د پری سکول زده کوونکو د والدینو لاسی کتاب

SOMS-Preschool_Parent Handbook_Pashto

د پرنس ویلیم کاونټی ښوونځي
د پری سکول پروګرام دفتر

703-791-8708

www.pwcs.edu/headstart

prekprograms@pwcs.edu

د پرنس ویلیم د پری سکول پروګرامونه

www.pwcs.edu/headstart

فزيکي پته: 14800 Joplin Road, Manassas, VA 20112
د پوسټ یا میل پته: P.O. Box 389, Manassas, VA 20108
برېښنالیک: **PreKPrograms@pwcs.edu**
د ټلیفون شمیره: 791-8708 (703)

ښه راغلاست

د پرنس ویلیم کاونټي د پری سکول پروګرامونه د پری سکول هغه ماشومانو لپاره د پرمختګ موندلو په موخه هر اړخیزه پروګرامونه دی چې په پرنس ویلیم کاونټي کې ژوند کوي.

زمونږ موخه دا ده چې د پری سکول یا وړکتون ماشومانو او د هغوی کورنیو لپاره یو معیاری پروګرام وړاندې کړو چې په زده کړو، روغتیا، ټولنیزو مهارتونو او د والدینو په ښکیلتیا ټینګار وکړی. د والدینو په توګه، تاسو په دې کار کې اړین رول لوبوی. مونږ به د یو ټیم په شکل په ګډه سره کار وکړو ترڅو ستاسو د ماشوم د ودې او پراختیا/پرمختګ لپاره فرصتونه برابر کړو.

مونږ الهام ورکوونکی چاپیریال او مسلکی کارکوونکی لرو. مونږ د ټولنیزو سرچینو له لارې د کورنیو سره د هغوی او د هغوي د ماشومانو اړتیاوې پوره کولو کې مرسته کوو.

دا لاسی کتاب/لارښود باید د پروګرام په اړه ستاسو ډیرو پوښتنو ته ځواب ووايي. هڅه وکړئ چې دا لاسی کتاب/لارښود په یو سم ځای کې وساتئ ترڅو وکولی شئ د ښوونځی کال په اوږدو کې ورته مراجعه وکړئ.

د پری سکول والدینو د لارښوونی ویډیوګانې

اړین اسناد

د ښوونځي پیل کولو لپاره چمتووالی

د پری سکول پروګرام ټیم / د کورنیو خدمتونه

خواړه

روغتیا

ټرانسپورټ

د ټولګی نصاب/درسونه

د ښوونځي حاضري

رضاکارانه چاری تر سره کول

د محتوی فهرست

غير حاضری او په ځنډ سره حاضريدل 5
په ښوونځی کې پيښي او ټپونه 5
د چلند کولو کړنلاری 6
د بس ټرانسپورټ 7
ګرځنده ټليفونونه 8
جامي/لباس 8
د چلند کولو اصول/قانون 8
د انديښني / شکايت د حل کړنلاره 9
آګاهانه يا با شعوره ډسپلين 9
په ماشومتوب کی زده کړه/تعليم 10
د بيړنی حالت کارتونه 12
بيړنی حالتونه 12
د کورنيو د خدمتونو کارکوونکی 12
د کورنيو ښکيلتيا 13
سيمه ييزه/ساحوی سفرونه 13
ډالی/تحفی 13
روغتيايی اړتياوې/شرائط 14
د کور څخه ليدني او کنفرانسونه 17
ماشومانو سره د ناوړه چلند او غفلت په اړه اجباری راپور ورکونه 17
تغذيه / خواړه 19
د ښوونځيو ترل کيدل او په ځنډ سره پرانيستل کيدل 20
د ښوونځی توکي 21
ټولنيز- احساساتي روغتيا 21
د ځانګړی زده کړو پروګرام او د نشونما / ودی سکرينګ 21
رضاکارانه چاری تر سره کول 22

غیر حاضری او په ځنډ سره حاضریدل

ماشومان باید هره ورځ ښوونځی ته حاضر شی پرته له دی که ناروغه وی، دا ځکه چې ماشومان د زده کړې او عادی کارونو سره په عادت کیدو کې ستونزه لری کله چې غیر حاضری تر سره کړي یا ښوونځی ته ناوخته راځی.

د مور/ پلار مسؤلیت:

- ✓ که چیرته ستاسو ماشوم به غیر حاضریږي، نو د ښوونځی دفتر او د کورنی خدمتونو کارکوونکی ته د سهار له 9 بجو ځخه مخکی خبر ورکړئ.
- ✓ د غیر حاضری لامل ذکر کولو سره ښوونځی ته یو نوټ ولیږئ.
- ✓ کله چې ماشومان پرته له کوم دلیل 3 یا زیاتي ورځي غیر حاضر شي او کورنی یی کوم ځواب نه ورکوی، د کور ځخه لیدنه ترسره کیږی ترڅو ډاډ ترلاسه شی چې ماشومان خوندی دی او د غیر حاضری لاملونه هم معلوم شی.

د ډاکټر نوټ یا یاداښت ته به اړتیا وي کله چې:

- ✓ د ناروغی له امله ماشومان پرله پسی 3 یا زیاتی ورځی غیر حاضر شي.
- ✓ ماشومانو عملیات تر سره کړی اوسی یا په روغتون کې بستر شوی وي.
- ✓ ماشومان ساری ناروغی ولری
- ✓ د ناروغی له امله په مکرر ډول غیر حاضری (د تعلیمی کال په بهیر کې 10 یا زیاتي ورځي غیر حاضری)

کمزوری حاضری:

- ✓ په یوه میاشت کی دوه یا زیاتی ورځی غیر حاضری
- ✓ د تعلیمی کال په بهیر کې 10 یا زیاتی نا عذر شوی غیر حاضری
- ✓ ماشومان ممکن د کمزوری غیر حاضری له امله له ښوونځی ځخه وو ایستل شي
- ✓ د 15 پرله پسي غیر حاضریو وروسته، ماشومان په اتوماتیک ډول له ښوونځی ځخه ایستل کیږی

په ځنډ سره حاضریدل او له وخت مخکی رخصت اخیستل:

- ✓ په ځنډ سره حاضریدل او له وخت مخکی رخصت اخیستل په لارښوونه کی خلل رامینځته کوي
- ✓ که چیرته ستاسو ماشوم به ښوونځی ته ناوخته راځی، نو د ښوونځی دفتر ته خبر ورکړئ
- ✓ په ځنډ سره د حاضریدو او له وخت مخکی د رخصت اخیستلو له امله ممکن ماشومان له ښوونځی ځخه وو ایستل شي.

د حاضری د پالیسیو په اړه لا زیات معلومات د PWCS د حاضری په ویب پاڼه کې ولولئ.

په ښوونځی کي پیښي او ټپونه

که چیرته ستاسو ماشوم په ښوونځی کي د پیښی سره مخ شي/ټپی شی:

- ✓ ماشومان د ښوونځی نرس لخوا کتل کیږي او مناسبی لومړنی مرستي ورسره ترسره کیږی
- ✓ والدینو ته د ټیلیفون او/ یا د ټپی کیدو د راپور له لارې خبر ورکول کیږی

که چیرته ستاسو ماشوم بیرنی طبی پاملرني ته اړتیا ولری:

- ✓ د ښوونځی کارکوونکی 911 ته زنګ ووهئ
- ✓ والدینو ته د ټیلیفون له لارې خبر ورکول کیږی
- ✓ د بیړنی طبی درملنی بیل لومړی د ماشوم روغتیایی بیمي ته لیږل کیږي. که چیرته دا بیل له هغه اندازی ځخه زیات وی چي د روغتیایی بیمي لخوا منل کیږي، نو بیل به بیا د پرنس ویلیم کاونټی ښوونځیو د پیښو بیمی ځانګی ته هم لیږل کیږي.
- ✓ که چیرته تاسو د خپل ماشوم لپاره روغتیایی بیمه نه لرئ نو تاسو به د بیل د هغی برخی پیسی ورکولو مسؤلیت په غاړه لرئ چي بیمه یی نه ورکوي.

د چلند کولو کړنلارې

د دې پروګرام یوه موخه دا ده چې په پروګرام کې د ټولو ماشومانو لپاره د زده کړې یو خوندي، تود، پاملرنه کوونکې او دوه موندونکې چاپیریال رامینځ ته کړی. نړیوالی ستراتیژۍ چې ښوونکي یې په ټولګي کې د دې موخې څخه د ملاتړ لپاره کاروی، په هغې کې د روزمره معمولاتو پر مخ وړولو، د مثبت انتخاب، د چلند بدلولو، د ستایلو او هڅولو، نړدیوالی، انځوریزی، او د منطقی پایلو ستراتیژیاني شاملی دي.

