



سنبدأ مرحلة

التعليم ما قبل الإبتدائي

(سنوات 3-5)



Orientaciones a las familias para favorecer la adaptación

معلومات عامة

التعليم المبكر من ثلاث إلى خمس سنوات هي مرحلة غير اجبارية. المدرسة ليست مكان لرعاية الأطفال أثناء عمل الأسرة بل هي مؤسسة تعليمية. الغرض من هذه المرحلة هو تطوير بعض المهارات الأساسية كالتواصل والمهارات النفسية والتنمية المعرفية والعلاقات الاجتماعية وإكتساب إستقلالية الشخصية. المعلمون في هذه المرحلة هم أصحاب إختصاص.

توصيات هامة

التعرف على المدرسة : قبل أن تبدأ الدراسة ينصح بالمرور أمام المدرسة وإخباره أنه سيدرس هناك وسيقضي وقتا ممتعا. التكيف مع الروتين: قبل اسبوعين من الدخول المدرسي يستحسن تعويده على الروتين الجديد. يستحسن أن يقوم بتجهيز حقيبة ظهره . أهمية ساعات النوم (على الأقل 10 ساعات يوميا). من الأفضل عدم تعرضه إلى أشعة التلفاز أو الهاتف النقال قبل النوم ويستحب أن يقوم بقراءة القصص. وجبة الإفطار ضرورية ويفضل أن تؤخذ في وقت مبكر بهدوء. يستحسن أن تتكون من الفواكه والألبان والخبز المحمص. تجنب التعليقات السلبية: تقديم المدرسة كفضاء للتعلم ولقضاء أوقات ممتعة. إشرح لهم مفهوم المدرسة: إعطائهم صورة واقعية عن المدرسة، وأنكم في إنتظارهم ساعة الخروج.

أنشطة لتطوير إستقلاليتهم

جمع وتنظيم ألعابهم.
المساعدة في تجهيز حقيبة ظهره.
ترتيب السرير.
ترتيب الغرفة.
خلع وإرتداء الملابس دون مساعدة أحد.
غسل الأسنان بالفرشاة بمفردهم (مع المراقبة).
النظافة الشخصية (في حدود الإمكان).
المساعدة في تجهيز وتنظيف مائدة الأكل.
الأكل بمفردها.
رمي أشياءهم في سلة القمامة.
أخذ الملابس النظيفة إلى غرفتهم أو المتسخة إلى سلة الغسيل.
المساعدة في رعاية الحيوانات الأليفة أو النباتات إذا توفرت لديهم.

قواعد و حدود

أن تكون دائما مثالا إيجابيا.
الإصغاء والحديث إليهم بطريقة معقولة وبرفق.
التحدث معهم بطريقة صحيحة، وتصحيح الكلمات التي نطقوها خطأ، والإشارة إلى التي نطقوها جيدا حتى يتخذونها مثالا.
خلق جو أسري يحيطه الحب والإحترام.
توحيد قواعد واضحة وحازمة ومرتبطة بشكل إيجابي.
خلق مساحات صغيرة للتحاور.
تهنئتهم حين القيام بعمل جيد، والتصحيح لهم حين يخطئون.
إعطائهم جوائز غير مادية إذا كان بالإمكان.
الإلتزام بالعواقب المتوقعة مسبقا.
بيئة أسرية منظمة ومتوازنة.

ترسيخ العادات اليومية

يمنع على البنات والأبناء في سن الثانية والثالثة، إستعمال المصاصة أو الرضاعة.
يجب أن يتحكموا في البول و أن يذهبوا لوحدهم إلى الحمام.
يجب أن يتناولوا أكلة مجهزة جيدا (تجنب المواد الغذائية الغير القابلة للمضغ).
من الجيد أن يكون لهم أوقات محددة ل: الأكل واللعب والنوم والإستحمام.
يجب أن يلعبوا وأن يجدوا أصدقاء في سنهم.
خلال الأنشطة الإعتيادية كالأكل والرسم ومشاهدة التلفاز، يجب أن يكونوا في وضعية الجلوس.
ترسيخ مفهوم النظافة الشخصية لليدين والوجه والأسنان مع المراقبة.
عليك أن تشتغل معهم الإلتباه والإستماع وتعليمهم آداب الإجابة حين تناديهم وتعليمهم النظر إلى الشخص الذي يكلمهم.
يجب أن نعلمهم كيفية طلب المساعدة (عدم توقع إحتياجاتهم).