

نصائح لبدء المدرسة



Bild: Julia Ferrer Vilchez

ARABISCH



الجهة المسؤولة عن المحتوى:

نود أن نتقدم بالشكر لمركز الاندماج المحلي في بيليفيلد لسماحه لنا باستخدام محتويات هذا الكتيب الذي تم إعداده بالتعاون بين مركز الاندماج المحلي في بيليفيلد ومكتب الشباب والأسرة التابع لمدينة بيليفيلد.

فيما يتعلق بالجزء الخاص بمدينة فوبرتال:

هايكيه فالنتبيرج، ألكسندرا هيلنبراند من مركز الاندماج المحلي في فوبرتال

نسخة رقمية (بصيغة pdf) من خلال:

<https://integration.wuppertal.de/familie-und-kinder/familie-bildung-und-erziehung/integration-und-bildung.php>



اعتبارًا من يناير 2026

يتلقى مركز الاندماج المحلي في فوبرتال الدعم من:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,
Gleichstellung, Flucht und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für
Schule und Bildung
des Landes Nordrhein-Westfalen



المحتوى

1. المقدمة 4
2. الحركة – أساس التعلّم 6
3. تدريب اليد 8
4. الاعتماد على النفس 10
5. التواجد مع أطفال آخرين 12
6. طعام وشراب صحيّ 14
7. اقرأ بصوت عالٍ، واستخدم اللغة في الحكي واللعب 16
8. التحدث بلغات متعددة 18
9. عزف الموسيقى، اللعب بالألحان 20
10. اكتشاف الرياضيات في الحياة اليومية 22
11. اختبر واندعش 24
12. اكتشاف الطبيعة وحمايتها 26
13. التعامل مع وسائل الإعلام 28
14. فحص الالتحاق بالمدرسة 31
15. هل تحتاج إلى دعم؟ 32
- حقوق الطبع والنشر 34

1. المقدمة

الآباء وأولياء الأمور الأعزاء،

طفلك على وشك أن يدخل المدرسة، وعلى وشك أن يبدأ فترة مميزة. يُمكنك بصفتك أحد الآباء تقديم مساهمة كبيرة لتجهيز طفلك جيدًا لبدء المدرسة.

وللمساهمة في تجهيز طفلك، تجد أفكارًا واقتراحات في هذا الكتيب يُمكنك تنفيذها بسهولة ودون بذل الكثير من الجهد. تُقدِّم لك الاقتراحات الكثير من الإمكانيات لتدعم طفلك في الحياة اليومية، تلك الخبرات ربما لم تكن تعتقد أنها يُمكن أن تكون مهمة لبدء المدرسة.

أي الأفكار تريد تجربتها مع طفلك؟

أتمنى لك ولطفلك الكثير من المرح وقضاء وقت ممتع حتى دخول المدرسة وفترة دراسية مفيدة.

آرلين كالكال-راش

مديرة مركز الاندماج المحلي



2. الحركة – أساس التعلّم

إن الحركة تُساعد على التعلّم. عندما يتحرك طفلك كثيرًا وبسعادة، فإن ذلك يُساعده على التعلّم بشكل أفضل. وكذلك الحركات الدقيقة تنجح نجاحًا أكبر أيضًا عند الكتابة. توجد في الحياة اليومية فرصٌ كثيرة للحركة.

أفكار:

■ اصطحب طفلك للخارج: للحديقة أو للغابة أو لساحة لعب. حيث يمكنه هناك الجري والتسلق ولعب الكرة وغير ذلك الكثير. لقد أصبح العثور على مساحات خضراء أو ساحات لعب سهلًا جدًا من خلال تطبيق Tal.App التابع لشركة WSW.

https://www.wuppertal.de/microsite/jugend_freizeit/spielplaetze/index.php

■ ويُمكن لطفلك أن يلعب في المنزل بالوسائد والمراتب والأشياء الأخرى. حيث تعد تلك الأشياء بمثابة أدوات رائعة للقفز والحركات الجمبازية.

■ من المفترض أن يلعب طفلك مع الأطفال الآخرين كلما كان ذلك ممكنًا.



■ يبعث ركوب الدراجة أو السكوتر شعور السعادة. يتدرب طفلك خلال ذلك مثلاً على الحفاظ على توازنه.

