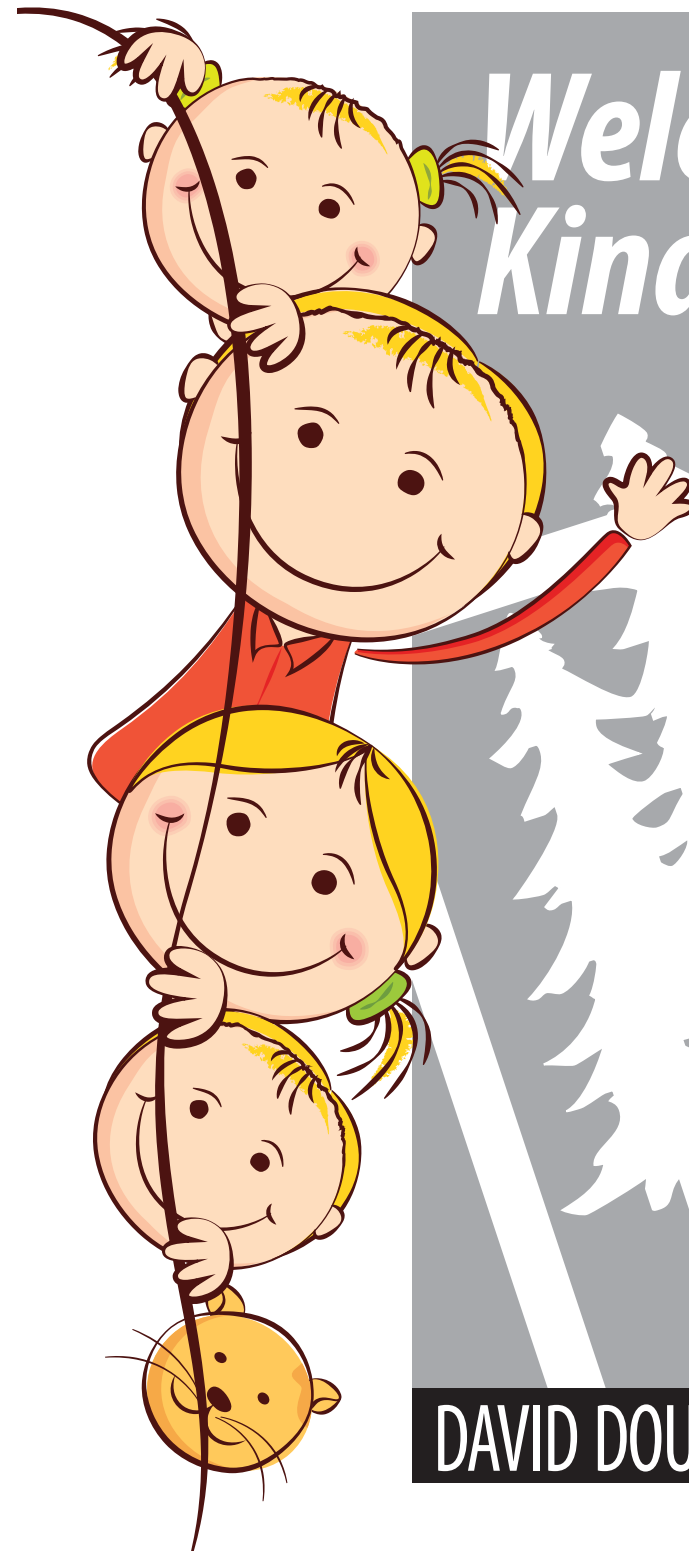


# Welcome to Kindergarten

**SOMALI**

**DAVID DOUGLAS SCHOOL DISTRICT**



## MACLUUMAAD DEGMADA

**Adeegyada Ardey** (waxbarasho gaar ah) 503-261-8209  
<http://www.ddouglas.k12.or.us/departments/student-services/>

**Ingrisiga Luqada labaad ahaan iyo Cadaalad** 503-261-8223  
<http://www.ddouglas.k12.or.us/departments/esl/>

**Cuntooyin/Adeegga Cuntada** 503-261-8231  
<http://www.ddouglas.k12.or.us/departments/nutrition-services/>

**Barnaamij Xirfadnimo iyo Hobooiyn** (gelitaanka hore ee Dugsiga barbaarinta caruruta) 503-261-8458

**Gaadiidka** 503-256-6526  
<http://www.ddouglas.k12.or.us/departments/transportation-information/>

**Daryeelka Caruurta** (Ka hor iyo dugsiga ka dib)  
<http://www.discoverchampions.com/>

**Website Degmada**  
<http://www.ddouglas.k12.or.us/>

Adapted from Portland Public Schools ABCs for Kindergarten





# Soo Dhoweyn Dugsiga Barbaarinta Caruurta

David Douglas School District  
Ken Richardson, Maamulaha  
11300 NE Halsey St, Portland, Oregon 97220  
503-252-2900  
[www.ddouglas.k12.or.us](http://www.ddouglas.k12.or.us)



Oregon Public Broadcasting / Class of 2025

## Caawinaadda cunugaaga wax ku barto dugsiiga dibaddiisa

1. Isticmaal alaabo maalin kasta ee u ogolaanaya cunugaaga inuu tiriyo iyo inuu uruuriyo alaabta.
2. Dhiirigeli cunugaaga inuu dhiso lambarro jidad kala geddisan. Tusaale, maxey tahay sida aad u sameyn karto 10? Jawaabta waxaa ka mid ahaan kara  $5+5$ ,  $6+4$ ,  $8+2$ , iyo wixii la mid ah. Cunugaaga ha sharraxo ra'yiga kiisa ama keeda.
3. Cunugaaga ha abuurto masaa'il sheeko ee tusaya ku darid iyo ka dhimid ee lambarro yar-yar. Tusaale, , "Ann waxay lahayed sided balooni. Ka dib iyada waxay siisey saddex, mark waxaa u harey oo keliya shan."
4. Ku dhiirri geli cunugaaga inuu ku dhego markasta mas'al la xallinayo ay dhib ku noqoto. Kani wxuuu caawinayaa cunugaaga inuu arko qof walba inuu baran akro xisaab.
5. Ammaan cunugaaga markii isaga ama iyada sameeyo dadaal inaad la qaybsato farxadda markii isaga ama iyada xalliso mas'alo ama fahmaya shey marka ugu horerysa.

## Waxyaalo kale oo dheeraad ah

Macluumaad dheeraad ah ee heerarka Gobolka Manhajka Mideysan ee xisaabta, fiiri <http://www.commoncoreworks.org/>

Macluumaad dheeraad ah ee caawinaadda cunugaaga barashada xisaabta (dhaqdhaqaaqa laga bilaabo dugsiiga-ka hor ilaa fasalka shanaad), fiiri <http://www2.ed.gov/parents/academic/help/math/index.html>

Waa Kan xoogaa tusaalooyin sida ardada a lambarroy ku shaqeyn doonaan iyo barasho inuu ka fakaro toban inuu yahay qayb—dhismaha qaybta muhimka ah fahamka meesha qiimahiisa.

