

# EBI

## Stadt Bielefeld

Ideen für den Schulstart  
Kurdisch

 [www.bielefeld.de](http://www.bielefeld.de)

Ji bo destpêka  
dibistanê hinek şîret



## **Weşanger**

Weşanxane:



**Kommunales  
Integrationszentrum  
Bielefeld**



**Stadt Bielefeld**  
Amt für Jugend und Familie  
- Jugendamt -

## **Berpirsiyar:**

Nilgün Işfendiyar, Leiterin des Kommunalen Integrationszentrums  
Georg Epp, Leiter des Amtes für Jugend und Familie - Jugendamt -

## **Redaktasyon:**

Karolina Dombek, Christoph Hein, Birgit May, Monika Schelp-Eckhardt

## **Rûpelsazî:**

Stadt Bielefeld, Zentrale Leistungen, Druckservice

## **Piştgirî:**

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Bildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ev pirtûkok bi zimanekî hêsan hatiye nivîsandin.

Ev pirtûkok/broşur bi zimanên jêrîn jî hene:

albanî, erebî, bulgarî, înglîzî, yûnanî, kurdî (kurmancî, bi alfabeya  
latînî), polonî, rûsî, sirbî, tirkî

Awayên dijîtal wek (pdf):

[www.ki-bielefeld.de](http://www.ki-bielefeld.de) und [www.bielefeld.de/de/biju/sp/](http://www.bielefeld.de/de/biju/sp/)

**Dem:** 07/2019





## Naverok

1. Pêşgotin	1
2. Di nava tevgerê de bin – Bingeên hînbûnê	2
3. Hîndariyên destan	4
4. Serbixwe bibe	6
5. Tevî zarokên din bûyin	8
6. Xwarin û vexwarina bi tenduristî	10
7. Xwendina bideng, vegotin û bi ziman lîstin	12
8. Bi gelek zimanan peyivîn	14
9. Muzîk gotin, bi deng lîstin	16
10. Di jiyana rojane de bîrkarî (matematîk)	18
11. Ezmûn kirin û şaş mayin	20
12. Kefşkirin û parastina xwezayê	22
13. Bikaranîna medyayê	24

## 1. Pêşgotin


Dayik û bavên hêja,

di demeke nêzîk de zaroka/ê we wê li dibistanê be.

Navenda Lênerîna Zarokan (Pêşdibistan) zarokên we ji bo dibistanê amade dike: Zarokên we tevî zarokên din hînî tiştan dibin. Hin tiştan disêwirnînin û hinekan jî ava dikin. Ew bûyerên li cîhanê diqewimin diceribînin. Zarok gelekî bi tevger/heraket in û laşên xwe zexm dikin. Li pirtûkan (kitêb) dinêrin û li ser tiştên ku dibînin diaxivin. Çîrokan/bûyeran dibihîzin û pirsan dibersîvînin. Ev hemû dawiyê di dibistanê de ji bo hînbûna zarokan dibin alîkar.

Hûn jî dikarin zarokên xwe ji bo dibistanê amade bikin. Hûn dikarin di vê pirtûkokê de li ser van mijaran hin ramanan bibînin û jê sûde bigirin. Ev raman/dîtin (pêşniyar) dikarin bêyî zahmetiyeke zêde bên pêkanîn. Gelo hûn dixwazin tevî zarokên xwe ji van pêşniyaran kîjanan biceribînin?

Ez hetanî despêka dibistanê, ji zarokên we re demeke bi coş hêvî dikim û tevî zarokên we ji we re kêfxweşiyê dixwazim.



Pit Clausen  
Şaredar

## 2. Di nava tevgerê / livê de bin – Bingehên hînbûnê

Tevgerîn ji bo hînbûnê dibe alîkarî. Heke zaroka/ê we gelekî bi tevger/herket be û kêfa wê/wî ji tevgerê re bê, dikare baştir hîn bibe. Tevgerên zirav wekî livîna dest û tilîkan jî ji bo hînbûna nivîsandinê baştir e. Di jiyana rojane de gelek derfetên tevgerîne hene.

### Raman:

- Tevî zarokên xwe biçin der: Biçin parkê, daristanê an qada lîstikê. Zarok dikare li wir bibeze, hilperike/hilkişe, bi gogê (top) bilîze û gelek tiştên dinê bikin.



