تنشئة الأطفال في دولة جديدة:

دعم التعلم المبكر والتنمية الصحية للقدرات

BRYCS
Bridging Refugee Youth & Children's Services

OFFICE OF HEAD START
NATIONAL CENTERS

THE NATIONAL CENTER ON
Cultural and Linguistic
Responsiveness

DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES • USA

هذا الدليل ، "*تنشئة الأطفال في دولة جديدة: دعم التعلم المبكر والتنمية الصحية للقدرات*" ، هو تنقيح للدليل الأصلي المسمى "تنشئة الأطفال في دولة جديدة: دليل مصور" ، وهو يركز على أرباب عائلات اللاجئين في الفترة مما قبل الولادة وحتى سن ٥ سنوات. يوفر هذا الدليل لهذه العائلات المعلومات حول: التنمية الصحية للقدرات ؛ التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة ؛ وكذلك إشراك العائلة في الرعاية المبكرة. هذا الدليل يجمع الخبرات المزدوجة لبرنامج إعادة توطين اللاجئين (Refugee Resettlement) وخبرات المجتمعات التي تطبق برنامج الإعداد المسبق (Head Start) والإعداد المسبق المبكر (Early Head start) في مرحلة الطفولة المبكرة ، والغرض منه أن يكون مرجعًا لكل هؤلاء الذين يقومون بخدمة عائلات اللاجئين. هذا الدليل هو جزء من مجموعة أدوات كبرى للتعاون بين إعادة توطين اللاجئين - الإعداد المسبق والتي تم تطويرها لتوطيد الشراكات بين برنامج إعادة توطين اللاجئين وبرنامج الإعداد المسبق. هذا الجهد المشترك الإبداعي عالي القيمة يمثل التعاون بين مكتب إعادة توطين اللاجئين (ORR) ومكتب الإعداد المسبق (OHS): وهما الممولان الفدراليان لخدمات مد جسور التواصل لشباب وأطفال اللاجئين (BRYCS) والمركز الوطني للاستجابة الثقافية واللغوية (NCCLR).

"تنشئة الأطفال في دولة جديدة: دعم التعلم المبكر والتنمية الصحية للقدرات" تم إعداده وفقًا للمنحة رقم 90HC0001 لوزارة الصحة والخدمات الإنسانية بالولايات المتحدة ، إدارة الأطفال والعائلات ، مكتب الإعداد المسبق (DHHS/ACF/OHS) من قبل المركز الوطني للاستجابة الثقافية واللغوية ومن قبل خدمات مد جسور التواصل لشباب وأطفال اللاجئين (BRYCS). النسخة الأصلية من هذا الدليل ، تنشئة الأطفال في دولة جديدة: دليل مصور" ، تم إنتاجه عام ٢٠٠٧ من قبل خدمات مد جسور التواصل لشباب وأطفال اللاجئين (BRYCS) بدعم من مكتب إعادة توطين اللاجئين (ORR/ACF/DHHS) بموجب المنحة رقم 90RB022.

الآراء والحقائق والأفكار الموضحة بهذا الدليل هي مسؤولية المؤلفين وحدهم ، ولا تعبر بأي شكل من الأشكال عن آراء مكتب الإعداد المسبق أو مكتب إعادة توطين اللاجئين.

إن خدمات مد جسور التواصل لشباب وأطفال اللاجئين (BRYCS)، هي أحد مشروعات خدمات الهجرة واللاجئين ومؤتمر الولايات المتحدة للأساقفة الكاثوليك (MRS/USCCB)، وهي توفر مساعدة فنية وطنية من أجل "مد جسور التواصل" بين المنظمات الرئيسية ومجتمعات اللاجئين والمهاجرين، بالأخص فيما يتعلق بالتعليم والمدارس في مرحلة الطفولة المبكرة، وبرامج رعاية الأطفال والشباب. حيث تقوم BRYCS بتقوية قدرات منظمات تقديم تلك الخدمات في جميع أنحاء الولايات المتحدة للتأكد من التنمية الناجحة لقدرات أطفال وشباب وعائلات اللاجئين والوافدين الجدد، عبر التدريب والاستشارات وتنمية الموارد وكذلك مركز لتبادل المعلومات عبر الإنترنت. إن الدعم الفني والمنشورات التي تقدمها BRYCS — بما فيها هذا الدليل — تعمل في ضوء المبادئ الإرشادية التالية:

١) بالنسبة لأطفال وشباب اللاجئين والمهاجرين، فمن المهم أن يتم مساعدتهم على تنمية ارتباط قوي وإيجابي بتراثهم العرقي، والحفاظ على لغتهم الأصلية، وتنمية هوية ثقافية إيجابية ومزدوجة كأمريكيين. وهذا الأمر سوف يعمل على الحفاظ على ترابط عائلي قوي وبالتالي يوفر الدعم الذي يحتاج إليه الأطفال للنجاح في هذا البلد.