**Xisaabta Dusiga barbaarinta caruurta**

- Tiri ilaa 100 mid ahaan iyo tobaneeyo
- Faham lambarradaas laga bilaabo 11 ilaa 19 ka kooban toban iyo haraaga qaar ak mid ah mid-yo( tusaale,  $14=10+4$ )

**Xisaabta fasalka Koowaad**

- Fahamka in 10 in loo maleyn karo qayb toban mid—lagu magacaabo “toban”
- Fahamka in labada dhibcood ee laba-dhibcood lambar uu matalayo dhowr tobaneeyo iyo mid-yo (qiimaha meel)
- Ku dar iyo ka jar lambarro ilaa 100 iyadoo la isticmaalayo wixii ay ardada ay bardeen eek u saabsan qiimaha meesha

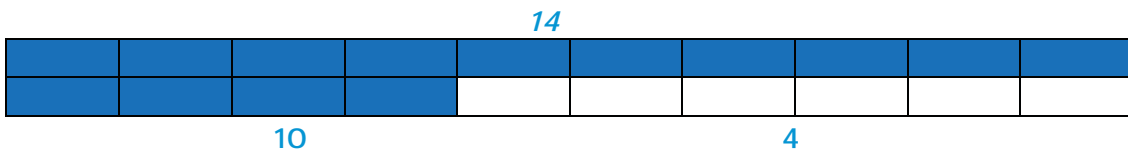
**Xisaabta fasalka Labaad**

- Fahamka in 100 waxaa loo maleyn karaa qayb toban tobaneeyo—magacaabo “boqol”
- Fahamka in saddexda dhibcood ee saddex dhibcood lambar uu matalayo qaybo boqollaal, tobaneeyo, iyo mid-yo (qiimaha meesha)
- Ku dar iyo ka jar lambarro ilaa 1000 iyadoo la isticmaalayo waxa ay ardaad ay bardeen eek u saabsan qiimaha meesha

Cunugaaga wuxuu baran doonaa inuu raadiyo “wadaag” oo ka dhiagyo toban lambar kasta. This drawing shows that if you have 8, it takes 2 more to make 10.



Laga bilaabo halkaasi, ardada waxey baranayaan iney ka fakaraan toban sida qayb ahaan iyo iney u kala jebiyaan lambarrada oo dhaan tobaneeyo toban iyo qaar ka mid ah kuwa soo hara mid-mid.



**Soo Dhoweyn Dugsiga!**

Waalidinta iyo Mas'uuliyiinta Dugsiga Barbaarinta Caruurta yar-yar,


Ku soo dhawow adduunka cajiibka ah ee dugsiga barbaarinta caruurta yaryar! Iyo haddii kani uu yahay cunugaaga kugu horeeyey ee dugsigeenna, Ku soo dhawow Dugsiga Degmada David Douglas. David Douglas gudahiisa, waxaan aaminsannahay cunug kasta wuxuu leeyahay barasho awood aan xad laheyn iyo guuleysi. Waxaan aaminsannahay cunugaaga. Waxaan ku dadaaleynaa inaan sameyno wax kasta oo aan ku caawineyno isaga ama iyada in ay gaaraan awoodooda ugu sarreysa.

Meel sare ayaan gaarsiineynaa la xiriirka qoyskeenna. Waan ognahay in waalidiinta iyo wax garadka iney iyaga is-dhexgelayaan iyo iney ku wada shaqeynayaan gacan is-qabsi ooh al jid in la hubiyo guuleysi cunuggaaga.

Macluumaadka aad ka heleysaan buuggan yar wuxuu idinka caawinaa in aad ka jawaabtaan su'aalo iyo wuxuu ku siinaa tusmo cunugaaga oo u guurayo marxalad sanadka koowaad ee dugsiga. Waxaan ognahay sanad guuleysi ee dugsiga barbaarinta caruurta yar-yar wuxuu dhigayaa aasaaska guusha iyo guul waxbaarsho ee sanadaha soo socda. Adiga aan kula shaqeyno, himiladeenna ee cunugaaga iney yihiin aqriye wanaagsan ka hor intii ay dhaafin fasalka saddexaad, iney koraan sanad kasta iyagoo u guuraya fasaladda, iyo iney ku guuleystaan qalin jebinta xagga dugsiga sare 13 sano laga bilaabo hadda. Kani wuxuu ka bilaawanaa dugsiga barbaarinta caruurta yar-yar.

Cunugaaga macliinkiisa, maamulaha iyo shaqaalaha oo dhan waxey u go'een iney hubiyaan in isaga/iyada ay nabad yihiin, faraxsan, iyo ay ka ehlayaan waxbarasho khibradaha loo baahanyahay inay ku guuleystaan gudaha iyo bannaanka dugsiga. Waxaan ognahay in aysan jirin wax ka qaalisan tahay cunugaaga. Si dhab ah ayaan u qaadaneynaa aaminaadda aad gelisay Dugsiga Degmada David Douglas in ay helaan nabadgelyo iyo adigana aad ku caawintid kororsiimadooda.

Fadlan weligaa ha hishoonin in ad nala soo xiriir cunugaaga dugsigiisa, ama xafiiskeyga, haddii aad weligaa aad qabtid su'aalo, wel-wel, ama aad rabtid inaad ka hadashid sida cunugaaga uu dugsiga ku yahay Waxaan idin rajeynaa. Adiga iyo cunugaaga inaad ku madadaaleysaan abaalmarinta sanad-dugsiyeedka!

Daacadnimo,   
Ken Richardson, Maamulaha

**Bayaanka Falsafada Dugsiga Barbaarinta Caruurta**

Degmada Dugsiga David Douglas waxey bixisaa manhaj habboon oo wax ka qabanaya fursadda caruurta iney ka koraan dhinac kasta ee horumarka – jir ahaan, dareen ahaan, iyo bulsho ahaan garashada hab isku dhafan oo mowduuc.

Barnaamijka waxaa loogu talagaley in:

- siiyo diirranaan, nabadgelyo, iyo jawi taageero
- bilaabidda waxbarashada noloshaha
- kor u qaadista luqadaha kala duwan waayo aragnimo iyo suugaanta
- dhiirrigelin barashada xisaabta iyo seyniska ee sahaminta fir-fircoonida iyadoo la siticmalaya alaabta da'da ku habboon
- dhiirrigelin, jeclaanta ogaanshaha, hal abuur, iyo ilmaha xuddun u dooda kalsoonida
- dhisid iyo dhirri-gelin la socodka waalidiinta, ilmo, iyo dugsi
- Siismo fursado ilmaha khibradaha dhibaato xallinta
- Kor u qaadista xirfadaha aqrista iyo qoraalka ee nartaha degdeg ah



Si aad dugsiga ugu diyaar garowdo, ku dhiirri geliya cunugaaga inuu ku farxo iyo jeclaanta ogaanshaha waxbarashada. Fiiri “nalka” ee waxqabad iyo fikrado.

