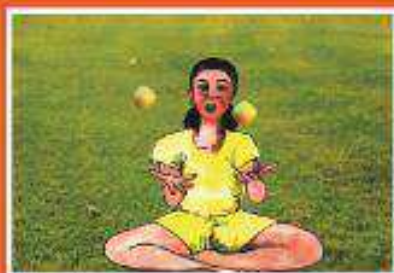


BARNOOTA FAYYAAFI JABEENYA QAAMAA

Kitaaba Barattootaa



Kutaa 3^{ffaa}

Barnoota Fayyaafi Jabeenya Qaamaa

Kitaaba Barattootaa

Kutaa 3^{ffaa}

Qopheessitoota

Lataa Taaddasee Lataa (M.Ed.)

Yittaagasuu Dammaqaa (M.Ed.)

Gulaaltota

Abdiisaa Gammachuu (MA)

Birhaanuu Tasammaa (G.pro)

Madaaltota

Birhaanuu Dabalaa (M.Ed.)

Isaayaas Tafarraa (MSc.)

Mulaatuu Guddisaa (M.Ed.)

Fakkibsa

Solomoon Alamaayyoo

Giraafiksii

Solomoon Alamaayyoo





Kitaabni kun walta'iinsa Biiroo Barnootaa Oromiyaa fi Kolleejjii Barnoota Barsiisotaa Naqamteetiin bara 2014/2022 qophaa'e.

Mirgi abbeentaa kitaaba kanaa seeraan eeggamaadha. Hayyama Biiroo Barnootaa Oromiyaatiin ala guutummaan is ta'e gamisaan maxxansuus ta'e baay'isanii raabsuun seeraan nama gaafachiisa.

Seensa Waliigalaa

Gaheen barnoonni biyya guddisuu keessatti qabu guddaadha. Jalqabuma irraa biyyi tokko guddatee jira kan jedhamu yoo misoomaan badhaadheefi diinagdeen guddatedha. Kana irra gahuuf immoo lammii qarooma, kan tekinoloojii haaraa kalaquufi itti fayyadamu qabaachuu qaba. Kun immoo kan horatamu barumsaan ta'uun ifaadha. Kanaafuu barumsi guddina biyya tokkoof gaheen inni qabu isa bu'uuraati. Gahee Barnoonni fayyaafi jabeenya qaamaa guddina biyyaa keessatti qabu yoo ilaallee, biyyi tokko guddate kan jedhamu yoo uummanni isaa yoo fayyaa ta'eefi gahumsaafi bu'a qabeessaan dalaguu danda'e dha. Kana keessatti gahee barnoonni fayyaafi jabeenya qaamaa isa ol'aanaadha.

Kitaabni kutaa 3^{ffaa} kun ammoo boqonnaa jaha kan of-keessatti qabatu ta'ee, boqonnaa tokkoffaa jalatti Dandeettii Sochiilee Bu'uuraa. Boqonnaa lammaffaan Muuziqaa waliin socho'uu. Boqonnaa sadaffaan Taphootaafi Sochiilee Keessatti Hawaasummaafi Currisa barachuu. Boqonnaa afuraffaan ga'umsa qaamaa. Boqonnaa shanaffaan Qiriphaa bu'uuraa. Boqonnaa ja'affaan Shubbisaafi Taphoota aadaa sadarkaa godinaatti beekamankan kan of keessatti haammatuudha.

Baafata

Seensa Waliigalaa.....	iii
BOQONNAA TTOKKO.....	1
Dandeettii Sochiiwwan Bu'uuraa.....	1
1.1 Dandeetti Sochii Bu'uuraa Qindaa'aa.....	2
1.2 Meeshaalee Fayyadamuun Bakkaa Bakkatti Osoo Hin Deemin Sochiilee Dalaguu.....	6
1.3 Dandeettii Meeshaaleetti Fayyadamuun Sochii Dalaguu.....	9
BOQONNAA LAMA.....	18
Sochii Riitimaawaa.....	18
2.1 Muuziqaa Waliin Socho'uu.....	19
BOQONNAA SADII.....	28
Hawaasummaafi Currisa Barachuu.....	28
3.1 Taphootaafi Sochiilee Keessatti Of-to'achuu Shaakaluu.....	29
3.2 Taphootaafi Sochiilee Keessatti Murtoo Kennuu Shaakaluu.....	33
3.3 Taphootaafi Sochiilee Keessatti Xiyyeeffannoo Shaakaluu.....	38
BOQONNAA AFUR.....	43
Fayyaafi Ga'umsa Qaamaa.....	43
4.1 Shaakala Qaamaa Humnummaa Dalagaa Onneefi Sombaa Dagaagsan.....	44
4.2 Shaakala Qaamaa Humnummaa Maashaalee Dagaagsan.....	47
4.3 Dadacha'iinsa.....	51
4.4 Si'aa'ina.....	54
BOQONNAA SHAN.....	59
Qiriiphaa (Gymnastics).....	59
5.1 Dandeettii Qiriiphaa Bu'uuraa Dalagaalee Salphaa.....	60
5.2 Qiriiphaa Bu'uuraa.....	75
BOQONNAA JA'A.....	79
Shubbisaafi Taphoota Aadaa Sadarkaa Godinaatti.....	79
6.1 Shubbisa Aadaa Beekamoo Godina Barattoonni Keessa Jiraatanii....	80
6.2 Taphoota Aadaa Beekamoo Godina Barattoonni Keessa Jiraatanii....	82
Hiiika Jechoota Ijoo.....	85

BOQONNAA 1

DANDEETTII SOCHIIWWAN BU'UURAA

Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Sochii qaamaa keessatti dandeettiinwan sochii bu'uura ijoo ta'an hojjetee ni agarsiista.
- Dandeettii sochiilee bu'uura tapha keessaa filatamoo ta'an adda nibaafatta.
- Garaagarummaa sochii qaamaa bakkattiifi bakkaa bakkatti gidduu jiru adda nibaafatta.
- Barattoota dandeettii sochii bu'uura gaarii qaban adda nibaafatta.
- Ga'umsa qaamaa waliigalaa ni fooyyeeffatta.

Seensa

Dandeettiin sochiilee bu'uura sochii tartiibawaa kutaalee qaamaa adda addaa kanneen akka miilaa, harkaa, qomaafi mataa hirmaachisudha. Dandeettiin sochii kunis kanneen akka fiigichaa, miila tokkoon utaalaa deemuu, waa qabuu, kubbaa dhiituu,ulee baal-lameetti rarra'uufi kan kana fakkaatan of keessatti qabata. Isaan kunisdandeettiinwansochiiciccimoota'ankannamnikamiyyuu tapha, ispoortii, shubbisaafi sochiilee bashannanaa adda addaa keessatti fayadamnuuf sochiilee bu'uura ta'anidha. Walumaagalatti, boqonnaa kana keessatti sochii bu'uura qindaa'aa kanneen akka



meeshaalee/Waantotatti fayyadamuun bakkaa bakkatti socho'uun sochiilee dalaguu, meeshaalee/waantota fayyadamuun bakkaa tokko dhaabachuun sochiilee dalaguufi dandeettii meeshaaleetti fayyadamuun sochii dalaguu kan baratamu ta'a.

1.1 Dandeetti Sochii Bu'uuraa Qindaa'aa

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Sochiilee bakkaa bakkatti socho'uun dalagaman nihimta.
- Dandeettii bakkaa bakkatti socho'uu adda addaa dalaguun ni agarsiista.
- Dandeettii bakkaa bakkatti socho'uu kallattii jijjiiruun hojjetaman nidingisiifatta.

Gocha 1.1

1. *Sochiileen meeshaaleetti fayyadamuun hojjetamaniifi bakkaa bakkatti socho'uun hojjetaman maal fa'i?*

Bakkaa Bakkatti Socho'uufi Meeshaalee Fayyadamuun Sochiilee Dalaguu

Meeshaalee fayyadamuun sochii dalaguu jechuun meeshaalee barnootaa kanneen akka kubbaafi kan kana fakkaatan qaama waliin qindeessuun sochiilee garagaraa dalaguu yoo ta'u, sochiin bakkaa bakkaa immoo meeshaalee utuu hin

fayyadamiin bakka tokko irraa gara bakka biraatti

socho'uun kan hojjetamanidha. Isaanis akka asiin gadiitti kan baratamu ta'a.

A. Gufachiistuu Irra Tarkaanfachuun Deemuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Meetira tokko tokko walirraa butanii kaa'uu.
- Hiriiraan fuullee gufachiistuu dhaabachuu.
- Dabaree dabareen gufachiistuu irra tarkaanfachuun deemuu.
- Irra deddeebiin shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Gufachiiftuu irra tarkaanfachuun deemuu

B. Kallattii Jijjiiruun Utaalaa Deemuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Bakka sochiif qophaa'e irratti kallattii jijjiiruun miila tokkoon utaalaa deemuu.
- Irra deddeebiin shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Kallattii jijjiiruun miila tokkoon utaalaa deemuu



Miila lamaan utaalaa deemuu



Kallattii jijjiiruun miila lamaan utaalaa deemuu

C. Gara Dugda Duubaatti Miila Tokkoon Utaalaa Deemuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Hiriiraan dhaabachuu.
- Suuta gara dugda duubaatti miila tokkoon utaalaa deemuu.
- Irra deddeebiin shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Gara dugda duubaatti miila tokkoon utaalaa deemuu

D. Miila Tokkoon Fageenyaaf Utaaluu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Garee adda addaa uumuun hiriiraan dhaabachuu.
- Miila tokko ol dachaasuun miila tokkoon fageenya hanga danda'an utaaluun qubachuu.
- Irra deddeebiin miila lachuu dabaree wal jijjiiraa shaakaluu.

- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Miila tokkoon fageenyaaf utaaluu

1.2. Meeshaalee Fayyadamuun Bakkaa Bakkatti Osoo Hin Deemiin Sochiilee Dalaguu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Sochiilee qaamaa bakkaa bakkatti osoo hin deemin dalagaman nitarreessita.
- Meeshaalee fayyadamuun bakkaa bakkatti osoo hin deemiin sochiilee dalaguun ni agarsiista.
- Sochiilee qaamaa osoo bakkaa bakkatti hin socho'iin meeshaalee fayyadamuun dalagaman nidingisiifatta.

Gocha 1.2

1. *Meeshaalee fayyadamuun bakkaa bakkatti osoo hin deemiin sochiilee hojjetaman tarreessi.*

Shaakala qaama meeshaaleetti fayyadamuun bakkaa bakkatti socho'uun dalaguun akkuma danda'amu, bakkaa bakkatti osoo hin adeemiinis sochiilee akka ulee dalgee yookaan haadatti rarra'uu, ulee baal-tokkeetti ol-harkifamuufi kanneen kana fakkaatan dalaguun ni danda'ama.

E. Ol-fageenyaaf Haadatti/Ulee Dalgeetti Rarra'uu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Hiriiraan dhaabachuu.
- Ol-utaaluun ulee dalgee yookaan haada qabachuu.
- Turtii hanga danda'an raraafamaa turuu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Ulee dalgeetti rarra'uu

F. Ulee Baal-tokkeetti Rarra'uufi Ol-harkifamuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.



- Ol-utaaluun ulee baal tokkee qabachuu.
- Erga qabannee booda raafamuufi itti ol harkifamuu dabaree dabaree dalaguu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Ulee baal-tokkeetti rarra'uufi ol-harkifamuu

1.3 Dandeettii Meeshaaleetti Fayyadamuun Sochii Dalaguu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Meeshaaleetti fayyadamuun sochiilee dalagaman nitarreessita.
- Meeshaalee fayyadamuun sochiilee gara garaa dalaguun ni agarsiista.
- Meeshaaleetti fayyadamuun sochiilee dalagaman nidingisiifatta.

Gocha 1.3

1. *Sochiilee qaamaa meeshaalee fayyadamuun dalagaman tarreessi.*

Sochiileen qaamaa hedduun isaanii meeshaalee fayyadamuun kan dalagaman yoo ta'an, isaanis: harka, miilaafi kutaa qaama keenyaa kan biroo meeshaa waliin qindeessuun sochii dalagaman kanneen akka dhiituu, qabuu, darbachuufi kanneen kana fakkaatanidha. Meeshaalee fayyadamuun sochiilee dalagaman muraasa akka asiin gadiitti ilaalla.