■ اذهب مع طفلك إلى المسبح. من الجيد أن يستمتع طفلك خلال تواجده بالمياه. يمكن لطفلك أن يتعلم السباحة من خلال دورة سباحة.

www.wuppertal.de/tourismus-freizeit/baeder/

■ أنت أهم قدوة لطفلك. لذلك: تحرك كثيرًا!!

ثق في قدرات طفلك!
يتعرف طفلك من خلال الحركة على ما يُمكنه فعله وما الذي ما يزال يجب عليه التدرب كي يفعله.



■ تُعزز العديد من الألعاب مهارة الأصابع.

على سبيل المثال:

الأحجيات، لعبة ميكادو، لعبة الكتل الخشبية، لعبة الخرز، لعبة مسار الكرة، المكعبات®



تأكد أن طفلك يُمسك القلم بصورة صحيحة عند الرسم، بغض النظر عن اليد التي يُمسك بها.



3. تدريب اليد

يحتاج طفلك إلى يدٍ ماهرة للكتابة وصنع المشغولات اليدوية. يُمكنك دعم مهارته خلال الحياة اليومية وخلال اللعب.

أفكار:

في المطبخ

■ اطبخ برقفة طفلك. يمكن لطفلك تقطيع الخضار وعجن العجين وغسل الأطباق. الأمر الذي يبعث على السعادة ويُحسن مهارته.

صنع مشغولات يدوية

■ جهز مكانًا ثابتًا لصنع المشغولات اليدوية مع طفلك. حيث يُمكن لطفلك على سبيل المثال أن يرسم ويعجن ويُقص الورق. ويُمكنه أيضًا صنع مشغولات يدوية باستخدام الخشب وأوراق الشجر من الغابة.



4. الاعتماد على النفس

هل يستطيع طفلك أن يفعل أشياء كثيرة بمفرده؟ سيشعر إذن طفلك بمزيد من الأمان في المدرسة، فالأطفال الذين يعتمدون على أنفسهم يُحبون التعلّم أكثر من غيرهم وهم أكثر ثقة بالنفس.

لذلك اسأل نفسك كثيرًا: ما الذي يمكن أن يفعله طفلي بمفرده؟ متى يتعين عليّ أن أساعده؟

أفكار:

- تدرب مع طفلك على ارتداء الملابس وخلعها.
على سبيل المثال، الأحذية والسترات
ومستلزمات التمرين.
- فكّر برفقة طفلك: ما المهام التي يرغب
طفلك في القيام بها في المنزل؟
يُمكنه على سبيل المثال إعداد المائدة.
هل أنجز طفلك مهامه؟ إذن، امدحه.



- يتعين على طفلك أن يدخل الحمام بمفرده.
يتعين على طفلك أن يغسل يديه بمفرده.



- احزم حقيبة المدرسة مع طفلك في البداية. مع مرور الوقت، يُمكنه أن يحزمها بمفرده.

- اعرض لطفلك الطريق إلى المدرسة في سن مبكرة. ألق نظرة مع طفلك على محيط السكن.



تُمثّل بداية المدرسة تغييرًا كبيرًا للأسرة بأكملها. ربما يُكون طفلك مضطربًا في الأسابيع الأولى. يجب عليك حينها أن تتحلّى بالصبر.
قل له دائمًا: "يُمكنك أن تفعل ذلك!"

5. التواجد مع أطفال آخرين

من الجيد للتجهيز لبداية المدرسة أن يتواجد طفلك مع أطفال آخرين. يلعبون ويأكلون ويرسمون. يتشاجرون ويتعاشون مع بعضهم. يمرحون ويسترخون معًا.

أفكار:

- احضر طفلك بانتظام إلى روضة الأطفال.
- ادعُ أصدقاء طفلك للعب. ويتعين على طفلك أيضًا أن يزور أطفالاً آخرين.
- اعرض على طفلك ألعاب الطاولة. يتعلم طفلك من خلال ذلك معنى الفوز والخسارة. ويتعلم أيضًا اتباع القواعد.