- Zarok dikarin di malê de; bi balîf/balgî, binrax/mitêl û tiştên din bilîzî. Xwe qevztin, hol kirin û pertavên wek van ji bo zarokan dibe jîmnastîkeke gelekî baş.
- Heta ku derfet hebe divê zarokên we bi zarokên dinê re jî bilîzin.
- Ajotina duçerxe/pisiklêt an çerxajo (Roller) ji bo zarokan kêfxweşî ye û ji zarokan re dibe hîndariya hevsengiyê/denge.



- Bi zarokên xwe re biçin, hewzê avjeniyê/avê. Ew baş e ku kêfa zarokên we ji avê re bê/tê. Zaroka/ê we dikare biçe kurseke avjeniyê û avjeniyê hîn bibe.
- Hûn ji bo zarokên xwe mînakên/modelên herî girîng in. Lewma jî divê hûn bi xwe jî gelekî livdar/bihereket bin.

**Bi behremendiyên/qabiliyetên zarokên xwe bawer bin. Bi hereket kirinê zarokên wê hîn dibin ku dikarin çi bikin û fêhm dikin divê wê hîn çi/kîjan hîndariyan bikin.**



### 3. Hîndariyên destan

Li dibistanê ji bo nivîsandin û destkariyê (Basteln) hewcedarî bi şarezatiya destan heye. Ev şarezatî, dikare di jiyana rojane de bê bikaranîn û di lîstikan de zarok, di vî alî de bên teşwîqkirin.

#### Raman:

##### Li pêjgehê (mitbax)

- Tevî zarokên xwe xwarinê çêbikin. Di amadekariya xwarinê de zarok dikarin; sebze ji we re bînin, bibirin/jêbikin, hevîr bistrên/bişekilînin û sênîkan bişon. Zarok bi vî awayî him kêfa wan tê û him jî şarezatiya/jîrtiya wan a destan pêş dikeve.

##### Sêwirandin

- Ji bona sêwirandinê (Basteln) ji zarokên xwe re cihekî baş amade bikin. Wek mînak zarok dikare; birengîne, bistrê û kaxezan bibire. Di heman demê de zarok dikarin, ji dep û pelên ji daristanê jî tiştan bisêwirînin.





## Lîstin

- Gelek lîstik hene ku ji bo pêşketina hunerweriya tilîkan dibin alîkar.

Wek mînak:

Mîkado, avakirin/lêkirina bi textikan, gindiroka xaran, lego®



Baldar bin ku dema zarokên we direngînin an wêneyan xêz dîkin bila rast bi pênûsê (qelem) bigirin

## 4. Serbixwe bibe

Zarokên we bi serê xwe dikarin gelek tişan bikin? Heke bikaribe, wê demê zarok li dibistanê xwe di nava ewlehiyê de dibînin/his dikin. Zarokên serbixwe ji hînbûnê/fêrbûnê hez dikin û bi xwe bawer in.

Ji ber vê divê hûn her car ji xwe bi xwe pirs bikin: Zaroka/ê min dikare bi xwe çi bike û divê kengî di çi de ez alîkariya wê/wî bikim.

### Raman:

- Bicerbînin ku tevî zarokên xwe kincên/cilên xwe li xwe û ji xwe bikin. Mînak: Pêlav/sol, cakêt û kincên sporê.
- Tevî zarokên xwe bifikirin: Zarok dixwaze li malê çi/kîjan karî bike? Wek mînak rûberê masê li ser masê raxistin. Gava zarok ev kar pêkanî/kir, pesnê wê/wî bide.
- Divê zarok bi xwe/tenê biçin tuwaletê û bi xwe destên xwe bişon.



- Di destpêkê de tevî zarokên xwe çenteyên wan yê dibistanê amade bikin. Di dû re êdî ew bi xwe (bi tenê) dikarin çenteyên xwe amade/tev bikin.
- Berê pêş de rêya dibistanê şanî zarokên xwe bidin û bi hev re li derdorê binêrin.



