad kulaylinayso gurigaaga si loo ilaaliyo bii'ada, iyo shilinkaagaba. Haddii aad ku nooshahay Twin Cities, la xariir Natalya (narevalo@ceed.org) si aad usoo qaadato Baakada Kulayliyaha ee CEED oo aad ka helayso agabka dhaxan celinta guriga si aad lacag uga badbaadsato qarashaadk kulayliyaha guriga. Haddii aad meel fog jirto, waxyaabo badan ayaa laga heli karaa dukaanka agabka dhismaha ee deegaankaaga.

Agabka loo Baahan yahay

- Shid kaashka/biilasha
- Agabka Dhaxan celinta ee Bingo (qasab maaha)
- Abaal marinta dadka guulaysta (qasab maaha)
- Xaashi
- Qalin koobiyo
- Koolo bac

Khayraadka CEED ee lasoo degsan karo lana daabici karo

- Yareynta Isticmaalka Tamarta (oo lagasoo xigtay Buuga Shaqada Tamarta ee CEED)
- Isla xisaabtan DIY
- Liiska Hubinta Isla xisaabtan DIY
- Agabka Dhaxan celinta
- *Gaar u ah MN* Tusmo Kooban oo Ku aadan Caawimaada Korontada

Agabka lagu dari karo Baakada Kulayliyaha ee CEED

- Kiishada jilaashka duubka tuubada
- Sokedyada jaajarka
- Koolada silikoon
- Koolada jilcan ee birta
- Kiishada gufada daaqada
- Gufooyinka albaabka
- Jilaaska hawo celinta
- Qalabka hawada xira
- Sokedka korontada iyo dabiye-daariyaasha

Tallaabooyinka Fududaynta

A. Horudhac: Yaan nahay? Yaa haalkaan wada jooga? Yoolalka maanta [10 daqiiqo]

B. Marka qarashaadka kulayliyuhu kor u kacaan [25 min]

1. Sii waraaq iyo qalin koobiyo dhammaan ka qaybgaleyaasha. Ku boori inay sawiraan gudaha gurigooda- sida jooga, naqshada sagxada, ama isku weerada. U sheeg inay ku daraan dhammaan albaabada iyo daaqadaha.
2. U sharax in sawirada gurigooda uu naga caawinaayo suuraynta meesha gurigoodu uu qaboow ka yahay iyo/ama ka diiran yahay (iyo ugu danbayntii, meesha gurigooda kamid ah ee biilashada kulayliyuhu ay kor u kacayaan). Adeegso su'aalo tusmayn ah:
    a. Meeshee iyo goortee ayaa qaboow ah gurigaaga?
    b. Ma marka aad fadhidaa meel gaar ah (tusaale meel u dhow daaqad)?
        i. Adeegso midabka cas si aad u muujiso meelaha diiran halka aad midabka buluuga ku astaynayso meelaha qaboow.
3. Marka ka qaybgaleyaashu ay dhammeeyaan sawirida gurigooda iyo aqoonsiga goobaha diiran/qaboow, u sjeeg inay qoraan 1) magaca shirkada ay ka helaan adeegga kulayliyaha, 2) nooca kulayliyaha uu gurigoodu leeyahay (tusaale ahaan, gaaska dabiiciga ah, alwaaxa, biyaha, korontada), iyo 3) qiyaasta cadadka ay ku baxshaan qarashaadka kulayliyaha ee bil kasta gurigooda.
4. U qaybi ka qaybgaleyaasha labo-labo ama kooxo yar. U sheeg inay wadaagaan sawiradooda ayna qeexaan meelaha diiran ama qaboobaha ah gurigooda si faahfaahsan (tusaale, sida ay ku ogaadeen neecaw/meel furan), iyo haddii ay ku qanacsan yihiin, inay kula wadaagaan qarashka uga baxa kulayliyaha. U sheeg inay wada shaqeeyaan ayagoo adeegsanaaya dood iyo su'aalo hagis ah si loo aqoonsado goobaha iskumidka ah ee diiran/qaboow ee gurigooda:
    a. Qolalkee ayaa ugu qaboow?
    b. Qolalka qaboowga ah ma kuwa balaaran baa? Meel u dhow albaabka? Meel ku dhagan daaqada?
    c. Ma adeegsataa kulayliyaha aaga banaan si aad u kaabto kulaylaha guud ee gurigaaga?