- إن ممارسة الرياضة والرقص وعزف الموسيقى خاصة في جماعة تبعث على السعادة. تُقدّم النوادي ومدارس الموسيقى عروضًا كثيرة للأطفال:

https://www.wuppertal.de/microsite/jugend_freizeit/jugendsport/index.php

https://www.wuppertal.de/microsite/jugend_freizeit/jugendbildung/

- شارك في الفعاليات التي تُقام للأسر. تُقدّم مؤسسة ستينشن ناتور أوند أومفيلت "Station Natur und Umwelt" عروضًا للأطفال والأسر:

www.stnu.de



6. طعام وشراب صحيّ

إن الطعام والشراب الصحيّ مهمان للغاية. حتى يتمكن طفلك من النمو والتعلم بشكل جيد. هناك بعض الأطعمة يتعين على طفلك أن يتناولها باستمرار، وأطعمة أخرى يتعين عليه ألا يتناولها إلا نادرًا. يُقدّم المركز الاتحادي للتوعية الصحية بعض الاقتراحات:

يتعين على طفلك أن يتناول ويشرب ما يلي كثيرًا:

- الفواكه والخضروات والبطاطس والمعكرونة والأرز والخبز
- المياه والشاي دون سكر

يتعين على الأطفال أن يتناول ما يلي باعتدال:

- اللبن والجبن واللحوم والسجق والبيض والسّمك

يتعين على الأطفال أن يتناول ما يلي قليلًا:

- الزبدة، الزيت، القشطة، الحلويات، الوجبات الخفيفة المالحة

يتعين على طفلك ألا يأكل ولا يشرب مما يلي إلا نادرًا:

- الأطعمة سريعة التحضير (البطاطس المقلية، البرجر، البيتزا، . . .)
- المشروبات التي تحتوي على السكر (الليمون، عصائر الفاكهة، . . .)



أفكار:

- خصص وقتًا لتتناول فيه الطعام مع طفلك. هذا الوقت الذي تقضوه معًا مهم جدًا للأسرة. يتعلم طفلك من خلال ذلك الكثير: كيف أمسك السكين والشوكة بشكل صحيح؟ متى أبدأ في الأكل؟ متى يُسمح لي بالنهوض من على طاولة الطعام؟

- خططوا سوياً لما تريدان أكله. يُمكنكما على سبيل المثال اقتراح طبقين. ويمكن لطفلك بعد ذلك اختيار أحدهما.

- حضّر الطعام مع طفلك، فهو يتعلم في تلك الأثناء الكثير عن المواد الغذائية. عند التقطيع، سيتدرب طفلك أيضًا على استخدام يديه بمهارة أكبر.

- دع طفلك يقرر بنفسه الكمية التي يرغب في تناولها. يُمكن للأطفال أن يُقدّروا تقديرًا جيدًا متى يشعرون بالشبع. ثق في حدس طفلك.

- يُفكّر الأطفال تفكيرًا إيجابيًا فيما يخص الطعام والشراب. وحبوب تجربة الأطعمة. لذلك، قدّم لطفلك مجموعة متنوعة من الأطعمة.

- غالبًا ما تكون منتجات الأطفال غير صحية. انتبه إلى المعلومات الخاصة بالسكر والدهون الموجودة على العبوة.

- كنّ قدوة لطفلك عند التسوق وعند تناول الطعام.



7. اقرأ بصوت عالٍ، واستخدم اللغة في الحكي واللعب

القراءة بصوت عالٍ مهمة! سوف يتعلم طفلك كلمات وجمل جديدة. وسيساعده ذلك على تعلم القراءة والكتابة. يتعلم طفلك الكثير عن العالم من خلال الكتب والحكايات. لذلك يجب أن تكون القراءة بصوت عالٍ ورواية القصص جزءًا من الحياة اليومية لكل أسرة.

أفكار:

- طالع الكتب المصوّرة مع طفلك، وتحدث معه عن الصور. اسأل على سبيل المثال: ماذا ترى في الصورة؟
- ابحث عن الكلمات ذات القافية. على سبيل المثال، قلب - كلب.
- اسأل طفلك عن الكتاب الذي يريد أن تقرأه له بصوت عالٍ.
- اقرأ بشكل مثير. غيّر صوتك: يُمكن للدب أن يتحدث بصوت عميق وأن يقهقع. ويُمكن للفأر أن يصدر صوت الصرير. الثعبان صوته فحيح.
- اقرأ لطفلك بصوت عالٍ دائمًا في وقت محدد. قبل النوم على سبيل المثال. استمتع بقربك من طفلك.



