

البريد الإلكتروني [sjohnh7@gmail.com](mailto:sjohnh7@gmail.com) ٨٦٦"٤  
الحائزة على جائزة نخبة المائة 2003 من قبل نقابة المعلمين  
الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية  
الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين

## مدرسة معززة للصحة 2011

نسر المحبة، التربية والعلم – بيت ومركز ثقافة السلام

### التغذية الصحية، نصائح وعادات

الغذاء الصحي هو الغذاء المتوازن الذي يحتوي على كافة العناصر الغذائية الضرورية للجسم وبكميات مناسبة للاحتياجات اليومية.  
إنّ الأشخاص الذين يتعودون العادات الغذائية الصحيّة والصّحيحة والذين يُنمّون عادات غذائية متوازنة تحتوي على كافة العناصر الغذائية الضّرورية واللازمة لنمو الجسم البشري والحفاظ عليه ممّا يُجنّبهُ تناول الأدوية، ممّا يكسبه الصّحة ويزوّده بما يحتاجه من كميات مناسبة من الأطعمة والفيتامينات، ليستطيع الجسم البشري أداء مهامه اليومية ويتزوّد بالطاقة اللازمة. فهكذا يكتسب الإنسان عادات غذائية سليمة تبقى معافى سنوات طويلة خصوصاً عندما يتقدّم في السنّ.

#### التغذية السليمة:

إنّ الأطعمة المتنوّعة تزوّد جسم الإنسان بالطاقة التي يحتاجها لكي يتمكّن من أداء واجباته وعمله. كما أنّ السّيارة تحتاج إلى الوقود، والبطارية تحتاج إلى الشحن، هكذا يحتاج الجسم إلى الطعام ليمدّه بالطاقة والقوّة لممارسة حياته اليومية. فعليه، فإنّ الجسم بحاجة إلى الكربوهيدرات والبروتينات لكي يجدّد نشاطه وبناء خلاياه المتعدّدة كما ويحتاج الجسم أيضاً إلى الدّهون بصورة معتدلة لتقوية جهاز المناعة فيه، والجهاز العصبي والأعضاء عامّة.

هنالك أهمية للتنوع في اختيار الأطعمة حتى بين المجموعات الغذائية الواحدة:  
تقسم الأغذية إلى خمس مجموعات رئيسية وهي:

1. الكربوهيدرات، مثل: الخبز، الحبوب، الأرز والمكرونه.
2. البروتينات، مثل: الحليب، اللحم، الأسماك وأنواع الألبان المختلفة.
3. الدّهون، مثل: افوكادو، زيت الزيتون، الجوز والطحينة.
4. الخضروات والفاكهة: تناولوا يومياً كميات كافية من الخضار والفواكه، 4-5 حصص من الخضار و 1-2 حصص من الفواكه، من جميع الألوان.
5. الحلويات مثل: الشوكولاتة، نقاريش (بمبا، ببسلي وغيرها) مشروبات تحتوي على سكر مفضل الامتناع عن تناول هذه المجموعة قدر الإمكان.

## وجبة الفطور:

تعتبر وجبة الفطور من الوجبات الهامة التي يجب أن يتناولها الطفل والمراهق وكل منا كل صباح بعد انقطاعه عن الطعام لساعات طويلة خلال النوم، والفطور يساعد الطفل على استعادة نشاطه، حيويته وتوفر له الطاقة للفعاليات الجسمانية، الذهنية والسلوكية، مثل النشاط، التركيز، التفكير والفهم.

- قبل ذهابه إلى المدرسة: اختيارات صحية لوجبة الفطور هي: حبوب الصباح (كورنفلوكس بدون سكر) مع الحليب، شطيرة (ساندويش) جبنة/لبنة، حمص أو أفوكادو أو عسل.
- وجبة الساعة العاشرة:
  - اعدوا لأبنائكم زودة صحية، بيئية ومفيدة. شاركوا أطفالكم بالتخطيط المسبق لمكونات الوجبة اليومية.
  - نوصي بأن تحتوي وجبة الساعة العاشرة على الخبز ومعها جبنة بيضاء/صفراء حتى 5%، أو أفوكادو، أو بستراما، وخضروات مختلفة ووجبة واحدة من الفاكهة.
- في الفرصة الثانية: مفضل تناول وجبة فاكهة بدلا من إعطاء النقود لشراء وجبة في الطريق لان الأولاد يميلون عادة لشراء الحلويات والمسلية غير المغذية.

## انتبهوا:

مع العلم أنّ الدّهون مفيدة لجسم الإنسان حيث أنّها تمدّه بالطاقة والحيويّة، إلا أنّ زيادتها عن المعدّل وترسّبها وعدم مقدرة الجسم على امتصاصها تسبّب ضرراً للإنسان وشرابينه ومن ثمّ تؤثر تأثيراً سلبيّاً على القلب وتُسبّب الآفات والأمراض.

1. من المفضّل التقليل من تناول الدهون:
  - اختيار الأطعمة الخالية أو منخفضة الدسم في مجموعة الحليب ومنتجات الألبان (حتى 5%)، إزالة الجلد من الدجاج، استعمال كميات بسيطة من زيت الطبخ و تناول الأطعمة المسلوقة والمشوية بدل المقليّة، التقليل من تناول الوجبات السريعة بقدر الإمكان.
2. الامتناع التام عن العصير والمشروبات الغازية واستبدالها بالماء:
  - الماء هو أفضل السوائل وأكثرها فائدة للجسم. فالماء يحافظ على الجسم ويقيه من الجفاف وخاصة في الأيام الشديدة الحرارة، عندما يفقد الجسم كثيراً من السوائل. فشرب الماء يُبقي الجسم منتعشاً ونشطاً.
  - العصير والمشروبات الغازية تحتوي على الكثير من السكر والسعرات الحرارية فمن المحبذ التقليل منها حتى الامتناع عنها نهائياً. لذا فمن الضروري تزويد الطفل بقتينة مياه للشرب.
3. إسمح لطفلك بتناول نوع واحد في اليوم من المسليات على الأكثر.
4. الامتناع من عادة تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفزيون أو العمل/اللعب على الحاسوب، كما من المهم والضروري التعود على تناول الطعام ببطء على مائدة الطعام.
5. يجب ممارسة الرياضة بانتظام بحيث تكون ثلاث مرات أسبوعياً على الأقل لمدة 20-30 دقيقة.

من الأجدر توعية الطفل وحثّه على أهمية تناول الطعام الصحي وإتباع أسلوب حياة سليمة هي أساس للتغذية السليمة الصحيّة والتي يمكن أن ترافقه طوال فترة حياته.

جمانة خولي – أخصائية تغذية  
وطاغم التربية الصحية

## تعهد صحي

الأهالي الكرام  
نشكر الله على سلامتكم ورعايته لكم...

نضع بين أيديكم تعهدًا والتزامًا بالقواعد السلوكية الصحية والسليمة بهدف تشجيع بعضنا البعض اتباع عادات وسلوكيات تغذية صحية سليمة.  
نرجو منكم مراجعته مع أبنائكم، ومشاركتنا في توعيتهم وإرشادهم لكيفية إتباع أسلوب حياة صحي وسليم. مرفق أدناه تعهد والتزام صحي شخصي.

### تعهد والتزام سأوقعه مع نفسي حول الإرشادات والقواعد السلوكية في التغذية الصحية.

- أنا الموقع أدناه \_\_\_\_\_ أتعهد بما يلي:
- \* أن أتناول الطعام فقط عندما اشعر بالجوع، فقط وأنا جالس.
  - \* في وقت الأكل اتعهد أن أركز في الأكل فقط، ولن اسمح للتلفزيون أو للجريدة أن يلهياني عن كمية ونوعية الطعام التي أتناولها، الأمر الذي قد يسبب لي السمنة في حالة عدم التركيز به.
  - \* أن امضغ الطعام جيدا قبل ابتلاعه، على الأقل 25 مرة.
  - \* أن أبدأ الوجبة بشرب الماء (وبشكل عام عليّ شرب 10 كؤوس يوميًا على الأقل).
  - \* ألا أنسى أية وجبة من الوجبات اليومية.
  - \* أتناول أغذية من كل المجموعات الغذائية.
  - \* أن أقدم لضيوفي تضييفات صحية فقط، مثل: خضار وفواكه، سحلب أو هيطلية.
  - \* أن احرص على تناول وجباتي مع عائلتي قدر الإمكان .
  - \* أن احرص على توعية عائلتي بما يتعلق بالتغذية السليمة.

