

راهنمای مدرسه



مروری بر سیستم مدرسه در نوردراین-وستفالن

STADT
ESSEN



Kommunales
Integrationszentrum
Essen

فارسی

Persisch

ما در زندگی روزمره خود درآلمان، خیلی چیزها را بدیهی می دانیم. برای مثال ،
ما، آب برای شستشو ، مواد غذایی از سوپرمارکت و برق برای گرمایش، در اختیار داریم.
همینطور مدرسی وجود دارد که در آموزش و تربیت فرزندانمان مراقبت و کوشش میکنند.

همیشه اگر دقیق تر نگاه کنیم، متوجه می شویم که در پشت این بدیهیات، همیشه
افرادی هستند که این وظائف را جزو وظائف خود تلقی کرده اند .
لذا، وظیفه تربیتی و آموزشی، یک ماموریت مشترک بین شما و مدرسه و جامعه ماست.

در مدرسه، در کنار آموزه های علمی و دانش اموختن، دموکراسی نیز آموزش داده
میشود. این به این معناست که فرزند شما با قوانین و ارزش هایی آشنا میشود، که آن ها
را برای رشد شخصیت خود لازم دارد ؛ که تا بتواند در جامعه آلمان، به طور مستقل و
خودمختار راه خود را پیدا کند.

بنابراین، کودک شما با حقوق، وظایف و امکاناتی آشنا می شود، که او آنرا برای همزیستی
آزاد، دموکراتیک و اجتماعی نیاز دارد. به عنوان مثال در آلمان با دختران و پسران در انجا م
وظایف آموزشی و پرورشی، با حقوق یکسان رفتار می شو د.

شما به عنوان یک سرپرست قانونی برای فرزندانان این امکان را دارید که با توجه، علاقه
و مشارکت خود، برای کودک خود فرصت های آموزشی خوبی امکان پذیر کنید که به نوبه
خود می تواند فرصت هایی را در جامعه آلمان به فرزند شما ارائه دهد.

لذا به این منظور، دفترچه راهنمای مدرسه، قصد دارد به شما بینش و اطلاعاتی درمورد
سیستم مدرسه آلمان ارائه بدهد و به شما نشان دهد که چگونه می توانید از فرزند خود
در آموزش تحصیلی و شخصی حمایت کنید.

با احترام

تیم شما از مرکز همزیستی منطقه ای شهر اسن

Gefördert durch

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



فهرست

صفحه	محتوی
3	پیشگفتار
4	تحصیل اجباری، انواع و سطوح مدارس
5	کارکنان مدرسه
6-7	موضوعات و زندگی مدرسه ای
8	شرکت در کلاس درس و معافیت از کلاس درس
9	قوانین و مقررات مدرسه
10-11	گواهی بیماری، معذوریت، مرخصی
12	لوازم مدرسه برای شروع مدرسه
13-14	زندگی روزمره مدرسه و جدول زمانی تشکیل کلاس ها
15	همکاری و تشریک مساعی والدین/سرپرستان قانونی در مدرسه
16-17	حمایت در منزل
18	صبحانه سالم
19	رسانه های دیجیتال و تلویزیون
20-21	لینک های اینترنتی و مخاطبین

تماس و چاپ

Stadt Essen, Kommunales Integrationszentrum
Geibelstraße 1, 45128 Essen
Telefon +49 201 88-88474, seb@interkulturell.essen.de

Impressum

Herausgeberin Stadt Essen
Autorin Serap Erdoğan
Layout Nordis – Agentur für Kommunikation
Fotos alle stock.adobe.com, Fotografen:
Titel: Monkey Business
S. 2 v. o.: Minet, Monkey Business, Wavebreak
MediaMicro, Rawpixel.com, pingpao
S. 6-7: LIGHTFIELD STUDIOS
S. 12: david_franklin
S. 18: david_franklin
S. 22-23: switchpipi
Druck Interner Service und Personalverwaltung
Stand Mai 2026

برای اینکه امور آموزشی در مدرسه به درستی انجام پذیرد ، کارکنان مختلفی در بخش های گوناگون مدرسه فعال هستند. چه از نظر فنی و نظافت ساختمان مدرسه و چه پردازش اطلاعات و اسناد دانش آموزان یا معلمان، همه در اینجا تنگاتنگ با هم همکاری می کنند. این همکاری بین کادر آموزشی، کادر تربیتی و کادر پرورشی اجتماعی، و شما به عنوان سرپرست قانونی، نیز صورت می گیرد. هدف این است که نیازهای فرزندان را بشناسید و رشد آموزشی و شخصی او را به طور مطلوب ارتقا بدهید. مثال زیر، چگونگی آنها به شما نشان می دهد.