إن الآباء الذين يقرؤون يمثلون قدوة لأطفالهم!

- اصطحب طفلك إلى المكتبة.
- العب مستخدمًا اللغة خلال الرحلات الطويلة في السيارة أو القطار. يُمكن لطفلك على سبيل المثال أن يجمع الكلمات: أي الحيوانات تعيش في المياه؟ أي الحيوانات تعيش في السماء؟
- صف حيوانًا واطلب من طفلك أن يخمنه. على سبيل المثال: أنا أعرف حيوانًا له خرطوم طويل. ويُمكن لطفلك أيضًا أن يصف الحيوانات وأنت تُخمن.
- احكّ لطفلك بداية قصة ماء، ودعه يكتشف أي قصة هذه. أو دعه يحكي باقي القصة.
- العب مع طفلك: "أنا أرى شيئًا أنت لا تراه، وهو أزرق اللون. فما هو؟" يبحث طفلك عن الشيء.
- اعرض لطفلك خارج المنزل الحروف والنصوص والرموز. يمكن لطفلك أن يكتشف لوحات الترخيص أو اللافتات أو الشعارات أو الأسماء.

8. التحدث بلغات متعددة

ينشأ العديد من الأطفال في ألمانيا وهم يتحدثون عدة لغات. تُمثّل هذه اللغات المختلفة مكسبًا كبيرًا لمجتمعنا.

هل تتحدث في المنزل (غالبًا) لغة أخرى غير الألمانية؟
 إذن شجّع طفلك باللغة التي تتحدث بها أسرتك! لأن:
 يمكن لطفلك أن يتعلم اللغة التي تتحدث بها أسرتك واللغة الألمانية.
 ومن المهم أن يتحدث طفلك كلتا اللغتين خلال الحياة اليومية.

أفكار:

- أنت أهم قدوة لطفلك. كذلك فيما يتعلق باللغة. تحدث مع طفلك كثيرًا. كلما استخدم طفلك كلمات أكثر، تحسّن فهمه للعالم.
- عزز اهتمام طفلك باللغة التي تتحدث بها الأسرة: احكّ لطفلك قصصًا، وتحدث معه بالقافية. غنوا أغاني من طفولتك معًا.
- يمكنك استعارة الكتب والمسرحيات الإذاعية بلغتك مجانًا من المكتبة:

<https://www.wuppertal.de/microsite/stadtbibliothek/bildungsangebote/kinder-und-jugendliche.php>

استعلم عند التسجيل في المدرسة عما إذا كانت هناك حصة لغة باللغة التي تتحدث بها أسرتك (حصة اللغة الأم)



يُمكنك الحصول على مشورة حول حصة اللغة الأم هنا:

مدينة فوبرتال — مركز الاندماج المحلي

hsu@stadt.wuppertal.de

رقم الهاتف: 0202 563-2098

9. عزف الموسيقى، اللعب بالألحان

الأطفال يُحبون الموسيقى. ويرقصون بمجرد سماعهم الموسيقى. إنهم يُجربون كل شيء يُسبب ضوضاء أو أصوات. تُساعد الموسيقى طفلك خلال نموه. مَنْ يغني، يتعلم التحدث بسهولة أكبر. وَمَنْ يرقص، يُمكنه أن يتحرك بشكل أفضل. حتى أن الموسيقى مع الأطفال الآخرين تعد أكثر متعة.

أفكار:

- غَنِّ مع طفلك. تدرَّب معه على أغاني الأطفال.
- هل تحتفل بالأعياد؟ غَنِّ خلالها الأغاني التقليدية.
- الأواني والكؤوس وأطباق المائدة تُصدر أصواتًا رائعة! دع طفلك يجرب الأصوات، حتى وإن كان ذلك مرهقًا لك في بعض الأحيان.



- اصنع أدوات خاصة من خلال المشغولات اليدوية مع طفلك. املا العلب والأكواب القديمة على سبيل المثال بالأرز أو حبات الأرز.
- انتبه مع طفلك للأصوات في الحياة اليومية. ماذا تسمع في المناطق الطبيعية؟ ماذا تسمع في الشارع؟ ماذا تسمع في المنزل؟
- استمع مع طفلك إلى أنواع موسيقى مختلفة، كأغاني الأطفال أو موسيقى البوب أو الموسيقى الكلاسيكية على سبيل المثال.



