



OTTAWA-CARLETON  
DISTRICT SCHOOL BOARD

# تحصیل فرزندتان – در آن سهمیم باشیم!

چگونه باید این کار را انجام داد!



# چگونه می توانم به فرزندم کمک کنم تا در مدرسه موفق باشد؟

شما می توانید از طریق ایفای نقشی فعال در فرآیند یادگیری فرزند خود – در خانه، مدرسه و نیز در اجتماع به وی کمک کنید تا قابلیت هایش به بهترین نحو ممکن شکوفا شود. این بدان معناست که راجع به چیزهایی که فرزندتان فرا می گیرد تحقیق کنید، با آموزگاران او صحبت کنید و چگونگی به کار بستن آموخته ها در زندگی روزمره را به فرزند خود بیاموزید.

تندرستی اساس موفقیت دانش آموز است. به عنوان یکی از والدین، مراقبت و پرورشی که شما برای کودکان خود فراهم می کنید کمک می کند تا با سلامتی و شادابی به مدرسه آمده و آماده یادگیری باشند.

## مزایای سهیم بودن در تحصیل فرزندم چیست؟

شما در کنار آموزگاران، مدیران، نیروهای پشتیبانی، مدیران اداری و امانت سهیم مهمی در تحصیل فرزندتان دارید. با سهیم شدن در این زمینه شما عادات یادگیری مفید را تشویق کرده و به فرزند خود کمک می کنید تا درباره آینده خود تصمیم گیری نماید. مطالعات نشان می دهد که سهیم بودن والدین در یادگیری، عملکرد دانش آموز در مدرسه را بهبود می بخشد.

## آیا در خانه کارهایی هست که من بتوانم انجام بدهم؟

بله، یادگیری از خانه آغاز می شود. برقراری برنامه ای منظم از کارهای روزمره، اطمینان از خواب کافی، کمک به کودکان در تسلط یافتن بر عواطف؛ این ها اساس موفقیت در مدرسه و در زندگی است. شما می توانید یادگیری فرزندتان در سراسر طول عمرش را از طریق خواندن تقویت نمایید. خواندن در هر زبان و در هر سنی، از جمله بهترین راه های حصول اطمینان از موفقیت دانش آموز در مدرسه به شمار می آید.



شما همچنین می‌توانید با فرزند خود در مورد روزی که پشت سر گذاشته صحبت کنید و به وی کمک کنید تا به نحوه انجام تکالیف خود نظم بخشیده و مطمئن شوید که فرزند شما هر روز برای رفتن به مدرسه آماده است. یادگیری را لذت بخش کنید - بازی های فکری انجام داده یا به کتابخانه عمومی بروید و نیز در مورد وقایع روز صحبت نمایید.

## برخی موانعی که ممکن سهیم شدن در این زمینه را برای والدین دشوار نماید چیست؟

بسیاری والدین چالش هایی که شما با آن مواجهید را تجربه می‌کنند. شغل و مسئولیت های مربوط به خانواده معمولاً با ساعات مدرسه تداخل دارند. زبان، رفت و آمد و مشکلات فرهنگی و اقتصادی گاهی اوقات می‌تواند مانع ایفای نقش شما در این زمینه گردد. ما می‌خواهیم به شما کمک کنیم! مدیر و آموزگار فرزند شما آماده شنیدن نظرات شما تا بر اساس آن ها نقشی فعال تر در تحصیل کودک شما داشته باشند. نخستین قدم تماس با مدرسه و اطلاع از چگونگی سهیم شدن در این امر می‌باشد.

## چگونه می‌توانم در تحصیل فرزندم سهیم باشم؟

فرقی نمی‌کند که پنج دقیقه زمان دارید، یا چند ساعت، یک شب در ماه یا بیشتر، مطمئن باشید که می‌توانید تفاوتی را در تحصیل فرزندتان ایجاد کنید. این جزوه اطلاعاتی را برای این مهم در اختیار شما قرار می‌دهد. پیشنهاد ما اینست که حتماً با مدیر، شورای مدرسه، و سایر والدین نظرات خود را به اشتراک بگذارید. از اتفاقات جاری در مدرسه آگاه شوید تا بتوانید نقشی در این زمینه ایفا کنید.

## از کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

مدرسه شما بهترین منبع اطلاعات است. شما می‌توانید از طریق شماره تلفن 613-721-1820 با OCDSB تماس گرفته و یا به وبسایت [www.ocdsb.ca](http://www.ocdsb.ca) مراجعه کنید.

