KALLUUNKA

WASAARADDA WAXBARASHADA

XARUNTA WAXBARASHADA

DADKA WAAWEYN

TUSMADA BUUGGA

		Bogga
1.	Kalluunka	1
2.	Degaanka Kalluunka	2
3.	Dhismaha Jidhka Kalluunka	3
4.	Waxtarka kalluunka	4
5.	Waxyaalaha kale ee kalluunka laga helo	5
6.	Baahida loo qabo kalluunka	6
7.	Noocyada kalluunka ee badeenna laga kalluumeysto	7
8.	Soomaaliya iyo Heerka kalluumeysiga ..	9
9.	Qalabka wax lagu kalluumeysto	11
10.	Shabaagta wax lagu kalluumeysto	12
11.	Birta Jilaabashada	14
12.	Gaadiidka kalluumeysiga	15
13.	Habka looga kalluumeysto Xeebaheenna .	17
14.	Shabaagta dhidban	18
15.	shabakadaha daadsan ee sabbeeya iyo shabakada la jiido	20

KALLUUNKA

PJ
2534
.A2
K35
1975

WASAARADDA WAXBARASHADA

XARUNTA WAXBARASHADA
DADKA WAAWEYN

H O R DH A C

Buuggani kalluunka waxa loogu tala galay in uu kaalmeeyo dadka abaaraha ku tabaaloobey ee nooonaya beelo dan wadaag ah oo kalluumevsato ah.

Qoraha buugu wuxu isku deyey in uu aqoon guud ka siiyo dadkaas kalluumeysiga oo aan hore wax uga aqoon kalluumeysiga, waxtarka kalluunka, baahida loo qabo iyo sida loo kalluumeysto. Waxa kale oo baruhu isku in uu aqoonta buugga ku taala fududeeyo oo uu ka dhigo mid bilow ah waayo dadka loogu tala galay ma laha waayo arag ku saabsan degaanka badda iyo kalluumeysiga.

Iyada oo ay aqoonta ku taala buuggu ay inteeda badani ku cusub tahay ardeyda loogu tala galay, waxa baraha laga codsanayaa in uu isku dayo sidii uu si quman ugu gudbin lahaa aqoontaasi ardayda, isaga oo adeegsanaya waaya aragnimada dadkii hore u ahaan jireen kalluumeysatada ee uu gaadhi karo.

Buugga waxa qorey Ibraahim Xaaji Barre, waxaana gacan ka geystay Moxamed Jaamac. Waxa gaaraacay Cumar Axmed Barre iyo Rabiica Barre, waxa daabacay "Mr.Manfred Wehrmann " iyo Moxamed Cabdi, dhammaantooda waxay ka tirsan yihiin ^arunta Waxbarashada Dadka Waaweyn.

RSCH
AFC 4040

CASHARKA 1aad

Kalluunka

Kalluunku wuxu ka mid yahay xayawaanka biyaha ku nool. Kalluunku wuxu ku noolaan karaa biyaha macaan ee Webiyada iyo kuwa dhanaan ee Baddaba. Kalluunku wuxu hawada uu u baahan yahay ka helaa biyaha, wuxuuna ka neefsadaa jeex-jeexyo gadaal kaga yaalla madaxa oo la yiraahdo "waafyo".

Kalluunku wuxu ku kala duwan yahay xagga qaabka jidhka, iyo xajmiga (ama inta uu le'eg yahay). Qaar aad ayey u waaweyn yihiin sida libaax badeedka, qaarna aad ayey yar yar u yihiin sida noocyada dadku kalluumeysto. Kalluunku ma laha addimo, wuxuse leeyahay wax u eg baalal oo labana kaga taalo garbaha labana miskaha. Baalalkaas waxa loo yaqaannaa baal-biyoodyo, waxayna u dhigmaan addimo. Kalluunka guud ahaan waxa loo qeybin karaa laba nooc: 1. Nooc lafo leh (2) Nooc carjow leh.

Nooca lafaha lihi aad ayey u badan yihiin, waana nooca ugu badan ee dadku kallumeysto. Waxa ka mid ah deerag, bayaad, gaxash iwm. Nooca carjowda lihi aad ayuu uga yar yahay nooca kale waxana ka mid ah libaax badeedka. Labadan nooc ee kallaunka ahi waxay leeyihiin, laf dhabar.

LAYLI

1. Maxa ka mid ah astaamaha uu lee yahay kalluunku?
2. Guud ahaan imisa nooc ayaa kalluunka loo qaybshaa? Maxayna ku kala duwan yihiin?
3. Kalluunka halkee ayuu ku noolaan karaa? Waayo?
4. Kalluunka noocee ayaa inta badan la kalluumeystaa?

CASHARKA 2 aad

Degaanka Kalluunka

Kalluunku waxa uu quuto ee uu cunaa way kala duwan yihiin. Guud ahaan kalluunku wuxu cunaa caws badeed aad u yar yar ee ku yaal badda gunteeda, ama heehaabaya. Caws badeedku wuxu cunto u yahay oo ku nool xayawaanka badda ku jira oo dhan. Taasi waxay ku tusineysaa in sida nolosha xayawaanka berriga ku nooli ugu xidhan tahay dhirta ayaa xayawaanka ku nool baddana nooloshoodu ugu xidhan tahay caws badeedka.

Kalluunka badankiisu wuxu isugu tagaa badweynta ama gunta hoose ee aan ifka qorraxdu gaadhin. Qaarkoodna waxay jecel yihiin dusha sare ee qorraxda leh iyo xeebaha badaha. Kuwa ku nool xeebaha iyo badaha guudkooda ayaa la kalluumeysan karaa, waayo way ka dhib yar tahay.

Layli

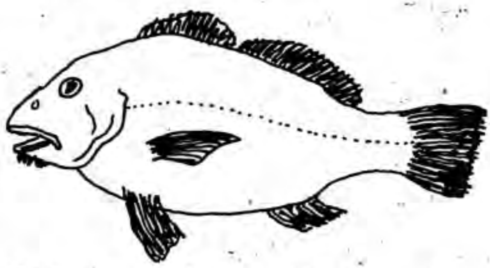
1. Kalluunka maxuu cunnaa?
2. Kalluunka badankiisu xagee buu jecel yahay in uu badda kaga noolaado?

CASHARKA 3 aad

DHISMAHA JIDHKA KALLUUNKA

Jidhka kalluunka oo dhan waxa dusha kaga dahaadhan qolof. Qoloftaasi waxay qaashaan u tahay jidhka, waxayna ka celisaa wixii dibedda kaga yimaadda sida weerarka xayawaanka kale ee ku nool badda. Sidii aynu casharradii hore ugu soo sheegnay kalluunku wuxu leeyahay baal biyoodyo kaga yaal garbaha iyo miskaha. Marka uu dabaalanayo ama uu cunto raadsanayo wuxu dhaqdhaqaajiyaa dabada iyo baal biyoodyada, si uu biyaha dib ugu seebiyo dibna ugu tuuro biyaha.

Kalluunku wuxu ku leeyahay meel madaxa ka yar dambeysa jeex-jeexyo loo yaqaano waafyo oo uu hawada ka qaato.



Qaybaha Jidhka Kalluunka

LAYLI

1. Maxay qabtaan baalbiyoodyada iyo waafyahu?
2. Sidee ayaa kalluunku u dabaashaa?

CASHARKA 4 aad
WAXTARKA KALLUUNKA

Kalluunku wuxuu ka mid yahay cuntooyinka kaydsan ee ku jira badda. Hase yeeshee kaydkaas cuntada ah waxa jirta in aynaan ka faa`iideysan. Kalluunku wuxuu ka mid yahay cuntooyinka ugu horeeya ee ay ku badan yihiin nafaqada jidhku u baahan yahay. Qofka kalluunka cunaa waxa jidhkiisu yeeshaa awood uu iskaga celin karo cudurrada soo weerara. Koritaanka iyo faya qabka jidhka ka dadku wuxu u baahan yahay nafaqooyin ku jira cuntooyinka. Hase ahaatee cuntooyinku wey kala waxtar roon yihiin, nafaqaduna wey ku kala badan tahay. Cuntaba cuntada ay ka nafaqo badan tahay uga waxtar roon jidhka. Kalluunka waxa ku jira nafaqooyinka jidhku u baahan yahay oo dhan, kuwaas oo jidhka qofku la'aantood aanu si habsami ah u shaqeyneyn.

Nafaqooyinka kalluunka laga helo waxa ka mid ah:

1. Bortiin= waa nafaqada jidhku ku koro waxana kale oo laga helaa caanaha iyo ukunta. Qofka nafaqadani ku yartahay si quman uma koro, cuduradana wuu u nugul yahay.
2. Macdan = Jidhka dadku si uu si habsami ah ugu shaqeeyo waxa lagama maarmaan u ah in cuntada qofku cunayo ay ku jiraan macdan kala duwan. Kalluunka waxa ku jira dhammaan macdan uu jidhku u baahan yahay.
3. Fiitamino= oo iyana ah waxyaalo ku jira cuntada jidhkuna la' aantood aanu shaqeyn karin.

LAYLI

1. Waa maxay faaiidooyinka kalluunku?
2. Sheeg nafaqooyinka laga helo kalluunka ?
3. Maxay u taraan jidhka nafaqooyinka soo socda:Brotiin, macdan iyo Fiitamiin. ?

CASHARKA 5aad
WAXYAALAHA KALE EE KALLUUNKA LAGA HELO

Cunto ahaan ka sokow kalluunka waxa kale oo laga helaa waxyaalo waxtar roon inoo leh. Marka la geliyo Warshadda neyb kas ta oo ka mid ah jidhka kalluunku waxay yeelataa waxtar gaar ah.

1. Saliid: Saliidda ka soo baxda hilibka kalluunka waxa lagu isticmaalaa waxyaalaha ay ka mid yihiin, samayska saabuunta, renjiyada la mariyo biraha iyo looxaanta, waxyaalaha wax lagu dufno, dheeha dusha laga mariyo wealka iyo biraha iyo megdinta harraaha.
2. Qolofta Kalluunka: Waxa laga sameeyaa qolofta kalluunka kuulo iyo waxyaalaha guryaha lagu qurxisto oo aad u qurux badan.
3. Lafaha, baal-biyoodyada iyo midhicirada: inta la ridqo lafaha baal-biyoodyada iyo mindhcirka kalluunka ayaa lagu daraa waxyaalo kale oo laga sameeyaa cunto xayawaanku cunno iyo waxyaalaha beeraha lagu bacrimiyo.
4. Isla sidoo kale ayaa madaxa kalluunka waxa laga sameeyaa cunto lagu quudiyo xayawaanka iyo waxyaalaha lagu bacrimiyo carrada. Waxyaalahaasi waxay nafaqo ku kordhiyaan carrada.

LAYLI 1. Maxa ka mid ah waxyaalaha kale laga helo kalluunka?

2! Sheeg waxyaalaha soo socda waxa laga sameeyo?

b- Qolofta kalluunka
t- baal biyoodyada
j- Maqaarka libaax baddeedka
kh-Madaxa kalluunka

CASHARKA 6 aad

BAAHIDA LOO QABO KALLUUNKA

Waayadan dambe waxa si dhaqso ah u kordhaya tirada dadka ku nool adduunyada. Taasi waxay keentay in ay sii korodho baahida cuntada loo qabaa. Dadyowga maanta ku kor nool adduunyada gaar ahaan Qaaradda Afrika iyo Eyshiya (dalalka soo koraya) kumanyaal dad ah ayaa macaluul u dhinta sannad kasta. Ayaan darro waxa ah dadyawgaas u dhimanaya macalluushu waxay leeyihiin badankoodu bado ay ka buuxaan kalluun iyo khyraad kale oo fara badani. Haddii aynu tusaale u qaadano dalkeenna waxa ina soo martay abaar dheer. Abaartaas dalkeena ku habsatay dhowaan ahaan, waxay madhisay xoolihii oo dadka 80% ay ku noolaayeen. Taasi waxay keentay in ay dawladda kacaanka ahi gargaarto kumanyaal dad ah.

Bal ka feker haddii dadkaasi aanay ku koobnaan lahaayeen xoolo keli ah, waxa hubaal ah haddii ay ahaan lahaayeen kalluumeysato in aanay dhibaatadaasi qaadheen. Ninka kalluumeysatada ahi kama werwero abaar

Waxaase kalluumeysigu u baahan yahay hawlkarnimo, ad-adeyg, xirfad qalab lagu la soo baxo. Adduunyada waxna fadhi laguma helo haddii aan loo tabcan oo loo dhididin sidii Soomaalidu hore u tidhi: " Fadhi iyo fuud yicibeed la isku waa".

LAYLI: 1. Wax ka sheeg baahida weyn ee loo qabo kalluunka?
2. Sidee ayey kula tahay in looga faaiideysan karo cuntadaas ku keydsan badda?
3. Dalalka baahida weyn u qaba ka faaiidaysiga khayraadka badda waa ku wee? Waayo?

CASHARKA 7aad

NOOCYADA KALLUUNKA EE BADAHEENA LAGA UGAADHSADO

Kalluunka ku jira badaheena ee la ugaadhsado waxa loo qeybshaa saddex nooc. 1- kallun shacaabi (Gomeed) 2. Kalluun Ciideed, 3-Libaax.