### Ku xir Is-Qoridda iyo Dugsiga Barbaarinta Caruurta

Ku xiridda dugsiga barbaarinta caruurta waa fursad weyn adiga iyo cunugaaga inaad barataan waxa ku saabsan dugsiga iyo barnaamijka dugsiga barbaarinta caruurta. Dugsiyada wuxuu isku xiraa dhacdada dugsiga barbaarinta caruurta ee gu'a iney is bartaan reeraha ee dugsigooda cusub. Dhacdada waxaad ku wareegi doontaa dugsiga, waxad la kulmi doontaa shaqaalaha, baro waxa ku saabsan manhajka iyo diiwaan gelinta cunugaaga dugsiga.

Haddoi aadan awoodinn inaad ka qaybgasho isku xirka dugsiga ee dugsiga barbaarinta caruurta, weli waa inaad diiwaan gelisaa isha Juun 1. Diiwaan gelinta dugsiga barbaarinta caruurta waxaa la gabagabeynaa markii dhammaan waxa soo socda lagu soo celiyo dugsiga oo dhanmmeystiran:

- Foomka diiwaann gelinta (hore iyo gadaal)
- Caddeynta degitaanka oo la socda caddeyn la ogolaan karo (sida biilka korontada, biyaha, iyo gaaska oo hadda socda, heshiiska ijaarka, wixixi la mid ah.)
- Foomka tallaal dhammestiran oo la socda koobi diiwaangelinta talaalada
- Caddeyn cunugga da'diisa (shahaadada dhalashada, shahaado isbitaalka ama aqoonsi kale oo sharci ah)



- Cunuggeyga ma joogaa heer meesha isaga/iyada waqtigaan uu joogo ee sanad-dugsiyeedka?
- Xaggee cunuggeyga aqoontiisa sarreyso?
- Maxaad u maleysaa inuu ku siinayo cunuggeyga meesha ugu dhibka badan? Sidee u taageeri karaa cunuggeyga hagaajiyo goobtan?
- Maxaan sameyn karaa inaan ku taageero cunuggeyga shaqada soo socota?

*Waa kan xoogaa tusaalooyin ee xirfadaha iyo xeeladaha horumarin doona sida ay ku xalliyaan masaa'isha ereyada gudaha dugsiga barbaarinta caruurta.*

### Xisaabaha Duugsiga barbaarinta Caruurta

- U bandhig alaabo ku dar iyo ka-dhin, faraha, sawirrada maskaxda, sawirro, dhawaaq (sida sacbis), xaaladaha jilaya, sharraxaad hadal, iyo is-la egyo.
- Xallinta masaa'isha hadalka lambarrada ilaa 10 ku daridda iyo ka jarid iyadoo la sitcimaalayo alaabo iyo sawirro.

### Xisaabta fasalka Koowaad

- Xalli masalada ereyada iyadoo la isku darayo iyo laga jarayo lambarro ilaa 20
- Xalli masalada ku darid iyo ka jarid ee labmarro kala geddisan ee aan la aqoon ( $20-? = 15$ ,  $9+4=?$ )

### Xisaabt Fasalka labaad

- Xalli mid- iyo laba-tallaabo masalada ereyada iyadoo la isku darayo lambarro ama laga jarayo ilaa 100

### *Tusaalooyin ka mid ah dhibaatooyinka hadalka*

#### **Ku darid**

Saddex tufaax oo gaduud ah iyo saddex tufaax oo cagaar ah ayaa miiska fulaan. Immisa tufaax ayaa miiska fuula?

#### **Ka jarid**

Hooyowaxay heysaa toban tufaax. Iyada mid waxay siisey Mary Ann. Immisa tufaax ayaa haraya?



*Dugsiga barbaarinta caruurta cunugaaga wuxuu isticmaali doonaa sawirro kaal geddisan iyo noocyo si uuu u fahmo iyo inii xalliyo dhibaatooyinka ku darid iyo ka jarid..*

## Dugsiga Amerika ayaa ka shaqeynayaa si ay u siiyaan waxbarasho tayo leh oo ka badan sidii hore.

Habka aan wax u bareyney ardada ee la soo dhaafey si fudud iyaga ma loogu diyaarinin baahida sare ee kuliyaadda iyo khibradaha shaqo ee manta iyo mustaqbalka. Dugsigaaga iyo dugsiyada waddanka oo dhan waxey ku shaqeynayaan sidii loo horumarin lahaa waxbaridda iyo barashada si loo hubiyo in caruruta oo dhan iney ka qalin jebiyaan dugsi sare khibradaha iyaga u baahanyihiin iney guul ka gaaraan.

Xisaabnta, tan macnihiisu yahay saddex is-beddel oo waaweyn. Macalliminta waxey xoogga saari doonaan sdii waxbarashada loo kordhin lahaa ee xisaabta nuxurka iyo xirfadaha. Kani wuxuu siinayaan ardada time ay ku helaan xisaabta ugu daran iyo xirfadaha si hab habaysan sanadka oo dhan iyo hal fasal iyo fasalka kale. Waxaa sidoo kale wici macallimiinta si ay u isticmaalaan waxa ku dhexjira xisaabta adag iyo in ay xalliyaan dhibaatooyinka dunida dhabta ah si ay u dhiirrigeliyo xiiso weyn ee xisaabta.

## Wuxuu cunugaaga ka baran doonaan Dugsiga barbaarinta caruurta xisaabaha

Dugsiga Barbaarinta caruruta gudihisa wuxuu xoogga saari doonaa ugu horraantii laba meel oo muhim ah. Midda koowaad waa barashada lambarrada iyo lambarrada waxa ay ka dhigantahay. Midda labaad waa ku darid iyo ka jarid. Ardada waxay kaloo baran doonaan iney ogaadaan iyo ka shaqeynta calamooyinka. Dhaqdhaqaaqa meelahan waxaa ka mid ah:

- Tirinta immisa waxyaalo oo isku qolo ah iyo kala saaridda tirooyinka ee laba qolo ee alaabta
- Kala saaridda laba lambar in la ogaado keebaa ka weyn ama ka yar kiisa kale
- Fahamka ku daridda sida isku dubbaridka iyo kala goynta sida ka qaadidda
- Ku daridda iyo kala goynta lambarro yar-yar si dhaqso leh iyo si hagaagsan
- Lambarrada oo la kala goy-goynayo ka yar ama la mid ah 10 hal jid ka badan (tusaale ahaan,  $9=6+3$ ,  $9=5+4$ )
- Lambar kasta laga bilaabo 1 ilaa 9, raadinta inta maqan taasoo loo baahanyahay inuu gaaro
- Ka matalidda isku dar iyo kala jarid dhibaatooyinka hadalka iyadoo la isticmaalayo alaabta ama sameynta masawirro
- Xallinta ku daridda iyo kala jaridda dhibaatooyinka hadalka ee la xiriira lambarro ee lagu darayo ilaa 10 ama ka yar ama laga jarayo lambar 10 ama ka yar

## Wadaaga cunugaaga macallinmikkiisa

Haka baqin inaad la xiririto macallinka cunugaaga—adiga waxaad tahay qayb muhim ah waxbarashada cunugaaga. Weydii inaad aragtid nooc shaqada cunugaaga ama adiga keen nooc. Weydii macallinka su'aalo sida:



Haddii reerkaaga luqada ay ku hadlaan guriga aan Ingriisi aheyn, fadlan wac dugsiga si lagugu sameeyo ballan is diiwaan gelinta. Dugsiga wuxuu rabaa inuu hubiyo in helo karo turjumaan luqadaada ku hadla.