حتی با باز کردن این جزوه شما سهیم بودن در تحصیل فرزندتان را آغاز کرده اید.





یادگیری را جذاب کنید! استفاده از کتاب های رنگ آمیزی، بازی ها و نمایش تنها چند نمونه از انجام این کار است.

## فرصت های مربوط به خانه

### اگر ... وقت دارید.

- به فرزند خود کمک کنید تا برنامه منظم روزانه ای جهت آماده شدن برای مدرسه داشته باشد.
- مطمئن شوید که فرزندتان روز را با صبحانه آغاز می کند.
- از وی بپرسید که امروز در کلاس و یا در زمین بازی چه گذشت.
- از راه ایمیل، تلفن و یا به صورت حضوری ارتباط خود را با مدیر مدرسه حفظ نمایید.
- به وب سایت مدرسه و یا وب سایت شورای مدرسه مراجعه کنید تا از فعالیت های گذشته و آینده آگاه شوید.
- خبرنامه های مدرسه، شورای مدرسه و کلاس را بخوانید – این خبرنامه ها یا در کیف فرزندتان قرار داده شده و یا از طریق وب سایت مدرسه در دسترس خواهند بود.

چند دقیقه



- برای کمک به یادگیری فرزندتان، با وی به هر زبانی مطلب بخوانید.
- از راه فراهم نمودن محیطی ساکت، پاسخ دادن به سوالات کلی و نیز درخواست از فرزند خود برای توضیح دادن نکاتی که یاد گرفته وی را در انجام تکالیفش کمک نمایید.
- با فرزند خود در زمینه رویدادهای جاری صحبت کنید و وی را به خواندن روزنامه ها و مجلات محلی تشویق نمایید.
- ببینید آیا می توانید به عنوان یک داوطلب و یا هماهنگ کننده داوطلبین برای کلاس فرزندتان و یا شورای مدرسه فعالیت کنید.

چند ساعت



## یک روز



- گنجه ها و کابینت های خود را بگردید و هر آنچه که از کتاب و اسباب بازی می توانید به مدرسه هدیه کنید (می توانید از مدیرها و آموزگارها بپرسید که مدرسه به چه چیزهایی نیاز دارد).
- با فرزندتان از موزه دیدن کرده و یا در رویدادهای ویژه شهر شرکت کنید تا آگاهی بیشتری راجع به موضوعاتی که در مدرسه میخواند به دست بیاورید.
- یادگیری فعالانه را از طریق بازی در فضای بیرون، بازی های فکری و نیز کمک در خانه تشویق کنید.
- به فرزند خود استفاده ایمن و موثر از اینترنت را بیاموزید.

## هر ماه یک بار



- ببینید آیا مدرسه، شورای مدرسه و یا آموزگار کلاس فرزندتان تقویمی ماهانه از وقایع دارند تا آن را برای توجه همگان روی در یخچال بچسبانید.
- صورت جلسات شورای مدرسه را بخوانید تا اطلاعات بیشتری راجع به رویدادهای جاری، برنامه های پیشنهادی و یا مشکلات به دست بیاورید.

## چند بار در ماه



- ببینید آیا می توانید داوطلب شوید که اقلام مورد نیاز کلاس و سایر اقلام برای رویدادهای ویژه مدرسه را تهیه کنید.
- ترجمه اسناد از جمله طرح های مدرسه و یا مکاتبات شورای مدرسه را به زبان مادری خود بر عهده بگیرید تا این اسناد در اختیار سایر والدین هم فرهنگ شما قرار گیرد.
- آمادگی خود را برای همکاری با مدرسه و شورای مدرسه در ارائه درخواستنامه های مربوط به کمک هزینه تحصیلی از جمله کمک هزینه وزارتخانه در زمینه کمک والدین برای مدارس اعلام نمایید – [www.edu.gov.on.ca](http://www.edu.gov.on.ca)

## یک فصل



- از علاقه فرزند خود برای فعالیت های فوق برنامه چه در مدرسه و چه در بیرون از مدرسه مانند موسیقی، ورزش یا علاقه های ویژه پشتیبانی نموده و وی را به پیگیری آن ها تشویق نمایید.
- مربیگری یا کمک داوطلبانه به تیم، نمایش یا سایر فعالیت هایی که فرزندتان در مدرسه بدان علاقمند است را به عهده بگیرید.