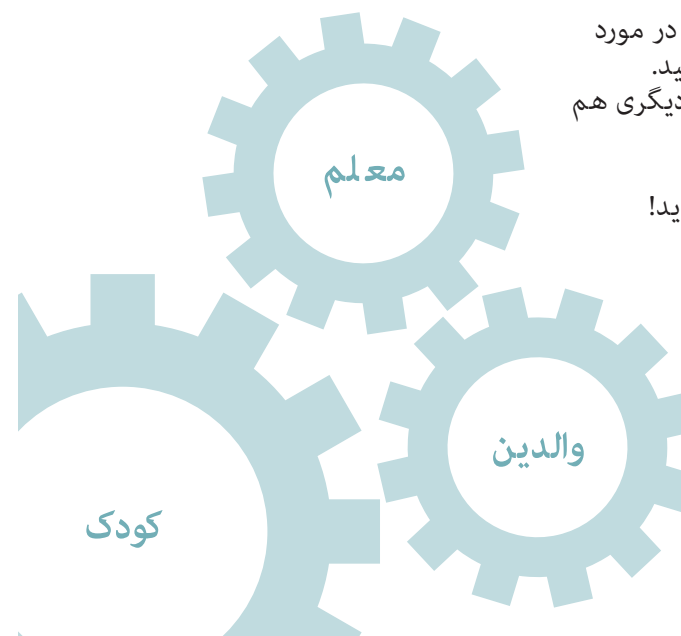
مثال:

اگر کودک شما، در تمرکز روی ریاضی، مشکل دارد. معلم ریاضی می تواند با معلم کلاس و در صورت لزوم با مربیان ویژه، در این مورد صحبت کند و به دنبال راه هایی باشد که از طریق آن بتوانند به فرزند شما کمک کنند. پس از آن، می تواند در کلاس تقویتی و یا در یک گروه مطالعاتی کوچک با سایر-کودکانی که همین مشکلات مشابه را دارند شرکت کرده تا به یادگیری بهتر او کمک حاصل شود.

همچنین می توان تمرینات و یا راهکارهای دیگری را برای انجام در خانه، به او ارائه کرد تا که کودک شما بتواند، به تنهایی یا با کمک شما، روی آنها کار کند.

شما معلم کلاس یا معلم ریاضیات را در مورد پیشرفت یادگیری فرزندان آگاه میکنید. در صورت لزوم، گزینه های حمایتی دیگری هم برای این مسئله وجود دارد.

مهم: همیشه برای مشاوره وقت بگیرید!



مدرسه اجباری ، انواع مدارس و سطوح مدرسه

مدرسه اجباری به این معنی است که هر کودک باید دردرس های مدرسه شرکت کند. اگر فرزند شما تا ۳۰ سپتامبر ۶ ساله شود، برای سال تحصیلی جدید در کلاس های درس شرکت خواهد کرد. تحصیل اجباری، وقتی فرزند شما ۱۸ ساله شود، به پایان می رسد. به عنوان مثال، اگر فرزند شما بخواهد، به عنوان مثال، بعد از کلاس دهم یا کلاس نهم (در دبیرستان) آموزش حرفه ای را شروع کند، آموزش حرفه ای در کالج حرفه ای را نیز به موقع میتواند آغاز کند. اگر فرزند شما در آموزش تخصصی ای قصد تحصیل نداشته باشد، میتواند در یک کالج حرفه ای ادامه تحصیل بدهد. و می تواند مدرک تحصیلی دیگری را در آنجا بگیرد.



همیشه در ۱ آگوست
همیشه در ۳۱ جولای
در سن ۵ یا ۶ سالگی

در سن ۱۸ سالگی
حداقل ۱۰ سال

شروع یک سال تحصیلی:
پایان یک سال تحصیلی:
شروع تحصیل اجباری:
(روزتولد تا ۳۰ سپتامبر)
پایان تحصیل اجباری:
مدت تحصیل:

انواع مدرسه و سطوح مدرسه

از کلاس ۱ تا ۴ مدرسه ابتدایی:

از کلاس ۵ تا ۱۰ سطح متوسطه ابتدایی (Sek I):
شامل دبیرستانهای زیر است:

دبیرستان پایه ای (Hauptschule) ،
آموزش های تکمیلی (Sekundarschule) ،
مدرسه راهنمایی (Realschule) ،
مدرسه استثنایی (Förderschule) ،
مدرسه جامع (Gesamtschule) ،
دبیرستان تخصصی عام (Gymnasium)

از کلاس ۱۱ تا ۱۳ سطح متوسطه عالی (Sek II):
دبیرستان عالی ، دانشکده فنی حرفه ای



موضوعات درسی و زندگی در مدرسه

موضوعات دروس ابتدایی:	آلمانی، انگلیسی، ریاضیات، موسیقی، آموزش هنر، تعلیمات دینی، علوم، تربیت بدنی.
موضوعات دوره متوسطه ابتدائی:	آلمانی، ریاضیات، انگلیسی، مطالعات اجتماعی (جغرافیا، تاریخ، سیاست، اقتصاد)، علوم طبیعی (زیست شناسی، فیزیک، شیمی)، هنر، موسیقی، تعلیمات دینی/ فلسفه عملی، ورزش. دروسی که در بالا ذکر شد، در اکثر مدارس متوسطه تدریس می شود. بعضی موضوعات درسی هم میتواند بعداً اضافه بشود، مانند یک زبان خارجی دیگر یا علوم کامپیوتر. البته ارائه این دروس در مدارس مختلف متفاوت است.
تدریس زبانهای مادری: (HSU)	تدریس زبان اولیه یا زبان مادری (HSU) برای کودکانی ارائه میشود که با دو زبان مختلف بزرگ می شوند، به عنوان مثال: عربی، یونانی، ایتالیایی، لهستانی، ترکی. تدریس این زبانها در صورتی ارائه میشود که حداقل ۱۵ کودک در دبستان و حداقل تعداد ۱۸ کودک در دبیرستان برای یادگیری زبان مشابه ثبت نام کرده باشند.