توقيع ولي أمر الطالب: \_\_\_\_\_ التاريخ: \_\_\_\_\_  
اسم الطالب/ة: \_\_\_\_\_ الصف: \_\_\_\_\_

مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا  
مدرسة مُعززة للصحة

## أمثال، شعارات وحكم

- \* أنت مؤتمن على صحتك وحياتك، حياتك وصحتك أمانة بين يديك
- \* العقل السليم في الجسم السليم
- \* صحتك بتهمنا \* صحتك بتهمنا، صحتك بالدنيا، صحتك في مدرسة مار يوحنا
- \* دير بالك عَصِيحَتِكَ، وشِدِّ هِمَّتِكَ، تتحصّل عَرَاثَتِكَ
- \* درهم وقاية خير من قنطار علاج
- \* An apple a day Keeps the doctor away
- \* לשמור על הגוף, כי לגוף אין חלקי חילוף
- \* مدرسة مار يوحنا – مدرسة معززة للصحة
- حياتك وصحتك أمانة بين يديك
- أنت مؤتمن على صحتك وحياتك – صحتك تهمننا

## التربية الصحية (الصحة والسلامة)

- من خاف سلم.
- لا تقعد مطرح ما بقولك قوم.
- مطرح ما بتأمن خاف.
- ندب حالنا عن الحيطان ونقول يا قضا الرحمان.
- إن كان راسك من شمع لا تمشي في الشمس.
- إسأل مجرب ولا تسأل طيبب.
- الجوعان بحلم بأكل الخبز.
- الدهن في العتاقى.
- عند البطون بتغيب الدهون.
- وجع ساعة ولا كل ساعة.
- أربط إصبعك مليح لا بدمي ولا بقيح.
- مطرح العقرب لا تقرّب ومطرح الحية أفرش ونام.
- لقمة الضيف بتفرقش.
- كل أكل الجمال وقوم قبل الرجال.

## أمثال سليمان

- لا تكن حكيما في عيني نفسك بل اتق الرب وحد عن الشر، فيتمتع جسدك بالصحة، وعظامك بالارتواء.
- القلب المطمئن يهب أعضاء الجسد حياة، والحسد ينخر في العظام.
- القلب الفرح يجعل الوجه طلقا، وبكآبة القلب تنسحق الروح.
- يا ابني، كل عسلا لأنه طيب، وكذلك الشهد لأنه حلو لمذاقك. لذلك التمس الحكمة لنفسك، فإذا وجدتها تحظى بالثواب ولا يخيب رجاؤك.
- إن عثرت على عسل فكل منه ما يكفيك، لئلا تتخم فتتقيأه، كما أن الإكثار من التهام العسل مضر، كذلك التماس المجد الذاتي مدعاة للهوان.
- النفس الشبعانة تطأ الشهد، أما النفس الجائعة فتجد كل مر حلوا.
- القلب المسرور دواء شاف، والروح المنسحقة تبلي العظام.
- روح الإنسان القوية تحتمل مرضه، أما الروح المنسحقة فمن يتحملها؟



وزارة التربية والتعليم

مدرسة مار يوحنا الإنجيلي الأسقفية – حيفا



قيادة الجبهة الداخلية

التمرين القطري للدفاع المدني  
في المؤسسات التعليمية والتربوية

20 شباط 2012

### رسالة لأولياء الأمور

في كل عام، يقيم جهاز التربية والتعليم، بالتعاون مع قيادة الجبهة الداخلية، تمرين الدفاع المدني القطري والذي يعد أوج استعداد المؤسسة التربوية لحالات الطوارئ المختلفة.

سيجرى التمرين يوم الاثنين الموافق 20 شباط 2012 في كافة المدارس البساتين/الروضات في البلاد.

ينفذ التمرين هذه السنة ضمن مخطط حول الهزة الأرضية كجزء من التحضيرات الوطنية للموضوع.

تنفيذ التمرين حسب تعليمات قسم الدفاع والأمان في وزارة التربية والتعليم، وقواعد السلوك في حالات الطوارئ، والتي تمّ الاتفاق عليها في لجنة التوجيه الحكومية لمتابعة التحضيرات للهزة الأرضية وفق تعريفات قيادة الجبهة الداخلية، يعزز من أمنكم وأمن أبنائكم ويحسن من أدائكم عند الضرورة .

نجاحة التمرين منوطة بالتعاون والمساعدة التامة من قبل أولادكم. من فضلكم نرجو التحدث مع ابنائكم عن التمرين كي يفهموا ويدوتوا أهمية التحضيرات لحالات الطوارئ، المواجهة الجيدة في حالات الطوارئ، متعلقة بالتحضيرات والتجهيزات المسبقة. لذلك جاهزية المؤسسة التربوية وتحضيرات العائلة مهمة جدا.

الجمهور الجاهز مسبقا يتعامل بشكل جيد وأفضل في حالات الطوارئ!

الاستعداد والتمرين في الحياة اليومية العادية هما المفتاح لمواجهة سليمة في حالات الطوارئ!

الجبهة الداخلية في خدمتكم على مدار السنة:

موقع الانترنت [www.oref.org.il](http://www.oref.org.il) مركز المعلومات 1207

وزارة التربية والتعليم [shaulya@education.gov.il](mailto:shaulya@education.gov.il)، هاتف 02-5603002

دليت شطاوير  
المديرة العامة

أيال ايزنبرغ، أوف  
ضابط القيادة الداخلية

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL

23 St. John St.

P.O.Box 9574 Haifa 33046

Fax: 04-8553525، فاكس



בית ספר יוחנן הקדוש

רח' יוחנן הקדוש 23

ת.ד 9574 חיפה 33046

הاتف: 04-8526288 Tel:

www.stjohnhaifa.com

البريد الالكتروني [sjohnh7@gmail.com](mailto:sjohnh7@gmail.com)

الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية

الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين

نسر المحبة، التربية والعلم – بيت ثقافة السلام

24.1.2012

تحية طيبة وبعد،

بناءً على توصيات وزارة المعارف، لا بد من أخذ موافقتكم الرسمية بشأن مشاركة إبتكم / إبتكم في  
الفعاليات التي تتضمن الإبحار في شبكة الإنترنت. لذا رأينا من المناسب أن تعينوا البنود التالية قبل موافقتكم وأن تبعدوا  
الأمر جيداً قبل التوقيع.

أنا موافق على إشتراك إبنتي / إبنتي \_\_\_\_\_ في الفعاليات التابعة لموقع مدرسة مار  
يوحنا الإنجيلي – حيفا على الشبكة، ومواقع أخرى تتعامل معها المدرسة علماً أن المشاركة تتضمن:

- عرض صورة إبنتي / إبنتي كجزء من صورة جماعية أو ضمن مناسبات مدرسية ومراسيم خاصة بالمدرسة.
- نشر عنوان البريد الإلكتروني الخاص بإبنتي / إبنتي وذلك وفقاً لرغبته الخاصة.
- مشاركة إبنتي / إبنتي في منتديات الحوار بالمواقع التابعة للمدرسة ومواقع تعليمية أخرى خاضعة لرقابة الوزارة.
- نشر مؤلفات وأعمال تعليمية خاصة بإبنتي / إبنتي حسب الحاجة.

أسم ولي أمر الطالب: \_\_\_\_\_ التاريخ: \_\_\_\_\_

توقيع ولي أمر الطالب: \_\_\_\_\_

باحترام

إدارة المدرسة

ملاحظة: هذه الموافقة ستكون سارية المفعول حتى إنهاء الطالب/ة كافة مراحلها التعليمية في المدرسة.

إذا رغبت يوماً بإلغاء هذه المصادقة بإمكانكم التوجه خطياً للإدارة أو للهيئة التربوية.

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL  
23 St. John St.  
P.O.Box 9574 Haifa 33046  
فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש  
רח' יוחנן הקדוש 23  
ת.ד 9574 חיפה 33046  
הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

20.12.2011

## حضرة أولياء أمور الطلاب المحترمين

تحية محبة، احتراما وبعد...

### الموضوع : تسجيل الطلاب للسنة الدراسية 2012 - 2013

سيتم تسجيل الطلاب للسنة الدراسية 2012 - 2013 ابتداء من يوم الثلاثاء 10.1.2012 حتى يوم الجمعة 27.1.2012 .