Markii aad is-diiwan geliso, weeydi dhacdada muhimka ah ee aad ka qaybgeli karto si aad u qaabishid waalidiinta kale iyo shaqaalaha, iyo cunugaaga in la aqoonsado si uu u ogaado degaanka cusub ee dugsiga.

### Codsiyada Da'da

Cunugaaga wuxuu xaq u leeyahay haddi isaga/iyada uu da'da yahay 5 jir ama inta la gaarin bisha Sebtembar 1 ee sanad dugsiyeedka.

### Dugsiga xaafadda

Si loo ogaado dugsiga xaafadaada fadlan fiiri [www.ddouglas.k12.or.us](http://www.ddouglas.k12.or.us), guji “Degmadeenna” ka dib “khariida xadka” ama wac teelefoon 503-256-6526.



La abuur ilmahaaga buug “Ku saabsan waa Aniga iyo Reerkeyga”. Isku dheji dhowr warqadood si u sameysmo bug.

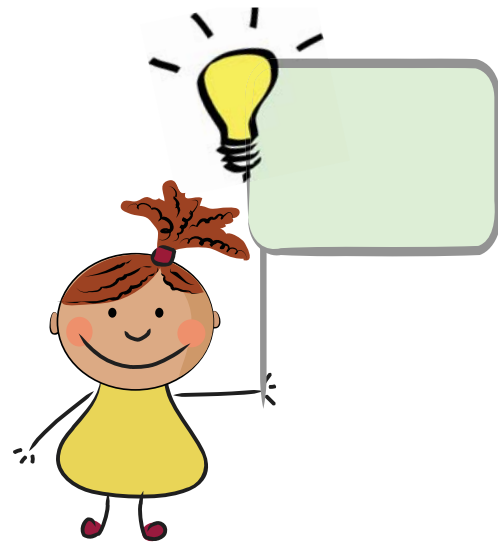
Ka qaybgal cunugaaga in lagu daro macluumaadka gaarka ah sida magaca hotre iyo kan dambe, waalidka iyo walaalaha magacyadooda, cunugga jinsigiisa, da', cinwaan, wuxuu jecelyahjay iyo wixii aan jecleyn. Cunugaaga wuxuu sameyn karaa dabool iyo midab ayuu u sameyn karaa buugga.



### Khibradaha Diyaarka ah ee Dugsia Barbaarinta caruurta

Cunugaaga yarka ah wuxuu bilaabayaa biimeyn cusub oo wanaagsan. Waa kan qaar k mid ah dhaqadhaqaaqyada ee aad ka heli doonto guriga si uu wax u soo saaro khibrado gaar ah iyo inuu isu diyaariyo cunugaaga dugsiga barbaarinta caruurta.

- Fadhiiso waqti 10-15 daqiiqadominute si u ugu qaybgalo hawl
- Raac 2 ilaa 3 part meelo
- Awood u lahaw inuu ciyaaro iyo inuu la shaqeeyo ardada kale
- Ha doorto buugagga, cuntada iyo dhaq-dhaqaaqa
- Aqoonso magagacooda qoran
- Tiri ilaa 10
- Aqoonso iyo magacow lambarrada ilaa 10
- Ogow midabkooda asalka ah – gudud, hurud, jaallo, cagaar, buluk, buluk-madow iyo madow
- Inuu awoodo inuu keeni fikrado, dareen iyo khibrado
- Ha ahaado qof u jeeda inuu barto waxyaalo cusub
- Inuu awoodo inuu keligii shaqeyn karo ama qolo dhexdooda
- Inuu awoodo inuu sameyn karo saaxiibtinnimo
- Inuu ogyahay magacyadooda hore iyo kan dambe
- Ogyahay waalidyadooda magacyadooda
- Inuu bilaabo inuu ogyahay telefoonadooda iyo cinwaannadooda
- Inay xiri karaan, galuuska iyo xiritaanka dharkooda
- Iney xiri karaan kabahooda
- Inuu awoodo inuu kala saari karo laba waalid
- Qalib rasaas inuu aabto iyo qori karaan magacyadooda



Jimicsi iyo isla wada tiriya! Bood 5 jeer. Bood 10 jeer. Ka bood 6 jeer. Sacbi 8 jeer. Soco 7 jeer.

### Khariidada jidka ee waalid TAAGEERIDDA cunugaaga DUGSIGA BARBAARINTA CARUURTA XISAABTA





## Caawinaadda cunuggaaga wax ku barto dugsiga dibaddiisa

1. U aqri cunuggaaga iyo inuu lahaado ama iyada hakuu aqriso maalin kasta ugu yaraan 15 daqiiqadood. Soo qaad erayo ee laga yaabo inuu ku cusub yahay ama ereyo uu leeyahay dhowr amd micno isku qasan. La muran ereyadaas iyo sidii isku darsami lahaa wixii qoraha uu dhahayo.

2. Weydii cunuggaaga inuu sheego mar labaad sheeko isaga ama iyada erayadeedu gaarka ah in la sheego wixii dhacay marka hore, marka labaad, amrka sadexaad, iyo wixii la mid ah.

3. Weydii cunugaaga inuu ka fekeri maxay ahayd farrinta sheekada ama maxaa isaga ama iyada ay ku baratey xagga macluumaadka buugga ama qoraal gaaban.

4. Fiiri fursadaha maalin kasta meelaha laga dhisi karo cunuggaaga ereyada la macneeyey.

5. Hubi in cunugaaga uu leeyahay kaarka libreeriga. Caruurta waa iney doortaan buugaagta ee iyaga ay ka helaan ee kordhiya aqrinta wanaaggiisa. Library badan waxay leeyiin klabka buugga iyo dhaqdhaqaaqa reerka ee ka dhigaya aqrinta wax wanaagsan ee reerka oo dhan.

