

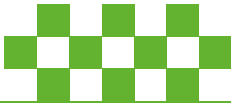
# مناسب برای مدرسه؟

والدین



مدرسه

مهد کودک



اطلاعاتی  
برای والدین  
کودکان چهارساله

والدین گرامی!

فرزند شما در دو سال آینده وارد مدرسه خواهد شد. با این بروشور، می‌خواهیم پیشاپیش درباره گزینه‌های مختلف کمک برای آماده‌سازی ورود به مدرسه به شما اطلاعات بدهیم.

در این بروشور شما نکات و توصیه‌های رفتاری را برای گزینه‌های کمک در حوزه آموزش پیش‌دبستانی و دبستانی در زمینه‌های زیر ملاحظه می‌کنید:

■ حرکت

■ آموزش ریاضی

■ رسانه‌ها

■ آموزش اجتماعی و بین‌فرهنگی

■ بدن، سلامت و تغذیه

■ آموزش موسیقیایی و زیبایی‌شناختی

■ زبان و ارتباط

■ آموزش علمی و فنی

امیدواریم بتوانیم نگاه اولیه‌ای را درباره برنامه‌های کمک و حمایت موجود به شما ارائه کنیم و برای شما در امتحان کردن برنامه‌ها با فرزندان‌تان لحظات خوشی را آرزو می‌کنیم.

سوزانه وسلز  
اداره مدارس شهر هام



کارین دیبیکر  
اداره آموزش مدرسه‌ای



- انجام و طراحی برنامه‌های گردش در مکان‌های بازی، استخرهای شنا، پارک یا جنگل. کسی که می‌تواند عقب-عقب برود، عقب-عقب شمردن هم برای او آسان خواهد بود. کسی که شیب‌های دستگاه‌های بالا رفتن را مرتب تجربه کرده است، آسان‌تر می‌تواند حرف A را بنویسد. کسی که قبلاً یک بار از یک داربست بالا رفتن پریده باشد، می‌تواند موضوعات انتزاعی مانند نیروی جاذبه را درک کند.
- فراهم کردن اقلام گوناگون (کیسه، کارتن، لحاف، تشک، میز صندلی، بالش...)
- سه‌چرخه، اسکیت، دوچرخه بدون پدال، دوچرخه: تمرین و یادگیری راندن وسیله نقلیه
- امتحان کردن مهارت حرکتی ظریف در شرایط روزمره (پوشیدن و درآوردن لباس، غذا خوردن با چاقو و چنگال، بریدن با قیچی، نخ کردن منجوق‌ها، چسباندن عکس‌ها با اتو، گره زدن، کار با خمیر، استفاده از گیره‌های لباس)
- حرکت در راه مدرسه/مهد کودک: حرکت در صبح سلول‌های مغز را تحریک می‌کند و قدرت تمرکز را افزایش می‌دهد، همچنین رفت و آمد مرتب به صورت پیاده، خطر تصادف را برای فرزند شما کاهش می‌دهد.

### اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:

■ [www.movere.de](http://www.movere.de) (Movere)، انجمن حمایت از توسعه روان حرکتی)

■ [www.ssb-hamm.de](http://www.ssb-hamm.de)

(اتحادیه ورزشی هام،

نگاهی به برنامه‌های ورزشی

در شهر هام)

■ [www.aok.de](http://www.aok.de)

(AOK-یکشنبه‌های ورزش در نیمسال زمستانی

در باشگاه‌های ورزشی بزرگ هام)

■ باشگاه‌های ورزشی محلی در مناطق شهری

- ریاضی در هنگام تمیزکاری (مرتب کردن اقلامی مانند مدادها بر اساس رنگ، شکل و اندازه)
- ریاضی در هنگام چیدن میز و قاشق‌ها و چنگال‌ها به نفرات (شمردن افراد حاضر و اختصاص دادن تعداد متناسب از بشقاب‌ها)
- ریاضی در هنگام بالا رفتن از پله‌ها (شمردن پله‌ها در هنگام بالا رفتن و پایین آمدن از پله‌ها و گفتن نام اعداد)
- کشف کردن الگوها و مقررات قانونی در محیط زیست (برای مثال تقارن در ریل‌های راه‌آهن، نخ کردن منجوق‌ها بر اساس مقررات، ایجاد عکس‌های متقارن با آبرنگ)
- ریاضی در هنگام وزن کردن، اندازه‌گیری و مقایسه کردن (برای مثال مقایسه قد کودکان، وزن کردن در فروشگاه، استفاده از ساعت شنی در هنگام مسواک کردن دندان‌ها)

اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:

■ خانه پژوهشگران جوان:

[/https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/experimente-themen/mathematik](https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/experimente-themen/mathematik)

■ PIK AS دانشگاه فنی دورتموند:

[/https://pikas.dzlm.de/material-pik-mathematische-bildung/haus-2-informations-material/literaturtipps](https://pikas.dzlm.de/material-pik-mathematische-bildung/haus-2-informations-material/literaturtipps)

- فراهم کردن هر نوع رسانه برای کار آموزش رسانه، همچنین ابزارهای از رده خارج مانند ماشین‌های تایپ، دوربین‌های عکاسی قدیمی، دستگاه‌های ضبط، دستگاه ضبط کاست و غیره.
- گزینه‌های کاردستی با موضوع فیلم، درست کردن کتاب‌های تصویری از خود
- آوردن عکس‌های کودکان، مرکز (مهد کودک و مدرسه و غیره)، خانواده، و پردازش و نمایش آنها
- استفاده از گزینه‌های عکاسی دیجیتال (گرفتن عکس، غریبه‌سازی، اختلاط رنگ‌ها و غیره)
- آراستن محیط‌هایی با نقاشی آمیخته
- «در جستجوی رازهای فن‌آوری»: سازمان‌دهی سفری در میان دستگاه‌های از رده خارج مانند کامپیوتر/تلفن

**اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:**

■ امنیت از راه دانش رسانه‌ها:

<http://www.klicksafe.de/Eldern>

■ پرهیز از اختلاف:

<http://www.mediennutzungsvertrag.de>

■ Medienpass NRW

<https://www.medienpass.nrw.de/de/inhalt/eldern-und-medien-0>

■ پایگاه کودکان، والدین و مربیان:

<https://www.internet-abc.de/Eldern>

# آموزش اجتماعی و (بین)فرهنگی

مطالب، لینک‌ها و تنظیمات به عنوان گزینه‌های کمک

- درک احساسات و صحبت کردن با کودکان درباره آن (کارت‌های احساس)
  - خواندن کتابهایی با موضوع رفتار با کودکان (شاهزاده فریدولین همه کار می‌تواند انجام دهد، همه چیز مال من است ...)
  - اجرای نمایش با عروسک‌گردانی، عروسک‌های خیمه‌شب‌بازی، نتاثر خیمه‌شب‌بازی ...
  - دادن وظایف کوچک به بچه‌ها، تا اعتماد به نفس‌شان افزایش یابد (چیدن میز، کمک کردن در آشپزی ...)
  - توجه کردن به بچه‌ها، گفتگو کردن با آنها درباره تجربه‌ها
  - فعالیت‌های گروهی (بازی‌ها، گردش‌ها ...)
  - پذیرا بودن برای فرهنگ‌های مختلف
  - تعیین قوانین و مرزها
- اطلاعات در این زمینه را می‌توانید از افراد و مراکز زیر بگیرید:
- مشاور والدین / مشاور سرپرستان
  - مدرسه والدین هام
  - مرکز یکپارچگی محلی شهر هام
  - کتابخانه شهری یا کتابخانه‌های ناحیه‌ای

# بدن، سلامت و تغذیه

مطالب، لینک‌ها و تنظیمات به عنوان گزینه‌های کمک

- پاشیدن و خمیرکاری با مواد مختلف (مانند ماسه، خمیر شُل، خمیر سفت، خاک)
- بازی‌های مزه، لمس و بو
- رفتن به بازار، نانوايي، مزرعه، کارخانه لبنیات، مرکز تهیه آب
- رو در رو شدن با اشیاء و لباس‌هایی مربوط به مشاغل و فرهنگ‌های مختلف
- تقویت استقلال (مثلا پوشیدن و درآوردن لباس، رفتن به توالت)
- درست کردن گروهی غذا
- بیمودن بسیاری از راه‌ها با پای پیاده یا با دوچرخه

اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:

- بخش پژوهش تغذیه کودکان: <https://www.klinikum-bochum.de/fachbereiche/kinder-und-jugendmedizin/forschungsdepartment-kinderernaehrung.html>
- خانه پژوهشگران کوچک – پروژه بدن: <https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/experimente-themen/koerper>
- [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

