



Barashada Dareen Bulsheedka ee Dugsiyada Dadweynaha Portland(PPS)

Maalmaha fooda inagu soo haya Dugsiyada Dadweynaha Portland waxa ay labo iyo toban iskuul ka bilaabi doonaan sahanka Barashada Dareen Bulsheedka oo marka la qorayo loo gaabiyo(SEL), sidii uu sahankani nooga caawin lahaa in aan barano ardaygaaga baahiyihiisa Barashada Dareenkiisa Bulsho iyo sida ugu wanaagsan ee aan wax uga qaban lahayn iyadoo qof ahaan lagu salaynayo.

Maxaa ka mid ah xirfadaha barashada dareenka bulshada? Kuwani waa xirfadaha lagama maarmaanka u ah guusha maalin kasta ee nolosha. Xirfadahani oo leedahay waxa ay ardayda ka caawineysaa sidii ay kor ugu qaadi lahaayeen waxbarashada iyo dabeecadahooda marka ay ku jiraan fasalka waxbarashada, inay maareeyaan warwarka soo wajaha iyo abuurista jawi ardaydu ay ku kobcaan. Natiijooyinka sahankani waxay naga siin doonaan ardayda macluumaad qiimo badan oo ah sida ugu fiican ee aan u caawin karno ardayda iyo sida loo horumarin kari lahaa iskuulada.

Mawduucyada lagaga hadlayo qeyb ahaan sahanka SEL waxaa kamid ah:

- Maareynta naftaada –inaad qaadata masuuliyadaada akhlaaqeed iyo nolosha wanaagsan.
- Bulsho foajigan – kartida aad ku ogaanaeyso iyo waliba inaad baahiyaha dadka kale aad ka jawaabto.
- Koritaanka maskaxda – fahamka in ay ardaydu noqon karaan kuwa maskax fiican marka ay aad u shaqeeyaan, isticmaalaan istraatiijiyada togan, iyo kaalmeynta dadka kale marka ay baahi hayso.
- Isku-filaanshaha – aaminsanaanta qofku uu aaminsan yahay inuu kartidiisa ku gaari karo himilooyinkiisa iyada oo ay jiraan caqabado ka hor yimid.

Sahanka SEL (dhammaantiis waa mid qarsoodi ah kaasi oo) qaadan doona in ay ardaydku ku dhammeystiraan muddo ku siman 10 ilaa 15 daqiiqo.