

NOQO GEESIGA WEYN EE AQOONTA U LEH XIRFADAHA AMNIGA

Buugga tababarka ee carruurta iyo
waalidiinta



OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ

ISBN 978-952-7094-76-1

daabacaadda 1. (pdf.)

Qorayaasha, Mashruuca Badbaadada Oulu:

Tiia Brockman, xiriiriyaha mashruuca
Iida-Maria Bimberg, xiriiriyaha mashruuca
Satu-Maaria Toppinen, xiriiriyaha mashruuca
Arttu Kuivala, xiriiriyaha mashruuca
Minna Viinikka, cilmi baaraha mashruuca

Magaca buugga:

Noqo geesiga weyn ee aqoonta u leh xirfadaha amniga - Buugga tababarka ee carruurta iyo waalidiinta

Soo saaraha:

Mashruuca Badbaadada Oulu, Adeegyada dhaqanka ee magaalada Oulu,

Sannadka la soo saaray:

2022

Daabacaha:

Addeegyada daabacadda, Monetra Oulu Oy.

Laabitaanka iyo nashqada garaafka:

Advertising Kiosk Oy

Buuggani waa qayb ka mid ah qorshaha lagu horumarinayo waxbarashada xirfadaha badbaadada ee carruurta iyo dhallinyarada oo ay maalgeliso wasaaradda waxbarashada iyo dhaqanka ee mashruuciisa Badbaadada Oulu.



OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ

SHAXDA TUSMADA

MACLUUMAADKA KU SAABSAN BUUGGA WAXBARASHADA XIRFADDA AMNIGA 4

Sidee loogu taageeri karaa ilmaha xirfadaha shucuurta iyo isdhexgalka?	5
Qaabkee loogu caawiyaa ilmaha xirfadaha la qabsiga maalinlaha ah?	6
Sidee loogu kaalmeeyaa ilmaha xirfadaha amniga dhijitaalka ah?	7

TILMAAMAHA WADA HADALKA ILMAHA 8

Sidee adiga iyo ilmaha u isticmaalaysiin sawirada tilmaamaha?	8
Sideen ula qabsan karaa xaaladaha jahwareerka?	10
Soo jeedinta jawaabaha ee wax ka qabashada xaaladaha jahwareerka leh	11
Sideen ula tacaalaa xaaladaha khatarta ah ee internetka?	12
Soo jeedinta jawaabaha xaaladaha khatarta ah ee internetka	13
Tilmaamaha amniga ee internetka	14

TILMAAMAHA WAALIDIINTA 15

Warbaahinta oo ku lug leh nolol maalmeedka ilmaha	16
Talooyin loogu talagalay warbaahinta ee nolol maalmeedka	17
Tilmaamaha dadka waaweyn	18

MARKAAD TABABARATO AYAAD NOQON GEESIGA WEYN EE AQOONTA U LEH XIRFADHA AMNIGA 19

Qaabkee loo tababartaa?	19
Awoodahayga	20
Dadkeyga waaweyn ee aaminka ah	21
Tan waan jeclahay	22
Iftiinka cagaaran mise casaanka?	23
Xeerarka ciyaarta ee qalabka warbaahinta	24
Dareen	25
Cabirka dareenka	27
Ciyaarta dareenka ee looxa	29

TIXRAACYO 31

MACLUUMAADKA KU SAABSAN WAXBARASHADA XIRFADDA AMNIGA IYO BUUGGA

Iyada oo la kaashanayo xirfadaha amniga, ilmuhu wuxuu baranayaa inuu garto iyo qaabka loo dhaqmo xilliga xaaladaha khatarta timaado

Shaqada qofka qaangaarka ahi waa in uu carruurta siiyaa daryeel, magangelyo iyo badbaadada ay u baahan yihiin. Si kastaba ha ahaatee, carruurta waxay laftooda sidoo kale u baahan yihiin aqoonta iyo xirfadaha si ay uga caawiyaan inay daryeelaan ammaanka ilmaha. Xirfadaha amniga waxay ka caawiyaan ilmaha la tacaalanka xaaladaha khatarta ah iyo ay taageeraan wanaagga carruurta. Markaad aqoon u yeelato xirfadaha amniga dhijitaalka ah, ilmuhu wuxuu baranayaa inuu qaab badbaado leh ugu adeegsado internetka iyo warbaahinta bulshada.

Marka ilmuhu fahmo inuu yahay qof qiimo leh oo muhiim ah, isaga ayaa doonaya in uu is difaaco.

Waxbarashada ammaanku waxay xoojisaa kalsoonida carruurta iyo xirfadaha shucuureed, xirfadaha isdhexgalka, xirfadaha laqabsiga maalinlaha ah iyo xirfadaha amniga dhijitaalka ah. Waxbarashada ammaanku waxay xoojisaa waxtarka ilmaha iyo dareenka in ilmuhu uu yahay mid qiimo leh oo muhiim ah. Ilmuhu wuxuu ogaanayaa inuu u qalmo la dhaqan wanaagsan iyo uu xaq u leeyahay inuu ku koro oo uu ku noolaado nolol ammaan ah, macal wakhtiguu isticmaalayo internetka.

Waxbarashada amniga waxay hiigsaneysaa inay ka hortagto cagajugleynta, dhibaateynta iyo rabshadaha carruurta iyo dhalinyarada.

Cagajugleynta, dhibaateynta iyo gacan ka hadalka ayaad la kulmi kartaa waji ka waji iyo agabka dhijitaalka ah. Waxaa lagu arkaa xidhiidhka ka dhexeeya carruurta iyo dadka waaweyn iyo carruurta dhexdooda. Internetka iyo baraha bulshada ayaa sidoo kale suurtageliyay in carruurta yaryar loola dhaqmo siyaalo wax-is-daba-marin ah oo waa mid aad u soo badanaya. Waxbarashada amniga waxay kor u qaadaa xirfadaha ubadka si ay isaga difaacaan naftooda iyo xuduudahooda xaaladaha cagajugleynta, rabshadaha, dhibaateynta iyo duufsiga.

Mas'uuliyadda amniga ilmaha had iyo jeer waxay saaran tahay dadka waaweyn.

Mas'uuliyadda amniga ilmaha waxay saaran tahay dadka waaweyn, inkastoo barashada xirfadaha amniga ay sidoo kale carruurta siiso aqoon ay u adeegsadaan xaaladaha khatarta ah. Sidaa darteed barashada xirfadaha amniga waxay carruurta had iyo jeer faraysaa inay welwelkooda la wadaagaan qof weyn oo aamin leh..

Markaad tababarato ayaad noqon geesiga weyn ee aqoonta u leh amniga

Ujeedada buuggani ayaa ah in uu siiyo waalidiinta macluumaadka ku saabsan xirfadaha amniga iyo habka ay ugala hadlaan carruurtooda. Buugga waxa ku jira casharo badan oo ilmaha lala sameeyo. Waxaanaad kaga hadli kartiin xirfadaha amniga oo aad soo kobcin kartiin in uu ilmaha noqto geesiga weyn ee aqoonta u leh xirfadaha amniga!



SIDA LOO TAAGEERAYO DAREENKA ILMAHA IYO XIRFADAHAA IS-DHEXGALKA?

Dareenka oo laga hadlo ruux walba waa u roon yahay

Waa muhiim in ilmaha loo sheego in dhammaan dareemaha ay qiimo leeyihiin. Muujinta shucuurta iyo muujinta aqbalaadda shucuurta ilmaha waxay muhiim u tahay nolol wanaagga ilmaha. Waxaa muhiim ah in ilmuhu barto in ay dareenkooda run u qaataan iyo ay ku kalsoonaadaan saacaddooda digniinta gudaha. Taasi waa marka uu ku dhiirado inuu naftiisa dhegeysto oo uu difaaco xadkiisa xaaladaha si xun loola dhaqmo. Marka qof weyni garto oo muujiyo dareenkiisa, ilmuhu wuxuu ka bartaa qaabka dareenka loo muujiyo. Dabeecadda dhabta ah ee wanaagsan ee dadka waaweyn ee ku wajahan shucuurta kala duwan ayaa door weyn ka ciyaarta ku dhaqanka xirfadaha dareennada.

Waa muhiim in la xoojiyo dareennada wanaagsan.

Dareenka wanaagsan, sida farxadda, qanacsanaanta, iyo xamaasadda, ayaa ah mid xasaasi ah oo u baahan kobcin. Ogaanshaha, luuqaynta, iyo kobcinta shucuurta wanaagsan waxay kordhisaa wanaagga carruurta, dadka waaweyn, iyo qoyska oo dhan. Dareenka wanaagsani waxa uu xoojiyaa dulqaadka iyo waxbarashada. Dareenka wanaagsani ayaa kaa kaalmeenaya xaaladaha adag.

