پیرنٹ ہینڈ بُک

پرنس ولیئم پری سکول پروگرامز
PO Box 389
Manassas, VA 20108
(703) 791-8708
PreKPrograms@pwcs.edu

خوش آمدید

پرنس ولیم پری سکول پروگرام پرنس ولیم کاؤنٹی کے علاقوں میں رہنے والے پری سکولرز کے لیے بچوں کی نشوونما کے جامع پروگرام ہیں۔

ہمارا مقصد پری سکول کے بچوں اور ان کے خاندانوں کے لیے ایک معیاری پروگرام پیش کرنا ہے جس میں تعلیم، صحت، سماجی مہارتوں، اور والدین کی شمولیت پر زور دیا جائے گا۔ بطور پیرنٹ، آپ اس کوشش میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ہم آپ کے بچے کی نشوونما اور ترقی کے مواقع فراہم کرنے کے لیے ایک ٹیم کے طور پر کام کریں گے۔

ہم ایک حوصلہ افزا ماحول اور پیشہ ور عملہ فراہم کرتے ہیں۔ ہم کمیونٹی وسائل کے ذریعے خاندانوں کی ضروریات اور ان کے بچوں کی ضروریات کو پورا کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ آپ کی شرکت کا سکول میں آپ کے بچے کی کامیابی پر مثبت اثر پڑتا ہے۔ آپ اپنے بچے کی زندگی میں تبدیلی لا سکتے ہیں اور اپنے اور اپنے خاندان کے معیار زندگی کو بہتر بنا سکتے ہیں۔

اس ہینڈ بک میں اس پروگرام کے بارے میں آپ کے بہت سے سوالات کے جواب موجود ہیں۔ اسے ایک ایسی جگہ پر جہاں آپ تعلیمی سال کے دوران اس سے رجوع کر سکیں۔

پری سکول ویب سائٹ

www.pwcs.edu/headstart

مندرجات کی فہرست

سیکشن	صفحہ نمبر
غیر حاضریاں/تاخیر سے حاضری	4
حادثات اور چوٹیں	4
طرزعمل سے متعلق رہنما اصول	5
بس میں سفر سے متعلق اصول	6
لباس	6
خدشات/شکایات کا حل	7
شعوری نظم و ضبط	8
ابتدائی عمر کی تعلیم	8
ایمرجنسی کارڈ	9
ایمرجنسی صورتحال	9
اہل خانہ کے لیے معاونتی خدمات	10
اہل خانہ کی شمولیت	10
فیلڈ ٹرپس	11
تحائف	11
صحت کے تقاضے	11
طبی علاج کے منصوبے	12
ادویات	12
بیماری کی صورت میں پالیسی	13
گھر کے دورے	13
بچوں کے ساتھ بدسلوکی اور نظرانداز کرنے/بچوں کی نگرانی کی لازمی رپورٹنگ	14
غذائیت/ سکول کے کھانے	15
ناشتہ اور دوپہر کا کھانا	15
دانتوں کی صفائی	15
سکول کا بند ہونا	16
سکول کے لوازمات	16
سماجی جذباتی صحت	17
خصوصی ضروریات	17
رضاکارانہ کام کرنا	18
رضاکاروں کے لیے ہینڈ بک	19
خوش آمدید	19
رضاکاروں کے کام	20
بچوں کے ساتھ بات چیت	20
لرننگ سینٹرز	20-23
گھر میں اکٹھے کھانا کھانے کے طریقے پر مبنی کھانے	23
صحت/تحفظ اور ذاتی حفظان صحت	24
خصوصی تحفظات	25

غیر حاضری اور تاخیر سے حاضری

ہمارے پروگرام سے سب سے زیادہ تعلیمی فائدہ حاصل کرنے کے لیے یہ بہت ضروری ہے کہ آپ کا بچہ ہر روز سکول میں حاضر ہو۔ **اگر آپ کا بچہ سکول سے غیر حاضر ہے، تو والدین درج ذیل کے ذمہ دار ہیں:**

- **صبح 9 بجے سے پہلے سکول آفس اور فیملی سروس ورکر کو مطلع کرنا کہ آپ کا بچہ غیر حاضر ہو گا اور کیوں۔**
- **جب آپ کا بچہ واپس آئے تو سکول کو ایک نوٹ غیر حاضری کی وجہ بتانے کے ساتھ نوٹ بھیجنا۔ *سکول ڈویژن تحریری نوٹ کا تقاضا کرتا ہے۔***

درج ذیل کی بنیاد پر ڈاکٹر نوٹ درکار ہے:

- **بیماری کی وجہ سے بچے لگاتار 3 یا زیادہ دن غیر حاضر رہتے ہیں۔**
- **وہ بچے جو سرجری یا ہسپتال میں داخل ہونے کی وجہ سے غیر حاضر ہیں۔**
- **یا، جب بچوں کی حاضری کم ہوتی ہے)تعلیمی سال کے دوران 10 یا اس سے زیادہ دن غیر حاضر ہیں(، تو ہر**

غیر حاضری کے لیے ڈاکٹر کے نوٹس درکار ہیں۔

وہ بچے جو بار بار غیر حاضر ہوتے ہیں (ایک مہینے میں 3 یا اس سے زیادہ)، سال کے دوران 10 غیر منظور شدہ غیر حاضریاں ہیں، یا جن کی دائمی تاخیر سے حاضری **یا دیر سے پک اپ ہوتے ہیں** انہیں پروگرام سے خارج کیا جا سکتا ہے۔

اگر، کسی بھی وجہ سے، آپ کا بچہ سکول دیر سے آئے گا، تو براہ مہربانی سکول آفس کو مطلع کریں۔ تاخیر سے حاضریوں اور جلد چھٹی تدریسی پروگرام میں رکاوٹیں ہیں اور ان کی حوصلہ شکنی کی جاتی ہے۔ ڈاکٹر کی اپائنٹمنٹس اور خاندانی ہنگامی صورتحال سامنے آتی رہتی ہیں، اور اگر ہمیں ان کا علم ہوتا ہے، تو ہم استاد کو صورتحال سے آگاہ کر سکتے ہیں۔ (بیماری کی صورت میں پالیسی ملاحظہ کریں)

سکول پیدل چل کر جانے والے بچوں کو **لازمی** طور پر ایک بالغ کے ساتھ **کلاس روم** میں جانا چاہیے، وقت پر پہنچیں، اور وقت پر اٹھا لیا جائے۔ اساتذہ سکول اوقات سے پہلے یا بعد میں آپ کے بچے کی دیکھ بھال نہیں کر سکتے۔

جب بچے غیر حاضر ہوں، اور وجوہات معلوم نہ ہوں، تو فیملی سروس ورکرز اس بات کو یقینی بنانے کے لیے گھر جا سکتے ہیں کہ بچے محفوظ ہیں۔

سکول میں حادثات اور چوٹیں لگنا

اگر آپ کے بچے کو سکول میں کوئی حادثہ/ چوٹ لگی ہے جس کے لیے ہنگامی طبی علاج کی ضرورت ہے تو آپ کو فون اور/یا چوٹ کی رپورٹ کے ذریعے مطلع کیا جائے گا۔ براہ مہربانی اس بات کو یقینی بنائیں کہ استاد کے پاس ہمیشہ گھر اور دفتر کے تازہ ترین فون نمبر اور پتے موجود ہوں۔ آپ کے بچے کے ایمرجنسی کارڈ پر پر کم از کم ایک اضافی شخص اس کے موجودہ فون نمبر کے ساتھ درج ہونا چاہیے۔

سکول ڈویژن میں بچوں کے لیے حادثاتی بیمہ موجود ہے۔ اگر آپ کے بچے کو سکول املاک پر کوئی چوٹ لگتی ہے اور اسے ہنگامی طبی علاج کی ضرورت ہوتی ہے تو پہلے بچے کی میڈیکل انشورنس کو بل بھیجا جائے گا۔ اگر بل انشورنس کے طے کردہ سے زیادہ ہے، تو پرنس ولیم کاؤنٹی سکولز کے میڈیکل انشورنس کو بھی بل بھیجا جائے گا۔ اگر آپ کے پاس اپنے بچے کا طبی بیمہ نہیں ہے، تو آپ بل کے اس حصے کی ادائیگی کے ذمہ دار ہوں گے جو بیمہ نے ادا نہیں کیا تھا۔

طرزعمل سے متعلق رہنما اصول

کلاس روم میں تمام بچوں کی ضروریات کو پورا کرنا

پروگرام کے اہداف میں سے ایک پروگرام میں شامل تمام بچوں کے لیے ایک محفوظ، گرم جوشی، دیکھ بھال کرنے والا اور سیکھنے کا بہتر ماحول بنانا ہے۔ کلاس روم میں کچھ بچوں کو اپنے ہم جماعتوں اور اساتذہ کے ساتھ مثبت انداز میں کام کرنے اور کھیلنے کا طریقہ سیکھنے کے لیے اضافی مدد کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ پروگرام ان بچوں کے ساتھ کام کرنے کے لیے درج ذیل حکمت عملیوں کا استعمال کرتا ہے جنہیں کچھ اضافی مدد کی ضرورت ہے:

روزمرہ کے معمولات کے دوران، استاد بچوں کا مشاہدہ کرتے ہیں۔
- اگر بچے رویے کے چیلنجوں کو ظاہر کرتے ہیں، تو اساتذہ ان بچوں کو مثبت رویہ دیکھنے پر تبصرہ کر کے مثبت توجہ دیتے ہیں۔
  مثال کے طور پر: "آپ نے اپنا کوٹ اٹھایا، تاکہ آپ کے دوست گر نہ جائے۔ یہ مددگار تھا۔"
  "آپ آہستہ آواز میں بولے۔"
  " آپ اور جان مل کر بلاک سے کھیل رہے ہیں۔ یہ کھیلنے کا ایک دوستانہ طریقہ ہے۔"

اگر کوئی بچہ جارحانہ ہوتا ہے یا مستقل طور پر **غیر محفوظ** ہو جاتا ہے (خود کو یا دوسروں کو تکلیف پہنچاتا ہے) تو:
- بچے کو موقع سے ہٹا دیا جاتا ہے اور اسے پرسکون ہونے اور دوبارہ کلاس میں شامل ہونے کا وقت دیا جاتا ہے۔
- اگر غیر محفوظ رویہ برقرار رہتا ہے، تو استاد عمارت کی انتظامیہ سے رابطہ کرتا ہے۔
- سکول انتظامیہ استاد یا ٹیچر اسسٹنٹ کے ساتھ کام کرتی ہے تاکہ <u>**بچے کو فوری طور پر لینے کے لیے**</u> پیرنٹ/سرپرست یا دوسرے مجاز شخص سے رابطہ کریں۔
- والدین اور سکول کے عملے کے ساتھ ٹیم کی میٹنگ طے ہونے اور بچے کی مدد کے لیے ایک منصوبہ تیار کیے جانے کے بعد بچہ سکول واپس آئے گا۔