ځیني ماشومان داسي چلند لری چې اضافی ملاتړ ته اړتیا لری ترڅو د ګډوډونکی یا حلل رامینځته کوونکی چلند مخه ونیول شي. لاندې ذکرشوي ستراتیژۍ هغه دي چې کارول کیدی شی:

- ✓ مینه لرونکی کارونه زیاتول،
- ✓ حس لرونکی توکی،
- ✓ انفرادی او / یا انځوریزه معمولات/کارونه، او
- ✓ ټولنیزې کیسې

هغه ماشومان چي ننګونکی چلند ښکاره کولو ته دوام ورکوی، دا ډله به د **تنکی ماشومانو لپاره د ژغورولو، ښوولو، تقویه کولو یا (PTR-YC) پروسی سره** مخی ته لاړ شی. PTR - YC د شواهدو او څیړنې پر بنسټ یوه پروسه ده چې د 2.5 څخه تر 5 کلونو پوری عمر لرونکو ماشومانو سره مرستی کولو لپاره جوړه شوي ده.

د PTR - YC په غونډو کې کورنی، د ښوونکو ډله، د زده کړې متخصص، ټولنیز احساساتی متخصص، د کورنیو د خدمتونو کارکوونکی، او ښوونځی میشته پازوالان یا اداره کوونکی شامل وي. دغه ټیم به یو داسی پلان جوړ کړی ترڅو د ماشوم سره په ټولګی او کور کې مرسته وکړی. دا پروسه معمولا شاوخوا 2 میاشتې وخت نیسی؛ مګر حتی د پروسی په لومړیو کی د ډیری ماشومانو په ننګونونکی چلند کی د پام وړ کموالی لیدل کیږي.

د غیر خوندی چلند په حالت کې (لکه ګزار کول، په لغته وهل ، غاښ لګول، یا د څیزونو وارول) کوم چې ممکن بل ماشوم یا بالغ کس ته زیان ورسوی، او کله چې زده کوونکی د مرستی سره هم نشی آرامه کیدي:

- **ماشوم د دغه ډول حالت څخه ویستلو په موخه لیری کیدی شي.** "زه به تاسو ته اضافی مرسته تر سره کړم ترڅو تاسو د خوندیتوب احساس وکړئ، او ټولګی به هم خوندی وی."
- **ښوونکی ممکمن اداري چاروکو سره اړیکه ونیسی** او د خوندی چلند په موخه ښوونځی میشته پروتوکولونه عملی کړی.
- **د اړتیا په صورت کې، د ښوونځی اداره کوونکی ممکن د ماشوم کور ته لیږدولو ته اجازه ورکړي.** په دغه صورت کې، ښوونځی میشته پازوال یا اداره کوونکی به د مور یا پلار / سرپرست سره اړیکه ټینګوي ترڅو خپل زده کوونکی ژر تر ژره له ښوونځی څخه واخلی یا د ماشوم د بیړنی کارت په لیست کې د یو مجاز لرونکی کس لخوا به یې وړولو ته انتظام برابروي.
- **که چیرته زده کوونکی کور ته ولیږل شی نو ښوونځی ته به بیرته د اداري د لاربښووني** سره په مطابقت راستنیږي او د ښوونکی او پری سکول ټیم لخوا به څارل کیږی. زده کوونکی سره د مرستی کولو لپاره به اضافی ستراتیژۍ په لار اچول کیږي.
- **ممکن داسی پریکړه وشی چې زده کوونکی به په ښوونځی کی لنډه ورځ تیروي.** که داسې کار رامینځته شي، د چلند په پلان (PTR-YC) کې به مشخص مقدماتی وخت (د بیلګې په توګه، 3 څخه تر 6 اونیو) او د حاضرۍ لپاره د ورځې موده (د بیلګې په توګه، 9 څخه تر 12:30 بجو) ذکر کیږي، موخه به یې دا وي چې زده کوونکی ژر تر ژره بیرته بشپړی ورځی ته راوګرځول شي کله چې هغوي چمتو شی.

د بس ټرانسپورټ

د سهار لخوا د ماشوم وړل:

مخکې له دې چې بس راورسیږي، ستاسو ماشوم باید د بس په تم ځای کې د یو بالغ کس سره موجود وي.

- ✓ که چیرته د بس په تم ځای کې څوک شتون ونلري، نو بس چلوونکی به انتظار نه باسي.
- ✓ د ترافیکي حالاتو له امله د بس د ټاکل شوي وخت څخه لس (10) دقیقې مخکې او لس (10) دقیقې وروسته انتظار اوباسي.

د ماسپښین لخوا د ماشوم بیرته راوړل:

د بس په تم ځای کې باید یو مسئول کس انتظار وباسي.

- ✓ هغه کسان چې ماشومان د بس تم ځای څخه وړي، باید یوه **قانوني انځور لرونکې پیژند پاڼه ولري او باید د بس اجازه فورم یا لسټ کې یې نوم لیکل شوي وي.**
- ✓ که چیرته د بس په تم ځای کې کوم څوک شتون ونه لري (یا که موجود کس کومه پیژند پاڼه ونلري او یا د بس د اجازه فورم په لسټ کې یې نوم نه وي) نو ماشوم به بیرته خپل **ځایي ښوونځی ته وړل کیږي.**
- ✓ که چیرته ماشومان بیرته ځایي ښوونځي ته وی وړل شي، نو ماشومان باید په 45 دقیقو کې دننه له ښوونځي څخه واخیستل شي.
- ✓ کله چې ماشومان په 45 دقیقو کې له ښوونځي څخه وی نه وړل شي، نو بیا به د ټولنیزو خدمتونو څانګې ته خبر ورکول کیږي.

پیاده ماشومان/شخصي موټر کې سفر کوونکي ماشومان:

"د بس ټرانسپورټ یوازې هغو ماشومانو ته ورکول کیږي چې د ښوونځي په سیمه کې اوسیږي او د ښوونځي څخه یو میل یا زیات لیرې وي. د یو میل دننه ساحه د پیاده تګ واټن سیمې په توګه ګڼل کیږي.

هغه ماشومان چې ښوونځي ته پیاده ځي **باید:**

- ✓ تر ټولګي پورې یو بالغ کس سره یو ځای لاړ شي،
- ✓ په خپل وخت سره راوړل شي او بیرته وی وړل شي.
- ✓ **ښوونکي د ښوونځي څخه وړاندې یا وروسته د ماشومانو پاملرنه نشي کولی.**

د بس د اجازه لرلو فورم:

د بس چلوونکي لخوا ماشومان **یوازې** هغو کسانو ته ورکول کیږي چې عمر یې 12 کاله یا زیات وي، چې ستاسو د ماشوم د بس اجازه لرلو په فورم کې یې نوم لست شوی وي.

ستاسو د ماشوم د خوندیتوب ډاډ رامینځته کولو په موخه:

- ✓ **موټر چلوونکي هره ورځ د اعتبار وړ انځور لرونکي پیژند پاڼه ګوري**
- ✓ والدین باید د اړیکې نیولو او د بیړنی حالت د اړیکې نیولو معلومات تازه وساتي
- ✓ د بس د اجازې په فورم کې معلومات باید **۲۴ ساعته** مخکې اضافه شي ترڅو بس چلونکي، ښوونځي او د ټرانسپورټ دفتر ته د معلوماتو تازه کولو لپاره کافي اندازه وخت ورکړل شي.

د بس قوانین:

ماشومان باید د بس قوانین عملي کړي. مهرباني وکړئ خپل ماشوم ته دغه قوانین تشریح کړئ. که چیرته ستاسو ماشوم قوانین مراعت نه کړي، تاسو ته به خبر درکول کیږي. که چیرته ناوړی چلند همدا ډول دوام ومومي، نو تاسو به د خپل ماشوم ښوونځي ته د وړولو او راوړلو مسئولیت په غاړه ولرئ.

- ناست پاتې شئ او په پټه کې واوسئ
- خپل لاسونه او پښې له ځان سره وساتئ
- بده ژبه مه کاروئ.
- د بس چلوونکي / نظارت کوونکي لارښووني ته غوږ ونیسئ.
- په بس کې خوراک مه کوئ، د لوبو، یا بریښنایي سامان مه ساتئ

دا د والدینو یا سرپرست مسؤلیت دی چې اجازه لرونکي کسان لکه (د ماشوم ساتونکي، خپلوان، ډې کیر پروګرام، ملګري او نور وغیره) د ښوونځي بس د قوانینو او مقرراتو څخه خبر کړي.