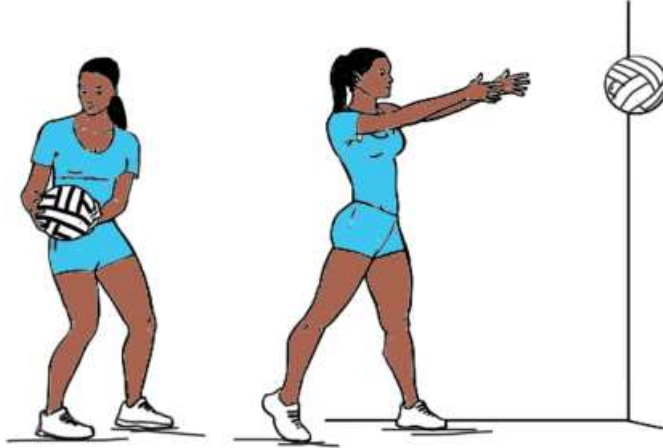
A. Cinaatti Harka Lamaan Kubbaa Darbachuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuufi diddiiriirfachuu.
- Baay'ina kubbaa irratti hundaa'uun garee lama lamatti

qoodamuun fuullee walii dhaabachuu.

- Dabaree dabareen cinaatti harka lamaan kubbaa waliif darbachuu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Cinaatti harka lamaan kubbaa darbachuu

B. Kubbaa dhaabatee jiru dhiituu

Kubbaa dhiituun qindoomina ijaaf miilaa, sammuuf qaamaa to'achuu nibarbaada. Akkasumas, humna ga'aa fayyadamuuf kallattii sirriitti dhiituu nibarbaada.

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriirfachuu.
- Tarkaanfii 1-5 kan hin caalle kubbaa irraa fagaachuu.
- Yeroo kubbaa bira geenyu miila kubbaa hin dhiinne kubbaa cina dhaabachiisuu.
- Jilba miila kubbaa dhiitu dabsuu.
- Miila kubbaa dhiite kubbaa hordofsiisuu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Kubbaa miilaan dhiituu

C. Harkaan Kubbaa Ol Daddarbachuu (Kubbaa Lamaan)

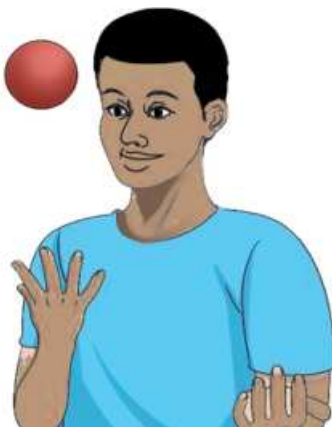
Shaakalli kun qindoomina harkaafi ijaa fooyyessuuf kan gaarudha.

1. Harka Lamaan Kubbaa Qilleensa Keessa Deddeebisuu (Kubbaa Tokkoon)

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiiriirfachuu.

- Kubbaa xixiqqaa yookaan wantoota akka kubbaa tokko harka lamaan hanga lafa bu'utti ol-daddarbachuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Harka lamaan kubbaa qilleensa keessa deddeebisuu

2. Harka Lamaan Kubbaa Ol Daddarbachuu (Kubbaa Lamaan)

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuufi diddiriirfachuu.
- Kubbaa xixiqqaa yookaan wantoota akka kubbaa lama harka lamaan ol-daddarbachuu.
- Kubbaa wal jala daddabarsuun harka faallan deebi-sanii daddarbachuu.
- Hanga lafa bu'utti ol-daddarbachuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Harka lamaan kubbaa ol-daddarbachuu

3. Harka Tokkoon Kubbaa Lama Ol Daddarbachuu (Kubbaa Lamaan)

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuufi diddiiriirfachuu.
- Kubbaa xixiqqaa yookaan wantoota akka kubbaa lama harka tokkoon hanga lafa bu'utti ol-daddarbachuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Suuraa ijoolleetti haa deebi'u (durba haa taatu)



Kubbaa lama harka tokkoon ol-daddarbachuu

4. Ulee Baal Lameetti Rarra'aa Deemuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriinfachuu.
- Harka lamaan ulee baal-lamee qabachuun gara

fuulduraatti deemuu.

- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.

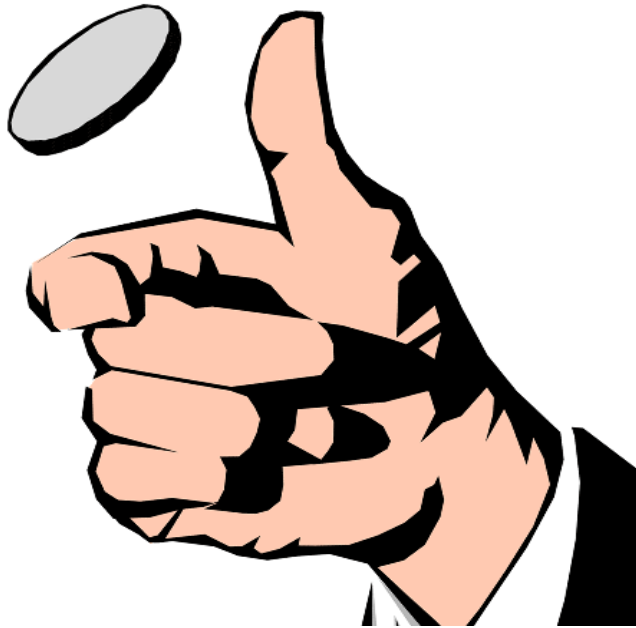


Ulee baal-lameetti rarra'aa deemuu

5. Waa Ol-Darbatanii Qabuu

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriinfachuu.
- Waan akka saantimaa yookaan qorkiifikan kana fakkaatan ol darbachuun qabuu.



Waa Ol-Darbatanii Qabuu

Cuunfaa boqonnaa

- Dandeettiin sochiiwwan bu'uuraa sochiilee qindaa'oo jireenya dhala namaatiif barbaachisoofi murteessoo ta'aniidha. Isaanis kutaalee qaamaa adda addaa fayyadamuun kan dalagaman ta'ee, meeshaalee akka kubbaafi kanneen kana fakkaatan fayyadamuun kan dalagamaniifi osoo meeshaalee hinfayyadamin kan dalagaman of keessatti haammata.
- Dandeettiin sochiilee kanaas kanneen akka fiiguu, utaaluu, ulee baal-tokkeetti ol-harkifamuu, kubbaa darbachuu, dhiituufi kanneen kana fakkaataniidha.

Gilgaala Boqonnaa

I. Gaaffilee asiin gadiitiif yoo sirrii hin taane 'SOBA' yoo sirrii ta'e 'DHUGAA' jechuun deebisi.

1. Kallattii jijjiiruun utaala deemuun sochiilee bakkaa bakkatti socho'uun dalagamudha.
2. Ulee baal-tokkeetti ol-harkifamuun sochii meeshaa malee dalagamudha.

II. Gaaffilee asiin gadiitiif deebii sirrii filadhu.

1. Sochiilee asiin gadii keessaa qindoomina ijaaf miilaa akkasumas sammuuf qaamaa kan barbaadu kami?
 - A. Kubbaa qabuu
 - B. Kubbaa miilaan dhiituu
 - C. Kubbaa ol-darbachuu
 - D. Kubbaa harkaa firiccisiisuu
2. Kanneen asiin gadii keessaa dandeettii meeshaaleetti fayyadamuun hojjetaman **kan hin taane** kami?
 - A. Miila tokkoon utaaluu
 - B. Kubbaa harkaan qilleensa keessa deddeebisuu
 - C. Gufachiiftuu irra tarkaanfachuun deemuu
 - D. Ulee baal-tokkeetti ol-harkifamuu
3. Shaakala kamtu qindoomina harkaafi ijaa fooyyes-suuf gargaara?
 - A. Ariitiin figuu
 - B. Kubbaa dhaabatee jiru dhiituu
 - C. Utaaluu
 - D. Harkaan kubbaa ol-daddarbachuu

BOQONNAA LAMA

SOCHII RIITIMAAWAA

Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Sochiilee bu'uura ijoo ta'an keessatti hirmaachun dandeettii sochiilee tartiibawaa(qindaawaa) idilee qindeessuu niguddifatta.
- Ga'umsa qaama waliigalaa nifooyyessita.
- Kalaqa sochii riitimii salphaa of-danda'uun ni' agarsiista.
- Artii sochii namoonni rukutta waliin taasisan nidingisiifatta.
- Sochiifi ritimii dogoggoraa sirreessuuf hiriya waliin nidubbatta.

Seensa

Dandeettiin sochiilee tartiibawaa (qindaawaa) sochiilee qaamaa faaruufi muuziqaa adda addaa waliin qindeessuun kan dalgamanidha.

Barattoonni qaama isaanii sagalee muuziqaafi sagalee adda addaa waliin karaa qindaa'aa ta'een wal-simsiisuun dandeettii sochii akka dagaagfataniif kan isaan gargaaruudha. Sochiilee tartiibawaa(qindaawaa) kan jedhamaniifi sadarkaa kanatti kan shaakalaman keessaa kanneen akka tartiibawaa(qindaawaa) suuta jijjiramaa deeman, ritimii

ajajaa, shubbisa tartiibawaa(qindaawaa) hiriya waliin, ritimii meeshaa yookiin wantoota fayyadamuun dalagamaniidha.

2.1 Muuziqaa Waliin Socho'uu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Akkaataa sochii tartiibawaa(qindaawaa) suuta jijjiiramaa deemuu ni'ibsita.
- Sochiiwwan riitimii ajajaa hojjettee ni agarsiista.
- Shubbisa riitimii hiriya waliin hojjettee ni agarsiista.
- Sochiiwwan riitimii meeshaa fayyadamuun dalagaman shaakaluuf fedhii nihoratta.

2.1.1 Riitimii Suuta Jijjiiramaa Deemu

Gocha 2.1

1. Riitimiin suuta jijjiiramaa deemu akkamitti uumama?

Sochii riitimii suuta jijjiiramaa deeman jechuun haala sochii qaamaafi ulfaatina isaanii irratti hundaa'uun suuta suuta ariitii riitimii jijjiiruun, faaruufi muuziqaa adda addaa waliin qindeessuun hojjechuu jechuudha.

A. Sirba Hiyyaasee

Barattoonni sirba kana keessatti riitimii suuta jijjiiramaa deemu, sirba rukutta harkaa waliin qindeessuun ni shaakalu.



Fakkii sirba hiyyaasee jedhu rukutta harkaa waliin

2.1.2. Riitimii Ajajaa

B. Ajajaan Harkaan Riitimii Adda Addaa Uumuu

Sochiilee qaamaa garaagaraa akkaataa amalaafi ulfaatina isaaniitti akkaataa ajajaatiin harka lamaan walitti rukutuun riitimii adda addaa uumuun shaakaluudha.



Miila tokko ol kaasuun harka lamaan walitti rukutuun riitimii uumuu



Miilaan bargaanfachuun harka lamaan walitti rukutuun riitimii uumuu



Dhaabbachuun harka mataa olitti walitti rukutuun riitimii uumuu



Taa'uun harka mataa olitti rukutuun riitimii uumuu

2.1.3 Shubbisa Riitimii Hiriyyaa Waliin

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate
gonfachuu qaban
Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Akkaataa shubbisa riitimii hiriyyaa waliinii ni ibsita.
- Sochiiwwan shubbisaa riitimiin hojjettee ni agarsiista.
- Shubbisa riitimii hiriyyaa waliin hojjettee ni agarsiista.
- Sochiiwwan shubbisa riitimii shaakaluuf fedhii ni horatta.

Shubbisni riitimii hiriyyaa waliin yoo dalagamuu daa'imman dandeettii sagalee muuziqaa sochii adda addaa waliin qindeessuu nidagaagfatu. Akkasuumas bu'aa sochiin rukuttaa dagaagina qindoomina qaamaafi sammuu keessatti qabu ni hubatu.