Dareenka adag waxaad kaga nafiseysaa marka aad ka hadasho.

Dareenka adag sida xanaaqa iyo cabsida ayaa ah dareen xoogan oo adag in la iska daayo. Dareenka adag waa in aan la diidin, laakiin waa muhiim in la barto sida loo fahmo oo loola macaamilo. Waxaa muhiim ah in ilmuhu barto in dareen kastaa uu jiro muddo ka dibna uu tago. Dareenku waxay la yimaadaan farriimo qiimo leh oo ku saabsan waxa anaga inoo wanaagsan iyo waxa aan ahayn. Si kastaba ha ahaatee, dareennada loolama jeedo in habdhaqankeena uu si taxadar la'aan ah inoo hago. Waxaa muhiim ah in la xasuusto in dareenka adag uu caadi ahaan cunuga nafisiyo marka ilmuhu dareemo in la maqlay oo la fahmay.

Xirfadaha is dhexgalka waa la baran karaa

Tilmaamaha is dhexgalka wanaagsan waa: xiiseeya, ixtiraam, dhegayso, waydii, oo dhiiri geli. Carruurta waxa habboon in aad wada tababartiin su'aalo weydiinta iyo awoodda aad ku jooqteyn karto wada-sheekeysiga iyo muujinta xiisaha fikradaha kale. Xirfadaha is dhexgalka wanaagsan waxa ay gacan ka geystaan abuuritaanka iyo jooqteynta saaxiibtinimada, xallinta khilaafaadka, iyo raadinta iyo helitaanka caawimaadda iyo taageerada.

Hadalka tooska ah wuxuu kaa caawiyaa inuu difaaco xuduuddaada.

Waxaa muhiim ah in ilmuhu barto hadal cad oo geesinimo leh oo ku saabsan ra'yigiisa iyo rabitaankiisa. Qofna ma akhriyi karo fikradaha qofka kale iyo hadalka tooska ah wuxuu kaa caawiyaa inuu difaaco xuduuddaada. Kartida iyo dhiiranaanta uu qofku ku muujinayo fikirkiisa, baahidiisa iyo dareenkiisa ayaa kaalin mug leh ka qaata wanaagga ilmaha. Rabitaanka iyo baahiyaha sida tooska ah loo sheegay ayaa si wanaagsan loo maqli doonaa laguna xisaabtami doonaa. Toosnaanta waxay xoojisaa xirfadaha laqabsiga maalin kasta.



SIDEE LOO TAAGEERAA XIRFADA AMNIGA EE ILMAHA?

Xirfadda la qabsiga maalinlaha ah ee ugu muhiimsan waa barashada tilmaamaha badbaadada

Marka ilmuhu dareemo in xaaladdu ay tahay cabsi ama murugo, had iyo jeer waxay xaq u leeyihiin inay yiraahdaan MAYA, ka tagaan oo u sheegaan qof weyn oo aamin ah. Tan waxa loo yaqaan tilmaamaha badbaadada. Xaaladaha khatarta ku ah badbaadada waxaa ka mid ah, tusaale ahaan, erayo aan fiicneyn, ficillo ama taabasho ilmo kale ama qof weyn. Bar ilmaha inuu raaco tilmaamaha badbaadada xaaladahan oo kale.

Taabashada nalalka cagaaran iyo casaanka

Waa muhiim in ilmuhu barto in qof kastaa uu haysto ogolaansho ilaa xad u gaar ah. Taabashada wacan oo ka dhalanaysa niyad wanaagsan oo badbaado leh ayaa lagu magacaabi karaa taabashada iftiinka cagaaran. Taabashada aad ka damqanayso, ka dareemayso murugo, oo kugu abuureysa raaxo la'aan waa taabashada iftiinka cas. Ilmuhu waligiis ma aha in uu sidaas ogolaado, ka bacdina waa in aad tidhaahdaa MAYA.



Sirta wanaagsan iyo sirta xun

Waa muhiim in ilmuhu barto inaan qofna looga baahnayn inuu sir ku ilaaliyo taabashada xun ee iftiinka cas. Had iyo jeer waa sax in aad u sheegto qof weyn oo aamin ah. Sirta mise siraha wanaagsan waa kuwa raaxo leh ay niyadda ku dagto sida xaflooda dhalashada ee lama filaanka ah. Sirta xun waxay ku dareensiisaa murugo iyo cabsi waxaana mar walba u sheegi kartaa qof weyn oo aamin leh. Waa in sidoo kale la muujiyaa in taabashada iftiinka cas ee qof kale aysan marnaba ahayn sababta ilmaha.

Xeerka labiska dabaasha

Xeerka labiska dabaasha macnihiisu waa in ilmo kastaa uu leeyahay xubno jirka u gaar ah oo dharka dabaasha qarinyaso oo aan cid kale taaban karin hadaanuu fasax ilmaha ku siin. Waxa kale oo muhiim ah in loo sheego ilmaha in afka iyo ibta naasaha ay yihiin meel u gaar ah qof walba. Qaanuunka xeerka labiska dabaasha waxaa dheer in ilmuhu u baahan yahay inuu ogaado inuusan qofna xaq u lahayn inuu ka hadlo xubnihiisa u gaarka ah iyada oo aan ogolaansho ilmaha laga haysan. Geesinimo ayaa loo baahan yahay markaad difaacayso xuduuddaada. Tani waxay u ogolaaneysaa ilmaha inuu iska ilaaliyo waxyaabaha waxyeelada leh.

Nolol maalmeed badbaado leh iyo mas'uuliyadda dadka waaweyn

Xirfadaha la qabsiga ayaa ilmaha laga tababaraa maalin kasta, laakiin mas'uuliyadda mar walba waxay saaran tahay qofka weyn. Haddii ilmuhu aanu garanayn sida xaaladaha khatarta ah loo adeegsado tilmaamaha wanaagsan ee amniga, waa in aan ilmaha lagu eedayn. Si loo xoojiyo xirfadaha la qabsiga, ilmuhu wuxuu u baahan yahay badbaado badan. Badbaadada waxaa lagu dhisaa kulan diirran oo aan degdeg ahayn oo lala yeesho ilmaha, fiirsashada aqbalida, taabasho dabacsan oo mahadnaq leh iyo la sheekaysiga ilmaha. Marka uu qof weyni dhegeysto ilmaha oo usoo jeesto arrimaha ilmaha, waxaa sii xoogaysanaya hanka iyo qaddarinta ilmaha. Ilmuhu waxa uu baranayaa in uu xaq u leeyahay in uu ku noolaado nolol ammaan ah oo la dhaqan wanaagsan leh.

SIDEE LOOGU TAAGEERAA ILMAHA XIRFADHA AMNIGA EE DHIJITAALKA?

Waydii ilmahaaga wararka dhijitaalka ah maalin kasta

Waa muhiim in aad xiisaynayso waxa ilmuhu ku samaynayo qalabka dhijitaalka ah. Su'aalaha wanaagsan in la weydiiyo ee dhijitaalka ku saabsan waxaa ka mid ah: Maxaad ku aragtay internetka maanta? Waa maxay nooca ciyaaraha aad ciyaartay? Yaad kala sheekaysatay baraha bulshada? Internetka ma ku aragtay wax laga cabsado? Ma jiraan wax fikir kugu dhalay?

U sheeg ilmaha inay jiraan dad khiyaano ka sameeya internetka.

Waxaa muhiim ah in mas'uuliyiinta ay ogaadaan in ay jirto dhibaateyn, cagajugleyn iyo sidoo kale fal dambiyeed ku dhaca carruurta ee goobaha internetka. Waa muhiim in ilmaha loo sheego in qofku uu internetka ku soo bandhigi karo wax aan jirin. Ilmuhu wuxuu u baahan yahay in la xasuusiyo in baraha bulshada qofka shisheeyaha ah aysan waajib ahayn in loo jawaabo.

U sheeg ilmaha in internetka ay ka jiraan waxyaabo cabsi leh

Ilmaha wuxuu u baahan yahay hagitaan iyo aqoon uu si badbaado leh u isticmaalo internetka. Marka laga soo tago waxyaabaha farxadda leh ee goobaha dhijitaalka ah, ilmaha waxaa loo sheegaa in sidoo kale ay jiraan waxyaabo xunxun oo cabsi xaga internetka ah. Waa mas'uuliyadda dadka waaweyn inay ilmaha u sheegaan xadka da'da iyo inay la socdaan u hoggaansanaanta xadka da'da. Ku dhiiri geli ilmaha inuu isla markiiba u sheego qof weyn oo aamin ah haddii ay la kulmaan ama arkaan shay jahwareer, murugo leh, ama cabsi leh oo internetka ah.