1. ٹیم گھر اور سکول میں بچے کی مدد کے لیے حکمت عملیوں کی فہرست بنائے گی۔
2. بعض اوقات سب سے مناسب اگلا مرحلہ بچے کے لیے سکول کے دن یا سکول کے ہفتے کو کم کرنا ہوتا ہے۔
3. والدین کی حوصلہ افزائی کی جائے گی کہ وہ شعوری نظم و ضبط کی کلاسوں میں شرکت کریں اور گھر میں محبت بھری رسمیں استعمال کریں۔
4. سکول واپس آنے پر، مناسب رویے کی حمایت کے لیے منصوبہ بند حکمت عملی استعمال کی جائے گی۔ طالبعلم کو پورے تعلیمی دن میں لے جانے میں مدد کرنے کی ہر ممکن کوشش کی جائے گی۔ تاہم، بعض اوقات رویے اب بھی خطرناک یا غیر محفوظ ہوتے ہیں۔ سکول کی انتظامیہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ والد یا والدہ یا دیگر مجاز شخص بچے کو فوری طور پر لے جائے۔ ٹیم کے ذریعہ ضرورت پڑنے پر پلان کا جائزہ لیا جائے گا اور اس پر نظر ثانی کی جائے گی۔
5. غیر محفوظ رویے کے تین یا اس سے زیادہ بار بار ہونے والے واقعات کے لیے پری سکول ایجوکیشن ٹیم کا جائزہ لینے کی ضرورت ہو گی تاکہ یہ تعین کیا جا سکے کہ آیا طالبعلم کی کامیابی کو یقینی بنانے کے لیے اضافی مدد ضروری ہے۔
6. اگر، بچے کے رویے کو سپورٹ کرنے کی متعدد کوششوں کے بعد، بہتری نہیں آتی، تو پروگرام سے ہٹائے جانے کا امکان ہے۔

بس میں سفر کرنے کے اصول

پک اپ کرنے کے لیے: بس کے آنے سے پہلے آپ کے بچے کو کسی بالغ کے ساتھ بس سٹاپ پر ہونا چاہیے۔
اگر بس سٹاپ پر کوئی نہیں ہو گا تو بس ڈرائیور انتظار نہیں کرے گا۔ ٹریفک کے حالات کی وجہ سے طے شدہ بس اوقات سے دس (10) منٹ پہلے اور دس (10) منٹ بعد تک انتظار کریں۔

سکول چھوڑنا: بس سٹاپ پر انتظار کرنے والا ایک بااختیار شخص ہونا چاہیے ورنہ آپ کے بچے کو وہاں نہیں اتارا جائے گا۔ بچوں کو بس سے لینے والے افراد کے پاس ایک درست تصویری شناخت ہونا ضروری ہے اور بس اتھورائزیشن یعنی اجازت نامے کے فارم پر درج ہونا ضروری ہے۔ اگر نہیں تو آپ کے بچے کو ان کے بیس میں واپس لے جائیں گے اور آپ سے توقع کی جائے گی کہ آپ اپنے بچے کو 45 منٹ کے اندر اندر وہاں سے لے جائیں۔

بس میں سفر کا اجازت نامہ: بس ڈرائیور بچوں کو **صرف** ان کے ساتھ جانے کی اجازت دے گا جن کی عمر 12 سال اور اس سے زیادہ ہے، جو آپ کے بچے کے بس میں سفر کرنے کی اجازت کے فارم پر درج ہیں۔ بچوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کے لیے ڈرائیوروں کو ہر روز ایک درست تصویر کی شناخت دیکھنے کی ضرورت ہے۔

- **رابطہ معلومات اور ہنگامی معلومات اپ ٹو ڈیٹ ہونی چاہیے** تاکہ سکول بس میں تاخیر یا ہنگامی حالات میں آپ تک پہنچ سکیں۔
- **بس میں سفر کے اجازت نامہ کے فارم میں تبدیلی 24 گھنٹے پہلے کرنا ضروری ہے۔**

ہر سکول سے ایک میل یا اس سے زیادہ دور سکول کی حاضری والے علاقے میں صرف بچوں کے لیے ٹرانسپورٹیشن فراہم کی جاتی ہے۔ ایک میل کے اندر کے علاقوں کو پیدل سفر کرنے والا علاقہ سمجھا جاتا ہے۔

بچوں کو بس کے قوانین پر عمل کرنا چاہیے، براہ مہربانی اپنے بچے کو قواعد کی وضاحت کریں۔ اگر آپ کا بچہ قواعد پر عمل نہیں کرتا ہے، تو آپ کو مطلع کیا جائے گا۔ اگر رویہ جاری رہتا ہے، تو آپ اپنے بچے کو سکول لانے اور لے جانے کے ذمہ دار ہوں گے۔

a. بچوں کو چاہیے کہ وہ اپنی سیٹ بیلٹ میں رہیں اور بیٹھے رہیں۔
b. بچوں کو اپنے ہاتھ پاؤں اپنے قریب رکھنے چاہیں۔
c. بچوں کو گندی زبان استعمال نہیں کرنی چاہیے۔
d. بچوں کو بس ڈرائیور/ مانیٹر کی ہدایات کو ضرور سننا چاہیے۔
e. بچے بس میں کھانا یا کھلونے نہیں ال سکتے۔

یہ والد یا والدہ یا سرپرست کی ذمہ داری ہے کہ وہ سکول بس کے قواعد و ضوابط کے بارے میں مجاز افراد (بے بی سٹر، رشتہ دار، ڈے کیئر، دوست وغیرہ) کو مطلع کریں۔

لباس

اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے بچے کے پاس سکول میں ہمیشہ کپڑوں کا ایک صاف جوڑا موجود ہو۔ ہم تجویز کرتے ہیں کہ آپ شرٹ، پینٹ، زیر جامہ اور موزوں والا ایک زپ لاک بیگ فراہم کریں۔ براہ مہربانی بیگ پر اپنے بچے کا نام لکھیں۔ اگر آپ کا بچہ گندے کپڑے گھر لاتا ہے، تو براہ مہربانی انہیں دھوئیں اور انہیں فوری طور پر سکول واپس بھجوائیں۔

بچوں کو سکول جانے کے لیے آرام دہ اور پرسکون کپڑے پہننے چاہیں۔ وہ کھیل کے میدان میں کھیں گے اور پینٹنگ کریں گے جس سے کپڑوں پر داغ پڑ سکتے ہیں۔ یہ بھی تجویز کیا جاتا ہے کہ آپ کا بچہ ہر روز ٹینس شوز پہنے۔ کھیل کے میدان میں یا کمرہ جماعت میں سینڈل، کلاگ اور فلپ فلاپ محفوظ نہیں ہیں۔

خدشات/شکایات کے حل کا طریقۂ کار

اگرچہ یہ امید کی جاتی ہے کہ رابطے کے کھلے ذرائع اور تعاون پر مبنی رویہ کلاس روم کی سطح پر زیادہ تر مسائل کا حل فراہم کرے گا، لیکن پالیسی، طریقہ کار یا قانون کے کچھ مسائل حل نہیں ہو سکتے ہیں۔ جب پالیسی، طریقہ کار یا قانون کی تعمیل کا سوال محسوس ہو، تو اس مقصد کے لیے فراہم کردہ فارم پر تحریری تشویش/شکایت درج کی جا سکتی ہے۔ یہ فارم پری سکول کے دفتر میں دستیاب ہیں۔

پیرنٹ کی تشویش/شکایت **کا ایک مکمل** فارم سپروائزر کو جمع کرایا جائے گا۔ سپروائزر شکایت درج کرائے جانے کے بعد دس (10) تقویمی دنوں کے اندر شکایت درج کرانے والے شخص سے ملاقات کرے گا۔ اگر چاہیں تو ایسے افراد کے ساتھ ایک نمائندہ بھی ہوسکتا ہے، اور انہیں ثبوت پیش کرنے کی اجازت ہو گی۔

شکایت کو حل کرنے کا فیصلہ شکایت درج کرنے والے شخص کو سماعت کے اختتام کے دس (10) تقویمی دنوں کے اندر فراہم کیا جائے گا۔

اصل شکایت درج کرنے والے شخص کی تحریری درخواست پر پالیسی کونسل کی شکایت کمیٹی اصل فیصلے کے دس (10) تقویمی دنوں کے اندر فیصلے کا جائزہ لے سکتی ہے۔ شکایت درج کرنے والے شخص کو کسی بھی مجوزہ حل کے بارے میں مشورہ دیا جائے گا، اور اگر قبول نہیں کیا جاتا، تو شکایت کمیٹی کے فیصلے کی حتمی اپیل دس (10) تقویمی دنوں کے اندر پالیسی کونسل کے اگلے پہلے سے طے شدہ اجلاس سے پہلے پوری پالیسی کونسل میں کی جا سکتی ہے۔

PARENT CONCERN/COMPLAINT FORM

PARENT'S NAME ____________________

ADDRESS ____________________

PHONE ____________________

NAME OF CHILD ____________________

CLASSROOM/CENTER ____________________

1. Nature of Concern/Complaint: Briefly describe incident or problem. Be specific and include relevant data. (If additional space is needed, use the back of this form).