- تُقدِّم مدارس الموسيقى ومدارس الرقص دورات للأطفال. كما توجد أيضًا دورات رقص في النوادي الرياضية.

هنا على سبيل المثال: <https://www.wuppertal.de/bergische-musikschule>

10. اكتشاف الرياضيات في الحياة اليومية

الرياضيات في كل مكان. تجد الأرقام والأشكال والأبعاد في الحياة اليومية. ويُمكنك تحفيز طفلك على ذلك من خلال الألعاب.

أفكار:

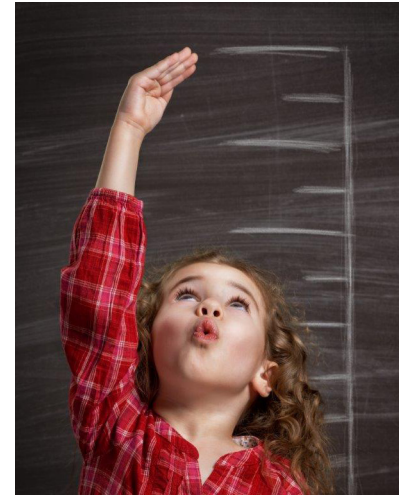
- قم بالعد مع طفلك. على سبيل المثال: قَطِّع الفاكهة الموجودة في الطبق أو الكرات الزجاجية الموجودة في الكأس أو الزجاجات في الصندوق.
- ابحث عن الأرقام مع طفلك. على سبيل المثال: أرقام المنازل أو لوحات السيارات أو بطاقات الأسعار.
- العب ألعاب الورق باستخدام الأعداد والدُومينو وألعاب النرد.
- علِّم طفلك الساعة. عرِّفه العقرب الصغير والكبير وكذلك الأرقام.
- أخبر طفلك كم الساعة الآن. على سبيل المثال، عندما تذهب إلى روضة الأطفال أو عندما يذهب طفلك للنوم.
- تحدث مع طفلك عن أيام الأسبوع. أخبر طفلك بما تنوي القيام به معه في أي يوم من أيام الأسبوع.



■ أشرك طفلك معك في المطبخ. استخدم المكيال لقياس أو وزن الدقيق والسكر.



- شجع طفلك على المقارنة بين الأشياء. على سبيل المثال:
ابحث عن أطول عصا.
ابحث عن أطول منزل.
ابحث عن أصغر حبة طماطم.
- اطلب من طفلك البحث عن الأشياء وفقًا للحجم واللون والشكل.
أيهم دائري؟
ما الذي له ثلاث زوايا؟
ما الذي له أربع زوايا؟
- العب مع طفلك صندوق الرمل. اطلب من طفلك أن يصب الماء أو الرمل في دلاء بأحجام مختلفة



■ تدرّب مع طفلك على كيفية استخدام الأجهزة التقنية، كالمكنسة الكهربائية أو نظام الموسيقى على سبيل المثال.

■ هل المكنسة الكهربائية تالفة؟ إذن ابحث مع طفلك عن السبب. هل كيس القمامة ممتلئ؟ هل الماسورة مسدودة؟

في الخارج

■ اصنع طائرة ورقية من خلال المشغولات اليدوية مع طفلك. شاركًا معًا في جعل الطائرة ترتفع لأعلى. راقب: كيف يجب أن أحرك الطائرة الورقية لجعلها تطير؟ ما الدور الذي تلعبه الرياح؟

■ هل يوجد ينبوع مياه بالقرب منك؟ ابن سدًا مع طفلك، ودعه يراقب ما يحدث. كيف يمكن بناء سدٍ بشكل جيد؟ هل ما زالت المياه تتدفق عبر السد؟ لماذا؟

ستجد في المكتبات العديد من الكتب والمسرحيات الإذاعية والأفلام حول موضوع التجارب في الحياة اليومية.

ويوجد أيضًا برامج تلفزيونية مناسبة. على سبيل المثال: برنامج Die Sendung mit der Maus وبرنامج Löwenzahn وبرنامج Wissen macht Ah! وبرنامج Checker Tobi.