Shubbisa riitimii hiriyyaa waliin

2.1.4 Riitimii Meeshaalee Waliin Dalagaman

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Maalummaa riitimii meeshaalee fayyadamuun hojjetaman ibsita.
- Sochiiwwan riitimiin meeshaalee adda addaa fayyadamuun hojjettee ni agarsiista.
- Sochiiwwan riitimiin meeshaalee fayyadamuun hojjetaman shaakaluuf fedhii nihoratta.

Gocha 2.2

1. *Riitimiin meeshaalee fayyadamuun hojjetaman maal fa'i?*

Riitimii meeshaalee fayyadamuun hojjetaman kan jedhaman dandeettii gocha yookiin dalagaa tokko harkaan yookiin miilaan dalagnee xumuruuf wantoota sosochoosuun yookiin meeshaa fayyadamuun sochiilee riitimiin hojjetamanidha.

A. Utaalcha Haadaa Riitimii Uumuun Utaaluu

Utaalchi haadaa harka, miilaafi haada waliin qindeessuun riitimii adda addaa uumuun kan hojjetamudha.



Utaalcha haadaa riitimii uumuun miila bitaaf mirgaan dabaree dabaree dhuunfaan shaakaluu



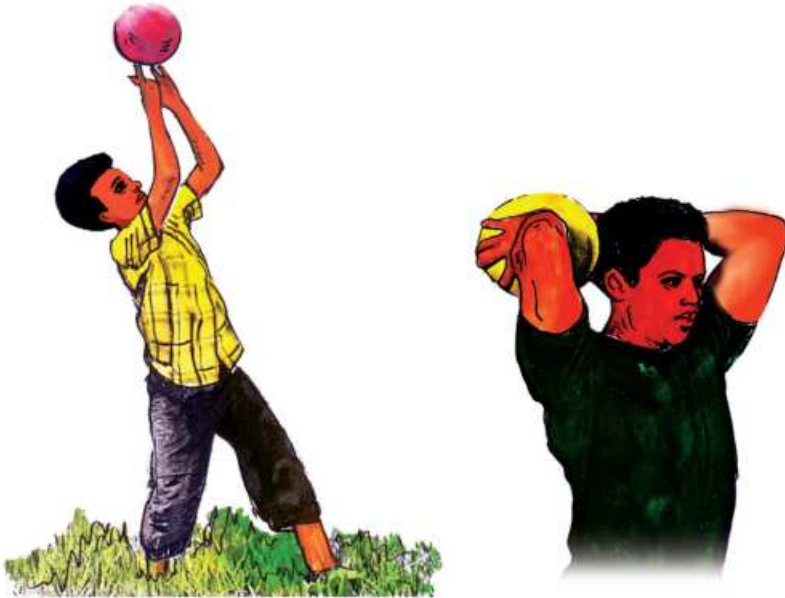
Utaalcha haadaa riitimiin hiriya waliin dabaree utaaluu

B. Kubbaa Harkaan Darbachuufi Qabachuu

Kubbaa darbachuun haala barbaadameefi kallattii barbaadameen gara biraatti dabarsuudha. Qabachuun immoo waan darbatame tokko haalaafi kallattii dhufaatii isaa eeguun to'annoo harka keenyaa keessa oolchuudha.



Kubbaa cinaatti darbachuufi qabachuu



Kubbaa mataa olitti darbachuufi qabachuu

C. Kubbaa Miilaan Qilleensa Keessa Deddeebisuu

Kubbaa riitimiin miilaan qilleensa keessa deddeebisuun qindomina miilaa, sammuufi kubbaa gargaaramuun osoo kubbaan lafa hin bu'in miilaan rukutuun ol deddeebisnee qilleensa keessa tursiisuudha.



Kubbaa riitimiin qilleensa keessa deddeebisuu

Cuunfaa boqonnaa

- Dandeettiinwan sochii riitimii kan suuta jijjiiramaa deemaniifi dandeettiinwan riitimiin meeshaalee fayyadamuun hojjetamaniidha.
- Dandeettiinwan sochii riitimii suuta jijjiiramaa deeman dagaagfachuuf sochiiwwan sirba hiyyaasee rukutaa harkaa waliin shaakaluu, harkaan riitimii adda addaa suuta jijjiiramaa deemaniifi utaalchaan riitimii adda addaa suuta jijjiiramaa deeman uumuudha.
- Dandeettiinwan riitimii meeshaalee fayyadamuun hojjetaman dagaagfachuuf utaalcha haadaa karaa adda addaan rukutaa uumuun shaakaluu, kubbaa riitimii uumuun darbachuu, qabachuufi kubbaa miilaa qilleensa keessa deddeebisuudha.

Gilgaala boqonnaa

I. Gaaffilee asiin gadiif hima sirrii ta'e 'DHUGAA' kan sirrii hin taane 'SOBA' jechuun deebisi.

1. Harka walitti rukutuun riitimii uumuun sochii meeshaa barbaadudha.
2. Kubbaa darbachuun sochii riitimii meeshaa fayyadamuun hojjetaman jalatti ramadama.

II. Kanneen 'B' jala jiran 'A' jala kan jiran waliin walitti firoomsi

'A'

'B'

1. Kubbaa kallattii barbaadametti A. Kubbaa qabachuu dabarsuu. B. Utaalcha haadaa
2. Sochii suuta jijjiramaa deemu C. Kubbaa darbachuu
3. Kubbaa kallattii dhuftuun D. taa'uu to'achuu

III. Gaaffilee asiin gadiitiif deebii gabaabaa barreessi.

1. Sochiilee riitimii suuta jijjiiramaa deeman jechuun maal jechuudha?
2. Sochiilee riitimii meeshaalee fayyadamuun sochiilee hojjetaman sadii barreessi.

BOQONNAA SADII

HAWAASUMMAAFI CURRISA BARACHUU

Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Amala bu'uura lammummaa gaarii ni agarsiista.
- Rakkoo jiran hubachuun furmaata kennuuf nikaroorfatta.
- Faayidaa xiyyeeffannoo kennuu ni hubatta.

Seensa

Hawaasummaafi currisni gaariin daree barnoota fayyaafi jabeenya qaamaa keessa jiraachuunsaa, barattoonni karaa bu'a qabeessa ta'een akka walitti dhufaniifi hariiroo uuman akkasumas akka qalbifataniifi xiyyeeffatan isaan taasisa. Walitti dhufeenyi hiriya gaariin immoo milkaa'ina hojiitiif, milkaa'ina barumsaatiifi milkaa'ina jireenyaatiif barbaachisaadha.

Namoonni dandeettii hawaasummaafi currisa cimaa qaban rakkoo jireenya guyyaa guyyaa keessatti isaan mudatu dandamachuu yookaan to'achuu ni danda'u akkasumas barnootaan, ogummaaniifi hawaasummaadhaan fayyadamoo ta'u.

Barnoota fayyaafi jabeenya qaamaa keessatti immoo taphootaafi shaakala adda addaa keessatti ga'umsa haawasummaafi currisaa dagaagfachuun ni danda'ama.

Taphootaafi sochiilee keessatti shaakala of-to'achuu, shaakala murtoo kennuufi shaakala miira to'achuu boqonnaa kana jalatti kan barataman ta'u.

3.1. Taphootaafi Sochiilee Keessatti Of-to'achuu Shaakaluu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Haala garaagaraa keessatti miirakee nito'atta.
- Sochii qaamaa garagaraa keessatti naamusa gaarii ni agarsiista.

Gocha 3.1

1. *Of-to'achuu jechuun maal jechuudha?*

Of-to'achuu

Of-to'achuun dandeettii miira ofii, yaada ofiifi amala ofii haalota cimoofi garaagaraa keessatti sirnaan to'achuu danda'uuti. Kunis naamusa gaarii qabaachuu, dhiibbaa miiraafi amala namaa balleessan to'achuu, dhiphina to'achuufi galma dhuunfaaf barnootaa bira ga'uuf hojjechuu of keessatti qabata.

Akkasumas, of-to'achuun dandeettii osoo murtii tokko hin murteessin dura of qabuufi itti yaaduuti.

Taphoota Dandeettii Of-to'achuu Gabbisan

Of-to'achuun barnoota fayyaafi jabeenya qaamaa

keessatti barattoonni fooyya'iinsaafi milkaa'ina walii galaa fiduuf carraa galma keewwachuu, of-qabuufi of-sirreessuu akka qabaatan isaan taasisa.

Sochiileen dandeettii of-to'achuu gabbisan hedduun ni jiru. Isaan keessaa muraasni isaanii:-

A. Tapha Qillee

Taphni qillee barattoonni dandeettii of-to'achuu akka shaakalan isaan taasisa. Barattoonni garee xiqqaa uumuun yeroo tapha qillee taphatan, miirri garagaraa nimul'ata. Fakkeenyaaf, miira sodaatiin taphachaa bashannanuun waan hin danda'amneef barattoonni tapha keessatti milkaa'uuf akka sumas itti bashannanuuf miira sodaa to'achuu qabu. Jireenya keessatti muuxannoo milkaa'inaa akka horataniif miira gaarii, gaarii kan hin taanes to'achuun dandeettii barattoonni goonfachuu qabanidha.



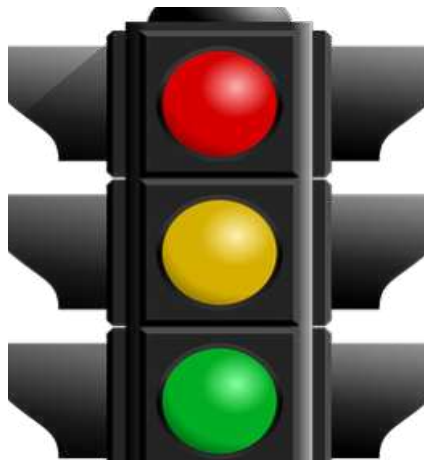
Tapha qillee

B. Ifa Tiraafikaa

Taphni kun yeroo kamitti iyyuu kan taphatamuu danda'uufi dandeettii of-to'achuu kan gabbisuudha.

Tartiiba shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Sagalee guddaadhaan "Magariisa" yeroo jedhamu, barattoonni dirree keessa olii gadi ariitiin deemuufi haasa'uu. Yoo barbaadanis shubbisuu.
- Daqiiqaa muraasa booda "Keelloo" yeroo jedhamu, ariitii isaanii baay'ee hir'isuun suuta jedhanii deemuu.
- Xumura irratti "Diimaa" yeroo jedhamu, guutummaan guutuutti sochii dhaabuu.
- Nama utuu dhaabachuu qabuu socho'e yookaan deemeef sirreeffama kennuu.
- Irra deddeebiin shaakaluu.
- Qaama qabbaneeffachuun shaakala xumuruu.



Ifa tiraafikaa

3.1.1 Naamusa Dhuunfaa Shaakaluu

Naamusni dhuunfaa dandeettii amala ofii, fedhii ofii, miira ofiifi gocha ofii to'achuu danda'uuti. Maatii, hawaasaa-fi mana barumsaa keessa jiraannu keessatti naamusa gaarii agarsiisuun fudhatama akka qabaannuufi namoonni ilaalcha gaarii akka nuuf qabaatan taasisa.

Barnoota fayyaafi jabeenya qaamaa keessatti immoo taphoota garaagaraa keessatti yeroo hirmaannu haala kam keessattiyyuu miira keenya to'achuun naamusa gaarii agarsiisuun barbaachisaadha.

Namni kamiyyuu gocha garaagaraa keessatti hirmaachuun amala badaa hir'isaa amala gaarii immoo horachuun naamusa dhuunfaa isaa gabbifachuu ni danda'a. Isaanis gochawwan akka kitaaba dubbisuufi sochii qaamaa dalaguu of keessatti hammata.