**Destpêka dibistanê ji bo hemû malbatan guhertineke mezin û nû ye. Dibe ku di çend heftayên pêşiyê de zarok ne ewle bin lewma divê hûn hinekî bisebir bin.**

**Her dem ji wan/zarokan re bibêjin:  
„Tu dikarî bikî!“**

## 5. Tevî zarokên din bûyin

Ji bo destpêka dibistanê, tevlebûna zarokên wê bi zarokên dinê re tiştekî baş e. Zarok bi hev re dilîzin, dixwin û bi hev re diregînin/boyax dikin. Pevdiçînin û li hev tîn/dikin. Hev digijgijînin û bêhna xwe vedidin.

### Raman:

- Zarokên xwe birêkûpêk bibin Navenda Pêşdibistanê/Baxçeyê Zarokan (Kita).
- Ji bo bi hev re bilîzin, hevalên zarokên xwe dawet bikin. Divê zarokên we jî biçin/herin mêvandariya zarokên din.
- Lîstikên maseyan şanî zarokên xwe bidin. Bi van lîstikan zarok serkevtin (qezenckirin) û wendakirinê hîn dibin. Tevî vê jî zarok hînin pêkanîna rêzikan/qaîdeyan jî dibin.



- Werzîş (spor), reqş/dans û muzîk bi taybetî bi komî/grûp, di nava komê de gelekî kêfxweşî ye. Hin komel û Dibistanên muzîkê ji bo zarokan gelek pêşkêşiyên wan hene.

[www.sportjugend-bielefeld.de](http://www.sportjugend-bielefeld.de)

[www.muku-bielefeld.de](http://www.muku-bielefeld.de)

- Tev li çalakiyên malbatan bibin.

[www.bielefeld.jetzt/termine/kinder](http://www.bielefeld.jetzt/termine/kinder)

[www.bielefeld.de/de/kf](http://www.bielefeld.de/de/kf)



## 6. Xwarin û vexwarina bi tenduristî

Xwarin û vexwarina noşdar (bi tendurist) girîng e. Bi vî awayî zarok dikarin baş mezin dibin û baş hîn dibin.

Hinek xwarin hene divê zarok gelekê caran bixwin û hinek jî hene divê kêmbê xwarin. Navenda perwerdeya tenduristiyê a federal ji bo xwarin û vexwarinê hinek pêşniyaran dike:

### **Xwarin û vexwarinên divê zarok gelekê caran bixwin ev in:**

- Mêwe, sebze, kartol/patat, erîşte, birinc/riz û nan.
- Av û çaya bê şeker.

### **Tiştên divê zarok bi pîvan bixwin:**

- Şîr, penêr, goşt, rovîk, hêk û masî.

### **Tiştên divê zarok kêmbixwin:**

- Nivîşk, rûn, to, şîranî, xurekên bi xwê.

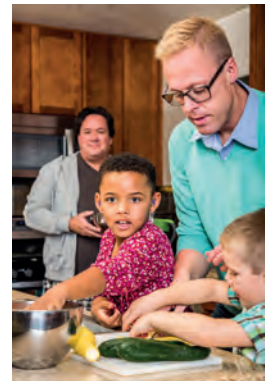
### **Xwarin û vexwarinên divê zarok kêmbixwin:**

- Xwarinên amade (Fast Food), kartolên sorkirî (Pommes), bûrger, pîza, . . .)
- Vexwarinên şîrîn (leymûnat, avên mêwe, . . .)



## Raman:

- Ji bona hûn bi zarokan re tev xwarinê bixwin, demê veqetînin. Tev hev dem derbas kirin/bihevrebûn ji bo malbatê girîng e. Bi vê zarok gelek tiştan hîn/fêr dibin: Ez ê çawa bi kêr û çetel rast bigirin? Ez ê kengî dest bi xwarinê bikim? Ez kengî dikarim ji ser xwarinê rabim?
- Hûn dixwazin çi bixwin, tev hev plan bikin. Wek mînak/nimûne hûn dikarin du xwarinan pêşniyar bikin. Di dû re zarok dikare ji van yekê hilbijêre.
- Dema ku hûn tevî zarokên xwe xwarinê amade bikin, ew di derbarê xwarinê de gelek tiştan hîn dibin. Gava zarok tiştên xwarinê jêbikin/bibirin jîrtiya wan a destan pêş dikeve.
- Destûr/îzin bidin, zarokên we bila bi xwe biryar bidin ku dixwazin çi qas xwarin bixwin.
- Zarok dikarin baş bizanin/texmîn bikin ku kengî têr xwarine. Ji his/hêstên zarokên xwe bawer bin/bikin. Zarok di derheqê xwarin û vexwarinê de erênî (pozîtîf) difikirin. Ew ji ceribandîna hez dikin. Ji zarokan re xwarinên cuda pêşniyar/pêşkêş bikin.
- Bi gelemperî berhemên ji bo zarokan ne noşdar/bi bijûn in. Ji pêçekên (pakêt) haj hebin, agahdariyên li ser wan yên di derheqê şekir û rûn de baldar bin.
- Di dema kirîn û firotinê û xwarinê de ji zarokên xwe re bibin mînak.