ګرځنده ټلیفونونه

ماشومان اجازه نلري چې د سیمه ییزه/ساحوي سفرونو په شمول په ښوونځي کې ګرځنده ټلیفونونه یا شخصي وسایل وکاروي. **مهرباني وکړئ د ماشومانو سره د کور څخه ګرځنده ټلیفونونه، ټبلیټ، وسایل یا بریښنایی وسایل مه استوئ ترڅو د زیان یا بې درکه کیدو مخه یې ونیول شی.** که چیرته له کور څخه بریښنایی وسایل واستول شي، هغه وسایل باید د ماشوم د کتابونو په کڅوړه کې وساتل شي او د ښوونځي ورځې په بهیر کی بند وی. ښوونځی به یې هیڅ ډول مسؤلیت په غاړه نه لری که چیرته استول شوی توکی ورک، غلا یا خراب شی.

جامې/لباس

دا ډاډ رامینځته کړي چې ستاسو ماشوم باید تل په ښوونځي کې د بدلولو لپاره پاکې جامې ولري. مونږ سپارښتنه کوو چې تاسو د کمیس، پتلون یا پرتوګ، نیکر او جرابو په شمول د جامو یو بکس ښوونځي ته ورکړئ. مهرباني وکړئ په بکس باندې د خپل ماشوم نوم ولیکئ. که چیرته ستاسو ماشوم کور ته له ځان سره چټلې جامې راوړي، مهرباني وکړئ ژر تر ژره یې ومینځئ او بیرته یې ښوونځي ته واستوئ.

ماشومان باید ښوونځي ته د مینځلو او اغوستلو وړ ارامه جامې واغوندئ. هغوی به په میدان کې لوبې کوي او رنګ به کوي چې ښایي جامې داغی کړي. دا سپارښتنه هم کیږي چې ستاسو ماشوم هره ورځ د ټینس بوټان په پښو کړی. سینډلې، څپلې، او چپلې د لوبو په ډګر او ټولګي کی په پښو کولو لپاره خوندي نه دي.

د چلند کولو اصول/قانون

د پروګرام د ټولو ګډون کوونکو نرم او احترام لرونکی چلند د پری سکول پروګرام لپاره اړین دی ترڅو د ماشومانو، کورنیو او کارکوونکو لپاره خوندي او مثبت چاپیریال رامینځته کړل شي. **له ټولو ګډونوالو څخه تمه کیږي چې:**

- **هر ماشوم، کورنۍ او کارکوونکی ته احترام ولرئ او د جنسیت، نژاد، توکم، کلتور، مذهب، جنسي تمایل، یا معلولیت پر بنسټ له دقیانوسی تصور او تعصب څخه ډډه وکړئ.**

لاندې ډول چلند به د والدینو/ سرپرستانو یا کارکوونکو لخوا د زغملو وړ نه وي:

- ماشومانو، والدینو یا کارکوونکو ته ګواښونه (لفظی یا فزیکی)
- د لفظي ناوړه چلند په شمول ښکنځلې، طنزیه ژبه کارول، ګواښونه یا سپکې سپوری خبرې.
- جنسي ځورونه چې پکې نامناسب جنسي وړاندیزونه یا اشارې شاملې وي.
- جنګ، جګړې، چیغې وهل او یا برید کوونکی چلند.
- فزیکی تاو تریخوالی

کارکوونکی به د سرغړونو په اړه د ښوونځی اداره کوونکی یا پروګرام اداره کوونکی ته راپور ورکوي. که چیرته والدین/سرپرستان د چلند له اصولو سرغړونه وکړي، نو پروګرام دا حق لري چې د پروګرام فعالیتونو یا اسانتیاوو ته د هغوي لاسرسی لرل محدود کړي.

والدین/سرپرستان باید د کارکوونکو د سرغړونو په اړه د ودانۍ یا ښوونځی اداره کوونکی یا د پروګرام اداره کوونکی/پازوال ته راپور ورکړي، څوک چې به د PWCS د بشري سرچینو پالیسیو سره په مطابقت د وضعیت د حل لپاره د ټولو اړخونو سره په ګډه کار کوي.

که چیرته د ماشومانو یا بالغ کسانو خوندیتوب ته ګواښ وشي، نو سیمه ییزه قانون پلي کوونکو یا د ټولنیزو خدماتو څانګی ته به خبر ورکول کیږي.

د اندیښنې / شکایت د حل کړنلاره

په داسې حال کې چې هیله دا ده چې د خبرو اترو یوه لار پرانیستل شي، او د تعاونی یا مرسته کوونکی چلند به د ټولګي په کچه ډیری ستونزو ته د حل لار وړاندی کړي، مګر د پالیسی، کړنلارې او یا قانون ځینې ستونزې ممکن حل نشي. کله چې د پالیسی، کړنلارې او یا قانون سره د موافقت په اړه کوم پوښتنه راپورته شي، د دغې موخې لپاره په یوه فورمه کې په لیکلی شکل اندیښنه/شکایت وړاندی کیدی شي. دغه فورمې د پری سکول دفتر څخه ترلاسه کیدی شي.

د **والدینو د اندیښنې / شکایت** بشپړه شوې فورمه باید د پروګرام نظارت کوونکی ته وسپارل شی. د پروګرام نظارت کوونکی باید د شکایت د درج کولو څخه وروسته د لسو (10) کاری ورځو په موده کې د دننه د شکایت کوونکی سره وګوری. که وغواړي، دا ډول اشخاص کولای شي د یو استازي ملتیا ولري، او هغوي ته باید اجازه ورکړل شي چې خپل شواهد/ثبوت وړاندې کړي.

د شکایت د حل په اړه پریکړه باید د اوریدنې له پای ته رسیدو څخه وروسته په لسو (10) کاري ورځو کی دننه شکایت کوونکي ته ورکړل شي.

د اصلي شکایت کوونکي لخوا د لیکلي غوښتنی په اساس پریکړه د پالیسۍ شورا د شکایتونو کمیټې لخوا د اصلي پریکړې څخه وروسته په لسو (10) کاري ورځو کې دننه بیاځلی کتل کیدی شي. شکایت کوونکي ته باید د هر تجویز شوي حل لارې په اړه خبر ورکړل شي، او که چیرته تجویزونه ونه منل شي، نو د پالیسۍ شورا راتلونکې غونډې څخه لس (10) کاري ورځې وړاندی د شکایتونو د کمیټې پریکړې پر ضد وروستۍ اپیل/استیناف بشپړ پالیسی شورا ته وړاندې کیدی شي.

آګاهانه یا با شعوره ډسپلین

شعوری ډسپلین د ټولګی د نظم ساتلو په موخه زمونږ د لاربنود په توګه کارول کیږی. د شعوری ډسپلین مهم اړخونه یا برخی په لاندې ډول دی:

- هر ماشوم د "ښوونځی کورنی" یوه برخه ده.
- هره ورځ به ستاسو ماشوم یوه دنده ولری لکه (په میز جوړولو کی مرسته کوونکی، د یو مهربان کار ثبتونکی، د قطار مشر، او نور وغیره).
- ماشومان به دا زده کړی چې څرنګ کولی شی خپلې اړتیاوې پوره کړی او د نورو پاملرنه وکړی.
- ماشومان د ژوری ساه اخیستنی تمرین کوی ترڅو خپل ځانونه آرامه کړي او احساسات تنظیم کړی.
- ماشومان دا زده کوی چې څرنګ کولی شي د خبرو اترو له لارې ستونزی حل کړی.

والدین او کارکوونکو ته د ټول کال په اوږدو کې د شعوری ډسپلین په اړه روزنه ورکول کیږی.

د پروګرام د بنسټیزه موخو څخه یوه یی ستاسو د ماشوم زده کړه یا تعلیم دی. ماشومان هغه وخت زده کوي کله چې دوي په داسی تجربو یا کارونو کې ګډون کوي چې د دوی په ذهني، فزیکي، ټولنیز او احساساتي پراختیا/پرمختګ کی مرسته کوي. دا لوړ کاریدونکی نصاب په ځانګړي توګه ستاسو د ماشومانو لپاره ډیزاین شوی ترڅو په هغوي کی دا مهارتونه رامینځته کړي. **دا ډیره اړینه ده چې ماشومان هره ورځ په خپل وخت ښوونځی کی ګډون وکړي، پرته له دی که ناروغه وی.**

ښوونکی به تاسو ته د فعالیتونو تر سره کولو لپاره مفکورې وړاندی کړي چې تاسو یی کولی شي په کور کې ترسره کړئ ترڅو ستاسو ماشوم سره د وړکتون لپاره د اړین مهارتونو په تر لاسه کولو کی مرسته وکړی. تر ټولو ښه فعالیت هره ورځ خپل ماشوم ته لوست تر سره کول دی.

