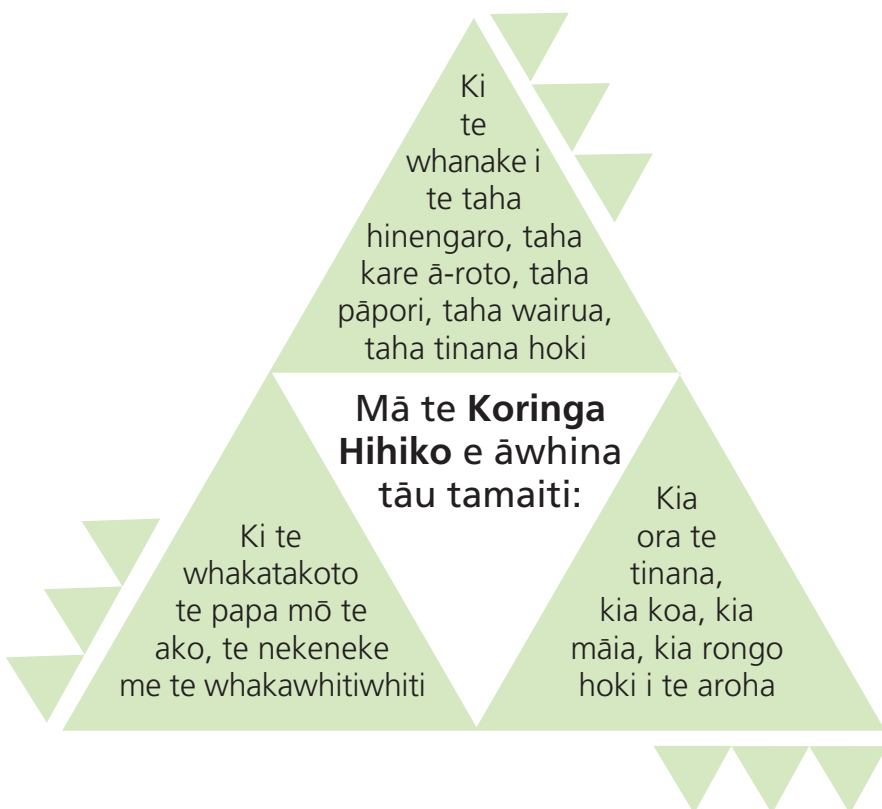




## ? He aha te kaupapa Koringa Hihiko?

😊 He rite te painga o te Koringa Hihiko ki te pēpi hōu, anō rā ki te tamaiti pakeke ake. Mā te whakakori i tāu tamaiti, ka āwhina koe i te whanaketanga o tōna tinana, ka ako ia, ka haumarua ia, ka mōhio ia he nui te aroha mōna.

Mā ngā kōrero i ngā tuhinga Koringa Hihiko e āwhina i a koe ki te whiriwhiri i ngā ngohe pārekareka.





## ? He aha i nui ai te kori karu?

- ☺ Mai anō i te wā pēpi, he waiwai ngā ngohe Koringa Hihiko mō te oranga o ngā karu, mā reira hoki e kaha ake ai ngā ua o ngā karu.
- ☺ Mahi tahi ai ō tātou karu, heoi he rerekē te kite whakaahua o ia karu nā reira he mea nui kia whanake he ua kaha ki ngā karu kia tika ai ngā karere ka tukua ki te roro. Kātahi ka huihuia e te roro ngā pārongo kia kotahi te whakaahuatanga.
- ☺ I tua atu, me kaha tonu ngā ua karu kia titiro tika ngā karu i te wā e korikori ana, kia tika ai te kite i ngā mea kei mua i a koe, kei te taha hoki, kia mōhio kei te tū pūmau ai ēnei.
- ☺ He āwhina nui hoki ngā ua karu kaha ki te arotahi, ki te whai i te kupu i runga whārangi i a koe e pānui ana, ki te whai hoki i ngā mea neke haere o ngā tākaro me ngā hākinakina.

## ? Ka pēhea tōu whakamahi i ōu karu ki te pohewa?

- ☺ Ka kōrero ana koe i te waea, ka pohewa, ka kite rānei koe i te tangata ka kōrero nā koe, i roto i tōu whatumanawa. Ina pānui pukapuka koe, ka pohewa koe i ngā tāngata me ngā wāhi o roto, kia puta ake tētahi kitenga i tōu whatumanawa. Kīia ai tēnei ko te kitenga pohewa. Ki te pau katoa te wā e mātaki pouaka whakaata ana, kei reira katoa ngā tirohanga hei kainga atu mā ngā karu, kāore he wāhi ki te pohewa. Ki te nui rawa tā tātou mātaki i te pouaka whakaata, kāore e kore ka ngaro haere tēnei mōhiotanga nui.

# He ngohe mā ngā Pēpi



Ka taea hoki te whakamahi ēnei ngohe i waenganui i ngā kōhungahunga me ngā tamariki nohinohi



He mea nui ki te whakatenatena i ngā ngohe e āta tau ana te māhunga, ko ngā karu anake kei te kori. Tērā pea me āta pupuri e koe tōna māhunga i ētahi o ngā ngohe nei kia kaha ake ai ngā ua karu.