**علاقه به یادگیری را ایجاد نمایید؛  
فرزندتان را به کنجکاوی ترغیب کنید.**



در مدرسه برای شرکت در رویدادهای ویژه یا به اشتراک گذاردن مهارت های خود داوطلب شوید.

## فرصت های مربوط به مدرسه فرزند شما

اگر .. وقت دارید.

- با آموزگار فرزندتان زمانی را تعیین نمایید تا از کلاس دیدن کرده و اطلاعاتی راجع به موفقیت ها و مشکلاتش به دست بیاورید.
- به مدیر و سایر کارمندان مدرسه فرزندتان سر بزنید.
- با مدیر شورای مدرسه تماس بگیرید تا ببینید چگونه می توانید در انجام امور سهیم باشید.
- تابلوهای اعلانات مدرسه را بخوانید.
- ببینید مدرسه چه امکاناتی برای والدین در نظر گرفته و از آن ها استفاده لازم را ببرید.

چند دقیقه



- در شب های دیدار با آموزگاران مدرسه حضور بهم رسانده و با آموزگاران و کارکنان اداری مدرسه از نزدیک آشنا شوید.
- در جلسات مصاحبه والدین-آموزگاران شرکت کنید و پیشرفت فرزندتان و نیز برنامه تحصیلی آینده وی را بررسی نمایید.
- در نشست اولیا، جلسات شورای مدرسه و رویدادهای ویژه مدرسه شرکت کنید – پشتیبانی شما مورد نیاز بوده و از آن استقبال خواهد شد.
- با سایر والدین در مدرسه آشنا شوید و تماس خود با آن ها را حفظ نمایید.

چند ساعت



## یک روز



- ببینید چطور می‌توانید در مدرسه داوطلب شوید – خواندن برای دانش آموزان، همکاری در اردوهای روزانه، رویدادهای ویژه، جشن‌های مربوط به تعطیلات، کمک در کار دستی، بهبود کتابخانه و یا انجام هر گونه امور اداری.
- ببینید آیا می‌توانید به عنوان سخنران مدعو و یا آموزگار/ مشاور داوطلب همکاری شوید - از کمک شما استقبال خواهد شد.

## هر ماه یک بار



- در جلسات شورای مدرسه تان شرکت کنید (معمولا یک روز در ماه، عصرها).
- برای عضویت در شورای مدرسه داوطلب شده و یا در امور ویژه ای همچون طرح ریزی رویدادهای ویژه و سایر امور شرکت کنید؛ به استعدادهای شما نیاز است.

## چند بار در ماه



- در رویدادهای ویژه مدرسه، کارگاه‌های والدین و سایر فعالیت‌های مدرسه فرزندتان شرکت کنید؛ حضور شما اهمیت زیادی دارد.
- برای برگزاری رویدادهای اجتماعی و یا خیریه در مدرسه داوطلب شوید.
- در جلسات شورای مدرسه امر ترجمه را به عهده بگیرید تا سایر والدین هم فرهنگ شما هم برای شرکت در بحث ترغیب شوند.
- ببینید آیا می‌توانید با مدرسه یا شورای مدرسه جهت آماده سازی جزوه خوشامدگویی به خانواده‌های تازه وارد مدرسه همکاری کنید.
- به روز رسانی وب سایت مدرسه را به عهده بگیرید.

## یک فصل



- ببینید آیا می‌توانید برای مربیگری تیم یا باشگاه ویژه ای در مدرسه داوطلب شوید.
- ببینید آیا می‌توانید به صورت داوطلبانه و در ساعت استراحت دانش آموزان باشگاهی تخصصی ایجاد نموده و مهارت‌های ویژه ای را به ایشان بیاموزید.

**ببینید چه فرصت‌های برای همکاری داوطلبانه در مدرسه وجود دارد. ببینید کدامیک از این موارد با مهارت‌ها و شرایط زمانی شما سازگاری دارد.**



با سایر اعضای محله خود در یکی از هشت مرکز Parenting and Family Literacy (تربیت و سواد خانوادگی) OCDSB آشنا شوید.

## فرصت های مربوط به محله اطراف شما

اگر .. وقت دارید.

- با فرزندان از محل زندگی خود تا مدرسه پیاده بروید.
- در صورت موجودیت، به وب سایت انجمن محله خود سر بزنید.
- ببینید چه اتفاقاتی در محله شما در حال رخ دادن است – روزنامه مربوط به محله خود را مطالعه کنید.