کار دسته جمعی:	بسیاری از مدارس ابتدایی مدرسی هستند که تمام روز باز هستند و مانند مدارس متوسطه، علاوه بر دروس عادی مدرسه، امکان شرکت در گروه های کاری رانیز ارائه می دهند. دانش آموزان تئاتر یا فوتبال بازی میکنند، در گروه کر، آواز میخوانند یا با امور کامپیوتری آشنا میشوند. شرکت در گروه های کاری اجباری نیست و شرکت در آنها دارای نمره نمی باشد. شما به عنوان والدین/ قیم قانونی میتوانید انرا بسته به پیشنهاد، انتخاب کنید.
برگزاری مراسم مدرسه:	برگزاری مراسم درمدرسه بطورمثال شامل روزهای پروژه (صبح، بعد از ظهر)، سفرهای کلاسی (صبح، بعد از ظهر، تمام روز) یا سفرهای مدرسه (سفر به مکان دیگری و اقامت شبانه). گشت و گذارها همراه با آموزش یا با کار آموزشی و تربیتی مرتبط است و بنابراین اجباری است.
مدرسه تمام روز:	همکاران در بخش مدرسه تمام وقت بطور منسجم با مدرسه همکاری می کنند. در این جا کودکانی که ثبت نام شده اند، تکالیف خود را انجام می دهند و در برنامه های آموزشی و حمایتی اضافی، در زمینه های ورزشی، فرهنگی و بازی شرکت می کنند. شما میتوانید در همان ابتدای ثبت نام فرزندان در مدرسه همزمان، او را برای مدرسه تمام روز ثبت نام کنید.

قانون و مقررات مدرسه در ایالت شمال غربی (NRW)

قانون مدرسه:

قانون مدرسه در ایالت نوردراین-وستفالن، توضیح میدهد، که با کدام حقوق و وظایفی در مدرسه، آموزش داده میشود و میآموزند. این قانون شامل چندین بخش است، از جمله: آموزش اجباری، روابط مدرسه، کارکنان مدرسه، محتوای دروس، مقررات حفاظت از داده ها. در اینجا برای شما به عنوان سرپرست قانونی فرزندان و خود فرزندان، بخش روابط مدرسه بسیار مهم میباشد. در اینجا اطلاعات مهمی برای مشاوره والدین و وظایف فرزندان به عنوان دانش آموز، وجود دارند. لینک این مورد را می توانید در صفحه ۱۹ پیدا کنید.

مقررات مدرسه:

هر مدرسه دارای مقررات مخصوصی است. این بدان معنی است که کارکنان مدرسه همگام با دانش آموزان و در میان خود با این سؤالات مهم برخورد کرده اند که چگونه زندگی در کنار هم و کار کردن با هم، با همه افراد درگیر، می تواند به خوبی پیش رود. برای این منظور قوانینی تدوین شده است که مثلاً، چه رفتاری در کلاس، در ساختمان مدرسه و در حیاط مدرسه قابل انتظار است و توقع دارند، تا در اجتماع مدرسه زندگی توأم با صلح و آرامش داشته باشند. بسیاری از مدارس، مقررات خود را در وب سایت خود یا در داخل ساختمان مدرسه نصب میکنند.

اغلب جملاتی که بکار گرفته می شود:



- ما همه را همانطور که هستند میپذیریم.
- رفتار دوستانه و مودبانه متقابل با یکدیگر داریم.
- به هم کمک می کنیم.
- ما درگیری ها را به صورت مسالمت آمیز حل می کنیم.

حضور در کلاس درس و فراغت از کلاس درس:

چنانچه فرزند شما شامل آموزش اجباری است باید به مدرسه برود و در کلیه دروس آموزشی و در مراسم مدرسه شرکت کند. در این رابطه باید مقررات زیر رعایت گردد.

درس تعلیمات دینی:

اگر حداقل تعداد ۱۲ دانش آموز از یک مذهب، در یک مدرسه، گرد هم آیند، می توانند آموزش دینی خود را درخواست کنند. والدین و یا سرپرست قانونی میتواند موقع ثبت نام فرزند خود در دبستان یا دبیرستان، برای تعلیمات دینی اسلامی ثبت نام کنند.

دانش آموز در سن ۱۴ سالگی به سن قانونی مذهبی می رسد. بنابراین، خود می تواند تصمیم بگیرد که آیا در کلاس آموزش تعلیمات دینی شرکت می کند یا میخواهد از آن معاف شود.

معافیت از شرکت در کلاس، به صورت کتبی از مدیریت مدرسه درخواست می شود. این معافیت به اطلاع سرپرستان قانونی می رسد.

قبل از سن ۱۴ سالگی، والدین یا قیم کودک، تصمیم می گیرند که آیا کودک در تعلیمات دینی شرکت خواهد کرد یا خیر. معافیت از حضور در کلاس به صورت کتبی نیز انجام می شود.