____

2. On what date(s) did you observe the incident, or on what dates did the problem occur?

____

3. Did you discuss the incident or problem with the classroom teacher or person involved?
YES NO
If yes, please describe the response:

____

4. What could be done to resolve this issue?

____

5. Do you wish your concern/complaint to be kept confidential?
YES NO

SAMPLE

شعوری نظم و ضبط

شعوری نظم و ضبط کو کلاس روم کے انتظام کے لیے ہمارے رہنما کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ ہر بچہ "سکول فیملی" کا حصہ ہے۔ ہر روز آپ کے بچے کو کام ملے گا (ٹیبل ہیلپر، مہربانی لکھنے والا، لائن لیڈر، وغیرہ)۔ بچے سیکھیں گے کہ اپنی ضروریات کا خیال کیسے رکھنا ہے اور ساتھ ہی دوسروں کی دیکھ بھال کیسے کرنی ہے۔ بچے اپنے جذبات کو پرسکون اور منظم کرنے کے لیے گہری سانس لینے کی مشق کرتے ہیں۔ وہ بات چیت کے ذریعے مسائل کو حل کرنے کا طریقہ بھی سیکھتے ہیں۔ والدین اور عملے کو سال بھر شعوری نظم و ضبط کے پروگرام پر تربیت فراہم کی جاتی ہے۔

ابتدائی بچپن کی تعلیم

پروگرام کے بنیادی مقاصد میں سے ایک آپ کے بچے کی تعلیم ہے۔ بچے سیکھتے ہیں جب وہ ان تجربات میں حصہ لیتے ہیں جو ان کی علمی، جسمانی، سماجی اور جذباتی نشوونما میں مدد کرتے ہیں۔ The High Scope کا نصاب خاص طور پر آپ کے بچوں کے لیے ان مہارتوں کو تیار کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ بچے **<u>ہر روز وقت پر سکول جائیں</u>** سوائے اس کے کہ جب بیمار ہوں۔

اساتذہ آپ کو ان سرگرمیوں کو تجویز کریں گے جو آپ گھر پر کر سکتے ہیں تاکہ آپ کے بچے کو کنڈرگارٹن کے لیے ضروری مہارتیں حاصل کرنے میں مدد ملے۔ براہ مہربانی ہر روز اپنے بچے کے ساتھ پڑھیں۔

نصاب کا استعمال کرتے ہوئے، اساتذہ روزانہ اسباق کے منصوبے تیار کرتے ہیں جو مختلف قسم کے تجربات فراہم کرتے ہیں۔ سبق کے منصوبے ہر کلاس روم میں ہفتہ وار پوسٹ کیے جاتے ہیں۔

<u>پری اسکول میں بچے کیا سیکھتے ہیں؟</u> اگر آپ کلاس روم کے ارد گرد نظر ڈالیں تو آپ دیکھیں گے کہ بچے چھوٹے گروپوں، بڑے گروپوں، یا دوسرے بچے یا استاد کے ساتھ کھیل رہے ہیں جب کوئی اور بچہ ساتھ نہیں ہے۔ **بچوں کے کام میں کھیلنا۔** اس طرح وہ سوچنا، بولنا اور اپنے جسم کو استعمال کرنا سیکھتے ہیں۔ بچے آرٹ، ڈرامہ، بلاک بنانے، میچنگ، چھانٹنا، لکھنا اور پڑھنے جیسی سرگرمیوں میں کھیلتے ہیں۔

سیکھنے کی سرگرمیوں کے دوران بچوں کی صلاحیتوں کا مشاہدہ کر کے ان کا جائزہ لیا جاتا ہے۔ بچوں کا سال میں تین بار ریاضی، ادراک، جسمانی نشوونما، سیکھنے کے نقطہ نظر، سماجی/جذباتی نشوونما، اور صوتیاتی آگاہی (ان کے نام لکھنا، حروف کی شناخت، شاعری، حروف کی آواز) کا جائزہ لیا جاتا ہے؛ اور سال میں ایک بار دوہری زبان کی ضروریات کے لیے ان کا جائزہ لیا جاتا ہے جن کا ٹیچر/والدین کے ہوم وزٹ اور کانفرنسوں کے دوران تشخیص کے بارے میں معلومات شیئر کی جاتی ہیں۔

مواد اور سرگرمیوں کی مثالیں جو بچے سیکھنے اور نشوونما کے لیے استعمال کرتے ہیں:

مواد اور سرگرمیوں کی مثالیں	**مہارتیں**
پہیلیاں، میچنگ اور میموری گیمز، شکلیں اور رنگ	ادراکی، سوچنے کی مہارتیں)
کہانی کی کتابیں، تصویری کارڈ، فلینل بورڈ، دوستوں کے ساتھ بات کرنا، ڈرامائی کھیل	زبان
ٹرائی سائیکل، کھیل کا میدان، آلات، رقص اور ورزش	مجموعی حرکت (بڑے عضلات)
لیگو بلاکس، قینچی، کریون، موتیوں کی مالا، پیگ بورڈ، پہیلیاں، آٹے سے کھیلنا، ڈرائنگ	حرکی موٹر (چھوٹے پٹھے)
ذاتی حفظان صحت، خاندانی طرز کا کھانا، فاسٹنرز کے ساتھ مشق (زپ، سنیپ، بٹن اور جوتوں کے تسمے)	اپنی مدد خود کرنا
گروپ گیمز بلاکس اور ٹرکوں، گڑیا اور ڈریس اپ کپڑوں کے لیے کھیل کے علاقے	سماجی مہارتیں

ایمرجنسی کارڈ

صرف ایمرجنسی کارڈ پر درج لوگ ہی آپ کے بچے کو سکول سے لے سکتے ہیں۔ مجاز لوگوں میں کسی بھی تبدیلی کے لیے **24 گھنٹے کے نوٹس** کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ تمام عملے کو تازہ ترین معلومات حاصل ہیں۔ آپ کے بچے کو سکول میں لیتے وقت، دفتری عملہ ایک درست تصویری آئی ڈی دیکھنے کے لیے کہے گا۔

تمام والدین کو، بشمول وہ لوگ جو مشترکہ تحویل رکھتے ہیں اور اسی گھر میں نہیں رہتے ہیں، آپ کے بچے کو لینے کا حق رکھتے ہیں، الا یہ کہ عدالتی حکم سے منع کیا گیا ہو۔

تمام تبدیلیوں کی اطلاع دیں۔ جب آپ کے پتے، فون نمبر یا مجاز شخص میں کوئی تبدیلی ہوتی ہے، تو براہ کرم جلد از جلد استاد اور/یا اپنے فیملی سروس ورکر کو مطلع کریں۔ یہ ضروری ہے کہ کسی ہنگامی صورت حال میں ہمارے پاس تازہ ترین اور درست معلومات ہوں۔

ایمرجنسی صورتحال

یمرجنسی کی صورت میں، بچوں کو ان کے سکول سے متبادل پناہ گاہ میں منتقل کیا جا سکتا ہے۔ اپنے بچے کے مخصوص سکول شیلٹر کے لیے براہ مہربانی پری سکول آفس (703-791-8708) کو کال کریں، اگر کوئی ہنگامی صورت حال پیش آتی ہے۔ آپ کو حادثے کے حوالے سے پرنس ولیم کاؤنٹی سکولز سے ٹیکسٹ پیغامات بھی موصول ہو سکتے ہیں۔

اہل خانہ کے لیے معاونتی خدمات

فیملی سروس ورکرز (FSW) خاندان، سکول اور کمیونٹی کے درمیان ایک رابطے کے طور پر کام کرتے ہیں۔ بچوں کو ضروری خدمات تک رسائی یقینی بنانے کے لیے FSW ایک وکیل اور وسیلہ ہے۔ خاندانوں کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ کسی بھی سوال یا تشویش کی صورت میں اپنے FSW سے رابطہ کریں۔ FSW داخلے کے لیے ضروری فارم اور تقاضوں کو مکمل کرنے میں والدین کی مدد کے لیے ذمہ دار ہیں۔ FSW دستاویزات کا جائزہ لیتے ہیں اور ریکارڈ کو اپ ٹو ڈیٹ رکھنے میں خاندانوں کی مدد کرتے ہیں۔

FSW تعلیمی سال کے دوران ہر خاندان کے ساتھ گھروں کے دورے اور کانفرنسیں منعقد کرتے ہیں۔ دوروں کے دوران، خاندانوں کو رازدارانہ انداز میں خاندانی قوتوں اور ضروریات کا جائزہ لینے کا موقع ملتا ہے۔ خاندان فیملی پارٹنرشپ ایگریمنٹ تیار کرتے ہیں، جہاں FSW خاندان کی صلاحیتوں کی نشاندہی کرنے، اہداف قائم کرنے، اور اپنے اور اپنے بچوں کے لیے عمل کا منصوبہ ترتیب دینے میں مدد کرتے ہیں۔ ہر خاندان ایک کمیونٹی ریسورس گائیڈ وصول کرتا ہے۔ عام حوالہ جات کھانے کی امداد، طبی دیکھ بھال، بالغوں کی تعلیم، روزگار، رہائش اور بچوں کی دیکھ بھال کے لیے ہیں۔

FSW ٹیم خاندانوں کے ساتھ انگریزی اور ہسپانوی دونوں زبانوں میں بات چیت کر سکتی ہے۔ دوسری زبانوں کے لیے، سکول ڈویژن ایک مترجم فراہم کرے گا۔

بچوں اور خاندانوں کے ریکارڈ کی رازداری کی وجہ سے، والدین اور رضاکاروں کو اپنے بچوں کے ریکارڈ کے علاوہ کسی دوسرے ریکارڈ کا جائزہ لینے سے منع کیا گیا ہے۔ فائلیں "جاننے کی ضرورت" کی بنیاد پر صرف عملے اور ماہر/مشیر کے لیے دستیاب ہیں۔

اہل خانہ کی شمولیت

والدین پری سکول پروگرام کا ایک اہم حصہ ہیں۔ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ اہل خانہ جتنا زیادہ شامل ہوں گے، سکول میں بچے اتنے ہی بہتر کارکردگی کا مظاہرہ کریں گے۔ پری سکول میں شامل ہونے کے بہت سے طریقے ہیں!

کیا آپ گھر پر اپنے بچے کی مدد کرنا سیکھنا چاہتے ہیں؟

- کلاس روم میں جائیں اور ابتدائی بچپن کی تعلیم کے پروگرام کو عملی شکل میں دیکھیں۔ کلاس روم میں بہت ساری سرگرمیاں گھر کے ارد گرد پائے جانے والے مواد سے گھر پر کی جا سکتی ہیں۔
- پورے تعلیمی سالکے دوران پیش کی جانے والی شعوری نظم و ضبط کی تربیت میں شرکت کریں۔ دوسرے والدین کے ساتھ شامل ہوں اور ان تکنیکوں کے بارے میں جانیں جو ٹیچر کلاس روم میں استعمال کرتے ہیں جنہیں آپ گھر پر استعمال کر سکتے ہیں!

کیا آپ دوسروں کے ساتھ کوئی ہنر بانٹنا چاہتے ہیں یا کچھ نیا سیکھنا چاہتے ہیں؟

- کلاس روم میں بچوں کے ساتھ اپنی خاندانی روایات یا ثقافت کے بارے میں معلومات کا اشتراک کریں۔ اپنے پسندیدہ مجموعہ، مہارت یا ٹیلنٹ کا اشتراک کریں، یا کلاس پروجیکٹ میں استاد کی مدد کریں۔
- پیش کی جانے والی بہت سی تربیتوں اور میٹنگوں میں سے کچھ میں شرکت کریں (غذائیت کی کلاسیں، والدین کی ملاقاتیں، والدین کی کلاسیں وغیرہ)۔

کیا آپ اپنی کمیونٹی کو تمام خاندانوں کے لیے بہتر بنانا چاہتے ہیں؟

- پالیسی کونسل، یا اس پروگرام کی خدمت کرنے والی بہت سی کمیٹیوں میں سے کسی ایک کلاس روم افسر کے طور پر اپنے بچے کے کلاس روم کی نمائندگی کریں۔ پالیسی کونسل کا اجلاس مہینے میں ایک بار ہوتا ہے۔ کمیٹی والدین اور کمیونٹی کے نمائندوں پر مشتمل ہے جو پروگرام کے بارے میں فیصلے کرتے ہیں (پیسے کیسے خرچ کیے جاتے ہیں، پروگرام کے اختیارات، اور پروگرام کو بہتر بنانے کے طریقوں پر تبادلہ خیال کرتے ہیں)۔
- اپنے بچے کے سکول کے PTO میں شامل ہوں۔

فیلڈ ٹرپس

جب فیلڈ ٹرپ کا شیڈول ہوتا ہے، تو فیلڈ ٹرپ میں شرکت کرنے سے پہلے ہر بچے کے پاس دستخط شدہ اجازت نامے کی پرچی ہونی چاہیے۔ دستخط شدہ اجازت کی پرچی کے بغیر بچوں کو شرکت کی اجازت نہیں ہو گی۔ اگر آپ کا بچہ حصہ لینے سے قاصر ہے یا آپ نہیں چاہتے ہیں کہ آپ کا بچہ فیلڈ ٹرپ پر جائے، تو اسے **اس دن گھر ہی رہنا چاہیے۔**

جب جگہ دستیاب ہو تو آپ کو اپنے بچے کے ساتھ فیلڈ ٹرپ میں شرکت کی ترغیب دی جاتی ہے، **لیکن ہم دوسرے بچوں یا بہن بھائیوں کو فیلڈ ٹرپ میں شرکت کی اجازت دینے سے قاصر ہیں اگر وہ ہمارے پروگرام میں شامل نہیں ہیں۔**

تحائف

ہمارا پروگرام اساتذہ اور عملے کو پروگرام سے خدمات حاصل کرنے والے کسی بھی شخص سے تحائف یا رقوم قبول کرنے کی اجازت نہیں دیتا ہے۔ اساتذہ بچوں کو تحائف فراہم نہیں کر سکتے اور کلاس روم میں بچوں کے درمیان تحائف کا تبادلہ کرنے کی بھی اجازت نہیں ہے۔ معاملہ فہمی کے لیے آپ کا شکریہ۔

صحت کے تقاضے

صحت مند بچے زیادہ کثرت سے سکول جاتے ہیں اور ان کے سکول میں کامیابی کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ آپ کے بچے کو صحت مند رہنے میں مدد کرنے کے لیے، پری سکول پروگرام کو درج ذیل چیزوں کی ضرورت ہے:

<u>آپ کو درج ذیل دستاویزات پری سکول آفس کو فراہم کرنے کی ضرورت ہے:</u>

جسمانی معائنہ

"سکول انٹرنس ہیلتھ فارم" پر مکمل جسمانی معائنہ ضروری ہے۔ معائنے میں ہیموگلوبن/ہیماٹوکریٹ، بلڈ لیڈ لیول، بلڈ پریشر، قد اور وزن، حفاظتی ٹیکے اور ٹی بی سکریننگ شامل ہیں۔ *

دانتوں کا معائنہ

صفائی اور فلورائیڈ کے علاج کے لیے دانتوں کا ابتدائی معائنہ، ہر چھ ماہ بعد روٹین اور علاج کا فالو اپ۔

*والدین اور رضاکاروں کی بھرپور حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ اپنی صحت اور ہمارے کلاس رومز میں بچوں کی حفاظت کے لیے ٹی بی سکریننگ بھی کرائیں۔

<u>پروگرام کے ذریعے مکمل کی گئی سکریننگ:</u>

نشوونما کی سکریننگ

داخلے کے 45 دنوں کے اندر اندر سکریننگ مکمل کی جاتی ہے۔ جیسا مناسب ہو چائلڈ فائنڈ کو ریفرل دیے جائیں گے۔

بولنے، سماعت اور نظر کی سکریننگ

داخلے کے 45 دنوں کے اندر اندر سکریننگ مکمل کی جاتی ہے۔ ان بچوں کے لیے ریفرل دستیاب ہوں گے جنہیں مزید پیروی کی ضرورت ہے۔

طبی علاج کے منصوبے

دمہ، کھانے کی الرجی، دوروں، ذیابیطس، یا طبی حالت کے لیے روزانہ دوائی یا علاج کی ضرورت والے کسی بھی بچے کو لائسنس یافتہ ڈاکٹر یا لائسنس یافتہ نرس پریکٹیشنر سے تحریری بیان حاصل کرنے کی ضرورت ہو گی۔ یہ لازمی ہے کہ مذکورہ بالا شرائط میں سے کسی ایک کے ساتھ تمام طلباء سکول کو صحیح فارم فراہم کریں۔ آپ کوئی بھی ضروری فارم حاصل کرنے کے لیے اپنے فیملی سروس ورکر یا ہیلتھ ٹیم سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ **بچے کے سکول شروع کرنے سے پہلے دستخط شدہ فارم اور دوا کو سکول نرس کے پاس لانا چاہیے۔**

ادویات

یہ والدین کی ذمہ داری ہے کہ وہ تمام بچوں کے تحفظ کے لیے خود ادویات کو سکول لے کر اور وہاں سے واپس لے کر جائیں۔ کسی بھی حالت میں طلباء کو سکول یا بس میں خود دوا لینے یا دوا رکھنے کی اجازت نہیں ہو گی۔

1. یہ سکول سسٹم کا ارادہ ہے کہ والد یا والدہ (والدین)/ سرپرست (سرپرستوں) کی مدد کریں، جب وہ دوائی دینے کے لیے سکول آنے سے قاصر ہوں،تو طلباء کو دوائیں دیں، تاکہ طلباء سکول میں حاضری کو برقرار رکھ سکیں۔
2. والد یا والدہ/سرپرست کی طرف سے ہر ممکن کوشش کی جائے گی کہ طالبعلم کو سکول اوقات کے بعد ضروری دوائیں مل جائیں۔ نسخہ جاتی یا بغیر نسخہ جاتی ادویات (کھانسی کی دوا، ٹائلینول، سانس کی دوا، وغیرہ) والدین/سرپرستوں کے ذریعہ سکول اوقات سے علاوہ طلباء کو دی جانی چاہیں سوائے اس کے کہ ڈاکٹر نے تجویز کیا ہو۔
3. یہ پیرنٹ/سرپرست (سرپرستوں) کی ذمہ داری ہے کہ وہ نسخہ جاتی یا بغیر نسخہ جاتی ادویات کے لیے درج ذیل فراہم کریں:
   a. پیرنٹ/سرپرست(سرپرستان) نے سکول کے عملے کے لیے بچے کو دوا دینے کی تحریری اجازت؛
   b. پیرنٹ/سرپرست کی طرف سے ایک تحریری بیان (فارمیسی لیبل قابل قبول ہو گا) جو درج ذیل بیان کرے:
      (1) نسخہ جاتی یا غیر نسخہ جاتی دوا کا نام (2) مطلوبہ خوراک
      (3) کھانے کے وقفے
      (4) دوا دینے کی مدت؛
   c دوا، جس کی معیاد ختم ہونے کی تاریخ سے زیادہ نہیں ہے؛
   d. دوا اپنی اصل ڈبی میں ہونی چاہیے۔
4. اگر دوائیوں کو ریفریجریشن کی ضرورت ہو تو والدین کو دوائی لانے سے پہلے سکول سے چیک کر لینا چاہیے کہ آیا فریج سٹوریج میں جگہ دستیاب ہے۔ محکمہ صحت کے قوانین فوڈ سروس فریج میں ادویات کو ذخیرہ کرنے کی اجازت نہیں دیتے۔
5. سکول ادویات کے گم ہونے یا گرنے کا ذمہ دار نہیں ہو گا۔
6. سکول میں دی جانے والی تمام ادویات کو بند جگہ میں رکھا جائے گا۔ صرف سکول پرنسپل کی طرف سے نامزد کردہ افراد (افراد) طلباء کو دوائیں دیں گے۔ کسی بھی حالت میں طلباء کو لاک والے علاقے سے اپنی دوا لینے کی اجازت نہیں دی جائے گی۔
7. والد یا والدہ (والدین) /سرپرست (سرپرستوں) کے تمام نوٹس، نیز معالج کے تحریری احکامات، سکول میں تعلیمی سال کے اختتام تک فائل میں رکھے جائیں گے۔

بیماری کی صورت میں پالیسی

جب آپ کا بچہ بیمار ہو، تو براہ مہربانی سکول کو کال کریں اور اساتذہ کو آپ کے بچے کی بیماری کے بارے میں مطلع کرنے کو کہیں۔ براہ مہربانی اپنے بچے کو ہر روز سکول بھیجیں جب تک کہ اسے درج ذیل نہ ہو:

- بخار (100 ڈگری یا اس سے زیادہ جب منہ سے چیک کیا جائے)
- اسہال (ایک وقت میں 2 لوز پاخانہ)
- الٹی (24 گھنٹے کے وقت کے ساتھ جب آپ کا بچہ سکول کے لیے نکلے گا)
- ناک کا بلغم جب صاف رنگ سے سبز میں تبدیل ہو جائے

اگر آپ کے بچے کو بخار، الٹی یا اسہال ہے تو اسے سکول واپس آنے سے پہلے 24 گھنٹے تک بغیر دوائی کے عالمات سے پاک رہنے کی ضرورت ہو گی۔

درج ذیل کے لیے عام طور پر ڈاکٹر سے وزٹ/کلیئرنس کی ضرورت ہوتی ہے: پنک آئی، اسٹریپ تھروٹ، رنگ وارم اور امپیٹیگو۔

اپنے معالج سے بچے کے سکول واپس جانے کے لیے ایک نوٹ ضرور طلب کریں۔ نوٹ میں درج ذیل درج ہونا چاہیے:
1~ طبی مسئلہ
2~ علاج
3~ تاریخ جب بچہ سکول واپس جا سکتا ہے۔

براہ مہربانی عملے کو بتائیں کہ آیا آپ کے بچے کو کسی ایسی بیماری کی تشخیص ہوئی ہے جو اوپر درج نہیں ہے۔

اگر آپ کا بچہ کسی بیماری کی وجہ سے سکول سے باہر ہے جس کے لیے ہسپتال میں قیام کی ضرورت ہوتی ہے یا آپ کے بچے کی سرجری ہوئی ہے (بشمول اسی دن کی سرجری) اس سے پہلے کہ وہ سکول واپس آسکیں، ڈاکٹر کا نوٹ درکار ہے۔ نوٹ میں طبی مسئلہ (ہسپتال میں داخلہ/سرجری/بیماری)، علاج، سرگرمی کی سطح اور وہ تاریخ جب بچہ سکول میں واپس جا سکتا ہے، اس کا ذکر ہونا چاہیے۔

عملہ آپ کے بچے کو کسی معالج کے پاس بھیجنے کے بارے میں بات کر سکتا ہے اگر کوئی ایسی صورت حال ہو جس پر اوپر بات نہیں کی گئی ہے لیکن پھر بھی وہ صحت سے متعلق تشویش کا باعث ہو سکتی ہے (جیسے کہ ایک غیر معمولی خارش)۔

عملہ اور رضاکار بیماری کی اس پالیسی پر عمل کریں گے جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے۔

گھر کے دورے

اساتذہ سال بھر میں گھر کے دورے اور کانفرنسیں مکمل کرتے ہیں۔ ریاستی اور مقامی حکام کی طرف سے دی گئی موجودہ رہنمائی پر منحصر ہے، کچھ دورے ورچوئل طور پر ہو سکتے ہیں۔ آپ کے بچے کے سکول شروع ہونے سے پہلے اساتذہ آپ کے ساتھ گھر پر ملیں گے تاکہ آپ کے بچے سے ایسے ماحول میں ملاقات ہو جو ان کے لیے مانوس ہو۔ تعلیمی سال کے دوران آپ کے بچے کی ترقی پر بات کرنے کے لیے دو اضافی کانفرنسیں اور ایک اضافی گھر کا دورہ ہوتا ہے۔ طے شدہ ملاقاتیں درج ذیل شیڈول پر ہوں گی:

- نومبر، سکول میں پیرنٹ/ٹیچر کانفرنس
- جنور ی سے فروری کے دوران ٹیچر کا گھر کا دورہ
- اپریل، سکول میں پیرنٹ/ٹیچر کانفرنس

فیملی سروس ورکر خاندانی اہداف پر بات کرنے اور کسی بھی تشویش میں مدد کرنے کے لیے ایک یا دو گھر کے دورے بھی طے کرے گا۔ فیملی سروس ورکر کے گھر کے دورے جولائی-نومبر، دسمبر-فروری، یا خاندانی حالات کی بنیاد پر ضرورت کے مطابق طے کیے جاتے ہیں۔

براہ مہربانی تمام ملاقاتوں میں حاضر رہنے کی کوشش کریں یا وزٹ کو دوبارہ شیڈول کرنے کے لیے 24 گھنٹے کا نوٹس دیں۔

بچوں کے ساتھ بدسلوکی اور نظرانداز کرنے کی لازمی رپورٹنگ

ورجینیا کا قانون 63.1-248.3 کہتا ہے کہ، "...کوئی بھی استاد یا سرکاری یا پرائیویٹ سکول میں ملازمت کرنے والا کوئی دوسرا شخص... جس کے پاس یہ شک کرنے کی وجہ ہو کہ بچہ زیادتی کا شکار یا نظر انداز کیا گیا بچہ ہے، وہ اس معاملے کی فوری اطلاع دے" [مقامی محکمہ بہبود کو]۔ ورجینیا قانون 63.1-248.3 مزید کہتا ہے، "...ایسا کرنے میں ناکامی کا نتیجہ جرمانہ ہو گا۔"

سکول بورڈ ضابطہ 771-1 میں کہا گیا ہے کہ والد یا والدہ یا بچے کے ذمہ دار فرد پر بدسلوکی یا نظر انداز کرنے کا شبہ ہو سکتا ہے اگر درج ذیل پیش آئے

1. بچے کو مارنے کی کوشش، یا دھمکی دی گئی؛
2. شدید جسمانی چوٹ لگائی گئی، یا پہنچانے کی دھمکی دی گئی؛
3. بچے کو مناسب طبی نگہداشت یا ضروریات زندگی سے محروم کیا گیا؛
4. بچے کو چھوڑ دیا گیا؛
5. بچے کے ساتھ جنسی فعل کا ارتکاب کیا گیا، یا کرنے کی اجازت دیی؛
6. بچے کے ساتھ جذباتی زیادتی کی گئی۔

- اگر آپ کے بچے کو گھر میں کسی بھی قسم کے زخم، خراشیں یا جھلس جاتی ہیں یا کوئی حادثہ ہوتا ہے، تو براہ مہربانی اس کی اطلاع فوری طور پر کلاس روم ٹیچر کو دیں۔

اپنے بچے کی نگرانی کے رہنما خطوط کا جائزہ لیں تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ کا بچہ ہمیشہ مناسب نگرانی میں ہے۔

اگر آپ کو شک ہے کہ کسی بچے کے ساتھ بدسلوکی ہوئی ہے یا اسے نظرانداز کیا گیا ہے، تو آپ **<u>ورجینیا چائلڈ ابیوز ہاٹ لائن سے 1-800-552-7096</u>** پر بھی رابطہ کر سکتے ہیں۔ رپورٹیں ہر روز 24 گھنٹے وصول کی جاتی ہیں اور گمنام طور پر چھوڑی جا سکتی ہیں۔

بچوں کی نگرانی کے رہنما خطوط

عمر	وقت کی حد
0 تا 8 سال	بغیر نگرانی کے نہ چھوڑا جائے
9 تا 10 سال	1.5 گھنٹے سے زیادہ اکیلا نہیں چھوڑ سکتے
11 تا 12 سال	3 گھنٹے سے زیادہ اکیلا نہیں چھوڑ سکتے
13 تا 15 سال	پورا دن اکیلے چھوڑ سکتے ہیں
16 تا 17 سال	پوری رات یا ہفتہ وار چھٹی پر اکیلے چھوڑ سکتے ہیں

بے بی سٹینگ یعنی چھوٹے بچوں کی دیکھ بھال کے لئے رہنما اصول

عمر	وقت کی حد
13 سال	4 گھنٹوں کے لیے بے بی سٹ کر سکتے ہیں
14 تا 15 سال	4 گھنٹوں تک بے بی سٹ کر سکتے ہیں/رات کو نہیں/ہفتہ وار چھٹی پر نہیں
16 تا 17 سال	رات کو یا ہفتہ وار چھٹی پر بچوں کی دیکھ بھال کر سکتے ہیں

اکیلے چھوڑنے سے پہلے، بچوں کو خود کی دیکھ بھال کی تکنیکوں کی تربیت دینے کی ضرورت ہے جیسے کہ اس سے کیسے نمٹا جائے: ہنگامی حالات، دوستوں/بہن بھائیوں کے ساتھ تنازعات، تنہائی/بوریت سے نمٹنا، ذاتی حفاظت، سادہ ابتدائی طبی امداد، اور خوف۔ انہیں یہ جاننے کی ضرورت ہے کہ ضرورت پڑنے پر ایک ذمہ دار بالغ تک کیسے پہنچنا ہے۔ سماجی خدمات کا محکمہ انفرادی طور پر ہر صورت حال کا جائزہ لیتا ہے۔

غذائیت/ سکول کے کھانے

ناشتہ اور دوپہر کا کھانا

بچوں کو سکول میں کھانا ملتا ہے۔ مینیو کا انتخاب ماہر غذائیت کرتے ہیں۔ PWCS ماسٹر مینو سے کھانے کا انتخاب کیا جاتا ہے جن میں چینی، نمک اور چکنائی کم ہوتی ہے۔ تمام ہیڈ اسٹارٹ طلباء کے لیے کھانا مفت ہے۔ VPI طلباء کے والدین کو آن لائن فری-کم قیمت کھانوں کی درخواست کو مکمل کرنا چاہیے اور وہ مفت یا کم کھانے کے لیے اہل ہو سکتے ہیں۔ **مینو میں نٹ اور سور کا گوشت شامل نہیں۔** کلاس روم میں تمام بچوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کے لیے، **کسی قسم کے کھانے یا مشروبات کو کلاس روم میں دوسروں کے ساتھ بانٹنے کے لیے لانے کی اجازت نہیں ہے۔** اس میں سالگرہ یا تعطیلات کی دعوت کی اشیا شامل ہیں۔ براہ مہربانی سنک کی اشیاء نہ بھیجیں، کیونکہ پری سکول کے شیڈول میں سنیک کا وقت شامل نہیں ہے۔

اگر والدین مفت کھانے کے لیے اہل نہیں ہیں، تو وہ اپنے بچے کے لیے گھر سے صحت بخش کھانا پیک کر کے بھیج سکتے ہیں۔

انفرادی مینو اس وقت لکھے جاتے ہیں جب کسی بچے کو کھانے کی الرجی ہو یا کوئی خاص طبی حالت ہو۔ ڈاکٹر کا جاری کردہ فوڈ الرجی ایکشن پلان سکول شروع ہونے سے **کم از کم 5 دن پہلے** مکمل کرنا لازمی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ضروری ادویات سکول نرس کو پہنچانے کی ضرورت ہے۔ اس سے یہ یقینی بنانے میں مدد ملتی ہے کہ متعلقہ عملے کے پاس بچوں کو محفوظ اور صحت مند رکھنے کے لیے ضروری معلومات موجود ہیں۔

بچے کلاس روم میں "گھر والے انداز" میں کھانا کھاتے ہیں۔ کھانا بڑے سرونگ پیالوں میں پیش کیا جاتا ہے اور بچوں کو، اساتذہ کی ہدایت کے ساتھ، ٹیبل سیٹ کرنے، خود کے لیے ڈالنے اور صفائی کرنے کا طریقہ سیکھتے ہیں۔ اس سے بچوں کو سماجی مہارت اور آداب پیدا کرنے میں مدد ملتی ہے۔ تمام بچوں کو پیش کردہ کھانوں کو چکھنے کی ترغیب دی جاتی ہے؛ تاہم، انہیں کھانے پر مجبور نہیں کیا جاتا۔ نیوٹریشنسٹ کے ذریعہ مینو کے انتخاب یا مقامی کسانوں کے ذریعہ فراہم کردہ "تازہ پھل اور سبزی" کے انتخابات کے ذریعے نئے کھانے متعارف کروائے جاتے ہیں۔

