

# Foottana Kollila Has Ollennet (FKHO)

## Has Lusha



# 16. Intu ul peehampayt peɔadho!

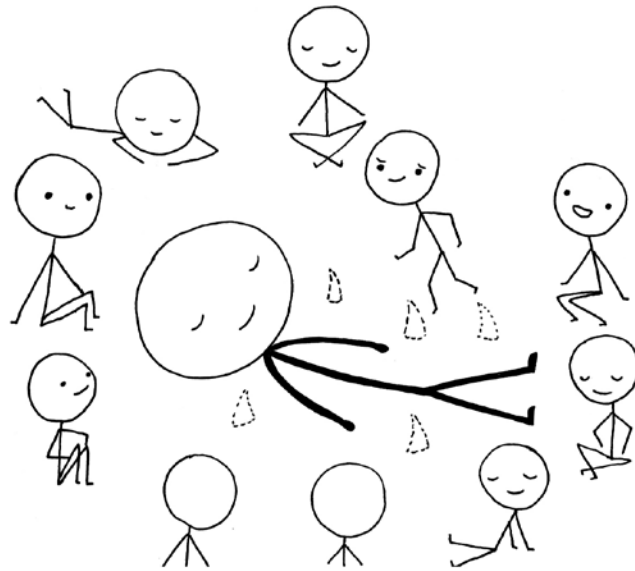
Footana HOR

Has Lusha

Tappadha orpaahnaanniy 8, 10, 11, 15, 16

Hala parat

Tappadha 6-11



**Qarqoisa taanaw settet:** Ul peehampayt se sesseɔisa tureeshsh marfawwaann iyy pat kiy dhaheenn alpoh.

**Orkann senosisa** Medhdha shimir kaan tall laashshiy ollo att shimir se tallass laɔint

**Helpa:** taqiqa 30

**Kaanussa Halaat:** Medhdha 30

**Por:** Hala kaan erkattaass medhdhaass por

**Mehadhdha:** Amm mehadhdha shoke dhikkisatta fadhosinnianem



Footana HOR

PAANKET TAANAWADHAAT

Akkan op mehadhdha uttall haayanniyann

Has Lusha: Intu ul peehampayt peɔadho

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Kinnat taanaw sett lel. "Helpa shokko ul peehampayt kiy. Iyyanno otot se dhooohishshu ila lashsh muumetass ulalle erkama erkadh, Uldhata hokat male tashsh ollo hedhey ollo qorayya sedh peɔadh (qaapattaann qorayya se akkiy). millimett kakkaan iyy ppat muut ishshaaka male (qaapattaann)! Medhdha shakkan iyya akken ollo marfawwaanett shhokku shokko lakkooss, erreel iyy haɔisaann alpohen.

2. Afa ul peehampaytap taanawa foottint; ollo otant medhdha il peɔadhu. Medhdha shokku shokko dheyan ollo lakkooss se iyya foottin mittass (qapann) marfawwaanett alpohinan.

**IILT** > Afa ul peehampaytap taanawa hessenadhiyene, afa ulpeehampaytap taanawaass medhdha kaassadhu.

**IILT** > helpa fadhositu kodhdho ashshann medhdha lakkooss ul peehampayt kapop dheya foottinan ollo marfawwaan alpohinan akkiy.

3. Ul peehampaytin dheetonaan dhakayiyu kodhdho, lel male shoke por setteesh akkinnint. por se meetin ulleeshsh dhey et kodhdho, it/iyyat lakkooss qall mitaata ukkana qarooru ekkasa iyya fadhosinn. Meetin et marfawwaan pohiyu ollo ul peehampaytin dhakaya male qall miitaatiyu kodhdho, iyy/it indha qimbhishshetanne tansaasann poradhdhop mitaata iyya fadhosinn

4. Medhdhaan shimir talla kiy haka iyya marfawwaan alpohinan ollo peɔot alsunkinaness taanaw se taanawen.

5. **Qundha taanaw sett olli qoota - "Taanaw se qalle miirootta shoke masmasa hefadhosinn, hor hasadhayn kela illushatta ollo qapamamale taanaw se kaysisa hefadhosinn. Marfawwaan alpohitu kanna kules lammi indhoott qimbhisa hefadhosinn. Taanaw se qalle ashshann att hasadhaatt kela illushannintu olle dhakintayt tansaasintu erkatt Dhakintayt."**



# 18. Aww ashshannass an dhakaysamaann?

<b>Foottana HOR</b>	Has Lusha
<b>Tappadha orpaahnaanniy</b>	8, 9, 10, 11, 15
<b>Hala parat</b>	Tappadha 6-11