اگر کودکی در تعلیمات دینی شرکت نکند، در صورت ارائه درس فلسفه عملی از طرف مدرسه، میتواند در آن شرکت کند.

ورزش / آموزش شنا:

شرکت در کلاس های شنا نیز بخشی از تربیت بدنی است. در اینجا دختر و پسر مشترکاً با هم در درس شرکت می کنند.

معافیت از تربیت بدنی برای مدت طولانی، به دلیل مشکلات سلامتی، امکان پذیر میباشد که با تایید و گواهی پزشک امکان پذیر است.

تدریس زبان مادری و کار جمعی

تدریس زبان مادری برای دانش آموز، در همان ابتدای سال تحصیلی، انتخاب می شود و تا پایان سال تحصیلی ادامه دارد. این موضوع در مورد کار گروهی نیز صدق می کند.

اطلاع دادن بیماری، معذوریت پزشکی، مرخصی:

معمول اینطور است که فرزند شما اجباراً باید به مدرسه برود و شرکت در کلاس ها را نباید فراموش کند. با این حال، اگر فرزند شما بیمار است و به دلیل بسیار مهمی نمی تواند به مدرسه برود (مثلاً، به دلیل اینکه قرار ملاقاتی در اداره بهداشت یا با کارمندان اداره اتباع خارجی، در دفتر شهروندان دارید)، باید این موضوع را به مدرسه اطلاع دهید. این اطلاعات را می توان به صورت تلفنی یا کتبی ارائه کرد.

در اینجا دو نمونه از درخواست وجود دارد:

اطلاع از بیماری - سر صبح زنگ بزنید و اطلاع دهید

سلام! اسم من ... (نام شما) است.
دختر/ پسر من ... (نام) به کلاس ... (به عنوان مثال: 1a)
آقای/خانم ... (نام معلم کلاس) می رود.
فرزندم مریض است و امروز نمی تواند به مدرسه بیاید.
سپاسگزارم
به امید دیدار

نامه معذرت خواهی مکان، تاریخ

خانم/ آقای محترم ... (نام معلم مسئول کلاس)،
دخترم/ پسر من ... (نام)، کلاس ... (مثلاً 1a) نتوانست
از ... (تاریخ) تا ... (تاریخ)، به مدرسه بیاید،
زیرا مریض بود،
عذر خواهی میکنم.
با احترام
... نام، امضا

معذوریت کتبی باید حداکثر تا زمانی که فرزندتان به مدرسه بر میگردد، به مدرسه ارائه شود.

اگر بیماری کودک شما طولانی است، می توانید گواهی نامه ای از پزشک دریافت کنید که در آن نوشته شده؛ بیماری کودک شما تا چه زمانی طول خواهد کشید. شما این گواهی را در مدرسه (در دبیرخانه، معلم کلاس) تحویل می دهید.

گواهی پزشکی

گواهی پزشکی توسط پزشک صادر می شود. ارائه این گواهی را مدرسه از شما خواهد خواست؛ اگر دلیل قانع کننده ای برای غیبت فرزند شما در کلاس درس وجود دارد، مثلاً اگر کودک شما اغلب یا برای معلم مسئول قادر به حضور در کلاس نمی باشد. این نیز در مورد کلاس های تربیت بدنی و ورزش هم اعمال میشود زیرا، برای مثال، ممکن است فرزند شما به دلیل مصدومیت قادر به شرکت در تمرینات ورزشی نباشد

مرخصی ضروری

شما می توانید فرزندتان را به یک دلیل مهم به مرخصی ببرید، مثلاً برای شرکت در یک جشن مذهبی، در اینجا معمولاً می توانید یک روز در هر نیم سال مدرسه، مرخصی بگیرید. برای انجام این کار، در اسرع وقت، یک درخواست را به معلم کلاس ارائه دهید و تقاضای مرخصی کنید. درخواست مرخصی، برای روزهای کمی قبل از تعطیلات و یا کمی بعد از تعطیلات مدرسه، مجاز نیست.
این نمونه نوشتاری به شما نشان می دهد که چگونه درخواست مرخصی را بنویسید و آن را به معلم کلاس بسپارید.
نمونه درخواست مرخصی ضروری

مرخصی

مکان، تاریخ

خانم/آقای محترم ... (نام معلم مسئول کلاس)،
من می خواهم دخترم/ پسر من ... (نام) را در ... (تاریخ) از مدرسه به مرخصی ببرم، زیرا ما ... (دلیل: تعطیلات مذهبی، قرار اجباری در اداره بهداشت، اداره مهاجرت، اداره شهروندان و غیره).
از این بابت از شما عذرخواهی می کنم.
خواهش باز خورد دارم.
سپاسگزارم
با احترام
... نام، امضاء

وقت ملاقات پزشک :

لطفأً حتماً برای معاینه کنترلی فرزندتان، در خارج از ساعت درس، با پزشک قرار ملاقات بگذارید تا او درس را از دست ندهد.

