

Le a itse gore ke eng?
Wena le bana ba
gago, mmogo
le tla kgona go
etlega nakong
ena ya taolo ya
motsamao!



Maiteko a gago a na le boleng e bile a botlhokwa go bana ba gago.

Jaaka motsadi kgotsa motlhokomedi mogolo, o morutabana wa ntlha wa ngwana wa gago. O na le thuto e e rulagantsweng kgotsa o sena yona, o mogodi yo o botlhokwa thata mo botshelong jwa ngwana wa gago. O itse go le gontsi ka ga ngwana wa gago: dijo tse a di ratang, ditshamekisi le metshameko. O itse se se ba tshosang le gore o ba tshidisa jang. O a ba rata le go ba tlhokomela mme mmogo le agile metheo go kgontsha ngwana wa lona go lebagana le lefatshe.



Batlhokomedi ba karolo e e botlhokwa go tsela ya botshelo ka tsa thuto, e se batsadi kgotsa e le batsadi ka tsalo ba bana. Babatlisisi ba fitlhetse gore go nna le bonnye mogolo a le mongwe yo o go tlhokomelang e bile a go tshegetsa gona le seabe se segolo mo bokgoning jwa dithuto jwa ngwana.

Ga go a lebelelwa gore o emisetse morutabana. O dira mmogo le barutabana le sekolo. Karolo ya gago jaaka motsadi ke go tshegetsa ngwana wa gago mo tsamaisong ya go ithuta ka go mo tlhamela sebaka go utolola dikgatlhego tsa bona, go tlhama dikakanyo le go botsa dipotso. Go ithutela fa gae go ka se tshwane le ga kwa sekolong. Nako eno ya taolo ya motsamao ke nako kgolo go gatelela metheo eo e tlhokegang gore ngwana wa gago a tseye karolo tota mo go ithuteng kwa sekolong. (Go bona ditirwana tse di tshitsintsweng leba **“Go ithuta mo tikologong ya legae”**)

Kamano ya gago le ngwana wa gago ke selo sa botlhokwa tota go thusa ngwana wa gago go ithuta. O ka agelela mo go yona, mme wa dirisa didiriswa tse di kgonegang go thusa ngwana wa gago go ithuta.



O na le matla go atlegisa ngwana wa gago!

Kamano ya gago le ngwana wa gago e otlala kgolo ya sebele, maikutlo le loago ya ngwana wa gago. E ela motheo wa botho, diitlhophelo tsa botshelo le maitsholo ka kakaretso a ngwana wa gago. E ka ama gape le matla a itekanelo ya loago, mmele, tlhaloganyo le maikutlo ya gagwe.

O sale o simolola go aga kamano eno letsatsi leo o neng o tlisa ngwana wa gago gae ka lona. Fa ngwana a ntse a gola, kamano magareng ga lona e ka fetoga, e bile go botlhokwa go amogela gore dikgwetlho tse di tlhagelelang ke tlholego e bile di tla tlhoka gore o dire maiteko go leka go maatlafatla kgokagano eo. Taolo ya motsamano e go neela tshono e kgolo go aga kamano le ngwana wa gago ga jaana mme gape le fa a boela sekolong.



Dikaelo tse di kgonegang go aga botsalano jo bo tiileng le ngwana wa gago

Jaaka motsadi, o ka dirisa kamano ya gago le ngwana wa gago go aga mekgwa le maitsholo a a siameng e e malebana le sekolo. Go bontsha kgatlhego go maikutlo a bona malebana le sekolo le go seo ba se ithutileng kgotsa ba se ithutang go tlhagisa gore go tseno sekolo go a kgatlhisa e bile go lekanwe ke go neela nako. Dikakanyo le maikutlo a gago di botlhokwa tota go bana ba gago ka e bile o le sekao sa ntlha mo go bona. Bana ba gago ba ka kopisa maitsholo a batsadi ba bona kwa sekolong. Leka go bua tse di siameng fa o tlotla ka barutabana le sekolo. Tsibigo ya gago mo go ithuteng e tla tsaya karolo e kgolo mo go bopeng katlego ya ngwana wa gago kwa sekolong.