## 7. Xwendina bideng, vegotin û bi ziman lîstin

Xwendina bideng girîng/muhîm e! Bi xwendina bideng zarokên we wê peyv/gotin û têgînên nû hîn bibin. Ev ji bo xwendin û nivîsandina zarokan jî dibe alîkar. Zarok bi pirtûk/kitêb û çîrokan di derheqê cîhanê de gelek tiştan hîn dibin. Ji ber vê jî xwendina bideng û gotina çîrokan ji bo hemû malbatan parçeyekî jiyana rojane ye.

### Raman:

- Bi zarokên xwe re li pirtûkên wêneyan (resim) binêrin. Bi wê/wî re li ser wêneyan biaxivin. Mînak bipirsin, di wêne de tu çi dibînî?
- Li gotinên rêzbend/qafiye bigerin. Mînak: xanî-banî.
- Ji zaroka/ê xwe pirs bikin, divê hûn ji wan re kîjan pirtûkê bixwînin.
- Pirtûkê bi coş/hêcan bixwînin. Carna dengê xwe biguherin: Hirç dikare ji kûr de bihire. Mişk dikare biçîze. Mar divîze.
- Her tim di demeke diyar de pirtûkan bixwînin. Mînak berî razanê. Kêfxweşiya nêzîkbûna zarokên xwe bibînin.







## Dayik û bavên dixwînin ji bo zarokên xwe mînak in!

- Tevî zarokên xwe biçin pirtûkxaneyan/kîtêbxaneyan.
- Di rêwîtiyên dirêj bi siwara an trêne, bi zarokan re bi ziman tev bilîzin. Wek mînak zarok dikarin peyv/gotinan berhev bikin: Gelo heywan/ajal di nava avê de dijîn? Heywanên li hewa/ difirin kîjan in?
- Hinek hewyanan bidin danasîn/tarîf bikin û bila zarok texmîn bikin ku ew çi/kîjan heywanin. Mînak: Ez heywanekî dinasim, şirneya/xertûma wî dirêj e. An jî zarokên we dikarin hewyanan bidin nasandin û hûn navên wan heywanan bibêjin.
- Ji zarokên xwe re destpêka çîrokekê bibêjin û bihêlin bila ew bizanibin ev kîjan çîrok e. An jî bihêlin bila zarok berdewamiya çîrokekê bibêje.
- Bi zarokên xwe re bilîzin: „Ez tiştekî dibînim ku tu wî nabînî û ew şî e. Ew çi ye? Zarok li bersîva wî tiştî digere.
- Li derve tîp/herf, nivîs û sembolan nîşanî zarokên xwe bidin. Zarok dikarin plaka siwariyan, navnîş/lewheyên, logo an hinek navan bizanibin.

## 8. Bi gelek zimanan bipeyivin

Li Almanya gelek zarok bi pirzimanê mezin dibin. Ev zimanên cuda ji bo civaka me dewlemendiyeke mezin e.

Li malê bêyî zimanê almanî, zimanekî din ku hûn pê dipeyivîn heye?

Wê gavê ji bo pêşxistina zimanê malbatê (zimanê dayikê) piştgiriya zarokan bikin!

Bi vî awayî: Zarok dikarin bi du zimanan (zimanê dayikê û almanî) hîn bibin.

Girîng e ku zarok di jiyana xwe a rojane de karibin bi her du zimanan bipeyivin.