يتم التسجيل في ايام الدوام المدرسي من الساعة الثامنة والنصف صباحا حتى الساعة الواحدة والنصف بعد الظهر (مفضل عدم المجيء في أوقات الفرص خلال الدوام).

رسوم الخدمات المدرسية للسنة الدراسية القادمة هي 750 شاقلا لجميع الطلاب من صف الروضة حتى الثامن.

ملاحظة: الطلاب الذين لا يسجلون في المدة المقررة والذين لم يسددوا القسط الشهري تعتبرهم المدرسة غير مسجلين ولا تلتزم بقبولهم للسنة الدراسية القادمة.

كما يسرنا أن نعلمكم عن فتح باب التسجيل لصفوف جديدة للسنة الدراسية القادمة 2012 – 2013 وهي كما يلي:


1. صف بستان/روضة لجيل 3 سنوات.
2. صف أول إضافي جديد.
3. صف سابع إضافي جديد.

فتح كل واحد من هذه الصفوف مشروط باكتمال العدد المعين (العدد محدود)، في حالة عدم اكتمال العدد وعدم فتح الصف سيتم إرجاع رسوم الخدمات وإلغاء التسجيل.

تسجيل لصفوف بستان 3 سنوات ولصف أول جديد مشروط بمقابلة مع معلمة/مربية من المدرسة.

التسجيل لصف سابع جديد مشروط باجتياز امتحان دخول باللغات والرياضيات.

## ملاحظات هامة:

- 1- يتم التسجيل لصف بستان 3 سنوات للطلاب الذين ولدوا بين 28.12.2008 حتى 17.12.2009 (العدد محدود)
- 2- عند تسجيل طالب/ة جديدة للمدرسة رجاء إحضار ما يلي:
  - أ- نسخة عن هوية الوالدين (تحفظ في المدرسة)
  - ب- تقرير طبي عن حالة الطالب/ة الصحية بشكل عام من طبيب العائلة.
- 3- التوقيع على دستور المدرسة ووثيقة الإجراءات. تسجيل الطالب/ة في المدرسة يؤكد موافقة الأهل على دستور المدرسة والإجراءات المتبعة فيها. بإمكانكم الاطلاع عليه في موقع المدرسة [www.stjohnhaifa.com](http://www.stjohnhaifa.com) على مفتاح الوثيقة والدستور 

نحن على يقين بأننا معا في عائلة مار يوحنا  
سنستمر في دفع عملية التربية والتعليم في مدرستنا  
إلى أعلى درجات التقدم الإنساني والحضاري  
لما فيه خير لمجتمعنا الغالي..  
نتمنى لكم كل خير وتقدم

باحترام  
إدارة المدرسة

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقضية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL  
23 St. John St.  
P.O.Box 9574 Haifa 33046  
فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש  
רח' יוחנן הקדוש 23  
ת.ד. 9574 חיפה 33046  
הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

البريد الالكتروني [sjohnh7@gmail.com](mailto:sjohnh7@gmail.com)

الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية  
الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين  
نسر المحبة، التربية والعلم - بيت ومركز ثقافة السلام

## فتح التسجيل لصفوف جديدة للسنة الدراسية 2013 - 2012

يسرنا أن نعلمكم عن فتح باب التسجيل لصفوف جديدة للسنة الدراسية القادمة 2012 - 2013 وهي كما يلي:

1. صف بستان/روضة لجيل 3 سنوات.
  2. صف أول إضافي جديد.
  3. صف سابع إضافي جديد.
- فتح كل واحد من هذه الصفوف مشروط باكمال العدد المعين (والعدد محدود)، في حالة عدم اكتمال العدد وعدم فتح الصف سيتم إرجاع رسوم الخدمات وإلغاء التسجيل.
  - تسجيل لصفوف بستان 3 سنوات ولف صف أول جديد مشروط بمقابلة مع معلمة/مربية من المدرسة.
  - التسجيل لصف سابع جديد مشروط باجتياز امتحان دخول باللغات والرياضيات.

### ملاحظات هامة:

- 1- يتم التسجيل لصف بستان 3 سنوات للطلاب الذين ولدوا بين 28.12.2008 حتى 17.12.2009 (العدد محدود).
- 2- عند تسجيل طالب/ة جديدة/ة للمدرسة رجاء إحضار ما يلي:
  - أ. نسخة عن هوية الوالدين (تحفظ في المدرسة).
  - ب. تقرير طبي عن حالة الطالب/ة الصحية بشكل عام من طبيب العائلة. وتعبئة تصريح صحي من الأهل.
  - ج. نسخة عن شهادة صف خامس وعن شهادة التحصيل الأخيرة (الفصل الأول للسنة الحالية) مع تقرير خاص بالسلوك.
- 3- التوقيع على دستور المدرسة ووثيقة الإجراءات. تسجيل الطالب/ة في المدرسة يؤكد موافقة الأهل على دستور المدرسة والإجراءات المتبعة فيها. بإمكانكم الاطلاع على هذه المواد في موقع المدرسة [www.stjohnhaifa.com](http://www.stjohnhaifa.com) على مفتاح 

باحترام

## إدارة المدرسة والهيئة التربوية

المجد لله في الله في الأعالي وعلى الأرض السلام وبالناس المسرة

عائلة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا

دعوة خاصة

احتفال ميلاد 2011

ليلة الميلاد تزهو الأرض

ليلة الميلاد يُمحي البغض

ليلة الميلاد ينبت الحب

ليلة الميلاد يدفن الحرب



تعالوا نقضي معا ليلة من ليالي الميلاد  
في كنيسة مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا



للاحتفال معا ببرنامج  
ترانيم وقراءات ميلادية  
تقديم أبنائكم  
طلابنا الأحباء



وذلك يوم الجمعة الموافق 16.12.11  
من الساعة الخامسة بعد الظهر حتى الساعة السابعة مساء

حضوركم يسعدنا، فانتم فردٌ من أفراد هذه العائلة

الرجاء:

- الالتزام بالوقت، الحضور قبل دقيقة البداية وعدم المغادرة إلا بعد انتهاء الاحتفال.
- الهدوء والإصغاء خلال الاحتفال مما يزيد الحفلة بهجة وسرورا ويساهم في احترام وتقدير تعب ومجهود أولادنا.
- الرجاء عدم إحضار الأطفال والأولاد الذين لا يشاركون في البرنامج المسائي، فحفلة الطلاب ستكون خلال الدوام في يوم الاحتفال.

أهلا وسهلا بكم  
كل عام وانتم بخير  
إدارة المدرسة والهيئة التربوية

## مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا

8.12.2011

حضرة الأهالي الكرام، الطلاب الأعزاء  
كل عام وانتم بخير..

### المبحث: ترتيبات وحتلنات لنهاية الفصل الدراسي الأول

- 1- عقد يوم الخميس 8.12.2011 لقاء خاص ومميز للتداول والتشاور حول مسودة أعدها الطاقم التربوي فيما يتعلق بسياسة ومنهجية المدرسة في مجال الوظائف البيتية وذلك بمشاركة مندوب عن لجنة الأهالي الصفية لكل صف وطالبين من كل صف من صفوف الرابع حتى الثامن. وقد كان مستوى المشاركة والتشاور والتفاعل في ورشات العمل والمجموعات رائعا جدا ومميزا بشكل خاص، واختتم اللقاء بتوجه الجميع نحو طلب المزيد من هذه اللقاءات.
- 2- حفلة الميلاد للطلاب ستكون يوم الجمعة 16.12.2011 خلال الدوام الدراسي.
- 3- ينتهي دوام جميع الطلاب في المدرسة يوم الجمعة 16.12.11 الساعة 12:25 بعد انتهاء الحصة الخامسة وذلك للإستعداد لحفلة الميلاد للأهالي.
- 4- حفلة الميلاد للأهالي ستعقد في قاعة كنيسة مار يوحنا في المدرسة يوم الجمعة 16.12.2011 من الساعة 17:00 – 19:00 . تسرنا مشاركتكم وحضوركم. **ورجاء:**
  - الالتزام بالوقت، الحضور قبل دقيقة البداية وعدم المغادرة إلا بعد انتهاء الاحتفال.
  - الهدوء والإصغاء خلال الاحتفال مما يزيد الحفلة بهجة وسرورا ويساهم في احترام وتقدير تعب ومجهود أولادنا.
  - الرجاء عدم إحضار الأطفال والأولاد الذين لا يشاركون في البرنامج المسائي، فحفلة الطلاب ستكون خلال الدوام في يوم الاحتفال.
- 5- أيام الاثنين حتى الأربعاء 19-21/12/11 ينتهي الدوام الساعة 13:10 بعد انتهاء الحصة السادسة.
- 6- يوم الجمعة 23/12/2011 ينتهي الدوام الساعة 10:00 وهكذا نختم الفصل الدراسي الأول.
- 7- للمعلومية تم توزيع رقم سري لكل ولي أمر للدخول لموقع [www.livetop.net](http://www.livetop.net) ولفحص الملاحظات والحتلنات الخاصة بابنه/ابنته. رجاء الحفاظ على الرقم واسم المستخدم. يتم الدخول للحساب عن طريق اسم المستخدم، رقم الهوية والرقم السري. بعد دخول الموقع يمكن متابعة العلامات، رسائل من المعلمين، ملاحظات وغيرها بحسب شريط الأدوات العلوي في المنظومة.
- 8- في هذه الأيام نفحص إمكانية نشر شهادات الفصل الأول في الموقع على حساب كل طالب/ة وأهل وفي حالة تمكننا من ذلك غالبا لن توزع الشهادات للطلاب في نهاية الفصل.
- 9- العودة إلى المدرسة بعد انتهاء عطلة الميلاد صباح يوم الاثنين 9.1.2012.

