

كوفيد ١٩ : دليل الوالدين للأطفال في سن المدرسة

حول كوفيد ١٩

إلى جانب العديد من المناطق حول العالم ، يشهد كومنولث فرجينيا نقياً متزايداً لأمراض الجهاز التنفسي بسبب فيروس تاجي جديد (كوفيد ١٩). يمكن أن ينتشر هذا الفيروس من شخص لآخر ، ويزيد عدد الحالات التي تم تشخيصها. تتوفر معلومات دقيقة ومحدثة حول كوفيد ١٩ من خلال [مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها \(CDC\)](#) ومواقع [وزارة الصحة بولاية فرجينيا \(VDH\)](#) المخصصة لذلك.

أعراض كوفيد ١٩

تشمل أعراض كوفيد ١٩: الحمى والسعال وضيق التنفس. يجب أن يبقى الآباء يقظين ويراقبون أطفالهم [لأعراض كوفيد ١٩](#). إذا كان طفلك يعاني من هذه الأعراض ، فاتصل بقسم الصحة المحلي أو مقدم الرعاية الصحية. سيقدر طبيبك ما إذا كان طفلك بحاجة إلى الفحص أو أن يرى شخصياً. يتم تشجيع الوالدين على الاتصال تليفونياً بطبيبهم قبل زيارة المكتب من أجل تقليل انتقال الفيروس إلى الآخرين. يرجى ملاحظة أن الأشخاص الذين يعانون من مرض خفيف قد لا يحتاجون إلى الفحص ويجب عليهم العزل الذاتي (الابتعاد عن الآخرين) والعناية بهم في المنزل.

[سيتلقى الطلاب الذين تم تشخيصهم إيجابياً أو الذين تعرضوا لـ COVID-19](#) معلومات من [وزارة الصحة بولاية فرجينيا \(VDH\)](#) أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم فيما يتعلق بإدارة هذه الحالة.

التعرض لـ كوفيد ١٩

إذا كنت أنت أو طفلك على اتصال وثيق بالحالات المؤكدة من كوفيد ١٩ ، [اتبع نصيحة وزارة الصحة بولاية فرجينيا \(VDH\)](#). توصي [VDH](#) وزارة الصحة بولاية فرجينيا أنك تتبع قواعد الحجر الصحي الذاتي لمدة ١٤ يوماً من تاريخ الاتصال المحتمل ومراقبة صحتك. لمزيد من الأسئلة حول البقاء في المنزل أو مراقبة صحتك ، اتصل برقم

٨٣٤٣-٢٧٥-٨٧٧..877ASK-VDH3 إذا تم تشخيصك بـ كوفيد ١٩ ، [فاتخذ خطوات لمنع انتشار كوفيد ١٩ عندما تكون مريضاً.](#)

مساعدة طفلك على التعامل مع الأحداث الحالية

قد يكون الأطفال قلقين وسيطلبون إلى البالغين للحصول على إرشادات بشأن المخاوف بشأن كوفيد ١٩. [توفر الرابطة الوطنية لعلماء النفس في المدارس \(NASP\)](#) وإدارة خدمات تعاطي المخدرات والصحة العقلية (SAMHSA) موارد مفيدة للآباء عند التحدث إلى أطفالهم حول كوفيد ١٩. يمكن أن يساعد تعليم الأطفال تدابير وقائية إيجابية ، والتحدث معهم عن مخاوفهم ، وإعطائهم شعوراً ببعض السيطرة على خطر العدوى لديهم ، في تقليل القلق. تتضمن الإرشادات المحددة ما يلي:

● الحفاظ على روتين عادي إلى أقصى حد ممكن.

● ناقش الممارسات الجديدة مع طفلك لتضمين الأنشطة التي تحسن الصحة العاطفية مثل المشي أو الاتصال بصديق أو استكشاف الفرص التعليمية أو الثقافية عبر الإنترنت أو البدء في عمل فني.

- ممارسة نماذج النظافة الأساسية وممارسات نمط الحياة الصحية.
- كن صادقاً ودقيقاً مع الحفاظ على الهدوء ، وتخفيف المخاوف والطمأنينة لطفلك.
- الحد من التعرض للأخبار والقصص الإعلامية التي قد تكون مزعجة.

تقدم مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) [نصائح إضافية لإدارة وتقليل الإجهاد والقلق](#).