٢) بالنسبة لمقدمي الخدمة، فمن المهم أن يتم استخدام أسلوب تعامل يرتكز على العائلة والمجتمع، ومبني على نقاط قوة المهاجرين واللاجئين. ومن شأن هذا أن يعمل على الوصول لأقصى درجات المشاركة من قبل العائلة والمجتمع، بل والبناء على الأصول الثقافية الموجودة بالفعل، مما سيؤدي للوصول إلى انخراط ناجح لعائلات الوافدين الجدد وخدمتهم بنجاح.

٣) بالنسبة للمجتمعات، فمن المهم أن يتم تشجيع التعاون الخلاق بين أوساط مقدمي الخدمة، مما سيساعد مقدمي الخدمة الرئيسيين على تنمية خدمات مناسبة ثقافيًا ولغويًا، في نفس الوقت الذي يساعد فيه وكالات إعادة توطين اللاجئين على تنفيذ قطاع عريض من الخدمات للأطفال والشباب والعائلات، والتي تدعم على المدى الطويل التنمية الصحية لقدراتهم واندماجهم في المجتمع.

٤) بالنسبة لمقدمي خدمات الرعاية والتعليم المبكرين، فمن المهم أن يتم تقديم دعم وخدمات مناسبين لغويًا وثقافيًا بحيث يكون الهدف من ذلك هو تقوية العائلات وتطوير قدراتها على الوصول بسهولة إلى خدمات الرعاية والتعليم. ومن شأن هذا أن يساعد العائلات على تحديد خدمات الرعاية المبكرة عالية الجودة وغيرها من الخدمات التي تناسب احتياجات العائلة لرعاية الأطفال، والمشاركة فيها، وذلك أثناء دعمهم للتعلم المبكر والتنمية الصحية للقدرات لدى أطفالهم.

برجاء زيارة الموقع الإليكتروني www.brycs.org للمزيد من المعلومات. إن BRYCS مدعومة من قبل مكتب إعادة توطين اللاجئين (ORR)، إدارة الأطفال والعائلات، وزارة الصحة والخدمات الإنسانية، بموجب المنحة رقم 90RB0032. قام مكتب ORR بدعم إصدار النسخة الأصلية من هذا الدليل للاجئين، بعنوان "*تنشئة الأطفال في دولة جديدة: دليل مصور*" (٢٠٠٧).

إن مكتب الإعداد المسبق في المركز الوطني للاستجابة الثقافية واللغوية (NCCLR) هو جزء من نظام التدريب والمساعدة الفنية في مكتب الإعداد المسبق العام. ويوفر NCCLR لمجتمع الإعداد المسبق معلومات تعتمد على الأبحاث بالإضافة إلى ممارسات واستراتيجيات متجاوبة ثقافياً للتأكد من التقدم الاجتماعي والأكاديمي الأمثل للأطفال ذوي الثقافات واللغات المتعددة ، منذ الولادة وحتى سن ٥ سنوات ، بالإضافة إلى عائلاتهم. هناك سبعة مبادئ رئيسية تحكم عمل NCCLR:

١) الثقافة هي عملية معقدة وديناميكية تتغير عبر الزمن ، ويتم تعليمها للطفل من خلال الاحتكاك اليومي والتفاعل بين الطفل والبالغين سواءً أكانوا العائلات أو مقدمي الرعاية أو ممارسيها.

٢) إن ثقافة أو ثقافات العائلة واللغة أو اللغات الأصلية هي أساس لنجاح أطفال تلك العائلة في المدرسة وفي الحياة.

٣) الأطفال الصغار قادرون على إتقان أكثر من لغة وثقافة.

٤) الأطفال الذين يتعاملون في بيئة متعددة الثقافات ويتكلمون أكثر من لغة يستفيدون من ذلك عقليًا واجتماعيًا ، وهم ثروة بالنسبة لمجتمع متعدد الثقافات.

٥) إن بيئات وخبرات التعلم المبكر عالية الجودة وذات القيمة المضافة تدعم الأطفال لكي ينمّوا قدراتهم على استخدام لغات متعددة والتعامل في أكثر من ثقافة.

٦) عندما تتعاون برامج EHS/HS والشركاء ذوي الصلة مع العائلات والمجتمعات لتوفير بيئات وخبرات تعلم عالية الجودة ومتجاوبة ومنهجية ، يصبح الأطفال قادرين على النجاح في المدرسة ، كما أن

٧) المراجعة المستمرة لممارسات الاستجابة الثقافية واللغوية من قبل EHS/HS تضمن برامج هادفة ووثيقة الصلة للأطفال والعائلات.