Bar ilmaha tilmaamaha amniga ee internetka

Bar ilmaha sida loola tacaalo xaaladaha cabsida iyo hanjabaadda ee internetka ah: xidh qalabka ama barnaamijka oo u sheeg qofka weyn. Ilmaha waa in sidoo kale la baro in uu sawir (screen shot) qaado. Sawirka waad hayn kartaa haddii ay jirto baahi loo qabo in la gudbiyo warbixin dambi ah.

Noqo tusaale oo hoggaami

Qofka weyni waa inuu ilmaha baraa sida loo ilaaliyo macluumaadka shakhsiyeed iyo ereyada sirta ah (password). Waxaad qofka weyn la tababaraneysaa qofka aad sawirrada iyo muuqaallada la wadaagi kartid iyo qaabka looga dhaqmo internetka. Qofka weyni ficilkiisa gaarka ah wuxuu ku muujinayaa qaabka loo isticmaalo qalabyada casriga ah iyo baraha bulshada. Waxaa jira waxyaabo fiican laga heli karo goobaha dhijitaalka ah iyo qalabyada ayaa u oggolaanaya carruurta inay bartaan waxyaabo cusub oo fiican ay la sameeyaan asxaabtooda. Si kastaba ha ahaatee qofka weyni is kagama siidayn karo ilmaha kaligiis goobaha dhijitaalka ah.



TILMAAMAHA AAD KALA HADASHO ILMAHA

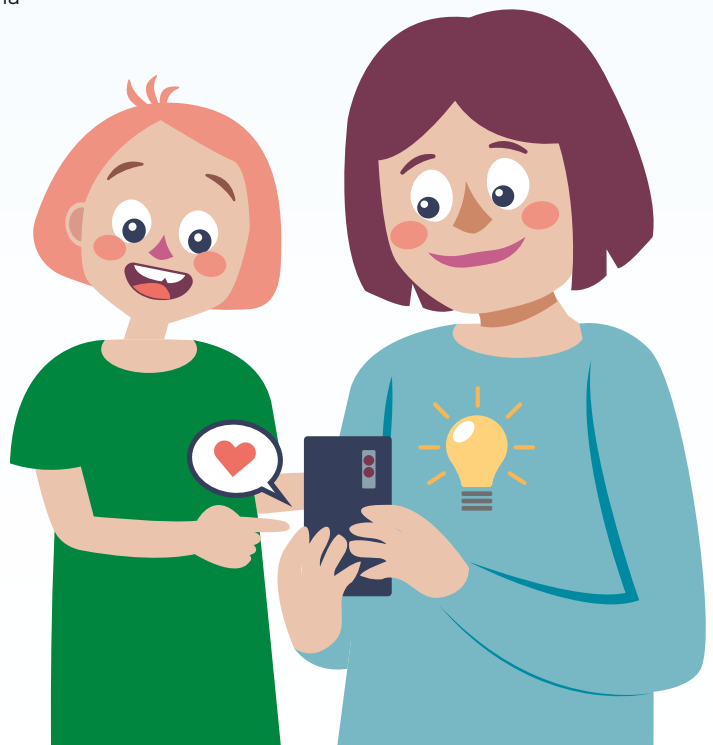
ADIGA IYO ILMAHA QAABKEE BAAD U ADEEGSANAYSIIN SAWIRADA?

Cutubkan waxaa ku jira tilmaamo amni ah ee sawiran oo loogu talagalay xaaladaha halista ah iyo tilmaamaha amniga ee internetka. Si joogto ah ula eeg ilmaha si uu ilmuhu u barto sida waafaqsan tilmaamaha amniga ee xaaladaha khatarta ah. Waxa kale oo muhiim ah in lagu dhaqmo tilmaamaha amniga ah.

La tababaro ilmaha in uu si fudud ugu dhawaaqo MAYA oo uu u muujiyo fikradahiisa iyo rabitaankiisa. Ku dhiirigeli ilmaha inuu si cad u yidhaahdo: "Waan jeclahay kan." La tababaro ilmaha inuu si geesinnimo leh u yidhaahdo: "Ma jecli tan". Sidoo kale xaaladaha kala duwan ee maalinlaha ah barta in ilmuhu si toosan u muujiyo rabitaankiisa iyo waxa aanu doonayn.

Marka lagu daro tilmaamaha badbaadada ee amniga ah, cutubkani waxa uu ka kooban yahay sawiro la xidhiidha la qabsiga maalinlaha ah iyo xirfadaha amniga dhijitaalka ah. Talooyin ku saabsan jawaabaha sawirada waxaad ka heli kartaa bogga xiga. Waxaad u isticmaali kartaa caawimo ahaan markaad ilmaha kala hadlayso sawirada iyo fikradaha ilmaha ee xaaladaha sawirka.

Buugga - Noqo geesiga weyn ee aqoonta u leh xirfarada amniga - nooceeda elegtarooniga ah iyo dhammaan agabkayaga kale waxa laga heli karaa:
turvataitokasvatus.fi





**USHEEG QOF
WEYN OO
AAMIN**

SIDEE AYAAN UGA BADBAADAA XAALADAHA JAHWAREERKA AH?



SAWIR 1. Qof aan la garanayn ayaa ku weydiinaya ama kugu qancinaya inaad raacdid mise caawinimaad ku weydiisanay.



SAWIR 2. Keligaa ayaad guriga joogtaa oo qof ayaa raba inuu gudaha soo galo.



SAWIR 3. Qof aadan aqoon u lahayn ayaa ku daba raacanaya.



SAWIR 4. Qof ayaa si xun kuu taabanaya.



SAWIR 5. Ilmo kale ayaa ku cagajugleynaya mise kuu taabanaya qaab aadan jeclayn.



SAWIR 6. Waxaa kuu soo dhacaya qoraallo ama wicitaano jahwareer ah mise xun.

JAWAABAHA LA SOO JEEDIYAY EE KA SHAQEEYA XAALADAHHA JAHWAREERKA AH?

SAWIR 1. Qof aan la garanayn ayaa ku weydiinaya ama kugu qancinaya inaad raacdid mise caawinimaad ku weydiisanaya.

Haddii qof aadan garanayn uu ku weydiyo tusaale ahaan ii raac dhismo, guri, luuq ama kayn, ama uu ku weydiyo inaad caawiso, dhowr tilmaamaha badbaadada ee amniga. Xitaa haddii qof aadan garanayn uu kugu soo jiito abaalmarinno, ha raacin qof aadan garanayn. Qof weyn oo aadan garanayn waxaa caawin kara qof kale oo weyn haddii uu u baahan yahay caawimo. Haddii qof aadan garanayn uu ku weydiyo magacaaga ama cinwaankaaga guriga, waa inaad u sheegin. U sheeg qof weyn oo aamin ah xaaladan markaad la kulanto.

SAWIR 3. Qof aadan aqoon u lahayn ayaa ku daba raacanaya.

Haddii lagu daba raacdo, orod! Aad meel kuu dhow sida dukaanka ama gurigaaga. Tag meel ay dad kale joogaan oo aamin ah. U sheeg qof weyn oo aamin ah in lagu daba socdo.

SAWIR 5. Ilmo kale ayaa ku cagajugleynaya mise kuu taabanaya qaab aadan jeclayn

MAYA dheh! Hadduu ilmo kale ku cagajugleeyo mise kuu taabto qaab aadan jeclayn, waxay la mid tahay taabashada iftiinka cas. Adiga ayaa u madax bannaan qaabka lagu taabanayo iyo lagu soo dhawaanayo. Waxaad xag u leedahay inaad tidhaahdo MAYA mise JOOJI. Ka tag meesha oo u sheeg qof weyn oo aamin leh. Qofka weyn ayaa ku caawin doona.

SAWIR 2. Keligaa ayaad guriga joogtaa oo qof ayaa raba inuu gudaha soo galo

Haddii qof aadan garanayn uu doonayo inuu soo galo gurigaaga markaad keligaa tahay, albaabka ha furin. Wac qof weyn oo aamin ah oo caawimaad weydiiso.