**سنة كلها خير وسعادة تمنناها لجميعكم**

باحترام

إدارة المدرسة والهيئة التربوية

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL

23 St. John St.

P.O.Box 9574 Haifa 33046

Fax: 04-8553525، فاكس



בית ספר יוחנן הקדוש

רח' יוחנן הקדוש 23

ת.ד. 9574 חיפה 33046

הاتف: 04-8526288 Tel:

www.stjohnhaifa.com

البريد الالكتروني [sjohnh7@gmail.com](mailto:sjohnh7@gmail.com)

الحائزة على جائزة نخبه المائة سنة 2003 من قبل نقابة المعلمين  
الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية  
الحائزة على جائزة الأوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين  
مدرسة معززة للصحة 2011 – بيت ومركز ثقافة السلام  
نسر المحبة، التربية والعلم

28.11.2011

## خدمة العطاء في شهر العطاء

مغيوط هو العطاء أكثر من الأخذ

الأهالي الكرام، الطلاب الأحياء، الجمعيات الخيرة

### المبحث: تطوير مرافق الساحات في مدرسة مار يوحنا

على عتبة الأعياد المجيدة ورأس السنة الجديدة، وكما اعتدنا في كل سنة نتقدم لطلابنا، أهاليها وهيئاتنا الكريمة بتوجه عطاء وسخاء من أجل خدمة أو مبادرة طيبة نقدمها لمجتمعنا الطيب.  
في هذه السنة اخترنا أن يصب العطاء في مصلحة طلابنا ومدرستنا من خلال تطوير مرافق ساحات المدرسة، الأمر الذي يتطلب ميزانية ضخمة لانجازه، ولكننا نتوجه إليكم بهذا من أجل العطاء السخي لنتمكن معا من انجاز بعض المشاريع المتعلقة به.

برنامج تطوير مرافق ساحات المدرسة يشمل:

1. تظليل قسم من الساحات.
2. زيادة عدد المقاعد في الساحات.
3. توسيع الساحة خلف المكتبة.
4. تزفيت الساحات بشكل عصري.

نشكركم على دعمكم و عطائكم السخي.

باحترام

إدارة المدرسة والهيئة التربوية

مجلس الطلبة

مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا  
مدرسة معززة للصحة

11.2011

ثقل الحقيبة المدرسية - إقتراحات عملية بناء على الدراسة الميدانية

بناء على الدراسة الميدانية والاستمارات تمّ تلخيص مجموعة من الإقتراحات العملية التي تساهم في تقليل ثقل الحقيبة المدرسية، والتي تتبناها المدرسة، مع الإشارة إلى دور كل طرف في كل حلّ أو اقتراح:

متابعة أساسية	إقتراحات	
الطالب/ة، الأهل	تعريب حسب البرنامج الدروس اليومي.	1
الطالب/ة، الأهل، والمعلم/ة	تعريب دوسية أوراق العمل وتركها في البيت.	2
الطالب، الأهل، المعلم/ة	تخفيف المقلمة بحيث تشمل المطلوب فقط.	3
الأهل والمدرسة	استخدام خزانة/خلية كتب من المدرسة ووضع الكتب والدفاتر (لوكير).	4
المعلم/ة، الطالب/ة	تقليل كمية الدفاتر المطلوبة.	5
الطالب، الأهل	شراء حقيبة خفيفة. وضع عجلات للحقيبة وجرها (خاصة لطلاب الأوائل والثواني، بشرط ألا تزيد كثيرا من ثقل الحقيبة).	6
الطالب، الأهل، المدرسة	استخدام كتب محوسبة/إلكترونية.	7
المدرسة	الأخذ بالحسبان قدر الإمكان ترتيب البرنامج الأسبوع بحيث يساهم في تقليل ثقل الحقيبة (مثلا: وضع حصتين في نفس اليوم في المواضيع التي فيها عدة حصص أسبوعية)	8
الطالب، الأهل والمعلم.	تقسيم الكتاب الكبير إلى عدة أجزاء وإحضار الجزء المطلوب فقط.	9
الطالب	إمكانية استبدال الدفاتر بدوسيات خفيفة وأوراق فوليو.	10
المعلم، الطالب	إعلام مسبق من قبل المعلم/ة عن المواد التي يجب إحضارها والتزام الطلاب بذلك.	11
الطالب، المعلم	تقسيم المسؤولية على الطلاب بإحضار كتاب مشترك لطالبيين يجلسان على نفس الطاولة.	12
الطالب، الأهل والمدرسة	إرشاد الطالب حول كيفية حمل الحقيبة.	13

رجاء المتابعة مع مربية الصف ومفضل بشكل مركز من خلال لجان الأهالي الصفية .  
التفصيل الأشمل للدراسة الميدانية سيتم عرضه في موقع الانترنت الخاص بالمدرسة في  
الفترة القريبة

## ملاحظات خاصة على الاقتراحات العملية لتقليل ثقل الحقيبة المدرسية:

1. مقلمة الطالب/ة: ننصح بان تحتوي على المطلوب فقط. وجود الكثير من الأقلام والمعدات وأدوات الكتابة وبعضها على شكل ألعاب تزيد من ثقل الحقيبة إضافة لكونها وسائل تقلل من تركيز الطالب/ة.
2. التعريب: بعض الطلاب لا يقومون بفحص حقائبهم وتعريب كتبهم ودفاترهم بدقة وفقاً لبرنامج الدروس، وبالتالي وجود كتب ودفاتر ليست ضمن برنامجهم اليومي تزيد بشكل ملحوظ جدا من ثقل الحقيبة.
3. الزوادة: مفضل تقسيمها لتؤكل على فترتين. كما من المهم أن يفحص الطالب عدم وجود زوادة بائنة في حقيبة الطالب (وهذا ضمن مسؤولية الطالب/ة).
4. تقليل عدد الدفاتر: بادر المعلمون بمشاركة الطلاب بإمكانية استخدام دفاتر أقل، على سبيل المثال دفتر واحد للتلخيص والأسئلة في بعض المواضيع وغيرها من الاقتراحات الأخرى..
5. تجزئة الكتاب الثقيل إلى أقسام: بإمكان من يرغب من الأهل العمل على تجزئة الكتاب إلى قسمين أو أكثر بسبب وزنه وتكبيس أوراق كل قسم معاً، بحيث يحضر الطالب الجزء المطلوب من المواد كل مرة. نحن نحترم كتاب التعليم ونطلب عامة احترامه من خلال المحافظة على مظهره، ولكن في ميزان ثقل الحقيبة المدرسية، نحن نرجح كفة صحة الطالب وسلامة ظهره على كفة المحافظة على مظهر الكتاب.
6. خلايا كتب: اشترت المدرسة مجموعة كافية من خلايا يمكن للطلاب أن يستخدمها لوضع كتبه وما يخصه وتقوم المدرسة بتأجيرها للطلاب بسعر رمزي. كما انه في كل صف توجد مكتبة صفية لوضع قواميس أو أطالس وغيرها..
7. كتب دجيتالية: تحويل الكتاب الورقي إلى كتب الكترونية. تخطط المدرسة لتطوير استخدامها لكتب دجيتالية بعدة طرق منها اشتراكها في مواقع تعرض هذه الكتب الدجيتالية (خطتنا لهذه السنة تحويل مجموعة غرف صفوف لصفوف دجيتالية: فيها حاسوب وشاشة وانترنت)، وتطوير خطة استخدام حواسيب شخصية للطلاب (خلال السنوات القربية بمشيئته).
8. حمل الحقيبة بشكل سليم: استخدام الحزامين معاً الأمر الذي يجعل وزن الحقيبة موزعاً بشكل أفضل على الجسم، ووضع الحقيبة فوق عضلات منتصف الظهر. كذلك تنظيم محتويات الحقيبة بوضع الأشياء الأثقل اقرب إلى الظهر

الدراسية الميدانية المفصلة نشرت في موقع المدرسة – لمتابعتكم.

## ילקוט התלמיד

[זכויות תשע"א](#) (הסתדרות המורים)

### תשס"ב / 1 (א)

ילקוט איכותי ותקני והקפדה על אופן נשיאתו הם ערובה לשמירה על בריאות גבם של התלמידים ולמניעת נזקים לאורך זמן.

התקן הישראלי המתייחס לילקוט התלמיד בבית הספר היסודי כולל בין השאר הנחיות אלו:

1. על מבנה הילקוט לאפשר את התאמתו למרכז גבו של התלמיד.
2. לכל ילקוט יצורף עלון הסברה בדבר תכולתו והשימוש הנכון בו.
3. כל ילקוט יסומן בעברית, בסימן ברור ובר קיימא, שיכלול את שם היצרן או היבואן ואת ארץ הייצור.
4. לא יהיו בילקוט חלקים שילחצו על חלק כלשהו של גוף התלמיד.
5. גב הילקוט יהיה קשיח ומרופד וימנע את לחיצת התכולה על גב התלמיד.
6. כתפיות הילקוט צריכות להיות מרופדות. אורך הכתפיות ורצועת המותן אם היא קיימת, יהיה ניתן לשינוי, לצורך התאמה לגוף התלמיד.
7. ידיות הילקוט תהיינה חלקות, נוחות לאחיזה וללא שקעים, בליטות או פינות חדות.

### 8. אופן השימוש הנכון בילקוט

- 8.1. נשיאה נכונה של ילקוט היא על הגב, תוך שימוש בשתי הכתפיות ליציבה ולנוחיות.
- 8.2. משקל הילקוט, לרבות תכולתו, חייב להיות מותאם למבנה גופו ולחוסנו של התלמיד, ולא יעלה על 15% ממשקל הילד. מומלץ שמשקל הילקוט, לרבות תכולתו, לתלמידי הכיתות הנמוכות, יהיה קטן יותר.
- 8.3. אין להניח בחלק הילקוט הפונה אל גב התלמיד דברים בולטים, העלולים לגרום לפגיעה.
- 8.4. יש להדק את הכתפיות ואת המותנית על ידי שינוי אורכן ולהתאימן למבנה הגוף באופן שרוב שטחו של גב הילקוט יהיה צמוד לגב התלמיד.
- 8.5. יש להסביר להורים, שאין לשים בילקוט התלמיד דברים, שאין צורך בהם ביום הלימודים.
- 8.6. יש לארגן את מערך הלמידה באופן, שהתלמידים לא יידרשו להביא פריטים מיותרים ולשאת משקל עודף של ספרים ומחברות בילקוט.
- 8.7. יש להתארגן, בשיתוף עם ועד ההורים והרשות המקומית, להתקנת תאים לאחסון ספרים ואביזרים בבית הספר.

המפקחים מנהלי בתי הספר, המורים וההורים נקראים לפעול להגברת המודעות לנזק הבריאותי העלול להיגרם כתוצאה מנשיאת ילקוט בעל משקל כבד.

## המלצות ארגון בטרם

### המלצות ארגון 'בטרם' לצמצום כובד משקל הילקוט:

- אריזה נכונה של הילקוט – מומלץ לארוז את הדברים הנדרשים לאותו היום. אם משקל הילקוט כבד מדי, מומלץ לקחת ספר או שניים ביד.
- מומלץ שלא להכניס לילקוט דברים שאין בהם צורך, כמו משחקי מחשב, משחקים וכו'.
- איך יודעים שהילקוט כבד? כאשר ראש הילד נוטה קדימה בעת נשיאת הילקוט.
- מומלץ לשקול את הילד במשקל הביתי ולהסביר לו שמשקל הילקוט צריך להיות בהתאם למשקל גופו – ולעשות עבורו את החישוב.
- הרמה נכונה של הילקוט – יש להפנות את הגוף אל מול הילקוט, להתכופף על הברכיים, להשתמש בשתי הידיים, להרים את הילקוט יחד עם יישור הברכיים, להרכיב את הילקוט על הגב באמצעות לבישת רצועות הכתפיים אחת אחרי השנייה.
- נשיאת הילקוט – שימוש בשתי רצועות הילקוט. יש להדגיש כי שימוש ברצועה אחת על כתף אחת גורם ללחץ על הכתפיים והצוואר – שימוש כזה שכיח בעיקר בקרב בני נוער ומתבגרים.
- שימוש בתאי אחסון בבית הספר – יקטין את זמן נשיאת הילקוט.
- שימוש בילקוט הנישא על גלגלים.
- אנשי מקצוע ממליצים למערכות החינוך לחשוב על מעבר ללימוד בדיסקים, באמצעות האינטרנט, או לחלופין לדרוש הפקת ספרי לימוד בעלי כריכה מנייר.

### המלצות ארגון 'בטרם' להתנהגות בטיחותית בשימוש בילקוט:

- אין להניח את הילקוט על הרצפה או בכל מקום אשר הילקוט עלול להוות מכשול בהליכה, או מפגע בטיחות.
- מומלץ לאחסן את הילקוט במקום קבוע, בתא אחסון או מתחת לשולחן. בכך גם תימנע פגיעה וגם הילד לא יצטרך לשאת את הילקוט על גבו בין השיעורים.
- אין להניף את הילקוט – התנהגות כזו עלולה לפגוע באדם העובר במקום.
- אין להכניס לילקוט דברים חדים – למניעת דקירות וחתכים. מומלץ להכניס עפרונות חדים ועטים לתוך קלמר סגור.
- יש להקפיד שרצועות הילקוט לא יהיו ארוכות ולא ישתלשלו – כדי למנוע היתפסות בעיקר בדלתות רכב ההסעה. כן יש להקפיד שלא ישתלשלו מהילקוט שרוכים, שרשראות, חגורות או בגדים – למניעת היתפסות.
- מומלץ להצמיד לילקוט מחזירי אור.

### המלצות 'בטרם' לרכישת ילקוט:

- יש לוודא שלילקוט מצורף עלון הסבר לנשיאת הילקוט.
- יש לרכוש ילקוט בעל רצועות כתפיים רחבות ברוחב של 3 ס"מ לפחות (מכון התקנים) רצועות צרות עלולות ללחוץ על אזור הכתפיים, אשר עלול יגרום לעקצוצים ביד ולכאבים בכתפיים ובעורף.
- מומלץ לבדוק שרצועות כתפי הילקוט מרופדות.
- יש להדק את הכתפיות על-ידי שינוי אורכן, כך שרוב שטחו של גב הילקוט יהיה צמוד לגב התלמיד.
- יש להעדיף ילקוט בעל מספר תאים ולא תא בודד, על מנת לחלק את משקל המנשא.
- יש לבחור ילקוט שרוחבו לא יעלה על רוחב גבו של הילד. בישראל מידות החלק הקשיח הבא במגע עם גב התלמיד מפורטות בתקן מכון התקנים.
- מומלץ לקנות ילקוט שיש בו חגורת מותניים לחלוקה שווה של המשקל על פני הגוף ולקיבוע הילקוט.

בישראל קיים תקן החל על ילקוטים ת"י 873. בתקן מופיעות דרישות המתייחסות להיבטים שונים של המוצר: סימון, אריזה, מבנה, גב הילקוט, מידות, תפרים, איטום, עמידות צבע, חוזק האביזרים: כתפיות, ידיות ורוכסנים ועוד.