زندگی روزمره مدرسه و جدول زمانی دروس

به جهت اینکه شما و فرزندتان از نحوه سازماندهی دروس مطلع شوید، جدول زمانی دروس توسط مدرسه، در اختیار شما قرار می‌گیرد. این جدول را قبل یا بعد از شروع مدرسه دریافت خواهید کرد. در آنجا می‌توانید مشاهده کنید که درس‌ها چه زمانی شروع می‌شود و چه زمانی به پایان می‌رسد و فرزند شما چه دروسی دارد. مثل:

برنامه کلاس چهارم

ساعت	زمان	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
1.	8-8:45	آلمانی	آلمانی	ورزش	ورزش	درس عمومی
2.	8:45-9:30	ریاضی	انگلیسی	ورزش	ورزش	ریاضی
مدت 20 دقیقه زنگ تفریح						
10 دقیقه صبحانه						
3.	10-10:45	موزیک	ریاضی	درس عمومی	ریاضی	المانی
4.	10:45-11:30	انگلیسی	موزیک	درس عمومی	آلمانی	انگلیسی
مدت 15 دقیقه زنگ تفریح						
5.	11:45-12:30	تعلیمات دینی / کلاس تقویتی	درس عمومی	دین / زبان مادری	هنرها	فعالیت کاری مشترک
6.	12:30-13:15	دین / زبان مادری	زبان مادری	شنا کردن	هنرها	فعالیت کاری مشترک

مدرسه ابتدایی

بسیاری از مدارس ابتدایی، شروع مدرسه را به عنوان روز بازگشایی مدرسه، آغاز مینمایند. یعنی که درهای کلاس باز است و کارکنان مدرسه برای نظارت بر آنها حضور دارند. کودک شما این فرصت را دارد کاپشن و کیفش را در بیاورد و مشغول مطالعه، یا صحبت با کودکان دیگر بشود.

لطفاً به ساعت‌های درج شده در جدول توجه کنید و فرزندتان را سر موقع به مدرسه بفرستید.

وسایل مدرسه برای شروع مدرسه

برای اینکه فرزند شما بتواند از روز اول مدرسه، به خوبی در کلاس درس شرکت کند، به وسایل مدرسه نیز نیاز دارد.

مرور کلی به وسایل مورد نیاز به شما کمک می‌کند تا مهم‌ترین لوازم مدرسه را از قبل تهیه کنید.

پس از اولین روز مدرسه، باید از دبیرخانه یا معلم کلاس درمورد لیست لوازم التحریر مورد نیاز فرزندتان پرسید تا بتوانید آنچه از لوازم و یا دفتر و کتاب، کمبود وجود دارد را، از قبل تهیه کنید. بسیاری از کتاب‌های مدرسه توسط فرزند شما از مدرسه به امانت گرفته می‌شوند. اینها باید در پایان سال تحصیلی برگردانده شوند والدین / قیم قانونی باید برخی از کتاب‌ها را هم خودشان خریداری کنند.

مواد لازم برای مقطع ابتدایی و متوسطه اول / دوم:

- 1 عدد کیف مدرسه
- 1 عدد جامدادی
- 1 عدد مداد سیاه
- 6-12 عدد مداد رنگی
- 1 عدد مداد تراش
- 1 عدد مداد پاک‌کن
- 1 عدد قیچی
- 1 عدد چسب
- 1 خط کش
- یوشه پلاستیکی
- 1 عدد قرمز، 1 عدد سبز، 1 عدد آبی، 1 عدد سفید، 1 عدد زرد
- 1 عدد دفتر تمرین ریاضی (با خطوط شطرنجی)
- 1 عدد دفترچه تمرین (خط دار)
- 1 عدد دفترچه برای یادداشت تکالیف
- کیف برای وسایل ورزش (کفش ورزشی با رنگ روشن، شلوار ورزشی، تی شرت، کش یا گیره موی سر برای موهای بلند)
- وسایل مربوط به شنا در کیف (مایو / بورکینی، ژل شستشوی، حوله، سشوار، برس مو، کش مو برای موهای بلند)



کودک شما مجاز به استفاده از زیورآلات در کلاس‌های ورزش و شنا نیست و آنها را می‌توانند قبل از ورزش به معلم بپردازند