6. Isticmaal teknoolojiyada ee caawiya inuu dhiso cunugaaga waxa uu u baahanyahay ee aqrinta. Waxa jira dhowrwebsite oo ardada ka aqrin karo buugaag ama wax qoran online-ka. Kombiutarka wxuu ka caawinaa xarfaha ee ardey uu aqrin karo keli ahaantiisa. Libreeriga wusuu heystaa ardad ay isticmaali karaan ay ka heli katraan meelahaas. Weydii qofka ka shaqeeya libreeriga ama macallin ra'yi ahaan.

## Meelaha kale wax laga helayo

Macluumaad dheeraad ah ee Xeerarka Gobolka Manhajka Mideysan ee Luqada Ingriisiga fanka iyo sugaanta, fiiri

<http://www.commoncoreworks.org/> or <http://www.corestandards.org/ELA-Literacy>

Macluumaad dheeraad ah ee caawinaadda cunugaaga inuu nqodo aqriye, fiiri

<http://www2.ed.gov/parents/academic/help/reader/index.html>



### Maalinta koowaad ee Dugsiga

Ardada waa iney ku yimaadaan waaqti  
Caruurta waa ineysan imaanin dugsiga aad u dhaqso. Fasalka oo aad loo sugayo wuxuu ka dhalan karaa xiisad iyo dhaawac.

Waalidiinta waa iney ka tagaan iyagoo faraxsan  
Dhaafiddooda waa dhib. Letting go may be hard, laakiin waalidiinta oo jiidasho leh waxaa laga yaabaa soo jiidashada cunugooda adduunkooda cusub. Shakiyada ama isku yacsanaanta ayaa laga yaabaa inuu cunugaaga xaamaasad geliyo.

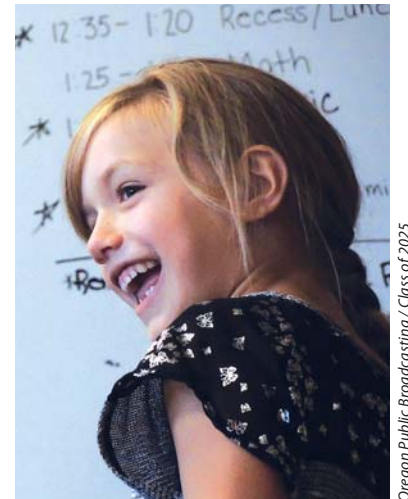
La dood wax cabsi ah waqti hore  
Waa caadi caruurta iney leeyihiin xoogaa cabsi ah xagg dugsiga.

Waalidiinta waa

- Isku kalsooni iyo jeceyl
- Inuu sii-hubiyo
- Ha yiraahdo nabadgelyo iyo qosol
- Ka jawaab su'aalo sida:
  - Saaxiib ma yeelanyaa?
  - Maxaa dhacaya haddii aan rabo inaan siticmaalo musqusha?
  - Macallinkeeyga ma I jeclaanaa?
  - Baskee raacayaa?
  - Sideen u aadaa guriga maalinta koowaad?

Haddii waalidiinta ay leeyihiin nasiib wanaag iyo iyagoo fiirinaya maalinta koowaad ee dugsiga caruurta guud ahaan isku mid ayey sameyn doonaa.

Waa fikrad wanaagsan in uu lahaado shixnad dhar lagu beddesho in aad boorsada cunuggaaga, haddii loo baahdo.



## **Su'aalo iyo Jawaabo la xiriira Dugsiga Barbaarinta Caruurta**

### **Maxaa dhacaya haddii cunugeyga uu dhashey bisha Sebtembar 1 ka hor laakiin dhiyar u yahay Dugsiga Barbaarinta Caruurta?**

Waa tusaalooyin naadir ah, ardey haddu noqdo shan bisha Sebtembar waxaa loo tixgelinaa gelitaanka hore ee dugsiga barbaarinta caruurta. Howsha socota ee imtixaanka gelitaanka hore wuxuu la xiriiraa maamulka imtixaanka awoodda maskaxeed. (Isku mid ah sida intixaanka kuwo diyaar uah dugsiga babaarinta caruurta.) Imtixaanka meelaha waxaa ka mid ah: mid afka ah, mid afka aheyn, iyo tarankiisa. Atdeyga waa inuu keenaa ama ka sarreysa boqolkiiba 80 si loo tixgeliyo gelitaanka hotre. Haddii cunugga la ogolaado gelitaanka dugsiga barbaarinta caruurta waxaa jirri doono bisha Oktoobar dib-u-hubin cunugga horumarkiisa.

Isku Duwaha Xariifnimada iyo Hibada waa inuu helaa lacagta imtixaanka (\$175) iyo arjiga ee gelitaanka hore ee dugsiga barbaarinta caruurta ka hor ama bisha Agosoto 3rd. Codsiga arjiga la xiriir Marika Zimmerly-Beck, at 503-256-6500 ex 4458.

### **Cunugeyga wuu leeyahay ama waa lahaan karaa waxbarasho gaar ah ama baahi jir ah. Sideen u helaa caawinaad?**

Kooxda Kal-Guurka Caruurnimada Hotre ee David Douglas waxey caawinaan sameynta hore u-socodka dugsiga barbaarinta caruurta iney u sahlanaando caruurta xaq u yeelatey guud ahaan adeegyada gaarka ah ee waxbarashada. Caawinaad ahaan, la xiriir Qaybta Adeegyada Ardada telefoon 503-261-8209.

### **Ardey dugsiga barbaarinta caruurta maka qaybgeli karaan Barnaamijka Xariifnimada iyo Hibada?**

Adeegyada TAG ee dugsiga barbaarinta caruurta waxaa laga siyaa fasalka shaqo kala duwan.

### **Aniga waxaan shaqeyaa ilaa 5:00 galabnimo. Ma jiraa barnaamij dugsiga-ka dib ee cunugeyga?**

Sidii loo heli kordhinta baahida daryeelka caruurta dugsiga ka dib, dhismayaasha koowaad wuxuu dhiibayaa Horyaalka Adeegga Daryeelka Caruurta. Daryeelka maha oo keliya adeegga. Barnaamij wuxuu ardada siinayaa ka caawinadda sameynta duruusta, ka caawinad waxbarashada, iyo dhaqdhaqaaq waxbarasho kale. Waxaa kaloo ka mid ah jimicsi, xirfad farsamo, iyo waqti cunto. Waalidiintta ayaa ka mas'uul ah iney kaxeeyan cunugga abaarihii 6 galabnimo. Kharaj macquul ah ee maalinta ayaa lagu dallacayaa. TBarnaamijka wuxuu shaqeynayaa maalmala dugsiga caruurtana waa la diiwann gelindoonaa waxeyna ku dhisan tahay sidii boos loo heli lahaa. Macluumaad dheeraad ah fiiri <http://www.discoverchampions.com/> ama wac telefoon 1-800-350-5034.

Daryeelka Caruurta waxaa kaloo laga heli karaa ardada dugsiga barbaarinta caruurta Xarunta Horumarka Cunugga ee David Douglas. Macluumaad dheeraad ah wac telefoon 503-261-8470.

