



ከልማሳ ብተግባር

ቋንቋ ትግርኛ

4^ይ ክፍሊ ሰሙን 16-18

ብርካዊ



እዚ ሓጋዚ መፅሓፍ ክእለት ንባብ ንምምሕያሽ ካብ ዩ.ኤስ.ኤ.ኣይ.ዲ.
(USAID) ብዝተረኸበ ሓገዝን ብትሕብብር ሴቭ ዘ ቺልድረን (Save the
Children)፣ ሚኒስቴር ትምህርትን ቢሮ ትምህርቲ ክልል ትግራይን
ተዳልዩ ዝተሓተመ እዩ።

2009 ዓ.ም.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Save the Children

The CC By license lets others distribute, adjust, and build upon this work, for free or commercially, as long as credit given to the original creation. However, any changes form the original must be indicate.

For more info please refer: <https://creativecommons.org/licenses>



ሕልሚ ብተግባር

ቋንቋ ትግርኛ

4^ይ ክፍሊ

ሰሙን 16-18

ብርካዊ



መዘከር ንመምህራን

እዚ መፅሓፍ ብመሰረት ሓዲሽ ስርዓተ ትምህርቲ ዝተዳለወ ሓጋዚ ንባብ እዩ። ተምሃሮ ነዚ መፅሓፍ ተጠቒሞም ክእለታት ንባብን ምድማፅን ንኽዕብዩ ድጋፍ መምህራን ወለድን ኣድላዩ እዩ። ስለዚ ነዚ መፅሓፍ ንተምሃሮ ቅድሚ ምንባብኩም፣ ፈለማ ባዕልኹም እኹል ምድላው ንምግባር ነዞም ዝስዕቡ መምርሒታት ኣተግብሩ፡-

- * ንምድማፅ ዘድልዩ ነገራት ኣመዓራርዩ። ንኣብነት፣ ተምሃሮ ንኽዳምፁ ኣዳልዉ።
- * ቅድሚ ንባብ ምጅማርኩም እቶም ተምሃሮ ሕቶታት ቅድመ ምድማፅ ክምልሱ ግበሩ።
- * ነዚ ፅሑፍ ብግቡእ ናህሪ፣ ምልከትን ኣገላልፃን ኣገብቡ።
- * ኣብ መወዳእታ፣ ሕቶታት ድሕረ ምድማፅ ክምልሱ ግበሩ።

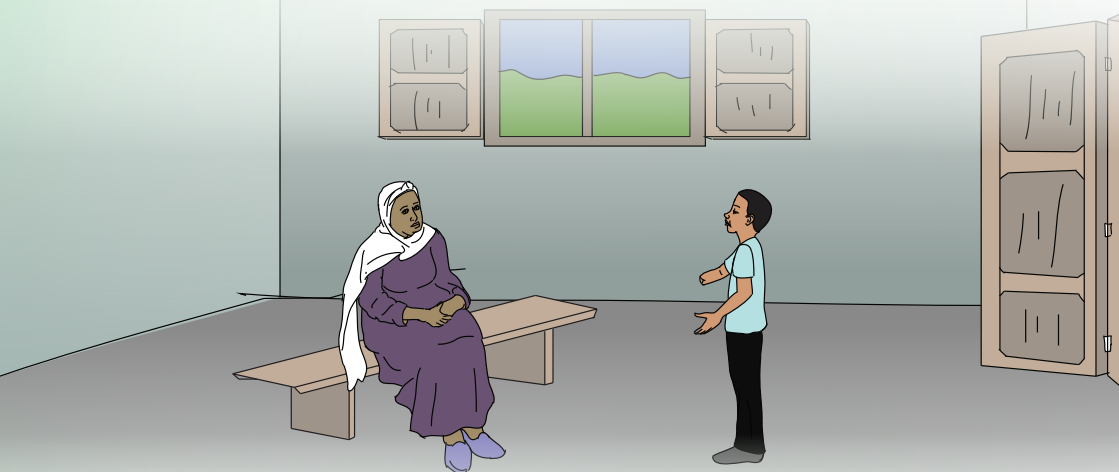
ሕቶታት ቅድመ ንባብ

ነቲ ዛንታ ቅድሚ ምንባብኩም ነዞም ዝስዕቡ ሕቶታት መልሱ።

1. ሕልሚ እንታይ ማለት እዩ?
2. ብሕልሚ እንታይ ርኢኹም ትፈልጡ?