برجاء زيارة الموقع الإليكتروني: http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/cultural-linguistic/center للمزيد من المعلومات. NCCLR مدعومة من قبل مكتب الإعداد المسبق (OHS)، إدارة الأطفال والعائلات ، وزارة الصحة والخدمات الإنسانية ، بموجب المنحة رقم 90HC0001.

فهرس المحتويات

مقـــدمة iv

رفاهية العائلة ١

الرعاية في فترة ما قبل الولادة ١

الصحـــة ٢

النظافة الشخصيـة ٣

الصحة الفموية ٤

تغذية الطفل الرضيع ٥

التغذية ٦

النوم والاستيقاظ ٧

وقت النوم ٨

الأمان والحماية ٩

الأمان في المنزل ٩

الأمان في الشوارع ١٠

الأمان في السيارة وسيارة الأجرة ١١

الأمان في الأماكن العامة ١٢

مراقبة الأطفال ١٣

منع الأذى عن الأطفال ١٤

الإرشاد والنظام ١٥

من الولادة وحتى عمر السنة ونصف ١٥

من سنة ونصف وحتى سنتين ١٦

من سنتين وحتى ٥ سنوات ١٧

التنمية العقلية الصحية ١٨

الاستعداد للتعلم ١٨

التعلم متعدد الحواس ١٩

التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة ٢٠

التنمية الاجتماعية والعاطفية ٢١

تنمية اللغة ومهارة القراءة والكتابة ٢٢

منذ الميلاد وحتى ٣ سنوات ٢٢

من ٣ إلى ٥ سنوات ٢٣

منهاجيات التعلم ٢٤

تنمية المدارك والمعرفة العامة ٢٥

التنمية الجسدية ٢٦

التواصل مع مجموعات الرعاية المبكرة ٢٧

إشراك العائلة في مجموعات الرعاية المبكرة ٢٨

ملخص الصور ٢٩

المراجع والمصادر ٣١

شكـــر واجـــب ٤٠

مقـــدمة

تفد عائلات اللاجئين والمهاجرين إلى الولايات المتحدة ومعهم ثروة من نقاط القوة في تربية أبنائهم ، مثل الثقافة ، والعادات والتقاليد ، والخبرات العائلية. ومثل معظم الآباء في الولايات المتحدة ، تميل تلك العائلات إلى تحمل المسؤولية ، لأنهم في الأغلب قد قاموا بالعديد من التضحيات حتى يوفروا لأبنائهم فرصة للأمان والنجاح في هذه الدولة الجديدة. وفي الوقت نفسه ، فإن معظم الآباء الوافدين قد عانوا من خسارة فاجعة ، بما فيها خسارة باقي أعضاء العائلة الكبيرة ، المجتمع ، الوطن ، فيصبح من الواجب عليهم التكيف مع العادات والتقاليد وأساليب الحياة الجديدة في المجتمع الأمريكي ، والتي عادة ما تكون مختلفة تمامًا عن اعتقاداتهم وممارساتهم الشخصية. ويجب أيضًا على عائلات المهاجرين واللاجئين تخطي عقبات مثل اللغة ، والثقافة ، وغيرها من العقبات العملية من أجل الوصول إلى الخدمات المجتمعية التي يحتاجون إليها ، في حين يجب على تلك الخدمات أيضًا أن تتعرف على تلك العائلات الوافدة حديثًا في مجتمعاتهم وأن تعرف الطريقة المثلى لخدمتهم.

هناك منافع استثنائية لعائلات اللاجئين تتحقق لهم عندما تعمل منظمات المجتمع وبرامج الإعداد المسبق معًا.

هذه المنافع تشمل:

- تنفيذ خدمات تنمية الطفولة المبكرة داخل المراكز ، مما يسمح للآباء من اللاجئين أن يعملوا بشكل أسرع عند الوصول إلى الولايات المتحدة.
- الخدمات والتقييمات الشاملة للعائلة بأكملها في مجالات التعليم ، التغذية ، الصحة ، والصحة الذهنية.
- فرص إشراك العائلة ، والتي تعمل على دعم العائلات للاشتراك في عملية التعلم لدى أطفالهم بالإضافة إلى مساعدتهم على الوصول إلى أهدافهم التعليمية والمالية.

نظريًا ، جميع آباء اللاجئين ذوي الأطفال حتى سن ٥ سنوات سوف يصلون إلى متطلبات الدخل الخاصة بخدمات الإعداد المسبق عند وصولهم إلى الولايات المتحدة. فحيث أن برامج الإعداد المسبق تؤكد على أهمية الاستجابة للمجتمعات متعددة الثقافات واللغات والتي تنمو باضطراد في الولايات المتحدة ، فإن منافع التعاون بين برامج الإعداد المسبق المبكر/الإعداد المسبق ووكالات إعادة توطين اللاجئين واضحة ولا تحتاج إلى تأكيد.