د درسی نصاب په کارولو، ښوونکی هر ورځ درسی پلانونه جوړوی کوم چې مختلف ډول عملی تجربې/کارونه وړاندې کوی. درسی پلانونه په اونیزه ډول په هر ټولګی کې کی ځای پر ځای کیږی.

د ورځني مهالویش نمونه یا بیلګه:
(د غونډی ورځ ټولګی)

	سهار
5 څخه تر 10 دقیقو	را رسیدل/روغبړ
5 څخه تر 10 دقیقو	د دماغو زده کړی لپاره چمتو کول
15 څخه تر 20 دقیقو	د سهار خواړه
5 څخه تر 10 دقیقو	د غاښونو برس کول
5 څخه تر 10 دقیقو	د غټ ګروپ په شکل لاربښوونه
5 څخه تر 10 دقیقو	د کوچنی ګروپ په شکل لاربښوونه
30 دقیقې	بهر لوبې

	ماسپښین
60 دقیقی	د فعالیت تر سره کولو وخت
20 څخه تر 30 دقیقو	د غرمی خواړه
60 دقیقی	د آرام کولو وخت
10 څخه تر 15 دقیقو	د سواد زده کړی موده
30 دقیقی	د فعالیت په دویم ځل کول
رخصتیدل	

د زده کړې فعالیتونه:

که تاسو په ټولګی کی شاوخوا ته پام وکړئ، تاسو به وو وینی چې ماشومان د کوچنی ډلو، لویو ډلو په شکل کی، یا یو په یو د بل ماشوم یا ښوونکی سره لوبې کوی. دا هغه څه دی چې له لاری یی هغوي فکر کول، خبرې کول او خپل بدن ته حرکت ورکول زده کوی. ماشومان د بیلابیلو فعالیتونو په تر سره کولو سره لوبی کوي لکه هنر، ډرامه، د بلاکونو جوړول، څیزونه یو بل سره برابرول، ترتیب کی کول، لیکل او لوست کول.

لوبې کول د ماشومانو کار دی.

د توکو او فعالیتونو بیلګې چې ماشومان یې د زده کړې او پراختیا/پرمختګ رامینځته کولو لپاره کاروي، عبارت دی له:

مهارتونه	د توکو او فعالیتونو بیلګې
ادراکي (د فکر کولو مهارتونه)	معمې (پزل)، د جوړې جوړولو او حافظې لوبې، شکلونه او رنګونه
ژبه	د کیسو کتابونه، انځوریز کارتونه، پلالین بورډونه، له ملګرو سره خبرې کول، تمثیلي لوبې.
لوی حرکتونه (غټې عضلات)	درې څرخې سایکلونه، د لوبو میدان، اسباب، نڅا او تمرین.
ځانګړی حرکتونه (کوچنی عضلات)	لیګو بلاکونه، قیچي، کریونونه (رنګه چاکونه)، موتي (مری)، پیګ بورډونه، معماګانې، د لوبو خټه، رسم.
د خپل ځان سره مرسته	شخصي مراکبت (حفظ الصحه)، د کورنۍ ډوله خواړه، د ترونکو توکو سره تمرین (زیپونه، بټنی، تڼۍ او د بوټانو تسمې).
ټولنیز مهارتونه	د بلاکونو او ټرکونو لپاره د ګروپی لوبو ځایونه، ګوډاګیان او د اغوستولو جامې.

ارزونه:

د ماشومانو مهارتونه د مشاهده کولو لا لاری د هغوي د زده کړې فعالیتونو په بهیر کې ارزول کیږی. ماشومان په دوام داره توګه ارزول کیږي او ماشومان په کال کې درې ځلی په رسمي توګه په ریاضیاتو، ساینس، فزیکي نشونما، زده کړې ته د هغوي تګلاره، ټولنیز/احساساتي وده او سواد آموزی برخه کې ارزول کیږي. د دې ارزونو په اړه معلومات د والدینو / ښوونکو په کنفرانسونو یا لیدنو کې شریک کیږی.

سربیره پردې، د وړکتون ټولګی څخه وړاندی، هغه زده کوونکی چې د نوم لیکنې پر مهال یې د انګلیسی ژبې پرته کومه بله ژبه د کورنی ژبی په اړه ښودلې وي، هغوي به ارزول کیږي تر څو د انګلیسی ژبې د مهارت کچه یې معلومه شي.

د بیړنی حالت کارتونه

یوازې هغه کسان کولی شی چې ماشومان له ښوونځی څخه ویسی چې نومونه یې د بیړنی حالت په کارت کې لیکل شوی وي.

- ✓ د اجازه لرونکو کسانو په نومونو کې د هر ډول بدلون په اړه باید **24 ساعته وړاندی خبرتیا** ورکړل شي ترڅو د ټولو کارکوونکو د تازه معلوماتو لرلو ډاډ رامینځته شي.
- ✓ کله چې تاسو خپل ماشوم له ښوونځی څخه وړئ، د دفتر کارکوونکی به ستاسو د انځور لرونکی پیژندپاني د کتو غوښتنه وکړی.

ټول والدین، په شمول د هغو کسانو چې کډ توقیف لري او په یو کور کې ژوند نه کوي، حق لري چې خپل ماشوم له ښوونځی څخه واخلي، پرته له دی که د محکمې د حکم پر اساس منع شوی وي.

دا اړینه ده چې مونږ د بیړنې حالت په صورت کې اوسني او سم معلومات ولرو. **د لاندی ذکر شویو ټولو بدلونونو راپور ورکړئ:**

- ✓ پته،
- ✓ د ټیلفون شمیره یا
- ✓ مسئول/اجازه لرونکی کسان

خپل ښوونکي او/یا د کورنیو د خدمتونو کارکوونکی ته ژر تر ژره خبر ورکړئ.

بیړنی حالتونه

د PWCS لپاره د ماشومانو او کارکوونکو خوندیتوب تر ټولو زیات لومړیتوب لري. د کړکیچن حالت د مدیریت پلان او د امنیتی تدابیرو په اړه لا زیات معلومات د [PWCS د کړکیچن حالت لپاره د چمتووالی په ویب پاڼه](#) کې ولولئ.

د PWCS د بیړنیو حالاتو په اړه والدینو سره معلومات د بریښنالیک پتی، پیغام، ټیلفون او www.pwcs.edu ویب پاڼی له لارې شریکوی.

د کورنیو د خدمتونو کارکوونکی

د کورنیو د خدمتونو کارکوونکی (FSW) د کورنیو، ښوونځی او ټولنې تر مینځ د اړیکی په توګه کار کوی. FSW یو مرسته کوونکی کس دی او یوه داسی سرچینه ده چې د ماشومان اړینو خدماتو ته د لاسرسی لرلو ډاډ رامینځته کوي.

FSW د لاندې چارو مسؤلیت په غاړه لری:

- ✓ د لیوالتیا لرونکو کورنیو سره په ګډه د غوښتنلیکونو بشپړول
- ✓ د والدینو سره د نوم لیکنې په پروسه کې مرسته کول
- ✓ د معلوماتو هممهاله ساتلو لپاره د اسنادو کتنه
- ✓ د زده کوونکو د حاضری څارنه
- ✓ اړینی مراجعی وړاندی کول

FSW د هرې کورنۍ کور ته ځی یا ورسره کنفرانسونه/لیدنی تر سره کوی. د لیدنو پر مهال، کورنی فرصت لری چې:

- ✓ په محرمانه توګه د کورنی پیاوړتیاوی او اړتیاوی وڅیړی.
- ✓ د کورنۍ د موخو په اړه بحث وکړي
- ✓ د ټولنې د سرچینو غوښتنه وکړي (لکه خواړه، کالي، طبي پاملرنه او د بالغ کسانو د زده کړې پروګرام).
- ✓ د ټولنې د سرچینو په اړه لاربنود تر لاسه کړي

کورنۍ هڅول کیږی چې د هر ډول پوښتنو یا اندیښنو لپاره خپل FSW سره اړیکه ټینګه کړي.

ژباړه:
د FSW ټیم په انګلیسی او هسپانوی دواړو ژبو خبرې کوی. د نورو ژبو ژباړنی لپاره د ښوونځی ډیویژن ژباړونکی وړاندی کوی.

محرمیت:
د ماشومانو ریکارډ یا معلومات محرم ګڼل کیږی. والدین او رضاکاران د خپلو ماشومانو پرته د نورو ماشومانو د ریکارډ یا معلوماتو کتلو څخه منع دی. دوسیې یوازې د اړتیا په صورت کی د کارکوونکو او متخصصینو پر مخ پرانیستی دی.