3.1.2 Duudhaa Hawaasaa adda baasuu

Duudhaan hawaasaa gocha garee hawaasaa tokko keessatti baratamaa ta'eefi sirrii ta'e jechuudha. Hawaasni kamiyyuu duudhaa mataa isaa ni qaba. Hawaasa tokko keessatti wanti fudhatama qabu hawaasa biraa biratti fudhatama qabaachuu dhiisuu danda'a. Kanaafuu, duudhaa hawaasa keessa jiraannuu adda baasnee beekuun barbaachisaadha. Duudhaa hawaasa keessa jiraannuu adda baasnee beekuun immoo akka hawaasni barbaadutti gochuuf yookaan jiraachuuf nu gargaara.

3.2. Taphootaafi Sochiilee Keessatti Murtoo Kennuu Shaakaluu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura bogonnaa kanaa booda:

- Dandeettiikee irratti hundaa'uun murtee kennuuf ka-ka'umsa nihoratta.
- Gadi fageenyaan yaaduun murtii sirrii nikennita.
- Shaakala keessatti itti gaafatamummaa murtee kennuu nigabbifatta.

Murtee kennuun miira namummaa, safuufi naamusa irratti hundaa'uun dandeettii murtoo sirrii ta'e kennuuti. Itti gaafatamummaan murtee kennuu barattoonni waliin ta'uun akka tarsiimoo bulchiinsaatti of ibsuufi of madaaluun waliin ta'uun rakkoo furuu akka danda'an fayyada. Ga'umsi kun dandeettii barattoonni rakkoo adda baasuufi rakkoo sanaaf furmaata sirrii kennuu guddifachuu of keessatti hammata.

Shaakala Taphoota Murtee Kennuu

Dandeettii murtee kennuu tapha garaa garaa keessatti shaakaluun ni danda'ama. Isaan keessaa muraasa isaanii akka asiin gadiitti ilaalla.

A. Dursanii Taa'uu

Taphni kun dafanii yaaduun murtee kennuu akka danda'an taasisa.

Hubachiisa: Baay'inni barattootaa baay'ina tessumaa tokkoon caaluu qaba! Fakkeenyaaf barattoonni dorgoman 10 yoo ta'an, baay'inni teessumaa 9 ta'uu qaba.

Tartiiba Shaakalaa

- Qaama ho'ifachuu.
- Teessuma qopheessuun barattoonni daree/dirree keessa akka sosocho'an gochuu.
- Hanga mallattoon kennamutti shubbisaa olii gadi deemuu.
- Mallattoon yeroo kennamu fiiguun teessuma barbaadan irra dursanii taa'uu.
- Nama teessuma dhabe tokko keessaa baasuun teessuma tokko immoo hir'isuu.
- Hanga namni mo'atu adda ba'utti maluma kana irra deddeebi'uun fayyadamuu.
- Xumura irratti qaama qabbaneeffachuu.



Dursanii taa'uu

3.2.1 Yaaduu Shaakaluu

Dandeettiin gadi fageenyaan yaaduu adeemsa jireenya keenyaa keessatti hedduu barbaachisaadha. Dandeettii yaaduu gabbisuuf gaaffii banaa kennuu, akkasumas barattoonni akka qorataniifi rakkoo akka furan heyyamuufiin barbaachisaadha. Adeemsa rakkoo furuu keessatti deebii mataa isaanii akka calaqqisiisan gochuudhaan akka isaan gadi fageenyaan yaaduu shaakalan gochuun ni danda'ama.

Walumaagalatti dandeettii yaaduu barattootaa dabaluuf qabxiilee asiin gadii xiyyeeffachuun barbaachisaadha.

- Carraa taphaa kennuufii
- Callisanii ilaaluufi deebii/gocha isaanii eeguu
- Rakkoo furuuf gidduu galuu dhiisuu
- Gaaffii banaa ta'e gaafachuu
- Mala dhahuu akka danda'an gargaaruu
- Yaada haaraafi yaada addaa jajjabeessuu

Taphoota Gadi Fageenyaan Yaaduu Gabbisan

A. Karaa Wal-xaxaa

Tapha kana keessatti karaa wal-xaxaatu kennama, sana booda karaa ba'umsaa yookaan karaa seensaa barbaanna.

Gocha 1: Billaacha asiin gadii "A" hanga "E" jiran keessaa kan dafee abaaboo walakkaa irra jiru bira ga'u kami? Kallattiisaa agarsiisi.



Gocha 2: Arba karaa wal-xaxaa keessa jiru kanaaf karaa ba'umsaa barbaadi. Kallattii ba'umsa isaatii jalqabaa hanga xumuraatti agarsiisi.



B. Garaagarummaa Adda Baasuu

Shaakalli kun walitti dhufeenya fakkii gidduu jiru xiinxaluun garaagarummaa isaanii adda baasuun mallattoo itti gochuun kan shaakalamuudha.

Gocha 1:

Fakkii asiin gadi jiruuf garagarummaa gidduu isaanii jiru yoo xiqqaate sadii barbaaduun agarsiisi.



Gocha 2:

fakkii asiin gadi jiruuf garagarummaa+ gidduu isaanii jiru shan barbaaduun agarsiisi.



3.2.2 Tapha Keessatti Rakkoo Adda Baasuu

Tapha keessatti rakkoo mudatuuf furmaata kennuufi murtee sirrii kennuuf rakkoo adda baasuun sadarkaa isa jalqabaati. Kaayyoon sochiilee keessatti rakkoo hiikuu, daa'imman karaa adda ta'een akka yaadaniifi itti bashannanaa rakkoo akka furanidha.

Kanaafuu, tapha keessattiifi shaakala garaagaraa keessatti murtee osoo hin kenniin dura rakkoo adda baasuun barbaachisaadha. Sababni isaa rakkoon adda baanaan murtoo kennuun salphaa ta'a waan ta'eefi.

3.3. Taphootaafi Sochiilee Keessatti Xiyyeeffannoo Shaakaluu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Haalota garaagaraa keessatti waan xiyyeeffannaa barbaaduuf xiyyeeffannaa nilaatta.
- Adeemsa barnootaafi jireenyaa keessatti qalbeeffannaadhaan haalota nihordofta.
- Waantota si qunnaman qalbeefachuudhaan deebii hattamaa nikennita.

3.3.1 Xiyyeeffannaa

Xiyyeeffannoon dandeettii waan kan biraa dhiisanii waan xiyyeeffachuu qaban tokko qalbii guutuudhaan

hordofuuti. Xiyyeeffannoon odeeffannoo dogoggora aittisanii odeeffannoo sirrii qabaachuuf, odeeffannoo sirrii dabarsuufis barbaachisaadha.

Taphoota dandeettii xiyyeeffannoo gabbisan

A. Diimaa-Magariisa

Akka seera tiraafikaatti diimaan “dhaabadhu” jechuu yeroo ta’u, magariisni immoo “deemi” jechuudha.

Tapha kana taphachuuf halluu diimaafi magariisatti dabalee halluu kan biraa lama qopheessuun barbaachisaadha. Halluun dabalataa lamaan kun ajaja “dhaabadhu” jedhuufi “deemi” jedhu bakka bu’u.

Fakkeenyaaf, deemiif gurraacha; dhaabadhuuf immoo burtukaana.

Qajeelfama shaakalaa

Shaakala keessatti dandeettii yaaduu madaaluuf halluun diimaan akka seera tiraafikaa dhaabadhuu osoo hin taane “deemi” akka bakka bu’uufi magariisni immoo “dhaabadhuu” akka bakka bu’u hubadhaa! **Faallaa** seera tiraafikaa kan fayyadamnu shaakala keessatti qofa akka ta’e yaadadhaa.

Tartiiba shaakalaa

- Qaama ho’ifachuu.
- Halluun gurraachi “deemi” halluu burtukaanni “dhaabadhu” akka bakka bu’u hubachiisuu.
- Gurraachi yeroo ol-ka’u deemuu, burtukaanni yeroo ol-

ka'u dhaabachuu.

- Turtii booda gidduutti irraanfachiisuun diimaafi magariisa keessaa tokko ol-kaasuu.
- Nama sirriitti socho'aa jiruuf hin jirre adda baasuun sirreeffama kennuu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Diimaa-magariisa

B. Mataa-Gatiittii-Jilbaafi Quba miilaa

Taphni kun barattoonni bifa faaruutiin mataa yeroo jedhan harkaan mataa tuqanii agarsiisu. Gatiittii, jilbaafi quba yeroo jedhanis wal duraa duubaan harkaan tuqanii irra deddeebiin agarsiisuun taphatama.

Qajeelfama shaakalaa

Yeroo Shaakala jalqaban mataa, gatiittii, jilbaafi quba miilaa harkaan tuquun agarsiisaa dubbatu. Yeroo barsiisaan

gidduutti dagachiisee **mataa** jedhu **quba miilaa** tuquu qabu, yeroo barsiisaan **garaa** jedhu immoo **gurra** tuquun kan shaakalamudha.

Tartiiba shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Ajajni akka kennameen irra deddeebi'uun mataa-gatiit-tii-jilbaafi quba miilaa jechuun faarsuu.
- Xiyyeeffannoodhaan barsiisaa hordofuu.
- Barsiisaan gidduutti dagachiisee mataa yeroo jedhu quba miilaa tuquu.
- Barsiisaan garaa yeroo jedhu gurra tuquu.
- Irra deddeebi'uun dogoggora ofii sirreeffachaa shaakaluu.
- Xumura irratti qaama qabbaneeffachuu.



Mataa-Gatiittii-Jilbaafi Quba miilaa

Cuunfaa boqonnaa

- Hawaasummaafi currisa barachuun adeemsa of-to'achuu, of-beekuu, Dandeettii namoota waliin walii galuu,
- murtee sirrii kennuufi kanneen kana fakkaatan gabbisuuf kan gargaaraniidha.
- Dandeettiinwan kanas sochiilee qaamaafi shaakala adda addaatiin gabbifachuun ni danda'ama. Dandeettii of-to'achuu taphoota akka ifa tiraafikaafi tapha qillee keessatti hirmaachuun gabbifachuu dandeenya.
- Dandeettii murtoo kennuu immoo shaakala akka dursanii taa'uufi dandeettii xiyyeeffannoo immoo taphoota akka diimaa-magariisaafi kan kana fakkaataniin gabbifachuu dandeenya.
- Walumaa galatti, namoonni dandeettii hawaasummaaficurrisaagaarii qaban rakkooguyyaaguyyaa keessatti isaan quunnamu dandamachuu nidanda'u. Akkasumas hawaasa keessattiifi barnootatti fayyadamoo ta'u.

Gilgaala Boqonnaa

I. Gaaffilee asiin gadiitiif yoo sirrii hin taane 'SOBA' yoo sirrii ta'e 'DHUGAA' jechuundeebisi.

1. Taphni qillee tapha dandeettii xiyyeeffachuu gabbi-suudha.
2. Dandeettiin of-to'achuu amala bu'uuraa lammummaa gaariiti.

II. Taphoota roga 'B' jala jiran dandeettii isaan dagaagsan kan 'A' jala jiran waliin walitti firoomsi.

"A"

1. Of-to'achuu
2. Murtee kennuu
3. Xiyyeeffannoo

"B"

- A. Dursanii taa'uu
- B. Karaa wal-xaxaa
- C. Ifa tiraafikaa

BOQONNAA AFUR

FAYYAAFI GA'UMSA QAAMAA

Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa

Xumura boqonnaa kanaa booda:

- Shaakala ga'umsa qaamaa dagaagsan nihubatta.
- Shaakala qaamaa umuriin wal gitan hojjechuun ga'umsa qaamaa nidagaagfatta.
- Sochiilee qaamaa adda addaa keessatti qooda fudhachuuf ilaalcha gaarii ni agarsiista.

Seensa

Ga'umsi qaamaa jireenya namootaa keessatti gahee guddaa qaba. Namoonni jireenya isaanii kallattii hundaan haala gariin gaggeessuuf ga'umsa qaamaa qabaachuun barbaachisaadha. Naannoo keessa jiraatanitti madaqanii, dhiibbaa adda addaa naannoon keessa jiraatan qaama isaaniiirraan gahu mo'atanii jiraachuuf ga'umsa qaamaa qabaachuun murteessaadha.