هذا الدليل تم إنشاؤه لبرامج الإعداد المسبق المبكر/الإعداد المسبق ، وبرامج إعادة توطين اللاجئين ، وأي وكالات مجتمعية أخرى تعمل على خدمة اللاجئين والمهاجرين من أجل التأكد من أن الآباء الوافدين حديثًا لديهم المعلومات الأساسية التي يحتاجون إليها من أجل تنشئة أطفالهم منذ الولادة وحتى سن الخمس سنوات في هذا البلد.

وبالرغم من أن هؤلاء الوافدين الجدد قد يجدون هذا الدليل مفيدًا في حد ذاته ، إلا أنه موجه أساسًا للعاملين في مجال تقديم الخدمات المجتمعية ليقوموا باستخدامه مع عملائهم من المهاجرين واللاجئين.

مقـــدمة

هذا الدليل يستهدف الآباء الوافدين حديثًا ذوي المستوى المتدني من الإنجليزية و/ أو التعلم. وحيث أن أغلب المبادئ المعقدة المستخدمة هنا تستلزم التبسيط ، فإن قسم المراجع (الصفحات ٣١ حتى ٣٩) يوفر المعلومات سهلة الوصول لمقدمي الخدمة لاستكمال النقاط الأساسية المطروحة في هذا الدليل. بالإضافة إلى ذلك ، فسوف يجد المستخدمين "نشرات إرشادية" مكملة لهذا الدليل ، وهي جزء من مجموعة أدوات التعاون التي تم تطويرها بواسطة BRYCS و NCCLR.

للحصول على أفضل النتائج ، نوصي باستخدام هذا الدليل أثناء ممارسة أنشطة وفعاليات مناسبة لغويًا وثقافيًا للآباء ، والتي من الأفضل أن يقوم بإدارتها طاقم العمل بالتشارك مع أحد الآباء الوافدين حديثًا ذوي الخبرة بها وأحد الآباء المولودين في الولايات المتحدة لكن من ذات العرق. هذه الأنشطة يمكنها أن توفر للآباء من المهاجرين أو اللاجئين الفرص لطرح الأسئلة وتجربة سلوكيات جديدة والعثور على الدعم الإيجابي الذي يهوّن عملية الانتقال للدولة الجديدة (انظر منشور BRYCS *الأبوة والأمومة في دولة جديدة: مجموعة أدوات للعمل مع الآباء الوافدين حديثًا* ، http://www.brycs.org/documents/raisingchildreninanewcountry_web.pdf للمزيد من المعلومات حول مجموعات دعم الآباء ، بما في ذلك المناهج والمراجع الأخرى).

هذا الدليل المصور يؤكد على أهمية الأفكار العامة الست التالية:

١) رفاهية العائلة: الآباء هم المسؤولون عن رفاهية أطفالهم. وهذا يشمل مجموعة متنوعة من الأنشطة المكرسة للحفاظ على صحتهم ، مثل أسلوب الحياة الصحي ، إدارة النظام الغذائي ، النظافة الشخصية ، والصحة الفموية.

٢) الأمان والحماية: الآباء هم المسؤولون عن مراقبة أطفالهم في الولايات المتحدة ، داخل وخارج المنزل ، ومسؤولون عن حمايتهم من الأذى منذ فترة ما قبل الولادة وخلال طفولتهم.

٣) الإرشاد والنظام: وسائل وطرق فرض النظام تتنوع بين الثقافات المختلفة. والوسائل الشائعة في الطفولة المبكرة في الولايات المتحدة تتضمن الفرض الإيجابي ، إعادة توجيه السلوك (توجيه الاختيارات) ، وإرساء قواعد مناسبة للسن وعواقب لاختراق هذه القواعد. من المهم معرفة ما هو مقبول في الولايات المتحدة وما هو ليس مقبولاً ، حتى تستطيع العائلات الوافدة حديثًا أن تتأقلم وتتبنى وسائل فعالة مع أفرادها. فرض النظام يكون أكثر فعالية عندما يتم بشكل متواصل وعندما يحذو الآباء السلوك المرغوب فيه بأنفسهم.

٤) التنمية العقلية الصحية: إن الفترة منذ الولادة وحتى سن الخامسة هي فترة حرجة في النمو العقلي لدى الأطفال. حيث يلعب الآباء دورًا مهمًا للغاية في تقديم الخبرات الإنمائية والتحفيزية لأطفالهم مثل التعامل الإيجابي ، التحدث ، اللعب بألعاب بسيطة ، القراءة ، اللعب في الخارج ، واستخدام الأنشطة الروتينية كفرص للتعلم. هذه الخبرات المبكرة تملك تأثيرًا عظيمًا على كيفية نمو عقل الطفل وكيفية تعامله مع العالم طوال حياته المقبلة.