د کورنیو ښکیلتیا

والدین د پری سکول پروګرام یوه اړینه برخه دي. څیړنې په ډاګه کوي چې څومره زیات چې کورنۍ ښکیل وي، ماشومان په هغه اندازه په ښوونځی کې ښه فعالیت لري.

په پری سکول پروګرام کې د ښکیل کیدو لپاره ډیرې لارې شتون لری!

آیا غواړئ پوه شي چې څرنګ کولی شی په کور کې له خپل ماشوم سره مرسته وکړئ؟

- په ټولګی کې رضاکارانه دنده تر سره کړئ او د ماشومتوب د زده کړې پروګرام په عملی توګه وګورئ د ټولګی ډیری فعالیتونه په کور هم د هغو توکو سره ترسره کیدی شی چې په کور کې ګیر چاپیره موندل کیږی.
- د با شعوره ډسپلین روزنه کې ګډون وکړئ چې د ټول ښوونځي کال په اوږدو کې وړاندې کیږي. له نورو والدینو سره یوځای شئ او د هغو تخنیکونو په اړه زده کړی چې ښوونکی یې په ټولګی کې کاروی، کوم چې تاسو کولی شئ په کور کې وکاروي.

آیا غواړئ چې یو مهارت له نورو سره شریک کړئ یا غواړی یو څه نوی زده کړئ؟

- په ټولګی کې له ماشومانو سره د خپلې کورنۍ د دودونو یا کلتور په اړه معلومات شریک کړئ. د خپلې خوښې ټولګه، یو مهارت یا استعداد له نورو سره شریک کړئ، یا د ټولګی په پروژه کې د ښوونکی سره مرسته وکړئ.
- د ډیری روزنیز پروګرامونو او غونډو څخه په ځینو کې ګډون وکړئ چې وړاندې کیږی، لکه (د تغذیې ټولګی، د والدینو غونډې، د ماشومانو د تربیه کولو ټولګی او نور وغیره).

آیا غواړئ چې خپله ټولنه د ټولو کورنیو لپاره ښه کړئ؟

- د پالیسی شورا کې یا د ګڼ شمیر کمیټو څخه په یو کی، چې دې پروګرام ته خدمتونه وړاندی کوي، د ټولګي د مسؤل په توګه د خپل ماشوم د ټولګي استازیتوب وکړئ. د پالیسی شورا په میاشت کې یو ځل غونډه لري. دا کمیټه د والدینو او د ټولنې د استازو څخه جوړه شوې ده څوک چې د دی پروګرام په اړه پریکړې کوي لکه (پیسې څرنګ مصرفیږي، د پروګرام اختیارونه، او د پروګرام د ښه کولو لپاره د لارو چارو په اړه بحث کوي).
- د خپل ماشوم په ښوونځی کې په PTO / PTA کې ګډون وکړئ.

سیمه ییزه/ساحوی سفرونه

کله چې یو ساحوی سفر مهال ویش شي، هر ماشوم باید په ساحوی سفر کې د ګډون کولو څخه مخکې د والدینو لخوا یو لاسلیک شوی اجازه لیک ولری. هغه ماشومان چې د والدینو لخوا لاسلیک شوی اجازه لیک ونه لری، د ګډون کولو اجازه به نه ورکول کیږي.

که ستاسو ماشوم نشی کولی چې په سیمه ییزه سفر کی ګډون وکړي یا که تاسو نه غواړئ چې ستاسو ماشوم سفر ته لاړ شی، هغه **باید په دغه ورځ باندی په کور کی پاتې شی.**

والدین هڅول کیږی چې د خپل ماشوم سره په ګډه په سیمه ییزه/ساحوی سفر کې ګډون وکړی کله چې ځای شتون ولري، **مګر مونږ نورو ماشومانو یا خویندو او ورونو ته اجازه نه شو ورکولی چې په ساحوی سفر کې ګډون وکړی که چیرته هغوی زمونږ په پروګرام کې** شامل نه وی.

ډالی/تحفې

زمونږ پروګرام ښوونکو او کارکوونکو ته اجازه نه ورکوی چې د هغه چا څخه ډالی یا انعامونه واخلی چې زمونږ د پروګرام څخه خدمتونه ترلاسه کوی.

ښوونکی نشی کولای چې ماشومانو ته تحفې ورکړی او په ټولګی کې دننه د ماشومانو ترمینځ د تحفو راکړه ورکړه هم اجازه نلری.

ستاسو د پوهیدلو څخه مننه کوو.

روغتیایي اړتیاوې/شرائط

صحت مند ماشومان ډېری وخت ښوونځی ته حاضرېږي او ډېر احتمال لري چې په ښوونځی کی بریا تر لاسه کړي. دا چې ستاسو ماشوم صحت مند پاتې شی، د پری سکول پروګرام لاندی ذکر شوي شرایط یا اړتیاوي لري:

1. **فیزیکی معاینات**
   د "ښوونځی د شاملیدو روغتیا فورم" سره بشپړ فزیکی معاینات وړاندی کول اړین دي. په معایناتو کې شامل دي:
   هیموګلوبین/هیماتوکریت، د وینې د سربی کچه، د وینې فشار، قد او وزن، واکسینونه، او د توبرکلوز (TB) معاینه.

2. **د غاښونو معاینات**
   د غاښونو پاکولو او فلوراید درملنې لپاره د غاښونو بنستیزه معاینه، په هرو شپږو میاشتو کی د معمول او د درملنې بیاځلی معاینات.

هغه سکرینګونه / کتنی چی د پروګرام لخوا تر سره کیږي.

1. **د نشونما/ودی سکرینګ**
   معاینات د نوم لیکنې څخه وروسته په 45 ورځو کی دننه تر سره کیږي. کله چی مناسب وګڼل شي، د Child Find پروګرام ته به راجع کیږي.

2. **د خبرو، اوریدنې او نظر یا دید سکرینګ یا معاینات**
   معاینات د نوم لیکنې څخه وروسته په 45 ورځو کی دننه تر سره کیږي. کله چی مناسب وګڼل شي، هغه ماشومان چی نورو معایناتو ته اړتیا ولري، هغوی به راجع کیږي.

د طبي درملنې پلان:

هر هغه ماشوم چې د سالندۍ، غذایی الرجی یا حساسیت، مرۍ، شکرې ناروغۍ تشخیص شوي حالت ولري، یا د یوې طبي حالت لپاره هره ورځ درملو یا درملنې ته اړتیا ولري، هغوي به اړ وي چې د یو جواز لرونکی ډاکټر یا جواز لرونکی نرس لخوا لیکلې نوټ/څرګندونه ولري.

دا اړینه ده چې ټول هغه زده کوونکی چې پورته ذکر شوی طبی حالت لری، ښوونځی ته سمی فورمې **وړاندی کړي.**

تاسو کولی شئ د خپلې کورنۍ د خدمتونو کارکوونکی یا د روغتیایی ټیم سره اړیکه ټینګه کړئ ترڅو اړینی فورمې تر لاسه کړئ. **مخکی له چی ماشوم په ښوونځی کی درمل کارول پیل کړي، لاسلیک شوې فورمه او درمل باید د ښوونځي نرس ته وسپارل شي.**

درمل:

والدین باید خپل ماشوم ته په کور کې د اړینو درملو ورکولو لپاره هر ډول هڅه وکړي. په هغه صورت کې چې د درملو په ښوونځی کې کارولو ته اړتیا پیښه شي، والدین به:

1. **درمل به ښوونځی ته راوړي او بیرته وړي.** په هیڅ یو حالت کې هم زده کوونکو ته اجازه نه ورکول کیږي چې په خپل سر درمل وکاروي او یا په ښوونځی کی یا بس کې له ځانه سره درمل ولری.
2. **د ښوونځی کارکوونکو لخوا د درملو ورکولو لپاره په لیکلی ډول اجازه لیک لاسلیک کړئ.**
3. د درملو د ډول، د درملو د کارونی لامل، د خوړو مقدار، د کارونی تر مینځ د وقفي، او د کارونی د مودی په اړه **د ډاکټر لارښوونه وړاندی** کړئ. د درملتون لیبل کافی دی.
4. **درمل په خپله اصلي کڅی یا ډبی کي راوړي** او ډاډ ترلاسه کړئ چي تاریخ یی تیر شوی نه وي.