Kalluun shacaabiga hilibkiisu wuu madow yahay wuxuuna ku nool yahay badda gunteeda. Kalluun ciideedku wuxu isu raacaa koox koox hilibkiisuna wuu cad yahay. Inta badan noocani wuxu ku nool yahay xeebaha iyo inta ku dhow.

Libaax Badeedka:

Afar nooc ayaa xeebaheena laga ugaadhsadaa oo kala ah: Nibraaniga, Seef leh, cawar iyo daaqi.

1. Nibraanigu waa halis wuxuuna laayaa dadka. Hilibkiisu dhakhso ayuu u madoobaadaa.
2. Seeflaha hilibkiisa iyo subagiisu wey wanaagsan yihiin aad ayaana loo ugaadhsadaa. Riishkiisana waa la qaataa.
3. Cawr sida seeflaha ayaa hilibkiisa la jecel yahay.
4. Daaqi wuu ka yar yahay kuwa kale hilibkiisana aad ayaa loo jecel yahay. Noocan weeve ka laga dabto xeebaheena.

Kalluun ciideedka:

Sidii aynu hore ugu soo sheegney wuu hilib cad yahay wuuna barruur badan yahay. Wuxu joogaa biyaha hore wuxuuna isu raacaa raxan raxan, Noocan weeye ka la qasaceeyaa waxana ka mid ah tabadinta, saynuubta, shirwada, faraska iwm.

Kalluun Shacabiga:

Kalluunkani wuu ka barrur yar yahay, hilibkeedu wuu cad yahay kan ka'e hilibkiisuna wuu madaw yahay. Waxa ka mid ah taraaqada, gaxash, qardabada iyo Halowda. Wuxu isna isu raacaa raxan raxan aad u ballaadhan wuxuuna cunaa kalluunka caydiqa ah (miqweer).

LAYLI:1. Intee nooc oo kalluunka ka mid ah ayaa xeebaheena laga kalluumeystaa?

2. Maxay ku kala duwan yihiin kalluun ciideedka iyo kalluun gomeedku?

3. Imisa nooc ayaa loo qeybshaa libaax baddeedka?

4. Wax ka sheeg faaiidooyinka noocyada libaax baddeedka?

CASHARKA Baad
SOOMAALIYA IYO HEERKA KALLUUNKA

Dalkeenu wuxu leeyahay xeeb dhererkeedu dhan yahay 3 kun oo -mayl. Markii rag culimo ahi ay sahimiyeen waxay sheegeen in noocyo badan oo kalluun ahi ka buuxaan baddeena. Kalluunku wuxu ka mid yahay waxyaalaha dalkeena ka qaniga yahay. Waxase ayaan darro ah cidina kama faaiideysato dadkiina gaajo ayey uga dhimanayaan. Waa maxay ayaan darrida ka xun, qof bad ag deggen oo aan cuntadiisa kala soo bixi kareyn ee ka qatan? Tan iyo muddo aad u fog dadka Soomaaliyeed ee xeebaha deggani way kalluumeysan jireen. Hase yeeshee tiradoodu aad ayey u yareyd, wax dhiirri gelin ahna ma ay heli jirin.
Sidaas darteed kalluunka cuniddiisu waxay ku koobnayd dadka xeebaha deggan oo qudh ah. Taasi waxay keentay in soo saaristoodu ay aad u yaraato, waayo kama iib gelayo, isla markaasna ma ay aqoon si ay u kaydshaan kalluunka si aanu u xumaan ee uu u raago, una gaadho meelo ka fog xeebaha. Intii ka dambeysay markii ay gumeystayaashu soo galeen dalkeenana wax isbedel ah oo weyni ma dhicin. Waxase jirey dad yar oo iskood u sameystay wershedo yar yar oo ku yaal yaabo.
Wershadahaas yar yari ma ay noqon kuwo wax ka tarey dhaqaalha dalka, waayo soo saaristooda ayaa yareyd, dadkuna ma ay baran cunista kalluunka.
Isla sidoo kale ayaan dawladihii musuqmaasaga ahaa ee u talin jirey dadka muddadii sagaalka sanno ahayd, wax xil ah iskama aaney saarin kor u qaadidda heerka kalluumeysiga.
Dawladda kacaanku markii ay dhalatay fiiro gaar ah ayey siisay sidii khayraadka badda looga faaiideysan lahaa. Waxa la sameeyey Wasaarad inay kor u qaado dadka kalluumeysatada ah iyo in ay abaabusho iskaashatooyin kalluumeysato ah iyo iney wixii qalab iyo farsamo ah ka taageerto dadka kalluumeysatada ah . Kaddib markii dad fara badani ay ku caydhoobeen abaartii ka dhacday dalkeenna, waxa dawladda kacaanka ahi goosatey in ay dad tiradoodu gaadheyso (70.000) toddobaatan kun oo qof

xeebaha dejiso. Taasi waxay sii caddeyneysaa xilka weyn ee ay dawladdu iska saareyso kalluumeysiga.
Hubaal waxa ah in dalkeenu uu iskaga filan doono xagga cuntada dhowaan, siiba kalluunka oo ah cunto ay nafaqo ka buuxdo.

LAYLI:

1. Maxay yihiin dhibaatooyinka hor taagan kalluumeysatada Soomaaliyeed?
2. Sidee ayey kula tahay in dhibaatooyinkaas wax looga qaban karo?
3. Dawladda Kacaanka ahi sidee ayey wax uga qabatey kalluumeysatada Soomaaliyeed?

CASHARKA 9 aad

QALABKA KALLUUMEYSIGA

Kalluumeysigu waa habka ama sida kalluunka loogala soo baxo badda iyada oo la isticmaalayo qalab u qaar ah. Qalabka ugu fudud ee lagu kalluumeystaa wuxu ka kooban yahay ul var, xadhig jilib iyo lacaaf. Kalluumeysiga noocan ahi ma aha mid waxtar yeelan kara, waayo markiiba waxay kuu qaban kartaa hal kalluun ah oo keli ah wuxuuna u baahan yahay dul qaad badan. Dadka badankiisu kalluumeysiga noocaas ah waxay ka dhigtaan waqti lumis iyo ciyaar.

Marka la doonayo in kalluun badan la jilaabto waxa la isticmaalaa qalab fara badan oo ay ka mid yihiin shabag, biraha jilaabashada ama jilib iyo huuri, saxeemad ama beden.

LAYLI:

1) Qalabka lagu kalluumeystaa intee ayuu ka kooban yahay?

CASHARKA 10 aad
SHABAAGTA WAX LAGU KALLUUMEYSTO

Shabaagta lagu jilaabto kalluunku waxa ay u qeybsamaan dhowr nooc oo ku xidhan habba nooca kalluunka ah ee la doonayo in lagu jilaabto.