٥) التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة: التعلم يبدأ منذ الولادة ، وفترة الخمس سنوات الأولى من عمر الطفل هي فترة مهمة للغاية وحيوية بالنسبة لنجاح الطفل مستقبلاً في المدرسة. ويعد الآباء هم المعلمين الأوائل والأكثر أهمية للأطفال ، وبإمكانهم أن يساعدوا أبناءهم على تنمية حب للتعلم يستمر لدى الأطفال طوال حياتهم عن طريق قضاء وقت متأني في التحدث واللعب ، واستكشاف واكتشاف الأمور الجديدة معًا. وباستخدام الأمور الروتينية اليومية مثل أوقات النوم والاستحمام والطعام ، والرحلات إلى البقالة ، وغير ذلك مما يمكن استخدامه كفرص للتعلم والتواصل بلغة العائلة ، وقيمها ، ومعتقداتها.

٦) التواصل مع مجموعات الرعاية المبكرة: هناك تأكيد على أهمية إشراك الآباء مع مقدمي خدمات رعاية الأطفال والتعليم المبكر ، وربما يكون هذا التأكيد غريبًا بالنسبة للآباء الوافدين حديثًا. إن التعليم ينظر إليه على أنه مسؤولية المعلم أساسًا في العديد من الدول. لكن في الولايات المتحدة ، فإن نظام رعاية الأطفال والتعليم المبكر كثيرًا ما يشجع الآباء على الاشتراك بإيجابية في تنمية وتعليم أطفالهم كما هو الحال في هذا البرنامج. حيث يتضمن البرنامج حضور الاجتماعات ، مؤتمرات لقاء الآباء والمدرسين ، التطوع في المركز والاشتراك في التعلم المنزلي وغيرها من الأنشطة.

هذا الدليل المصور هو عمل قيد التطوير. حيث نتلقى المشاركات والتعليقات من مقدمي خدمات إعادة توطين اللاجئين ، قيادات اللاجئين ، ومقدمي خدمات الإعداد المسبق المبكر/الإعداد المسبق ، وخبراء التعلم وتنمية المهارات في مراحل الطفولة المبكرة ، وعائلات اللاجئين والمهاجرين ذاتها ، وذلك طوال عملية تطوير هذا الدليل (انظر "شكرٌ واجب"). نحن نتطلع للاستمرار في تلقى التعليقات مع زيادة استخدام وتجربة هذا الدليل في أرض الواقع. برجاء إرسال جميع الاقتراحات للطبعات المستقبلية إلى info@brycs.org أو ncclr@bankstreet.edu.

رفاهية العائلة

خيارات الحياة الصحية — بما في ذلك الوجبات الغذائية ، الاهتمام بجسمك ، النظافة الشخصية ، رعاية الأسنان ، والحصول على النوم الكافي — تساعد على تقوية العائلات وتدعم نمو الأطفال وتعلمهم.

الرعاية في فترة ما قبل الولادة:

لمساعدة الأم والجنين على الحفاظ على صحتهم ، يجب على المرأة الحامل أن:

- تقوم بزيارة الطبيب في مواعيد شهرية منتظمة.
- تتحدث إلى الطبيب حول الحمل ونمو الطفل.
- تتحدث إلى الطبيب حول الاستعداد لولادة الطفل.
- تتناول الطعام الصحي وتحصل على الفيتامينات الخاصة بالنساء الحوامل.
- تقوم بممارسة بعض التمرينات.

الصحـــــة

الأطباء والممرضات بإمكانهم أن يساعدوا الأطفال إذا مرضوا. يجب أيضًا أن يحصل الأطفال على فحوصات عامة دورية ومنتظمة حتى يستطيع الأطباء فحص نموهم وإعطاء الجرعات المناعية اللازمة.

- الأطفال حديثو الولادة يجب أن يزوروا الطبيب كل بضعة أشهر في «زيارات الطفل السليم».
- الأطفال عمر ٢ سنة فأكبر يجب أن يقوموا بزيارة الطبيب على الأقل مرة كل عام.

أثناء هذه الزيارات ، يمكن للأطباء أن:

- يقوموا بإعطاء طفلك جرعة مناعية لمنع الأمراض مثل الإنفلونزا أو الحصبة.
- يختبروا مدى صحة السمع والبصر لدى الطفل.
- يتأكدوا من أن الطفل ينموا جيدًا.
- يجيبوا على الأسئلة التي لدى الآباء حول صحة الطفل.
- يتأكدوا من مدى استعداد الطفل للمدرسة.

النظافة الشخصية

غسل الأيدي يستطيع في أغلب الأحيان أن يحميك وأطفالك من الأمراض وانتشار الجراثيم.

- يجب على الأطفال (والبالغين) أن يقوموا بغسل أيديهم بالصابون والماء الدافئ بعد العودة من الخارج ، قبل الأكل ، وبعد استخدام المرحاض.
- يمكن للبالغين مساعدة الأطفال والأطفال حديثي الولادة على غسل أيديهم.
- يمكن تعليم الأطفال أن يقوموا بتغطية أفواههم أثناء السعال أو العطس بمعصمهم.

الأطفال حديثي الولادة: يوميًا ، قم بتنظيف منطقة الحفاضة عند طفلك ، وكذلك الوجه ، والأيدي والرقبة. قد يحتاج طفلك للاستحمام كل يومين أو ثلاثة.

الأطفال من سن ٢ وحتى ٥ سنوات: قد يحتاج الأطفال إلى الاستحمام كل بضعة أيام ، أو يوميًا إذا ما كانوا يتسخون بسرعة أو عند استخدامهم لواقي الشمس.

استخدم صابون ناعم مثل شامبو الأطفال. الصابون الذي يحتوي على عطور أو صبغات ربما يضايق الطفل في بشرته أو في عينيه. قم بمراقبة الأطفال طوال وقت وجودهم في الحمام. ١٥ دقيقة هي وقت كافي لاستحمام الطفل.

الصحــة الفمويــة

إن أسنان الطفل يجب أن يتم تنظيفها كل صباح وبعد الوجبات.

- الأطفال حديثي الولادة: قم بتنظيف اللثة والأسنان الأولية مرتين يومياً باستخدام قطعة قماش مبللة ؛ مرة بعد أول رضعة ومرة أخرى بعد آخر رضعة.
- الأطفال من سن ١ إلى ٨ سنوات:
  - ابدأ باستخدام فرشة أسنان ناعمة عند ظهور الأسنان الخلفية.
  - ساعد الأطفال في تفريش أسنانهم.
  - استخدم نقطة معجون بحجم حبة البازلاء فقط من معجون معزز بالفلورايد على فرشة أسنان ناعمة وبمقاس خاص للأطفال.
  - يجب على الأطفال زيارة طبيب الأسنان مرة أو مرتين كل عام بعد عمر السنة ، للتأكد من صحة أسنانهم ولثتهم.

إن مياه الصنبور في الولايات المتحدة آمنة للشرب. والفلورايد الموجود في هذه المياه يساعد في التصدي لتسوس الأسنان.

تغذية الطفل الرضيع

الرضاعة الطبيعية

إن لبن الأم هو أفضل طعام للأطفال حديثي الولادة حيث يساعد هؤلاء الأطفال على النمو جيدًا وبطريقة صحية. من الأفضل أن يتم إرضاع الأطفال طبيعياً من الثدي لستة أشهر أو أكثر. في الأماكن العامة ، تغطي العديد من الأمهات الأميركيات أنفسهن ببطانية أثناء الإرضاع ، أو يذهبن إلى أماكن خاصة لإرضاع أطفالهن طبيعياً.

يجب على الأطفال المحرومين من الرضاعة الطبيعية أن يشربوا الحليب الصناعي المحتوي على الحديد. سوف يخبرك طبيبك عن ماهية الحليب الصناعي الذي يجب استخدامه. اتبعي التعليمات على علبة الحليب لتحضيره. سوف يقوم طبيبك أو وكالة WIC* بإجابة تساؤلاتك حول كمية الحليب التي يجب استخدامها.

- من الولادة وحتى ١,٥ سنة: يأكل الأطفال «حسب الطلب» (بمعنى عندما يكونوا جائعين). وهذا يحدث طبيعيًا بمعدل مرة كل ساعة ونصف إلى ثلاث ساعات.
- من ٦ أشهر: يبدأ الأطفال في تناول الطعام الصلب. الكمية والتنوع ستزداد بالتدريج بين سن ٨ أشهر إلى ٢٤ شهر.
- الأطفال حديثو الولادة يجب ألا يتناولوا مشروبات ذات سكر مضاف. إذا قمتم بإعطائهم العصير ، قوموا بإعطاء حتى ٤ إلى ٦ أونصات يومياً من العصير المخفف إلى نصفه بالماء.

*اللاجئين المعاد توطينهم حديثًا يستحقون الحصول على مميزات برنامج المرأة ، والرضع ، والأطفال (WIC).

http://www.fns.usda.gov/wic

التغذية

تناول الطعام الصحي والمحافظة على النشاط يساعدان على إبقاء الجسد سليماً. يحتاج الأطفال إلى تناول وجبات خفيفة صحية والعديد من الوجبات الأخرى كل اليوم. أما الحفاظ عل النشاط يوميًا فيعمل أيضًا على حفاظ الطفل على وزن صحي.

الوجبات الغذائية

مشاركة أفراد العائلة لبعضهم البعض في وجبة واحدة على الأقل يوميًا ، يساعد العائلات على الحفاظ على تقاربها ويساعد على مشاركة عادات وتقاليد العائلة.

- الأطفال من ١,٥ وحتى ٥ سنوات يجب أن يتم إعطاؤهم ثلاث وجبات مع وجبتين أو ثلاث من الوجبات الخفيفة يوميًا.
  - يجب أن تتضمن تلك الوجبات ؛ أساس مثل الحبوب ، وبروتين (لحوم أو فول) ؛ والعديد من الفواكه والخضروات.
  - يجب أن يشرب الأطفال نحو كوبين من اللبن الحليب (أو لبن الصويا ، أو لبن الأرز ، أو لبن اللوز) كل يوم.
- اللبن منخفض الدسم والأطعمة الأخرى بإمكانها تجنيب البالغين والأطفال الكبار الوصول إلى الوزن الزائد.
- يحتاج جميع الأطفال إلى تناول إفطار صحي يوميًا حتى يحصلوا على الطاقة اللازمة للتعلم.
- شرب الكثير من المياه يعتبر أمراً جيدًا للعائلة كلها.

النوم والاستيقاظ

من المهم للطفل أن يحصل على الراحة الكافية. فالأطفال يحتاجون للنوم من أجل التعلم والاستعداد للمدرسة.

- من الولادة وحتى ٦ أشهر: قد ينام الأطفال ما بين ١٤ إلى ٢٠ ساعة يوميًا. الأطفال حديثي الولادة غالبًا ما يستيقظون كل ثلاث أو أربع ساعات من أجل الرضاعة.
- من ٦ أشهر وحتى سنة: قد يغفو الأطفال حتى ثلاث ساعات خلال النهار وينامون من ٩ إلى ١١ ساعة خلال الليل.
- من سنة وحتى ٣ سنوات: قد ينام الأطفال من ١٠ إلى ١٣ ساعة يوميًا ، بالإضافة إلى ١٥ دقيقة إلى ساعة من الراحة أو الإغفاء وسط النهار.
- من ٣ سنوات إلى ٥ سنوات: قد ينام الأطفال في هذا السن من ١٠ إلى ١٢ ساعة كل ليلة. إذا حصلوا على القدر الكافي من النوم خلال الليل ، فقد لا يغفون طوال النهار. كما أن الحصول على ١٥ إلى ٣٠ دقيقة من الوقت الهادئ ربما يكون عنصر مساعد.

في الليل ، قد يود العديد من الآباء أن يجهزوا الملابس والأشياء الأخرى التي سيحتاجها الأطفال في اليوم التالي عند ذهابهم إلى دار الرعاية بالأطفال أو الحضانة.

وقت النوم

ينام الأطفال بشكل أفضل مع وجود جدول منتظم لذلك

- ضع روتين لوقت النوم ، مثل غسل الأسنان ، لبس البيجاما ، قراءة قصة أو الغناء قبل النوم.
- ضع الطفل في سريره في نفس الوقت تمامًا كل ليلة.

من الممكن أن يكون هذا الوقت جيدًا لمشاركة الذكريات الإيجابية ، القصص ، والأغاني من ثقافتكم مع الأطفال.