### Raman:

- Ev ji bo zarokên we mînak/rol modelên herî girîng in. Bi taybetî ziman jî gelekî girîng e. Bi zarokên xwe re pir (gelekî) bipeyivin. Zarok her çiqas peyv/gotinan zêde bi kar bîne, evqas jî zêde dikare cîhanê (dinya) nas/fêhm bike.
- Piştewaniya bala zarokan ya ku li ser zimanê dayikê (malbatê) ye bikin. Ji zarokên xwe re çîrokan bibêjin. Tev zarokan gotinên bi qafiyê bibên. Dîsa stranên di dema zarokatiya xwe de tevî wan bibêjin.
- Hûn dikarin pirtûk û lîstikên bideng (guhdarîkirinê) ji pirtûkxaneyan belaş pevdah bikin.

Dema we zarokên xwe li dibistanê qeyd kirin,  
bipirsin gelo li wê dibistanê dersa zimanê  
dayika (malbata) we heye yan na



## 9. Muzîk çêkirin, bi deng lîstin

Zarok ji muzîkê hez dikin. Ew dans dikin û çawa lê hat muzîkê guhdarî dikin. Zarok çî tiştên ku deng û hengame (teqereq) jê der tê diceribînin.

Muzîk ji pêşketina zarokên we re dibe alîkar.

Kî stranan (klam) bibêje ew hêsantir hînî axavtinê dibe.

Ki dansê bike/bireqise çêtir (baştir) tevdigere.

Tevî zarokên din muzîk kirin bêtir kêfxweşiyê dide zarokan.

### Raman:

- Bi zarokên xwe re stranan bibêjin û hîndariyên gotinên bi qafiye bikin.
- Ma hûn cejnan pîroz dikin? Ji zarokên xwe re stranên kevneşopî bibêjin.
- Beroş, qedeh û depê ser maseyan dengên pir xweş dertînin! Heger ew deng carna we aciz jî bike, bihêlin bila zarokên we wan dengan biceribînin.



- Tevî zarokên xwe amûrên/hacetên xwe çêbikin. Mînak qutîkên kevn û qedehan bi bişkrok/bişkoj û birincê dagirin.
- Bi zarokên xwe re dengên di jiyana rojane de guhdarî bikin. Di xwezayê de hûn çî dangan dibihîzin. Li kolanê/zikakê çî heye? Li malê çî/kîjan deng hene?
- Tevî zarokên xwe muzîkên cuda guhdarî bikin. Mînak stranên zarokan, muzîka pop an jî muzîka klasîk.
- Dibistanên muzîkê û dibistanên dansê ji bo zarokan kursan çêdikin. Li komelên werzîşê/sporê jî kursên dansê (reqs) hene/tên dayin.



## 10. Di jiyana rojane de matematîkê kefş bikin

Bîrkarî (matematîk) li her derê ye. Hûn dikarin di jiyana rojane de hejmar, şêwe (şekl) û pîvan/mezinahîyê bibînin. Hûn dikarin bi rêya lîstikên bîrkariyê kelecana/hêcana û îlhamê bidin zarokên xwe.

### Raman:

- Tev zarokên xwe bihejmêrin. Mînak mêweyên di sênîkê de, xarên di şûşeyê de, an jî şûşeyên di sindoqê de ne bihejmêrin.
- Bi zarokên xwe re li hejmaran bigerin. Mînak hejmarên li ser xaniyan, hejmarên li ser plake/lewheya siwareyan an jî hejmarên bihanameyan.
- Bi zarokan re bi kertên lîstikê yê bi hejmar, domîno û lîstika zar bilîzin.



- Di derbarê dema rojê (demjimêrê/saet) de zarokên xwe agahdar bikin. Şanekên saetê ya mezin û biçûk (saet û deqe) tevî hejmar/reqeman nîşanî wan bidin.
- Ji zarokên xwe re bibêjin ku saet çend e. Wek mînak gava ku diçin pêşdibistan (Kita) an jî dema ku zarok diçin razanê.
- Bi zarokên xwe re li ser navê rojên hefte biaxivin. Ji wan re bibêjin ku hûn dixwazin kîjan rojê bi wan re çî bikin.

- Bihêlin bila zarokên we jî tevî we têkevin pêjgehê/metbaxê. Destûrê bidin ku zarok bi qaba pîvanê ard/arvan û şekir bipîvin an biwezinin.



- Derfetê bidin zarokan ku bikaribin hinek tiştan bidin berhev

Mînak:

Darekî herî dirêj bibînin.  
Xaniyê herî bilind bibînin.  
Bacana herî biçûk bibînin.