SAWIR 4. Qof ayaa si xun kuu taabanaya

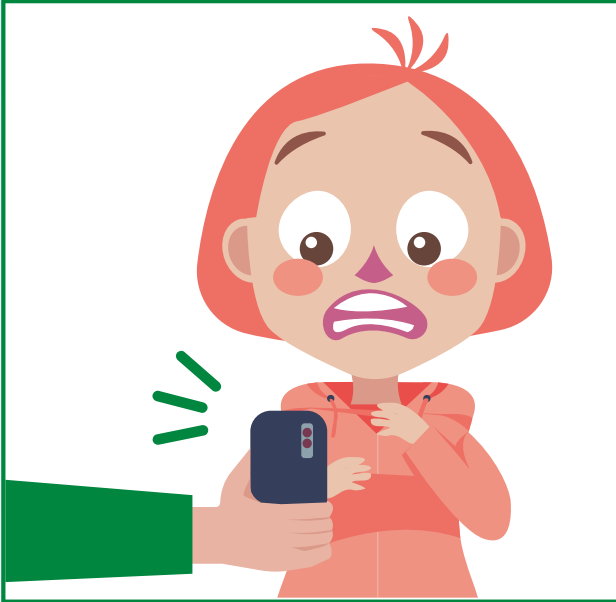
Taabashada xun waxay u dhigantaa taabashada iftiinka cas. Waa taabasho aanad u baahnayn inaad ogolaato. Waxaa laga yaabaa inaad jeceshahay qofkan iyada oo aad jeclayn sida uu kuu taabanayo. Haddii qof aad garanayso oo kuu dhow si xun oo jahwareer ah u taabto xubnahaaga gaarka ah ama uu kugu qanciyo inaad adiga is taabatid, waxay la mid tahay taabashada iftiinka cas. Qof la yaqaan, macal qofka wey mise ilmo adiga kaa weyn, waa inaad xaaladahan oo kale ku tidhaahdaa MAYA ama JOOJI. Xaaladahan oo kale ilmuhu waa inuusan waalidka adeecin.

Haddii qofka kale uusan joogsan uu wado adigoo ka mamnuucay, meesha ka tag oo u sheeg wixii dhacay qof weyn oo aamin leh. Fadlan noo sheeg iyadoo lagaa mamnuucay inaad wax sheegto ama lagu soo hanjabay. Taabashada noocaas ah ma aha wax u baahan in la qariyo. Mas'uuliyadda qofka weyn waxay tahay inuu adiga ku caawiyo oo uu joojiyo arrimaha noocaas ah. Sheeg oo gudbi ilaa uu qof ku maqlo oo ku rumaysto!

SAWIR 6. YWaxaa kuu soo dhacaya qoraallo ama wicitaano jahwareer ah mise xun

Ha ka jawaabin qoraallada ama wicitaanada. Hayso qoraallada oo tus qof weyn oo aamin ah. Qofka weyn ayaa kaa caawin doona inaad ka hortagto qofka ku dhibaya. Qofka weyn ayaa ogeysiin doona maamulka barnaamijka wuxuuna la xiriiri doona booliiska haddii loo baahdo.

SIDEE AYAAN UGA BADBAADAA XAALADAHA KHATARTA AH EE INTERNETKA?



SAWIR 1. Qof ayaa ku tusaya sawirro, muuqaallo mise ciyaaro qabsi ah.



SAWIR 2. Waxa aad si lama filaan ah ugu luntay khadka internetka goob cabsi ah oo walaac iyo jahwareer leh



SAWIR 3. Qof ayaa kuu soo qoraya hadalo laga yaqaansoodo oo jahwareer leh



SAWIR 4. Adiga ama qof kale ayaa lagu cagajugleynayaa ama lagu dhibaateynayaa internetka

JAWAABAHA LA SOO JEEDIYAY EE KA SHAQEEYA XAALADAH KHAARTATA AH

SAWIR 1. Qof ayaa ku tusaya sawirro, muuqaallo mise ciyaaro qabsi ah.

Ka tag meesha oo dheh in aadan rabin waxaas inaad daawato!

SAWIR 2. Waxa aad si lama filaan ah ugu luntay khadka internetka goob cabsi ah oo walaac iyo jahwareer leh

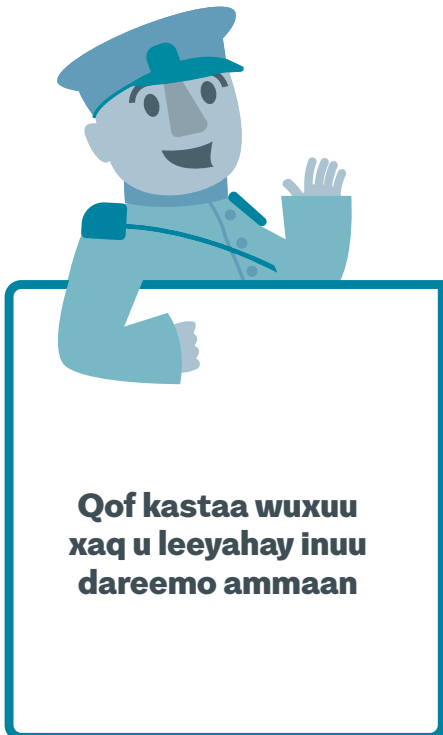
Xir bogga! U sheeg qofka weyn oo aamin ah!

SAWIR 3. Qof ayaa kuu soo qoraya hadalo laga yaqyaqsodo oo jahwareer leh

Ha isku hallaynin dadka internetka ku jira! Jooji hadalka haddii aad ka shakido ama kala kulanto raaxo darro. U sheeg qof weyn oo aamin ah haddii qof aadan aqoon qoraallo kuu soo qoro ama sawiro kuu soo diro.

SAWIR 4. Adiga ama qof kale ayaa lagu cagajugleynayaa ama lagu dhibaateynayaa internetka

Ha ka jawaabin qoraallada cagajuglaynta, laakiin tus qofka weyn ee aaminka ah! Haddii lagaa codsado sawirro aad qaawan tahay, ha dirin.



TILMAAMAHA BADBAADADA EE INTERNETKA

LABADAN ARIN WAA MUHIIM IN ILMAHA

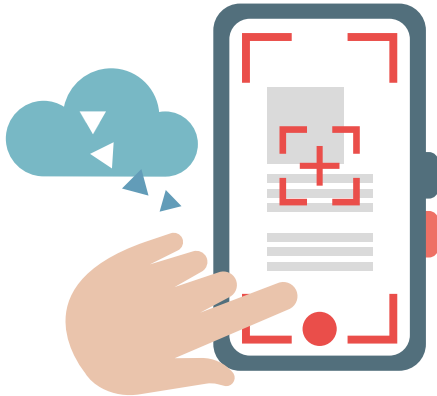


Xir qalabka mise barnaamijka!



Usheeg qof weyn oo aamin ah.

WADA JIRKA ADIGA IYO QOFKA WEYN



Hay qoraallada, sawirrada iyo fiidyowiyada.



Ka hortag qofka inuu kaala soo xiriir taleefankaaga iyo barahaaga bulshada oo ogeysii maamulka barnaamijka qofkan wax kuu soo qoraya.



Haddii loo baahdo la xiriir booliiska adigoo kaashanaya qof weyn.

TILMAAMAHA WAALIDIINTA

Warbaahintu siyaabo badan ayay uga qayb qaadataa nolol maalmeedka ilmaha. Cutubkani waxa uu ka kooban yahay tilmaamo lagu taageerayo nolol wanaagga ilmaha iyo isticmaalka toosan ee warbaahinta, iyo sidoo kale tilmaamo loogu talagalay dadka waaweyn.

Si taxadar leh u akhri tilmaamaha. Boggu wuxuu ka kooban yahay tilmaamo cad oo ku saabsan qaabka loola tacaalo xaaladaha khatarta gelinaya badbaadada ilmaha. Boggu waxa kale oo uu bixiyaa macluumaadka halka lagala xidhiidhi karo iyo halka laga heli karo taageero haddii amniga ilmaha ay khatar ku jirto.

Haddii ilmaha uu kuu sheego cagajuglayn, dhibaatayn mise gacan ka hadal uu la kulmay, is deji, dhegayso, oo taageer ilmaha. Ha eedayn ilmaha, laakiin u muuji in tani aanay ahayn khaladka ilmaha. Mas'uuliyadda mar walba waxay saaran tahay qofka weyn.



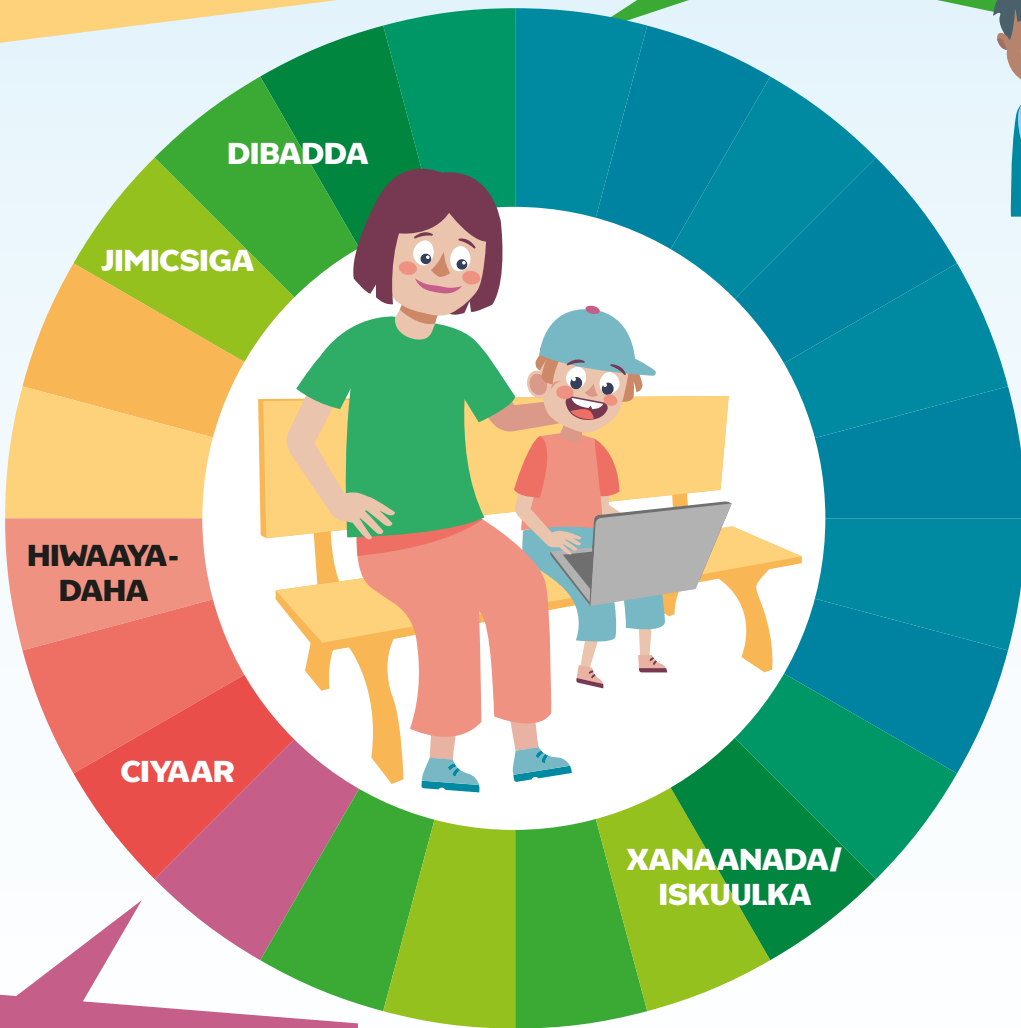
WARBAAHINTA OO KA MID AH NOLOSHA MAALINLAHA EE ILMAHA

WARBAAHINTA

Markaad ciyaareyso oo isticmaaleyso warbaahinta, waa fikrad wanaagsan inaad fiiro gaar ah u yeelato ergonomicska iyo aad xasuusato inay nasashadaada joogto tahay.

LA JOOGITAANKA QOYSKA IYO ASXAABTA

Waxaa habboon in la taageero xiriirka saaxiibbada ee ilmaha, maadaama saaxiibbada iyo ka mid noqoshada kooxaha ay muhiim yihiin.



CUNTADA

Waqtiyada cuntada la wadaago ayaa ah fursado fiican oo lagu sheekeysto oo lagu wadaago waayaha maalinta iyada oo aan la adeegsan qalabyada warbaahinta.



HURDADA

Waqtiga intaadan seexan ka hor waxaa fiican in la yareeyo isticmaalka warbaahinta dhijitaalka ah si loo hubiyo nasasho ku filan iyo hurdo tayo leh.





TALOYIN KU SAABSAN WARBAAHINTA FIICAN EE NOLOSHA MAALINLAHA

Caadooyinka isticmaalka warbaahinta ayaa goor hore la abuura

- Adiga iyo ilmahaaga ka fikira xuduudaha ku habboon ciyaaraha iyo isticmaalka warbaahinta kale
- Noqo qof caddaalad leh iyo toosnaan joogto ah si aad u xaddido isticmaalka warbaahinta ilmahaaga
- Ka fiirso adeegsigaaga warbaahinta iyo tusaalaha aad dhigtay
- Ka taxadar nolol maalmeed kala duwan oo fursad u sii ilmahaaga in uu hawlo iyo waxqabadyo kala duwan samayn karo.
- Taageer xirfadaha warbaahinta, is-muujinta, iyo isticmaalka warbaahinta badbaadada leh
- Ogow xadka da'da oo hubi in macluumaadka ilmahaagu isticmaalo ay ku habboon yihiin isaga
- Ku caawi soocidda wixii gaarka ah iyo wixii bannaanka ka ah deegaanka warbaahinta

Wada isticmaalka warbaahinta waa muhiim

- Xiiso u yeelo waxa ilmahaagu ku qabanayo warbaahinta
- Si joogto ah ula soco ilmahaaga ciyaaraha dhijitaalka ah uu ku ciyaarayo iyo qaabka internetka u isticmaalayo
- Ka fikir qaab ku habboon oo aad wakhtiyo fiican ku wada qaadan kartiin warbaahinta
- Weydii ilmahaaga inuu muujiyo aqoontiisa iyo ka wada fikira sida aad u wadaagi lahaydeen danahiina xaga warbaahinta
- Ilmahaaga taageero u muuji haddii uu la kulmo wax foolxun ama mashquul ka dhiga
- Qadari wixii ilmaahaga xaggiisa u muhiim ah iyo waayo-aragnimada uu u leeyahay warbaahinta



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



TIXRAACYO:

EHYT ry. (2020). Media mukana lapsen arjessa - Vinkkejä sujuvaan media-
arkeen. URL: <https://ehyt.fi/tuote/media-mukana-lapsen-arjessa/>. Tixraacay
10.6.2021.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2020) Media mukana lapsen
arjessa - Vinkkejä sujuvaan media-
arkeen. URL: [https://cdn.mll.fi/
prod/2019/02/05094203/Media-mukana-lapsen-arjessa-EHYT-ja-MLL.pdf](https://cdn.mll.fi/prod/2019/02/05094203/Media-mukana-lapsen-arjessa-EHYT-ja-MLL.pdf).
Tixraacay 10.6.2021.

TILMAAMAHA HAWLGELINTA EE DADKA WAAWEYN

Haddii ilmahaagu kuu sheego cagajuglayn, dhibaatayn mise jirdil uu la kulmay

Isku day inaad is dejiso, ha eedayn

Haday tahay ilmahaaga, shucuurtu si fudud ayay u soo baxdaa. Ka fogow su'aalaha Maxay ka bilaabma Carruurta waxay inta badan eedeeyaan naftooda waxayna ku fikirkaan, "Maxaan u ahaa doqon!" Mas'uuliyadda falka mar walba waxay saaran tahay qofka weyn. Qofka weyni wuxuu yarayn karaa dareenka dembiga iyo liidnimada ilmaha, tusaale ahaan, isagoo leh, "Ilmaha wax walba ma garan karo". "Tani ma aha qaladkaaga. Qofka weyn ayaa had iyo jeer mas'uul ka ah."

Dhegayso oo taageer, cidla yaanuu la noqon fikradahiisa iyo dareenkiisa

Rumayso waxa ilmuhu ku hadlayo. Dhagaysiga badi oo hadalka yaree.

Si wada jir ah uga fikira waxa arrinka laga qaban karo ama qaabka arrinka foosha xun looga hortagi karo mustaqbalka.

U hubso inaad ku ammaanto ilmaha inuu wax kuu sheego oo cidla lagu reebin.

Raac tilmaamaha hoose.

Tilmaamaha la raacayo wakhtiyada amniga ay halis tahay

Haddii ilmahaaga la dhibo, la caayo, la sasabayo ama la dhibaateeyo, tusaale ahaan qoraallo iyo/ama sawiro:

Hay qoraallada, sawirrada ama muuqaallada
Ka hortag qofka inuu la soo xiriir taleefanka iyo barahaaga bulshada
Ogeysii qofkan maamulka goobta ama barnaamijka
La xidhiidh booliiska haddii aad kaga shakisan tahay dembi
TAAGEERE CODSO

Xagaan kaga warbixin karaa?