Barattoonni ga'umsa qaamaa umurii guutuu isaan fayyadu qabaachuuf shaakala qaamaa adda addaa ga'umsa qaamaa dagaagsuu danda'an keessatti qooda fudhachuu qabu.

Kana irraa ka'uudhaan, barattoonni sadarkaa kutaa kanaattidameewwanga'umsaqaamaakeessaakanakkaga'umsa humnummaa dalagaa onneefi sombaa, humnummaa maashaalee, dadacha'iinsaafi si'aayina barachuun sochiilee qaamaa dameewwan kana dagaagsan kan barattaniifi shaakaltan ta'a.

4.1. Shaakala Qaamaa Humnummaa Dalagaa Onneefi Sombaa Dagaagsan

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Maalummaa humnummaa dalagaa onneefi sombaa ni ibsita.
- Sochiilee humnummaa dalagaa onneefi sombaa dagaagsan hojjechuunni agarsiista.
- Sochiilee humnummaa dalagaa onneefi sombaa shaakaluuf fedhii nihoratta.

Gocha 4.1

1. *Humnummaa dalagaa onneefi sombaa jechuun maal jechuudha?*
2. *Sochiileen dalagaa onneefi sombaa dagaagsan maal fa'i?*

Humnummaa dalagaa onneefi sombaa jechuun dandeet-tii sombi, onneeniifi ujummooleen dhiigaa dadhabbi tokko malee yeroo dheeraaf sochiilee hojjechuuf qabaniidha.

Shaakala qaamaa humnummaa dalagaa onneefi sombaa dagaagsan keessaa muraasni isaanii utaalcha haadaa, miila bal'isuufi bargaanfachuun harka bal'isaa utaaluufi kan kana fakkaatanidha.

A. Bargaanfachuun Harka Bal'isaa Utaaluu

Shaakalli kun humnummaa dalagaa onneefi sombaa kan dagaagsuudha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriirfachuu.
- Madaala qaamaa eeggatanii dhaabbachuu.
- Utaaluun miilaan bargaanfachuufi harka lamaan ci-naatti diriirsuu.
- Utaaluun miila bargaanfateefi harka diriire deebisuu.
- Suuta suutaan irra deddeebiin shaakaluu.
- Ariitii dabaluun irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Bargaanfachuun harka bal'isaa utaaluu

B. Jilba Ol-kaasuun Utaaluu

Shaakalli kun humnummaa dalagaa onneefi sombaa akkasumas qindoomina qaamaafi sammuu dagaagsa.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Madaala qaamaa eguun sirriin dhaabbachu.
- Miila bitaafi harka mirgaa ol-kaasuun utaaluu.
- Jijjiiruun miila mirgaafi harka bitaa ol-kaasuun utaaluu.
- Gara fuula duraatti hanga meetira kudhanii utaalaa deemuufi utaalaa deebi'uu.
- Gidduu gidduun boqochuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Jilba ol-kaasuun utaaluu

C. Tapha Kubbaa Miilaa

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Garee lamatti goodamuu.
- Akka seera taphichaatti kubbaa fayyadamuun tapha itti fufuu.
- Dabaree wal jijjiiraa taphachuu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



4.2. Shaakala Qaamaa Humnummaa Maashaalee Dagaagsan

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaatee gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Faayidaa shaakala humnummaa maashaalee nihimta.
- Sochiilee humnummaa maashaalee dagaagsan hojjechuun ni agarsiista.
- Shaakala humnummaa maashaalee qaamaatiif filataman hojjechuuf fedhii nihoratta.

Gocha 4.2

1. Humnummaa maashaalee jechuun maal jechuudha?
2. Sochiileen humnummaa maashaalee dagaagsan maal fa'i?

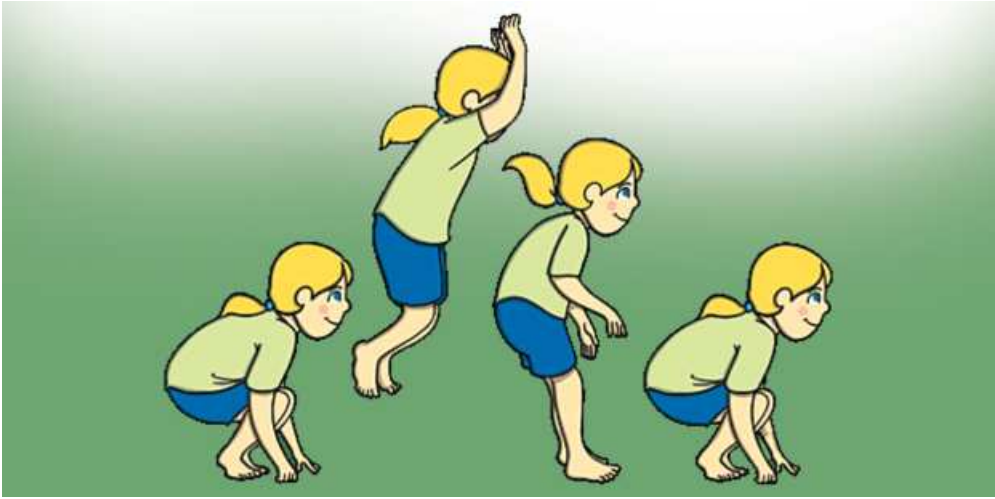
Humnummaa maashaalee jechuun dandeettii maashaaleen dadhabbii malee yeroo dheeraaf sochii hojjechuuf qabudha. Humnummaan maashaalee sochii adda addaa humnummaa maashaalee dagaagsan irra deddeebi'anii dalaguun dagaaga. Sochiilee kana yeroo dalaguu immoo maashaaleen kottoonfachuufi diriirfachuun sochii uumu.

Sochii Humnummaa Maashaalee Dagaagsan

A. Utaalcha Raachaa

Akkaataa shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Harkaan lafa qabachuun ofirra taa'uu.
- Miila lamaan wal faana kaasuun gara fuula duraa utaaluufi gadi jechuun gara miilaatti butuun lafa qabachuu.
- Haala kanaan gara fuula duraatti utaalaa deemu.
- Utaalcha shanii hanga ja'aa booda kallattii jijjiiruun utaalaa bakkatti deebi'uu.
- Suutaafi ariitiin irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Utaalcha raachaa

B. Fiigichaan Tulluu Bahuu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Bal'ina ceekuutiin harkaan lafa qabatanii miila lamaan duubatti diriirsuu.
- Miila bitaa duubatti diriire gara fuula duraa fiduu.
- Miila bitaa gara fuula duraa fidan duubatti deebisuun miila mirgaa duubatti diriire gara fuula duraa fiduu.
- Osoo bakka sana hin gadhiisiin miila bitaafi mirgaa wal jijjiiraa irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



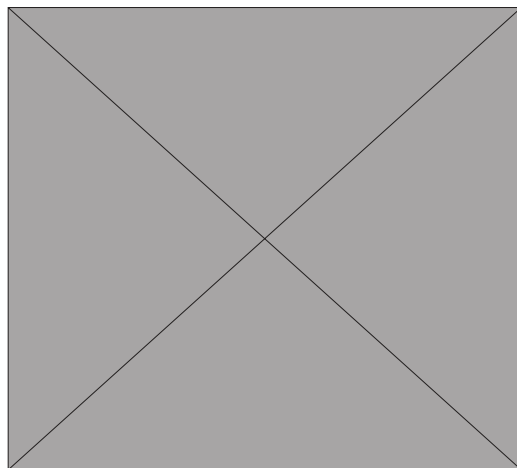
Fiigicha tulluu bahuu

C. Ulfaatina Qaamaa Miila Lamaan Irra Oolchuu

Ulfaatina qaamaa miila irra oolchuun sochii humnummaa maashaalee mudhii gadii cimsan keessaa tokkodha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Bal'ina ceekuun miilaan bargaanfachuun dhaabachuu.
- Miila jilbatti cabsuun duubaan gadi taa'uu.
- Ulfaatina qaamaa miilaafi koomee irra oolchuu.
- Sekoondii muraasa turuu.
- Irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura irratti qaama qabbaneeffachuu.



Ulfaatina qaamaa miila lamaan irra oolchuu

4.3 Dadacha'iinsa

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Faayidaa shaakala dadacha'iinsaa nihimta.
- Shaakala dadacha'iinsaaf filataman hojjechuun niagararsiista.
- Shaakala dadacha'iinsaa hojjechuuf fedhii nihoratta.

Gocha 4.3

1. Dadacha'iinsa qaamaa jechuun maal jechuudha?
2. Dadacha'iinsi bakka meeqatti goodama?

Dadacha'iinsa jechuun dandeettii qaamni kallattii adda addaatti dabuu, hiixachuu, micciiramuu, naanna'uufi kan kana fakkaatan hojjachuuf qabuudha. Shaakalli dadacha'iinsaa

bakka lamatti goodama. Isaanis, bakka tokko dhaabachuunii-
fi bakkaa bakkatti socho'uun qaama dadachaasuudha.

A. Harkaan Hiixatanii Quboota Harkaan Quboota Miilaa Tuquu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Taa'anii miila lamaan fuula duratti diriirfachuu.
- Osoo jilba hin cabsin harka lamaaniin hiixachuun quba harkaan quba miilaa tuquu.
- Sekondii muraasaaf turuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Hiixatanii quba miilaa tuquu

B. Garaan Ciisanii Lafaa Ol-hiixachuu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Harkaafi miila duubatti diriirsuun garaan ciisuu.
- Qaama mudhii oliitiin yookiin mataadhaan suuta lafaa ol hiixachuu.

- Sekondii muraasaaf achuma turuu.
- Qaama mudhii olii ol-qabne deebisuun akka jalqabaatti garaan ciisuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



C. Dhaabbii Irraa Gadi Jechuun Harkaan Quba Miilaa Tuquu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Miila lamaan walitti siiqsuun sirriin dhaabbachuu.
- Gadi jechuun harkaan hiixatanii quba miilaa tuquu.
- Sekoondii muraasaaf achuma turuu.
- Ol jechuun bakka dhaabbiitti deebi'uu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Dhaabbii irraa gadi jechuun harkaan quba miilaa tuquu

4.4 Si'aa'ina

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaatee gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Faayidaa shaakala si'aa'inaa ni ibsita.
- Sochiilee si'aa'ina dagaagsan hojjechuun ni agarsiista.
- Sochiilee si'aa'ina dagaagsan keessatti hirmaachuuf fedhii nihoratta.

Gocha 4.4

1. *Si'aa'ina jechuun maal jechuudha?*
2. *Sochiileen si'aa'inaa dagaagsan sochiilee akkamiiti?*

Si'aa'ina jechuun dandeettii sochii adda addaa madaala qaamaa eeguun qindoominaan kallattii jijjiiruun haala gaariin dalaguu jechuudha. Dandeettii si'aayinaa qabaachuun ajaja yookiin sochii adda addaaf deebii hatattamaa

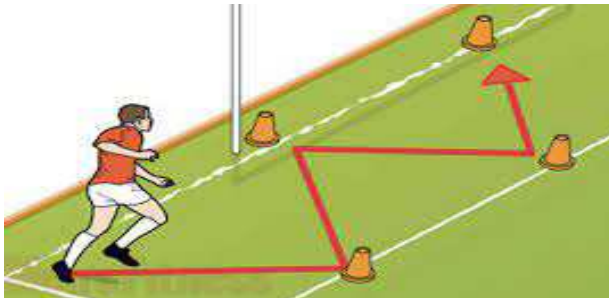
kennuufi qindoominaan dalaguuf nama gargaara. Shaakalli qaamaa dandeettii si'aa'inaa dagaagsan hedduutu jira. Isaan keessaa muraasni:

A. Fiigicha Sarara Jajallaa

Shaakalli kun dandeettii ariitiin kallattii jijjiiruun sochii dalaguu kan fooyyeessuudha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Wantoota mallattoo ta'anii mul'atan kan akka kubbaafi koonii, meetira sadi sadii wal irraa fageessuun bifa sarara jajallaan kaa'uu.
- Barattoonni hiriira tarreen duuba sararaa hiriiruu.
- Sochii fiigichaa kallattii koonii yookiin mallattoon kaa'amee jirutti ariitiin figuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.