**Qarpaaisa Taanaw sett:** Iyyaan att kiishshu qaapatta lela ashshann hedhakaysamaann aww

**Helpa:** Taqiqa 45

**Kaanuss halaat:** Medhdha 30

**Por:** Medhdha sena laaisaassenne kaasaass por Mehadhdha: Woraqata A4 (medhdha shokku shokko), kraayonet/ponkawwa, irsaaset

**Dhikkisatta:** Dhikkisattot amm fadhosinniyam

**Qundha issetteeh nam dhakaysamaanniy >** Ikkannaash por saykolochetatep mitaat Kollila hesaym shokkiyatenne akkisadha has nahussadhaat hin lek kaasana medhdha ila. Akkisadha ch'awunidhdhu et akkit kidh, akkana haww haww kiy ila medhdha tooyatta foottint.

**SENOSISA >** Medhdha shimir tinnaw tall laashshiy. Kiraayonet/ponka, irsaaset olli erkisa maalla

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Medhdha shokku shokkoss woraqata dhey ollo qoot kiraayonet/ponka qootaass hala qall qoot
2. Hin helpaan iyya ulli taansaasinan akkum kodhdhess , kaasanaan aww iyya akkaadh akkum kaasinan olloponkinan illel.
3. Halittin kidhiya dhuo kidha kaasa iyya fadhosinn. Akkan nam pil kapa qeddhhattaass ifadhosinnishshu kodhdho, dhakint akkisa foottinan, amm lelem ollewaaraass.
4. Taqiqa 10 paatoss otantadhdhu il mimmitaat ollo kaasanaadhdhoss mashsh ashshann kiyu iyya dhaanninannkaassadhu. Senisampayt mashsh sett kaasanadha qar thaafa foottin.

**Senisa >** Medhdha et meumiyam kodhdhane, iyya kaasana shaakketatep amm sommomisa kaasa foottinanem. Oot hekaadhdhu lelaassenne kaasanaan hedhess torokkomen.

**5. Qundha taanaw sett olli ishaamen - "Qarpaaisa taanaw sedh ashshann iyya hedhakaysamanniyan, nne kaasanaann att pahinnintu ollo lelintoss kidha"**



# 21. Torrot lela

<b>Foottana HOR</b>	Has Lusha
<b>Tappadha orpaahnaaniy</b>	8, 9, 11, 13, 14
<b>Hala parat</b>	Tappadha 6-11

**Qarqoisa taanaw sett:** Kaartawwa hasadhaatenn erkattaann ollenn torrot qiminninan.

**SENOSISA >** Shimir shokku se kaan tallass medhdha laashshiy.

**Helpa:** Taqiqadha 30

**Kaanussa-halaat:** medhdha 30

Por: Medhdha shimir tall laaisaass por kayiyu shimir kaan.

**Mehadhdha:** Kaartawwa kakkaan kaasana hasadha qaaqqap filipchaartet

**Dhikkisatta:** Kaartawwa kakkaa 6 dhikkiy (Paldhussa 4) hasadha haww haww kiy olle ( masmasunt, hashur, miir, dhappiy, shammadh, qim, huur, dheesot, dhappet,tashshot, hoosunt), por se aynonno tooya foottinoss filipchaartet rahh.

**Qundha issetteeh nam dhakaysamaaniy >** Por hesym turqatta hek saykolochetatep mitaat ollo akkila hasadha nayqat torrawwa medhdha ila kiy aynonno kodhdho dhakassadhu. Akkila ch'awunidhdhu et akkitu kodhdho, akkannaan att uqqara tooyannitu mittass medhdha tooy.



## Iyy pat kiy dhahenn alpoh

1. Kaartawwa dhahenn ikket aldhek
2. Medhdha akkum torrot olli uuminan illel. Oottan talla medhdha akkum kattoodhdhu olle seninanness mashsh ooriy ollo akkana torrot se qalle nam pil miiranniyy kidhadhiy.
3. Kaassiyadhaan arkaannaatt kiy medhdha kaassadhu ollo qaap se iyya dhaanniyan filipchaartet qar thaaf.

- Torrosin aayilass erkawusant?
- Torrot se qalle hirushitt/kinnatampayt se kaan ayno?
- Iyyaan torrotaynu ila kiy orpil hekannadhdho?

**IILT** > Medhdha torrot se ilan akkana iyya fadhiyan qall qalle 10-12 akka lelinan kodh (Paahnatass, herradha, leha, man uttall haq ch'iqattaat, skk..)