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL

23 St. John St.

P.O.Box 9574 Haifa 33046

فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש

רח' יוחנן הקדוש 23

ת.ד. 9574 חיפה 33046

הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

البريد الالكتروني [sjohnh7@gmail.com](mailto:sjohnh7@gmail.com)

الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية

الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين

نسر المحبة، التربية والعلم – بيت ثقافة السلام

تشرين ثان 2011

أولياء أمور الطلاب الأعزاء،

تحية طيبة وبعد،

## الموضوع: تذكير بالانظمة المدرسية

تقوم المدرسة هذه الفترة، باجتماعات أهالي فردية، والتي تستند على المسوحات الصفية وتحديد الوضع التعليمي السلوكي العام للصف ووضع كل طالب بشكل خاص. وحتى نستطيع معا المساهمة في تقدم طلابنا تعليميا وسلوكيا، رأينا أنه من المهم التذكير بالأمر التالفة والعمل بموجبها، فتعاونكم هام وضروري.

- أهمية وضرورة الإلتزام بالتوقيت المدرسي الصباحي، والقوم صباحا قبل قرع الجرس، حيث أن تأخر الطلاب يسبب فوضى ويعرقل مجرى الدروس. وقد لوحظ أنه رغم التنبيهات الكثيرة وإعلام الأهالي هاتفيا وخطيا، ألا أن بعضا من الطلاب ما زالوا لا يلتزمون بالتوقيت الصباحي، وعليه ستعمل المدرسة على إرسال إخطارات بهذا الخصوص، تحدد من خلالها الإجراءات المناسبة.
- أهمية الإنضباط خلال الحصص، والإستعداد التام لكل درس، ويترتب على ذلك المشاركة الفعالة وحل المهام والوظائف البيتية، كونها جزء لا يتجزأ من العملية التعليمية، وأي إهمال أو تقصير متكرر وغير مبرر، تعتبره المدرسة وفقا لدستورها، مخالفة تعليمية سلوكية من الدرجة الاولى، وعليه يتم إتخاذ الإجراءات المناسبة، والتي تتعلق بتحصيل ومعدل الطالب وترتيبات متنوعة أخرى، لضمان إلتزام الطالب تجاه مسؤولياته.
- من المعلوم لديكم، أن المدرسة ينتهي التعليم فيها حتى الصف الثامن، والمدرسة تعمل بكل طاقمها على تهيئة الطلاب للوصول إلى هذه المرحلة كما يجب. ليس مفهوما ضمنا أن تواجد الطالب في المدرسة حتى الصف الثامن، هو تأشيرة دخول لمدرسة ثانوية محددة، فالأمر متعلق بسلوكيات وتحصيل الطالب ومدى جديته وإجتهاده على مدار سنوات تواجده في المدرسة.
- ندرك جميعا أننا نعيش في عصر التكنولوجيا التي باتت محورا أساسيا في حياتنا، ألا أن سيطرتها التامة على سلوك ونمط حياة الطلاب لن تعود بالفائدة عليهم، فالعكس صحيح، وقد لاحظنا من خلال المتابعة أن طلابنا منشغولون كغيرهم بهذه الامور، مثل الجلوس ساعات أمام الحاسوب والتواصل مع الآخرين عبر المواقع الإجتماعية، وذلك يأتي على حساب الدروس والإستعداد لها كما يجب، لذا نطلب منكم العمل قدر الإمكان على التقليل من تأثير الأجواء التكنولوجية، وتحديد فترات زمنية ملائمة لمثل هذه الامور وتوجيهها في الاتجاه الإيجابي، لما فيه مصلحة لطلابنا.

مع الشكر

إدارة المدرسة

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL  
23 St. John St.  
P.O.Box 9574 Haifa 33046  
فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש  
רח' יוחנן הקדוש 23  
ת.ד. 9574 חיפה 33046  
הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

## قائمة العطل المدرسية للسنة الدراسية 2011 – 2012 محتلنة حتى 2.11.2011

العطلة	الأيام والتاريخ
عيد الأضحى المبارك	الاثنين، الثلاثاء والأربعاء 7-9.11.2011
عطلة عيد الميلاد المجيد (عطلة الفصل الأول)	ابتداء من صباح يوم السبت حتى مساء يوم الأحد العودة إلى المدرسة صباح يوم الاثنين 24.12.11 8.1.2012 9.1.12
أربعاء الرماد	الأربعاء 22.2.12
عطلة الفصح المجيد (عطلة الفصل الثاني)	ابتداء من صباح يوم الأربعاء حتى مساء يوم الأحد العودة إلى المدرسة صباح يوم الاثنين 23.4.2012 4.4.2012 22.4.2012
يوم الاستقلال	الخميس 26.4.2012
عيد الصعود (غ+ش)	الخميس والجمعة 17-18.5.2012
ثاني العنصرة (غ+ش)	الاثنين 28.5.2012

### ملاحظات:

- القائمة محتلنة وقد تم تغيير بعض الأيام ، بحيث أن عدد أيام التعليم لم يتغير.
- يوم الجمعة 23.12.11 ينتهي الدوام في المدرسة الساعة 10:00 بعد توزيع شهادات الفصل الأول.
- ينتهي الدوام في السبتين يوم الخميس 22.12.11 الساعة 1:15 (يوجد ساعة إضافية )  
تبدأ عطلة عيد الميلاد المجيد للسبتين صباح يوم الجمعة 23.12.11
- توزع شهادات نهاية السنة للطلاب يوم الخميس 28.6.12 وبهذا اليوم نختم السنة الدراسية.
- هنالك عدة أيام عطل أضيفت مقابل اختصار فرصة الصيف (بناء على تعليمات الوزارة).
- يمكن أن يطرأ تغيير أو تعديل في برامج العطل، وسيتم إعلامكم بأي تغيير بوحدة أو أكثر من الطرق التالية: بواسطة أولادكم (شفهيا أو خطيا)، من خلال حتلنة أو إعلان في موقع المدرسة، رسالة الكترونية على عنوانكم.

باحترام

إدارة المدرسة والهيئة التربوية

## مدرسة مار يوحنا الإنجيلي حيفا

21.10.2011

حضرة أولياء أمور الطلاب الكرام  
تحية محبة وتقدير...

كما هو معلوم لديكم أنه تم تعيين بعض المعلمات/المعلمين الجدد في المدرسة لبعض الصفوف. وقد تم اختيارهم وفقا لنهج المدرسة في اختيار الأفضل لأولادكم/ طلابنا، بناء على وجود الكفاءات المطلوبة وتوصيات المختصين، وذلك من خلال آلية إدارية واضحة ومحددة تتبعها إدارة المدرسة.

كما تقوم المدرسة بتقديم كل الدعم والإرشاد المطلوب من خلال الإدارة، المربيات، مراكز المواضيع وإرشاد خارجي وذلك وفقاً للحاجة.

لاحظنا أن بعض الطلاب في بعض الصفوف يستغلون ظرف دخول معلمة/جديدة (أو معلمة/بديلة) إلى الصف لإثارة تشويش. هذا الأمر غير مقبول علينا ونثق أنه غير مقبول عليكم، لذلك سيتم اتخاذ إجراءات حازمة وفقاً لدستور المدرسة والإجراءات المتبعة في وزارة التربية والمدرسة، مع كل طالب يتمادى في عدم احترام سيرورة الدرس والتشويش على عمل المعلمة. وهذه الإجراءات تشمل إبعاده عن حصة الموضوع لفترة زمنية محددة، إبعاده عن بعض الحصص، وفي حال استمر في التماذي سيتم إبعاده عن المدرسة.

نثق ونؤكد أن لدينا الكفاءات والمعايير العالية لدوام تقدم استمرار أولادنا/ أولادكم، وهذا الأمر في أول سلم أولوياتنا، لذلك نطلب تفهمكم، دعمكم ومساندتكم كعادة عائلة مدرسة مار يوحنا. كم ونؤكد أنه في حالة الحاجة لتعويض بعض المواد/الحصص فسيتم لاحقاً تخصيص حصص إضافية لهذا الغرض.

إضافة لذلك سيتم ترتيب لقاءات بين مربية الصف ولجنة الأهالي الصفية (بمشاركة المدير وفقاً للحاجة) لمتابعة أمور الطلاب وتقديمهم.