فرصت‌های مشارکتی والدین ویا سرپرست های قانونی در مدرسه

موارد	راه های اشتراک گذاری	توضیحات
جشنهای مدرسه	سازماندهی کردن، ساختن، صحبت با والدین و غیره	شما این شانس را دارید که یک جشن زیبایی در مدرسه، برای فرزند خود و برای بچه های دیگر، شکل بدهید معلم کلاس به موقع شما را مطلع خواهد کرد که چگونه مدرسه را در این امر یاری کنید.
گرددشای کلاس	همراهی کردن، سازماندهی	در بعضی گرددشای کلاس، حضور شما بسیار کمک کننده است. شما معلمین را حمایت خواهید کرد، بطور مثال در مراقبت از یک گروه.
هیات نمایندگی کلاس	،بطورمثال: مشاوره، برنامه ریزی، جمع آوری اطلاعات، انتخاب یک نماینده برای کلاس	معلم مسئول کلاس راجع به محتوای درس اطلاعات میدهد، ارائه برنامه گردش کلاس، صحبت با والدین راجع به موضوعات مختلف و انتخاب مسئول برای هیات نمایندگی کلاس، این مسئول بعدها در امور نظارتی مدرسه هم شرکت خواهد کرد.
مسئول نظارت کلاس	خواسته های والدین را بازگو میکند	اگر مسئله ای باشد که برای همه شاگردان کلاس مهم باشد، این نماینده کلاس یا مسئول ناظر بر کلاس، مطلع می شود. بعد از آن می تواند با معلم کلاس قرار ملاقات بگذارد و نتیجه را به اطلاع برساند.
مسئول نظارت مدرسه	راهنمایی، برنامه ریزی، جمع آوری اطلاعات، انتخاب نماینده برای کنفرانس مدرسه	نماینده ناظر کلاس در جلسه نظارات مدرسه شرکت میکند و درانجا، از نتیجه و چگونگی فرصت‌های همکاری اش درمدرسه، مطلع میشود.
کنفرانس مدرسه	مشارکت در موضوعات مختلف، انتخابات	در کنفرانس مدرسه، رؤسای ناظر همراه با معلمان و مدیریت مدرسه می نشینند. مشاوره، برنامه ریزی و انتخابات در مورد موضوعات مختلف (به عنوان مثال: روزهای پروژه، دستورکارامورتعلمی -تربیتی، کتاب های. مدرسه، روزهای تعطیلات متحرک) برگزار می شود.

مثال

روز آغاز بازگشایی مدرسه	شروع درس	پایان درس	ورود به مدرسه	ساعت خروج فرزندان از مدرسه
روز آغاز بازگشایی مدرسه	ساعت 7:45	ساعت 13:15	ساعت 7:35-7:40	ساعت 13:15
شروع درس	ساعت 8:00	ساعت 13:15	ساعت 7:50-7:55	ساعت 13:15

دبستان: بردن و آوردن فرزندان به مدرسه

در صورت امکان، فرزندتان را پیاده به مدرسه ببرید. به این ترتیب کودک شما راه مدرسه را می شناسد، با بچه های دیگر آشنا می شود و از قبل تحرکی می کند. این به کودک شما کمک می کند تا بتواند بعداً درس را با آرامش دنبال کند. پس از حدود 2-3 هفته، کودک شما باید بتواند به تنهایی به مدرسه و کلاس برود. برای اینکه فرزند شما و سایر کودکان در مدرسه احساس امنیت کنند و بتوانند بدون مزاحمت درس بخوانند، مهم است که کودک خود را تا جلوی در ورودی مدرسه / درگاه مدرسه همراهی کرده و از مقابل در ورودی او را ببرید.

مدرسه متوسطه در سطوح 1 و 2

معمولاً مدارس متوسطه نزدیک به محل سکونت کودکان نمیباشد، بنابراین، مهم است که در ابتدا، در مسیر مدرسه، فرزندتان را همراهی کنید، تا او بتواند در آینده خودش به طور مستقل به مدرسه برود.

فرزند شما باید قبل از شروع درس، در کلاس حضور داشته باشد. بطور مثال: اگر درس ساعت ۸ شروع میشود، بهتر است بین ساعت ۷.۵۰ - ۷.۵۵ در کلاس حاضر باشد.

بلیط برای اتوبوس، قطار خیابانی یا قطار زیر زمینی (حمل و نقل عمومی)

ا مکان تهیه بلیط مدرسه وجود دارد که باید از مدرسه درخواست شود. فرم درخواست در در دبیر خانه مدرسه یا در اداره مرکزی حمل و نقل شهری (VRR Center) ، یا در اینترنت، در دسترس عموم میباشد.

این بلیط برای فرزند شما مناسب است، اگر او مرتب از وسیله نقلیه شهری عمومی، برای رفتن به مدرسه استفاده میکنند. خرید این بلیط اتوبوس با قیمت مناسب، بستگی به طول مسافت و دوری مدرسه تا خانه دارد، اطلاعات بیشتر در این مورد را از مدرسه دریافت کنید.

حمایت در خانه

آموزش و پرورش فرزند شما یک وظیفه و کار مشترک بین مدرسه و شما به عنوان سرپرست قانونی فرزندتان میباشد .

برای اینکه رشد فردی و تحصیلی فرزندتان موفقیت آمیز باشد، راههای زیادی وجود دارد.

موضوع	حمایت	امکانات
کیف مدرسه	سنگینی کیف مدرسه	باهمديگر در كيف مدرسه نگاه كنيد و آن را مرتب كنيد .فرزند شما خیلی از چیزها را میتواند درکلاس نگهداری کند.
تکالیف خانه	انجام دادن تکالیف در خانه	به فرزند شما تکالیفی داده می شود، که باید در خانه به تنهایی، انجام دهد. فرزند شما به فضایی برای انجام تکالیف خود در آرامش (بدون مزاحمت از صدای موسیقی یا صدای خواهر و برادر) نیاز دارد. بعد از مدرسه به کودک خود فرصت دهید تا استراحت کند و چیزی برای خوردن داشته باشد. سپس باید بعد از ظهر (قبل از شام) تکالیف خود را انجام دهد.
	فراموشی تکالیف	دفتر یادداشت تکالیف او را کنترل کنید. اگر او تکالیفی را فراموش کرده یادداشت کند، از او بخواهید از هم کلاسهای دیگرش سوال کند و قبل از رفتن به مدرسه، به او یاد آوری کنید که تکالیف خود را یادداشت کند.
کتابها	خواندن	فرزند شما این امکان را دارد که کتابهایی را از مدرسه یا از کتابخانه شهر، به امانت بگیرد. شما میتوانید برای گرفتن کتاب با همديگر به کتابخانه شهر برويد. تا زمانیکه فرزند شما به مدرسه ابتدایی میروند، با همديگر روزانه حد اقل ۱۵ دقیقه کتاب بخوانید.
اوقات فراغت	برای مثال: بازی های تخته ای، قدم زدن، باغ وحش، مکان های مخصوص بازی، شنا	سعی کنید با فرزندتان مشترکاً اوقاتی را در پارک یا مکان بازی بگذرانید.

