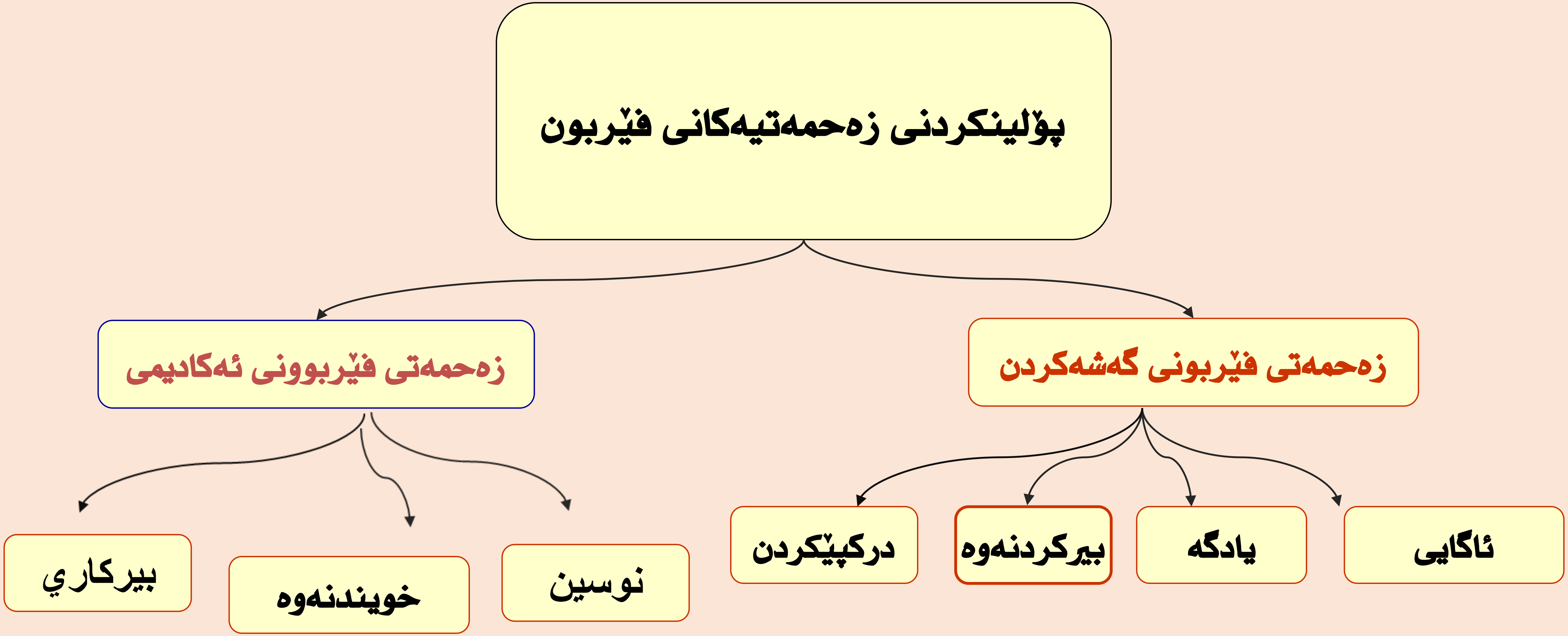
زانکۆی سەلاحەددین - هەولێر
کۆلێژی پەروەردەی بنەڕەتی
بەشی باخچەی منداڵان

ئاستەنگەکانی فێربوون

م.رەوا صالح محمد

2023-2022



پۆلینکردنی زەحمەتیەکانی فێربون
زەحمەتی فێربوونی ئەکادیمی
زەحمەتی فێربونی گەشەکردن
بیرکاري
خويندنەوە
نوسین
درکپێکردن
بیرکردنەوە
یادگە
ئاگایی

پۆلینکردنی زەحمەتییەکانی فێربوون:

سەرجەم ئەو لێزانی و شارەزایی و ئامادەباشیانەی پێشووتر دەگرێتەوە کە پەیوەندن بە پێگەیشتنی ئەندامەکانی لەش و ئەو بەشانەی کە بەرپرسن لە جێبەجێکردنی کاروچالاکییەکان بۆ نموونە بۆ ئەوەی منداڵ فێری نووسین ببێت پێویستە لەلایەنی (مێشك و جەستە و چاوو جووڵەی دەست و پێکەوە کارکردنی چاوو دەست و یادکردنەوەو بەئاگایی ...... هتد) گەشەی کردبێ لەبەرئەوەی لێزانی (مهارە)ی نوسین پەیوەندی بە پێگەیشتنی هەموو ئەو ئەندام و ئۆرگانانەی سەرەوە هەیە ***زەحمەتییەکانی تایبەت بە گەشەکردن***

ئەمانەی خوارەوە دەگرنەوە:

1- زەحمەتییەکانی تایبەت بە گەشەکردن ئەمانەی خوارەوە دەگرنەوە:

زەحمەتییەکانی تایبەت بە گەشەکردن

- التفكير(بیرکردنەوە)
- بەئاگایی(الانتباه)
- یادگە(الذاكرة)
- درکپێکردن(الادراك)

1- زەحمەتییەکانی تایبەت بە گەشەکردن ئەمانەی خوارەوە دەگرنەوە:

أـبەئاگایی (الانتباه)

واتە جەختکردنە سەر وروژێنەرو شتی مەبەستدارو دوورخستنەوەی چالاکییەکانی مێشك و وریایی لە شتە نامەبەستدارەکانی ترو کۆکردنەوەی هەموو هێزو توانای عەقڵ و بەئاگایی و تەرخانکردنیان بۆ ئەو کاروچالاکییە کە لە ئەو کاتەدا مەبەستە بۆ نمونە کاتێك خوێندکار لەناو پۆل دەبێت پێویستە هەموو بیروهۆشی هەر لەلای مامۆستا و ناو پۆل و گفتوگۆی هاوڕێکانی بێت و سەیری دەرەوەی پۆل نەکات و دالغەی لێنەدابێت و خۆی بەشتی لاوەکییەوە سەرقاڵ نەکردبێت.

جۆرەکانی ئاگایی (أنواع الانتباه):

ئاگایی لە رووی ورووژێنەرەکانییەوە بۆ سێ بەش دابەش دەبێت بەم جۆرەی خوارەوە:

1. **ئاگایی زۆرەملێ** : ئەمەیان ئاراستەی ئاگایی کەسەکەیە بۆ ورووژێنەرێك لە سەرووی ئیرادەو خواستی کەسەکەوەیە، وەکو ئاگایی بۆ دەنگی گوللەی دەمانچەیەك، یان تیشکێکی لە ناکاو، یاخود لێدانو بەکەوتنێکی کارەبایی، یان ژانو ئازارێکی لە ناکاو کە لە هەندێك بەشی جەستەدا دێنە ئاراوەو روودەدەن.

2. **لەخۆوە ئاگایی** (الانتباه التلقائی): ئاگایی تاکە کەسە بۆ شتێك کە بایەخی پێ دەداتو مەیلو ئارەزووی بۆی هەیە، ئەمەش ئاگاییەکە تاك توانایەکی ئەوتۆی تێدا خەرج ناکات، بەڵکو بە ئاسانی تێپەڕ دەبێت.

3. **ئاگایی خۆویستانە** (الانتباه الارادی): ئەو ئاگاییەیە کە لە مرۆڤ داوا دەکات توانایەك ببەخشێت، کە لەوانەیە زۆرو گەورەش بێت، وەکو **ئاگایی بۆ وانەیەك، یان لێدوانێکی بێزارکەر**. لەم حاڵەتەدا مرۆڤ هەست بەو توانایە دەکات کە خەرجی دەکاتو دەیبەخشێت لە هەوڵدانی بۆ زاڵبوون بە سەر ئەو حاڵەتە، تاکو لەو بێزارییەی دەربازی بکات، یان لەو داڵغە لێدانەی کە بە هۆی ئاگاییەکەیەوە سەرقاڵی کردووە رزگاری ببێت.