يُقدّم مركز جونيور أونى (Junior-Uni) التعليمي دورات تتعلق بذلك.

www.junioruni-wuppertal.de



لماذا لا يُمكنك أن تتأرجح بمفردك؟

11. اختبر واندعش

الأطفال فضوليون. إنهم يريدون اكتشاف العالم وفهمه. ويُمكنك مساعدة طفلك في ذلك. إن علوم الطبيعة تقابلنا في المنزل وخارجه.

أفكار:

في المنزل

■ اخبز الكعك معًا. اختر وصفة بها عجينة الخميرة. واعرّض لطفلك الخميرة قبل الخبر. راقبًا معًا ما يحدث للخميرة في العجين.



■ صب الماء في وعاء زجاجي كبير. واطلب من طفلك أن يضع أشياء مختلفة في الماء. على سبيل المثال، عملات معدنية أو طوب أو كرات زجاجية أو قطع الخشب أو مكعبات ثلج. راقب مع طفلك: ما الذي يطفو على الماء؟ ما الذي يغوص؟



■ ابن برجًا من الكتل الخشبية أو الكرتون. دع طفلك يجرب: كيف أبني برجًا طويلًا دون أن يسقط؟

12. اكتشاف الطبيعة وحمايتها

اصطحب طفلك في رحلات إلى الحديقة أو الغابة. حيث يُمكن لطفلك أن يتعرف على الطبيعة خلال هذه الرحلات.

ستساعد هذه الرحلات طفلك على مراعاة الحيوانات والبيئة. هكذا سيتعلم طفلك احترام بيئته أكثر وأكثر.

أفكار:

- يُمكنك اكتشاف الكثير في المناطق الطبيعية. تنزه مع طفلك، وأره الأشجار والأزهار والحيوانات.
- تحدث مع طفلك عن فصول السنة. كيف تتغير الطبيعة في فصل الربيع أو الخريف؟
- ابحث مع طفلك عن شجرة. واره هذه الشجرة كل أسبوعين: ما الذي تغير؟ ماذا يحدث لأوراق الشجر؟ هل توجد ثمار على الشجرة؟ ما ملمس اللحاء؟
- اسمح لطفلك بتحمل المسؤولية. يُمكنه مثلاً أن يعتني بنبتة في منزلك.
- فرّق مع طفلك بين النباتات الصالحة للأكل وغير الصالحة للأكل. ازرع على سبيل المثال الرشاد، وراقب مع طفلك كيف ينمو. ويُمكنك جمع الرشاد لاحقاً. نبات الرشاد طعمه جيد في الحساء على سبيل المثال وعلى الخبز.

- يُمكن خلال رحلة إلى حديقة الحيوان أن يتعرف طفلك على الكثير من الحيوانات ويُطعمهم ويُداعبهم.



<http://www.jugendfarm-wuppertal.de>

- عرّف طفلك من أين يأتي اللبن والبيض. زورا معاً مزرعة أو مرعى بقر.
- تدرب مع طفلك على مراعاة الطبيعة. عرّف طفلك كيف يُمكنه أن يتخلص من القمامة. خذ على سبيل المثال شنطة معك خلال التسوق.
- وشرح له أنه لا يُمكن إلقاء القمامة في المناطق الطبيعية. وأن القمامة مكانها سلة المهملات.
- يُمكنك أيضاً أن تتدرب على حماية البيئة في منزلك. على سبيل المثال: تحدث مع طفلك: أي قمامة يجب أن توضع في أي حاوية؟ اشرح لطفلك أن الإسراف في المياه يؤدي إلى جفافها. واغلق صنابير المياه في أثناء تنظيف الأسنان.

13. التعامل مع وسائل الإعلام

ينشئ الأطفال هذه الأيام ومن حولهم العديد من الوسائط الإعلامية. على سبيل المثال، الكمبيوتر، والهاتف الذكي والجهاز اللوحي. إنهم يجدون ما يُمكنهم فعله من خلال هذه الوسائط أمرًا رائعًا. كن مع طفلك في أثناء استخدامه لهذه الوسائط الإعلامية. يتعين ألا يحل التلفاز والهاتف الذكي محل الألعاب الأخرى والحركة.