# آموزش موسیقیایی و زیبایی‌شناختی

مطالب، لینک‌ها و تنظیمات به عنوان گزینه‌های کمک

- تامین مجموعه زیاد و قابل دسترسی از مواد مانند:
  - کاغذ - اندازه‌ها، شکل‌ها و کیفیت‌های مختلف
  - رنگ‌ها - مایع و جامد، قلم‌موهای مختلف نقاشی
  - آب، خاک رس، خمیر، چوب، چسب‌های متناسب، ماسه، مواد پشمی، منجوق‌ها، فیچی، کارتن‌ها در اندازه‌های مختلف را آماده کنید
- از اشیاء تولیدکننده صدا (حدس زدن صداها، کاسه و چکش، زنگ، لوله رنگین‌کمان) استفاده کنید
- شناختن آلات مختلف موسیقی (از سنج تا پیانو و غیره) و نیز آلات ناشناخته از فرهنگ‌های مختلف
- گوش کردن به موسیقی‌های سبک‌های مختلف (ترانه‌های کودکان، قطعات کلاسیک، «دیسکو»، موسیقی رقص، موسیقی کشورهای دیگر)
- آماده کردن دستمال‌ها، نوارها، اقلام پوشیدنی، میکروفون برای بازی

اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:

[www.hamm.de/kultur/kulturangebot.html](http://www.hamm.de/kultur/kulturangebot.html) ■

[www.hamm.de/stadtbuecherei.html](http://www.hamm.de/stadtbuecherei.html) ■

[www.hamm.de/musikschule.html](http://www.hamm.de/musikschule.html) ■

[www.helios-theater.de](http://www.helios-theater.de) ■



# زبان و ارتباط

به کودکان این امکان داده می‌شود،

- برقراری ارتباط از راه تقلید، ژست و حرکت
- بیان نظرات خود در گفتگوها و اعلام حس‌ها، دیدگاه‌ها، اندیشه‌ها، تجربه‌ها
- شناختن قوانین گفتگو در مسائل روزمره و تعامل و به‌کارگیری آنها
- گسترش دادن دامنه واژه‌های آنها و به‌کارگیری اصطلاحات (از جمله اصطلاحات تخصصی).
- ارتباط برقرار کردن به زبان مادری خود و دریافت کمک در این زمینه،
- ایجاد علاقه به کتاب‌ها و لذت بردن از خیال‌پردازی و داستان‌گویی و به این ترتیب همچنین دسترسی یافتن به نوشتن به عنوان یک ابزار اطلاعات و ارتباط

# آموزش علمی و فنی

« شفقت‌زدگی، آغاز همه علوم طبیعی است »  
ارسطو

مطالب، لینک‌ها و تنظیمات به عنوان گزینه‌های کمک

■ **مشاهدات طبیعی** (مشاهده طوفان، طلوع آفتاب، فصول روشن و تاریک، حیوانات کوچک در چمنزار)

■ **نان پختن و آشپزی** (هم زدن، گرم کردن، قابلیت تغییر مواد)

■ **دیدار از مرکز بازیافت، رصدخانه، مرکز تهیه آب، تصفیه‌خانه فاضلاب**

■ **ساختن و بنا کردن با مواد مختلف**

■ **مواد** (دستگاه‌های فنی قدیمی، لیوان، ذره‌بین، چراغ رومیزی، آینه، ابزار)

اطلاعات بیشتر را در اینجا ببینید:

■ خانه پژوهشگران جوان –

پروژه فن‌آوری: /<https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/>  
/experimente-themen/technik

■ <http://experimente-fuer-kinder.blogspot.de>

■ [/https://www.geo.de/geolino/basteln](https://www.geo.de/geolino/basteln)

■ [/https://www.kids-and-science.de](https://www.kids-and-science.de) 15225-thma-experimente

experimente-fuer-kinder



اطلاعات نشر

ناشر:

شهرداری هام

شهردار ارشد

اداره آموزش مدرسه‌های

عکس‌ها: Fotolia / کریستین شویر؛

Fotofreundin; Woodapple

auremar

تیراژ 200

تاریخ نشر 2020 / 08

مسئول پاسخگویی در

اداره آموزش مدرسه‌های

خانم کلورگر

تلفن: 20 17-50 / 02381

ایمیل: kloeckerm@stadt.hamm.de