5. Sii ka qaybgaleyaasha dhowr daqiiqo si ay u soo koobaan waxyaabaha ay ka siman yihiin kooxda guud. Adoo kooxba mar u tagaaya, hormuud u noqo wada sheekaysiga si aad u tilmaanto una qeexdo waxyaabaha iskumidka ah (tusaale, qarashaadka, meelaha qaboowga ah, iwm.).
6. U dhiib Xaashida Xogta ee Yareynta Isticmaalka Tamarta [oo lagasoo qaatay Xaashida Shaqada ee Tamarta CEED] si ka qaybgaleyaashu u akhriyaan ayna guriga ula aadaan. Xaashidaan waxaa ku jira tilmaamaha kala duwan ee la samaynaayo iyo kuwa aan la samaynayn marka laga hadlaayo kulayliyaha kaabista ah ee guriga (tusaale kulayliyaasha meelaha banaan iyo busteyaasha korontada) iyo badqabka.

C. Meesha ay tahay in guriga hawo laga siiyo [25 daqiiqo]

1. U dhiib cadad yar oo qalabka ciyaarta kaashka oo galaysan iyo cadadka koola bacda. Kharashyadaan ayaa muujinaaya qarashaadka ku baxaaya kulayliyaha.
2. U sheeg ka qaybgaleyaasha inay istaagaan/isku yimaadaan (ayagoo uu u dhexeeyo badka kulaylaha).
3. U sharax in ka qaybgaleyaashu ay ku wareegi doonaan aaga oo dhan si ay u aqoonsadaan meelaha qaboowga ah. Meel kasta oo qaboow ah, waa inay ku dhajiyaan biilka galaysan dusheeda ama agteeda; ogoow inay jiri karaan wax ka badan hal aaga biilka oo lagu xiray meelo qaboow qolka gudihiisa. Ku boori inay adeegsadaan dareenkooda: inay taabtaan darbiyada, muraayadaha daaqabadaha, alwaaxa sagxada, dusha qaanadaha. Sii ~10 daqiiqo oo ay ka qaybgaleyaashu qolka ku wareegaan.
4. Dadka oo dhan dib iskugu soo aruuri. Ku socda aagga goobta adinkoo ah koox balaaran, adinkoo ku joogsanaaya biil kasta oo meesha lagu dhajiyay ogaanaayana sababta meeshaani u qaboowdahay. Calaamadee meelo kale marka loo baahdo: haddii ka qaybgaleyaashu ay arki waayeen meelo ka dilaacsan darbiga, duleellada korontada, sokedyada, duleellada tuubada, fareemka albaabka, iwm. U sheeg ka qaybgaleyaasha inay biilal dheeri ah ku dhajiyaan meelahaan.
5. Gadaal u bax oo kooxda istaaji dhexda goobta si ay geesaha u eegaan. Xagee ayaad aragtaa biilal badan oo lagu dhajiyay hal meel? Calaamadee in meeshaani tahay tusaalaha meesha biilalkiina kulaylaha ay ku badan yihiin. (Marka sidee ayaan dib ugu ceshan karnaa qaar kamid ah lacagtaan kaashka ah? Gufee guriga!)
6. U dhiib xashiyaha Isla xisaabtan DIY iyo Liiska Hubinta Isla xisaabtan DIY. Sii ~5 daqiiqo oo ay ka qaybgaleyaashu ku akhriyaan dookhyada gufaynta guriga. Waydii inay ka fakaraan meelaha goobtaan ee la gufayn karo iyo qaabka.