ምዕራፍ ሓደ

ድልየት ዳደ



ዳደ ኣብ ዝኾነ እዋን ብዛዕባ ዝሰምዖን ዝረኣዮን ነገር ኣፀቢቑ ክፈልጥ ዝፅዕር ቈልዓ እዩ። ሓደ እዋን ሰባት ኮፍ ኢሎም ብዛዕባ ወላዲኡ እንትዛረቡ ስለ ዝሰምዐ እንታይ ከም ዝብሉ ከረጋግፅ ደው በለ። እቶም ሰባት ኣቡኡ ንዳደ ኣብ ዕድመ ንእስነቶም ቅልስ ገጢሙ ዝስዕርም ሰብ ከም ዘይነበረ እንትገልፁ ሰምዐ። "ኣቦይ ድዩ ቅልስ ዝገጥም ዝነበረ?" በለ ምስ ባዕሉ፣ ቅድሚ ሐዚ ሰሚዑዎ ስለ ዘይፈልጥ እናተገረመ። ነዚ ተሓቢኡ ዝሰምዖ ሓሳብ ከይወዓለ ከይሓደረ እማን ምዃኑ ከረጋግዖ ደለየ፤ ብጉያ ናብ ገዛ ተመሊሱ ድማ ንኣዲኡ ሓተታ።

ወይዘሮ ጥዕምቱ ነቲ ዛዕባ ኣልዒሎምዎ ከም ዘይፈልጡ እናዘክረት ከመይ ኢሉ ከም ዘምፅኦ ገሪሙዋ እቲ ዝሰምዖ ትኽክል ምኃኑ ኣረጋገፀትሉ። ዳደ ነቲ ዝተጠራጠሮ ሓሳብ ኣዲኡ ስለ ዘረጋገፀትሉ ”ብዛዕባ ወለደይ ኣነ ዘይፈልጦ ሓሳብ ከመይ ኢሉ ክህልው ይኽእል?” እናበለ ክሓስብ ጀመረ። ”እንታይ ኮይነ ድኣ ብዛዕባ እዚ ኩነታት ክሳብ ሎሚ ኣልዒልኩም ክትዛረብሉ ሰሚዐኩም ዘይፈልጥ? ከምዚ እንተኾይኑ ኣነ ወድኹም ብዛዕባኹም ዘይፈልጦም ብዙሓት ሓሳባት ከም ዝህልዉ ክግምት እኽእል እየ” በለ።

ወይዘሮ ጥዕምቱ ነቲ ወዳ ዘልዓሎ ሓሳብ ብዘእምን ኣገባብ ክትምልሰሉን ዝፈጠሮ ዘየድልይ ስምዒት ክትኣሊን ሓሰበት። “እቲ ዝሰማዕካዩ ሓሳብ ሓቂ እዩ፤ ግና ቀደም ዝነበረ እንበር ሓዚ ከም ዘይትግበር ክትፈልጥ ኣለካ። ወለድኻ ኣብ ገፀር ከም ዝዓበይና ደጋጊምና ስለ ዝነገርናካ ከም እትፈልጦ ኣይጠራጠርን። ኣብ ገፀር ካብ መስከረም ክሳብ ጥቅምቲ ኣብ ዘሎ እዋን ግጥም ቅልስ ዝካየድሉ እዋን እዩ።”

“መናእሰይ ዓድና ኣብ ብዙሕ ሰብ ዝተኣከበሉ ቦታ
ጉልበቶም ከርእዩን ዓቕሞም ከመስክሩን መዘናይ ምስ
ዝብሉዎ ቅልስ ይገጥሙ። ኣብ ገፀር ነዚ ተግባር ኩሉ
መናእሰይ በብግዲኡ ስለ ዝፍፅሞ ካብቲ ዕድመ ምስ
ሓለፈ ብዙሕ ሰብ ኣይዝክሮን። እቶም ብዛዕባ ኣቦኻ
ክዛረቡ ዝሰማዕካዮም፣ ነቲ ኣብ ዕድመ ንእስነቶም
ዘሕለፉዎ ብተዘክሮ ኣልዒሎም ስለ ዘይፀግቡዎ እዩ።
ተፈላልዮም ዝነበሩ ሰባት እንትራኽቡ፣ ነቶም ቀደም
ዝገብሩዎም ዝነበሩ ተግባራት እናዘክሩ የዕልሉ እዮም።