SH A B A A G T A

1. Il-yar ama liikh waa shabaqkad daloolladeedu aad u yar yihiin waxana badanaa lagu jillaabtaa kalluunka yar yar ee caydiga ah. Miqweer. Marka kalluunka yar yari uu madaxa la galo daloollada, ayaanu mar labaad dib ula soo bixi karin; waayo waxa ga sanaaya waayaha. Kalluunka waaweyni isagu markiisa horeba ma geli karo daloollada shabaagta. Kaluunkaas yar yar waxa lagu dhigtaa cul af oo ah wax cad oo lagu la sudho jilibka.

2. Il-weyn ama il-dheer, shabaagta noocan ahi waxay leedahay daloollo ka waaweyn kuwii hore, waxana lagu jillaabtaa kalluunka waaweyn.
Shabaagta noocan ahi aad ayey u adag tahay si aanay u go'in marka kalluunku is dhuf-dhufto ee uu doonayo in uu ka baxo dabinka uu galay. Shabaagta noocaas ah waa kuwa lagaga kalluumeysto meelaha ka fog xeebta.
Shabaagta badanaa waxay ka sameysan tahay wax adag tahay oo aan si fudud u goi karin. Badanaa waxay ka sameysan yihiin balaastiig ama naylon.
Waxaa kale oo jira dhowr shey oo kale oo aan la isticmaali karin shabaagta la'aantood, waxayna kala yihiin:

1. Boroosin: oo ah kan shabaagta hoos u haya. Haddii kale shabaagtu kor ayey heehaabeysaa.
2. Karraab: oo shabaagta kor u haya oo ka ilaaliya in ay anay degin. Waxa jirta in kalluunku aanu inta badan joogin biyaha korkooda ee uu badhtanka dhex dabaalanayo.

Si hadaba ay shabaagtu ugu beeqanto meel badhtanka ah ayaa waxa laqu xidhaa baroosin hoos u dejiya, dushana waxa lagaga xidhaa karraab kor u haya si ay meel badhtanka ah ugu beeqanto.

3. Kaawiyad: Waxa weeye wax inta badan midab leh oo laqu xidho shabaagta labadeeda geftin, si loogu aqoonsado meesha ay shabaagtu taallo. Kaawiyadu laba waxtar ayey leedahay. (1) Qofka dabatada ahi marka uu shabaagta dhigo, ma dul joogi karo uu kalluun u qelayo. Kaawiyadu waa u amaarad uu ku qarto meeshii uu shabaagta dhiqey. (2) Waa astaan ay doonyaha iyo huuriyada bada marayaa ay kaqa leexdaan.

LAYLI:

1. Sheeg nooyada biraha jilaabashada?
2. Waa maxay lacaaf?
3. Maxaa looh kala duway qaabka biraha jilaanashada?
4. Sidee ayaa loogu kalluumeystaa jilibka?

CASHARKA 11 aad

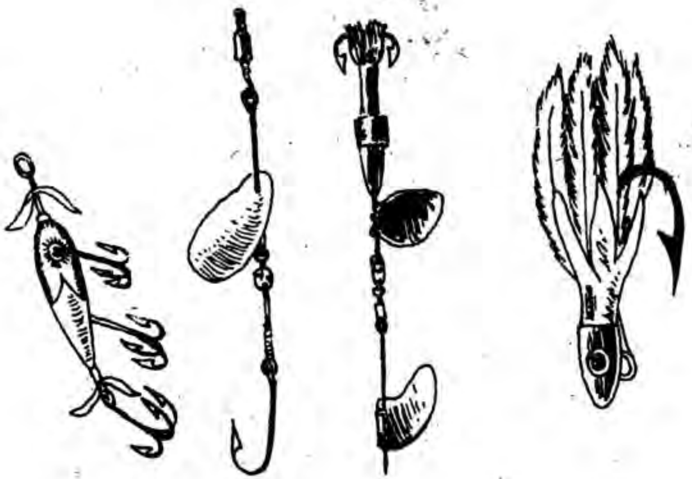
BIRAHA JILLAABASHADA

Biraha jillaabashadu waxay u qeybsamaan dhowr nooc oo kala jaad ah: 1- Damrad 2. Jilib 3. Kullaab oo ah jilib weyn. Sidii aynu casharradeenii hore ugu soo sheegney qaabka kalluunku aad ayuu u kala duwan yahay. Taasi waxay kala mid yihiin xoolaha, waayo lo'da iyo riyuhu ama qeelu isku si uma qoostaan qeedaha. Sidaas darteed waa in ay kala duwanaadaan jilibka lagu dabanayaa. Jilibadu waxay ka siman yihiin oo ay lee yihiin biro dhuudhuuban oo soo qrolaaban oo la sudho lacaafta lagu dabayo kalluunka. Marka jilibka oo ay sudhan yihiin lacaafo badani lagu rido badda ayaa kalluunku ku soo ururaa si uu u cunno wasladahaas hilbka ah. Marka uu kalluunku is yidhaahdo cun hilibka ayaa biraha jilibka mudaan oo qabsadaan. Marka kalluunku dabmo jilibka waxa qofka kalluumeysanayaa ku qaranayaa waxa dhaqdhaqaaqa idaadda oo ah cadhiga ku xidhan jilibka. Markaas ayaa idaadda la soo jiidaa si jilibka iyo kalluunkii ku dabmeyba ey kor ugu soo baxaan.

Lacaaf: Waa waslad yar oo hilib ah oo la sudho jilibka si uu ka kalluunku u cuno ka dibna uu u qabsado jilibku.

Layli

1. Sheeg noocyada biraha jilaabashada.
2. Waa maxay lafaaf?
3. Maxaa loo kala duway qaabka biraha jilaabashada?
4. Sidee ayaa loogu kalluumeystaa jilibka?



CASHARKA 12°aad
GAADIIDKA KALLUUMEYSIGA

Marka heerka kalluumeysigu uu kor u kaco ee la rabo in la kor dhiyo heerka wax soo saaridda, waxa loo baahan yahay gaadiid lagu gaadho meel ka durugsan xeebta. Sidii aynu horeba wax uc soo taabanay, kalluunka badidiisu wuxu isugu tagaa badweynta, waayo wey ka dugsoon tahay, mowjadduna wey ka yar tahay oo we xasilloon tahay. Sidaas darteed waxa jilaabasho tagaa meel ka durugsan xeebaha.

Gaadiidka lagu kalluumeystaa wuu badan yahay, hase yeeshee afar nooc ayaa lagaga isticmaalaa dalkeenna, waxayna kala yihiin:

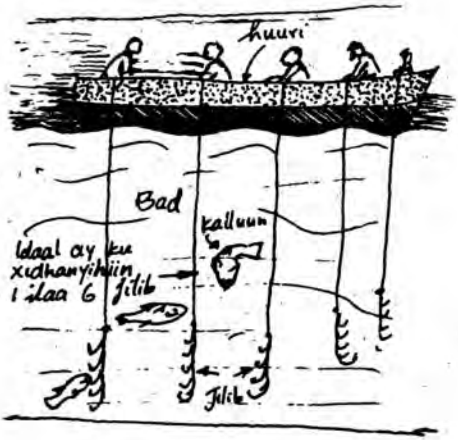
1. Huri 2. Beden 3. Saxiimad iyo 4. Laash.

Laashashka iyo saxiimaduhu waxay leeyihiin matoorro waxana la gu isticmaalaa xeebaha laasqorey ee ay ku taallo Wershadda Kalluunku. Labada nooc ee kale waxa lagu isticmaalaa xeebta inteeda kale. Huurigu waa kan ugu yar, bedenkuna wuu ugu weyn yahay.

LAYLI:

1. Intee ayuu u qaybsamaa qaadiidka lagu kalluumeystaa?
2. Maxay ku kala duwan yihiin huuri iyo saxiimadi?
3. Meelahee ayaa lagaga kalluumeystaa qaadiidka aan kor ku soo sheegney?

Sawir



CASHARKA 13aad

HABABKA LOOGA KALLUUMEYSTO XEEBAHA

Xeebaheenna dhowr hab oo kala duwan ayaa looga kalluumeystaa. Nooc ka mid ah hore aynu wax uga soo sheegney. Habkaasi waa kan jilibka lagu xidho xadhig dabadeedna la raaco huuri ama la isla taago meel garbo ah, ka dibna lagu tuuro badda si jilibku uu kalluun u soo qabsado.

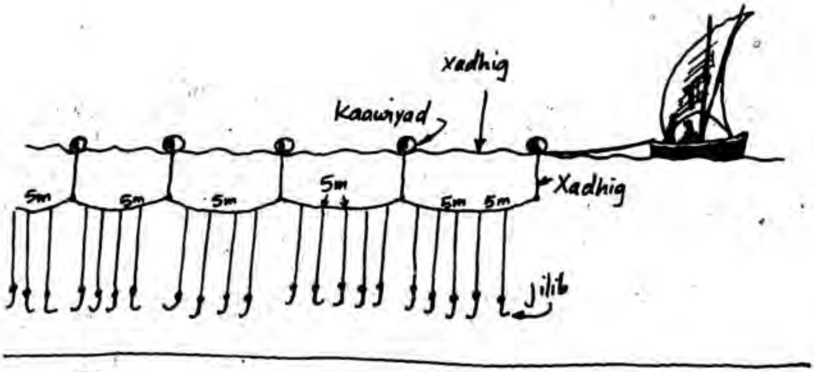
Waxaa jira hab kale oo la isticmaalo ilaa lix jilib oo midkii kastaba leeyahay shan af oo mid walba la sudhi karo lacaaf. Habkani wuxu kaga duwan yahay kan hore, huurri keli ah ayaa lix qof ku kaluumeysan kartaa, isla markaana jilibkii kastiba wuxu kuu qaban karaa dhowr xabbo oo kalluun ah, Noocani waxa lagu isticmaalaa xeebaha waqooyi iyo kuwa bari ee dalkeenna.

Waxa kale oo jira hab badanaaba lagu isticmaalaa badweynta. Qalabka lagu isticmaalaa wuxu ka kooban yahay xadhig ay ku taxan yihiin dhowr kaawiyadood oo muujinaya dhereka shabagta. Kaawiyadii kasta waxa ka lusha xadhig oo hoos uga deldelan. Xadhkahaas afkooda hoose ee ku jira biyaha waxa isu hayaha xadhig dheer oo ay ka lushaan jilbo fara badani. Xadhigga sare ee biyaha korkoodu wuxu ku xidhan yahay huuri ama saxiimad, si loo jiido marka kalluun kuu qalo jilibka. Habkan isagana waxa lagu isticmaalaa xeebaha waqooyi iyo kuwa bariga.

LAYLI:

1. Imisa hab ayaa looga kalluumeystaa xeebaheena?
2. Maxay ku kala duwan yihiin habka labaad iyo kan saddexaad?
3. Sheeg haddii aad taqaan hababka kale oo la isticmaaloo oo casharkan ku qorneyn?

4. Marka shabaagta la isticmaalayo waa maxay qababka kale ee loo baahan karaa?



CASHARKA 14aad
SHABAAGTA DHIDBAN

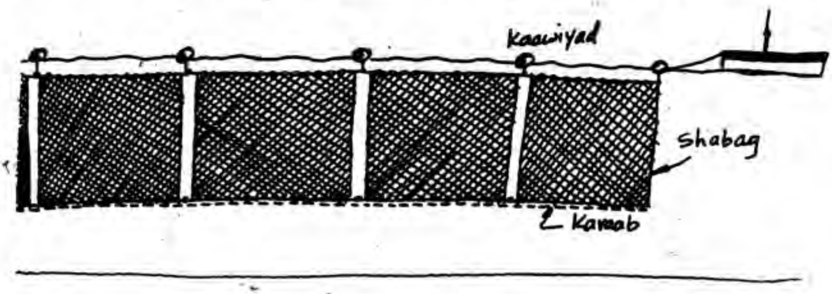
Shabaagta dhidban dhererkeedu waxa uu gaadhaya dhow mitir. Shabaagta noocan ah sida loo doonaayo in loo isticmaalo waxay hadba ku xidhan tahay sida kalluunka loo dabayo. Marka la rabo in waafyaha laga dabo shabaagta ayaa oudub loo na deldelaa marinka kalluunka, inkasta oo kalluunku raaco socodka biyaha, intiisa badani mowjadaha ayuu la socdaa. Sidaas awgeed marka uu ku soo beegmo shabaag wuu ku dabmaa wuxuuna la galaa waafyaha.
Shabaagta waa in had iyo jeer la maydhaa lana ilaaliyaa nadiifadooda, isla markiina laga guraa wixii kalluun ku dabmay si aanu u xumaan.

Shabaakadaha daadsan:

Shabakadahani waxay u egyihiin kuwii hore, waxayse kaga duwan yihiin meel ayaanay ku dhidbanayn. Shabakadaha noocan ahi waxay leeyihiin kaawiyada ku xidhan oo ka ilaaliya iney deqaan iyo karaab hoos u haya shabaagta si ay hoos uqu kala baxdo kuna

beeganto meel biyaha badhtankooda ah. Marka la gaadho meesha la doonayey in laga dabto ayaa la daadshaa shabaagta. Si haddaba mawjadu aanay u qaadin waxa loo tuuraa baroosin ku celiya meeshooda.
Marka shabaagta uu kalluun kuu qalo laba siyaalood ayaa loola soo baxa loona baadhaa. Mar shbakada oo dhan inta la soo saaro ayaa laga guraa wixii kalluun qaley, dabadeedna dib ayaa loogu ceshaa badda. Marka kale marba qaar ayaa laga soo saaraa badda, ka dibna inta laga guro wixii kalluun qalay ayaa dib loogu ceshaa badda.

Shabakadaha daadsan ee sabbeeya iyo shabakadaha la jii.



LAYLI: 1. Intee nooc ayaa shabaagta loo adeegsadaa?
2. Maxay ka kala duwan yihiin shabaagta daadsan iyo tan dhidbani?
3. Sidee ayaa badda looga so saaraa shabakada daadsan?

CASHARKA 15aad

SHABAKADAHA DAADSAN EE SABBEEYA IYO SHABAKADAHA LA JIIDO:

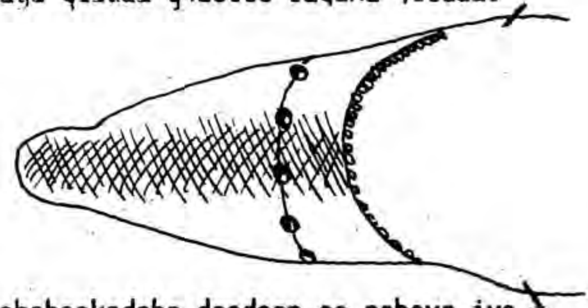
Shabakadahan heer kasta oo badda ah ayaa lagaga kallumeysan karaa siiba badda qunteeda. Marka biyaha laga kalluumeysanaayo shabaakadaha waxa laga lulaa xarig biyaha dul maraya. Xadhigaa waxa ka laadlaada xadhko ay ka lushaan kaawiyado.

Mararka qaarkood shabakadaha sabbeeya waxa lagu xidhiidhiyaa qaadiidka lagu kalluumeysto. Maayadda iyo mawjadda badda ayaana ka fogeeya qaadiidka uu ku xidhan yahay. Shabaagtan la jiidomarka la isticmaalayo dhowr ayaa la isku taxaa waxaana badanaa lagu jilaabtaa kalluunka uu ka mid yahay tabadiinka. Waxa jira dhowr hab oo lagaga kalluumeysto badda qunteeda. Kan hore inta shabaagta lagu qaado qaadiid ayaa marka la joogo meeshii lala rabay la tuuraa, shabaakadu marka ay badda ku dhacdo kaddib xadhko kaga xidhan labada geftin ayaa la soo jiidaa oo xeebta rag u soo dhigaa. Waxa jira hab kale oo halka rag ka soo jiidayo shabaagta waxa jiida qaadiid. Marka qaadiidka la isticmaalayo wax isbeddel ah oo weyni ma jiro ee inta shabaagta la geeyo meeshii kalluunka loo filayey ayaa laga daadshaa. Marka shabaagta la soo jiidayo waxa isku durka labadeeda geftin. Dabadeedna wixii kalluun ku soo hagaaga inta u dhexeysa laba baallood wuu dabmaa. Xeeladan waxtarkeeda waxa ka mid ah dhakhsaha loo soo saarayo kalluunka oo saylada loo keenayo. Taasi waxay suurta gelisaa in kalluunka oo daray ah loo helo.

Habka ugu cusub ee isbedelka weyn ka dhaliya kalluumeysiga ayaa haatan lagaga isticmaalaa xeebaha Laasqoray ee ay Warshad-

du ku taallo. Habkani waxa la adeegsada shabakad kiish ah oo afkeeda ay xidhayaan furayaanna irrido. Inta shabakada laqu qaado qaadiid ayaa la qeeyaa meesha laga kalluumeysanayo. Marka ay shabaagtu gaadho badda qunteeda qaarto ayaa laqu jiidaa gaadiidka. Inta la jiidayo wixii kalluun ah ee ay ku soo beeganto shabaagtu wuu dabmaa. Marka ay shabaagtu buuxsanto ayaa iridahu xidhmaan dabadeedna waa la soo saaraa.

Waxa isna jira hab kaa la mid ah wuxuse kaqa duwan yahay kan hore waxa laqaqa kalluumeysan karaa heerar kala duwan halka kan hore laqaqa kalluumeysan karo badda qunteeda. Habkan dambe isla sidee kale ayaa shabaagta laqu qaadaa qaadiid laquna jiidaa.



LAYLI:1. Maxay kale yihiin shabaakadaha daadsan ee saboya iyo kuwa la jiidaa?

2. Sidee ayaa loo isticmaalaa shabaagta daadsan ee sabeyaa?

3. Wax ka sheeg hababka cusub ee laqaqa kalluumeysan karo badda qunteeda?

CASHARKA 16aad
DHAWRISTA KALLUUNKA:-

Sida cuntooyinka kale ayaa kalluunku u baahan yahay dhawris iyo in la ilaasho nadaafaddiisa. Waayo dhakhso ayuu u fadaroobaa waxana ka dhasha cudurro. Inta badan wuxu kalluunku fadaroobaa marka laga soo rogayo huuriga ee la keenayo xeebta. Marka la keenno xeebta ama dekedda waa in laga ilaashaa kulka lagana qariyaa cadceedda. Isla sidoo kale ayaa loo baahan yahay in la daryeelo oo laga ilaasho jiirka, shimbiraha badda, xoolaha, bisadaha iyo wixii kale ee fadareyn kara kalluunka inta uu yaallo xeebta ama suuqa laga gato. Haddii kalluunku fadaroobo waxa ka fidi kara cudurro aad u halis ah oo saameyn kara bulshada.

Daryeelāk kalluunka waxa kale oo ka mid ah:

1. In Kalluunka shabaagta hore looga saaro waayo wuu xumaadaa haddii uu ku raago.
2. Doonyaha iyo qalabka loo kalluumaysto waa in had iyo jeer la nadiifiyaa, si joogto ahna loo dhaqaa
3. Uur-ku-jirta iyo waafyaha oo markaaba laga qooyo waayo waxa meelaha ay bakteeriyadu dhakhso ugu dhalato.

LAYLI: 1. Sheeg siyaalaha kala duwan ee loo dhawro kalluunka?
2. Maxaa ka mid ah siyaalaha uu fadayoobo kalluunku?
3. Maxaa madaxa iyo uur ku jirta looga gooyaa kalluunka?

CASHARKA 17 aad
KAYDINTA KALLUUNKA

Qalajin iyo milixayn

Kalluunka marka laga soo saaro badda ayaa inta uur ku jirka laga saaraa, madaxa iyo baalfyahana laga gooyaa. Dabadeed inta la saafo ayaa lagu dadshaa milix.
100kii kiiloograam ee hilib kalluun ahba waxa lagu daadshaa 40 kiiloograam oo cusbo ah. Marka la milixeeyo kadib ayaa la huurshee ilaa malin.
Inta dabadeed la soo saaro ayaa lagu maydhaa biyo macaan, waxaana lagu wadhaa meel qorax leh, si uu u engago.
Badanaa sidan waxa lagu isticmaalaa libaax badeedka waxana aad looga yaqaanaa xeebaha gobolka Boosaaso.
Wixii ay soo saaraana waxay u diraan debedda gaar ahaan Afrikada bari, Sayr iyo dalalka carrabta.
Kalluunka la yiraahdo taraaqada sida loo engejaa way ka duwan tahay tan libaax badeedka iyo kalluunka kale.
Hilibka taraaqada looma dhigo qoraxda waayo uma adkeysto milix-dana waa lagu yareeyaa waayo hilibkiisa ayaa jilicsan.

Xaniidis

Isla sidoo kale ayaa kalluunka marka la soo qabto ayaa laga saaraa uur-ku jirta madaxana laga gooyaa. Inta markaa waslad waslad loo jaro ayaa lagu qura moofo. Marka uu bislaado ayaa laga soo saaraa, lafaha iyo dubka saaran laga saaraa. Inta oogada laga marsho milix tuman ayaa meel lagu wadhaa si uu u engego.

Qaboojin

Kalluunka waxa kale oo lagaga ilaalin karaa in uu fadaroobo, had dii baraf lagu dhex rido. Habkani wuu ka qarash badan yahay kuwi hore. Qabooga faraha badani wuxu dilaa waxyaalaha yar yar ee qudhmiya hilibka.

Qasacayn

Habka waxa isticmaala warsahdaha oo ku qura hilibka qasacado, dabadeedna ku dahoola.

Kalluunka noocyo qaar ah ayaa lagu guri karaa gasacadaha. Kalluunka hilibka cad ee duxduna ka yar tahay uumiga lagu bisleeyn ayo uma adkeysan karo, waayo xilibkiisa ayaa burbura. Waxa ka mid ah taraaqado iyo tababadinka.

LAYLI: 1. Maa maxay faaiidooyinka ay leedahay kaydinta kalluunku?
2. Waa maxay xaniidistu?
3. Kalluunka noocee ayaa lagu guri karaa gasacado?
4. Sidee ayaa qaboojintu ugu ilaalin kartaa kalluunka in uu fadaroobo?

CASHARKA 18aad

GANACSIGA KALLUUNKA

Kalluunku cunto ahaan ka sokow waa wax kor u qaadi kara dhaqaalaha qofka kalluumeysatada ah. Qofka aadamiga ahi laba ujeeddo ayaa ugu weyn waxa uu wax tabcado oo kala ah in uu ku noolaado iyo in uu ka tabcado raasamaal uu ku daryeelo naftiisa marka uu qaboobo iyo carruurtiisaba. Kalluumeysigu waa xirfad ama shaqo wanaagsan ee qofku ku daryeeli karo danahiisa. Taasi waxa u sabab ah waxa uu tabcado ama kalluunka oo baahi joogta ah loo qabo, had iyo jeerna iib wanaagsan ku kaca, waxa markaa ka soo geli kara lacag uu ku daryeeli karo caafimaadkiisa, carruurtiisa xannanadooda iyo tacliintooda iyo wixii ah dano kale ee uu yeelan karo qofkaasi.
Waxase uu ku xidhnaanayaa dhaqaalaha qofkaasi, aqoontiisa xagga kalluumeysiga iyo hawl karnimadiisa taas oo kor u qaadeysa wax soo saaridiisa. Xirfadda iyo waxyaalaha kale ee qofku noloshiisa ku daryeelaa waxay ku habboon yihiin in si daacadnimo ah qofku ugu shaqeysto. Sidaas darteed qofka kalluumeysatada ah ee bulshada cuntada u soo saarayaa, waa in uu ka digtoonaadaa oo uu ilaashaa kana dhowraa cuntada in ay fadarowdo. Cuntada fadareysan oo u xun caafimaadku waxay sadheysaa bulshada, waxayna u daran tahay ganacsigiisa iyo dhaqaalahiisa. Hore ayaa loo yidhi: daacadi ma hungowdo.

LAYLI:

1. Waa macay waxyaalaha looga baahan yahay qofka kalluumeysatada ah?
2. Qofka kalluumeysatada ahi sidee ayuu usad hayn karaa bulshada?
3. Sheeg micnaha weedhan, "Daacadi ma hungowdo".

CASHARKA 19 aad

KALLUUMEYSIGA IYO KAALINTA UU DHAQAALAHA KAGA JIRO

Sidii aynu hore uqu soo sheegney xirfadda kalluumeysigu ma aha mid ka taaba gashay dalkeena. Taasi waxa sabab u ahaa dadka badankiisa oo xoola dhaqato ahaa. Dalkaas xoola dhaqatada ahaa waxay aamin sanayeen nolosha xoola dhaqashada ah si weyna ugu dhaqanaayeen, waxay taasi markaa u soo jiiday in aaney ka fekerin wax hor-u-kac ah iyo wax nolol dooris ah. Habkii nolosha ee ay ka dhaxleen awoowayaashood ayey ku mintideen. Horukaca qudha ee ay ku fekeri jireen wuxu noodey xoolaha oo u bata. Sidaas darteed kalluumeysigu ma uu noqon mid wax ka tara dhinaca dhaqaalaha dalka. Awoodda dhaqaale, qalabka iyo xirfadda dadkaasiba aad ayey u hooseysay, taasi oo keentay in waxa ay soo saaraan aaney noqon kari waayaan wax geli kara ganacsi dibadeed.

Kalluumeysatada ku nool xeebta gobolka Bosaaso waxay wadammada dibedda qaar ahaan kuwa Afrikada bari ka leeyihiin xidhiidh ganacsi. Waxa xeebahaa aad looga kalluumeystaa libaax badeedka oo aad ugu badan; inta la milxiyo ayaa la engejaa, dabadeedna isaga oo sida harqaha ah ayaa loo dhoofiyaa dibedda.

LAYLI: 1. Kalluumeysatada dalkeenu xidhiidh ganacsi ma la leedahay dalalka debedda?

2. Maxaa sabab u ahaa in kalluumeysigu ku koobnaado dad yar?

3. Maxaa ka mid ah dalalka aan u iib geyn kalluunkeena?

CASHARKA 20 aad
WARSHADDAHA KALLUUNKA

Warshadahu waxay u baahan yihiin in loo sahamiyo meelaha ay ku habboon yihiin ee ay ku badan yihiin kalluunka lagu isticmaalo warsahaddaha ee qasaaca lagu quro. Waxa jirta in nooc kasta oo kalluunka ka mid ahi aan la qasacadeyn karin. Sidaas darteed waa in warshaddu ay ku taallaa meelaha uu kalluunka noocaas ahi ku badan yahay. Kalluunka la qasacadeyn karo ee ay ka mid yihiin tabadi iyo taraaqadu waxay ku badan yihiin xeebaha waqoovi iyo kuwa gobolka Boosaaso. Saddex warshadood oo yar yar ayaa ku kala yaala magaalooyinka Calowla, Xaabo iyo Qandala. Warshad kale oo ka wax soo saarid roon saddexda hore ayaa ku taal Laasqorey, Kisimayona waxa ku taal warshad habaysa Kaamba. Saddexda warshadood ee hore waxa leh iskaashatooyin iskood u xoogsada, tan Laasqoreyna waxa leh dawladda, waxa ay soo saaetaana waxa loo diraa dibedda.

Iminka oo la doonay in dhawr meelood oo ku yaal xeebaha, la dejo dadkii ku tabaaloobay abaaraha waxa ay dawladda kacaanka ahi damacsan tahay in meelaha laga dhiso warshado kalluunka qasaceeya.

Waxa iyana jira iskaashatooyin kalluun oo laga sameeyey dhowr meelood oo ku yaalla xeebaha oo ay ka mid yihiin Xamar, Cadale, Berbera, Marka iyo Baraawe. Iskaashatooyinkaasi si habsami ah ayey u shaqeynayaan.

Waxana laga rajo qabaa in ay wax weyn ka taraan cunto soo saarista dalka oo aynu iskaga fillaano cuntooyinka nafaqada leh.

LAYLI: 1. Intee Warsahdood oo kalluunka qasaceeya ayaa ka dhisan dalkeena? Sheeg meelaha ay ku kala yaaliin.
2. Warshadahaas kuwee ayaa iskaadhahaas lee yihiin?

CASHARKA 21aad
ISKAASHATOOYINKA KALLUUMAYSATADA AH. -

Sida magacuba tilmaamayo iskaashatadu waxa weeye dad isu geeyey xooggoodii dhaqaalahoodii iyo aqoontoodii si ay wax u wada tabcadaan, wixii ka soo bacana ay u wada lahaadaan.
Kalluumeysigu waa xirfad u baahan adadeyg aadna u hawl badan.
Qofku keligii ma kalluumeysigu karo, haddii uu rabo in uu wax l badan soo saaro.
Sidaas darteed ka fursan maayo in uu helo cid uu garabsado oo la qaba hawsha. Hore ayaa soomaalidu u tidhi: "gacmo wadajir bay wax ku gooyaan".
Iskaashatooyinku waa saldhigii dhaqaalaha ee bulshada cusub ee hantiwadaagga ah ee soomaaliyeed. Waxayna ka mid tahay tiirarka waaweyn ee dhaqan gelinta kacaanka hantiwadaagga ah.
Sidaas darteed waxa ay dawladda kacaanka ahi abaabushay in ay isu ururiso kalluumeysatadii kala firidhsanayd oo ay u samayso iskaashatooyin. Ilaa iminka sidii aynu hore u soo sheegney waxa hirgaley dhowr iskaashato oo ku kala yaal Xamar, Cadale, Marka,Barawe, Berbera, Calowla, Xaabo, Eyl, Xaafuun, Hurdiya, Bender,Beyla, Qandala, Bosaaso, Las-Qorey, Maydh, Xiis, Seylac, Lawyacaddo.
Dawladdu xil weyn ayey iska saartay dhaqan gelinta iskaashatooyinkaas, waxayna ka kaalmaysay:

1. Tababar ay u furto dadka kalluumeysatada ah si ay u kordhistaan aqoontooda, oo ay u bartaan hababka cusub ee maanta looga kalluumeysto adduunyada
2. Qalabka cusub ee lagu kalluumeysto oo ay siiso iyo xagga dhaqaalaha oo ay ka caawiso inta ay isku fillaanayaan.
3. Dawladdu waxay u fududeysay iskaashatooyinkaa sidii ay u heli lahaayeen waxa ay soo saaraan.

Marka ay wax soo saariddoodu korodho waxa ay ku tala jirtaa dawladu in ay ka sameyso meelahaas meelo lagu kaydsho kalluunka iyo warshada lagu qasaceeyo kalluunka si debedda loogu diro.

L A Y L I   G U U D

1. Guud ahaan intee qeybood ayaa loo qeybin karaa kalluunka?
   Maxay ku kala duwan yihiin?
2. Waa maxay astaamaha gaar ahaaneed ee [illegible]lluunka kaga duwan yahay xayawaanka berriga?
3. Waa maxay waxtar baal biyoodku ay u [illegible] yihiin kalluunka?
4. Ka sheekee waxtarka kalluunka?
5. Maxaa ka mid ah noocyada kalluunka ah ee baddeena laga kalluumeysto? Maxay ku kala duwan yihiin?
6. Maxaa ugu wacan in aan dadkeenu caadeysan cunidda kalluunka?
7. Intee hab ayaa looga kalluumeystaa xeebaheena?
8. Tiri qalabka uu u baahan yahay qofka kalluumeysatada ahi?
9. Maxay ku kala duwan yihiin shabaagta dhidban iyo tan daadsan?
10. Maxay ku kala duwan yihiin shabaakadaha daadsan ee sabeeya iyo shabaakadaha la jiido?
11. Wax ka sheeg siyaalaha uu u fadaroobo kalluunka? Sidee looga hor tegi karaa?

12. Waa maxay faa'iidooyinka keydinka kalluunku?

13. Intee siyaalood ayaa loo keydin karaa kalluunka?

14. Waa maxay waxyaalaha ka reeban qofka kalluumeytada ah?

15. Sidee ayuu u sadheyn karaa bulshada uu wax ka ganacsanayo?

16. Kalluumeysigu kaalintee ka geli karaa dhaqaalaha dalkeena?

17. Intee wershadood oo kalluun ayaa ka sameysan dal keena? Xaggee ku yaaliin?

18. Noocee ugu badan kalluunka ay warshadahaasi gasaceeyaan?

19. Intee Iskaashato kalluumeysi ah ayaa ka sameysan dalkeena?

20. Sidee ayaa Dawladdu u kaalmeysaa iskaashatooyinka ?

Buuggani lama daabacan karo lamana guurin karo iyadoo aan Wasaaradda Waxbarashada iyo Barbaarinta ama qoraha buugga laga helin ogolaansho.

Waxaa lagu daabacay

Xarunta Waxbarashada Dadka Waaweyn

Xamar

Oktoobar 1975