Caawinaad degdeg ah: **LAMBARKA DEGDEGA 112**

Haddii aad ka shakido dembi laga galay naftaada ama qof aad jeceshahay: **WARBIXINTA DAMBIGA EE INTERNETKA poliisi.fi/tee-rikosilmoitus ama saldhigga booliiska ee kuugu dhow (xaaladaha degdega ah)**

Ka warbixinta macluumaadka aan degdega ahayn ee waxyaabaha ama ifafaalaha laga shakiyo poliisi.fi/nettivinkki

Waxaad sidoo kale la xiriiri kartaa saraakiisha booliiska ee ka shaqeeya baraha bulshada poliisi.fi/some

Waxaad kaga soo warami kartaa faraxumaynta iyo xadgudubka galmada ee ku saabsan carruurta iyo dhalinyarada barta internetka ee pelastakaalapset.fi/nettivihje

Halkee laga helaa taageere?

Shaqaalaha daryeelka ardayda

Heeganka sooshalka iyo dhibaatooyinka culus ee Oulu, [tel. 044 703 6235](tel:0447036235)

Kooxda shaqada cilmu-nafsiga ee dhalinyarta Oulu, [tel. 044 703 5919](tel:0447035919)

Adeegyada bulshada iyo caafimaadka, tusaale ahaan barbaarinta iyo la-talinta qoyska

Xarunta qalalaaska ee Oulu, mielenterveysseurat.fi/oulu/tukeajaapua/ [tel. 044 369 0500](tel:0443690500)

Taageerada dhibanaha, [tel. 116006](tel:116006), riku.fi/nuoret

Taleefanka carruurta iyo dhalinyarta, [tel. 116 111](tel:116111)

Caawinaad weydiiso xarunta qoyska ee elektarooniga ah ee Oulu:

<https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apua/>

MARKAAD TABABARATO AYAAD NOQON GEESIGA WEYN EE AQOONTA U LEH XIRFADAHA AMNIGA

SIDEE LOO ISTICMAALAA LAYLISKA?

Xooggayga gaarka ah

Ku qora laynka casharka waxyaabaha uu ilmuhu xirfad u leeyahay iyo waxa uu ilmuhu ku fiican yahay. Ilmaha waxaa loo ogolyahay inuu xooggiisa dhexda ku sawiro. Erayada tilmaamaya xoogga qofka waxaa ka mid ah, tusaale ahaan, adkaysiga, waxtarka, firfircoonida, dulqaadka, naxariista, go'aanka, geesinimada, daacadnimada iyo tixgelinta.

Dadkeyga waaweyn ee aaminka ah

Si wada jir ah uga wada hadla dadka ilmaha u noqonaya waalid aamin ah. Ku qora dadka waaweyn ee aaminka ah ee ilmaha wareegyada shabagga badbaadada. Si wadajir ah uga fiirsada jawaabaha su'aalaha bogga.

Tan waan jeclahay

Si wada jir ah uga wada hadla waxa ilmahaagu rabo marka uu u baahan yahay inuu wax la wada sameeyo qof weyn, raaxo, ama isu dhawaasho. Isla markaana ilmuhu wuu midabayn karaa.

Iftiinka cagaaran mise casaanka ah?

Ka sheekeysta casharka idinkoo isticmaalaya midabada nalalka taraafigga. Ilmuhu wuxuu midabeeyaa goobada ku xigta odhaahda cagaarka marka uu taabashadu ka dareemo raaxo. Haddii aad taabashada ka dareento xumaan, ilmuhu wuxuu midabeeyaa goobada casaanka ah..

Xeerarka qalabka warbaahinta

Si wada jir ah uga fikira nidaamka aad u leedihiin qalabyada warbaahinta ee kala duwan. Sidoo kale ka fikira waxqabadyada firaaqada ee kale oo ku sawir bogga hoose.



Sawirada dareennada

Jar iyo haddii aad u baahato sawirada dareenka ku kab laastiiga caagga ah. Sawirada waxaa lagu kaydin karaa sanduuq yar waxaana loo isticmaali karaa in lagala hadlo ilmaha wararka maalinta: Ma ku faraxday wax maanta? Wax kaa walwalsiiyay ma jiraan? Sawirada dareenka ayaa sidoo kale loo isticmaali karaa in lagu caawiyo muujinta dareennada, tusaale ahaan marka ilmuhu xanaaqo.



Qalabka cabirka dareenka

Jar iyo haddii aad u baahato sawirada dareenka ku kab laastiiga caagga ah. Ku dhaji qalabka cabirka dareenka tusaale ahaan albaabka qaboojiyaha ama derbiga qolka ilmaha. Qalabka cabirka dareenka waxa ay fududaysaa in uu tilmaamo dareennada ilmaha iyo dadka waaweyn ee xaaladaha kala duwan ee maalinta.



Ciyaarta looxa ee dareenka

Ciyaarta looxa ee dareenka waxaad ka jari kartaa buugga. Laadhuuga soo qabo iyo inta geed aad u baahan tiihiin inaad ciyaartiin. Laadhuuga rida oo ka jawaaba su'aasha ciyaarta dareenka ee ku jirta sanduuqa uu lambarka isha ee laadhuugu kugu hagayo.

AWOODAHAYGA

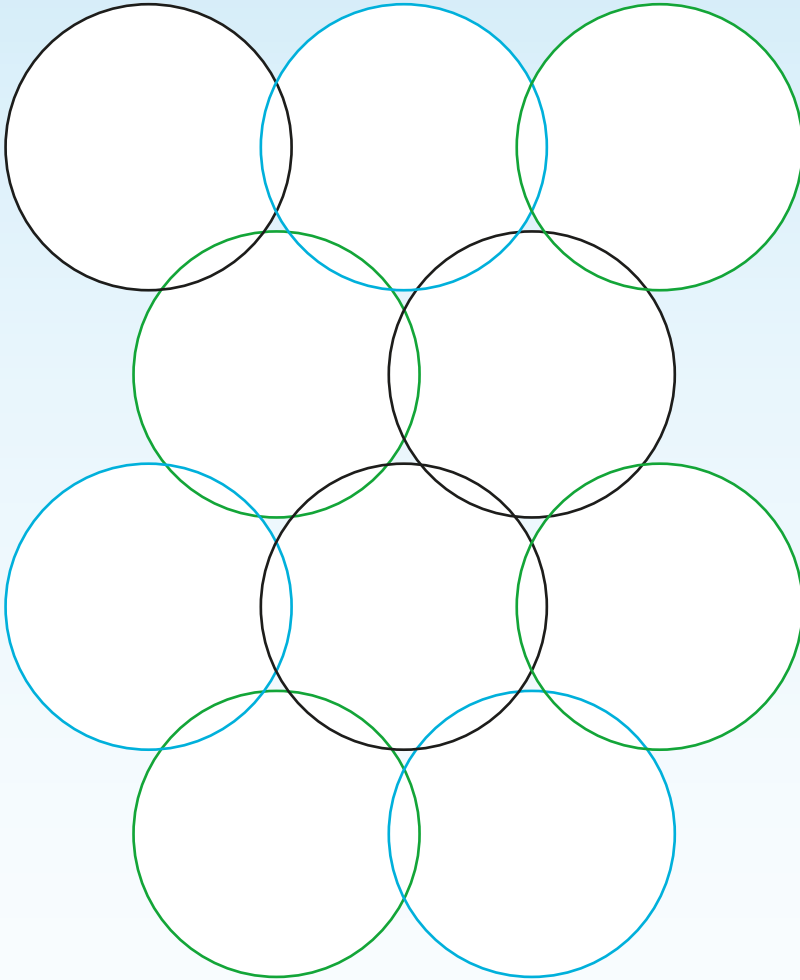
Dhexda adigu isku sawir oo si wadajir ah qofka weyn ugu wada qora wada ad ku xoogsan mise fiican tahay.

A large rectangular area with a green border, containing several horizontal lines for writing. The lines are arranged in two columns, with the left column having five lines and the right column having five lines. The bottom of the area is partially obscured by a cartoon character.



DADKEYGA WAAWEYN EE AAMINKA AH

Si wada jir ah ugu wada qora shabakada badbaadada dadka waaweyn ee aaminka ah ee nolosha ilmaha ka mid ah oo ka fiirsada jawaabaha su'aalaha.



SIDEE AYAY KUU TUSAAN INAY KU DANEEYAAN?