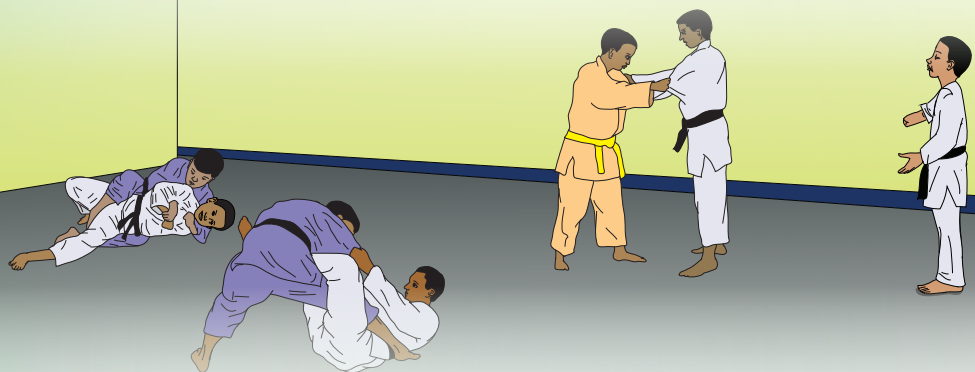
እቶም እንትዛረቡ ዝሰማዕካዮም ሰባት እውን ብዛዕባ ኣብ
ዕድመ ንእስነቶም ዝገብሩዎም ወይ ዝረኣዩዎም እናዘክሩ
ይዛረቡ ስለ ዝነበሩ እዩ። ንሕና ናብ ከተማ ምስ ኣተውና
ስራሕ ስለ ዝበዝሓና ነቶም ቀደም ዘሕለፍናዮም ነገራት
ሓዚ ብዙሕ ኣይነልዕሎምን ኢና። ብፍላይ ምስቶም ኣብ
ዕድመ ንእስነትና እንፈልጦም ሰባት ብተደጋጋሚ ስለ
ዘይንራኽብ፣ ውን ኣይነብሎን። በዚ ምክንያት ካብ ስራሕ
እንትንምለስ ብዛዕባ ዝወዓልናዮን ብዛዕባ ኣብ ቀፃሊ
መዓልቲ እንሰርሖን ንዛተይ” በለት።

ዳደ ወለዱ ምሽት ምሽት ብዛዕባ ዝሰርሑዎምን ብዛዕባ ዘጋጠሞምን እንትዘራረቡ ወትሩ ስለ ዝሰምዕ፣ ነቲ ኣዲኡ ዝሃበቶ ምላሽ ኣይተጠራጠሮን። ”ብዛዕባ ወለደይ ግና ሰባት እናተዛረቡ ካብ ዝሰምዕ፣ ባዕልኹም ካብቶም ዘሕለፍኩምዎም ፅቡቓት ተግባራት እናመረፅኩም እንተትነግሩኒ ደስ ይብለኒ። ብፍላይ እቶም ኣብ ገፀር ዝገበርኩምዎምን ዝረኣይኩምዎምን ግዘ ሂብኩም እናተቐባበልኩም እንተተዘንትዉለይ ሓጐሰይ ወሰን ኣይምሃለዎን። እሞ ኣቦይ ክሳብ ዝመፅእ ቅልስ ከመይ ከመይ ገይርካ ከም ዝፅወት ካብቲ እትፈልጥዮ ዘይትነግርኒ” በለ።

ወይዘሮ ጥዕምቱ ነቲ ወዳ ዘቐረበላ ሕቶ ብግቡእ ክትምልስ ስለ ዝደለየት ነቲ ሓዛቶ ዝነበረ ስራሕ ኣቋሪፃ ኣብ ጐኑ ኮፍ በለት። ቅልስ ተጋጠምቲ ንመናሓንሕቶም ናብ መሬት ንኸወድቑ፣ ሓዝ ክሕዝ ዝገብሩዎ ንሕንሕ ዝመልኦ ባህላዊ ስፖርት እዩ። እቲ ግጥም ኣብ ሰውሒ ወይ ኣብ ሓፃ ከም ዝካየድን፣ ብዙሕ ሰብ ክብብ ኢሉ ተዓዋቲ ክሳብ ዝፍለይ ብሃንቀውታ ከም ዝርእዮን ገለፀት። ዳደ ቅልስ ምስቲ ብቴለቪዥን ዝርእዮ ጅዶ ዝበሃል ዓይነት ስፖርታዊ ንሕንሕ ከም ዝመሳሰል

ምዕራፍ ክልተ

ዳደ አብ እንዳ ማርሻል አርት



ዳደ ቅልስ ብዘበናዊ መልክዑ ሰልጢኑ ምስ ተለማመደን ዓቕሚ ምስ ኣጥረዮን፣ ክነሓናሖ ከም ዝደልይ ምስ ወለዱ ተዘራረበ። ”ኣብቲ ሓደ ዓይነት ባህላዊ ስፖርት ዝኹነ ቅልስ ዝነሓንሑ ኣካላት፣ ብዘይ ኣሰልጣኒ ብባዕልቶም ከም ዝለማመዱ ተረዲኦ እዩ። ኣነ ግና ምስ ቅልስ ዝመሳሰል ጅዶ ዝበሃል ዓይነት ስፖርታዊ ፀወታ ክስልጥን እደልይ እዩ። ሓዚ ካብኹም ዝደልዮ ነገር ናብቲ መሰልጠኒ ቦታ ወሲድኩም ምስቲ ኣሰልጣኒ ተዘራራብኩም ክተመዝግቡኒ እዩ” በለ።