نشكركم على تعاونكم  
باحترام  
إدارة المدرسة

## قائمة

### مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL  
23 St. John St.  
P.O.Box 9574 Haifa 33046  
فاكس، 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש  
רח' יוחנן הקדוש 23  
ת.ד 9574 חיפה 33046  
הاتف، 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

### "أكثر من مكتبة" - برنامج تربوي تثقيفي بالتعاون مع بيت الكرامة

تقوم المدرسة بالتعاون مع مكتبة بيت الكرامة ببرنامج تربوي تثقيفي فيه يزور الطلاب المكتبة خلال ساعات الدوام ويشاركون في فعالية أو أكثر من الفعاليات التالية:

1. تعرف على المكتبة وأنواع الكتب.
2. سرد قصة.
3. ألعاب جماعية.
4. ألعاب تفكيرية.
5. محادثة تثقيفية.
6. وغيرها

فيما يلي جدول بمواعيد اللقاءات:

رقم اللقاء	الصف	التاريخ
1.	الأول	11.10.11
2.	الثاني	11.10.11
3.	الثالث	1.11.11
4.	الرابع	1.11.11
5.	الخامس	22.11.11
6.	السادس	22.11.11
7.	السابع 1	29.11.11
8.	السابع 2	29.11.11
9.	الثامن 1	يعلن لاحقاً
10.	الثامن 2	يعلن لاحقاً
11.	التمهيدي	يعلن لاحقاً

باحترام  
إدارة المدرسة والهيئة التربوية  
مركز التربية الاجتماعية - الأستاذ يوسف خوري

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقضية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL  
23 St. John St.  
P.O.Box 9574 Haifa 33046  
فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש  
רח' יוחנן הקדוש 23  
ת.ד 9574 חיפה 33046  
הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا

شارع مار يوحنا 23 - هاتف 8526288 فاكس 8553525

ص.ب 9574 - حيفا 33046 - [www.stjohnhaifa.com](http://www.stjohnhaifa.com)

الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية

الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين

مدرسة معززة للصحة 2011

نسر المحبة، التربية والعلم - بيت ومركز ثقافة السلام

## نشرة اتصال مع أولياء أمور الطلاب

أيلول/سبتمبر 7.9.2011 نشرة 1 للسنة الدراسية 2011-2012



## رسوم الخدمات

حضرة أولياء أمور طلابنا الأعزاء،  
تحية عطرة.....

نود إعلامكم بان الدفعة الشهرية المقررة للسنة الدراسية 2012/2011 ستكون على النحو التالي:

الصف	القسط الشهري
الروضة (3 سنوات)	730 شاقلا
البستان (4 سنوات)	650 شاقلا
التمهيدي	360 شاقلا
الاول حتى السادس	480 شاقلا
السابع والثامن	530 شاقلا

## ملاحظة: خصم 5% بعد الولد الأول

يشمل القسط الشهري عدة مركبات إضافية حسب جيل الطالب/ة :  
تأمين الطالب/ة، الاشتراك في السلة التربوية، الكتاب السنوي والرحلات المدرسية.

نطلب تعاونكم بتسديد القسط الشهري من خلال دفع المبلغ خلال شهر أيلول الحالي بواسطة شيكات وعلى الاكثر 10 شيكات شهرية متساوية، أو الدفع نقدا لكل السنة حسب إمكانياتكم.

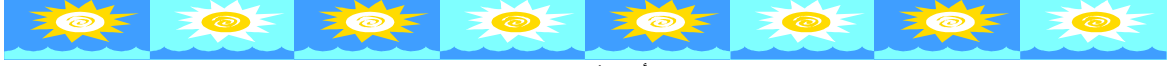
نتمنى لكم ولأبنائكم/ أبنائنا سنة موفقة

كل عام وانتم بخير

إدارة المدرسة

مدرسة مار يوحنا الإنجيلي - حيفا  
شارع مار يوحنا 23 - هاتف 8526288 فاكس 8553525  
ص.ب 9574 - حيفا 33046 - [www.stjohnhaifa.com](http://www.stjohnhaifa.com)

الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية  
الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين  
مدرسة معززة للصحة 2011  
نسر المحبة، التربية والعلم - بيت ومركز ثقافة السلام  
نشرة اتصال مع أولياء أمور الطلاب



أيلول/سبتمبر 16.9.2011 نشرة 2 للسنة الدراسية 2011-2012

باركي يا نفسي الرب، ولا تنسي كل حسناته (مزمو 103: 2)  
أنتم نور العالم.. فليضي نوركم هكذا قدام الناس لكي يروا أعمالكم الحسنة، ويمجدوا أباكم الذي في  
السموات (متى 5: 14 - 16)

حضرات أولياء أمور الطلاب الكرام،  
طالباتنا وطلابنا الأعزاء،  
نحييكم أطيب تحية..

## دعوة شخصية لاجتماع أولياء الأمور

ندعوكم للمشاركة الفعالة في الاجتماعات الصفية، مع مربية/ة الصف.  
في هذه الاجتماعات يعرض/تعرض المربي/ة أموراً وترتيبات عامة، هامة وضرورية جداً لتقدم الصف كذلك سيتم  
انتخاب لجنة الأهالي الصفية التي منها سيتم انتخاب لجنة الأهالي المدرسية.  
تعقد اجتماعات أولياء أمور الطلاب في المدرسة أولاً في قاعة الكنيسة (لقاء عام وقصير لطرح إستراتيجية المدرسة  
وحللتنا) ثم في غرف الصفوف.  
غرف صفوف أول - سادس في الطابق الثاني، غرف صفوف سابع - ثامن في الطابق الثالث (العلوي). فيما يلي  
قائمة بمواعيد الاجتماعات:

الساعة	اليوم والتاريخ	اجتماعات صفية لأهالي طلاب صفوف
17:00 - 18:30	الاثنين 26.09.11	أول حتى خامس
17:00 - 18:30	الثلاثاء 27.09.11	سادس حتى ثامن

في نهاية الاجتماعات الصفية سيتم انتخاب لجنة أهالي صفية مكونة من ثلاثة أعضاء.  
حضوركم هام جداً وضروري لمصلحة أولادكم أولاً وأخيراً...  
حضوركم يعبر عن اهتمامكم بأولادكم وبأهمية الاتصال مع المدرسة...

## برنامج ساعات عمل المكتبة

اليوم	الحصة
الاثنين	7:30 حتى الساعة 14:30
الثلاثاء	7:30 حتى الساعة 14:30
الأربعاء	7:30 حتى الساعة 14:30

ملاحظة:

- ❖ الحصة السابعة معدة لاستقبال الطلاب من الأول حتى الثالث أيام الاثنين حتى الأربعاء.
- ❖ يمكن أن يطرأ تغيير على ساعات الدوام أو لظرف ما قد لا تفتح المكتبة عند أو بعد انتهاء الدوام بدون إعلام مسبق.
- ❖ تشرف على برامج المكتبة المدرسية المعلمة شيرين رستم.

## مدرسة مار يوحنا الإنجيلي – حيفا

### نادي الدورات المدرسية – دورات بعد انتهاء الدوام

فيما يلي قائمة ببعض الدورات التي تقام بعد انتهاء الدوام في المدرسة. العدد محدود.

