

# Heesidda Maalinta oo Dhan

Caruurta waxay bilaabaan in aay maqlaan oo ka jawaabaan codadka caloosha hooyadood iyagoo ku jira. Xaqiiqadii, xitaa maalmaha ugu horeeya ee noloshooda weey gartaan codka hooyadood. Ileen, waxay dhegeysanayeen hadalkeeda bilo badan.

Xiriirka ka caawinaya in aay fahmaan iyo in aay hadlaan horey ayuu maskaxdooda ugu sameysmay, laakiin sannadaha soo socda, waxay u baahan yihiin fursado fara badan oo aay ku maqlaan kuna bartaan afkaan. Heesaha ayaa fursadahaas si madadaalo qof walba u ah ugu sameeya.

## “hadal dhalaaneed”

Dadka waaweyn ee meelaha kala duwan ee adduunka waxay leeyihiin habab gaar ah oo aay dhalaanka ula hadlaan. Marka aay yar yihiin, badanaa cod hees la isla-qaadayo anagoo isticmaaleyna, codkeena sare ayaan ugu qaadnaa, erayo iyo jumlado fudud ayaan isticmaalnaa, si tartiibsan ayaan ula hadalnaa, hakad ayaan gelinaa jumladaha dhexdooda, waxaana ku celcelinaa erayada.

“hadal dhalaaneedka” noocan oo kale ah dhalaanka maskaxdooda ayuu soo jiitaa sababtoo ah wuxuu waafaqsan yahay awooddooda ah in aay si ka fiican u maqalaan dhawaaqa dheer kan gaaban. Dhalaanka waxay si fudud u fahmaan waxa dadka waaweyn aay ka hadlayaan marka aay isticmaalaan erayo fudud oo aay badanaa ku celceliyaan. Erayada fudud, ku celcelinta, dhawaaqa halaasiga ah – waxay noqon karaan tilmaamaha heeso caruureed fara badan. Xaqiiqo ahaan, heesaha waxay door gaar ah ka ciyaaraan isgaarsiinta dhalaanka, waqtiga ciyaarta ilaa waqtiga hurdada, koritaanka caruurta inta aay socoto muhimadooda weey sii socotaa.

## Firfircoonow

Heesaha aay ku jiraan dhaqdhaqaaqa gacmaha iyo jirka caruurta weey ka qeybqaataan, xitaa ka hor erayada dhawaaqidooda ayagoo aan kareyn. Heesahan badankood waxay magacaabaan qeybo ka mid ah jirka. Ugu horeyn, waxaad dhaqaajin doontaa ilmahaaga gacmhiisa si aad u tilmaanto qeybaha kala duwan ee jirkiisa ama jirkeeda. Ka dibna si-tartiib ah, ayuu ugu dari doonaa erayo dheeraad ah ilaa aad ka wada heestaan.

## Laxanka, luuqda iyo ku-celcelinta

Muusiga iyo heesaha waxay kobciyaan xirfadaha dhegeysiga, oo ah qeyb lagama maarmaan u ah isgaarsiinta. Heesaha, laxanka iyo luuqda erayada muhiimka ah ayeey soo saaraan si si-fudud loogu maqlo. Sidoo kale, heeso badan waxay leeyihiin beydad lagu soo celceliyiyo dhowr jeer, caruurta waxay helaan fursad aay ku bartaan oo sidaa awgeed ku xusuustaan erayada iyo jumladaha.

## Xoogga saar laxanka

Laxanka waa waxa marka hore ku soo jiida caruurta muusigga iyo heesaha. Laga yaabee in aay xusuusineyso garaaca wadnaha hooyadood, kaasoo ah codadka ugu horeeya ee aay dhici karto in aay maqleen. Waxaad laxanka ku sii xoojin kartaa adigoo ilmaha jilibkaaga dushiisa ku bootbootinaya ama sacbinaya ama la wareejinaya caruurta waaweyn. Haddii aad ka hesho, maad isla ciyaartaan qoob-ka-ciyaar.

## Heesaha ka dhig kuwo fudeyd lagu barto

Waad u fududeyn kartaa caruurta in aay bartaan heeso cusub adigoo si tartiib ah ugu heesaya marka hore. Laga yaabee in uu yahay hees xowli ah xoog leh, laakiin sug ilaa aay si fiican uga baranayaan inta aadan dedejin. Marka aay caruurta bartaan heesta, waad hakan kartaa si aad ugu ogolaato in aay erayga ku xiga ku daraan. Tusaale ahaan, badanaa, luuqda ayaa ka caawineysa in aay xusuustaan eraygii ugu dambeeyey sadarka.

## Ka barashada heesaha CD-yada

Haddii aadan aqoon heeso caruureed oo aad u baahan tahay caawinaad bilowga, waxaad ka soo amaahan kartaa CD-yada maktabadda. Lakiin heesaha ha dhageysan oo kaliya. Barato oo aad la heesto caruurta. Xitaa haddii codkaaga uusan ahayn sidii la rabay, ma jiro duubitaan heesaha ah oo waafajin kara xiisaha iyo da’da caruurtaada sida aad adiga u sameyso oo kale.

## Alifidda heeso cusub

Hal si oo lagu soo jiito caruurta waa iyadoo magacyadooda heesta lagu isticmaalo. Sidoo kale waxaad u alifi kartaa erayo cusub heeso la yaqaan si aad u raaciso howlahaada iyo waxa aad qabaneyso. Tusaale, marka la gaaro ka tagidda guriga saaxiibkaa, isku day in aad heesto “Waa waqtigii bixidda, macsalaama dhe” adigoo isticmaalaya dhawaaqa hees uu ilmahaada jecel yahay. Caruurta qaar bedelidda howsha aay qabanayaan waxay ku noqon kartaa mid culeys-maskaxeed leh. Hees noocan oo kale ah oo loo alifo ayaa ka caawini karta in aay bedesho dareenkooda una tilmaanto waxa dhici doona.