ዳደ ወለዱ ተዘራረቦም ሓደ ሓሳብ ከም ዘምፅኡ ስለ ዝኣመነ፣ ባዕሎም ፀዊዖም ክሳብ ዘፍልጡዎ ናብ ደገ ወፅኦ። ሰብኣይን ሰበይትን ቦቲ ወዶም ዘቕረበሎም ኣማራቂ ዘይብሉ ሕቶ እናተገረሙ እንታይ ከም ዝገብሩ ክማኸሩ ጀመሩ። ብመሰረት ምክክሮም ድማ ኣይተ ሓጎስ ናብቲ መሰልጠኒ ቦታ ወሲዶም ንኸመዝግቡዎ ተስማዕምዑ። ዳደ ምስ ወላዲኡ ኮይኑ ናብቲ እንዳ ማርሻል ኣርት እንትኣቱው ብታሕጓስ ገፁ በርሀ።

ኣይተ ሓጎስ ምስቲ ኣሰልጣኒ ክሳብ ዝዘራረቡ ድማ ዳደ ነቶም ኣብ መንደቕ ተሰቓሎም ዝነበሩ ስእልታት ስፖርተኛታት በብሓደ ይርእይ ነበረ። እቲ ኣሰልጣኒ፣ ዳደ ጉዳእ ኣካል ከም ዝኾነ ምስ ረኣየ፣ ብድልየቱ እንተመዒኡ ከም ዘይፅገም ንኣይተ ሓጎስ ተዛረበ። እቲ ኣሰልጣኒ እንታይ ከም ዝብሎም ብውሽጦም ብዙሕ ዝሓስቡ ዝነበሩ ኣይተ ሓጎስ ሽክሞም ቅልል እንትብል ተሰምዖም። ኣብ ወርሒ ክንደይ ከም ዝኸፍሉ እንትሓቱ እቲ ኣሰልጣኒ ከም ዳደ ዝበሉ ብድልየቶም ዝመፅኡ ተምሃሮ ከም ዘየኸፍል ገለፀሎም።

ዳደ ስኢሊ እቶም ስፖርተኞቻት ሓደ ብሓደ ምስ ረኣዮ ብዛዕባ ባዕሉ እናሓሰበ “ናተይ ስኢሊ እውን ኣብዚ ክትስቀል ኣለዎ” በለ። “በርቲዕኻ እንተሰሪሕካ ኣብዚ ገዛ ጥራሕ እንተይኮነስ ኣብ ኣዝዩ ብዙሕ ቦታ ብዓብዩ ክስቀል ይኽእል እዩ። ካባኻ ትፅቢት ዝግበር ዝወሃቡኻ መምርሕታትን ምኽርታትን ብውኑ ናብ ተግባር ምልዋጥ እዩ” በለ እቲ ኣሰልጣኒ። “እቲ ንበይነይ ዝተዛረብኩዎ ኩሉ ሰሚዖምዎ ድዮም?” በለ ዳደ ብውሽጡ ሓውሲ ሕፍረት እናተሰምዖ።

ዳደ ኣብ ዝተፈላለዩ እዋን ብብዙሓት ሰባት ጉዳይ ጉዳኣት ኣካል እንትልዓሉ ዝሰምዖም ሓሳባት ኣብዚ ገዛ ኣይሰምዑን። እቲ ኣሰልጣኒ ብዛዕባ ጉድኣት ኣካል ብዙሕ ከም ዝርዳእን ከም ዝፈልጥን ንኽግምት ድማ ግዝ ኣይወሰደሉን። እቶም ብዛዕባ ጉድኣት ኣካል ዘይፈልጡ ሰባት ዘልዕሉዎም ሓሳባት፣ ቦታ ከም ዘይህቦም ኣብ ተግባሩን ኣዘራርብኡን ተረድኦ። “ኩሎም እቶም ንኽትግብሮምን ንክክብሮምን ዝንገሩኒ ተግባራትን ምኽርታትን ከም ዝፍፅም ቃለይ እዩ” በለ ዳደ።

ዳደ ናብ ገዛ ምስ ተመልሰ ነቶም ኣብቲ እንዳ ማርሻል ኣርት ዝረኣዮም ስእልታትን ዝሰምዖም ሓሳባትን እናመላለሰ ክሓስቦም ኣምሰዩ። ብፍላይ እቲ ኣሰልጣኒ ብዛዕባ ጉድኣት ኣካል ዝፈልጥን ዝርዳእን ኮይኑ ስለ ዝረኽቦ ተሓጉሶ እዩ። ብዙሓት ሰባት እንትርእዩዎ ብሓዜነታ ሚፅ እንትብሉ እንበር ብድፍረት ዓቕሙ ከም ዘፅብይን ዝደለዩ ከም ዝትግብርን እንትዝረብ ሰሚዑ ኣይፈልጥን። ከምዚ ዝበለ ቅኑፅ ኣተሓሳስባ ዘለዎም ብቑፅሪ እንተዝበዝሑስ ክንደይ ጉድኣት ኣካል ወገናትና ኣብ ዘዝፈተዉዎ ዓቕሞም ከርእዩ ምኽኣሉ እናበለ ሓደረ።