موضوع	حمایت	امکانات
ورزش	ورزش مورد علاقه (برای مثال: فوتبال ، شنا، رقص (ژیمناستیک	یک نوع ورزشی را همراه با فرزندتان انتخاب کنید که برای فرزند شما جالب باشد. باشگاه های ورزشی بسیار ی از انواع ورزش ها در شهر شما، وجود دارد که فرزند شما میتواند ساعت مجانی در آن شرکت کرده و میزان علاقه خود را بسنجد، قبل از اینکه بخواهید ثبت نام طولانی مدت انجام بدهید.
خانه داری	برای مثال: آشپزی، پخت نان وکیک، خرید	اشتراک لذتبخش است! اجازه بدهید کودک کتان در آشپزی و همچنین در خرید، به شما کمک کند. با این کار شما مسئولیت را واگذار کرده و از فرزندتان در بدست آوردن استقلال حمایت می کنید. با این کار کودک شما یاد می گیرد که قوانین را رعایت کند، بشمرد ، محاسبه کند ، حرف بزند و غیره.
یادگیری	مشکلات در یک مواد درسی	اگر می بینید که فرزندتان در مدرسه مشکلات یا سختی هایی دارد، مانند انجام تکالیف مدرسه به تنهایی، قرار ملاقاتی برای مشاوره با معلم کلاس یا با معلم درس یگدارید و در مورد مشکل درسی، صحبت کنید. کارکنان مدرسه به شما یاری خواهند داد ، تا از فرزندتان حمایت شود.
گفتگو	زندگی روزمره مدرسه	به فرزند خود فرصت بدهید، از آنچه در مدرسه جدیداً یادگرفته یا مشاهده کرده برای شما تعریف کند و در پیرامون روزمرگی خود با او گفتگو کنید.
زمانهای خواب	خوابیدن	فرزند شما نیاز به خواب کافی دارد تا در مدرسه برای یادگیری راحت باشد. مهم است، برای حداقل ۸ ساعت خواب، فرزند شما لازم است به موقع در رختخواب باشد.
رسانه های دیجیتال	موبایل، تبلت ، لب تاب ، اینترنت، تلویزیون	کمش هم ، زیاد است! به استفاده از رسانه های دیجیتال که مناسب سن کودکان است، توجه کنید، به زمان و طول مدت ، چه وقت ، و چه نوع رسانه ای. به این منظور یک مقررات مشترک بگذارید. به عنوان مثال، از کدام صفحات اینترنتی مجاز است بازدید کند و یا برای اینترنت ، قفل ایمنی کودک بکار ببرید.

گذراندن یک روز مدرسه برای هرکودکی طولانی و دشوار است. برای اینکه فرزند شما بتواند با تمرکز به یادگیری ادامه دهد احتیاج به یک صبحانه سالم دارد. در **هرم تغذیه** زیر، شما مشاهده میکنید چه موادی صبحانه سالم را تشکیل میدهد.

ایده های صبحانه سالم مانند:



- ساندویچ نان همراه تخم مرغ، سبزیجات مثل خیار، فلفل دلمه ای و آب
- نان لواش و پنیر، سیب، آب
- ماست لیوانی، میوه مثل: انگور، یک برش نان همراه
- پنیر ...

به عنوان مثال، به فرزندتان برای نوشیدنی آب یا چای شیرین نشده بدهید تا بنوشد. برای بسته بندی صبحانه از جعبه های نان و بطری های قابل پر کردن، استفاده کنید.

امروزه آموزش به طرق مختلف امکان پذیر است، رسانه های دیجیتالی مثل، برنامه های تلویزیونی، تبلت ها، تلفن های همراه یا رایانه های شخصی در مدارس و خانه، می توانند به شما کمک کنند تا موضوعات درسی را تکرار کنید یا چیزهای جدیدی را یاد بگیرید.

صفحات زیادی از برنامه های آموزشی در اینترنت، برنامه ها یا نرم افزارهای کامپیوتری در این زمینه وجود دارد. هنگام استفاده از این رسانه ها، باید مطمئن شوید که آنها مناسب با سن کودک شما، در نظر گرفته شده باشد و کودک شما، زمان حساب شده ای را با آنها بگذراند، بطوریکه برای سایر فعالیت ها (مانند بازی ها، نقاشی، خواندن، ورزش و غیره) وقت کافی باقی بماند.