والدین کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ اپنے بچے کے ساتھ کھانے کے لیے سکول آئیں۔ والدین کا کھانا پروگرام کے ذریعہ فراہم نہیں کیا جاتا ہے۔ والدین گھر میں تیار کردہ صحت بخش کھانا لا سکتے ہیں یا وہ کیفے ٹیریا سے کھانا خرید کر کلاس روم میں لے جا سکتے ہیں۔ والدین کو کھانا لانے سے پہلے اساتذہ سے چیک کر لینا چاہیے کہ ان کے کلاس روم میں فوڈ الرجی والے لوگوں کو آنے کی اجازت نہیں ہے۔ (کوئی بھی ریستوراں سے کھانا نہیں لا سکتا ہے کیونکہ اجزاء کی تصدیق نہیں کی جا سکتی ہے۔)

صحت مند غذائیت بچوں کے دماغ اور جسمانی نشوونما کے لیے اہم ہے۔ بچوں کی نشوونما کے تمام نمونوں، قد اور وزن کی جانچ ماہر غذائیت کے ذریعے کی جاتی ہے۔ پورے سال کے دوران والدین کے لیے صحت مند کھانے کی کلاسیں بھی پیش کی جاتی ہیں۔ اگر آپ کو اپنے بچے کی نشوونما یا کھانے کی عادات کے بارے میں کوئی سوال ہے، تو براہ مہربانی غذائیت کے ماہر سے رابطہ کریں۔

دانتوں کی صفائی

بچے ہر روز اپنے پہلے کھانے کے بعد اپنے دانت صاف کرتے ہیں۔ یہ اساتذہ کے ساتھ ایک چھوٹی گروپ کی سرگرمی ہے کیونکہ 8 سال سے کم عمر کے بچوں کو دانت صاف کرتے وقت بالغوں کی نگرانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچے اپنے دانتوں اور زبان کے تمام حصوں کو برش کرنا سیکھتے ہیں جیسا کہ اساتذہ انہیں دکھاتے ہیں۔ دانتوں کا برش روزانہ جراثیم سے پاک کیا جاتا ہے اور سال کے دوران وقتاً فوقتاً تبدیل کیا جاتا ہے۔

سکول بند ہونا

اگر سکول کسی بھی وجہ سے بند یا تاخیر کا شکار ہے (خراب موسم) تو **اپنے سکول ڈسٹرکٹ** کے طریقہ کار پر عمل کریں۔ اپنے مقامی ٹی وی یا ریڈیو سٹیشن کو سنیں یا تفصیلات کے لیے سکول کی ویب سائٹ یا APP دیکھیں۔ آپ ٹیکسٹ پیغامات یا الرٹس کے لیے سائن اپ کر سکتے ہیں۔ مزید تفصیلات کے لیے براہ مہربانی اپنے سکول آفس سے رابطہ کریں۔

براہ مہربانی نوٹ کریں کہ جب 2 گھنٹے کی تاخیر ہوتی ہے تو صبح کے آدھے دن کی کلاسیں معمول سے 2 گھنٹے تاخیر سے سکول آئیں گی اور معمول سے 1 گھنٹہ تاخیر سے گھر بھیجی جائیں گی۔ دوپہر کے آدھے دن کی کلاسیں معمول سے 1 گھنٹہ تاخیر سے سکول آئیں گی اور وقت پر گھر بھیج دی جائیں گی۔ پورے دن کی کلاسیں معمول سے دو گھنٹے بعد سکول آئیں گی اور وقت پر گھر بھیج دی جائیں گی۔

جلدی چھٹی کی وجہ سے، دوپہر کی کوئی کلاسیں منعقد نہیں ہوں گی۔

سکول کے لوازمات

آپ کے بچے کو سکول کے لیے صرف ایک بیگ کی ضرورت ہے۔ ہمارا پروگرام دیگر تمام اشیا فراہم کرتا ہے۔ براہ مہربانی اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کا بچہ ہر روز بیگ لے کر آئے۔

آپ کے بچے کے استاد معلومات کو بیگ میں گھر بھیجیں گے لہذا براہ مہربانی اسے روزانہ چیک کریں۔ آپ بیگ میں اپنے بچے کے استاد کو نوٹ بھیج سکتے ہیں۔ براہ مہربانی گھر بھیجے گئے تمام فارمز کو فوری طور پر واپس کریں اس بات کو یقینی بناتے ہوئے کہ ان پر دستخط کیے گئے ہیں اور مکمل طور پر پُر کیے گئے ہیں۔

خراب ہونے یا کھو جانے سے بچانے کے لیے گھر سے کھلونے نہ بھیجیں۔

جو والدین اپنے بچے کے لیے کھانا پیک کرنے کا انتخاب کرتے ہیں انہیں چاہیے کہ وہ صحت مند کھانے بھیجیں۔ کینڈی، ذائقہ دار مشروبات، یا سوڈا کی اجازت نہیں ہے۔ طلباء اپنے ساتھ پانی لا سکتے ہیں تاکہ پیاس لگنے پر پی کر دوبارہ سکول میں دوبارہ بھر سکیں۔

سماجی جذباتی صحت

پروگرام کے عملے کے ارکان خاندانوں کو ذہنی صحت کی خدمات حاصل کرنے میں مدد کے لیے دستیاب ہیں۔ سماجی جذباتی ماہرین:

- کلاس روم میں بچوں کی سماجی جذباتی نشوونما کا مشاہدہ کرتے ہیں۔
- بچوں کو ان کے رویے اور جذبات کو منظم کرنے میں مدد کرنے کے لیے شعوری نظم و ضبط کا استعمال کرتے ہیں۔
- والدین کو شعوری نظم و ضبط کی مداخلتوں پر مفت ورکشاپس کی پیشکش کرتے ہیں تاکہ وہ بھی اپنے بچوں کو جذبات کی شناخت کرنے، ساتھیوں اور بڑوں کے ساتھ مثبت تعلقات استوار کرنے، اور کاٹنے، مارنے، یا چیخنے جیسے ناپسندیدہ طرز عمل کو تبدیل کرنے کے لیے صحت مند مقابلہ کرنے کی مہارتیں تیار کر سکیں۔
- خاندانوں کو فون، ای میل، زوم، اور رو برو ملاقاتوں کے ذریعے مرکزی دفتر یا سکول کے مقامات پر ان کی ضروریات کو پورا کرنے میں مدد کے لیے گھر کے دورے اور ریفرل خدمات، جیسے مشاورت، سپورٹ گروپس، اور کمیونٹی وسائل فراہم کرتے ہیں۔

کلاس روم میں، پروگرام بچوں کو یہ سکھانے کے لیے دوسرے مرحلے اور شعوری نظم و ضبط کے نصاب کا استعمال کرتا ہے کہ کیسے محفوظ طریقے سے اپنے جذبات کی شناخت اور اظہار کیا جائے۔ یہ مداخلتیں بچوں کو خود کو منظم کرنے اور محفوظ انتخاب کرنے کے لیے تیار کرتی ہیں۔

خصوصی ضروریات

پری سکول سکریننگ ہر سال ڈیولپمنٹ، ہیئرنگ، سپیچ اور ویژن کے شعبوں میں کی جاتی ہے۔

اگر نتائج کسی تشویش کی نشاندہی کرتے ہیں، تو آپ کے بچے کے استاد یا مناسب ماہر ان کے خدشات پر بات کرنے کے لیے آپ سے رابطہ کریں گے اور اس بات کی نشاندہی کریں گے کہ آیا وہ مزید جانچ اور تشخیص کے لیے حوالہ ضروری سمجھتے ہیں یا نہیں۔ نتائج آپ کے ساتھ میٹنگ کے دوران شیئر کیے جائیں گے اور اصلاحی علاج اور/یا انفرادی تعلیمی منصوبوں کے لیے سفارشات پیش کی جائیں گی۔ اگر آپ کو اپنے بچے کی نشوونما کے بارے میں کوئی تشویش ہے، یا اگر آپ کو شک ہے کہ آپ کے بچے کی نشونما میں تاخیر ہوئی ہے، تو اپنے بچے کے استاد سے رابطہ کریں۔

دستیاب داخلے کا کم از کم دس فیصد (10 فیصد) معذور بچوں کے لیے مخصوص ہے۔

پیرنٹ ریسورس سینٹر موجود ہے جو خصوصی ضروریات والے بچوں کے والدین اور اساتذہ کو مدد، تربیت اور معلومات فراہم کرتا ہے۔ یہ کیلی لیڈرشپ سینٹر میں واقع ہے۔

رضاکارانہ کام کرنا

والدین کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ رضاکارانہ طور پر کام کریں اور کلاس روم کا دورہ کریں۔ براہ مہربانی سکول میں رضاکارانہ خدمات سے متعلق قواعد و ضوابط کے لیے پیرنٹ ہینڈ بُک کا پچھلا حصہ دیکھیں۔

رضاکاروں کے لیے ضروری ہے کہ وہ پری سکول آفس کو درج ذیل کا ثبوت فراہم کریں اور رضاکارانہ خدمات انجام دینے سے پہلے رضاکارانہ ذمہ داری کے فارم پر دستخط کریں:

- منفی ٹی بی ٹیسٹ یا سکریننگ (پچھلے سال کے اندر کی گئی ہو)

والدین کلاس روم میں اپنے بچے کے ساتھ کھانا کھا سکتے ہیں، تاہم پروگرام والدین کے لیے کھانا فراہم نہیں کرتا۔ والدین گھر میں تیار کردہ صحت بخش کھانا لا سکتے ہیں (ریستوران کا کھانا یا فاسٹ فوڈ نہیں) یا وہ کیفے ٹیریا سے کھانا خرید کر کلاس روم میں لے جا سکتے ہیں۔ والدین کو کھانا لانے سے پہلے اساتذہ سے چیک کر لینا چاہیے کہ ان کے کلاس روم میں فوڈ الرجی والے لوگوں کو آنے کی اجازت نہیں ہے۔

بدقسمتی سے، جب آپ رضاکارانہ طور پر کام کر رہے ہوتے ہیں، تو آپ اپنے دوسرے بچوں کو کلاس روم میں لانے سے قاصر ہوتے ہیں جب تک کہ یہ والدین کی میٹنگ نہ ہو۔