ዳደ ነቲ ሓዚ ክለማመዶ ዝሓሰበ ዓይነት ስፖርት ከመይ ኢሉ ከም ዝመፅኡሉ ኣብ መደቀሲኡ ኮይኑ ሓሰበ። እቶም ብዛዕባ ክእለት ወላዲኡ እንትዛረቡ ዝሰምዖም ሰባት ናብዚ ውሳኔ ንክበፅሑ ምኽንያት ከም ዝኾኑዎ ዘከረ። እቲ ኣዲኡ ነቲ ንብዙሕ እዋን ዝረስዓቶ ሓሳብ ምስ ኣልዐለላ፣ ዝሃበቶ ምኽንያትን ዝርዝር ገለፃን እንትዝክር ብታሕጓስ ክምስ በለ። ብፍላይ ነቲ ብዙሓት ሰባት ዘይርድኡዎን ዘይኣምንሉን ዓቕሚ ጉድኣት ኣካል ዝርዳእ ኣሰልጣኒ ምርካቡ ምሒር ተሓጉሶ እዩ።

ምዕራፍ ሰልስተ

ስልጠና ጅደ



ዳደ ኣብ ቀዳማይ መዓልቲ ስልጠና እንታይ ከም
ዝበሃልን እንታይ ከም ዝገብርን እናሓሰበ ናብቲ
መስልጠኒ ቦታ ኣተወ። ስልጠንቲ ስፖርተኛታት ዕጥቆም
እናቐየሩ እንተለው ኣተወ፤ ኩሎም ብዛዕባ ዳደ ስሚዖም
ስለ ዝነበሩ ብሓደ ድምዒ "ዳደ" ኢሎም ተዳመ፡፡
"እንኳን ደሓን መፃእኻ፤ ትማሊ ኣሰልጣኒና ብዛዕባ
ድልየትኻን ኣብ ውሽጥኻ ዘሎ ሓቦን ነጊሩና እዩ። ሓዚ
ኣብዚ ገዛ ዘለዉ ነገራትን ክፍልታትን ከላልየኻ እየ፤
ዝኾነ ነገር እንተደሊኻ ንዘጋጠመኻ ሰብ ከም ድልየትኻ
ሕተት። ነዚ ገዛ ክሳብ እትለምዶ እንበር ኩሉ ሰብ ኣባል
ሓደ ስፖርታዊ ስድራ ስለ ዝኾነ ጋሻ ኣይህልውን" በለ
መራሒ እቶም ስፖርተኛታት።

ኣብቲ መሰልጠኒ ቦታ ብዙሓት ስፖርተኛታት ነበሩ።
ኣወዳት፣ ኣዋልድ፣ ዓበይትን ኣናእሽቱን ብሓባር
ተሳንዮም ይስልጥኑ። ዳደ ኩሎም እቶም ስፖርተኛታት
ብሓደ ዝስልጥኑ መሲሉዎ ተገሪሙ በብሓደ ነቶም
ስፖርተኛታት እናረኣየ ይሓስብ ነበረ። “ጀመርቲ ናባይ
ንዑ” ዝብል ድምዒ ድማ ኣብቲ ሓዘዎ ዝነበረ ሓሳብ
ስለ ዘበራበሮ ናብቲ ድምዒ ዝሰምዓሉ ቦታ ኣምርሐ።
ናብቲ ዳደ ዝሸደሉ ዘሎ ቦታ ብዙሓት ስፖርተኛታት
ተኣከቡ፤ መብዛሕትኦም ብዕድመ ኣናእሽቱ እንትኾኑ
ዓበይቲ እውን ኣለዉዎም።

እቶም ስፖርተኛታት ኣብ መጀመርታ ትምህርታዊ ገለፃ
ከም ዝወሃብ ስለ ዝፈልጡ፣ ኣብ ዘዘለዉዎ ሽብረኽ
ሽብረኽ ኢሎም ኮፍ በሉ። ዳደ እቶም ስፖርተኛታት
ዘዝገበሩዎ ብውነ ይክታተል ስለ ዝነበረ፣ ንሱ እውን
ኣብቲ ዝነበሮ ቦታ ኮፍ በለ። ንምንታይ ኮፍ ከምዝበሉ
ስለዘይፈለጠ ምኽንያት እናሓሰበ እንተሎ “ደሓን ዶ
ሓዲርኩም?” ዝብል ዝፈልጦ ድምዒ ሰምዑ። ኩሎም
እቶም ስፖርተኛታት “ደሓን ኢና” በሉ ብሓደ ድምዒ።
ዳደ እውን ደድሕሪኦም ደሓን ምዃኑ ገለፀ።

