

مساعدة الطالب على الشعور بالتواصل

نصائح لدعم الحضور إلى المدرسة

عندما يشعر الطلاب بالانتماء، يصبحون أكثر استعدادًا للمشاركة والنجاح والحضور المنتظم إلى المدرسة. يمكن أن يساعد تشجيع الأسرة والروتين اليومي في مرحلة مبكرة على إرساء أساس قوي للنجاح المدرسي.

الروتين اليومي

المنزل إلا إذا كانت أعراض المرض تتوافق مع [الإرشادات الصحية](#) فقط. إذا كان الطالب يعاني من مشاكل صحية نفسية، مثل القلق أو الاكتئاب، فاتصل بالمدرسة للحصول على دعم إضافي.

- **تتبع التقدم معًا.** استخدم [أداة تتبع الحضور](#) على موقع Every Day Matters الإلكتروني للاحتفال بالنمو وتحديد الأنماط. تحدث إلى معلم الطالب بشأن حضوره.

شراكة المدرسة والمجتمع

- **تواصل للحصول على الدعم للرعاية قبل دوام المدرسة وبعده.** من المهم حماية وقت التعلم لجميع الطلاب. تواصل مع مدرستك للحصول على الموارد اللازمة لرعاية الطلاب قبل المدرسة وبعدها، أو البدائل للطلاب الأكبر سنًا الذين يستوفون هذه الحاجة.
- **أنت لست وحدك.** تتعاون المدارس مع الأسر؛ فإذا كانت أسرته تواجه تحديات مثل السكن، أو التنقل، أو المشكلات الصحية، فيمكن للمدرسة تقديم المساعدة.
- **استخدم أدوات المجتمع.** تفضل بزيارة 211.org أو اتصل على الرقم 211 لاكتشاف خدمات الدعم القريبة منك.

عندما يشعر الطلاب أن المدرسة هي مكان حيث الكل يعرفهم، ويقدرهم، ويقدم لهم الدعم، يصبح الحضور انعكاسًا للانتماء.

وضع إجراءات روتينية تدعم التواصل والاتساق.

- بالنسبة إلى الأطفال الأصغر سنًا، يساعد الالتزام بوقت نوم منتظم وروتين صباحي ثابت على تحسين قدرتهم على التعلم. يحتاج معظم الأطفال والمراهقين من 9 إلى 11 ساعة من النوم.
- **اجعل أوقات الصباح أكثر سلاسة.** يمكن تحضير الملابس وتجهيز الحقيبة في الليلة السابقة أن يجعل فترة الصباح أكثر هدوءًا. وهذا يساعد الطلاب على الشعور بمزيد من الثقة والاستعداد للتعلم عند وصولهم إلى المدرسة.
- **الحّد من استخدام الشاشات في وقت المساء.** شجّع على اتباع روتين نوم خالٍ من التكنولوجيا من خلال إبقاء الهواتف والأجهزة خارج غرفة النوم. هذا يمكن أن يساعد في الحصول على قسط كافٍ من النوم ليكونوا حاضرين ومتفاعلين في المدرسة في اليوم التالي.

روابط الحياة المدرسية

- **تعرف على معلمي الطالب وموظفي المدرسة.** يساعد هؤلاء البالغون المهتمون في إنشاء بيئات آمنة ومرحبة. تواصل مبكرًا، خاصة إذا كان طفلك يشعر بالتوتر أو يواجه صعوبات، عبر المراسلة من خلال البريد الإلكتروني مع المعلمين، أو حضور الليالي العائلية، أو زيارة المدرسة.
- **تحدث عن المدرسة كثيرًا.** اسأل كيف تسير أمور الطالب مع الأصدقاء ومع التعلم. هذا يُظهر اهتمامك بيومه ويساعدك على معرفة المجالات التي قد يحتاج فيها إلى الدعم.
- **خطط مسبقًا لحالات الغياب المعروفة،** مثل المواعيد الطبية والفعاليات الثقافية. تواصل مع المدرسة عندما يكون الطالب غائبًا وتعاون مع المعلمين للتخطيط للحفاظ على روابط التعلم في الفصل الدراسي.

التوقعات الواضحة والداعمة

- **ضع توقعات واضحة للحضور.** أخبر طفلك أن المدرسة أولوية، وأنتك تؤمن بقدرته على تجاوز الأيام الصعبة مع الدعم. لا تشجعه على البقاء في