مهربانی وکړئ په یاد ولرئ:

- که چیرته د درملو په یخچال کی کیښودلو ته اړتیا وي، نو والدین باید له ښوونځی سره خبری وکړي چې آیا په یخچال کی د ساتلو اسانتیا شتون لری او که څرنګ. د روغتیا وزارت قوانین دی کار ته اجازه نه ورکوی چې درمل دی د خوړو په یخچال کې وساتل شي.
- ښوونځی به د درملو د نادرکه کیدو یا تویدو مسؤلیت په غاړه نه لری.
- ټول هغه درمل چې په ښوونځی کې کارول کیږي، باید په یو کلف شوي یا خوندی شوي ځای کې وساتل شی. یوازې هغه کسان باید زده کوونکو ته د درمل ورکړي یا تطبق کړي چی د ښوونځی مدیر لخوا ورته اجازه ورکړل شوي وي. په هیڅ حالت کې هم زده کوونکو ته اجازه نه ورکول کیږي چې خپل درمل له کلف یا خوندی شوي ځای څخه واخلي.
- د والدینو یا سرپرستانو لخوا ټول یادښتونه یا نوټونه او همدارنګه د ډاکټر لخوا لیکل شوي نسخی به د تعلیمی کال تر پایٔ پوری په ښوونځی کې په دوسیه کې ساتل کیږی.

د PWCS د زده کوونکو روغتیایی خدمتونو، روغتیایی اړتیاو/شرائطو، طبی درملني پلانونو، او د درملو د پالیسیو په اړه لا زیات معلومات د PWCS د زده کوونکو روغتیایی خدمتونو په ویب پاڼه کي ولولئ.

د ناروغی پالیسی:

کله چې ستاسو ماشوم ناروغ وی، مهربانی وکړئ ښوونځی ته زنګ ووهئ او ورځخه غوښتنه وکړئ چې ښوونکی ته ستاسو د ماشوم د ناروغی په اړه خبر ورکړی. **مهربانی وکړئ خپل ماشوم هره ورځ ښوونځی ته واستوئ، پرته له دی که په تېرو 24 ساعتونو کې یې د لاندې ذکر شویو څخه کوم حالت درلودلی وي:**

- **تبه (100 درجه یا زیاته چې د خولې له لارې اخیستل شوې وي)**
- **اسهال یا نس ناستی (په پرله پسې ډول دوه ځله غایطه مواد خارجول)**
- **کانګې کول**
- **د پوزې کرنګ/بلغم چې له عادی حالت څخه شین والی ته بدل شوي وي.**

که چیرته ستاسو ماشوم تبه، کانګې، یا نس ناستی لري، ښوونځي ته د ستنېدو څخه وړاندی هغوي باید په تېرو 24 بشپړو ساعتونو کې د درملو پرته د ناروغی هیڅ نښې نښانی یا علایم نه وی درلودلی. د PWCS د حاضرۍ په ویب پاڼه کې په دې اړه لا زیات معلومات ولولئ چې کله باید ماشومان له ښوونځی څخه منع شي او په کور کی وساتل شی.

مخکی له دی چې ستاسو ماشوم بیرته ښوونځی ته ستون شی، باید ډاکټر ته لاړ شی او ورته د ستنیدو اجازه ورکړل شي، که چیرته:

- هغوي ساری ناروغی درلودلی وي لکه کلابي سترګي، میکروبی ستونی، جلدی ناروغی، یا ترانکی.
- هغوي عملیات تر سره کړی اوسی (د همروزه عملیات په شمول). یا
- هغوي د کوم دلیل لپاره په روغتون کې بستر شوی وی.

د ډاکټر نوټ باید لاندی ذکر شوي په واضح ډول په ډاګه کړي:

- طبی ستونزه یا حالت
- درملنه
- د فعالیت کچه چې ورته د تر سره کولو اجازه لري
- د ماشوم بیرته ښوونځی ته د ستنیدو نیټه

کارکوونکی او رضاکاران به د ناروغی ورته پالیسی تعقیبوی کومه چې پورته ذکر شوی.

د کور څخه لیدني کول او کنفرانسونه

ښوونکی د ټول کال په اوږدو کې د کورنیو څخه لیدني کوي او ورسره خبرې اترې کوي. د ایالت او ځایی چارواکو لخوا د ورکړل شوی اوسنی لارښوونې ته په کتو سره، ځیني لیدني کیدی شی له مجازی لاری تر سره شي. ښوونکي به ستاسو سره په کور کی ګوری مخکی له دی چی ستاسو ماشوم ښوونځي پیل کړي ترڅو ستاسو ماشوم سره په یو داسي چاپیریال کې وګوري چې هغوي ورسره اشنا وي.

د ښوونځی کال په بهیر کی، دوه اضافی کنفرانسونه او د کور یوه اضافی لیدنه به تر سره کیږي ترڅو تاسو سره د ماشوم د پرمختګ په اړه خبری وکړی. مهالویش شوې غونډې به په لاندی نیټو ترسره کیږي:

- نومبر میاشت، په ښوونځی کې د والدینو / ښوونکی کنفرانس/ملاقات
- د جنوری څخه تر فبروری میاشت، د ښوونکی د کور څخه لیدنه
- اپریل میاشت، په ښوونځی کې د والدینو / ښوونکی کنفرانس/ملاقات

د کورنی د خدمتونو کارکوونکی به هم د ملاقات لپاره یو لیدنه مهال ویش کوی ترڅو د کورنی د موخو په اړه خبرې اترې وکړی او د هر ډول اندیښنو په حل کولو کی مرسته وکړی. د کورنۍ خدمتونو د کارکوونکی ملاقات د جولای څخه تر نومبر پورې په میاشتو کی مهال ویش کیږی، یا د کورنۍ حالاتو ته په کتو سره د اړتیا په صورت کې مهالویش کیږی.

مهرباني وکړئ هڅه وکړئ چې ټول لیدنې په مهالویش شوی وخت تر سره کړئ او یا هم 24 ساعته وړاندې خبر ورکړئ ترڅو لیدنې بیا ځلې مهالویش شي.

ماشومانو سره د ناوړه چلند او غفلت په اړه اجباری راپور ورکونه

د ویرجینیا قانون 63.1-248.3 په ډاګه کوي چې، "...هر ښوونکی یا هر هغه کس چې په عامه یا شخصي ښوونځي کې دنده لري...څوک چې د شک کولو لپاره یو داسې دلیل لري چې یو ماشوم سره ناوړه چلند شوي یا له پامه غورځول شوی، نو باید سمدستي د داسې موضوع په اړه [د سیمې د فلاح او بهبود څانګې ته] راپور ورکړي". د ویرجینیا قانون 63.1-248.3 دا هم زیاتوي، "... په دی کار کی پاتې راتلل به د جریمې پایله ولري."

د ښوونځی بورډ 1-771 مقرره په ډاګه کوي چې د ناوړه چلند یا غفلت شک هغه وخت کیدای شی که والدینو یا د ماشوم مسؤل کس لاندی ذکر شوی تر سره کړی اوسی:

- د ماشوم د وژلو هڅه یا ګواښ یې کړی وي؛
- سخته فیزکی ژوبله یې رسولی وي یا د رسولو ګواښ یې کړی وي؛
- ماشوم یې د مناسب طبي پاملرنې یا د ژوند د اړتیاو څخه بی برخې کړي وي؛
- ماشوم یې پرېښودی یا خوشی کړی وی؛
- په ماشوم باندې یې جنسی تیری ترسره کړي وي، یا تر سره کولو ته یې اجازه ورکړی وي؛ یا
- ماشوم سره یې له احساساتی پلوه ناوړه چلند کړي وی.

که چیرته ستاسو ماشوم د لوبو کولو یا کومی پیښې له امله په کور کې زخمی شي، کوم ځای یې وګریږي یا وسوځی، نو مهرباني وکړئ په اړه یې سمدستي د ټولګي ښوونکي ته خبر ورکړئ.

که تاسو شک لرئ چې یو ماشوم سره ناوړه چلند شوی یا له پامه غورځول شوی، تاسو کولی شئ چې **<u>د ماشومانو د ناوړه چلند ویرجینیا دفتر سره د 1-800-552-7096</u>** شمیری لاری هم اړیکه ټینګه کړی. راپوروته هره ورځ 24 ساعته اخیستل کیږي او کولی شئ د نوم ښودلو پرته یې ورکړئ.

د ماشوم د نظارت کولو لپاره تګلارې بیاځلې وګورئ ترڅو دا ډاډ ترلاسه کړئ چې ستاسو ماشوم څخه تل په سمه توګه نظارت تر سره کېږي.