### **Cunuggeyga ma qaadan karaa baska tegidda iyo imaatinka dugsiga?**

Caruurta dugsig Barbaarinta caruurta wey jecelyihiin raacidda baska. Bas wadayaasha David Douglas iyo dugsiyada wey wada shaqeyaan iney hubiyaan nabadgelyo, raacid faraxsan caruurta.

*Howlo Qoraal ah ee Dugsiga barbaarinta caruurta, waxaa ka mid ah sheeko gaaban ee sheegaya sheeko, la wadaag ra'yi ama macluumaad hadda la joogo. Waa kan tusaalooyin xoogaa ah ee sidii cunuggaaga u horumaro khibradda qoritaanka muhimka ee guud ahaan xeerarka fasalka.*

### **Qoritaanka Dugsiga barbaarinta caruurta**

- Isticmaalidda isku darka masawirka, yeerinta, iyo qoritaanka. Ardada waxay magacaabayaan waxa ku sabsan qoritaanka iyo waxay dhiibayaan xogaa macluumaad ah eek u saabsan mowduuca.

### **Qoritaanka Falsalka Koowaad**

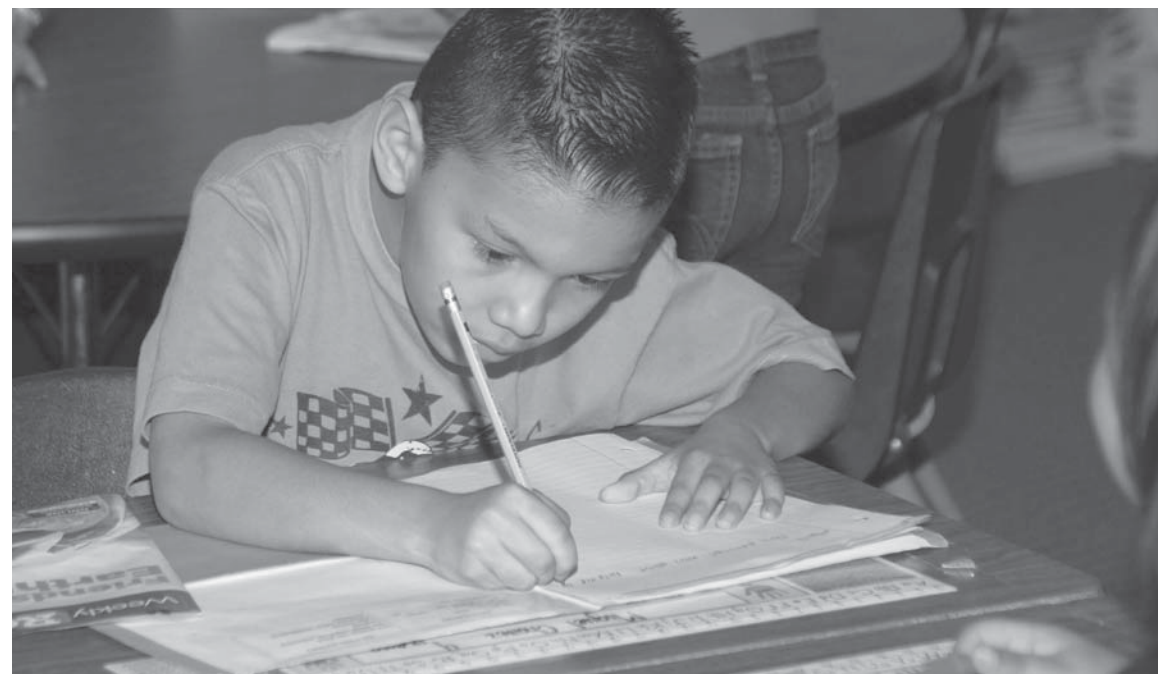
- Ardada waxay magacaabayaan mowduuc iyo siin xaqiiqda qaar ka mid ah oo kunsaaabsan mowduuca.
- Ardada waxay siinayaan xoogaa nuxur xiritaanka.

### **Qoritaanka fasalka Labaad**

- Ardada waxay soo bandhigayaan mowduuc iyo qeexidda si ay u horumariyaan dhibcood.
- Ardada waxay siinayaan war qoraal ah oo gabagabeyn ah ama qayb.

waxaa laga yaabaa in qaar ka mid ah tilmaamaha qoraal u muuqdaan kuwo isku mid ah sannad ilaa sannad. Si kastaba ha ahaatee dhaqanka ee fasal walba, ardayda ay sii wadaan inay wax ka bartaan iyo dhaqan gelinta xeerarka caadiga ah ku qoran Ingiriisi iyo in la xoojiyo oo loo ballaariyo ereyadooda u isticmaalka luqada, iyo fikradaha.

Wrong?



*Dgusiga Barbaarinta Caruruta, ardada waxay aqrin doonaan sheekooyin iyo gabayo. Waxaa dheeraad ah, waxay aqrin doonaan iney bartaan macluumaad ku saaban waxa ku saabsan taariikhda, addunyada, seyniska, iyo qaybo kale. Waakan xoogaa tusaalooyin sidii cunugaaga uu horumar uu sameyn doono khibrad aqrin muhim ah heerarka drajada dhammaan.*

## Aqrinta Suugaanta

### Aqrinta Dugsiga barbaarinta Caruurta

- Macallinka cawinadiisa, ardada waxay sheegi doonaan mar labaad sheekooyin, oo ka mid ah fahfaahinta muhimka ah.
- Macallinka caawinaaddiisa ardada waxay magacaabaya qofka buuga qorey iyo bandhigga sheeko iyo sheegidda mid kasta kaalintiisa ee sheekidda sheekada.

### Aqrinta fasalka Koowaad

- Ardada waxay sii sheegi doonaan sheekooyinka, oo ka mid ah fahfaahinta muhimka ah, iney tusaan iney fahmeen darsiga ama sheekada nuxurkeeda.
- Ardada waxay sheegayaan yaa sheegaya sheekada ee qaybaha ka mid ah qoraalka buugga.

### Aqrinta fasalka Labaad

- Ardada waxay sii sheegi doonaan sheekooyin iyo waxay go'aaminayaan farriintooda dhexe, dersi, ama anshaxa..
- Ardada waxey ogaanayaan ujeedaad kala geddisanaanta ee nuxurka ee aragtida calaamadda, oo ka mid ah ku hadalka cod kala duwan ee qof walba marka ay aqrinayaan wadhadfal cod dheer.

## AQRINTA WARBIXIN AHAAN

### Aqrinta Dgusiga barbaarinta caruurta

- Caawinaadda macallinka ardada waxey weydiinayaan iyo ka jawaabid su'aalaha ku saabsan fahfaahinta muhimka ee qoraalka buugga.
- Caawinaadda macallinka ardada waxay ogaanayaan qofkee, meesha, shey, ama fikrad ee masawir tusaya.