**IILT** > Medhdha nappapa foottadhiinniy qara paaisaass qaap se dhaassamiyu filipchaartet qar thaaf

4. Hiraass meet hira fadhiyu kaassadhu
5. Kaartet shakk ullila qeedhdh ollo aynossenno akkaatta maalle ereel qap

6. Meetinett hasaay lelin, has sett kaartet qarass akkinnin ollo qaap se filipchaartet qara kiyonn torrot sett hirin. Torrotin dhindh heyikk qar anta foottint, has se kaartet qara kiyu mittass.

7. Tarkadha torrot 1-2 kanna, kaartet has hepiltet erreel qap.

8. Meet se ukkana kiyu kaartet hek hasat awushittetann sett torra annin. ollo ilementawwa torrotat filipchaartet qara, sin haka ormin kaynanness seep taanawamint ollo ilementawwa torrot dhahenn iinn erkawusaminan.

**IILT** > Taanaw se qalla helpa qoch'ess kaartawwa hasat qar qar tattarp. ollo iinn erkadhu.

**9. Qundha taanaw sett iyya qoot - "Taanaw se ila innu dhahenn hasadha haww haww kiy kollin ollo siipat ashshann iyya hasadhaadhdhu lelanniyan kollinn.**



# 23. Paanunt kaawwatat

Foottana HOR

Has Lusha

Tappadha orpaahnaaniy 9, 11, 12, 13, 14

Hala parat

Tappadha 6-11



**Qarqoisa taanaw sett:** Dhakint olle kaawwat tooya sessejuntanne miint akkisa /lela

**Helpa:** Taqiqadha 30 (oohama foottin)

**KAANNUSS HALAAT:** Medhdha 30

**Por:** Medhdha qall pulpulamaass por kayiyu

**Mehadhdha:** Mehadhdha shoke dhikkisatta fadhamiy amm hekiyanem

**SENOSISA:** Medhdha lakk lakk qallqoot

## SENISA

> Medhdha kakkaaness oot senaariyotat qaapanninanenne erkanninaness helpaan medhdhapil qaawwat tooyanniyan ollo senaariyot se bhadhdhiyane senosiy.



Foottana HOR

PAANKET TAANAWADHAAT

Akkan op mehadhdha uttall haayanniyan

Has Lusha: Paanunt kaawwatat

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Erkattaass senaariyot nappap. Lakk lakka se ila meet shokku senaariyomet sett erkannin meetin shokku sessejunt dhakintat kaawwat anne miint lela akkinniyol leladhaann erkatta male (Affa att paanunt kaawwatatep nam shokku hayiyy).
2. Senaariyomet shakk anppap. Meet lakkiyot senaariyomet akkinnin ollomeetin tura kiyu sessejuntadh/dh/sessejuntayy kaawwatann akkinnin.
3. Taqiqadha 2 kanna 3ann harka dhaw ollo aynonno karitt awushittfadhannin. Taanawatin karitt awushitt olle qarooraa taanawamin.
4. Medhdha por se ila kinnaanniy mittass taanawa foottinan.
5. **Qundha taanaw sett qoot –“ Taanaw se qalle sessejunt olle kaawwat toottaanne helpaan att qall ishshaakkishsh sin hedhdhakaysamanniy miint akkisaann nam pilano ashshann idhdhakaysamaanniyan senaariyot haww haww kishshu sessejunt kollin. Sin kayshaayt dhikisa ufnaattaa maalla hokat male fadhosinn.**

Paahnat senaariyotadhaat:

- Man kollilaatep dhikkisannint (Paahnat has – masmasa)
- At ul peehampayt ullaalle erkama erkann ollo ishaakamale roopa hir (Paahnat has-shammatta)
- At toktorishsh se qimaaytet se ippat heqannishshu hesaym dhaanniyu (paahnat has – muthurootta)
- Altop anta taanawaass roopatin akkum ellinoss lushann. (paahnat has – tashsh)
- Att pejatta fadh malee kuugngnaat hetoor lapitt qalle ullupot pejot hedhawur (paahnat has – hokat male miiroodh)
- Att manathiretayt kann fadh hor amm akka hefoottitem (paahnat has – miiroodh)

**IILT** > Paranne qundha medhdha hin oottanaayt talla kiy immashsh qapattaann senaaritayt uum.





# 24. Intu innu laalet sooronno!

Foottana HOR	Has Lusha
Tappadha orpaahnaanniy	6, 9, 10, 11, 15
Hala parat	Tappadha 6-11