د ماشوم څخه د نظارت کولو تګلارې

عمر	د وخت موده/محدودیت
0 څخه تر 8 کلنۍ پورې	باید د نظارت پرته پرې نه ښودل شي
9 څخه تر 10 کلنۍ پورې	باید له یو نیم ساعت (1.5) څخه زیات یوازې نه وي.
11 څخه تر 12 کلنۍ پورې	باید له (3) ساعتو څخه زیات یوازې نه وي.
13 څخه تر 15 کلنۍ پورې	ټوله ورځ یوازې پرېښودل کېدی شي.
16 څخه تر 17 کلنۍ پورې	د شپې لخوا یا د اونۍ پای پر مهال یوازې پرېښودل کېدی شي

د ماشوم پالنې لپاره لارښوونې

عمر	د وخت موده/محدودیت
13 کلن	کولی شي چې ماشومان یوازې د 4 ساعتو لپاره وساتي
14 څخه تر 15 کلنۍ پورې	کولی شي چې ماشومان د 4 ساعتونو څخه زیات وساتي (مګر نه د شپې لخوا / نه د اونۍ پای پر مهال)
16 څخه تر 17 کلنۍ پورې	کولی شي چې ماشومان د شپې لخوا یا د اونۍ پای ورځو کې اوساتي

هغه ماشومان چې یوازې پرېښودل کیږي یا د نورو ماشومانو پالنه کوي، باید پدې پوه شي چې د اړتیا په صورت څرنګ باید یو مسؤل بالغ کس ته لاسرسی ومومي. د ځان څخه د پاملرنې په تخنیکونو باندې د هغوي روزل هم اړین دي، لکه په دې اړه پوهیدل چې لاندې ذکر شویو ته باید څرنګ عکس العمل ښکاره کړي:

- ✓ بېړنی حالتونه
- ✓ د ملګرو / خویندو او ورونو سره شخړې
- ✓ د یوازیتوب / زړه تنګۍ اداره کول
- ✓ د ځان خوندیتوب یا ساتنه
- ✓ په ساده توګه لومړنۍ مرسته
- ✓ ویره

د ټولنیزو خدمتونو څانګه هر حالت په انفرادي توګه ارزوي.

تغذیه / خواړه

د سهار او غرمې خواړه:

- ✓ ماشومانو ته په ښوونځی کی خواړه ورکول کیږي
- ✓ د PWCS د عمومی مینو پر اساس، د تغذیه پوه لخوا د ټاکل شوی مینو په توکو کی بوره، مالګه او غوړکم وي.
- ✓ د پری سکول مینو له زړو او خنزیر غوښې پاک دی.
- ✓ د هیډ سټارټ پروګرام ټولو زده کوونکو لپاره خواړه وړیا دی
- ✓ د ویرجینیا د پری سکول نوښت پروګرام (VPI)، د زده کوونکو والدین کولی شي د وړیا او کم لګښت خواړه تر لاسه کولو لپاره آنلاین غوښتنلیک ډک کړي او ممکن د وړیا یا کم لګښت خواړه تر لاسه کولو لپاره وړ وګرځي.

بسته بندی شوی خواړه:

- ✓ والدین کولی شی د خپلو ماشومانو سره ښوونځی ته خواړه واستوئ (د سهار او غرمی خواړه)
- ✓ ماشومانو سره باید صحی خواړه واستول شی. خواړه یا مشروبات اجازه نلری.
- ✓ زده کوونکی کولی شی له ځانه سره د اوبو بوتل راوړی او د تړی کیدو په وخت کی يې بیاځلی ډک کړی
- ✓ <u>**هیڅ ډول خواړو یا مشروباتو ته اجازه نشته چې د نورو سره د شریکولو لپاره ټولګی ته راوړل شي.**</u> په دې کې هغه خواړه خواړه هم شامل دي چې د زیږیدنې ورځ یا رخصتیو لپاره وي. د زیږیدنې د ورځ لمانځلو لپاره د نورو لارو چارو په اړه له ښوونکي سره خبرې وکړئ.
- ✓ مهربانی وکړئ د ماشومانو سره ښوونځی ته سپک خواړه مه رالیږئ، ځکه چې د پری سکول په مهاویش کی د سپک خواړو لپاره وخت نه دی شامل شوی.

د خواړو سره حساسیت لرل:

کله چې یو ماشوم **د خواړو سره حساسیت ولری یا کوم ځانګړی روغتیایی حالت** ولری، ورته د خواړو انفرادی مینو ورکول کیږي.

لپاره د دی چې د ماشومانو خوندی او صحت مند ساتلو لپاره اړوند کارکوونکی ټول اړین معلومات له ځانه سره ولری، والدین د لاندی ذکر شویو مسؤلیت په غاړه لری:

- ✓ **خواړو سره د حساسیت موندلو له امله د تطبقولو پلان** سپارل، چې باید د ښوونځی پیل کولو څخه **لږ تر لږه 5 ورځې مخکې** د ډاکټر لخوا بشپړ شوی اوسی.
- ✓ د ښوونځی پیل کولو څخه **وړاندی** د ښوونځی نرس ته اړین درمل ورکول

د کورنیو په څیر خواړه خوړل:

ماشومان په ټولګی کي د "کورنی په څیر" خواړه خوری. خواړه په لویه کاسه یا کندول کي وړاندې کیږی او ماشومان د ښوونکو په لارښوونه دا زده کوی چې څرنګ:

- ✓ د خواړو میز برابر کړي
- ✓ خپل ځان ته خواړه واچوي
- ✓ ځان پاک کړي

ټول ماشومان هڅول کیږی چې وړاندې شوی خواړه امتحان کړی یا وخوري، مګر خوړولو لپاره هیڅکله هم نه اړ ایستل کیږی.

د خواړو په وخت کی والدین:

والدینو ته ښه راغلاست ویل کیږی چې د خپلو ماشومانو سره یو ځای خواړه وخوری.

- ✓ والدین باید ځان لپاره خواړه په پیسو واخلی.
- ✓ والدین کولی شي د کور څخه ځان سره صحی خواړه راوړی، په تولګی کې د حساسیت لرونکی خواړو په اړه لومړئ له ښوونکی سره خبری وکړی.
- ✓ د رستورانت خواړو راوړلو ته اجازه نشته څکه چې اجزا یې تائید کیدی نشي.
- ✓ د نورو ماشومانو ټولګی ته راوړو ته اجازه نشته

د تغذیې ارزونه:

د ماشومانو د مغزو او فزیکي ودې لپاره صحي تغذیه اړینه ده. د ټولو ماشومانو د نشونما بنې، قد او وزن د تغذیه پوه لخوا ارزول کیږي.

د کال په اوږدو کې والدینو لپاره د صحی یا سمو خواړو ټولګي هم وړاندې کیږي.

که تاسو د خپل ماشوم د ودې یا خوړو عادتونو په اړه کومه پوښتنه لرئ، مهرباني وکړئ د تغذیې له کارپوه سره اړیکه ټینګه کړئ.

د غاښونو بورس کول:

د یوې کوچنی ډلي فعالیت په توګه، ماشومان هره ورځ خپل غاښونه برس کوی.

- ✓ ښوونکی د غاښونو برس کولو لارښوونه کوی څکه چې د 8 کلونو څخه کم عمر لرونکی ماشومان د بالغو کسانو لخوا نظارت ته اړتیا لری کله چې هغوي خپل غاښونه بورس کوي.
- ✓ ماشومان د خپلو غاښونو او ژبې ټولې برخې برس کول زده کوی.
- ✓ د غاښونو برس هره ورځ مینځل کیږی او د کال په اوږدو کې وخت په وخت بدلیږی.

د ښوونځیو تړل کیدل او په ځنډ سره پرانیستل کیدل

که چیرته ښوونځی د هر دلیل له امله تړل کیږي یا په ځنډ سره پرانیستل کیږي (کرکیچن یا خرابه هوا)، د **ښوونځی ولسوالی** کړنلاره تعقیب کړئ. د لا زیاتو معلوماتو لپاره، خپل سیمه ییز تلویزیون یا راډیو سټیشن واورئ یا [د ښوونځی ویب پاڼه](#) وګورئ.

دوه ساعته په ځنډ سره د پرانیستل کیدو کړنلارې:

کله چې ښوونځی 2 ساعته ځنډ سره پرانیستل کیږي،

- ✓ د سهار لخوا د نیمه ورځی زده کوونکی له نورمال وخت څخه 2 ساعته وروسته ښوونځی ته راځی او له نورمال وخت څخه 1 ساعت وروسته کور ته استول کیږی.
- ✓ د غرمی لخوا د نیمه ورځی ټولګی له نورمال وخت څخه 1 ساعت وروسته پیل کیږي او په خپل وخت سره کور ته استول کیږی.
- ✓ د ټولې ورځی ټولګی له نورمال وخت څخه 2 ساعته وروسته راځی او په خپل وخت کور ته استول کیږی

له وخت مخکی رخصتیدل:

له وخت مخکی د رخصتیدو په حالت کی، د غرمی لخوا ټولګی به نه پرانیستل کیږي.