D. Ilaha xogta sida loo gufeeyo guriga iyo qaababka kale ee badbaadinta lacagta kaa baxda [20 daqiiqo]

1. U sheeg ka qaybgaleyaasha inay soo qaataan kursi ayna sameeyaan mareegta koox balaaran.
2. Dhig dhammaan agabka Dhaxan celinta ee lagasoo qaatay Baakada Kulayliyaha dhex bartanka mareegta kooxda.

3. U sheeg ka qaybgaleyaasha inay soo qaataan 1-2 agabka gufaynta ah. Ku wareeg mareegta una sheeg in ka qaybgale kasta la wadaago waxa uu haysto. Waydii haddii ay yaqaanaan waxa loogu talagalay/sida loogu adeegsan karo, iyo inay tusmeeyaan haddii ay awoodaan. Haddii aysan hubin, usoo bandhig su'aasha kooxda oo dhan.
    a. Agabka Dhaxan celinta ee ay adag tahay in banaanka lagusoo bandhigo, soo qaado sawirada waawayn iyo/ama muuqaalada si aad u kaabto waxbarashada: jilaashka, bcd daaqada, gufda suufka ah, jilaaska tuubada biyaha.
4. Ku boori ka qaybgaleyaasha inay idin la wadaagaan agabka guriga ee ay sidoo kale u adeegsadaan dhaxan celinta (tusaale ahaan, jawaannada bariista ee baakadaha kulayliyaha, busteyaasha alwaaxa ah ee la hoos dhigo albaabka).
5. U dhiib xaashida khayraadka Agabka Dhaxan celinta oo muujinaaya qiimaha).
6. *U gaar ah MN* U dhiib Tusmo Kooban oo Ku aadan Caawimaada Korontada. Barnaamijyada ku qoran liiska xaashidaan ayaa gacan ka gaysan kara taageerida agabka qarashka badan ku baxo, sida jilaaska, daaqado, iyo kulayliyaal tamarta tashiilaaya.

E. (Qasab maaha) Bingo-da Dhaxan celinta [20 daqiiqo]

1. Door qaate kasta ayaa helaaya Bingo-ga dhaxan celinta iyo ~20 badhannada koobiga. Badelka aad isticmaali lahayd xarfo iyo lambaro, sida Bingo-da dhaqanka ah, Bingo-da Dhaxan celinta ayaa adeegsata erayada dhaxan celinta.
2. Wacaha (kan ayaa noqon kara adiga ama mutadawac kooxda kamid ah) ayaa erayada cimilada si qori tuur ah ugasoo bixinaaya boorsada. Marka Wucuhu uu ku dhawaaqo erayga kasoo muuqda kaarka ciyaaraha, ciyaaraha ayaa ku daboolaaya iskuweerkaas qalin koobi.
3. Marka aad erayada kasoo bixiso bacda, kooxda ka qaybgeli dood ku aadan waxa eray kasta ka dhigan yahay iyo sida loogu adeegsanaayo kor u qaadista tashiilida iyo yaraynta kharashka ku baxa kulaylaha iyo qaboojinta.
4. Ciyaaraha koobaad ee calaamadeeya shan afargees oo isku xiga, midkood si jiif ah, joog ah ama isdhaaf ah, ayaa u baahan inuu ku dhawaaqo "Bingo!" asaga ayaana ah guulaystaha wareegaas.

G. Muujinada iyo Gabo-gabada [10 daqiiqo]

1. Gebagebada; maxay barteen ka qaybgaleyaashu? Maxay la wadaagi doonaan xubnaha bulshada? Maxaan wali laga jawaabin?
2. Oga mahadnaq ka qaybgalayaasha waqtigooda iyo ka qaybgalkooda; waxaan filaynaa inay wax cusub barteen ayna hami u qabaan inay sii wadaan wada sheekaysiga lamid ah kan maanta.
3. U qaybi Baakadaha Kulayliyaha.