اسم الدورة	المعلم/ة	الصف	اليوم والوقت	هاتف للاستفسار	ملاحظات	التكلفة
1 تنمية مهارات فكرية	يوسف خوري ومرشدون آخرون (بإشراف حنا روحانا)	ثاني - خامس	سيعلن عنه لاحقاً	0528668998	13 لقاء كل لقاء ساعتين (26 ساعة)	600 ش.ج تشمل تكلفة 12 كراساً ملوئاً
2 خطوات أولى في التفكير السيكمي تري	حنا روحانا	سابع وثامن	الخميس - 13:20 - 14:50	0528668998	18 لقاء كل لقاء ساعتين (36 ساعة)	1100 ش.ج يشمل كتابين وكراسين
3 كرة قدم	داود أشقر	ثالث، رابع وخامس	الاثنين - 14:05 - 15:15	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعية	480 لكل السنة تدفع على ثلاثة أقساط
4 كرة قدم	داود أشقر	خامس، سادس وسابع	الثلاثاء - 14:05 - 15:15	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعية	480 لكل السنة تدفع على ثلاثة أقساط
5 دورة جميز	داود أشقر	ثالث - سادس	الأربعاء - 14:05 - 15:15	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعية	التسجيل لدى الأستاذ داود
6 תוכנית מצוינות ופיתוח השיבה دورة المتفوقين	منى دياب مرشدين شركة YTEK	أول، ثاني	الثلاثاء - 13:20 - 14:20	الشركة 8733769 فيفيان جبران 0502221735	36 لقاء كل لقاء 60 دقيقة	160 ش.ج لكل شهر في 9 أشهر
7 תוכנית מצוינות ופיתוח השיבה دورة المتفوقين	منى دياب مرشدين شركة YTEK	ثالث - رابع	الثلاثاء 14:20- 15:20	الشركة 8733769 فيفيان جبران 0502221735	36 لقاء كل لقاء 60 دقيقة	160 ش.ج لكل شهر في 9 أشهر
8 תוכנית מצוינות ופיתוח השיבה دورة المتفوقين	منى دياب مرشدين شركة YTEK	خامس- سادس	الثلاثاء 15:20- 16:20	الشركة 8733769 فيفيان جبران 0502221735	36 لقاء كل لقاء 60 دقيقة	160 ش.ج لكل شهر في 9 أشهر
9 جوقة المدرسة	رامي زيتون	كل الصفوف	سيعلن عنه لاحقاً	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعية مشروط باختبار قبول	100 ش.ج سنويا مدعوم من المدرسة
10 تعرف على الحاسوب والانترنت للمبتدئين	يوسف خوري	أهالي الطلاب		8526288 المدرسة	60 ساعة	

تنمة الدورات في الصفحة التالية

اسم الدورة	المعلم/ة	الصف	اليوم والوقت	هاتف للاستفسار	ملاحظات	التكلفة
MS Logo	يوسف خوري	ثالث-رابع	لاحقاً	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعياً	
MS Logo	يوسف خوري	خامس سادس	لاحقاً	8526288 المدرسة	ساعة ونصف أسبوعياً	
13	دورة تدمج بين المسرح التصوير والتوثيق المحوسب	يوسف خوري ولاء سبب	سابع ثامن	الأربعاء الوقت لاحقاً		

**سيتم الإعلان عن دورات أخرى لاحقاً بمشيئة الرب**

### شرح عن دورة MS Logo

دورة تهدف إلى تطوير مهارات في استخدام الحاسوب كمبرمج للصغار. لغة البرمجة MS Logo بدأت كلغة تحكم في الآليات (١٦٦٥١٥١٥).  
تتمى لدى الطفل مهارات هندسية رياضية تفكيرية عن طريق فهم وإعطاء أوامر للحاسوب يقوم بتنفيذها. تعطي الطالب مدخلاً إلى البرمجة ونظرة مختلفة لاستخدام الحاسوب.

### ملاحظات هامة:

الرجاء الانتباه للملاحظات التالية:

1. تبدأ جميع الدورات مع بداية شهر 10، ويكون دوامها اعتيادياً ما عدا أيام العطل حسب تقويم المدرسة (والأيام التي فيها يكون الدوام مقصراً).
2. العدد محدود في كل الدورات وغالباً لا يتعدى 20 طالباً/ة.
3. في حالة عدم وجود عدد كاف قد يتم إلغاء الدورة أو رفع التكلفة وذلك بالتنسيق مع الطلاب.
4. من واجب الأهل ترتيب كيفية رجوع ابنهم/ابنتهم للبيت عند انتهاء الدورة. من الضروري تواجد الأهل في المدرسة قبل انتهاء الموعد المحدد للقاء الدورة بخمس دقائق على الأقل. في حالة بداية الدورة في وقت متأخر عن نهاية الدوام تكون مسؤولية تواجد الطلاب في المدرسة على الأهل.
5. يمنع منعاً باتاً خروج الطالب/ة المشترك في دورة بعد الدوام من المدرسة لأي هدف كان وذلك حفاظاً على سلامته. في حالات الضرورة يجب إعلام السكرتارية.
6. للمعلومية، بعد الدوام لن يتواجد حارس في المدرسة لذلك على كل طالب التصرف بمسؤولية وعدم الخروج من المدرسة، والتواجد فقط في غرفة الصف. كل خروج من المدرسة في ساعات الدورة أو الانتظار لبداية الدورة يكون على مسؤولية الطالب والأهل ويعتبر الخروج من المدرسة في ساعات الدورة مخالفاً للنظام العام في المدرسة.
7. تدفع تكاليف الدورات كما يلي:
  - أ. في دورتي تنمية مهارات فكرية، و خطوات أولى في التفكير السيكومترى، يتم دفع التكلفة في ثلاث شيكات متساوية أو نقداً في بداية الدورة على اسم السيد حنا روحانا. عدد الطلاب في كل دورة لا يتعدى 16 طالباً.
  - ب. في دورات YTEK תוכנית מצוינות ופיתוח חשיבה يتم الدفع لوكيلة الشركة فيفيان جيران وفقاً لترتيبات الشركة بحسب منشور خاص من الشركة.
  - ج. في بقية الدورات تدفع التكلفة مسبقاً في مكتب السكرتارية بواسطة ثلاثة شيكات أو نقداً.

نتمنى أن تغطي هذه الدورات مساحات جديدة في حياة طلابنا،  
وتساهم في تطور مواهب، مهارات وقدرات طلابنا

باحترام  
إدارة المدرسة

# مدرسة ماريوحنا الانجيلي الاسقفية

شارع ماريوحنا 23 ص.ب 9574 حيفا 33046

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL

23 St. John St.

P.O.Box 9574 Haifa 33046

فاكس: 04-8553525



בית ספר יוחנן הקדוש

רח' יוחנן הקדוש 23

ת.ד 9574 חיפה 33046

הاتف: 04-8526288

www.stjohnhaifa.com

البريد الالكتروني sjohnh7@gmail.com

الحائزة على جائزة نخبة المنة 2003 من نقابة المعلمين  
الحائزة على جائزة التربية لسنة 2008 "المدرسة الممتازة ومديرها" من بلدية حيفا ووزارة التربية  
الحائزة على جائزة الاوتونوميا لسنة 2009 (الإدارة المستقلة) من نقابة المعلمين  
مدرسة معززة للصحة 2011 بمصادقة وزارة الصحة ووزارة التربية  
نحو مدرسة خضراء  
بيت ومركز ثقافة السلام - نسر المحبة، التربية والعلم

6.10.2011

حضرة أولياء طلاب المدرسة المحترمين  
أطيب وأسعد الأوقات نتمناها لكم..

## المبحث: ترتيبات وحتلنات

1. ينتهي الدوام في كل المدرسة غدا الجمعة 7.10.2011 الساعة 12:20 ظهرا (ليلة يوم الغفران) لتمكين الطلاب من السفر والعودة إلى بيوتهم.
2. سنقوم غدا بمشيئة الرب بتوزيع برنامج حصص جديد للطلاب مع مواعيد ساعات استقبال المعلمين للأهالي. نأمل أن يتم استغلال هذا المورد الهام على أفضل وجه وبالتنسيق المسبق مع المعلمة. يستغل هذا اللقاء لتبادل المعلومات، والدعم المتبادل، والتشاور وأيضا اتخاذ قرارات مشتركة، وذلك من خلال بناء وتطوير حوار فعال وإيجابي لمصلحة أولادنا.
3. بناء على توجه الأهالي لملائمة وقت انتهاء الدوام بما يتناسب مع سفريات مجموعات من الطلاب (باقة، عبلين، شفاعمرو وغيرها...)، وبناء على طروحات أخرى تقرر بالتشاور مع مجلس الطلبة تغيير في وقت نهاية دوام الطلاب في المدرسة لفترة تجريبية، وذلك بحسب الترتيب التالي:  
أ. تنتهي الحصص السادسة في جميع أيام الدوام من الاثنين حتى الجمعة الساعة 13:10  
ب. تنتهي الحصص السابعة في جميع أيام الدوام من الاثنين حتى الأربعاء الساعة 13:55 (لا توجد حصص سابعة يومي الخميس والجمعة).
4. بناء على التوزيع الجديد للحصص ستكون فرصة الطعام لجميع طلاب المدرسة الساعة 9:30 في غرف صفوفهم، لذلك نقترح تقسيم وجبة الطعام إلى قسمين، قسم يتناوله الطالب الساعة 9:30 والقسم الآخر خلال الفرصة في الساحة والتي ستكون بعد الحصص الرابعة.

نشكركم على تعاونكم  
إدارة المدرسة والهيئة التربوية