له مجازی لاری زده کړی:

له مجازی لاری زده کړی ممکن هغه وخت تر سره شي، کله چې ښوونځی د اوږدې مودې لپاره وتړل شي. له مجازی لاری د زده کړې په صورت کې، کورنی باید د لاندې ذکر شویو تمه ولری:

- ✓ د زده کړې یو لړ فعالیتونه چې باید په کور کې بشپړ شی
- ✓ د پری سکول ښوونکی سره له مجازی لاری لنډه ناسته

د ښوونځی توکي

- ✓ **یوه کڅوړه یا بکس چې یوه دوسیه پکی ځائ شي، یوازینئ د ښوونځی توکی دئ چې ورته اړتیا ده.**
- ✓ نور ټول توکی د پروګرام لخوا ورکول کیږي.

د خپل ماشوم بکس یا کڅوړه هره ورځ ګوری. ښوونکی پکی کور ته معلومات استوی، او والدین کولی شی چې د ښوونځی د دوسیي یا فولډر له لارې ښوونکی ته یاداښتونه/نوټونه واستوی.

له کور څخه د لوبو توکی، بریښنایی توکی، ټابلیټ، الکترونیکي وسایل یا ګرځنده ټیلیفونونه مه استوئ ترڅو د نادرکه کیدو یا ورته د زیان رسیدو مخه یی ونیول شي. ښوونځی به د لیږدول شویو توکو د نادرکه کیدو، غلا کیدو یا ورته د زیان رسیدو مسؤلیت په غاړه نه لری.

ټولنیز ـ احساساتي روغتیا

د پری سکول پروګرام د ټولنیزی احساساتی روغتیا متخصصین هم لري څوک چې:

- ✓ په ټولګی کې د ماشومانو ټولنیز احساساتی پراختیا/پرمختګ مشاهده کوي.
- ✓ د ماشومانو سره د هغوي چلند او احساسات اداره کولو کی د مرسته کولو په موخه له مداخلو څخه کار اخلی.
- ✓ د با شعوره انضباطي یا ډسپلینی مداخلو په اړه والدینو ته وړیا ورکشاپونه وړاندې کوي ترڅو هغوی هم وکولی شي له خپلو ماشومانو سره په کور کې د احساساتو په پیژندلو، له ملګرو او بالغو کسانو سره د مثبتو اړیکو په جوړولو، او د مقابله کولو سم مهارتونه رامینځته کولو کی مرسته وکړي ترڅو د ناغوښتل شوی چلند لکه غاښ لګول، وهل، یا چیغی وهل له مینځه وی وړل شي.

- ✓ د کور لیدني او کورنیو ته د ټلیفون، بریښنالیک، زوم له لارې او په مرکزي دفتر یا ښوونځي کې په حضوري شکل د راجع کولو خدمتونه وړاندې کوي، لکه سلا مشوری، د ملاتړ ډلې، او د ټولنې سرچینې، ترڅو د هغوي اړتیاوی پوره کولو کې مرسته وشی.

په ټولګي کې، دا پروګرام د دویم ګام او د با شعوره ډسپلین درسی نصاب څخه کار اخلي ترڅو ماشومانو ته دا ور زده کړي چې هغوي څرنګ کولی شي خپل احساسات وپیژنی او په خوندي ډول یې څرګند کړي. دا مداخلې ماشومان دې کار ته چمتو کوی چې خپل ځان اداره کړی او خوندی انتخاب وکړی.

د ځانګړې زده کړو پروګرام او د نشونما / ودی سکرینګ

د پری سکول سکرینګ په لاندی ذکر شویو برخو کی ترسره کیږی:

- ✓ نشونما/ودی
- ✓ غږ اوریدنه
- ✓ وینا / خبری اتری
- ✓ د سترګو نظر:

پایلې د والدینو سره شریکې کیږي، او که چیرته پایلو کی کومه اندیښنه ښکاره شي، نو کارکوونکی د اندیښنو او د لا زیاتو ازموینو لپاره د احتمالي راجع کونی په اړه بحث کوي، کله یی چې سپارښتنه وشي.

که چیرته تاسو د خپل ماشوم د خبرو کولو یا ودې/نشونما په اړه اندیښنه لرئ، یا که تاسو شک لرئ چې ستاسو ماشوم وده نه مومي، د خپل ماشوم ښوونکي سره اړیکه ټینګه کړئ.

لږ تر لږه 10 سلنه نوم لیکنه د معلولیت لرونکو ماشومانو لپاره ځانګړې شوې ده.

د والدینو د سرچینو مرکز د هغو ماشومانو والدینو او ښوونکو ته چې ځانګړې اړتیاوې لري، ملاتړ، روزنه او معلومات وړاندې کوي. دا په کیلی رهبری مرکز کې موقعیت لری.

رضاکارانه چارې تر سره کول

والدین هڅول کیږی چې په ټولګی کې په رضاکارانه شکل چارې تر سره کړي.

رضاکاران اړ دی چې د رضاکارانه چارو تر سره کولو څخه وړاندی د پری سکول پروګرام دفتر د لاندې ذکر شویو ثبوتونه وړاندې کړی:

- ✓ د رضاکار د مسؤلیت لاسلیک شوي فورم
- ✓ د نری رنځ یا توبورکلوز منفی معاینات یا سکرینینګ وړاندی کول هڅول کیږي (چې په تیر یو کال کی دننه تر سره شوی وي)

د رضاکارانه چارو تر سره کولو په وخت کی مهربانی وکړئ لاندی ذکر شوي په یاد ولرئ:

- ✓ **رضاکاران اجازه نلری چې ټولګی ته له خانه سره نور ماشومان راولی.**
- ✓ رضاکاران باید 18 کاله عمر ولری او د پری سکول ماشوم د بیړنی حالت په کارت کې یې باید نوم لیکل شوی وی.
- ✓ د ټولني رضاکاران باید د ښوونځی او د پری سکول پروګرام دفتر لخوا له مخکي څخه منظوری تر لاسه کړی.
- ✓ د ښوونځی ملاقات کوونکی باید د ښوونځی دفتر ته لاړ شي، خپل نوم ولیکی او د منلو وړ انځور لرونکی پیژند پانه وړاندی کړي.
- ✓ کله چې رضاکاران ټولګی ته رسیږی، ټول رضاکاران باید د وخت ثبتولو لپاره خپل نومونه ولیکي.
- ✓ رضاکاران باید صحتمند وي او د هر ډول ساری ناروغیو څخه پاک وی.
- ✓ د ټولګی د کارکونکو یا زده کوونکو په اړه معلومات محرم ګڼل کیږی او ورسره ممکن شریک نه کړل شی.
- ✓ د رضاکارانه چارو تر سره کولو په وخت کی رضاکاران باید د ګرځنده تلیفونونو کارولو څخه ډډه وکړی.
- ✓ ستاسو د خپلو ماشومانو پرته د نورو ماشومانو انځورونه اخیستل یا ویډیوګاني جوړل منع دی.
- ✓ ټول ښوونځی او د ښوونځی فعالیتونه د سګریټو، الکولو، نشه یی توکو او د وسلو څخه پاک ځایونه دی.
- ✓ هغه کسان چې په اونی کې ۱۵ ساعته یا زیات رضاکارانه چارې تر سره کوي، اړ دی چې د رضاکارانو لپاره د PWCS د بشری سرچینو پروسس بشپړ کړی.
- ✓ رضاکاران له ماشومانو سره یوازې نه پریښودل کیږی.
- ✓ د ټولګی نظم ساتل د ښوونکی مسؤلیت دی. ماشومان باید هیڅکله هم ټیل نه وهل شی، ونه وهل شی، ټکان ورنکړل شي، یا پری چیغې ونه ووهل شی.
- ✓ رضاکاران باید ښوونکو ته خبر ورکړی که چیرته د کوم ماشوم د چلند په اړه اندیښنه لری.
- ✓ د PWCS ټول کارکوونکی او رضاکاران د ماشومانو سره د ناوړه چلند یا له پامه غورځولو په اړه اجباری راپور ورکوونکی دي.

د لا زیات معلوماتو لپاره د رضاکار لاسی کتاب او د رضاکار روزنه وګورئ

PWCS
PRINCE WILLIAM COUNTY PUBLIC SCHOOLS
LAUNCHING THRIVING FUTURES