YAA KUU NOQON KARA QOF WAYN OO AAMIN AH XAALADAHAN:

1. Marka aad u baahan tahay in lagaa caawiyo welwelkaaga, yaad u tagi kartaa?

2. Yaad caawimaad weydiisan kartaa haddii aad keligaa tahay guriga oo aad cabsanayso?

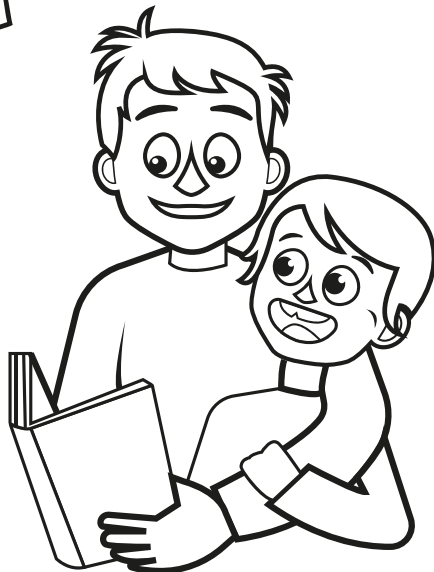
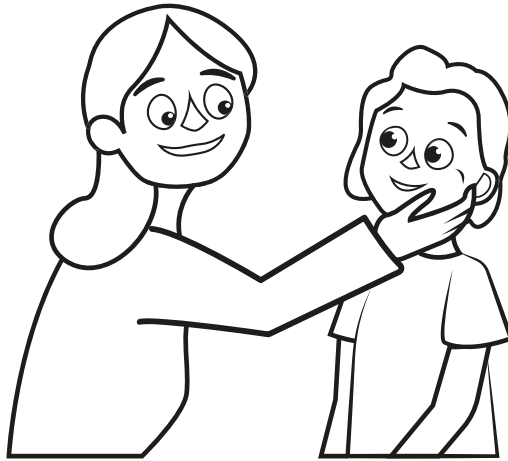
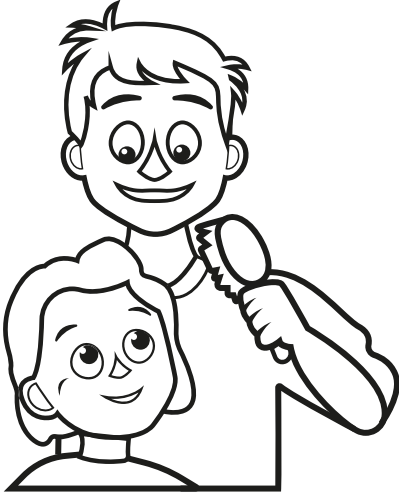
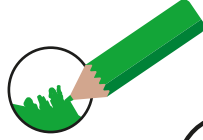
3. Yaa ku caawin kara oo ku taageeri kara markaad murugaysan tahay?

4. Haddii aad is dhaawacdo adigoo saaxiibkaa la jooga, yaa ku caawin doona?

5. Yaad doonaysaa inaad farxaddaada la wadaagto?

TAN AYAAN JECLAHAY

Midabee sawirada iyo xaaladaha aad jeclaan lahayd inaad ku jirto markaad rabto wada shaqeysi, raaxaysi, daryeelid, ama isu dhawaansho.



IFTIINKA CAGAARAN MISE CASAANKA?

U midabee laambadda **cagaar** marka aad jeceshahay taabashada.
U midabee laambadda **casaan** marka aad necebtahay taabashada.

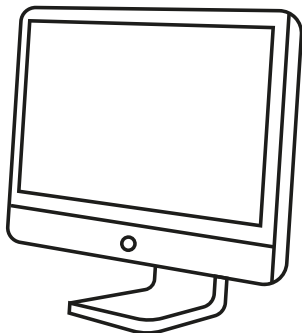
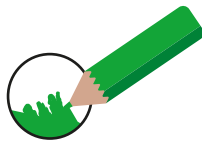


1. Saaxiibka ayaa igu riixaya safka cuntada.
2. Qofka weyn ee aad jeceshahay wuxuu rabaa inuu kula legdamo, xitaa haddii aadan rabin.
3. Dhakhtarkaaga ayaa ku tallaalaya.
4. Dabada ayaa lagaa taabanayaa.
5. Hooyo timaha ayay salaaxaysaa.
6. Tinta ayaa lagaa jiidayaa.
7. Aabbe dhabankeyga ayuu dhunkanayaa.
8. Eeyga ayaa wejigaaga .
9. Saaxiibkaa hooyadii/aabbihii ayaa hab kugu nabad galyeynaya.
10. Walaashaa yar ayaa ku qaniintay.
11. Wax baa laguugu dhuftay.
12. Saaxiibkaa ayaa gacanta ku haysta.
13. _____
14. _____

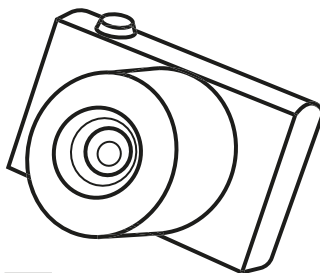
XEERARKA QALABKA WARBAAHINTA

MIDABEE QALABYADA WARBAAHINTA AAD ADEEGSATO.

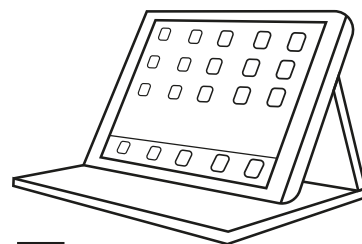
Piirrä rasti ruutuun niiden laitteiden kohdalle, joiden käyttöön on sovittu pelisäännöt.



KOMBUTERKA



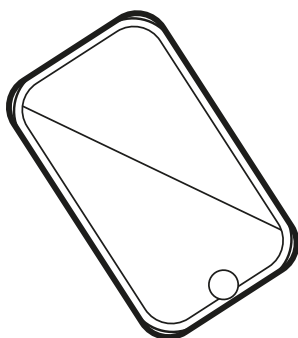
KAAMERADA



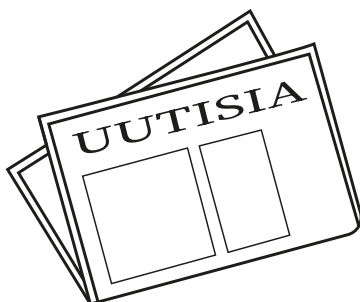
TABLET-KA



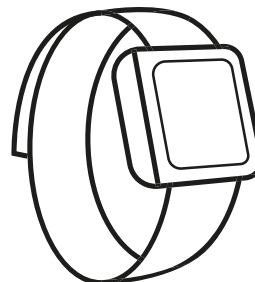
CIYAARTA
CONSOLE-KA



TALEEFANKA



JARAA'IDKA



SAACADDA DHAQDHAQAAQA

SAWIR WAXYAALLAHA MADADAALADA AH EE AAD JECESHAHAY

(hiwaayadaha, ciyaaraha, ciyaaraha iyo hawlaha guriga).