- Bihêlin bila zarokên we li mezinahî, reng/lewn û teşe-şikl ango formên tiştan bigerin.

Çi gilover/gilor e?  
Çi sêkuj/sêniç e?  
Çi çarkuj/çarkozî ye?



- Bi zaroka/ê xwe re bi hewdikê/sindoqa xîzê (qûm) bilîzin. Bila zarok bi xîz an avê satilên mezinahiya wan ji hev cuda ne dagirin.

## 11. Ezmûn kirin û şaş mayin

Zarok bimeraq in. Ew dixwazin cîhanê keşf û fêhm bikin. Hûn dikarin alîkariya zarokên xwe bikin.

Zanistiya xwezayê (fen) li hindur û der pêşberî me dibe.

### Raman:

#### Li malê

- Bi zarok re klorekê (kek) çêbikin. Tevî hêvanê hevîr pênasekê/tarîfekê amade bikin. Berî pijandinê hêvan nîşanî zarok bidin. Bi hev re bala xwe dibinê ku ka hêvan di nava hevîr de guhertineke çawa çêkiriye.



- Badîyek/qedeh mezin bi avê dagirin. Bila zaroka/ê we hin tiştên cuda bavêje nava avê. Mînak pere/diravê hesinî, kevir/berik, xar, parçeyên dep/textik an kabikên cemedê/qeşayê. Di dû re tevî zaroka/ê xwe bala xwe bidinê, lêbinêrin: Çi li ser avê dimîne, avjeniyê dîke û çi jî diçe binê avê?



- Ji textik an qutîkan kelehêkê ava bikin. Bihêlin ku zaroka/ê we biceribîne: Kanî binêrin, zarok ji wan alavan, bêyî ku bikevin erdê, dikare kelehêk çiqas bilind ava bike.



- Tevî zaroka/ê xwe biceribînin ku alavên teknîkî çawa tên bikaranîn. Wek mînak melkesa bielektirîk/tozmij an jî cîhazê muzîkê.
- Heger tozmij xerab bû? Wê gavê tevî zaroka/ê xwe li sedemê vê bigerin. Gelo ma kîsikê tozê tije/tijî bûye? An boriya (lûle) wê xetimî ye?

## Li derve

- Tevî zaroka/ê xwe bafirokekê çêbikin. Bi hev re bafirokê bifirînin. Bişopînin/çavdêr bin: Ji bo firandina bafirokê divê ez çawa tevbigerim? Di firandinê de bandora/rola bayê çi ye?
- Gelo li nêzî we çemek/robarek heye? Tevî zaroka/ê xwe bendavekê ava bikin. Bila zarok bibîne ku kañ çi dibe, diqewime. Bendavek dikare çawa baş bê avakirin? Av hêj jî di nava bendavê de diherike? Çima?

Di pirtûkxaneyan de li ser jiyana rojane dikare gelek pirtûk, lîstikên guhdarîkirinê, fîlm û mijarên ezmûn kirinê hene. Bernameyên telewîzyonê yê guncaw/munasib jî hene. Mînak: Die Sendung mit der Maus, Löwenzahn, Wissen macht Ah!, Checker Tobi.



Çima tu bi tenê nikarî xwe bihejîne?

## 12. Xwezayê keşş bikin û biparêzin

Bi zarokên xwe re li park an daristanê bigerin. Bi van geran zarokên we wê xwezayê binasin/nas bikin. Ev ger wê rêzdariya (hurmet) zarokên we a ji bo heywanan û derdorê/jîngehê pêk bîne. Ji bo rêzgirtina jîngehê zarokên we wê bêtir tiştan hîn dibin.