تمام والدین اور سکول کے ملاقاتیوں کو ہر دورے پر سکول کے دفتر میں سائن ان کرنا چاہیے اور ایک تصویری شناخت فراہم کرنی چاہیے۔ ہم یہ بھی کہتے ہیں کہ آپ کلاس روم پیرنٹ بلیٹن بورڈ میں کے لیے بھی سائن ان کریں تاکہ ہمارے پاس کلاس روم میں آپ کی مدد کا ریکارڈ موجود ہو۔

- **سکول میں بچوں، عملے اور دوسروں کے ساتھ آپ کے رابطے پر مبنی معلومات کو خفیہ تصور کیا جاتا ہے اور اسے سکول یا سکول کے باہر گفتگو میں استعمال نہیں کیا جا سکتا۔**
- **رضاکارانہ طور پر کام کرتے ہوئے پر اپنے بچوں کے علاوہ دیگر بچوں کی تصاویر یا ویڈیوز بنانا منع ہیں۔**
- **سکول کی تمام عمارتیں دھویں اور منشیات سے پاک ماحول ہیں۔**
- **براہ مہربانی کلاس روم میں یا فیلڈ ٹرپ کے دوران اپنے سیل فون کا استعمال نہ کریں۔**

رضاکاروں کے لیے ہینڈ بک

خوش آمدید

عزیز اہل خانہ،

ہمیں یہ جان کر خوشی ہوئی کہ آپ نے اپنے بچے کے کلاس روم میں مدد کرنے کے لیے رضاکارانہ طور پر کام کیا ہے۔

تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ جب والدین اور خاندان اپنے بچوں کے سکولوں میں شامل ہوتے ہیں، تو بچے بہتر کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں اور سکول جانے کے بارے میں بہتر جذبات رکھتے ہیں۔ نیز، جو والدین اپنے بچوں کے کلاس روم میں شرکت کرتے ہیں وہ اپنے بچے کی سکول کی کامیابی میں مدد کرنے کے لیے بہتر طور پر تیار ہوتے ہیں۔ آپ کی حمایت اور شمولیت پروگرام کو مضبوط بناتی ہے۔ ہر گھنٹہ جو آپ کلاس روم میں کام کرتے ہیں اور اپنی خدمات کو رضاکارانہ طور پر خرچ کرتے ہیں اس کی پری سکول پروگرام کی نقد قیمت ہوتی ہے۔

ہمارا گرانٹی، پرنس ولیم کاؤنٹی پبلک سکول سسٹم، پرنس ولیم کے علاقے میں کم آمدنی والے خاندانوں کے لیے پری سکول پروگرام فراہم کرنے کے لیے وفاقی اور ریاستی فنڈز حاصل کرتا ہے۔ فیڈرل ٹیکس ڈالرز سے حاصل ہونے والی رقم کا پچیس فیصد (25 فیصد) سامان، خدمات، سہولیات، اور رضاکارانہ اوقات کے عطیات سے مماثل ہونا چاہیے—اس لیے آپ کے رضاکارانہ اوقات شمار کیے جاتے ہیں!

اس کتابچے میں یہ معلومات ہیں کہ آپ اپنے بچے کے کمرہ جماعت میں رضاکارانہ طور پر کیسے اور کہاں مدد کر سکتے ہیں۔ یہ رہنمائی فراہم کرتا ہے کہ آپ کے بچے کے کلاس روم میں طلباء سے کیسے بات کی جائے اور کلاس روم میں کیسے مدد کی جائے۔ اگر آپ کے کوئی سوالات یا خدشات ہیں تو براہ مہربانی اپنے کلاس روم ٹیچر سے بات کریں۔

ہمیں امید ہے کہ یہ کتابچہ کلاس روم میں آپ کے وقت کو کامیاب بنانے میں مدد کرے گا۔

رضاکار کا کردار

رضاکارانہ پروگرام کا بنیادی مقصد رضاکار اور بچے کی نشوونما کو بڑھانے کے مواقع فراہم کرنا ہے۔

رضاکار ہمارے پروگرام کا ایک بہت اہم حصہ ہیں، اور اہل خانہ کے پاس کلاس روم میں کام کرنے، ہفتہ وار نصابی رابطوں کو مکمل کرنے، پیرنٹ کمیٹیوں میں خدمات انجام دینے، یا ہماری پالیسی کونسل میں مدد کرنے کے کئی مواقع ہیں۔

کمیونٹی رضاکاروں کا بھی خیرمقدم کیا جاتا ہے اور وہ انسانی خدمت کے بہت سے اداروں، کالجوں، نرسنگ سکولوں اور دیگر تنظیموں سے آ سکتے ہیں۔

بچوں کے ساتھ بات چیت کرنا

طلباء سے بات کرتے وقت، چیزوں کو مثبت انداز میں بیان کرنا ضروری ہے۔ اس سے بچے کو یہ جاننے میں مدد ملتی ہے کہ آپ منفی رویے پر توجہ مرکوز کرنے کے بجائے یہ جاننا چاہیں گے کہ اسے کیا کرنا چاہیے۔

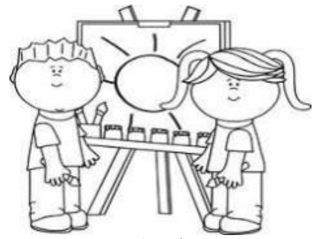
یہاں کچھ مثالیں ہیں:

- "دوڑیں نہیں" کے بجائے "براہ مہربانی چلنے کے لیے اپنے پاؤں کا استعمال کریں"۔
- "چلائیں نہیں" کے بجائے "براہ مہربانی اپنے اندر کی آواز کا استعمال کریں"۔

کلاس روم لرننگ سینٹر

ایک لرننگ سینٹر عام طور پر کلاس روم کے اندر ایک مخصوص علاقہ ہوتا ہے جو طلباء کو ان کے سیکھنے کی مشق، افزودگی اور اضافہ کرنے کے لیے پرجوش اور دلچسپ تجربات فراہم کرتا ہے۔ اس قسم کے مراکز مکس سرگرمیوں، آرٹ کے سامان، کتابوں اور دیگر تدریسی آلات سے بھرے ہوتے ہیں۔ یہاں کچھ مخصوص شعبے ہیں، جن میں رضاکاروں سے مدد کے لیے کہا جا سکتا ہے۔ ہر مختلف علاقے میں کچھ وقت گزارنے کی کوشش کریں۔

آرٹ سینٹر



آرٹ میں کریون یا واٹر کلر کا استعمال کرتے ہوئے پینٹنگ، پلے ڈو، گلونگ، کٹنگ، یا لکھنا شامل ہو سکتا ہے، یہ صرف چند نام ہیں۔ پراجیکٹ شروع کرنے میں بچے کی مدد کرنے کے لیے: کہیں کہ"آپ کیا کرنا چاہتے ہیں؟" یقینی بنائیں کہ بچوں کے نام پراجیکٹس پر ہوں۔

بچہ اپنے طور پر جو بھی کرتا ہے اسے قبول کریں۔ یاد رکھیں کہ چیزوں کو "کیسا نظر آنا چاہئے" کے بارے میں ہر ایک کا الگ الگ خیال ہے۔ آپ ایسی چیزیں کہہ سکتے ہیں: "مجھے اپنی تصویر کے بارے میں بتائیں" یا "آپ نے اپنی پینٹنگ میں بہت سرخ رنگ استعمال کیا ہے۔" "کیا آپ کو سرخ رنگ پسند ہے؟"

بلاک سینٹر

بلاک سے کھیلنا بہت سی مہارتوں کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔

زبان کی مہارتیں: پوچھنے کی کوشش کریں "آپ کا ٹاور کتنا بڑا ہے؟" "لمبا بلاک کہاں ہے؟" یا "آپ نے اسے کیسے بنایا؟"

ابتدائی ریاضی کی مہارتیں: "کیا ٹرک کو بھرنے میں پانچ بلاکس یا تین بلاکس لگیں گے؟" یا "کس ٹاور میں زیادہ بلاکس ہیں؟"

مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتیں: "کیا یہ بلاک چھوٹے بلاکس پر توازن رکھ سکے گا؟"

بک سینٹر

آپ کسی ایک بچے یا بچوں کے گروپ کے لیے پڑھ سکتے ہیں۔ بچے کو کتاب منتخب کرنے دیں۔ یقینی بنائیں کہ آپ اور بچے آرام دہ ماحول میں ہیں۔ یقینی بنائیں کہ تمام بچے تصاویر دیکھ سکتے ہیں۔ بچوں کو دکھائیں کہ کتابوں کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کا طریقہ آپ کے پکڑنے کا طریقہ اور صفحات کو موڑنا ہے۔ احساس کے ساتھ پڑھیں! بچوں کو یہ بہت پسند ہے۔

بک سینٹر میں خاموش رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔ کتاب میں تصویروں کے بارے میں یا کتاب کے بارے میں سوالات کے طور پر بات کرنے کی حوصلہ افزائی کریں۔

ڈرامائی کھیل کا مرکز

اس علاقے میں بچے "ڈرامہ" کرتے ہیں۔ یہاں کچھ چیزیں ہیں جو وہ سیکھتے ہیں:
تعاون: دوستوں کے ساتھ بانٹنے کا طریقہ۔
زندگی کی مہارتیں: والدہ یا والد کیسے بنیں۔ گھرکیسے صاف کریں۔ فون کا جواب کیسے دیں۔ یہ علاقہ ڈاکٹر کا دفتر، جوتوں کی دکان، گروسری سٹور وغیرہ ہو سکتا ہے۔
یہ ایک "مصروف" علاقہ ہے۔ بچے آپ کو ان کے کھیل میں شامل کرنا پسند کرتے ہیں۔

باہر کا وقت

بچے باہر کے وقت کے دوران بڑے پٹھوں کا استعمال کرتے ہیں۔ بچوں کو حفاظتی اصولوں پر عمل کرنے میں مدد کریں۔ ٹرائی سائیکلوں کے بہاؤ کو منظم کریں اور ایک دوسرے سے ٹکرانے سے گریز کریں۔
کھلونے بانٹنے اور باری لینے میں بچوں کی مدد کریں۔ سلائیڈ اور اوپر چڑھنے کی سرگرمیوں کی قریب سے نگرانی کریں۔ منظم کھیلوں میں شامل ہوں۔