SAWIRRADA DAREENKA





QANACSAN

MURUGEYSAN

**CABSI
KACSAN
NEERFOOS
ARGAGAXSAN**

**XANAAQSAN
CADHAYSAN
XUMAAN**

**CEEBAYSAN
MA HUBO**

**XAMAASAD
FARXAD WEYN**

**XASILLOON
KALSOON
DAGNAAN**

**YAAB
YAABAY**

FARAXSAN

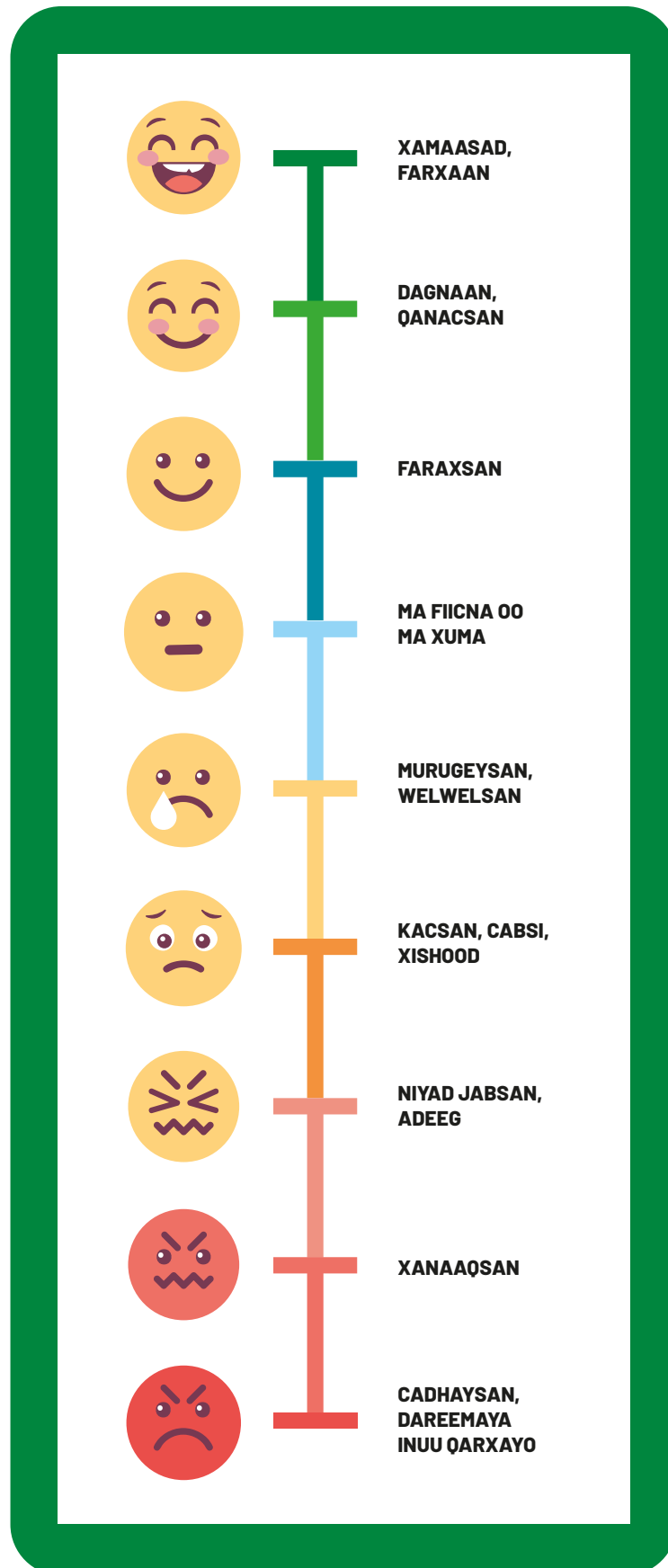
**GEESI
KALSOON
FIRFIRCOON**

WELWELSAN

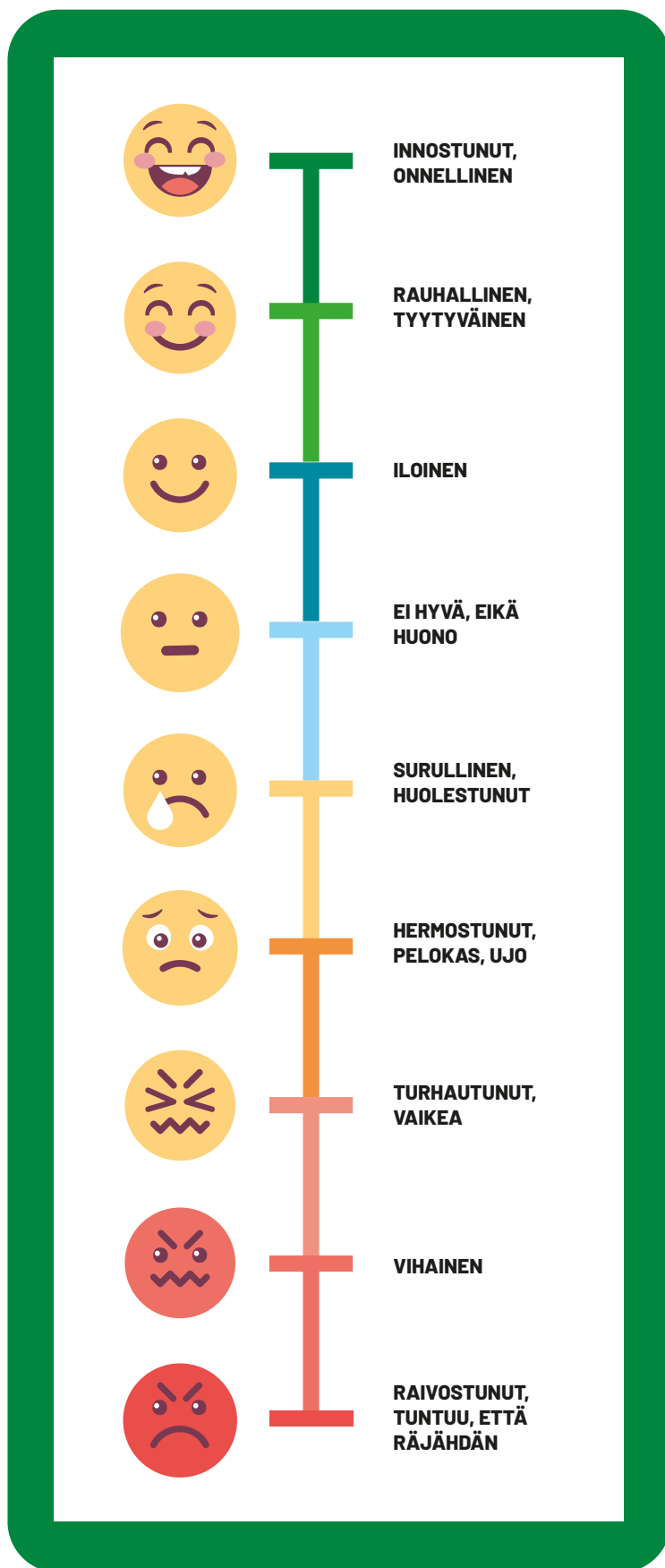
**DACAAYADEYN
MASAYRSAN**



QALABKA CABIRKA DAREENKA



TUNNEMITTARI





CIYAARTA

BILOWGA	Maxaa kaa xanaajiya? 	Maxaa kaa dhoola cadeynaya? 	Maxaa kaa welwelsiyya? 	Maxaad ku hamisaa? 	Goormaad caajistaa? 	Goormaad raaxaysataa?
Waa maxay wax fiican oo aad sugayso? 	Maxaad aad u jeceshahay? 	Maxaa ku dareensinaya aaminaad? 	Maxaa kaa farxiya? 	Maxaa ku murugaysan tahay? 	Maxaa ku dareensiya inaad qanacsantahay? 	Goormaad murugaysan tahay?
Maxaad ku fiican tahay? 	Maxaa fikir ku dhala? 	Goormaad aad u qososhay oo ay ilintu indhahaaga ka dareeren? 	Maxaad saaxiibkaa kaga xanaaqdaa? 	Maxaa wax walba hagaagayaan? 	Maxaa kuu dejiya? 	Goormaad murugaysan tahay?
Maxaad ka cabsataa? 	Maxaad ka saniftaa? 	Waxa ugu dambeeyay aad ku guuleysatay? 	Maxaad ku faraxsanayn? 	Maxaad ku dagtaa markaad murugaysan tahay? 	Maxaa kuu dejiya? 	Goormaad murugaysan tahay?
						GOOLKA



TIXRAACYO

Avola, P. & Pentikäinen, V. (2020) Kukoistava kasvatust: Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. BEEhappy Publishing Oy.

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela E. (2019) Sisu, tahto, itsetunto: Portaattitkupotkuraivareista aggression hallintaan. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

EHYT ry. (2020). Media mukana lapsen arjessa: Vinkkejä sujuvaan media-arkeen.

URL: <https://ehyt.fi/tuote/media-mukana-lapsen-arjessa/>.

Viitattu 18.2.2022.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Turvataito- ja kehotunnekasvatuksen opetusmateriaali: Esiopetus. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.

URL: https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen-Oulu-Esiopetus-A4-sahkoinen_29092021-1.pdf.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 1-2. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.

URL: https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen-Oulu-1-2luokka-A4-sahkoinen_29092021_1.pdf.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 3-4. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.

URL: https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen-Oulu-3-4luokka-A4-sahkoinen_29092021-1.pdf.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 5-6. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.

URL: https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/23160005/Turvallinen-Oulu-5-6luokka-A4-sahkoinen_25082021-2.pdf.

Lajunen, K., Ylenius-Lehtonen, M., & Andell, M. (2015). Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2020) Media mukana lapsen arjessa: Vinkkejä sujuvaan media-arkeen.

URL: <https://cdn.mll.fi/prod/2019/02/05094203/Media-mukana-lapsen-arjessa-EHYT-ja-MLL.pdf>. Viitattu 18.2.2022.

Tenhunen, T., Andell, M., Ylenius-Lehtonen M., & Lajunen, K. (2019). Turvataidoilla turvaa. Teoksessa: U. Korpilahti, H. Kettunen, E. Nuotio, S. Jokela, V.M. Nummi, & P. Lillsunde. (2019). Väkivallaton lapsuus: toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020-2025.