أفكار:

- يحب الأطفال في سن ما قبل المدرسة مشاهدة الأفلام القصيرة على التلفزيون. ابحث مع طفلك عن فيلم قصير. يُمكنك الاستفادة على سبيل المثال من الموقع الإلكتروني www.flimmo.de في ذلك. انتبه إلى العمر المسموح به لمشاهدة الفيلم. ويكون ذلك غالبًا بعد الاختصار "FSK" (التحكم الطوعي في النفس).
- شاهد الفيلم مع طفلك، وتحدث معه عن محتوى الفيلم. هل يرغب طفلك في رسم صورة للفيلم؟ يُمكنه استيعاب المحتوى من خلال ذلك.
- حدد المدة التي يُسمح فيها لطفلك باستخدام الوسائط الإعلامية. ويُمكنكما ضبط الوقت معًا على مؤقت على شكل بيضة. يجب ألا يشاهد طفلك التلفزيون لأكثر من 30 دقيقة في اليوم.
- يُمكن لطفلك الاستماع إلى المسرحيات الإذاعية والكتب الصوتية وأغاني الأطفال بمفرده. ولكن يتعين أن تكون في مكان قريب منه. حيث يجب عليك أن تعرف ما يسمعه طفلك حاليًا. يُمكنك استعارة مسرحيات إذاعية من المكتبة.
- هل لدى طفلك استفسار؟ إذن ابحث معه عن إجابة. ويُمكنك أيضًا الاستعانة بمحرك البحث الخاص بالأطفال، على سبيل المثال www.fragfinn.de.



- يُمكن لطفلك اللعب على جهاز ألعاب أو هاتف ذكي. للقيام بذلك، أوقف تشغيل الإنترنت على الجهاز. وتأكد من ملائمة اللعبة للفئة العمرية لطفلك. اجلس مع طفلك. أنه اللعبة إذا شعر طفلك بالاضطراب.
- اسمح لطفلك بالتقاط الصور وتصوير فيديوهات بنفسه. يُمكن لطفلك لاحقًا أن يحكي عما عايشه من خلال الصور التي رآها. وهكذا تبقى الذكريات حية.

يمكنك قراءة هذه النصائح بالتفصيل عبر الإنترنت:

www.schau-hin.info

مزيد من الإرشادات على سبيل المثال عبر:

<https://wir-machen-kinderseiten.de/wiki/klick-tippsnet-empfehlungsdienst-fuer-gute-kinderseiten-und-kinder-apps>

www.klicksafe.de

محركات بحث للأطفال:

www.blinde-kuh.de

www.fragfinn.de

حول موضوع مشاهدة التلفزيون:

www.kinderfilmwelt.de

www.flimmo.de

www.tivi.de

www.checkeins.de

www.kika.de



14. فحص الالتحاق بالمدرسة

قبل أن يبدأ طفلكم المدرسة، يتم إجراء فحص الالتحاق بالمدرسة. وهذا الفحص مفروض قانونيًا وإلزامي لكل طفل. يُجرى الفحص من قبل أطباء وطبيبات من دائرة الصحة. ستصلكم دعوة فحص الالتحاق بالمدرسة تلقائيًا عبر البريد. تصل الدعوة ابتداءً من شهر أغسطس أو على أبعد تقدير قبل العطلة الصيفية في العام الذي سيلتحق فيه طفلكم بالمدرسة. خلال الفحص يتم التحقق من حالة طفلكم الصحية وكيفية تطوره: هل هو مستعد للمدرسة؟ كما يتم التأكد مما إذا كان طفلكم يحتاج إلى دعم خاص ليتمكن من بدء الدراسة بشكل جيد.



Website:
Einschulungsuntersuchung

إدارة الصحة العامة في فوبيرتال

خدمة صحة الأطفال والشباب (305.3)

Willy-Brandt-Platz 19

42105 Wuppertal

مواعيد التواصل الهاتفي:

من الاثنين إلى الخميس من الساعة 8:00 صباحًا حتى 3:00 مساءً.

الجمعة من الساعة 8:00 صباحًا حتى 1:00 مساءً.