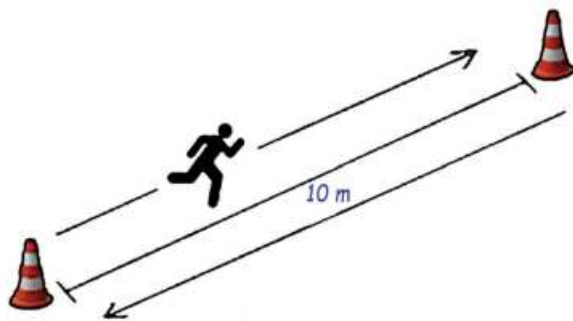


Fiigicha sarara jajallaa

B. Fiigicha Ariitii Meetira 10ni

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Kubbaa yookiin wanta akka mallatootti mul'atu meetira 10 irra kaa'uu.
- Hiriiraan dhaabachuu.
- Ariitiin mallattoo fageenya meetira 10 irra kaa'ame tuqanii deebi'uun duuba hiriiruu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.

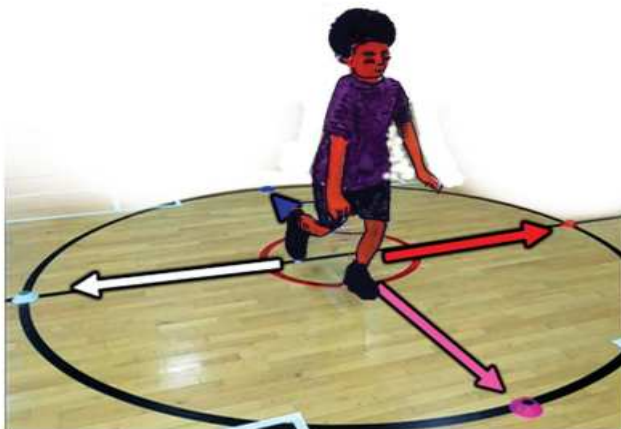


Fiigicha ariitii meetira 10

C. Geengoo Keessa Kallaattii Garaagaraatti Fiiguu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuu.
- Walakkaa geengoo dhaabachuu.
- Kallattii arfan xiyyaan agarsiifametti jijijjiiraa fiiguu.
- Geengoo keessaa ba'uun xumura hiriira deemuun dhaabachuu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Geengoo keessa kallaattii garagaraatti fiiguu

Cuunfaa Boqonnaa

- Fayyaa gaarii qabaatanii jiraachuuf ga'umsa qaamaa dagaagfachuun barbaachisaadha.
- Ga'umsa qaamaa shaakala qaamaa dameewwan ga'umsa qaamaa kanneen akka humnummaa dalagaa onneefi sombaa, humnummaa maashaalee, dadacha'iinsafi si'aa'yina dagaagsan filachuun yookiin adda baafachuun shaakaluudhan dagaagfachuun nidanda'ama.
- Sochiin shaakala humnummaa dalagaa onneefi sombaa dagaagsuuf kutaa kanaaf filataman kanneen akka utaalcha haadaafi bargaanfachuun harka bal'isaa utaaluudha.
- Dadacha'iinsi dandeettii qaama kallattii adda addaatti dabsuu, hiixachuu, miicciiramuu, naanna'uufi kan kana fakkaatan hojjechuu danda'uuti.
- Si'aayina jechuun dandeettii sochii garaagaraa karaa bu'a qabeessa ta'een kallattii jijijjiiruun dalaguu jechudha.

Gilgaala boqonnaa

I. Gaaffilee asiin gadiitiif yoo sirrii ta'e 'DHUGAA' yoo sirrii hin taane 'SOBA' jechuun deebisi.

1. Fiigichi meetira kudhanii shaakala dadacha'iinsa qaamaa dagaagsuudha.
2. Dadacha'iinsa jechuun dandeettii qaamni kallattii adda addaatti hiixachuufi micciiramuuf qabuudha.

II. Gaaffilee armaan gadiitiif deebii sirrii filadhu.

1. Shaakalli qaamaa humnummaa onneefi sombaa caalaatti

dagaagsu isa kami?

A. Puush-aappi

C. Utaalcha wadaroo

B. Sit-aappii

D. Hiixachuu

2. Ulfaatina qaamaa miila lamaan irra oolchuun ga'umsa _____ caalaatti dagaagsuu danda'a.

A. Humnummaa onne

C. Dadacha'iinsa

B. Humnummaa maashaa

D. Si'aayina

3. Harkaan hiixatanii quba miilaa tuquun shaakala _____ ti.

A. Si'aayinaa

C. Ariitii

B. Humnummaa maashaa

D. Dadacha'insaa

4. Dandeettiin sochii tokko ariitiin kallattii jijjiiruun dalaguu maal jedhama?

A. Si'aayinaa

C. Ariitii

B. Humnummaa maashaa

D. Dadacha'iinsaa

III. Gaaffilee asiin gadiitiif deebii gabaabaa barreessi.

1. Si'aayina jechuun maal jechuudha?

2. Sochiilee humnummaa dalagaa onneefi sombaa dagaagsan tarreessi.

BOQONNAA SHAN

QIRIPHAA (GYMNASTICS)

Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa

Xumura barannoo kanaa booda:

- Dandeettii qiriphaa bu'uura nidalagda.
- Sochiilee waa dhiibuu, harkisuufi madaalaa ni dalagda.
- Bu'aa sochiilee qiriphaa nihubatta.

Seensa

Jechi jiminaastikii jedhu jecha Afaan Giriikiitiin "Jiminos" jedhu irraa kan moggaafameedha. 'JIMINOS' jechuun qullaa ta'uun yookaan osoo huccuu hin uffatiin sochii addaa addaa dalaguu jechuudha.

Qiriphaan biyyoota adda addaa keessatti kaayyoofi bu'aa adda addaaf kan dalagamu ta'uu isaa seenaan qiriphaa ni ibsa. Yeroo durii sochii qiriphaa wajjin kan wal fakkaatu

biyyoota adda addaa keessatti hojjetamaa akka ture seenaan jiminaastikii ni ibsa. Qiriphaan faayidaa hedduu qaba isaan keessaa muraasni isaanii dandeettii ga'umsa qaamaa adda addaa guddisuu, guddina maashaalee harkaa, gatiittii, qomaa, garaa, miilaafi dugdaa cimsuufi fayya qabeessa ta'uufidha. Akkasumas, ofitti amanamummaa akka dagaagfatan, naamusa gaarii akka qabaataniifi dandeettii waa uumuu akka gabbifatan taasisa.

Qabiyyeewwan boqonnaa kana keessatti barataman dandeettii qiriphaa bu'uuraa dalagaalee salphaafi qiriphaa bu'uraati.

5.1. Dandeettii Qiriphaa Bu'uuraa Dalagaalee Salphaa

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Dandeettii qiriphaa bu'uuraa ni ibsita.
- Dandeettii qiriphaan barbaadu ni himta.
- Sochiilee qiriphaa bu'uuraa dda addaa hojjettee ni agarsiista.
- Akkaataa sochiin qiriphaa bu'uuraa itti hojjetamu nidingisiifatta.

Gocha 5.1

1. *Dandeettiwwan qiriphaa bu'uuraa keessaa kan beektan tarreessaa.*

A. Qiriphaa (gymnastics)

Qiriphaan bara durii biyyoota adda addaa keessatti baay'eetti hojjatamaa kan ture ta'uu isaa seenaan ni ibsa. Kana irraa kan ka'e sochiin qiriphaa sochii umurii dheeraa qabu akka ta'e ni hubatama.

Jechi jiminaastikii jedhu jecha Afaan Giriikiitiin "Jiminos"

jedhurraa kan moggaafame ta'ee JIMINOS jechuun qullaa ta'uun yookaan osoo huccuu hin uffatiin sochiilee adda addaa hojjechuu jechuudha.

B. Dandeettiinwan Qiriphaa Bu'uuraa

Dandeettiinwan qiriphaa bu'uuraa kan jedhaman dadacha'iinsa, jabeenya qaamaa, madaala qaamaa, jabeenya qaama mudhii oliifi gadii, aangoo, xiyyeeffannoo sammuu, naamusaafi kan kana fakkaataniidha.

5.1.1 Duraafi Duubatti Gaggaragaluu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Akkaataa raawwii sochii gaggaragaluu duraafi duubaa adda nibaafatta.
- Haala adda addaan gara fuula duraatti gaggaragaluu hojjechuun ni'agarsiista.
- Sochiilee gara duubaatti gaggaragaluu hojjechuun ni agarsiista.
- Sochiilee qiriphaa gaggaragaluu ni dinqisiifatta.

Gocha 5.2

1. Gosoota gaggaragaluu keessaa kan beektu himi.
2. Sochiilee qiriiphaa bu'uuraa keessaa tokko fudhachuun akkaataa raawwii isaa ibsi.

Maalummaa sochii qiriphaa mata duree darbe keessatti barachuun keessan niyaadatama. Mata duree kana keessatti sochiilee bu'uuraa qiriphaa keessaa gaggaragaluun maal akka ta'eefi bakka meeqatti akka hiramuu, akkasumas faayidaawwan gaggaragaluu nibaratta.

Sochiileen gaggaragaluu kun kan raawwatamu harkaafi ceekuu keenya fayyadamuudhaan yoo ta'u, ga'umsi dadacha'iinsa mormaafi dugdaas baay'ee barbaachisaadha. Sochii kana hojjachuudhaaf meeshaawwan kan akka afata ispoonjii, jirbiifi marga irraa hojjetame

nibarbaachisa. Haata'u malee iddoo meshaaleewwan olitti eeraman hin argamnetti bakka walqixxaataa marga uffate filachuudhaan dalaguun nidanda'ama. Dameelee gaggaragaluu keessaa muraasi isaanii:

A. Gara Fuula Duraatti Gaggaragaluu

Gara fuula duraatti gaggaragaluu dameelee gaggaragaluu keessaa isa tokko ta'ee, yeroo hojjetamu gonkumaa mataan lafa tuquu hinqabu.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuu.
- Harka lamaan qixa bal'ina ceekuutiin banuudhaan gara fuula duraatti diriirsuun dhaabachuu.
- Koomee irra taa'uudhaan harka lamaan lafa qabachuu.
- Qaama koomee irra taa'e ol-kaasuudhaan, dhawaataan madaala qaama ofii gara fuula duraatti gochuudhaan, akkasumas mataa miila lamaan (jilba lamaan) gidduutti dhoksuun, ceekuus gara keessaatti dabsuun gara fuula

duraatti garagaluu.

- Erga garagallee booda harka keenya qixa bal'ina ceekuutiin banuudhaan ol ka'uu.
- Haaluma kanaan boqonnaa fudhachaa hanga dandeettiisirriittidagaagfannutti hordoffiibarsiisaatiin/ barsiistuun irra dedeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Gara fuulduratti gargaluu

B. Gara Duubaatti Garagaluu

Sochiin kun faallaa sochii gara fuula duraatti garagaluu ta'ee humna kan barbaaduufi dandeettiin dadacha'iinsa gateettii-fi mormaa baay'ee murteessaadha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuufi diddiriirfachuu.
- Harka lamaan fuulduratti diriirsuun dhaabachuu.
- Harka gara duubaatti gateettiirra kaa'uun quphanuu.
- Koomee irra taa'uudhaan ijaan gara samii ilaaluu.
- Hanga harki lamaan lafa qabachuu danda'utti gara duubaatti qaama guutuun deemuu.

- Yeroo qaamni duubatti deemu teessuma irraa ol-ka'uufi mataa gara duubatti dabsuudhaan qophaa'uu.
- Harka lafa qabatee jiruun lafa gadi dhiibuun qaama gara duubaatti darbachuun garagaluu.
- Ol-ka'anii dhaabachuu.
- Erga garagalamee booda bakka jalqabaatti deebi'uu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Gara duubaatti garagaluu

5.1.2. Harka Lamaan Akka Raachaatti Dhaabachuufi Mataan Dhaabachuu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Akkaataa raawwii sochii harka lamaan akka raachaatti dhaabachuufi mataan dhaabachuu addaan nibaafatta.
- Haala adda addaan harka lamaan akka raachaatti dhaabachuufi mataan dhaabachuu hojjechuunni agarsiista.
- Sochiilee harka lamaan akka raachaatti dhaabachuufi mataan dhaabachuu nidingisiifatta.

A. Harka Lamaan Akka Raachaatti Dhaabachuu

Sochiilee qiriphaa bu'uuraa keessaa tokko ta'ee dandeettii bu'uuraa kan akka jabeenya irree harkaa, jabeenya qaama mudhii oliifi gadii, madaala qaamaa eeggachuufi dadacha'iinsaa kan barbaadudha.

Akkaataa Shaakala

- Qaama hoo'ifachuu.
- Garee lamaa-hanga afurii uumuun dhaabachuu.
- Barattoonni fuula dura hiriiran of-irra taa'uu.
- Harka bal'ina ceekuutiin bananii lafa qabatanii gadi dhiibuu.
- Qaama suuta duubaa ol-kaasuun miila lamaanii ulfaatina qaamaa harka lamaan irra oolchuu.
- Turtii hanga turuu danda'an dhaabachuu.
- Dabaree dabareen irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Harka lamaan akka raachaatti dhaabachuu

B. Mataan Dhaabachuu

Mataan dhaabachuun gosa qiriphaa walabaa dirree keessaa tokko ta'ee, ulfaatina qaamaa mataafi maashaalee mudhii olii irra oolchuun miila lamaan gara samii ol-diriirsuun harkaa fi mataan lafa dhaabachuu jechuudha. Dandeettii bu'uura jabeenya mataa, jabeenya maashaalee mormaa, jabeenya maashaalee irree harkaafi madaala qaamaa eeggachuu kan barbaaduudha.

Qiriphaan kun barattoota sadarkaa kanaatti ulfaachuu waan danda'uuf hanga tokko tokkoon of-danda'anii hojjetanitti jalqaba lama lama ta'anii wal deggeraa akka hojjetan gochuun barbaachisaadha.

Akkaataa Shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Barattoonni lama lama ta'uun walitti garagalanii dhaabachuu.
- Harka bal'ina ceekuutiin banuun harka lamaaniin lafa dhiibuun, miila tokko lafa irra tursiisuufi tokko immoo qilleensa irra oolchuu.
- Deggersa hiriyaan ulfaatina qaamaa harka lamaaniifi mataa irra oolchuu.
- Of-danda'anii mataan dhaabachuu.
- Hanga danda'an mataan dhaabatanii turuu.
- Dabaree wal jijjiiruun irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura irratti qaama qabbaneeffachuu.



Mataan dhaabachuu

5.1.3. Boca 'V' Uumuun Taa'uufi Ulee Madaalaa Irratti Madaala Qaamaa Eggachuu

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Akkaataa raawwii sochii boca 'V'tti taa'uufi ulee madaalaa irra dhaabachuu addaan nibaafatta.
- Akka boca 'V'tti taa'uufi ulee madaalaa irra dhaabachuu hojjechuun niagarsiista.
- Akka boca 'V'tti taa'uufi ulee madaalaa irra dhaabachuu nidingisiifatta.

C. Boca 'V' Uumuun Taa'uu

Akkaataa shaakalaa

- Qaama ho'ifachuu.
- Bifa geengoon hiriiruu.
- Miila fuula duratti diriirsuun taa'uu.

- Barsiisaan tokko yoo jedhu/ttu dugdaan ciisuun harka duubatti diriirsuu.
- Barsiisaan Lama yoo jedhu/ttu qaama mudhii oliin ol-ka'uun harka lamaanii fi miila lamaan fuula duratti diriirisuun boca "V" uumuun taa'uu.
- Turtii yeroo hanga turuu danda'an turuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Boca 'V' uumuun taa'uu

D. Ulee Madaalaa Irratti Madaala Qaamaa Eeggachuu

Madaala qaamaa eeggachuu jechuun osoo asiifi achii hin raafamiin yookiin hin hollatin haala sirrii ta'een dhaabachuu jechuudha. Qiriphaan kunis madaala qaamaa eeggachuu dagaagfachuufi jabeenya maashaalee cimsachuuf baay'ee barbaachisa.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Ulee madaalaa yookiin wanta baxxee lafa irraa seenti-meetira 50 ol-fagaatu qabaachuu.
- Tarreen hiriiruun harka lamaan cinaatti diriirsuun miila tokkoon ulee madaalaa irra dhaabachuu.
- Dabaree dabareen irra deddeebi'uun shaakaluu.

- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Ulee madaalaa irratti madaala qaamaa eeggachuu

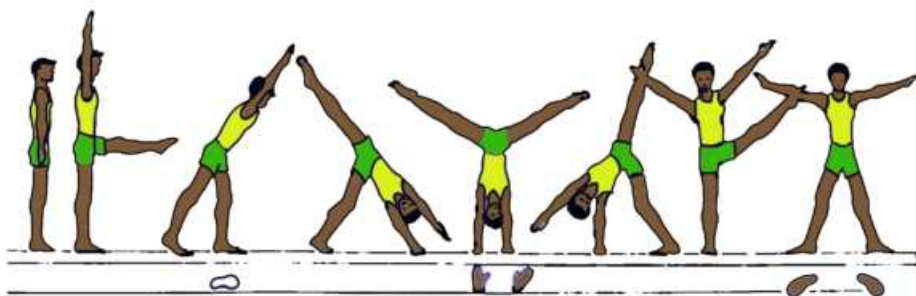
5.1.4. Harkaan Lafa Qabatanii Gara Cinaatti Garagaluu

Harkaan lafa qabatanii gara cinaatti garagaluun gosa qiriphaa walabaa keessaa tokko ta'ee, akkaataa hojii mataa isaa kan-qabuudha. Harkaan lafa qabatanii gara cinaatti garagalun kan inni barbaadu dandeettii jabeenya irree harkaafi qindoomina qaamaati.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriinfachuu.
- Bakka ga'aa ta'e irratti fuula kallattii hojjetamutti taas-isuudhaan hiriiraan dhaabachuu.
- Harka lamaan mataa olitti ol-kaasuufi miila lamaan keessaa tokko ol-kaasuu.
- Jilba kaasuudhaan tarkaanfii tokko gara fuula duraatti deemuu.

- Ulfaatina qaamaa miila isa fuula duraa irra oolchuu.
- Harka lamaan keessaa tokkoon lafa qabachuu.
- Miila lamaan keessaa tokko gara cinaatti deemsiiisuudhaan, ulfaatina qaamaa miila hafe irra gochuun gadi dhiibuu.
- Yeroo sochiin kun hojjetamu miili akka boca 'V' addaan banuu.
- Bogonnaa fudhachaa irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Gara cinaatti garagaluu

5.1.5 Afata Irra Walakkaan Of-irra Naanna'uun Utaaluu

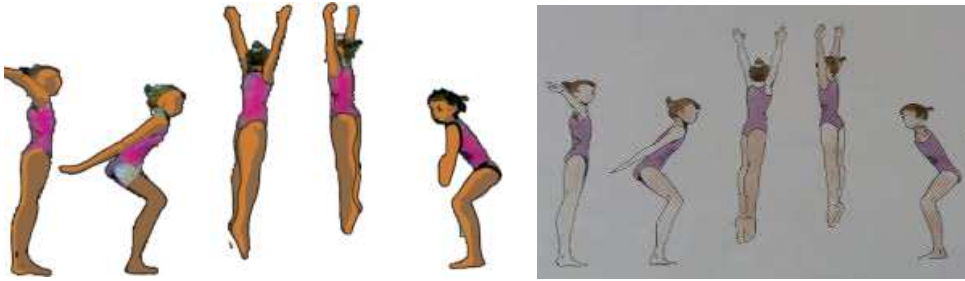
Qiriphaa qindoomina qaamaafi si'aa'ina dagaagfachuuf gargaaruudha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama ho'ifachuu.
- Tarreen wal irraa siqanii hiriiruu.
- Miila bal'ina ceekuun banuun harka lamaan fuula duratti diriirisuun kaabatti garagaluun dhaabachuu.
- Barsiisaan tokko yoo jedhu/ttu kallattii kibbaatti

of-irra naanna'uun utaaluun dhaabachuu.

- Barsiisaan lama yoo jedhu/ttu utaaluun bakka duraatti deebi'uun dhaabachuu.
- Haala kanaan irra deddeebi'uun shaakaluu.



Walakkaan of-irra naanna'uun utaaluu

5.1.6 Jilbeenfachuun Fuulduratti Lapheen kufuu

Sochiin kun sochii puush-aappiishamarranii waliin kan wal fakkaatu ta'ee, qaama mudhii olii dagaagsuuf kan fayyaduudha. Sochiin kun yommuu hojjetamu humnaa ol akka hin hojjenne of-eeggannoo gochuun barbaachisaadha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriinfachuu.
- Bakka ga'aa ta'e irra hiriiruun dhaabachuu.
- Bakka dhaabatan irraa gadi taa'uun jilbeenfachuu.
- Harka gara fuula duraatti diriirsuun kufuu lafa qabachuu.
- Battala harki lafa qabatetti laphee hordofsiisuun lapheen ciisuu.
- Ol-ka'uun jilbeenfiitti deebi'uun dabaree irra deddeebiin shaakaluu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



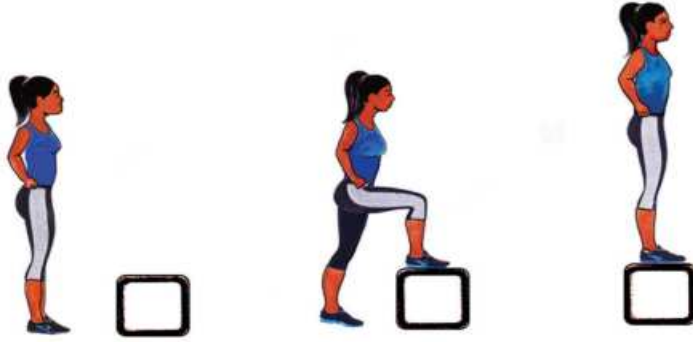
Jilbeenfachuun fuulduratti lapheen kufuu

5.1.7 Sochii Waa Yaabanii Bu'uu Salphaa

Sochiin waa yaabanii bu'uu salphaa sochii mudhii gadii dagaagsan keessaa isa tokko ta'ee irra caalaa jabeenya miilaaf kan gargaaruudha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti hoo'ifachuufi diddiriirfachuu.
- Bakka ga'aa ta'e irratti fuula gara meeshaa irra yaabaniitti gochuudhaan dhaabachuu.
- Jilba kaasuudhaan tarkaanfii tokko gara fuula duraatti deemuu.
- Ulfaatina qaama miila isa fuula duraa irra oolchuun meeshaa/teessoo irra yaabuu.
- Erga yaabaniin booda bu'anii bakka jalqabaatti deebi'uu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Sochii waa yaabuu salphaa

5.1.8. Gargaarsaan Gara Fuula Duraatti Garagaluu

Sochii qiriphaa wal deeggeraa hojjetan ta'ee, qindoomina qaamaafi jabeenya qaamaatiif barbaachisaa dha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Lama lamaan walitti garagalanii hiriiruu.
- Tokko yeroo sochii dalaguu tokko immoo gargaaruu.
- Warri hojjetan harka bal'ina ceekuun bananii lafa qabachuu.
- Mataan akka lafa hin tugne gara keessaatti naannes-suu.
- Gargaarsaan gara fuula duuraatti garagaluu.
- Irra deddeebi'uun dabaree wal jijjiiraa hojjechuu.
- Xumura shaakalaa irratti qaama qabbaneeffachuu.



Gargaarsaan gara fuula duraatti gaggaragaluu

5.1.9 Ulee baal Tokkee Irra Oliifi Gadi Harkifamuu

Sochiin kun jabeenya maashaa harkaa cimsuuf barbaachi-isaadha.