چارەسەری کەمی ئاگایی

1-چارەسەری پزیشکی

ڕێبازی پزیشکی یەکێکە لەو چارەسەرە تەقلیدیانەی کە بە شێوەیەکی بەرفراوان بەکارهێنراوە بۆ چارەسەرکردنی زۆرێک لە حاڵەتەکان لە بواری پەروەردەی تایبەتدا، لە کەمئەندامیەوە دەستپێدەکات ئاستی دەرونی و سۆزداری و هەستیاری بۆتە هۆی حاڵەتی کەمی سەرنجدان و تا ئەمڕۆش ڕێبازی پزیشکی بەکاردەهێنرێت، سەرەڕای سەرهەڵدانی چارەسەرە دەروونییەکان.و ڕەفتار، کە زیاتر لەگەڵ ڕۆڵی مامۆستادا دەگونجێت چونکە ئامادە نەبووە بۆ چارەسەری پزیشکی.

2-دەستکاریکردنی ڕەفتار

ڕێبازی رةفتاري بەکارهاتووە بۆ زاڵبوون بەسەر زۆرێک لەو کێشە و سەختیانەی کە ڕووبەڕووی منداڵان دەبێتەوە، جا لە پۆلدا بێت یان لە ماڵەوەیان لە هەر شوێنێک ڕوودات.

- شێوازەکانی گۆڕینی ڕەفتار کە بە شێوەیەکی سەرەکی پشت بە پاداشت و سزا دەبەستن زانیاری زۆر گرنگ دەدەنە مامۆستا و دایک و باوک سەبارەت بە چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵیدا منداڵان لە ڕووی زانستییەوە دوورن لە هەڕەمەکی و تاقیکردنەوە.
- زاراوەی گۆڕینی ڕەفتار ئاماژەیە بۆ کۆمەڵێک ڕێکار کە یاساکانی ڕەفتار پێکدەهێنن کە پەیوەندی کارایی نێوان ژینگە وەک گۆڕاوێک لە لایەکی ترەوە ڕەفتار وەک گۆڕانکارییەک وەسف دەکەن.

3-ڕاهێنانی دایک و باوکی منداڵ.

- پەیوەندی نێوان ماڵ و قوتابخانە یەکێکە لەو شتانەی کە لە بواری پەروەردە بەگشتی و پەروەردەی تایبەت بە تایبەتی جەختی دەکەینەوە بەهۆی ڕەهەندە گرنگەکانی لە ...ژیانی منداڵ.
- دەستێوەردانی پێشوەختە بە بەشداری خێزان کاریگەرترە چونکە ئەو کەسانەی کە بەردەوام لەگەڵ منداڵەکەدان دایک و باوکن (یان کەسەکان ئەوانەی لە خێزانەکەدان)

-بۆ مامۆستایەک وەک چارەسەرکەرێک.

- پەیوەندی نێوان مامۆستا و فێرخواز پەیوەندییەکی کارلێکە کە کاریگەری لەسەر یەکتر هەیە، یەکەمیان (مامۆستا) میحوەرێکی سەرەکی کاریگەر و کاریگەرە لە دووەمیان (فێرخواز). ئایا دەکرێت سەرنجی فێرخواز باشتر بکات، جا چالاکی زیادەڕۆیی و تێکچووی لەگەڵدا بێت یان نا؟
- وە لام: بە لێ لە ڕێگە ی ئە و شێوازە تە کنیکیانە ی کە دە کرێت لە گە ڵ فێرخواز بە کار بهێنرێت..

4-تەقلیدکردن و ڕۆڵگێڕان.

زۆربەی فێربوونەکان لە ڕێگەی تەقلیدکردن و هاوشێوەکردنەوە ڕوودەدەن و لەوانەیە ببێتە هۆی بەدەستهێنانی ڕەفتاری نوێ یان دەستکاریکردنی ڕەفتارە هەبووەکان.

- شێوازی تەقلیدکردن و ڕۆڵگێڕان زۆر بەکارهێنراوە و کاریگەری خۆی سەلماندووە لە فێرکردنی لایەنەکانی ڕەفتار و ئەکادیمی و لێهاتوویی.

ب/ یادگە (الذاكرة)

بریتیە لە توانای گەڕاندنەوەی ئەو شتانەی کە لەناو کۆئەندامی یادکردنەوەدا عەمبارکراون

یادەوەری یەکێکە لە پایە سەرەکییەکانی پرۆسەی فێربوون، بەو پێیەی ئەو بەشەیە کە زانیارییەکان پۆلێن دەکات و هەڵیدەگرێت و دەیهێڵێتەوە

بۆیە یادگە بۆ سێ بەش دابەش دەبێت:

1. **یەکەی وەرگرتنو پێشوازیکردنی زانیارییەکانو** پۆلینکردنیان، چونکە مرۆڤ پێشوازی زانیاریو ورووژێنەری زۆر دەکات، بۆیە پێویستە سەرەتا ئەو ورووژێنەرانە بەپێی ئەو بونیادە مەعریفییەی لایەتیو هەیەتی پۆلین بکات.

2. **قۆناغی عەمبارکردنی زانیارییەکان،** ئەمەش بە واتای ئەوەی کە مرۆڤ ئەو زانیاریانە عەمبار دەکات کە بۆی دێنو وەریاندەگرێتو بۆ ماوەیەکی دیاریکراو و بەپێی بایەخی ئەو زانیاریانەی لە پێناویدا لە کاتو ساتی گونجاودا بەکارهێنراون.

3. **دووبارە گەڕاندنەوەی زانیارییەکان،** بە واتای ئەوەی مرۆڤ توانای دووبارە بەکارهێنانەوەی ئەو زانیاریانەی هەیە کە پێشتر عەمباری کردوون، بۆیە دەتوانێت لە کاتی پێویستیدا دووبارە لە یادگەی خۆیەوە بیانگەڕێنێتەوەو بەکاریان بهێنێتەوە.

ئەو هۆكارانەی کە کاریگەرییان لەسەر توانای بیرهێنانەوە هەیە
العوامل المؤثرة في القدرة على التذكر:

- **١- سەبارەت بە خودی تاک:** لە رووی **(تەمەن – توانای بەدەستهێنان و لەبیرکردن و وەرگرتنەوەی زانیاری- ئەزموونەکانی پێشووی- هاوسەنگییەکەی سۆزداری – و ڕادەی ئامادەیی ئەو بۆ فێربوون)**. ئەم خاڵانە دەگەڕێتەوە بۆ هۆکاری بۆماوەیی و ژینگەیی کە مرۆڤ پێکدەهێنن.
- **2- ئەو بابەتەی فێری دەبێت:** ئایا بە ڕوونی و ڕیزبەندی لۆژیکی بابەتیی تایبەتمەندە، ئایا مەیل و ئارەزووی فێرخوازان لەبەرچاو دەگرێت، ئایا مامۆستا بنەماکان لەبەرچاو دەگرێت بنەما گشتییەکانی پەروەردەی باش، ڕیزبەندی بابەتیی و پەیوەندی لۆژیکی، لە سادەوە دەست پێدەکات بۆ ئاڵۆز، لە ئاسانەوە بۆ سەخت، و لە بەرجەستە بۆ ئەبستراکت.

ئەو هۆکارانەی کە کاریگەرییان لەسەر توانای بیرهێنانەوە هەیە
العوامل المؤثرة في القدرة على التذكر:

- 3- باری تەندروستی فێرخواز: یەکێکە لەو هۆکارانەی کە کاریگەری لەسەر توانای بیرهێنانەوە هەیە، تا فێرخواز تەندروستتر بێت توانای هەڵگرتن و ڕێکخستن زیاتري هەیە کە یارمەتیدەرە بۆ بیرهێنانەوە.

- 4- گرفتە کۆمەڵایەتی و سۆزدارییەکان: لەنێو ئەو ئاستەنگانەدان کە کاریگەری لەسەر کارکردنی کاریگەر و دروستی بیرەوەری هەیە

ج/ درکپێکردن (الادراك):

پرۆسەیە گەشەکردنەیە (دەروونی و مەعریفی) کە زۆرێک لە منداڵانی خاوەن کەمئەندامی فێربوون بەدەستیەوە دەناڵێنن، کە بریتییە لە پێدانی مانا بە هاندەرەکان.ئەم هاندەرانە هەرچییەک بن، جا بینراو بێت، بیستراو بێت، دەست لێدان بێت، یان شتێکی تر

جیاوازیی نێوان ئاگاییو درکپێکردن (الفرق بین الانتباه والادراك):

ئاگاییو درکپێکردن دوو کرداری وابەستەی یەکترین لە ژیانی مرۆڤدا، بۆیە زۆرجار قسەوباسو مشتومڕیان لە سەر کۆدەبێتەوە، وەکو دوو چەمکی لە یەکتری جوودداش دیارترین جیاوازییەکانی نێوانیان ئەمانەی خوارەوەن:

أ. ئاگایی، جەختکردنەوەی هەستە لە سەر شتێك، یان بابەتێك بەڵام **درکپێکردن زانینی ئەو شتە، یان ئەو بابەتەیە.**

ب. ئاگایی پێش درکپێکردن دەکەوێت، چونکە ئاگایی شتەکان دووبارە دەکاتەوە، **بەڵام درکپێکردن دەیاندۆزێتەوەو دەیانناسێنێت.**

ج. ئاگایی چەمکێکە تێکڕای خەڵکی بە شێوەیەکی یەکسان بەشداری تێدا دەکەن، **بەڵام درکپێکردن چەمکێکە خەڵکی تا رادەیەکی زۆر جیاوازیی تێدا دەکەن، ئەوەش لە ئەنجامی هۆکارە بابەتییە پەیوەستەکان بەو شتانەی درکیان پێ دەکەینو هۆکارە خودییەکانیش کە دەگەڕێنەوە بۆ جیاوازیی تاکەکان لە رووی رۆشنبیریو ئەزموونەکانی پێشووتریانو..تاد.**

هۆكاره خودییه كاریگەرییەكانی سەر دركپێكردن (العوامل الذاتية المؤثرة في الادراك):

تاكەكان كاریگەرییە هەستەوەرییەكان بە ئاستو پلەی جیاواز لە نێوان خۆیاندا وەردەگرن، جیاوازییەكانی دركپێكردنی ئەو هۆكارانەش لە سەر ئەمانەی خوارەوە راوەستاون:

أ. **پێكهاتەی سرووشتیی تاك** : ئەمەش لە سەر هەردوو هۆكاری بۆماوەییو ئەزموونی پیشینەیی راوەستاوە.

ب. **ئەو حاڵەتەی كە مرۆڤ تێیدایە:** وەكو خەوتنو ئاگاییو برسێتیو تێنوێتیو تەندروستیو نەخۆشی.

ج. **ئاراستەی عەقڵیی كەسەكە:** ئەوەی لەگەڵ ئاراستەو باوەڕی كەسەكە بڕواتو ڕێ بكات ئاسانكاری وەڵامدانەوەكانی مسۆگەر دەكات.

كەسێكیش كە بە دوای پارچە دراوێكدا بگەڕێت كە لێی كەوتبێت، ئاوڕ لە هەر شتێك دەداتەوە كە لە سەر زەوییەكە بریقەی بێت، یان هەر دەنگێك كە لەرینەوەی زەنگی كانزایی هەبێت.

زەحمەتی بیرکردنەوە

تێکچوونی بیرکردنەوە پێکدێت لە کێشەکانی پرۆسەی دەروونی بریتین لە بریاردان، بەراوردکردن، **کردارەکانی پرۆسەی** ژمێریاری، پشتڕاستکردنەوە، **هەلهێنجاندن**، بیرکردنەوەی ڕەخنەگرانە، شێوازی چارەسەرکردنی کێشەکان و **وەرگرتنی بڕیاردان**.

1- زەحمەتییەکانی تایبەت بە ئەکادیمی ئەمانەی خوارەوە دەگرنەوە:

زەحمەتییەکانی فێربوونی ئەکادیمی

- زەحمەتی نوسین
- زەحمەتی خوێندنەوە
- زةحمةتي بيركاري