“ናይ ሎሚ ትምህርቲ ቅድሚ ምጅማርና ሓደ ሓዱሽ
ኣባል ስድራ ስፖርተኛ ስለ ዝረኽብና ኣቐዲምና
ክንላለዮ ኢና። ስሙ ዳደ ሓጎስ ይበሃል፤ ብድልየቱ
ጅዶ ክስልጥን ዝደልይ ንፉዕ ተምሃራይ ራብዓይ
ክፍሊ እዩ። ትማሊ ምስ ወላዲኡ ኣይተ ሓጎስ ብሓባር
መዒኡ እንትምዝገብ፤ ስእሉ ኣብ መንደቕና ክስቀል
ከም ዝደልይ ቃል ኣትዩ እዩ። ዳደ ሎሚ ዝጅምር እኳ
እንተኾነ ምስ ኩልና ኣባላት እዛ ስድራ ስፖርት ማዕረ
ብዕሒት ዘለዎ ሓውና እዩ።

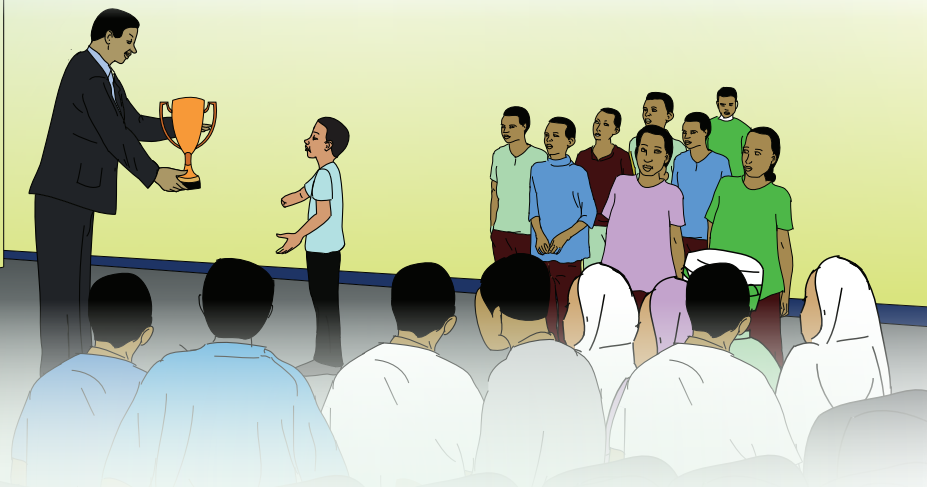
ዳደ ድማ ስማዕ፤ እቶም ብዕድመ ዝዓበዩን ዝነኣሱን
ኣብዚ ገዛ ዘለዉ ስፖርተኛታት ኩሎም ኣሕዋትካ
እዮም። ኣብ ዝኾነ እዋን ብዘይ ኣፈላላይ እተምህሮምን
ዘምህሩኻን፤ ከምኡ እውን እትሕግዮምን ዝሕግዮኻን
ብፆትካ እዮም” በለ። ቀዒሉ ስፖርት ሕውነት ዝፈጥርን
ዘደልድልን ንጥፈት ከም ዝኾነን፤ ስፖርተኛታት
ነንሕድሕዶም ከም ኣሕዋት ክተሓላለዩ ከም ዝግባእን
ገለፀ። ስፖርተኛታት ከም ኣሕዋት ኣብ ሓልዮት
ዘድህብ ረኽቢ እንትህሉዎም ኣብ ንሕንሕ እንተስዕሩን
እንትሰዓሩን ሕውነቶም ከም ዘርእዩ ገለፀሉ።

ስፖርተኛታት ነንሕድሕዶም ዘርእዩዎም ፅቡቓት ባህርያት ድማ፣ ብቐሊሉ ደገፍቲ ንኸጥርዩ ከም ዝሕግዞም ተዛረበ። ብፍላይ እቶም ግቡእ ስልጠና ወሲዶም ንውድድር ድልዊ ዝኾኑ ስፖርተኛታት፣ ኣብ እዋን ንሕንሕ ዝረኸቡዎ ድጋፍ ንክስዕሩ ከም ዝጠቐሞም ኣብርሀ። ሰባት ፅቡቕ ባህሪ ዘለዎ ስፖርተኛ ክርእዩ ስለ ዝደልዩ፣ ነቲ ባህሪ ንክነዕብይ ብሕውነት ክንደጋገፍ ከም ዝግባእ እውን ገለፀ። ነቲ ኣብዚ ገዛ እነርእዩ መግለፂ ፅቡቕ ባህሪ ድማ፣ ኣብ ኩሎም እቶም እንንቀሳቐሰሎም ቦታታት ክንደግሞም ይግባእ ብምባል ዛዘመ።