Akkaataa shaakalaa

- Qaama hoo'ifachuu.
- Tartiibaan hiriiruu.
- Dabaree dabareen muka dalgee irra hanga danda'an oliifi gadi harikifamuu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Ulee baal tokkeetti harkifamuu

5.2. Qiriphaa Bu'uuraa

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Faayidaa qiriphaa bu'uuraa nihubatta.
- Qiriphaa bu'uuraa garagaraa hojjechuun ni agarsiista.
- Akkaataa dalagaa qiriphaa bu'uuraa nidingisiifatta.

Qiriphaan qaama namaatiif faayidaa hedduu qaba. Isaan keessaa muraasni jabeenyaafi boca sirrii ta'e qaamaaf kennuudha.

5.2.1 Afata Irra Utaaluu

Afata irra utaaluun soda malee utaaluun sochii dalaguu barattootaa cimsuuf barbaachisaadha

Akkaataa Shaakala

- Qaama hoo'ifachuu.
- Hiriiraan dhaabachuu.
- Dabaree dabareen afata irra ol-utaaluun deddeebi'uu.
- Irra deddeebi'uun shaakaluu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Afata irra utaaluu

5.2.2 Qaama Guutuun Afata Irra Gaggaragaluu

Sochii qaama guutummaatti cimsuuf dalagamudha.

Akkaataa Shaakala

- Qaama ho'ifachuu.
- Hiriiraan dhaabachuu.
- Afata irra taa'uu.
- Afata irra harka duubatti miila fuula duratti diriirsuun dugdaan ciisuu.

- Afata irraa dugdaan ol-jechuun harkaan miila qabachuu.
- Dabaree dabareen irra deddeebi'uun hojjechuu.
- Xumura shaakalaatti qaama qabbaneeffachuu.



Qaama guutuun Afata irra gaggaragaluu

Cuunfaa Boqonnaa

- Qiriphaan biyyoota adda addaa keessatti kaayyoofi bu'aa adda addaaf kan dalagamu ta'uu isaa seenaan ni ibsa.
- Jechi jiminaastikii jedhu jecha Afaan Giriikiitiin "Jiminos" jedhu irraa kan moggaafameedha.
- 'JIMINOS' jechuun qullaa ta'uun yookaan osoo huccuu hinuffatin sochii addaa addaa dalaguu jechuudha.
- Faayidaa sochii qiriphaa keessaa muraasni isaanii dandeettii ga'umsa qaamaa adda addaa guddisuu, guddina maashaalee harkaa, gatiittii, qomaa, garaa, miilaafi dugdaa cimsuufi fayya qabeessa ta'uufidha. Akkasumas, ofitti amanamummaa akka dagaagfatan, naamusa gaarii akka qabaataniifi dandeettii waa uumuu akka gabbifatan taasisa.

Gilgaala Boqonnaa

I. Gaaffilee asiin gadii yoo sirrii ta'e "Dhugaa" yoo sirrii hin taane "Soba" jechuun deebisi.

1. Qiriphaan naamusa gaarii akka horannu taasisa.
2. Qiriphaan meeshaa fayyadamuun qofa hojjetama.

II. Gaaffilee asiin gadiitiif deebii sirrii filadhu.

1. Faayidaa sochii qiriphaa kan ta'e kami?
A. Jabeenya qaamaaf C. Boca gaariif
B. Fayyummaaf D. Hunda
2. Jechi jiminaastikii jedhu jecha afaan maalii irraa dhufe?
A. Ingilizii B. Girikii C. Jarmanii D. Ameerikaa

III. Gaaffilee asiin gadiitiif deebii gabaabaa barreessi.

1. Jiminos jechuun maal jechuudha?
2. Sochiileen qiriphaa maal fa'i? Tarreessi.

BOQONNAA JA'A

SHUBBISAAFI TAPHOOTA AADAA SADARKAA GODINAATTI

**Bu'aalee barachuu boqonnaa kanaa
Xumura boqonnaa kanaa booda:**

- Shubbisaafi taphoota aadaa godina keetii niqu'atta.
- Shubbisaafi taphoota aadaa godina keetiif ni uumta.
- Shubbisaafi taphoota aadaa godina keetii ni agarsiista.

Seensa

Aadaan eenyummaa sabni tokko kan ittiin of-ibsuufi maalummaa isaa ittiin agarsiisu yookaan kan ittiin of mul'isudha. Aadaan hawaasni tokko jiruuf jireenya isaa karaa ittiin ibsatuufi muuxannoo horate dhaloota irraa gara dhaloota itti aanuutti dabarsudha. Boqonnaan kun kutaa lamatti kan qoodamudha. Isaanis: Shubbisa aadaa godina barattoonni keessa jiraataniifi taphoota aadaa godina barattoonni keessa jiraatan of-keessatti hammata.

6.1 Shubbisa Aadaa Beekamoo Godina Barattoonni Keessa Jiraatanii

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuun qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Shubbisa aadaa godina keessa jiraattuu qorachuun nihimta.
- Shubbisa aadaa beekamoo godina keetii shubbisuun ni agarsiista
- Shubbisa aadaa godina keessa jiraattuu nidingisiifatta.

Gocha 6.1

1. *Shubbisa aadaa godina keessa jiraattu keessaa kan beektu tarreessi.*

Biyya keenya keessa sabaafi sab-lammii shubbisa aadaa garaagaraa qabantu jiraata. Innis naannoodhaa naannootti, godinaa godinatti garaagarummaa niqabu.

Akka fakkeenyaatti shubbisa aadaa godinaalee Oromiyaa muraasa isaanii yoo ilaallu:

1. **Jimmaa** : Gad-tumee fi Ol-tumee
2. **Harargee** : Shaggooyyeefi Mirrisa
3. **Wallaggaa** : Geelloo
4. **Baalee** : Ashkumme
5. **Arsii** : Tirrii

6. **Boorana** : Hoo-hayyoo
7. **Shawaa** : Ragada, Dhiichisaafi Raphisa
8. **Walloo**: Hammisaafi sidaammee fa'idha.

Shaakala shubbisa Aadaa

Gocha 6.2

Barattoota shubbisa aadaa godina keessanii dhuunfaan akkasumas hiriya waliin ta'uun erga shaakaltanii booda dareef dhiyeessaa!

Fakkeenyaaf:

- Godinni Harargee Bahaafi Lixaa = Shaggooyyee



Shubbisa shaggooyyee

6.2 Taphoota Aadaa Beekamoo Godina Barattoonni Keessa Jiraatanii

Ga'umsa barachuu barattoonni yoo xiqqaate gonfachuu qaban

Xumura barannoo kanaa booda:

- Taphoota aadaa beekamoo godina keetii adda baastee nihubatta.
- Taphoota aadaa beekamoo godina keessaa jiraattuu yoo xiqqaate lamaaf beekamtii nikennita.
- Taphoota aadaa beekamoogodina keetii nidingisiifatta.

Gocha 6.3

1. *Taphootni aadaa godina keetti taphataman maalfa'adha?*
2. *Taphoota aadaa naannoo keessanii gareenis ta'e dhuunfaan taphadhaatii agarsiisaa.*

Taphoota aadaa jechuun hawaasa naannootiin kan taphatamu ta'ee seeraafi qajeeltoo mataa isaa kan qabudha. Amala taphoonni aadaa qaban keessaa inni ijoon miira wal-dorgommii qabaachuu isaati.

Taphoota aadaa godinaalee Oromiyaa keessaa muraasa isaanii:

- Tapha saddeeqaa
- Tapha qillee
- Guluffii fardaa
- Taphaa Korboo
- Tapha waldhaansoo fi kan kana fakkaatanidha

Shaakala Taphoota Aadaa

Gocha 6.4

1. *Taphoota aadaa naannoo keessanii gareenis ta'e dhuunfaan taphadhaatii agarsiisaa.*

Taphoonni aadaa naannoo Oromiyaa keessatti beekaman asiin olitti tarreeffamanii jiru. Haaluma kanaan barattoonni taphoota aadaa godina keessa jiraatanii dhiyeessuun akkaataa seera taphichaatti hiriyyaa waliin taphatu. Fakkeenyaaf:



Tapha Waldhaansoo

Akkaataa shaakalaa

- Qaama sirriitti ho'ifachuufi diddiiriirfachuu.
- Akkaataa ga'umsi qaamaa wal gituuniifi korniyaan cimdiddhaan ta'uu.
- Harkaan qaama mudhii hiriyyaa gararraa qabachuu.
- Akkuma qabataniin kuffisuu yaaluu.

Cuunfaa Boqonnaa

- Aadaan eenyummaa sabni tokko kan ittiin of ibsuufi maalummaa isaa ittiin agarsiisu yookaan kan ittiin of mul'isudha.
- Taphoota aadaa jechuun kan biyyaa tokko keessatti taphatamu ta'ee innis seera ittiin taphatamuufi qajeeltoowwan kan qabuudha.
- Taphoonni kunnneenis dandeettii sochii bu'uuraa, yaaduufi waa uumuu barattootaa ni cimsu.

Gilgaala boqonnaa

I. Gaaffillee armaan gadii erga sirriitti dubbisteen booda yoo sirrii ta'e 'Dhugaa' yoo sirrii miti ta'e 'Soba' jechuun deebii itti kenni.

1. Taphooti aadaa meeshaa aadaa hawaasichaa ittiin guddisuuf kan gargaaraniidha.
2. Shubbisa aadaa keessa tokko tapha qilleedha.
3. Taphoota aadaa keessa tokko Shaggooyeedha.

II. Roga 'B' jala kan jiran akka galumsa isaatti roga 'A' jala kan jiran waliin walitti firoomsi.

"A"

1. Harargee
2. Jimmaa
3. Wallaggaa
4. Arsii
5. Walloo

"B"

- A. Hammisafi sidaammee
- B. Tirrii
- C. Shaggooyyeefi Mirrisa
- D. Gad-tumee fi Ol-tumee
- E. Gelloo

Hiika Jechoota Ijoo

Afata:

- Meeshaa/firaashii akka qaamni keenya hin mi-idhamneef yookaan of-eeggaannooflafa afuunkan so-chii irratti dalagnuudha.

Currisa:

- Walitti dhufeenya namoota waliin qabnu keessatti deebii hatattamaa sammun keenya miira kanneen akka gammachuu, jaalalaa, sodaa, jibbaafi kanneen kana fakkaataniif kennu jechuudha.

Ga'umsa qaamaa:

- Dandeettii qaamni keenya dadhabbii malee hojii guyyaa guyyaa haala gaariin hojjechuuf qabuudha.

Hawaasummaa:

- Walitti dhufeenyaafi walii galtee gaarii namoota/ha-waasa naannoo waliin qabaachuudha.

Qiriphaa:

- Gosoota sochiilee qaamaa keessaa tokko ta'ee, dandeettiinwan akka madaala qaamaa, cimina, dada-cha'iinsa, qindoomina qaamaa, of-kennuu/fedhiifi humnummaa kan barbaaduudha.

Riitimii ajajaa:

- Akkaataa ajaja/qajeelfama barsiisaatiin sochiilee adda addaa rukutta/riitimii qaban hojjechuu.

Sochii meeshaalee fayyadamuun dalagaman:

- Sochii meeshaalee barnootaa kanneen akka haadaa, kubbaa, ulee baal-lamee, ulee baal-tokkeefi kanneen kana fakkaatan fayyadamuun dalagamaniidha.

Sochii riitimii:

- Harkaan, miilaan yookiin meeshaan rukuttaa/riitimii uumuun qaama rukuttaa waliin qindeessuun akkaataa rukuttaa sanaatti sochii dalaguudha.

Sochiilee bakkaa bakkattii:

- Bakka/iddoo tokkoo gara bakka/iddoo biraatti socho'uun sochii dalaguudha.

Sochiilee bakkattii:

- Osoo bakka/iddoo tokkoo gara bakka/iddoo biraatti hin socho'in bakkuma teenyee yookiin dhaabannee jirrutti sochii dalaguudha.