این سوالات و نکات می تواند به ایجاد یک رویکرد کلی در مورد رسانه ها کمک کند.

کلمات سوالی	نکات
چه زمانی؟ چه کسی؟	جهت استفاده فرزندتان از رسانه های دیجیتالی، مقرراتی باهم بگذارید که کودک شما چه زمانی (تعیین ساعت زمانی) اجازه استفاده دارد یا چه زمانی با خواهر یا برادرش میتواند تعویض کند.
چه چیز؟ برای چی؟	با کودک خود در مورد اینکه چه چیزی (تلفن همراه، کامپیوتر شخصی و غیره) برای چه (مطالعه یا اوقات فراغت) کودکان اجازه دارد از رسانه ها استفاده کند، صحبت کنید.
کجا؟	در کجا استفاده از رسانه دیجیتالی مجاز است را شما مقرر کنید، در اتاق بچه ها یا در اتاق نشیمن. مراقب زمانهای ممنوعیت استفاده از رسانه های دیجیتالی باشید، بطور مثال در زمان خوردن غذا در آشپزخانه.
چه مدت زمانی؟	یک زمان و مدت زمان ثابتی را برای استفاده از رسانه دیجیتالی، تعیین کنید، مثلاً بعد از ۴۵ دقیقه تحرک یا استراحت، وجود یک ساعت در اتاق میتواند در این مورد به شما کمک کند.

اطلاعات بیشتر در مورد نحوه کار با رسانه های دیجیتال را می توانید در اینجا بیابید:



www.elternundmedien.de/zuhause.html



www.klicksafe.de



لینک های اینترنتی و مسئول مربوطه

وزارت آموزش پرورش نورد راین وستفالن در صفحه اینترنتی خود
www.schulministerium.nrw.de

آدرس اینترنتی را معرفی کرده که تمام اطلاعات مهم درمورد مدرسه در آن موجود است.
 و علاوه بر این وب سایت وزارت فدرال آموزش، خانواده، سالمندان، زنان و جوانان
www.bmfsfj.de ، اطلاعات بسیاری به شما ارائه میدهد. در اینجا تعدادی لینک معرفی
 میشود:

لینک مربوطه	زمینه
https://www.schulministerium.nrw/im-blickpunkt-eltern	والدین
www.schulministerium.nrw.de/themen/schulsystem/unterricht/lernbereiche-und-unterrichtsfacher/religionsunterricht	مطالعات دینی و اعتقادی
https://www.schulministerium.nrw.de/eltern/schulmitwirkung	مشارکت در مدرسه
https://www.schulministerium.nrw.de/themen/recht/schulrecht/schulgesetz-fuer-das-land-nordrhein-westfalen	قانون مدرسه
https://www.kinder-ministerium.de/deine-rechte	حقوق کودکان
https://www.schulministerium.nrw/schulsystem	سیستم مدرسه

کمک های مالی برای مدرسه و اوقات فراغت

برای اینکه کودکان و نوجوانان بتوانند به خوبی در فعالیتهای مدرسه ای و اوقات فراغت
 شرکت کنند، خانواده های کم درآمد می توانند برای موارد زیر کمک مالی دریافت کنند:

- لوازم تحریر و وسایل مدرسه
- اردوها و سفرهای کلاسی
- ناهار در مدرسه
- حمایت تحصیلی / کلاس تقویتی
- برنامه های ورزشی، فرهنگی و اوقات فراغت

می توانید سوالات خود را در مدرسه، مرکز کار (جاب سنتر) یا مستقیماً در خود مؤسسه بپرسید.

• مرکز مشاوره مسائل مدرسه و امور خانواده

مرکز مشاوره مدرسه منطقه ای شهراسن در مورد تمام سوالات و زمینه های مربوط
 به مدارس، اطلاعات و مشاوره ارائه می دهد.

مرکز مشاوره منطقه ای شهر اسن

Gildehofstraße 1a, 4. Etage, 45127 Essen
www.schulberatung.essen.de
 تلفن: +49 201 88-40131
 ایمیل: schulberatung@essen.de

• مشاوره اولیه برای کودکان و جوانان تازه مهاجرت کرده

مرکز همگرایی شهرداری شهر اسن

Geibelstraße 1, 45128 Essen
 تلفن: +49 201 88-88474
 ایمیل: seb@interkulturell.essen.de

آیا تمایل به مشاوره حضوری دارید یا هنوز سوالاتی برایتان باقی مانده است
 بپرسید.

تمام اطلاعات مربوط به ساعات پاسخگویی و نحوه تعیین وقت را می توانید
 در وبسایت ما پیدا کنید: www.essen.de/KI



مشاوره اولیه تحصیلی/تعیین وقت و ساعات مشاوره: مشاوره اولیه تحصیلی
 برای کودکان و نوجوانان تازه وارد و والدین یا سرپرستان قانونی آنها:
www.essen.de/schulische-erstberatung



در آنجا همچنین می توانید مرور کاملی بر خدمات و مشاوره های ما داشته باشید. ما در
 زمینه های بسیاری از شما حمایت می کنیم - از سوالات مدرسه ای و فرصت های حمایتی گرفته
 تا پروژه های همگرایی (ادغام) ما.