ብድሕሪኡ ጀመርቲ ስፖርተኛታት፣ ኣብቶም ብቐዓት ኣካል ዝሃንፁ ዝተፈላለዩ ምንቅስቓሳት ብዙሕ ክለማመዱ ከም ዝግባእ ተነግረ። ኩሎም እቶም ጀመርቲ ስፖርተኛታት ድማ፣ ብቐመት ተሰሪዖም ንቶም ኣሰልጣኒ ዝገብሮም ምንቅስቓሳት እናሰዓቡ ክለማመዱ ጀመሩ። እቲ ኣሰልጣኒ ዘርእዩም ዓይነት ምንቅስቓሳት እናፀንሐ ስለ ዝቐይሮም፣ እቶም ስፖርተኛታት እናተኸታተሉ ይቐይሩ ነበሩ። ዳደ ኣብታ ቀዳመይቲ መዓልቲ ንመጀመርታ ግዜ ብዘይ ምቁራፅ ንነዊሕ ሰዓት ዝፀንሐ ዝተፈላለዩ ዓይነት ኣካላዊ ምንቅስቓስ ገበረ።

ምዕራፍ አርባዕተ

ሕልሚ ዳደ



ዳደ ነቶም ብኣሰልጣኒ ዝወሃቡዎ ዝተፈላለዩ
ኣስተምህሮታት ኣዝዩ ፈተዎም፤ ነቶም ኣስተምህሮታት
ድማ እንተይተፀገመ ኣብ ዝንቀሳቅሱሎም ቦታታት
ኣተግበሮም። ክእለቱ ካብ መዓልቲ ናብ መዓልቲ
እናተመሓየሸ መፅኢ። ሰባት ዘክብርን ኣዝዩ ምቕሉልን
ኮነ። ብተመሳሳሊ ነቶም ዝሰልጠኖም ዝተፈላለዩ ኣካላዊ
ምንቅስቃሳት ብምሉእ ልቢ ስለ ዝትግብሮም፣ ቁመንኡ
ናይ ስፖርተኛ መሰለ። እቶም በብእዋኑ ክለማመዶም
ዝወሃቡዎ ኣካላዊ ምንቅስቃሳት ቦታ ሓንቲ ኢዱ ከም
በዓል ክልተ ኢድ ሚዛኑ ሓልዩ ድልዩቱ ክትግብር ከኣለ።

ዳደ በቶም በብእዋኑ ዝለማመዶም ኣካላዊ ምንቅስቃሳት ከም ዝጉልበተን ኣብቲ ዝድለይ ዓይነት ቁመና ከምዝበፅሐን ኣሰልጣኒኡ ገምገመ። ብፍላይ እቶም ካልኦት ስፖርተኛታት ብኽልተ ኢዶም ዘርእዩዎም ምንቅስቃሳት፣ ዳደ እውን እንተይተፀገመ ብዝግባእ ከም ዝትግብር ተገንዘበ። ብሓፈሻ ኣብ ሓደ ዓይነት ስፖርት መሪፁ ክነጥፍ ዝደልይ ስፖርተኛ ከማልኦም ዝግባእ ኣድለይቲ ዓቕምታት ከም ዘጥረዩ ድማ ኣመነ። ካብ ሐዚ ንደሓር ጐናጎኒ እቶም ዝለማመዶም ኣካላዊ ምንቅስቃሳት ምስ ጅዶ ክፋለጥ ከም ዝግብኦ እውን ወሰነ።

ዳደ ነቶም ወትሩ ዝትግብሮም ዝተፈላለዩ ዓይነት ኣካላዊ ምንቅስቃሳት በብመዓልቱ ኣበርቲዑ ምልምማድ ቀፀለ። ብተመሳሳሊ ነቶም ምስ ጅዶ ዝዛመዱን ዘድልዩን ምንቅስቃሳት እውን ሓደ ብሓደ ዘፋልጦ ስልጠና ክወሃቦ ጀመረ። ዳደ ነቲ ኣብ ልቡ ዝሓዞ ሕልሚ ናብ ተግባር ዝልውጠሉ እዋን እናቐረበ ከም ዝመፅኦ ስለ ዝተረድኦ፣ ነቶም ሓደሽቲ ስልጠናታት ምትግባር ቀፀለ። እቶም በብመዓልቱ ክለማመዶም ዝወሃቡዎ መምርሕታት ጉልበቱ ዝፍትኑ እኳ እንተኾኑ፣ ዳደ ግና ብዝኽእሎ ዓቕሙ የተግብሮም ነበረ።