التخطيط للحجر الصحي الذاتي أو التباعد الاجتماعي

الحجر الصحي هو البقاء طوعاً في المنزل وتجنب الخروج لمنع الانتشار المحتمل لـ كوفيد ١٩. قد يوصى بالحجر الصحي الذاتي في الحالات التي يوجد فيها احتمال التعرض لـ كوفيد ١٩ ، مثل الاتصال الوثيق مع حالة مؤكدة من كوفيد ١٩ أو [السفر من بلد به إشعار صحة سفر من المستوى ٣](#) توصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها CDC بفترة ١٤ يوماً تقويمياً للحجر الصحي الذاتي.

لمنع [انتشار المرض](#) في المجتمعات، توصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها CDC أيضا الأسر لحماية أنفسهم والآخرين من خلال التباعد الاجتماعي، الذي فيية يتم تجنب التجمعات الكبيرة والحفاظ على المسافة (حوالي ٦ أقدام) من الآخرين عندما يكون ذلك ممكناً. إغلاق المدارس هو أحد أشكال التباعد الاجتماعي. كما يتم تشجيع الأطفال والأسر على ممارسة التباعد الاجتماعي في حياتهم اليومية أثناء إغلاق المدارس. المسافة الاجتماعية تعني البقاء خارج:

- الأماكن العامة التي قد يحدث فيها اتصال وثيق مع الآخرين (مثل مراكز التسوق ودور السينما والملاعب)
- أماكن العمل (ما لم يكن الشخص يعمل في مساحة مكتبية تسمح بالابتعاد عن الآخرين)
- المدارس والفصول الدراسية الأخرى
- وسائل النقل العام المحلية (مثل الحافلات أو مترو الأنفاق أو سيارات الأجرة أو الطائرة أو السفينة)

تقدم الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) [معلومات حول التباعد الاجتماعي](#) والاختلافات بين الحجر الصحي والعزلة وطرق الحصول على الدعم الاجتماعي الذي قد تكون في حاجة اليه. لكي يكون المسافات الاجتماعية فعالة ، يتم تشجيع الوالدين على قصر أوقات اللعب والأنشطة على تلك التي يمكن الحفاظ على المسافة من بعضهم البعض لتجنب التعرض المحتمل لـ كوفيد ١٩.

في حين أن التباعد الاجتماعي مهم للحد من انتشار كوفيد ١٩ ، فإنه يؤدي أيضاً إلى فرص أو ساعات عمل محدود لبعض الأفراد والأسر. هذا يمكن أن يؤدي إلى انعدام الأمن المالي. للحصول على توصيات لطلاب المدارس الثانوية وأسره م ، أنشأت الشبكة الوطنية الإجهاد الناجم عن الصدمات النفسية للأطفال [دليلاً للتكيف خلال الأوقات العصيبة](#).

التخطيط للحجر الصحي الذاتي المحتمل أو الابتعاد الاجتماعي سيوفر الوقت ويقلل الإحباط والقلق للآباء. كما سيساعد الأطفال على الشعور بالراحة والاستعداد لتغيير روتينهم الطبيعي. الاستعداد هدفه مساعدة الآباء اتخاذ خطوات للتقليل من تأثير الفيروس التاجي الحادة (كوفيد ١٩) الوبائية عليك وعلى عائلتك. تعتبر العديد من هذه الخطوات نصيحة جيدة لمساعدتك أنت وعائلتك أثناء أي كارثة ، مثل الزلزال أو الفيضانات.

توصيات التنظيف المنزلية

أفراد الأسرة يمكنهم ممارسة التنظيف الروتيني للأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر (على سبيل المثال: الطاولات ، ومقابض الأبواب ، ومفاتيح الإضاءة ، والمقابض ، والمكاتب ، والمراحيض ، والحفريات ، والأحواض) مع المنظفات المنزلية والمطهرات المسجلة من قبل وكالة حماية البيئة المناسبة للسطح ، باتباع تعليمات الملصق. تحتوي الملصقات على تعليمات بشأن الاستخدام الآمن والفعال لمنتج التنظيف ، بما في ذلك الاحتياطات التي يجب عليك اتخاذها عند تطبيق المنتج ، مثل ارتداء القفازات و للتأكد من وجود تهوية جيدة أثناء استخدام المنتج. يقدم مركز السيطرة على الأمراض إرشادات إضافية حول [التنظيف و التطهير المنزلي](#).

رعاية أطفال الموظفين الأساسيين الذين لا غنى عنهم في أماكن عملهم

لوالدين والأسر الذين يبحثون عن طرق رعاية اطفال الموظفين الأساسيين ، وهو أمر مسموح به حاليًا بموجب الأمر الحالي للحاكم ، العثور على مزيد من المعلومات [اضغط هنا](#).