### Raman:

- Hûn dikarin di xwezayê de gelek tiştan keşş bikin. Bi zarokên xwe re derkevin seyranê/gerê. Daran, kulîlkan û heywanan nîşanî wan (wê/wî) bidin.
- Bi zarokên xwe re li ser demsalan (mewsîm) bipeyivin. Di bihar û payizê de xweza çawa tê guhertin?
- Tevî zaroka/ê xwe darekê hilbijêrin/berbiçav bikin. Ji çend hefteyan carekê li darê binêrin. Çi tê/hatiye guhertin? Pel/belgên darê çawa bûne? Mêwe bi darê ve çêbûne? Hûn qalikê/qaşik (qaşil) darê çawa seh dikin/dibînin.
- Zaroka/ê xwe hînî berpirsiyarîyê bike. Ew dikare li malê riwekekê (nebat) binêre/xwedî bike. Zarok bi vî awayî dibe xwedî berpirsiyarî (mesûliyet).
- Zarokên xwe hîn bikin ku kîjan riwek/şînahî tên xwarin û kîjan jî nayên xwarin. Mînak dêjnikê biçînin/bireşînin. Her dêjnik gihaşt/mezin bû, tev zaroka/ê xwe bişopînin, kanî çawa mezin dibe. Di dû re, dema çîninê, bi şorbe an jî nan re biçêjînin/tahm bikin an jî bixwin.
- Di gera parka/baxçeyê hewyanan de zarokên we dikarin heywanên cuda nas bikin, êm bidin wan û ji wan hez bikin wan mizbidin.

- Şanî zarokên xwe bidin ku şîr û hêk ji ku derê tên. Tev biçin cotgehekê an jî çêregeha (mêrg) çêlekan/mangan.
- Bi zarokên xwe re têgihîştina rêzdarî û têkiliya bi xweza û derdor/jîngehê re dibin avakirin. Nîşanî wan (wê/wî) bidin ku mirov dikare çawa pirsgirêka zibarê/çopê çareser bike. Mînak dêma çûyina kirîn û firotinê (dan û stendinê) bi xwe re kîsikekî bibin.
- Ji zarokan re vebibêjin, çê/nabe ku mirov çopê biavêje xwezayê. Çop divê bikeve satila/qutîka çopê.
- Her weha hûn dikarin li malê jî pêkanîna parastina hawîrdorê/jîngehê bikin. Mînak bi zarokên xwe re gengeşe/nîqaş bikin, divê mirov kîjan cureyê çopê biavêje kîjan bîdonê çopê. Ji wê/wî re vebibêje/rave bike ku di cîhanê de av ne bêdawî ye û divê av zêde neyê xerckirin. Dema diranê xwe dişon, dive av bê girtin.



## 13. Bikaranîna medyayê

Zarok îro bi gelek cure/teşîdên medyayê re mezin dibin. Mînak xwejimêr (kompîtur), telefonên baqil (Smartphone) û tablet. Ji ber zarok tiştên ku dixwazin, dikarin bi van cîhazan bikin, gelekî kêfa wan ji van re tê. Dema bikaranîna medyayê bi zarokan re hevaltîyê (refaqetê) bikin. Divê telewîzyon û telefonên baqil bi lîstîk û hin tevgerên/herket din bên guhertin.

### Raman:

- Berî dema ku zarok dest bi dibistanê bikin, kêfa wan ji temaşekirina hinek fîlmên telewîzyonê yê kurt/kin re tê. Tevî zaroka/ê xwe li fîlmekî kurt bigerin/hilbijêrin. Weke mînak hûn dikarin di înternetê de navnîşana [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de) bi kar bînin. Haj jê hebin ku kîjan fîlm ji bo kîjan temenê/emr (sal) serbest e. Bi gelemperî/piranî ev hişyariya ji bona temenê zarokan li piştî kurtasiya „FSK“ nivîsandîye.
- Tevî zaroka/ê xwe fîlm temaşê bikin û pê re li ser naveroka fîlm bipeyivin. Ma zaroka/ê we dixwaze ku wêneyekî (suret-resim) fîlm çêbike? Pê/vê re dikare li ser naveroka fîlm raweste yanî bixebite/mijûl bibe.
- Diyar bikin ku zaroka/ê we dikare çiqas dem meydayê bişopîne/bi kar bîne. Hûn dikarin tev hev saetekê biden eyar bikin. Divê di rojê de zarok ji niv saetê (30 deqe) bêtir/zêdetir telewîzyonê temaşê nekin.
- Lîstîkên bideng, pirtûkên bideng û stranên zarokan, zarok bi tenê jî dikarin guhdarî bikin. Lê divê hûn nêzîkî zarokan bin da ku hûn bizanibin ew wê gavê li çi guhdarî dikin. Hûn dikarin ji bo zarokan ji pirtûkxaneyan lîstîkên bideng bi vegeer/deyn peydah bikin.
- Heke pirseke zaroka/ê we hebe? Wê demê tev hev li bersîvê/cabê bigerin. Di heman demê de maşîne/makîneyeke înternetê ya lêgerînê jî dikare ji we re bibe alîkar. Mînak [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)



- Zaroka/ê we dikarin bi Konsole an bi telefona baqil (Smartphone) lîstikekê bilîzin. Cîhazê bi înternetê ve girêdayîye bigirin. Baldar bin ku lîstik li gorî temenê/salên zaroka/ê ye an na? Piştî ku hûn bi vê bawer bûn (ji bo temen) zarok serbest/azad bihêlin. Di vê navberê de li cem/ba zaroka/ê xwe bimînin. Gava ku zarok bêaram/aciz bû, lîstikê bi dawî bikin/biqedînin.
- Bihêlin ku zaroka/ê we bila bi xwe wêne û fîlmê xwe bikişîne. Di dû re zarok dikare bi wênayan çî dîtîye/jiyaye ve-bibêje. Bîranîn bi vî awayî zindî dibin/dimînin.

**Ev xalên serekê (wek şîret) ne ku di înternetê de bi berfirehî dikarin bèn xwendin:**

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

**Mînakên agahdariyên din/berdewam li jêr in:**

[www.klick-tipps.net](http://www.klick-tipps.net)

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

**Makîneyên lêgerîna înternetê ji bo zarokan:**

[www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)

[www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)

**Di derbarê telewîzyonê de:**

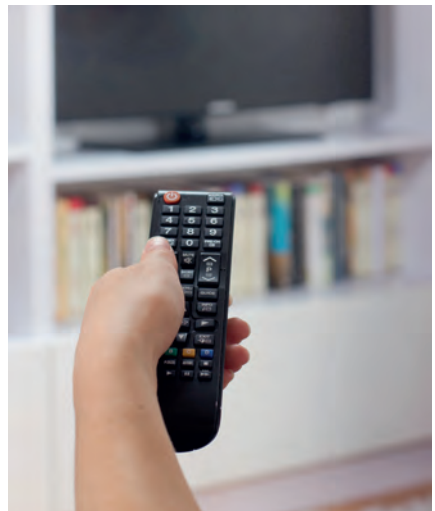
[www.kinderfilmwelt.de](http://www.kinderfilmwelt.de)

[www.flimmo.de](http://www.flimmo.de)

[www.tivi.de](http://www.tivi.de)

[www.checkeins.de](http://www.checkeins.de)

[www.kika.de](http://www.kika.de)



## Mafê çapkirinê

### Sererûpel:

Rûpela pêş: © Zeichnung von Lisa Eckhardt, inspiriert (Figuren) durch Angela-Maria Meyer, MN-Consultants

Rûpela paş: © Lisa Eckhardt

### Naverok:

Çarçove: © Lisa Eckhardt

Rûpel 2: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Rûpel 3: © panthermedia.net / anatols

Rûpel 4: © Veit Mette

Rûpel 5: © panthermedia.net/StockbrokerXtra by Monkeybusiness  
© Taybet

Rûpel 6: © panthermedia.net / StephanieFrey

© panthermedia.net / JCB Prod

Rûpel 7: © panthermedia.net / luninastock

Rûpel 8: © unsplash.com/ charleingracia

Rûpel 9: © panthermedia.net / Robert Byron

Rûpel 10: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Rûpel 11: © panthermedia.net / creatista

Rûpel 12: © panthermedia.net / didesign

Rûpel 13: © panthermedia.net / londondeposit

Rûpel 15: © Lisa Eckhardt

Rûpel 16: © Veit Mette

Rûpel 17: © panthermedia.net / Craig Robinson

Rûpel 18: © panthermedia.net / Katy Spichal

Rûpel 19: © panthermedia.net / Wolfgang Steiner

© panthermedia.net / choreograph

Rûpel 20: © panthermedia.net / natochka

© panthermedia.net / pathastings

Rûpel 21: © panthermedia.net / BestPhotoStudio

Rûpel 23: © panthermedia.net / Xalanx

Rûpel 25: © panthermedia.net / Wong Sze Fei

Rûpel 26: © panthermedia.net / Mitar gavric

## Not