ዳደ በብመዓልቱ ብዝወሃቦ ስልጠና ብዛዕባ ጅዶ
ዝነበሮ ፍልጠት እናወሰኽ እንትኸይድ፤ ነቲ ፍልጠት
ዘተግብረሉ ጉልበት እውን ወሰኽ። እቲ ኣሰልጣኒ ዳደ
ነቶም ምስኡ ዝጀመሩ ስፖርተኛታት እናቐደሞም
ዘመዝግቦም ዘለዉ እወንታዊ ለውጥታት ብምሉእ ልቢ
ይከታተል ነበረ። እቲ ኣሰልጣኒ ኣብ ዳደ ዝረኣዮ ካብ
ድልየት ዝፍልፍል ወነን ህልኽን እናነኣደ እንታይ ከም
ዝገብር ሓሰበ። ዓቕምን ጉልበትን ዳደ ብተግባር ፈቲኑ
ከረጋግፅ ከም ዝግበኦ ድማ፤ ድሕሪ ብዙሕ ገምጋም
ወሰነ።

ዳደ ጐናጎኒ እቶም ኣካላዊ ምንቅስቓሳትን ኣብ ጅዶ
ዝስልጥኖምን ናብቶም ቀለልቲ ንሕንሕ ጅዶ ብተግባር
ዘለማምዱ ንጥፈታት ሰገረ። ኣብቶም ንክለማመድ
ተባሂሉ ዝኣተዎም ግጥማት፤ ነቶም ኣብ ስልጠና
ዝረኽቦም ቴክኒካት ብግቡእ ከም ዝፈልጦምን ከም
ዝጥቀሙሎምን ኣመስከረ። ኣብቲ ልምምድ ድማ ነቶም
ንብዙሕ ዓመት ዝበልፁዎ ስፖርተኛታት እናተዓፃፀፈን
ሚዛኑ እናሓለወን የሻል ኣበሎም። ዳደ ካብ መዓልቲ
ናብ መዓልቲ ጉልበቱን ኣብ ጅዶ ዘለዎ ፍልጠትን ስለ
ዝወሰኽ፤ ንስሩዕ ውድድር ተሓረየ።

ዳደ ብዘርአዮ ዓዕርን ብዘመዝገቦ ውፅኢትን ንስሩዕ ውድድር ከም ዝተሓረየ ምስ ፈለጠ ንወለዱ ብትሕትና ነቲ ግጥም ንክርእዩ ዓደሞም። ኣይተ ሓጎስን ወይዘሮ ጥዕምቱን በቲ ኣብ ዳደ ዝርእዩዎ ዝነበሩ ዓርስ እምነት እናተሓጎሱ ዕድሚኡ ተቐብሉ። እቲ ኣሰልጣኒ ዳደ ከም ዝዕወት ስለ ዘይተጠራጠረ፣ ዓብዪ ናይ ዳደ ፎቶ ኣስሪሑ ኣብ በሪ እቲ መወዳደሪ ቦታ ሰቐለ። ኩሎም እቶም ምስ ዳደ ዝስልጥኑ ስፖርተኛታት፣ ስእሊ ዳደ ዘለዎ ሓደ ዓይነት ከናቲራ ተኸደኑ።

ዳደ ስሙ ተፀዊዑ ናብቲ መወዳደሪ ቦታ እንትወፅእ “ዳደ” ዝብል ዝደጋገም ድምዒ ድጋፍ ምስ ሰምዐ፣ ንኹሎም ድንን እናበለ ኣመስገነ። ዳይና ንክልቲኦም ተጋጠምቲ ኣቀራሪቦም ሰላም ክበሃሃሉን ሕውነታዊ ግጥም ከርእዩን ኣዘኻኸሮም ኣጀመሩዎም። ዳደ ንመጋጥምቱ ብቐሊሉ ትስክም ኣቢሉ ናብ መሬት ምስ ሰደዶ። ከነው ኣቢሉ ብምሓዝ ተዓወተ። ዳደ ኣብቲ መድረኽ ዕዋዕ ዓወት ዓተረ። ወለዱ፣ ኣሰልጣኒኡን ብታሕጓስ “ዳደ!” እናበሉ ናእድኦም ገለፁ።

ሕቶታት ድሕረ ንባብ

ብመሰረት እቲ ምንባብ ነዞም ዝስዕቡ ሕቶታት መልሱ።

1. ዳደ ብዛዕባ እንታይ ክፈልጥ ይደልይ?
2. ኣቡኡ ንዳደ ኣብ ዕድመ ንእስነቶም ብምንታይ ይፍለጡ ነይሮም?
3. ዳደ ዝሰልጠኖ ዓይነት ስፖርት እንታይ ይበሃል?
4. ዳደ ኣብ መንደቕ እንታይ ርእዩ?
5. ዳደ እንታይ ገይሩ ተሸሊሙ?