Aga tshepo

- Go botlhokwa go **reetsa** ngwana wa gago. Beela thoko metsotso e le 10-20 letsatsi le letsatsi go reetsa ngwana wa gago. Mo nakong eo go botlhokwa go tsepama fela mo ngwaneng mme o leke gore o se ke wa nna wena o buang.
- Leka go bua **nnete** ka fa o ka kgonang ka teng le ngwana wa gago ka ga se se diragalang ka ka maemo a a maleba. Ba thuse go tlhaloganya boemo le go tlhalosa dikgato tseo ba tlhokang go di tsaya go nna ba babalesegile.
- **Tlhomama** ka fao go kgonagalang fa go tla go melao le tlwaelo ya fa gae.
- Bontsha ngwana wa gago **lerato le go kgathalela**, ke nako e e boima go botlhe.



Buisana le ngwana wa gago

- Leka go dira gore puisano le ngwana wa gago e nne **tsamaiso ya tsela-pedi**, fao mmogo le reetsanang le go buisana.
- Nngwe ya ditsela tse di siameng go dira seno ke go bua le ngwana wa gago ka ga dilo tse di leng **botlhokwa** mo go ena.
- Ba letle go botsa **dipotso**. Fa o sa itse karabo, leka go e batla mmogo.



Tlhagisa tse dintle

- **Akgola** kgotsa rorisa ngwana wa gago fa a dira tiro sentle.
- **Tlhomamisetsa** ngwana fa a na le matsapa kgotsa a itemogela dikgwetlho. Bana ba ba nnye ba gago ba ka itemogela go boela morago sk. go ntshetsa metsi mo dikobong, go bua jaaka leseae, go anya monwana le go itlatsa lekgasa.
- Neela ngwana wa gago tiro e e botlhofo go thusa balelapa. Seo se tla dira gore a ikutlwe a le botlhokwa le go aga **go itshepa** mo go bona.



Ngwana wa gago o na le tshwanelo go thuto ya motheo e e boleng, go sa kgathalesege gore o tsena sekolo se feng le gore a o duetse madi a sekolo kgotsa nnyaa. Go botlhokwa go gakologelwa gore fa o tshwenyegile gore ngwana wa gago ga a bone tshegetso e a tshwanetseng go bo a e bona go tswa kwa sekolong mo nakong eno ya taolo ya motsamao le morago ga yona, o na le tshwanelo go botsa dipotso le go tshitsinya ditharabololo. Lekgotlha la Taolo ya Sekolo (SGB) le gona go go emela jaaka lekgotlha la batsadi ka jalo go botlhokwa go ba itsise matshwenyego a gago. o tshwanetse gape go tlhagisa matshwenyego a gago go sekolo le barutabana ba ngwana wa gago. O na le matla go netefatsa gore ngwana wa gago o amogela thuto ya boleng jo bo kwa godimo.

O ka tshegetsa ngwana wa gago jang ntle le go tlalelana



Ga jaana mokgwa o o siameng wa go ikgontsha ka didiriswa tse o di tlhokang go tshegetsa ngwana wa gago ke go mmotsa dipotso ene le barutabana ba gagwe. Nako e ya taolo ya motsamao e go neela tšhono ya go tlhaloganya gore ngwana wa gago o fa kae - ka dithuto le maikutlo mmogo. Botsa ngwana wa gago dipotso tse di bulegileng ka ga sekolo tse di jaaka:

“O rata dirutwa dife kwa sekolong? O rata eng ka ga tsona?”

“Ke dirutwa dife tse o fitlhelang di go neela bothata? Mathata ka ga tsona ke eng?”

“Ke nako efe ya letsatsi e o e ratang go gaisa kwa sekolong?
Goreng o e itumelela thata jalo?”

“Melao ya sekolo e farologane jang le melao ya rona fa gae?”

“A o nagana gore melao e siame?”

Mokgwa o o arabang dipotso ka ona o botlhokwa go aga tshepano le go netefatsa gore o kgona go tshegetsa ngwana wa gago fa a na le matsapa kwa sekolong. nna le tlhaloganyo e e bulegileng le go batla go tshwara motlotlo le ngwana wa gago ka ga dintlha tse di tlhagelelang. Gape, eno ke tšhono e kgolo go wena jaaka motsadi **go ikgolaganya le morutabana wa ngwana wa gago**. Barutabana go ralala naga ba leka go bona mekgwa e e siameng go go thusa go tshegetsa ngwana wa gago mo nakong eno. bolekanane jo bo ka go thusa go tlhaloganya gore ngwana wa gago o fa kae. morutabana wa ngwana wa gago a ka go neela kgakololo e kgolo ka ga mefuta ya ditirwana tse o ka di dirang mo nakong e ya taolo ya motsamao go gatelela seo ngwana wa gago a setseng a se itse. Leka go buisana le morutabana wa ngwana wa gago, bontsi jwa barutabana go dirisa WhatsApp ga jaana go leka go buisana le batsadi.



Dikgato dingwe tse di kgonagalang go leka go simolola puisano le morutabana, sekolo le baagi ba sekolo sa ngwana wa gago:

1. Fa o sa itse dintlha tsa ikgolaganyo tsa morutabana mme o itse tsa mongwe kwa sekolong, mo leletse mme o batle nomoro ya mogala kgotsa imeile ya morutabana wa ngwana wa gago.
2. Sekolo se ka tswa sena le nomoro ya gago ya bogologolo, kgotsa se ka tswa se e latlhile – netefatsa gore ba tshwere nomoro e e nepagetseng.
3. Fa o sa kgone go ikgolaganya le sekolo kgotsa morutabana, a o itse batsadi ba bangwe kwa sekolong - leka go ikgolaganya le bona.
4. A ngwana wa gago o na le ditsala kwa sekolong, leka go ikgolaganya le batsadi ba tsona.

Maele go ithuta fa gae

Fa o tshegetsa ngwana wa gago fa gae, mefuta ya ditirwana tse o di dirang ga e tle go lebega jaaka go ithuta go go rulagantsweng jaaka kwa sekolong.



Go bana ba dingwaga di le 3-6 go botlhokwa go...

- Agela ngwana wa gago thulaganyo. thulaganyo eno e ka se tshwane le ya fa ne a ya sekolong mme wena o ya tirong, fela e tla dira gore wena le ngwana wa gago le ikutlwe le siame mo nakong e e bokete eno.
- Tsepama mo go lekeng go aga tlotlofoko ya ngwana wa gago ka go buisa, go tlotla kang, le go bua le bona ka ga dilo tse di farologaneng tse ba dirileng mmogo mo letsatsing.
- Leka go tshola ngwana wa gago a le matlhagatlhaga mme a dire ditirwana tseo a tla dirisang mesifa e megolo le e mennye, seno se tla thusa ngwana wa gago go aga bokgoni jwa metsamao. Mesifa e megolo e rwele maikarabelo go siana, go tlola le go konopa fa mesifa e mennye yona e le bontsi mo diatleng le mo menwaneng.

SmartStart e na le didiriswa tse di sa tlhokeng data go thusa go aga thulaganyo le mefuta ya ditirwana tse o ka di dirang le ngwana wa gago mme di gona go: <https://smartstart.datafree.co/everysweekcounts/>



Go bana ba sekolo sa poraemari go botlhokwa go...

- **Ikgolaganye le sekolo sa ngwana wa gago** go bona gore ba dira eng go tshegetsa barutwana mo nakong e.
- Dikolo dingwe di setse di na le maano, mme fa sa gago se sena, tsepama mo go **direng dipalo le go buisa**. *ClickMaths* e tlhodile polokelo-tshedimosetso ya didiriswa tse di sa tlhokeng data go thusa ngwana wa gago ka dipalo le go buisa, didiriswa tseno di gona go: <https://learning.bcxlearn.com/learn/#/topics>
- **Aga thulaganyo** go ngwana wa gago go tlhama nako go ithuta le go tshameka.
- Fa o na le **bana ba le bantsi** mo dikereiting tse di farologaneng fa gae, ba rotloetse **go buisa le go dira mmogo**. Seno ga se tle go thusa fela ngwana yo monnye mme se tla thusa le ngwana yo mogolo go gatelela metheo ya gagwe.

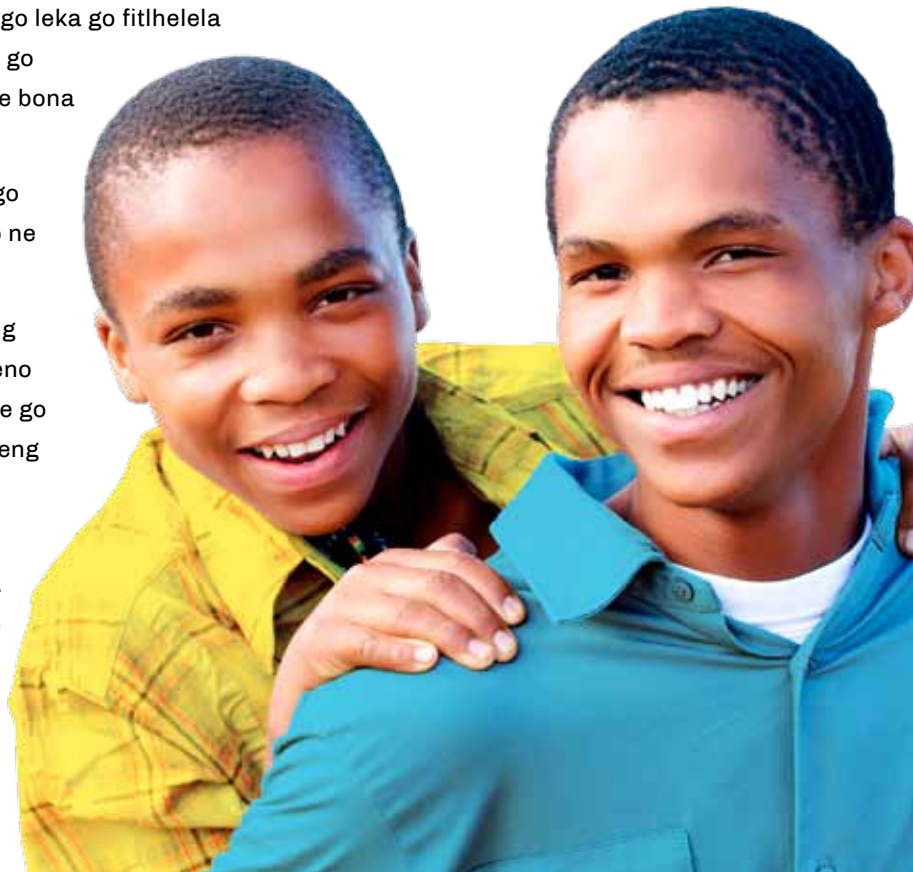


Seno ke sebaka go gatelela meono e o o bonang gore e botlhokwa go ngwana wa gago go golagana le lefatshe le ba bangwe ka tsela e e siameng.



Go bana ba ba kwa sekolong se segolo go botlhokwa go...

- Nna le bona fa fatshe mme o tlhaloganye gore ba tlhoka nako e kana kang go dira tiro ya bona ya sekolo mo letsatsing. Baya maikaelelo a a fitlhelegang.
- Ba thuse go thala lenanetiro la go simolola ka Mosupologo go ya go Labotlhano. Seno se tla ba neela nako e e lekaneng letsatsi le letsatsi go leka go fitlhelela maikaelelo a go ithuta a bona. Gopola gore go botlhokwa go boeletsa lenanetiro mmogo le bona morago ga ba sena go le lekeletsa.
- Netefatsa gore ngwana wa gago o robala go go lekaneng letsatsi le letsatsi, fela jaaka o ne o ka dira fa ba ne ba ya sekolong.
- Botsa ngwana wa gago ka ga se ba ithutang ka ga sona go go thuto nngwe le nngwe. Seno ga se ka ga wena o thusa ka diteng, mme ke go bontsha gore o na le kgalhego mo go tseneng sekolo ga bona.
- Rotloetsa ngwana wa gago go buisana le barutwana ka ene le barutabana ba gagwe. bontsi jwa barutabana ba dikolo tse dikgolo ba dirisa WhatsApp jaaka sediriswa go fitlhelela barutwana ba bona.



O itlhokomela jang jaaka motsadi

Eno ke nako e e bokete go botlhe, mme fa o sa kgone go sireletsa itekanelo ya tlhaloganyo ya gago o ka se kgone go tlhokomela ya bana ba gago. Bopa botsalano le batsadi ba bangwe ba ba nang le maitemogelo a a tshwanang. Tlhama setlhopha sa WhatsApp fao o tla kgonang go tiholana, go tlotla ka ga dikgwetlho tsa lona le dikatlego.



Kgona go fetofetoga, fa mokgwa o o rileng wa go ithuta o sa le tswele mosola, dirisa o o nang le mosola. Gopola gore seabe sengwe le sengwe sa gago se na le boleng.

MOGARE WA CORONA

Coronavirus hotline: 0800 029 999 / WhatsApp 060 012 3456
www.sacoronavirus.co.za / www.coronavirus.datafree.co

BOPHELO BA KELELLO

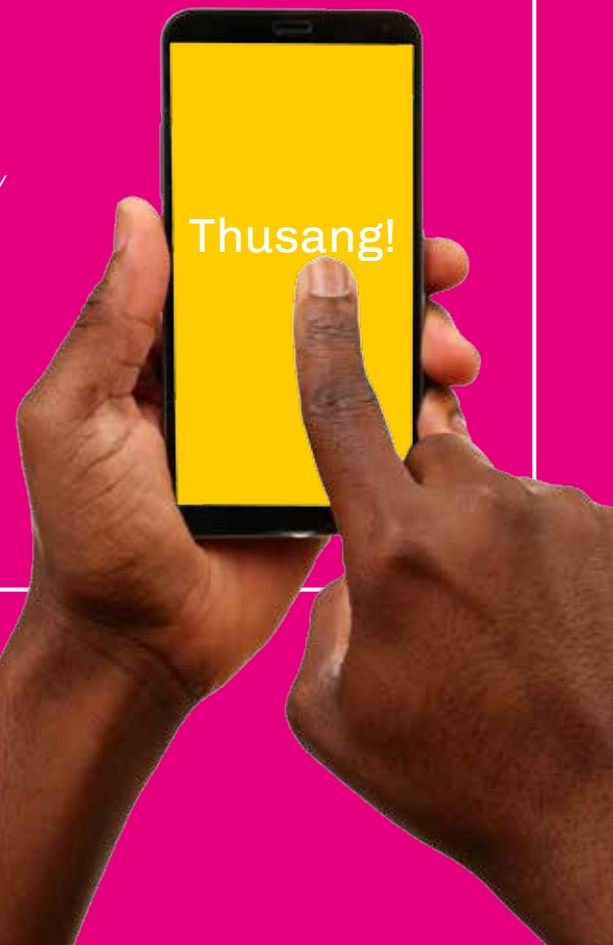
South African Depression and Anxiety Group hotlines: 0800 21 22 23 /
0800 456 789 / 0800 20 5026 / 0800 70 80 90 www.sadag.org

BOTSOALI

Parent Centre: www.theparentcentre.org.za or call 021 762 0116

THUSO KA HO BALA

Reading for Meaning: O ka fumana thuso ka ho bala ho WhatsApp ka ho ngola "hello" ho +27 600 54 8676 le ho latela lenane la Zero Dropout Campaign.



Parent Power ke maiteko a DGMT a a ikaeletseng go tlhotlheletsa batsadi ba ba tsayang maikarabelo mo Aforika Borwa go maatlafadiwa go dira jaaka bagale go thuto tsa bana ba bona.