ما يمكن للآباء توقعه من المدارس

محافظ رالف نورثام أمر جميع المدارس رياض الأطفال حتى التعليم الثانوى K-12 في فيرجينيا بالإغلاق لبقية العام الدراسي استجابة للانتشار المستمر لـ كوفيد ١٩. ستغلق المدارس أبوابها من يوم الاثنين ١٦ مارس حتى يوم الجمعة ٢٧ مارس على الأقل. ستحتفظ المناطق المحلية بالسلطة على قرارات التوظيف المحددة لضمان الحفاظ على الطلاب وعلى استمرارية الخدمات أو التعلم ، مع حماية الصحة العامة للمعلمين والموظفين.

أصدرت الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE إرشادات إلى أقسام مدرسة فيرجينيا بخصوص كوفيد ١٩ عبر مذكرات للمشرف العام للمدارس ورسائل البريد الإلكتروني والندوة عبر الإنترنت والروابط إلى الموارد. هذه الاتصالات متاحة على [صفحة الويب الخاصة بـ VDOE](#).

تتوقع الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE أن تقوم الإدارات التعليمية بالتالي خلال الفترة الحالية:

1. التواصل بانتظام مع الطلاب والعائلات والموظفين
2. ممارسة إجراءات التنظيف والتطهير الروتينية للأسطح الشائعة للمس.
3. الحفاظ على خط اتصال مفتوح مع مسؤولي الصحة المحليين والدوليين.
4. مكافحة المعلومات الخاطئة عن قصد وبشكل مستمر فيما يتعلق بـ كوفيد ١٩.
5. المشاركة بنشاط في التخطيط للطوارئ لاحتمال إغلاق المدارس لفترة طويلة

التغذية المدرسية

تم منح الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE إعفاء من وزارة الزراعة الأمريكية للموافقة على الإعفاءات للسماح لأقسام المدرسة بتقديم وجبات الطعام في الأماكن بدون تجمعات بسبب كوفيد ١٩. يمكن للوالدين والعائلات العثور على مواقع

معتمدة لخدمة الوجبات على [اضغط هنا](#) (يتم تحديث هذه المعلومات باستمرار وتفاصيل إضافية مع قسم مدرستهم). يمكن للعائلات أيضًا إرسال "طعام" أو "كوميديا" إلى الرقم 877-877 لمعرفة المزيد حول خيارات الطعام القريبة منها.

متطلبات التخرج والاعتمادات واستمرارية التعلم

لقد أخذت الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE بعين الاعتبار التأثير على إدارات المدارس المحلية والطلاب نتيجة لإغلاق المدارس الممتد. ستتخذ إدارات المدارس المحلية قرارات حول كيفية استمرار التعلم للطلاب. ستوجه الإرشادات الإضافية من الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE الطلاب المتخرجين في العام الدراسي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠، والطلاب المسجلين في كورسات سوف تؤهلهم للتخرج ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ وما بعدها، والطلاب في الصفوف K-8 والطلاب في مرحلة ما قبل المدرسة. سيركز هذا التوجيه على المسارات البديلة لإثبات التعلم والتركيز على ضمان استعداد الطلاب بشكل متكافئ للنجاح في الدورات اللاحقة.

معدلات الدرجات GPA

سلطة منح الدرجات وتحديد متوسطات النقاط GPA تقع على أقسام المدرسة المحلية. وقد طُلب من أقسام المدرسة النظر في التوجيهات المتعلقة بالتعلم عن بعد والتعليم عبر الإنترنت والاعتبارات المتعلقة بالإنصاف واتباع نهج مدروس للتعليم، وتأثير التدابير البديلة للإنجاز والإتقان. في حين أن الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE تدرك أن القرارات على الدرجات هي قرار محلي، فإن الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE توصي بعدم حساب درجات أو أخذها في الاعتبار إذا تم العمل خلال فترة إغلاق المدارس. بالإضافة إلى ذلك، تدرك الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE أن حسابات الدرجات و GPA هي مشكلة سياسة محلية. توصي الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE بأن تضع الإدارات المحلية للمدارس منهجية لحساب الدرجات إلى حد ما بناءً على العمل المنجز سابقاً ومنهجية لإدراج الدرجات المذكورة في حسابات GPA وعلى نصوص الطلاب transcript. تشجع الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE الإدارات المحلية للمدارس على العمل بشكل وثيق مع الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE إذا شعروا أنهم بحاجة إلى مرونة إضافية ضمن اللوائح.

التعلم في المنزل

يمكن للوالدين والأسر دعم تفكير الطلاب وتعلمهم أثناء إغلاق المدرسة الممتد.

- التعاون مع طفلك لتنظيم اليوم ليشمل الوقت للتعلم والأنشطة وممارسة الرياضة.
- اقرأ إلى طفلك ومعه وأجري محادثات حول ما قرأته معاً.
- تمشى واسأل عما يراه طفلك وعن كونك مواطناً صالحاً.
- تشجيع التفكير النقدي من خلال الطهي معاً أو التخطيط لحديقة.
- تشجيع المحادثات حول الرياضيات في يوم طفلك.
- استكشف إبداع طفلك من خلال إنشاء فن أو موسيقى أو رقص.
- كتابة رسالة إلى أحد أفراد الأسرة أو صديق أو بطل في المجتمع.
- انتبه للوقت الذي يقضيه أمام الشاشة و امنحه بدائل للأطفال للعب في الخارج.
- استمع لطفلك حول مشاعره ومخاوفه وقدم الراحة والصدق والطمأنينة.

يشجعك الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE على مراجعة الموارد التي يوفرها قسم مدرستك المحلية والمكتبات العامة

ووسائل الإعلام العامة والمجموعات المدنية والمجتمعية والموارد الأخرى ، بما في ذلك تلك الموجودة على موقع الويب الخاص بالقسم أو قم بزيارة صفحة الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE للعائلات على الويب [اضغط هنا](#).

الطلاب ذوي الإعاقات

إذا تسبب إغلاق المدرسة في توقف الخدمات التعليمية لجميع الطلاب مؤقتاً داخل المدرسة أو الإدارة التعليمية المحلية، فإن المدرسة / الإدارة التعليمية المحلية غير ملزمة عموماً لتقديم الخدمات للطلاب المتأثرين المؤهلين للحصول على خدمات التعليم الخاص خلال نفس الفترة الزمنية. إذا بدأ قسم المدرسة في تقديم الخدمات التعليمية بوسائل بديلة ، فسيظل القسم مسؤولاً عن التعليم العام المجاني المناسب للطلاب المؤهلين للحصول على خدمات التعليم الخاص مع برنامج تعليم فردي (IEP). بمجرد استئناف المدرسة ، يجب على المدرسة العودة إلى توفير التعليم الخاص والخدمات ذات الصلة للطلاب ذوي الإعاقة وفقاً لبرنامج IEP للطلاب ، أو للطلاب المؤهلين للحصول على FAPE بموجب القسم 504 ، بما يتفق مع أي خطة تم تطويرها لتلبية متطلبات القسم 504. بالإضافة إلى ، بعد إغلاق ممتد ، تكون الأقسام مسؤولة عن مراجعة كيفية تأثير الإغلاق على تقديم التعليم الخاص والخدمات ذات الصلة للطلاب المؤهلين لخدمات التعليم الخاص. سيتم توفير إرشادات إضافية لمديري التعليم الخاص على مستوى الإدارة التعليمية المحلية.

البطجة والتحرش

كوفيد ١٩ غير مرتبط على الإطلاق بالعرق أو الجنسية. يجب أن يدرك موظفو المدرسة أن التمر أو الترهيب أو المضايقة للطلاب على أساس العرق أو اللون أو الأصل القومي أو الإعاقة الفعلية أو المتصورة (بما في ذلك الإعاقة الفعلية للإصابة بـ كوفيد ١٩ أو تصور الإصابة) قد يؤدي إلى انتهاك قوانين الدولة والحقوق المدنية الاتحادية. يجب أن تتخذ الإدارة التعليمية المحلية إجراءات فورية ومناسبة للتحقيق في ما حدث عند الرد على تقارير البطجة أو التحرش. إذا كان الآباء والأسر يعتقدون أن أطفالهم قد تعرضوا للتسلط أو المضايقة أو الترهيب المرتبط بانتشار كوفيد ١٩ ، فيجب عليهم الاتصال بمدير المدرسة أو مشرف القسم. يمكن للوالدين مساعدة أطفالهم على منع وصمة العار والعنصرية المتعلقة بـ كوفيد ١٩. [اضغط هنا](#)

الاختبارات

الاختبارات الفيدرالية واختبارات الولاية تعمل الإدارة التعليمية لولاية فرجينيا VDOE بجد للبحث عن أي تنازلات ضرورية للتنازل عن متطلبات الاختبارات الحكومية والفدرالية. ستوفر المزيد من المعلومات في المستقبل القريب وسيتم نشرها على [صفحة الويب الخاصة بـ اضغط هنا](#).

اختبار SAT

- يقوم مجلس الكلية College Board بإلغاء امتحان SAT في ٢ مايو ٢٠٢٠. كما تم إلغاء اختبار إعادة ١٤ مارس (المقرر إجراؤها في ٢٨ مارس).
- سوف يتلقى الطلاب المسجلين المبالغ المستردة.
- سيوفر مجلس الكلية فرص اختبار SAT إضافية في المستقبل للطلاب في أقرب وقت ممكن ، بدلاً من الملغاة. لمزيد من المعلومات ، يرجى زيارة [اضغط هنا](#).

اختبار ACT

- قام ACT بإعادة جدولة تاريخ اختبار ACT الوطني في ٤ أبريل ٢٠٢٠ إلى ١٣ يونيو ٢٠٢٠ ، استجابة للمخاوف المتعلقة بانتشار كوفيد ١٩ .
- سوف تتواصل ACT مباشرة مع جميع الطلاب المسجلين حالياً لاختبار ٤ أبريل ٢٠٢٠ .ACT.
- سيتلقى جميع الطلاب المسجلين في موعد اختبار ٤ أبريل رسالة بريد إلكتروني من ACT في الأيام القليلة القادمة لإبلاغهم بالتأجيل وتعليمات الخطوات التالية. لمزيد من المعلومات يرجى زيارة [اضغط هنا](#).

اختبار AP

قدم مجلس الكلية معلومات في ٢٠ مارس تبدأ في تحديد خطة بديلة لاختبار AP وإدارته.

- مجلس الكلية قام بتوفير مصادر مجانية للتعلم عن بعد [اضغط هنا](#) للطلاب من قبل المعلمين AP تبدأ في الأربعاء ٢٥ مارس، ٢٠٢٠ .
- الامتحان بالطريقة التقليدية (وجها لوجه) لن تأخذ مكان . سيأخذ الطلاب ٤٥ دقيقة اختبار عبر الإنترنت في المنزل والذي سيشمل فقط الموضوعات والمهارات التي يغطيها معظم معلمي AP والطلاب بحلول أوائل مارس.
- سيتمكن الطلاب من إجراء هذه الاختبارات المبسطة على أي جهاز يمكنهم الوصول إليه — الكمبيوتر أو الجهاز اللوحي أو الهاتف الذكي. سيكون النقاط صورة للعمل المكتوب يدوياً أيضاً خياراً.
- تدعم الكليات هذا الحل وهي ملتزمة بضمان حصول طلاب AP على الدرجات الذي عملوا هذا العام للحصول عليها. لعمود ، قبلت الكليات امتحان AP قصير للحصول على الدرجات المستحقة عندما واجهت مجموعات من الطلاب حالات الطوارئ.
- سواصل دعم الطلاب بموارد مجانية حتى يوم الإمتحان. بينما نشجع الطلاب على الانتظار حتى أقرب موعد الاختبار لاتخاذ القرار ، يمكن لأي طالب مسجل بالفعل في الاختبار أن يختار الإلغاء دون أي تكلفة.
- يقر مجلس الكلية بأن الفجوة الرقمية يمكن أن تمنع بعض الطلاب ذوي الدخل المنخفض أو ساكني المناطق النائية من المشاركة. من خلال العمل مع الشركاء ، سيستثمرون بحيث يحصل هؤلاء الطلاب على الأدوات والاتصال الذي يحتاجون إليه لمراجعة محتوى AP على الإنترنت وإجراء الاختبار. إذا كان طلابك بحاجة إلى أدوات أو اتصال جوال ، فيمكنك التواصل معهم مباشرة لإعلامهم [اضغط هنا](#).
- الجدول الزمني الكامل للاختبار ، وأنواع أسئلة الإجابة المفتوحة التي ستكون متاحة في كل اختبار AP ، وستتوفر تفاصيل اختبار إضافية بحلول ٣ أبريل. لمزيد من المعلومات ، يرجى زيارة [اضغط هنا](#).

مزيد من المعلومات

أفضل مكان للعثور على معلومات دقيقة ومحدثة هو موقع [اضغط هنا](#). يوفر معلومات وموارد إضافية حول موارد كوفيد ١٩ [اضغط هنا](#).

كما أنشأت وزارة الصحة بولاية فرجينيا مركز اتصال لمعالجة أسئلة الجمهور حول كوفيد ١٩. كما قامت وزارة الصحة

في فرجينيا بتفعيل خط معلومات عامة ، 877ASK-VDH3 ، ٨٣٤٣-٢٧٥-٨٧٧ للأسئلة من السكان حول كوفيد ١٩
يمكن إرسالها عبر البريد الإلكتروني إلى respiratory@vdh.virginia.gov.