**Ka kaha atu ōku karu ki te rite taku titiro ki ngā mea e neke ana i te wā e tau ana tōku māhunga.**





- Ka pānui kōrua ko tāu tamaiti, me āta tohu ki ētahi mea kei roto i te pikitia i ngā wāhi rerekē i runga i te whārangi. Mā tēnei mahi e whakatenatena i ōna karu kia korikori.



- Me mahi mirumiru i te wā kaukau. Me noho ki te taha o tāu tamaiti i ngā wā katoa e tata ana ki te wai.



Kei te whārangi ka whai ētahi atu mahi ka taea e kōrua ko tāu pēpi. ➤

## Ētahi atu ngohe mā ngā pēpi

- Me whakatakoto a pēpi ki tōna puku, ka pīrori i tētahi taonga tākaro i tōna tinana. Me pīrori i runga i te papa – ki a ia, atu hoki i a ia. (He whakatenatena tēnei ngohe i te kori a ngā karu, i te kaha hoki o te wāhi whakarunga o te tinana.)



- Me mau tētahi keretao ringaringa ka kori mai i tētahi taha ki tētahi, mai i runga ki raro i a ia e mātaki ana; kia āta tau tōna mähunga.

- Me tākaro “E rua pīpī manu” me te keretao ringaringa. Mā ēnei tākaro e kaha atu ai te korikori a ngā karu ki ngā taha e rua.



# He ngohe mā ngā Tamariki Nohinohi




Ka taea hoki te whakamahi ēnei ngohe i waenganui i ngā kōhungahunga.



Tirohia te pānui whakamārama Hopu, Whiu, Whana mō ētahi atu mahi hei whakakaha i ngā karu.

**Ka kaha atu ōku  
karu mēnā kei te  
whakaharatau au  
ki te titiro ki ētahi  
mea e neke ana,  
engari kei te tau  
tōku māhunga.**



Kei te whārangi ka whai ētahi atu mahi ka taea e kōrua ko tāu tamaiti nohinohi 

## Ētahi atu ngohe mā ngā Tamariki Nohinohi

➤ Me hoatu he rūri pakupaku hei pupuri māna. Me mahi mirumiru ka tono ki a ia kia hopu i ngā mirumiru me tana rūri.

➤ Whakakīia tētahi poi hau ki te hau, ka whakamahi i tētahi ngongo konumohe, patu rango mā rānei, ka hoatu māna, kia pai ai tana paopao i te poi hau.



➤ Ina haere kōrua ki te papa tākaro me eke i ngā taputapu tākaro pērā i te porowhawhe, i te tārere tamariki me ētahi atu taputapu tākaro; me pīrori noa rānei i tētahi karapuke.

➤ Tākaro poutuki (ka whanake i te tirohanga pae tata, pae tawhiti hoki).





# He ngohe mā ngā Kōhungahunga



Ka taea hoki te whakamahi ēnei ngohe i waenganui i ngā tamariki nohinohi.



**Ka ako kia kite i roto  
i tōku whatumanawa  
mā te tākaro i ngā  
tākaro pohewa.**



▶ Whakamahia ngā reo maha ina pānui pakiwaitara koe.

▶ Me whakakōrerohia ngā pakiwaitara – me whakatakune kōrua ko tāu tamaiti ko kōrua ētahi o te hunga kei roto i ngā pakiwaitara; hui tauira, te mīhini tinei ahi, he hōiho rānei.

▶ Me whakamau kākahu e tika ana mō te kōrero pakiwaitara.

▶ I mua i te moe, me kōrero i tētahi pūrākau karekau he pikitia. Mā tāu tamaiti tonu e pohewa te wāhi me ngā tāngata kei roto i te pūrākau. Me kōrero tahi kōrua mō ēnei, whakataurite tahi tāu i pohewa, tāna anō.

😊 He mea tino hira te kite me te whanaketanga o ngā kaha ā-kitenga ki te kounga o te ora me te koa ki te ako. E tohutohu ana ngā kaiwhakamātau karu kia whakamātauria ngā karu o te tamaiti i te ono marama te pakeke, i te rua tau e ono marama te pakeke, i mua i te timata i te kura, ia rua tau anō hoki i muri atu.

😊 Ka āta whakamātauria e tētahi kaiwhakamātau karu ngā kaha ā-kitenga o tō tamaiti, ka whiriwhiri, ā, ka rongoātia, ka tukua rānei kia rongoātia ina hiahiatia.

😊 Kia kite i tētahi Kaiwhakamātau Karu i tō takiwā, haere ki te paetukutuku a NZAO [www.nzao.co.nz](http://www.nzao.co.nz), rapaina rānei i roto i ngā whārangi kōwhai.

😊 Mā tō kaiwhakamātau karu hoki koe e tohutohu mēnā ka taea te whiwhi āwhina mai i te Pūtea Tāpiri mō ngā Mōwhiti Tamariki.



# ? Ka kitea ētahi atu pārongo i hea?

😊 16 ngā pukapuka i tēnei kohikohinga.  
Ko ngā pukapuka e wātea ana ko:



Ngā mihi He mihi nui tēnei nā SPARC (Sport and Recreation New Zealand) ki ngā tāngata me ngā rōpū i whai wāhi ki tēnei rauemi.



Ka kitea te roanga atu o ngā pārongo i te pae tukutuku a SPARC, waea mai 0800 ACTIVE (0800 22 84 83) rānei.

[www.sparc.org.nz](http://www.sparc.org.nz)