### Aqrinta fasalka Koowaad

- Ardada waxay weydiinayaan iyo ka jawaabaya su'aalo ku saabsan fahfaahinta muhimka ee qoraalka buugga.
- Ardada waxay siticmaalayaan sawirrada iyo tafasiisha qoraalka ah si ay u sharxaan fikradaha muhimka ah.

### Aqrinta fasalka labaad

- Ardada waxay weydiinayaan iyo ka jawaabaya su'aalo sida, kee, maxaa, xagee, goormee, sababta, iyo sida loo tusayo fahmidda fahfaahinta muhimka ah ee qoraalka buugga.
- Ardada waxay sharraxayaan side sawir gaar ah ama tusidda (sida smeynta shaqada mashiinka) ee waxtarka ah..

*Ardada waxay aqrin doonaan qoraalka buugga ee adag iyo waxyaalo kale sida ay u horumaran heerarka drajada.*



Jidadka baska waxaa loo aasaasey caruurta ka diiwaangeshan dugsiga. Loo ogolaanayo caruurta iney raacaan baska usbuuca ugu horeeya dugsiga wuxuu ka caawinayaa aasaaska bas raacidda joogto ah iyo jadwalka.

Caruurta waxaa la siin doonaa calaamad ay xirtaan. Waalidiinta waa iney arkaan in cunugga uu xiran yahay calaamadda maalin kasta. Waalidiinta waxaa lagu dhiirrigelinayaa iney la sadaan cunuggooda meesha baska is-taagayo iyo iney taagnaadaan meesha baska istaagayo iney la kulmaan cunuggooda. Waa siyaasadda degmada ee wadayaasha baska iney u celiyaan dugsiga barbaarinta caruruta ee aan la kulmin qof da' ah meesha baska istaagayo.

### Talo-siin Bas:

Fadlan hubi cunuggaaga inuu ogyahay markii baska la fuulo waa iney iyaga:

-Fariistaan

-Si aayar ay u hadlaan

-Iney wadaha baska ay ogaadaan

-Iney ku socdaan oo keliya baska hortiiisa, aan ku socon baska gadaashiisa.

Haddii ay wax iska beddelaan caadaad nidaamka cunugaaga dugsiga ka dib, cunugaaga oo booqanaya cunug kale gurigiisa ama tagayo cinwaanka kale ee ilaalinta daryeelka caruruta, dugsiga wuxuu u baahanyahay warqad qoran xagga waalidka/ilaaliyaha. Warqadda waa muhim waa nabadgelaya caruurta. Warqad la'aan, arday waa inuu raacaa jidkii caadiga aheyd.

### Goormee dugsiga bilaabanayaa iyo dhammaanayaa?

Dugsiyada hoose oo dhan wuxuu bilaabanaa saacadda 9 aroornimo aan ka aheyn Arbacada PLT oo bilaabana 10 aroornimo. Iridaha wuxuu furmayaa quraacda 8:20 iyo ardada waxey fasalka aadi karaan 8:45. Dugsiyada wuxuu fasaxaa 3:15.

### Sidee aniga u diiwaan geliyaa cuntada dugsiga?

Dhammaan Dugsiyada Hoose ee David Douglas waxey leeyihiin quraac bilaash ah ee ardada. Cunugaaga wuxuu ka keensan karaan guriga qado ama iibsna karaan qado. Macluumaad dheeraad ah Adeegyada Cuntada, oo ka mid ah bilaash iyo qiimaha cuntada la dhimayo iyo online-ka barnaamijka bixinta lacagta cuntada, fadlan fiiri <http://www.ddouglas.k12.or.us/departments/nutrition-services/>.



La hadal cunugaaga dareenkiisa xagga maalinta: faraxsanaan (markii hab la siiyo), farax la'aan (markii saxiibbada aan la ciyaarin). La hadal caruurta kale daroonkooda.



### **Macluamad Waalid**

#### **Dhaqdhaqaaqa Iskaa-wax-u-Qabso waa u furan yahay waaliddiinta**

Macallimiinta waxay dhiiri gelinayaan waliddiinta iney qayb ka qaataan dugsiga wax kasta u suurtoowdo. Fursadaha waxaa ka mid ah:

1. Waalid uu sameeyo iskaa wax-u-qabso fasalka dhexdiisa
2. Urur sii-kordhinta/PTA
3. Qolka waaliddiinta (Caawinaadda dhacdata gaarka ah ku diyaarin alaabo guriga)
4. Fadlan la xiriir macluumaad dheerad ah Isku-Duwaha Iskaa wax-u-qabsada ee dugsigaaga. Waxaad qiyasi kartaa macluumaad dheeri ah websaayitka Degmada adigoo aadaya “Bulsho” ka dibna “Nidaamyada Iskaa-wax-u-Qabsada”

### **Booqashada Dugsiga**

Waaliddiinta markasta waa lasoo dhoweeynaa. Waaliddiinta waa iney iska xaadriyaan xafiiska si ay u helaan calaamadda booqashada. Si ay caruurto u helaan waqti ay kula qabsadaan nololaha dugsiga cusub, waxaa markasta wanaagsan waaliddiinta iney sugaan muddo bil ah inta booqashadooda koowaad. Markii ay suurtoowdo, fadlan wac booqashada ka hor.

### **Ka tegidda dugsiga**

Haddii cunugga uu ka tago dugsiga goor hore ama qof la sii daayey aan diiwanngelinta foomka ku jirn, dugsiga wuxuu u baahanyahay qoraal ka timid xagga waalid/ilaaliye.

### **Sidee waaliddiinta ay ku caawini karaan waxbaarshada cunuggooda?**

- U aqri cunugaaga xabeen kasta ugu yaraan 15 daqiiqadood
- Ku dhirrigeli isticmaalidda maqas, qoritaanka alaabada, koollo, ciyaar cajiin iyo alaabo kale ee dugsiga
- U bandhig cunugga bulshada iyo waayo-aragnimo dhabta ah ee nololaha (sida: meelaha xayawaanka, museyada, libeeriga, meelaha lagu raaxeysto, cunto-karin, xeebta, webiyaha, konsheertada)
- Haka qaybgalo la hadalka cunug
- Sii dhaqdhaqaaq shaqo
- Ku dhirrigeli ciyaar firfircoon (kubadda dhulka lagu garaacayo, boodin, Ka boodin iyo fuulid)
- Ku dhirrigeli wax qaybsi
- Ku caawi cunugga ogaanshaha xarfaha, lambarrada, midabyada, iyo qaab u sameyn khibradaha maalin kasta