**Qarpaaisa taanaw sett:** Laalet awushittet hala olle sohashshisaass nass ufnaytisamenn erkannintan.

**Helpa:** Taqiqadha 30 (oohama foottin)

**Kaanussa- hala:** medhdha 30

**Por:** Haladha erkattaass medhdhaass por kayiyu

**Mehadhdha:** Mehadhdha shke dhikkisatta amm fadhosiinnyanem

**SENOSISA** > Medhdha haladha shokku shokko hek 5-6 shimir tinnaw tall laashshiy.

## SENISA

> Aynonno kodhdho hala kaan ilass olli laashshisaann medhdha meumiy senisaanne por se oottanat dhahenn laalet olli sohashshinninanep dhawdhaw.

> Oottan talla medhdha paratidhdhu haww haww kiyu et qffnaatt kodhdho, medhdha pil laaletadhdhu sohashshisaass haladha erkatta foottinan, ollo laalet sohashshisaass medhdha meumiy olle erkatta foottint

## Iyy pat kiy dhaheenn alpo

1. Medhdha dhaassot laalet 2 sohashshisaass halaadhdhu ilass erkanninan laaletadhossenne naas se ufnaytisamenn qundha kodhdhin has ullila qeedhdha iyya fadhosiin (Laalet se iyya tureeshsh up ila) se iyya laalet iinn laallanninan.
2. Qundha laaletadhdhotenne naas iyya upan mittass has se iyya dhakaysamaanniyu lelattaass hala shokku shokkoss taqiqa 5 dhayy.

**IILT** > Hasaayt medhdha akkisa foottint, et iyya pahisatta foottadhiinniyane.

3. Leeletadhdhu uumaass hala shokku shokkoss taqiqadha 15 dhayy ollo naas se olle aan.

**IILT** > Seemotin et leladhaan olle anta dhiinniyo ooha foottinan.

4. Halot shokku shokko akkum ootanass laalet se erkanninane kodh.

**5. qundha laalet sett qoot - "Taanaw sedh ila innu helkess laaletann has se innu pahisann kollin. Seemawwa muusiqa haww haww kiy ashshannass iyya hasadha haww haww kiy dhaanniyan ufnaann."**



# 26. Has tawlet

Foottana HOR	Has Lusha
Tappadha orpaahnaanniy	10, 11, 12, 13, 14
Hala parat	Tappadha 6-11

**Qarqaa'isa taanaw sett:** Hasadhaan dhaassamenn erkattaann taanaw taqiqadha 3-5 uumaass haladhaann erkanninan.

**Helpa:** Taqiqadha 45 (oohama foottin)

**Kaanussa- hala:** medhdha 30

**Por:** Medhdha haladhaann erkattaass por

**Mehadhdha:** Mehadhdha shoke dhikkisatta amm fadhosiinnanem

**IILT dhakaysamaannishshu** > dhindh porat sin hasadha medhdhaat dhikkaatta dhiinniy dhaatta kapaash illushadhu

**IILT dhakaysamaannishshu** > Erkamaan helpa erkawusamiyane oottan se tall mimmitaat medhdha akkana iqqalleet nahussa akkisa dhiinniyane shoke medhdha poi qalleet.

**SENOSISA:** Medhdha shokku shokko tiimawwa heka 5-6ss qall qoot.

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Tiimet shokku shokkoss dhindhanne hasadha 3 dhayy ( paahnatass, dhindh -wutet qara; hasadha - tashsh, akkan tawwadh, masmasunt

2. Otant taqiqadha 3-5 tallass taanaw tinnaw uumaass tiimet mashsh mashshadhdhess taqiqadha 25 qafnaanninan.

3. Taanaw se ilass akkana medhdha miiranniyy ullil haaya tura akkum iyya helisa dhaanninan mashshooriy.

4. Taanaw se ilass hasadhaan iyya dhaassam dhehhenn iinn erkatta iyya fadhosiinn.

5. Aynonno kodhdho tiimet se ilaerkatta iyya fadhosiinn.

6. Taqiqadha 25 kanna, tiimawwa akkum dheyanan oottan turass taanaw se dhehanninan kaassadhu.

7. Muutayta taanaw shokku shokku kanna, medhdhaan ukkela hat hasadhaan torrot se ila dhakaysamaadh bhadhdha iyya fadhosiinn.

**8. Qundha taanaw sett qoot - "Tiraama se ila hasadha haww haww kiy ashshannass iyya min dheyiyanenne ashshannass iyya lelamiyan akkin. Tiraamawwa pil tooyattaann, orpil hekaaytep hasadha lelattaadhdhu lashsh shakka akkaass foottit, lamm, Lashsha shakka hasadha att akkinnishshu ketteeshsh hawwass orpil akkinniyane ishshaakaass foottit."**



**Foottana HOR**

# **Ch'iicayta furisa/paana fadha**



**Foottana HOR**

PAANKET TAANAWADHAAT

**Akkan op mehadhdha uttall haayanniyan**

Ch'iicayta furisa/paana fadha

# 44. Sukana namat

**Foottana HOR** Ch'iicayita paana fadha

**Tappadha orpaahnaanniy** 18, 24, 26, 27, 28, 33

**Hala parat** Tappadha 6-11

**Qarqaa isa taanaw sett:** Orqar aldhiitta anta male sukan namat furisaass ollenn erkkanninan.

**Helpa:** Taqiqadha 30

**Kaanuss Halaat:** Medhdha 30

**Por:** Rakkatta male sessejaass tiimawwa 5ss por

**Mehadhdha:** Mehadhdha shoke dhikkisatta amm hekiyanem

**SENOSISA:** Hala tiimawwa taanawampayya shokku shokko 5-6qallqoot

## SENISA

> Immadhaanne iskattadha hala shokkooh olli kodhdhoti amm seniyam. Immadhaassenne iskkattadhaass haladha haww haww kiy soorom.

> Hala se qalle et medhdha mezumiy kinnaadhenee, medhdhaan kakkaan iyya hesa foottin olle akkum lahaminaness immashsh patisadhiy.

> Medhdha harka olle qapataass et sena dhiinnishsho, harka olle qapatta tura aynosenno saappata shoke shipot iyya qapanninan idhdhayy, sukan namat sooromaass.



**Foottana HOR**

PAANKET TAANAWADHAAT

**Akkan op mehadhdha uttall haayanniyan**

ch'iicayita paana fadha: Sukana namat

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Tiimet shokku shokko ormineesh mitaataann shimir tinnaw soorominan.

2. Sukan namat paana se arkannaatt kiyonn erkadh.

- Taanawampayya shokku shokko hark piitotadhdhot shimir tall qapanninan ollo hark taanawampayt pile qapinan, taanawampayt se issetteeh miskittayess shoke piittotayess se ell kodhdhadhiittaayy ishshaak.
- Ukkannass, taanawampayt aynonno kodhdho hark piitotayyet ottant shimir tall haayn ollo hark piitot taanawampayt pilet heqin, aannenno taanawampayt se issetteeh miskittahess shoke piittotayyess ell kodhdhadhiittaayy ishshaak.

3. Erkama tiimet shokku shokkoti harkadha aynotenno all hayya male mashshadhdhu furisa kidha.

**IILT** > Shakkarr kidha taanaw sett et hefadhosiy kodhdho, att “maqaset” se medhdha 2 harkadha nam pil qalle nam annossinniyu ollo shokkoohann orfurinniy. Olli sena se inn dhaannishsh ilass Irrrot “maqaset” sedhet erkatta foottintan.

4. Medhdha “ELL- QAAPADHU – ERKADHU” akkum iinn erkanninaness mashshooriy Rakkot se taanaw se ili dheya foottintu furisaass istteppawwa, ashshannas op sukan se furinninan medhdha haww haww kiy qaap haww haww kiyu qapan.

5. Shimir se tallass taanawampayya dhindhadha haww haww qarass miint oorisaadhdhu hedhikk.

**6. Qundha taanaw settet qoot – Taanawin paahnat ollipawisaat, sukan se furisaass medhdha haww haww kiy erkattaass akkana haww haww kiy fadh. Helpaan aynonno taanaw se qaft ila iyyaan dhikk erkattass Qarqawisa orrop kiy qapan rakkot se ishshaakaass tooya dhakassattaass, Ulleeshsh, furilaan qaapatta et aldhiitt kodhdho ollo ulleeshsh erkatto, taanaw se pushshaass se hoshilt kodhdhint akkint.”**

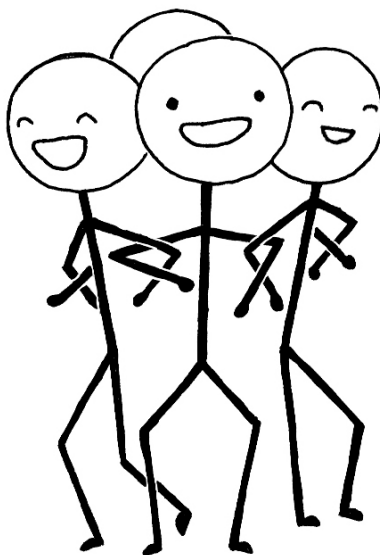


# 46. Orkettop qapamppayya/pohamppayya

**Foottana HOR** Ch'iicayita paana fadha

**Tappadha orpaahnaanniy** 18, 24, 26, 27, 28

**Hala parat** Tappadha 6-11



**Qarqoisa taanaw sett:** Dhakalla orkettop qapaass ollenn erkanninan/ Tiimet se ila alhatamale pannoolawwa orkettop qapinan

**Helpa:** Taqiqadha 30 (oohama foottin))

**Kaanussa halaat:** Medhdha 30

**Por:** Lak qall paldh

**Mehadhdha:** dhaakalla tittnac,pannoolawwa (dhihaassa dhaakalla 3 lekisa/pannoolawwa dhihaass tiimawwa olle)

**Dhikkisatta:** Man talla qoss kelop dhakalla shoke pannoolawwa pulpul/naq.

**SENOSISA:** Tiimawwa shokku shokko medhdha 4 qap qall qoot, Dhihaassa medhdha kellowot et kodhdhane tiimet hek3 shoke 5 koy.

## SENISA

> Immadhaanne iskatt olli kinaytisaass et kodhdhadhiinniyane, imaadhaanne iskattass tiimawwa haww haww kiy erkadhu



**Foottana HOR**

**PAANKET TAANAWADHAAT**

**Akkan op mehadhdha uttall haayanniy**

Ch'iicayita paana fadha: Orkettop qapamppayya/pohamppayya

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Tiimet dhahenn harkoodhdh tooyaanne altaash miint oorisaann otant tallass ellint. (Eleett akkisant mittass)

2. Helpaan att “Ell!” kiishsho, tiimet qoss shokkop anta it fadhossinn ollo dhakalla/pannoolawwa foottanaadhdu mittass pohatt iyya fadhossinn.

3. Indha taanaw settet medhdha dhayy - shokku shokko et erkanniyan kodhdho, taanawaass iyya qar hursaatta foottint, Dhindh haww haww kiyu qarass helpaan iyya ortuttuquuriyane, iyya ELL - QAAPADHU -ERKADHU akkum iyya fadhossinnishshu mashshooriy.

4. Medhdha hokat male harka olle tutuuquraann amm ortaahmasa iyya fadhossinniyam shoke haladha pil olle orshoominan.

5. Helpaan att “Qoss se ooh!” kidhishsho, tiimawa dhahenn qoss se iyya ullila kiyann all dhiinninan ollo qoss pilap anninan.

**IINDHA** > At “Qoss se ooha” kidhishshonn erkatta foottint!” taanaw se hokati taanawaass dhamm ollo lamm hala shokku qoss shokku dhama hiro shoke haladha lek qoss shokkop lekinan.

6. Taqiqadha 15 kanna “Ell!” kidh ollo haladha dhahenn hekapop mee*q* iyya pohadhen dhiha maalla dhakallaadhdu/ pannooletadhdu qedhdhatta iyya fadhossinn

7. Hala se dhakalla/pannoolaww tokk qapu pushin.

**8. Qundha taanaw sett qoot- “Taanaw se ila, hala se ila ollipaa qaft, medhdha lek olle dhindh haww haww kiyu qarass harka ortuttuquuraann. Halaatt se iyyat foottiyu mittass dhakalla/ pannoolawwa pohattaass, ortuttuquura ellashisa hedh fadhossinnaat, paana dhikkann dhakala pohattaass qaapadhu ollo qaapaay qar erkadhu.”**



# 47. Hallot/Tannot

---

**Foottana HOR** Ch'iicayita paana fadha

---

**Tappadha orpaahnaanniy** 14, 24, 26, 27, 28

---

**Hala parat** Tappadha 6-11

---

**Qarqasi sa taanaw sett:** Oottan talla kodhdhana hallot ila ashshannass ashshannass ollipaaisa dhalanniyan ufnaanninan.

**SENOSISA >** Medhdha haladha 4 qall qoot Ashshannass op taanawiyani

**Helpa:** Taqiqadha 20

**Kaanussa halaat:** Medhdha 30

**Por:** Por kaan paldh

**Mehadhdha:** dhakalla tittinnaa shoke pannoolawwa tittinnaa (Dhihaassa dhakalla shoke pannoolawwa qum dhihaassa medhdha atep)

**Dhikkisatta:** Ootant man se tallass pannoolawwa/dhakalla pulpul





## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Aladha 4 se kapop aan ollo dhammantadhaan arkanaatt kiy ila shokku iyya dhayy. Dhammanta se lelamiyu aynosenno akkum lela dhiinninanness illel Kiyatadha dhammantadha Halpatt

1. Taanaw se pushaass, Taqiiqadha 3 ilass otant man se talass shimir tallass dhakalla/ pannoolawwa senosiy.
2. Taanaw se pushaass, dhakalla/ pannoolawwa dhahenn karfa kapop qap (man se talla por pil qarass taqiiqadha 3 ilass.
3. Taanaw se pushaass, dhakalla/ pannoolawwa dhahenn maskkootet kapop qap (shoke man se talla porpil qarass taqiiqadha 3 qalless)
4. Qoss tall lajiy ollo hin kodhdhiy ulleeshsh tooyadhu.

2. Dhindh qar ell ollo hin kodhdhiy ulleeshsh tooyadhu.

**INDHA** > Dhihaassa medhdha orrop kiy dhammanta se olli qedhdhattaadhdhu ishaak.

**IINDHA** > Medhdha et nappapa foottane, Woraqata qoch' qarass dhammantadhaan 3 thaafa foottint ollo medhdha qootint.

3. Dhammanta se erkattaass medhdhaass taqiiqadha 3 dhayy.

**IINDHA** > Medhdha lakkooss taanaw se taanawaass medhdha lela foottint.

4. Taqiiqadha 3 ilass medhdha ellashshiy shoke tureeshsh et iyya hokat male shiittiyanep hekkinnaadhene.

5. Erkamaan kannu, olli ishaama tinnawass dhahenn orkettop iyya qap.

- Medhdhaan ukkela hat maana iyya erkanniyan maana iyya tooyanniyan orr se tooyatta dhey kaassadhu. (Paanadha mitaattilaat: orr haww kiy man talla dhaakalla /pannoolawwa pohaadhdu, medhdha orshiittadhdu)
- Hin iyya miiranniy orpil kaassadhu shoke otant medhdha haww haww kiy ilass hin ch'iicayta dheyiy kaassadhu. Oottan medhdha pil olle medhdhalek mitaattilaadhdu akkum olli qootinan kodh. (Paanat mitaattilaat: Antu dhakalla ila shimir sooromaass ekkayy ollo nam pil dhakallaaw qedhdhadh)
- Taanaw se medhdha kolliiy, Nam heyikket dhammantadha haww haww kiy qedhdhadh.
- Aynonno dhammantadha haww haww kiy qedhdhattaadhdhu, et haww haww erkadhen kodhdho ufnaattaadhdhoss medhdha kaassadhu. Medhdha lek mitaattilaadhdu medhdha oottan pil olle akuum olli qootinan kodh. (Paahnat mitaattilaat: Innu dhahenn maanaass akkana haww haww kiy erkannikinnu ufnaatta an fadhosinnaat).
- **Qundha taanaw sett qootaann olli ishaamaan kaysiy - "Namin shokku maaniya iyyat qaapaniyu ufnaattadhiitta minani helpa lekess allipawa sohann ollo qaapaayinu qarass haww hawwass erkatta foott. Semaalla, hala ila miroottaanne ch'iicayta dhala kapa rakkot se ishshaakaass tooyanne dhakassatta fadhosinn.**

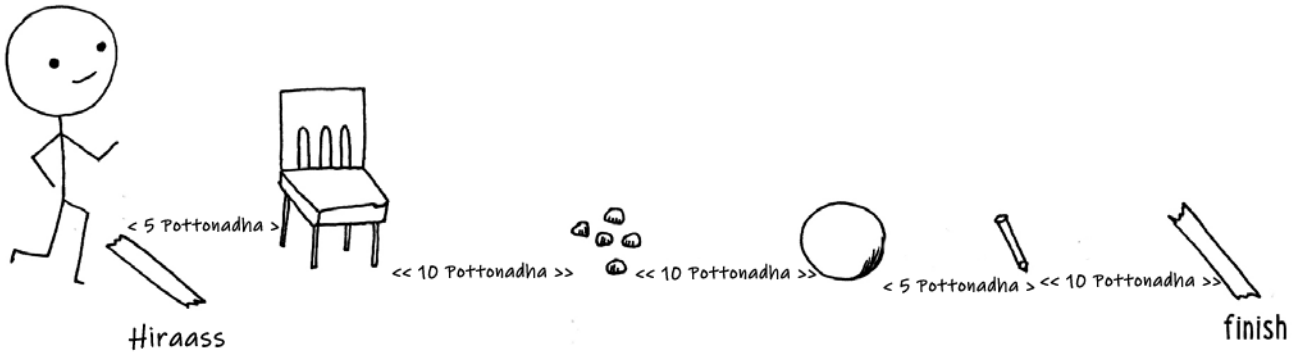


# 52. Miir alpatisa feella

Footana HOR Ch'iicayita paana fadha

Tappadha orpaahnaanniy 17, 24, 26, 27, 28

Hala parat Tappadha 6-11



**Qarqabisa taanaw sett:** Miir alpatisaass paanadha kinnaattaadhdu ishshaakinan.

**Helpa:** Taqiqadha 30

**Kaanussa halaat:** Medhdha 30

**Por:** lak qahisam paldh

**Mehadhdha:** Teeppet, helpa dhihiy, akkanadha por kapaash korset kohayt at soormaass teekkat, dhakalla tittinnaa, pannoolet, irsaaset

**Dhikkisatta:** Paana se arkannaatt kiyonn koorset kohayt soorom:

- Teeppet se laha kishshonn por se op ull hiriyaness akkila koy (Medhdha por hiraymaatess ellinan)
- Qundhdhinnat hiraymaateeshsh pootinaa, iqa shet hen ollo teekkat haay (Medhdha por teekkatatep feela ollo ukkapaash anta iyya fadhosinn)
- Teekkatteeshsh pootinaa, iqa shet 10 dhakalla tittinnaa ull haay (medhdha por teekkatteeshsh dhakallaan kapop lukket shakk tottoraann, dhakallaanett tarka shokkoohass senosinninan ollo ulleeshsh uqqarann torinninan)

- Por dhakallaateeshsh pootinaa, iqa shet 10 pannoolet se haay (meet anta iyy fadhosinn, amm pannoolet kapop feelinam, errop qeedhdh, ollo haayya qar happ ollo helpa 3 qap)
- Pannooleteeshsh pootinaa, iqa shet 5 irsaaset ull haay (meet irsaaset se dhindh miint shakkat qapannin, miint shakkat hussalless haayin ollo shimir sooromin)
- Sekussa pootinaa, iqa shet 10 qarass uwatann akkila koy (meet lukket shakkaahann haka qundhdhinnat muutaytaates torissa annin.

**SENOSISA >** Medhdha miintadhdu koorset kohatatep mitaattisaann tarka tarkampaytat ellashshiy.

## SENISA

> Akkanadha hedh dhikkisaass koorset kohayt sedh senisa foottint.

> Oottan talla medhdha dhakintall kellow et kinnaadhen kodhdho, iyyaanno taanawa maalla koorset kohayt sett iyya senosiy. Et fadhosittu kodhdho, koorset kohayt sett kaysisaass meet se dhakintall kellow hasa maalla kayshsh ippahiy.



Footana HOR

PAANKET TAANAWADHAAT

Akkan op mehadhdha uttall haayanniyan

Ch'iicayita paana fadha: Miir alpatisa feella

## Iyy pat kiy dhaheenn alpoh

1. Koorset kohayt se rakkot/ch'iicayta furinnishshu olle medhdha ufnaytiy. Ashshannass iyya koorset kahayt erkanninaness paana iyya akkiy.

2. Erkama koorset kohayt ila kiy shokku shokko sin rakkot dhiyy akkum oohiyanness ollo se furisaass erkatta innu fadhosiinyu ollo ch'iicayta pushaass feela fadhosiinshoss ikkolliiy.

3. Kodhdhana ch'iicaytaat/ollipacaat dheya ollo olli qootaass sin fadhiykodhdhinan. (shaakket shoke uuma) ollo ollipacaanett furisaass paan shokkooh.

**IILT** > Medhdha dheyaass et shurshuriyan kodhdho, paahnat seep "Aww shakkanna SHLS talla medhdha shakkan Dhakint qim'saata taanaw hinnaadhen ollo medhdha shakkan lamm kaasana hinnaadhen. Medhdha dhah olle senaann ch'iicyta sedh furiy, seep kidhaann, dhahenn ispooret taanawinn ollo lashshadha pilate kaasana kaasinn".

4. Qootana kanna koorset kohayt sett qum se iyya shakarr kidhiy mittass kaysinninan. Paahnatass rakkot se furisaass maala se iyya qapan erkama qara nakasaann.

**5. Qundha taanaw sett qoot - "Taanaw se qalle inn dhahen ollipaca ch'awidhdhu qafnaattaaynoss heakkit. Qaapattaass ella ollo rakkot/ollipaca pusha erkatta innu fadhosiinn."**