ریت/پانی کی میز

یہ علاقہ بچوں کی حوصلہ افزائی کرتا ہے کہ وہ مائع اور ٹھوس چیزوں کو ڈالنے اور ان کی پیمائش کے ساتھ تجربہ کریں۔ شکلوں اور ساخت کی شناخت کے لیے بچوں کے ساتھ کام کریں۔ پوچھیں "کیسا محسوس ہوتا ہے؟" بچوں سے بات کریں کہ وہ کیا کر رہے ہیں۔ پوچھیں "کیا چھوٹی بالٹی میں موجود پانی بڑی بالٹی کو بھر دے گا؟" بچوں کو بات چیت کرنے اور زبان استعمال کرنے میں مدد کریں۔ پوچھیں "میں دیکھ رہا ہوں کہ آپ بہت پرجوش ہیں۔ مجھے بتاؤ آپ کیا بنا رہے ہو؟"

سائنس سینٹر

یہاں بچے سیکھتے ہیں کہ چیزیں کیسے کام کرتی، چلتی، محسوس ہوتی، ایک ساتھ کیسے رہتی ہیں۔ وہ مختلف قسم کے جانوروں کے بارے میں سیکھتے ہیں اور چیزیں کیسے بڑھتی ہیں۔ آپ پتے، کتابیں، لاٹھیاں، جانور، مچھلی، میگنیٹ، ترازو، تھرمامیٹر، دوربین، اور موسیقی کے آلات دیکھ سکتے ہیں۔ آپ کسی گروپ کے ساتھ یا ایک بچے کے ساتھ کام کر سکتے ہیں۔ بچوں کی یہ دریافت کرنے میں مدد کریں کہ چیزیں کیسے کام کرتی ہیں، چیزوں کا وزن کتنا ہے، اور چیزیں کتنی لمبی ہیں۔

گھر میں اکٹھے کھانا کھانے کے طریقے پر مبنی کھانے

کلاس روم میں پوسٹ کیے گئے مینیو کو پڑھیں۔ **کچھ کلاس رومز میں مخصوص غذائی ضروریات) کھانے کی الرجی یا مذہبی ترجیحات (والے بچوں کے لیے مینیو پوسٹ کیے گئے ہیں۔ یہ اہم ہے کہ ان بچوں کو صرف اپنے مینو میں درج کھانے کی چیزیں ملیں!**

بچوں کے کھانے سے پہلے میزوں اور کاؤنٹر ٹاپس کو چھڑک کر صاف کیا جاتا ہے۔ آپ اس میں مدد کر سکتے ہیں، ٹیچر اسسٹنٹ سے پوچھیں کہ صفائی کا سامان کہاں پڑا ہے۔ آپ درج ذیل میں بھی مدد کر سکتے ہیں:

- کھانے سے پہلے بچوں کے ہاتھ دھونے کی نگرانی کریں۔
- تمام کھانوں کو سرونگ پیالوں میں یا ہر میز کے لیے سرونگ پلیٹوں میں رکھیں۔ (بالغوں کو کھانا ڈالنے والے پیالوں میں اور کھانا ڈالنے والی پلیٹوں میں ڈالنے سے پہلے ہاتھ دھونے اور پلاسٹک کے دستانے پہننے چاہیں)۔
- کلاس روم کے مددگاروں کی مدد کریں (بچوں کو پلیٹیں، کھانے کے برتن، سٹرا اور نیپکن میزوں پر رکھنے میں مدد کے لیے تفویض کیا جائے گا)۔
- بچوں کے ساتھ کھانا کھائیں۔ یاد رکھیں کہ کھانے کے لیے بچوں کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے، لیکن کھانے پینے پر مجبور نہیں کیا جاتا۔ پروگرام والدین کا کھانا فراہم نہیں کرتا۔ والدین گھر میں تیار کردہ صحت بخش کھانا لا سکتے ہیں یا وہ کیفے ٹیریا سے کھانا خرید کر کلاس روم میں لے جا سکتے ہیں۔ والدین کو کھانا لانے سے پہلے اساتذہ سے چیک کر لینا چاہیے کہ ان کے کلاس روم میں فوڈ الرجی والے لوگوں کو آنے کی اجازت نہیں ہے۔)
- بچے کھانے کے بعد صفائی کرتے ہیں۔ ضرورت کے مطابق ٹیچر اور ٹیچر اسسٹنٹ کی مدد کریں۔
- کھانے کی کارٹ کیفے ٹیریا میں واپس پہنچائیں۔
- سپرے کریں اور میزوں کو دوبارہ صاف کریں اور میزوں کے ارد گرد جھاڑو دیں۔
- کچرے کے ڈبے کو ڈھکن سے ڈھانپیں یا بیگ کو مضبوطی سے باندھ دیں۔

صحت و تحفظ

رضاکاروں کو رضاکارانہ خدمات انجام دینے سے پہلے پری سکول آفس کو درج ذیل کا ثبوت فراہم کرنے کی ضرورت ہے:

- منفی ٹی بی ٹیسٹ یا سکریننگ (پچھلے سال کے اندر کی گئی ہو)

میڈیکل ایمرجنسی کے طریقہ کار ہیلتھ بلیٹن بورڈ پر پوسٹ کیے گئے ہیں۔ کلاس روم کے فون کا مقام، ہنگامی فون نمبرز، اور کلاس روم سے نکلنے کے راستے کو باہر نکلنے کے دروازے پر پوسٹ کیا جاتا ہے۔

ذاتی حفظان صحت

دانتوں کی صفائی:

- ہر بچے کو اس کے ٹوتھ برش کی شناخت میں مدد کریں۔
- ہر بچے کے لیے کپ کے سائیڈ پر ایک کپ پانی اور ٹوتھ پیسٹ کا ایک ڈاٹ فراہم کریں۔
- برش کرنے کی اچھی عادات کی حوصلہ افزائی کریں۔ بچے کے برش کرتے وقت 20 تک گنیں۔

بیت الخلاء:

- بچوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنے طور پر جتنا زیادہ سے زیادہ کر سکیں۔
- بچوں کو ٹوائلٹ فلش کرنے اور ٹوائلٹ استعمال کرنے کے بعد اپنے ہاتھ دھونے کی یاد دلائیں۔
- ہاتھ دھونے کے لیے پانی کے درجہ حرارت کو مناسب کریں۔

ہاتھ دھونے کے طریقہ کار:

1. گرم پانی سے ہاتھ گیلے کریں۔
2. صابن کا استعمال کریں۔
3. جھاگ بنانا اور رگڑیں (ہیپی برتھ ڈے کے گانے کی مدت تک)
4. اچھی طرح دھوئیں
5. ہاتھ خشک کریں

کلاس روم کے رضاکاروں کے اوقات کو نوٹ کرنا

کلاس روم میں رضاکارانہ خدمات انجام دیتے وقت، براہ مہربانی سکول کے دفتر میں سائن ان کرنا اور کلاس روم میں والدین کی رضاکارانہ سائن ان شیٹ پر سائن کرنا یاد رکھیں۔ اس شیٹ پر، براہ مہربانی:

1. تاریخ لکھیں
2. اپنے نام کے دستخط کریں
3. آپ کے پہنچنے کا وقت اور جانے کا وقت لکھیں

خصوصی تحفظات

- کلاس روم میں آنے سے پہلے اپنے بچوں سے بات کریں تاکہ انہیں تیار کیا جا سکے کہ آپ کلاس میں **تمام** بچوں کے ساتھ کام کریں گے۔ کبھی کبھی آپ کا بچہ پرجوش ہوتا ہے کیونکہ آپ وہاں ہوتے ہیں، غلط برتاؤ کر سکتا ہے، یا رو سکتا ہے۔ اگرچہ یہ مشکل ہے، آپ کو رویے کو نظر انداز کرنا چاہیے، ڈانٹنا نہیں اور پرسکون رہنا چاہیے۔ استاد کو صورتحال کو سنبھالنے دیں۔ ہم وعدہ کرتے ہیں کہ آپ جتنا زیادہ رضاکارانہ طور پر کام کریں گے، آپ کا بچہ اتنا ہی بہتر طریقے سے ایڈجسٹ ہو گا۔ جب بھی آپ تشریف لائیں گے وہ زیادہ پرسکون ہو گا۔ (بچوں کو اس وقت فخر ہوتا ہے جب ان کے خاندان کا کوئی فرد کلاس روم میں آتا ہے)۔ **کلاس روم میں صرف داخل شدہ بچوں کو ہی اجازت ہے۔ جب آپ رضاکارانہ طور پر کام کر رہے ہوں تو بہن بھائیوں کو گھر پر چھوڑنا چاہیے۔**

- نظم و ضبط استاد کی ذمہ داری ہے جب تک کہ آپ سے مدد کے لیے نہ کہا جائے یا کوئی ہنگامی صورت حال ہو۔ استاد بچوں اور کلاس روم کے معمولات کو جانتا ہے۔ معمولی حالات کو نظر انداز کریں۔ بچے اکثر محض توجہ حاصل کرنے کے لیے کچھ کرتے ہیں۔ بچوں کو نظم و ضبط کی ایک شکل کے طور پر کبھی مارا، دھکا یا جھٹکا نہیں دینا چاہیے۔

- بچے کا کلاس روم کا رویہ نجی معلومات ہے اور اس پر دوسرے والدین کے ساتھ <u>کبھی بات نہیں</u> کی جانی چاہیے۔

- یاد رکھیں کہ ہمارے پری سکول پروگراموں میں معذور بچے شامل ہیں اور آپ ہمیشہ نہیں جان پائیں گے کہ وہ کون ہیں.... براہ کرم ہر بچے کی انفرادیت کا احترام کریں۔

- بچوں کی کھانے کے لیے حوصلہ افزائی کی جائے لیکن کھانے پر کبھی مجبور نہ کیا جائے۔ بچوں کو نظم و ضبط کی ایک شکل کے طور پر کھانے سے کبھی انکار نہیں کرنا چاہیے۔

- بچوں سے بات کرتے وقت ہمیشہ آہستہ آواز کا استعمال کریں کیونکہ وہ آپ کے رویے کی نقل کریں گے۔

- سکول املاک پر یا سکول سے متعلق دوروں پر بچوں کی موجودگی میں سگریٹ نوشی یا ویپنگ کی اجازت نہیں ہے۔

- براہ مہربانی کلاس روم میں رہتے ہوئے اپنا سیل فون استعمال نہ کریں یا کسی بچے کی ویڈیو یا تصاویر نہ لیں۔

- آپ کا رضاکارانہ تجربہ آپ کو کمیونٹی میں متعلقہ ملازمتوں کے لیے تیار کر سکتا ہے (جیسے استاد کا معاون، متبادل استاد یا کیفے ٹیریا ورکر)۔