الهاتف: 0202 563 8008

البريد الإلكتروني: einschulungsuntersuchung@stadt.wuppertal.de

15. هل تحتاج إلى دعم؟

ستجد هنا المساعدة إذا كنت أنت أو طفلك لديك احتياجات أو استفسارات خاصة:

استشارة مدرسية للعائلات المهاجرة الجديدة
مدينة فوبرتال — مركز الاندماج المحلي
Friedrich-Engels-Allee 28, 42103 Wuppertal
الهاتف: 0202 563 4555
stadt.wuppertal.de@204.schule.intergration

مشورة نفسية تتعلق بالمدرسة (23.802)
Friedrich-Ebert-Str. 27, 42103 Wuppertal
الهاتف: 0202 563 6990
schulpsychologische.beratung@stadt.wuppertal.de

الإدارة التعليمية لمدينة فوبرتال - مكتب الإدماج
Alexander Str. 18, 42103 Wuppertal
الهاتف: 0202 563 2401
206-inklusionsbuero@stadt.wuppertal.de

المدارس الابتدائية في فوبرتال

<https://www.wuppertal.de/kultur-bildung/schule/anmeldungen/schulen-anmeldetermine.php>

مؤسسة أتميزموس أمبولانس أوند بيراتونج
شتيليه (Autismus-Ambulanz und
Beratungsstelle)

فوبرتال ش.ذ.م.م.

Friedrich-Engels-Allee 430-432

42283 Wuppertal

الهاتف: 0202 74 79 58-30

الفاكس: 0202 74 79 58-21

info@autismusambulanz.de

مركز كورا (Cura gGmbH) ش.ذ.م.م.
للدعم المبكر والمشورة متعددة التخصصات

Friedrich-Engels-Allee 430-432

42283 Wuppertal

الهاتف: 0202 265 465-0

الفاكس: 0202 265 465-19

<https://cura-wuppertal.de/>

المشورة الأسرية في فوبرتال
مشورة للأطفال والشباب والآباء

Friedrich-Ebert-Str. 27
42103 Wuppertal

الهاتف: 0202 563-6644

Beratung.fuer.kinder.jugendliche.eltern@stadt.wuppertal.de

<https://www.wuppertal.de/vv/oe/208.31.php>

جمعية فوبرتال كيندرتافل (Wuppertaler Kindertafel)

<https://www.tafel-wuppertal.de/hilfe-erhalten/kindertafel>

اتحاد فوبرتال لحماية الأطفال

<https://kinderschutzbund-wuppertal.de/aktuelles/>

حملة كيندرتال (KinderTal)

<https://www.kindertal.de/>

حقوق الطبع والنشر

الغلاف:

يوليا فيرير-فيلشيز
pixabay license

الجهة الأمامية:

الجهة الخلفية:

المحتوى:

pixabay licence	صفحة 5:
© PantherMedia / Monkeybusiness Images	صفحة 6:
© PantherMedia / Monkeybusiness Images	
© PantherMedia / anatols	صفحة 7:
pixabay license	صفحة 8:
© PantherMedia / EdZbarzhyvetsky	صفحة 9:
pixabay license	
© PantherMedia / StephanieFrey	صفحة 10:
© PantherMedia / JCB Prod	
© PantherMedia / luninastock	صفحة 11:
© PantherMedia / gpointstudio	صفحة 12:
© PantherMedia / natochka	صفحة 13:
© PantherMedia / Monkeybusiness Images	صفحة 14:
© PantherMedia / creatista	صفحة 15:
© PantherMedia / Arne Trautmann	صفحة 16:
© PantherMedia / londondeposit	صفحة 17:
© privat Heike Waltenberg	صفحة 19:
© PantherMedia / Dmyrto_Z	صفحة 20:
© PantherMedia / Craig Robinson	صفحة 21:
© PantherMedia / Katy Spichal	صفحة 22:
© PantherMedia / Wolfgang Steiner	صفحة 23:
© PantherMedia / choreograph	
© PantherMedia / natochka	صفحة 24:
© PantherMedia / pathastings	
© PantherMedia / BestPhotoStudio	صفحة 25:
© PantherMedia / Xalanx	صفحة 27:
© PantherMedia / Wong Sze Fei	صفحة 29:
© PantherMedia / Xalanx	صفحة 30:
© stock.adobe.com / pressmaster	صفحة 31:

