



## نشرة أخبار الإستعداد لرياض الأطفال في مدارس مترو ناشفيل العامة معلومات و مصادر لدعم الأسر

أعزائنا أسر طلاب برنامج ما قبل رياض الأطفال ،  
نرحب بعودتكم من العطلة الشتوية ! الوقت مناسب جداً للبدء  
بالتفكير بانتقال طفلك الى فصل رياض الأطفال .

في الأسابيع القادمة ، سوف نقوم بتقديم المعلومات حول كيفية  
التسجيل في فصل رياض الأطفال Kindergarten . نشجع أولياء أمور  
طلاب فصل ما قبل رياض الأطفال Pre-K الحاليين على إنشاء حساب  
في [بوابة الوالدة/Parent Portal](#) لدعم عملية تسجيل طفلك في  
رياض الأطفال Kindergarten .

إن كنت تود الحصول على المزيد من أشكال الدعم ، الرجاء الإتصال  
بمدرس طفلك .

مع تمنياتنا الطيبة لكم، فريق برنامج التعليم المبكر في مدارس مترو  
ناشفيل العامة



### زاوية نشاط الأسرة

سوف يبرز هذا القسم كتاباً و نشاطاً نوصي بهما للأسر في كل شهر .

نعيش في فصل الشتاء و الوقت مناسب الآن أن تدفأ نفسك و ذلك بزيارة فرع من فروع [مكتبة ناشفيل العامة](#) مع طفلك أو يستطيع حامل بطاقة المكتبة أن يستعير الكتب الإلكترونية من المكتبة . و ننصحكم بقراءة كتاب [White Snow Bright Snow](#) للكاتب [Alvin Tresselt](#) .

و بعد الإنتهاء من قراءة الكتاب ، تحدثوا عن جميع الأشياء التي قام بها الأطفال في القصة عندما بدأ هطول الثلج . ثم ، ابدؤوا بالتحدث حول جميع الأمور التي تقوم بها اسرتك للإستعداد للثلج .

**فكرة للقيام بنشاط : "ثلج كريم الحلاقة"** - ضع كريم الحلاقة على سطح شيء ما و اطلب من طفلك أن يمارس كتابة اسمه أو الأحرف بأصبعه على كريم الحلاقة "الثلج" . و إنها فرصة طيبة أيضاً أن يمارسوا كتابة الأعداد أيضاً . تأكد من تغطية السطح بورق بلاستيكي أو ورق الومنيوم أو استخدام صحن في هذا النشاط لكي يكون التنظيف بعدها سهلاً .



### نصيحة للإستعداد لفصل رياض الأطفال

حان الوقت للبس الملابس الثقيلة  
للشتاء . في المرة القادمة و عندما يحين  
وقت الإستعداد ، اطلب من طفلك أن  
يقوم بارتداء ملابس نفسه . حيث  
يعطيه ذلك شعوراً بالبلوغ و يساعده  
على بناء الثقة لديه .

عندما يحين الوقت لارتداء الملابس ،  
إما أن تضع الملابس أمام طفلك لكي  
يقوم بارتدائها بنفسه ، أو قدم له عدة  
ملابس ليختار منها .

الفرصة الأخرى الجيدة هي أثناء الليل .  
اطلب من طفلك أن يختار ملابس  
النوم (البيجاما) الخاصة به كروتين  
للنوم و اجعله يتمرن على ارتدائها  
بنفسه .

### احفظ التاريخ !

معرض الإستعداد لمرحلة رياض الأطفال لعام ٢٠٢٤ في مدارس مترو ناشفيل العامة  
السبت ، ٦ أبريل/نيسان ، ٢٠٢٤ (٩:٠٠ صباحاً - ١:٠٠ ظهراً)

Lentz Public Health Center

## التواريخ المهمة في MNPS

١٥ يناير/كانون الثاني: يوم مارتن لوثر كينج ،  
الإدارة التعليمية مغلقة

٢٢ يناير/كانون الثاني: فتح باب التقديم على  
المدارس الاختيارية ٢٠٢٤-٢٠٢٥ :

<https://www.mnps.org/learn/register-for-school/school-options>

٢٩ يناير/كانون الثاني: بدء التسجيل لرياض  
الأطفال في مدارس مترو ناشفيل العامة للعام  
الدراسي ٢٠٢٤-٢٥

<https://earlylearning.mnps.org/kindergarten>

## دعم الأعمال الروتينية الصحية

قد يجلب فصل الشتاء معه الإصابة بالبرد . فيما يلي بعض النصائح للعمل بها للحفاظ على الصحة خلال هذا الموسم :

- العامل الرئيسي هو غسل اليدين . شجع طفلك للقيام بعادة صحية ألا وهي غسل يديه بالماء و الصابون بعد استخدام الحمام ، بعد التمشط (تنظيف الأنف) ، و قبل تناول الطعام .
- لا تعمل على انتشار السعال (الكحة) . ذكّر طفلك أن يغطي فمه وأنفه عندما يعطس أو يسعل (يكح) .
- الراحة مهمة جداً . الحصول على قسط كافٍ من النوم في الليل يساعد على أن تكون صحتك جيدة .
- البس ملابس الشتاء . من المهم أن يرتدي الأطفال الملابس الدافئة وأن يرتدوا ستراتهم وقبعاتهم وقفازاتهم عندما يكونون في الخارج في الهواء الطلق .

## تسليط الضوء على الأمور المهمة للأسرة



تبدأ عملية التسجيل في رياض الأطفال في مدارس مترو ناشفيل العامة يوم ٢٩  
يناير/كانون الثاني . الوقت مناسب جداً الآن للتحدث مع طفلك حول رياض الأطفال .

- فيما يلي بعض الطرق التي يمكنك طرح موضوع رياض الأطفال للنقاش مع طفلك .
- ابدأ الحديث عن رياض الأطفال و بين له من هم الذين سيقابلهم الطفل (المدرسين ، المدير ، الطلاب ، الخ) .
- ابدأ بقرأة الكتب حول رياض الأطفال لتهيئة طفلك . على سبيل المثال :

[Look Out Kindergarten Here I Come](#) , للكاتب Nancy Carlson

[Little Spider at Sunny Patch School](#) , للكاتب David Kirk

[Chu's First Day of School](#) , للكاتب Neil Gaiman

- ركز على ١٥-٢٠ دقيقة من النشاطات البيتية مع طفلك . للحصول على قائمة من الأفكار ، قم بزيارة الموقع : <https://bit.ly/MNPSPKActivities>

## زاوية دعم الأسر



العديد من أسر فصل ما قبل رياض الأطفال ربما قد سمعت بمصطلح التنظيم الذاتي و كيف أنه مهم جداً لنمو الطفل . يأتي التنظيم الذاتي من مجموعة من المهارات التي يمكن تعلمها للتحكم بالإنفعالات ، الأفكار ، و التصرفات .

تنمية التنظيم الذاتي لدى طفلك سوف يساعده على النجاح في المدرسة . من خلال التنظيم الذاتي يستطيع الأطفال أن يتشركوا بأفكارهم و مشاعرهم ، و أن يتعلموا التحكم بانفعالاتهم و تصرفاتهم و تعلم حل المشاكل .

فيما يلي بعض الطرق التي تساعد على دعم تنمية التنظيم الذاتي لدى طفلك :

- اسأل طفلك كيف يشعر و تحدث معه حول مشاعره . هذا سوف يساعده على تعلم تحديد مشاعره و السيطرة عليها .
- تكلم معه حول الطرق اللائقة للتعبير عن المشاعر ، مثلاً قول "أنا غاضب" أو أخذ نفس عميق للتهديئة عندما يشعر بالإزعاج .
- قدم لطفلك ٢-٣ خيارات إن كان ذلك ممكناً ، مثل اختيار الملابس و الوجبات الخفيفة أو ما يسمى بـ snacks . يساعد هذا الأمر على الإعتماد على النفس و مهارات حل المشاكل .
- اطلب من طفلك أن يكرر التعليمات لمساعدته على التركيز و معرفة ما الذي تتوقعه منه .

للمزيد من الأنشطة و  
المعلومات حول البرنامج ،  
الرجاء زيارة :



<https://bit.ly/MNPSCountdowntoK>