چند دقیقه



- ببینید آیا می توانید توزیع داوطلبانه خبرنامه ها و بروشورها را در محله های اطراف مدرسه به عهده بگیرید.
- به صورت داوطلبانه در زمینه تماس با مراکز تجاری محلی و جلب کمک آن ها و یا دعوت سخنگوی مدعو با مدرسه همکاری نمایید.
- از کتابخانه عمومی محله خود دیدن کنید.

چند ساعت





## یک روز



- ببینید آیا طرح ویژه ای از سوی مدرسه شما برای بازدید دانش آموزان منطقه و والدین شان از مدرسه هنگامیکه مدرسه باز و شاگردان سر کلاس هستند، وجود دارد یا نه و نیز پیشنهاد کمک بدهید.
- با مشورت با مدرسه و شورای مدرسه، دعوتنامه های مربوط به رویدادهای ویژه را میان مدارس محلی و نیز محله خود توزیع نمایید.
- در محله خود با سایرین در ارتباط باشید— فرصت هایی را برای همکاری مدرسه با سایر اعضای محله خود ایجاد کنید.
- فرزندان را به همکاری داوطلبانه یا شرکت در رویدادهای محله خود تشویق نمایید.

## هر ماه یک بار



- داوطلب شوید که پدر و مادرهای دیگر را با خودرو خود به نشست ها ببرید.
- برنامه نوبتی ای برای با یک خودرو بردن چند دانش آموز هم محله خود با دیگر والدین ترتیب دهید.
- در جلسات Ottawa-Carleton Assembly of School Councils (مجمع شوراهای مدارس اتاوا-کارلتون) (OCASC) شرکت کنید و از اقدامات سایر مدارس برای ترغیب والدین به همکاری هر چه بیشتر آگاه شوید – [www.ocasc.ca](http://www.ocasc.ca).
- نوشتن مقالات در زمینه فعالیت های مدرسه فرزندان در روزنامه های محلی را به عهده بگیرید.

## چند بار در ماه



- در جلسات هیئت مدیره یا کمیته اجرایی مدرسه که در Greenbank , OCDSB , 133 Road برگزار می شود شرکت بجوئید.
- با مدرسه یا شورای مدرسه در زمینه تورهای آشنایی با مدرسه برای خانواده های تازه وارد به منطقه صحبت کنید.
- با هماهنگی مدرسه و شورای مدرسه، آمادگی خود را برای ارائه درخواست کمک هزینه پروژه های محیط سبز مدرسه از جمله کمک هزینه های درختکاری اتاوا اعلام نمایید – [www.ottawa.ca](http://www.ottawa.ca).
- با سازمان های محلی برای اجرای برنامه های ویژه صحبت کنید.

## یک فصل



- تیم یا یک باشگاه محلی را مربیگری کنید.
- در امور مربوط به "سبز کردن" حیاط مدرسه از قبیل درختکاری، باغبانی، نگهداری وسایل بازی و یا زمین های یخی روباز (با هماهنگی بخش تاسیسات ما) همکاری نمایید.

**دانش آموزان باید 40 ساعت خدمات اجتماعی انجام دهند.  
آن ها را تشویق کنید تا زودتر به این کار پرداخته و به  
هنگام انجام امور داوطلبانه در محله آن ها را با خود به  
همراه ببرید!**



## چگونه با فرزندتان درباره مدرسه صحبت کنید

صحبت راجع به مدرسه راهی آسان برای سهیم شدن والدین در تحصیل فرزندشان است. بسیاری والدین فقط به پرسیدن "مدرسه چطور بود؟" اکتفا می کنند اما پاسخ به این سوال کلی می تواند برای برخی دانش آموزان دشوار باشد. از طریق اقدامات زیر می توانید دانش آموزان را در به اشتراک گذاردن اطلاعات مربوط به مدرسه یاری نمایید:

- در مورد زندگی آن ها در مدرسه اطلاعات بیشتری کسب کنید. هرچه جزئیات بیشتری از تجربه مدرسه رفتن فرزندتان بدانید مانند نام افراد و رودیداد های ویژه، سوال هایی که می پرسید ارزشمندتر خواهد بود؛
- در صورت دیدار از کلاس فرزندتان، چیزهایی جدیدی که می خواهید بعدا راجع به آن ها با وی صحبت کنید را یادداشت کنید.
- آموزگاران از سوالات بازتابی برای صحبت با دانش آموزان استفاده می کنند. شما هم می توانید این کار را در خانه انجام دهید. سوالات بازتابی می تواند پاسخ های " آری" و "نه" را کاهش داده و زمینه گفت و گوی مفصل با فرزندتان را فراهم سازد.
- برخی کودکان ترجیح می دهند به جای ارتباط رو در رو به شکل راحت تری با شما در ارتباط باشند مانند زمان هایی که در خودرو نشسته اید. در این حالت فرزند شما احساس نمی کند که در کانون توجه است؛ و
- برای مثال بحث را با صحبت در مورد روز خودتان شروع کنید.

برخی سوالات نمونه عبارتند از:

- کلاس هنر امروز چطور بود؟
- برایم بیشتر از .... بگو
- آزمایش علمی تان به کجا رسید؟
- کدام بخش های روزت بهتر بود و کمک کرد تا ... یاد بگیری؟
- امروز کتاب جدیدی در کتابخانه خواندی؟
- چه چیزی برایت بیشتر جالب بود؟
- در سرویس مدرسه کنار چه کسی نشسته بودی؟



## چگونه با آموزگار فرزندان صحبت کنید

ارتباط مثبت میان والدین و آموزگاران به ایجاد محیطی مثبت برای یادگیری دانش آموزان در خانه و مدرسه کمک می کند. ارتباط روشن میان والدین و آموزگاران امری حیاتی برای به ثمر رسیدن این ارتباط است. والدین می توانند از راه های زیرارتباط مثبتی را با آموزگار فرزند خود برقرار سازند:

- رفتار احترام آمیز با آموزگار فرزندان. ایجاد نوعی شراکت در زمینه رفع مشکلات به جای برخورد با آموزگار در زمینه بروز مشکل می تواند سبب اعتمادسازی در رابطه شود؛
- زمان مناسب را برای صحبت با آموزگار انتخاب کنید. زمانی که برای شما مناسب است ممکن است برای آموزگار مناسب نباشد. ببینید آموزگار فرزندان کدامیک از راه های ارتباطی را ترجیح می دهد: ایمیل، تلفن یا جلسات حضوری؛
- فهرستی از سوالات تهیه کرده و مثال های مشخصی را در ذهن داشته باشید تا راه حلی و یا راهبردهای مشخصی را برای مشکل موردنظر پیدا کنید؛ و
- از آموزگار بپرسید که برای کمک به تعیین نقش خود در رابطه بین خانه و مدرسه چه کاری می توانید انجام دهید.

## سوالات نمونه

- چگونه می توانم در انجام تکالیف به فرزندم کمک کنم؟ چه منابعی در دسترس است؟
- درباره آزمون های EQAO چه چیزهایی باید بدانم؟
- چگونه می توانم به فرزندم در انتخاب دوره های آموزشی کمک کنم؟
- چگونه می توانم به فرزندم در رویارویی با زورگویی در مدرسه کمک کنم؟
- کجا می توانم اطلاعات بیشتری راجع به پشتیبانی های تحصیلی ویژه بدیت آورم؟









# به عنوان یکی از والدین، شما می توانید در نحوه یادگیری فرزند خود تغییر ایجاد کنید.

با سهیم شدن در تحصیل فرزندتان رابطه بسیار مهمی را با مردم و منابع موجود در محله خود برقرار خواهید کرد. مهم تر اینکه به فرزندتان انگیزه یادگیری داده و او را در کسب اعتماد به نفسی که زمینه ساز موفقیت است باری می کنید. راه های بسیاری برای همکاری شما وجود دارد. راه هایی که برای شما مناسب است را انتخاب نمایید.



این جزوه از سوی کمیته همکاری والدین در شورای مدارس منطقه اتاوا-کارلتون تهیه شده و با بودجه استان اونتاریو و کمک هزینه کمک والدین وزارت آموزش (PRO) تهیه شده است. این جزوه به زبان های فرانسه، عربی، ماندارین، اردو، اسپانیایی، فارسی و سومالیایی موجود است.

منتشر شده توسط خدمات ارتباطات و اطلاعات با همکاری کمیته همکاری والدین - ژوئن 2014



133 Greenbank Road • Ottawa, ON K2H 6L3 • تلفن: 613-721-1820

فکس: 613-820-6968 • وب سایت: [www.ocdsb.ca](http://www.ocdsb.ca)