Heest ayaa mararka qaar ka natiijo fiican amarka. Isku day in aad ku sheegto waqtiga cuntada “if you are hungry and know it, come and eat”, adigoo dhawaaqa aay garanayaan ku heesaya.

## Heesaha xaaladaha oo dhan loogu talagalay

Waxaa jira heeso xaaladaha oo dhan loogu talagalay: tilmaamidda howlo aay garanayaan, ka dhigidda howlaha caadiga ah kuwo fudud, bedelidda dareenka xun iyo is-dabcinta hurdada ka hor. Wadaagidda muusigga waxay dhista xiriirka dadka weeyna ka farxisaa qof walba.

*Waxaa qoray Betsy Mann*

## Passer la journée en chantant

Les enfants entendent et réagissent aux sons avant même leur naissance. En fait, aux premiers jours de sa vie, un bébé reconnaît la voix de sa mère. Après tout, il l'écoute parler depuis déjà des mois.

Les connexions déjà établies dans le cerveau aideront les enfants à comprendre et à parler. Durant les années qui suivront, ils auront besoin de nombreuses occasions d'entendre le langage et de s'exercer à parler. Avec les chansons, on offre de ces occasions qui sont plaisantes à la fois aux enfants et aux adultes.

### Parler « bébé »

Partout au monde, les adultes semblent parler aux bébés d'une manière particulière. Quand ils sont tout petits, nous utilisons un ton aigu, des mots et des phrases simples et nous parlons lentement. Nous faisons des arrêts entre les phrases et nous répétons les mêmes phrases encore et encore, souvent sur un ton chantant.

Cette façon de parler « bébé » attire l'attention des poupons parce qu'elle correspond à leur capacité d'entendre mieux les tons aigus que les tons graves. Les bébés comprennent mieux ce qu'on dit quand on se sert de mots simples et qu'on les répète souvent. Mots simples, répétition, ton chantant... on dirait la description de plusieurs chansons d'enfants. En fait, les chansons ont une place privilégiée dans la communication avec les bébés, que ce soit à l'heure du jeu ou à l'heure du coucher. Elles continuent d'ailleurs à occuper un rôle important auprès des enfants plus grands.

### Ajouter des gestes

Les chansons qui comportent des gestes et du mouvement permettent aux enfants de participer, même avant de pouvoir prononcer les paroles. Prenons par exemple la chanson « Tête, épaules, genoux, orteils ». Au début, vous bougez les mains de votre bébé pour pointer les parties de son corps. Plus tard, votre enfant participera en imitant vos gestes. Graduellement, il sera de plus en plus capable d'ajouter des mots et bientôt il chantera toute la chanson avec vous.

### Rythme, rime et répétition

La musique et le chant développent l'écoute, composante essentielle de la communication. Les paroles qui sont importantes dans les chansons sont mises en valeur par le rythme et la rime. Plusieurs chansons ont un refrain répété qui aide les enfants à pratiquer et à se souvenir des mots et des phrases entières.

### Souligner le rythme

C'est au rythme de la musique que s'intéresse d'abord le jeune enfant. Peut-être qu'il lui rappelle le battement du coeur de sa mère, probablement un des premiers sons qu'il a entendu. Vous pouvez souligner le rythme en faisant sauter un bébé sur vos genoux ou en tapant dans les mains avec un bambin. Si le coeur vous en dit, pourquoi ne pas danser ensemble!

### Rendre l'apprentissage facile

Vous rendez l'apprentissage d'une nouvelle chanson plus facile en ralentissant le rythme. Attendez que votre enfant la connaisse mieux avant d'accélérer le rythme. Une fois la chanson bien connue, vous pouvez faire un petit arrêt pour laisser l'enfant chanter le prochain mot. Souvent, la rime aidera l'enfant à se rappeler le dernier mot du vers, par exemple.

### Apprendre des chansons

Si vous ne connaissez pas de chansons d'enfant, vous pouvez en apprendre à partir de cassettes empruntées à la bibliothèque. Prenez le temps de les écouter et les chanter avec les enfants. Peut-être que vous ne chanterez pas comme les professionnels, mais vous pouvez adapter les chansons à l'âge et aux intérêts de vos enfants, ce qu'une cassette ne peut jamais faire.

### Inventer des chansons

Quand un enfant entend son nom dans une chanson, son attention est attirée. Vous pouvez aussi inventer des paroles sur un air connu pour accompagner vos activités. Par exemple, quand vient l'heure du départ, essayez de chanter « L'heure du départ, au revoir » sur l'air de « Frère Jacques ». Certains enfants sont stressés à l'idée de passer d'une activité à une autre. Une chanson peut aider à maintenir la bonne humeur et à annoncer le changement prochain.

Parfois, une chanson fonctionne mieux qu'un ordre. Faites l'annonce du repas en chantant « Si tu as une très grande faim, viens manger » sur l'air de « Si tu aimes le soleil ».

### Des chansons pour toutes les occasions

Il existe des chansons pour toutes les occasions : pour décrire les activités de tous les jours, pour faciliter les routines, pour changer l'humeur et pour se détendre avant la sieste. Le partage de la musique est une façon de nouer des liens solides et d'ajouter de bons moments à la journée de tous, enfants et adultes.

*par Betsy Mann*