## *Cunugaaga wuxuu ku baran doono Dugsiga Barbaarinta Caruurta fanka luqada Ingriiiga iyo suugaanta*

- Magacaabidda iyo qoritaanka xarfaha midda kore iyo midda hoose
- Isku aadinta xarfaha ku dhawaaqidda iyo isticmaalidda habab kale si loo ogaado erayada la garaneynin markii aqrinayo iyo qorayo
- Aqoonsashada iyo siticmalidda erayada cusub
- Aqoonsashada erayada dhowaaqa leh
- Aqrinta erayada la ogyahay sida, adiga, iyada iyo keyga
- Weydiinta iyo ka jawaabidda su'aalaha waxa ku sabsan sheeko macallinka si kor ah u aqrinaya
- Aqoonsashada xarfaha, goobaha iyo dhacdooyinka waaweyn ee sheeko
- Garashada qofka, meel, shey, ama fikrad la tusayo sawirro
- Ka qaybgalka wadhadallada isagoo dhegeysanaya iyo inuu qayb ka qaato hadalka
- Icticmaalidda sawir isku jira, hadalka, iyo qoritaan si uu u sheego dhacdo, dhiibidda macluumaad waxa ku saabsan mowduuc, ama la wadaaga fikrad
- Ka qaybgalka aqrinta wadaaga ah, qoritaan, iyo mashaariic cilmi
- Dhiibasho ra'yi si cad, dareen, iyo fikrado

## *Wadaaga macallinka cunugaaga*

Ha ka baqin inaad la xiriirto cunugaaga macallinkiisa—adiga waxaad tahay qayb muhim ah cunugaaga waxbarashadiisa. Weydii si aad u aragto nooc ka mid ah cunugaaga shaqadiisa ama adiga keen nooc ka mid ah. Weydii macallinka su'aalo sida:

- Cunuggeyga ma baranayaa aqrin iyo qoritaan?
- Muxuu yahay cunuggeyga xoogiisa iyo daciifnimadiisa?
- Maxaan ku sameyn karaa guriga si aan u hubiyo in cunuggeyga uu guuleysanayo?



### Goormee inuu joogo cunuggeyga guriga?

Haddii ardada ay leeyihiin calaamooyinka cududrka, waa iney guri joogaan:

- Qandho 100 darajo
- Madax-xanuun daran
- Mantag
- Qunfac joogta ah
- Sanka diif ka socda
- Dheg xanuun
- Shuban
- Fradhin
- Il xanuun
- Cudurka la iska qaado
- Qaamaha oo barara
- Aad ayuu u xanuunsanyahay dibadda kuma ciyaari karo
- Dhuun xanuun



Oregon Public Broadcasting / Class of 2025

## *Dugsiyada Mareykanka ayaa ka shaqeynaya si ay u siisyaan waxbarasho ka tayo badan sidii hore.*

Habka aan wax u bareyney ardada ee la soo dhaafey si fudud iyaga ma loogu diyaarinin baahida sare ee kuliyadda iyo khibradaha shaqo ee manta iyo mustaqbalka. Dugsigaaga iyo dugsiyada waddanka oo dhan waxey ku shaqeynayaan sidii loo horumarin lahaa waxbaridda iyo barashada si loo hubiyo in caruruta oo dhan iney ka qalin jebiyaan dugsi sare khibradaha iyaga u baahanyihiin iney guul ka gaaraan.

Farshaxanka luqada ingriisiga, tan macnaheedu waa saddex is-beddel waaweyn. Ardada waxey sii-wadayaan aqrinta iyo qoritaanka. Laakiin in lagu daro sheekooyin iyo suugaan, waxey aqrin doonaan qoraalooyin siinaya dhabta iyo tacliin hoose meelaha uu ka mid yahay seyniska iyo cilmiga bulshada.

Waxey aqrin doonaan qoraallo adag oo la weydiinayo su'aalo dheeraad ah oo iyaga u baahan iney ku noqdaan waxa ay aqriyeen. Waxaa kaloo jiri doonaa xoog-saarid dhismaha erayada adag sidii ardada uu aqrin karo iyo fahmi karo waxyaalaha adag.

Haddii ardey uu u baahanyahay daawo inta maalinta dugsiga,, waxaa loo baahanyahay inu takhtar uu u qoro fasax (Foomamka dugsiga ayaa laga heli karaa). Dugsiga waa in loo sheegaa waxa la xiriira nooca daawada iyo la socdka maamulaha. Daawada waa in la keenaa dugsiga qasaha asalka ah waxaana lagu heynayaa xafiiska dugsiga.

Haddii cunugga aan dugsiga joogin, fadlan wac xafiiska. Haddii cunugga uu qabo cudurrada la is-dhaafsado, isaga/iyada waxay heli karaan sii deynta takhtarka intii aan dugsiga ku noqon.

Maalin kasta oo joogta ah oo caafimaad qaba waxey xaqiijin doontaa in ardadu ay diyaar u tahay awoodna in ay qaataan ay ku gelayaan hal maalin dugsiga.

Aaddii aad qabto su'aalo gaar ah ee la xiriira caafimaadka cunugaga, la xiriir takhtarka reerka ama kalkaaliyaha dugsiga.

### Maqnaansho

Marki cunugga uu ku noqdo dugsiga markii uu maqnaadey, waalidiinta waa iney diraan warqad qoraal ah iyagoo sharraxaya sababta maqnaanshaha. Sharciga Gobolka wuxuu codsanayaa waalidiinta ay diraan qoraal iyagoo ku caddeynaya sababta wuxuu u mawnaadey cunugga, daahid, la sii daayey goor hore ama wuxuu qaadayaa waddo kale uu ku aadayo guriga.



**Schools:**

**Cherry Park**

1930 SE 104th Ave  
Portland, Oregon 97216  
**503-256-6501**

**Earl Boyles**

10822 SE Bush St  
Portland, Oregon 97266  
**503-256-6554**

**Gilbert Heights**

12839 SE Holgate Blvd  
Portland, Oregon 97236  
**503-256-6502**

**Gilbert Park**

13132 SE Ramona St  
Portland, Oregon 97236  
**503-256-6531**

**Lincoln Park**

13200 SE Lincoln St  
Portland, Oregon 97233  
**503-256-6504**

**Menlo Park**

12900 NE Glisan St  
Portland, Oregon 97230  
**503-256-6506**

**Mill Park**

1900 SE 117th Ave  
Portland, Oregon 97216  
**503-256-6507**

**Ventura Park**

145 SE 117th Ave  
Portland, Oregon 97216  
**503-256-6508**

**West Powellhurst**

2921 SE 116th Ave  
Portland, Oregon 97266  
**503-256-6509**

Waalid

**Khariidada-jidka**

**FARSHAXANKA LUQADA INGRIISIGA**

**CAAWINTA CUNUGAAGA DUGSIGA BARBAARINTA CARUURTA**



Caawi cunuggaga inuu noqdo aqoon-yahan seyniska! Uruuri xoogaa dhagax ah. Sidee ay ku yihiin isku mid? Kala geddisan? Isku hagaaji midda weyn ilaa midda yar.