الأمان والحماية

الأمان في المنزل

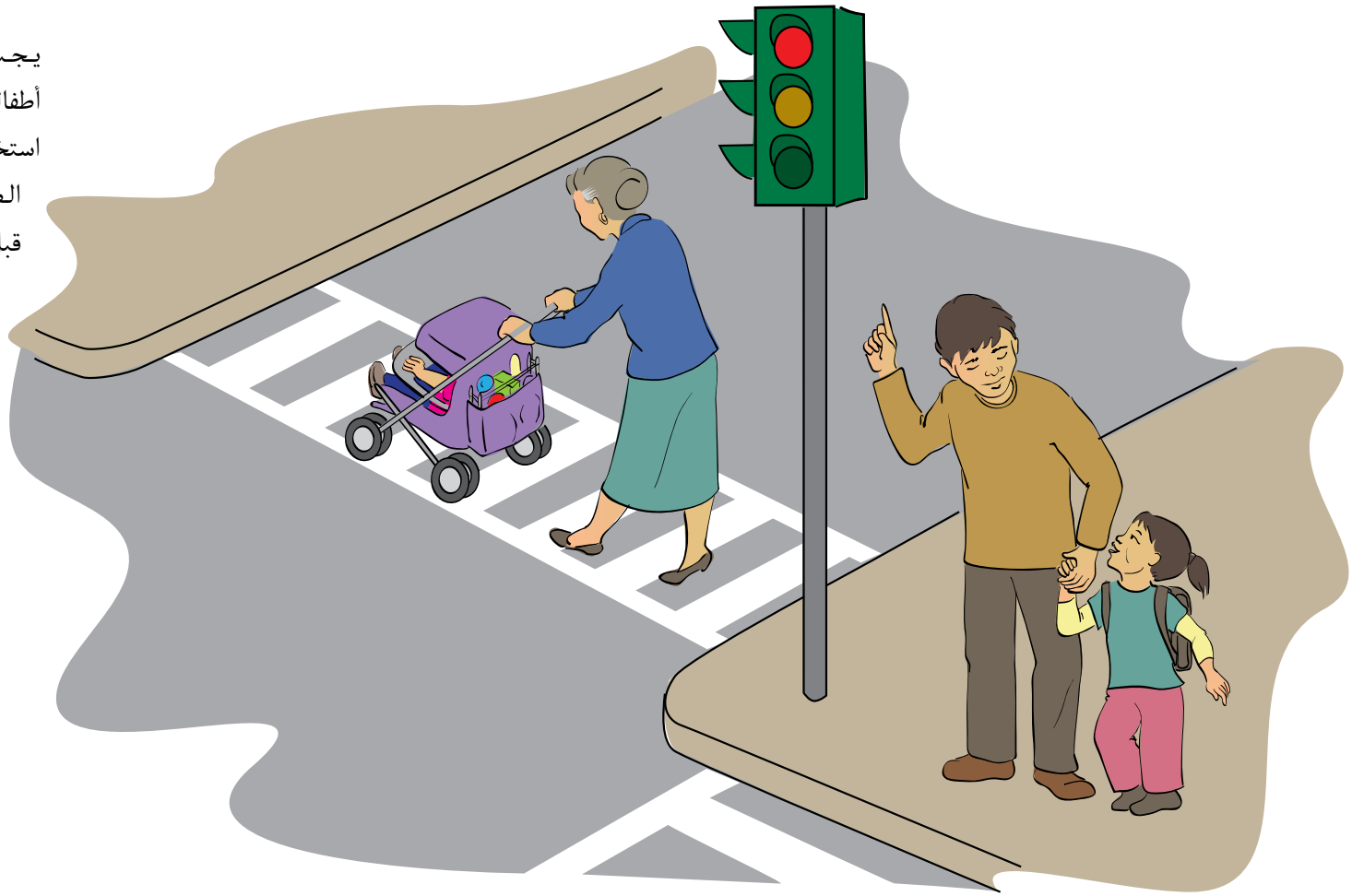
يمكن للعائلات أن تتعلم كيف تحافظ على المنزل كمساحة آمنة للطفل.

- ضع الأشياء الخطرة بعيدًا عن متناول الأطفال.
- تأكد من غلق المراحيض ، السلالم ، موقد النيران ، السخانات ، والدواليب أو على الأقل بعيدة عن متناول الأطفال الصغار.
- ابعد الأطفال عن تقشير أو تكسير الدهانات ، وقم بغسل أيديهم والألعاب والزجاجات والنوافذ والأرضيات التي عليها أي غبار أو أجزاء من الدهانات.
- اتصل بـ ٩١١ مباشرة إذا قام طفلك بابتلاع أي شيء ضار ، أو رفض الاستيقاظ من النوم ، أو توقف عن التنفس.

الأمان في الشوارع

يجب على البالغين أن يساعدوا أطفالهم على عبور الشارع بأمان. يجب استخدام معابر المشاة ، وتعليم الأطفال الصغار «توقف ، انظر ، واستمع» قبل عبور الشارع.

يجب ألا يخرج الأطفال الصغار إلى الخارج أبدًا بدون صحبة البالغين.



الأمان في السيارة وسيارة الأجرة

إن مقاعد وأحزمة الأمان الخاصة بالأطفال تنقذ حياتهم ، وهي مفروضة بقوة القانون في العديد من الولايات. لا تترك طفل بعمر أقل من ١٠ سنوات وحده في السيارة أبدًا.

جميع البالغين والأطفال الكبار ملزمون باستخدام أحزمة الأمان. أما الأطفال الصغار ، فيجب أن يجلسوا في مقعد سيارة خاص بهم في المقعد الخلفي للسيارة.

إن موقع مقعد الأطفال يعتمد على السن ، حيث:*

- العمر أقل من سنة: دائمًا يوضع مقعد الطفل في مواجهة ظهر المقعد الخلفي (في الاتجاه الخلفي).
- من ١ إلى ٣ سنوات: يجب إبقاء المقاعد في مواجهة الخلف لأطول فترة ممكنة.
- من ٤ إلى ٧ سنوات: يجب أن توضع مقاعد الأطفال موجهة للأمام لكن مع وجود حماية.

*قم بسؤال الوكالات المحلية حول قوانين الولاية بخصوص وضعية المقعد وافحص مقعد سيارتك لمعرفة حدود الطول والوزن.

الأمان في الأماكن العامة

علم أطفالك ألا يتقبلوا الحلوى أو الهدايا من أي شخص لا تعرفه عائلاتهم ، وأن يخبروا أحد البالغين الموثوق بهم إذا قام أي شخص بإخافتهم.

لا تدخن في وجود الأطفال ولا تسمح للآخرين بالتدخين في جوارهم.

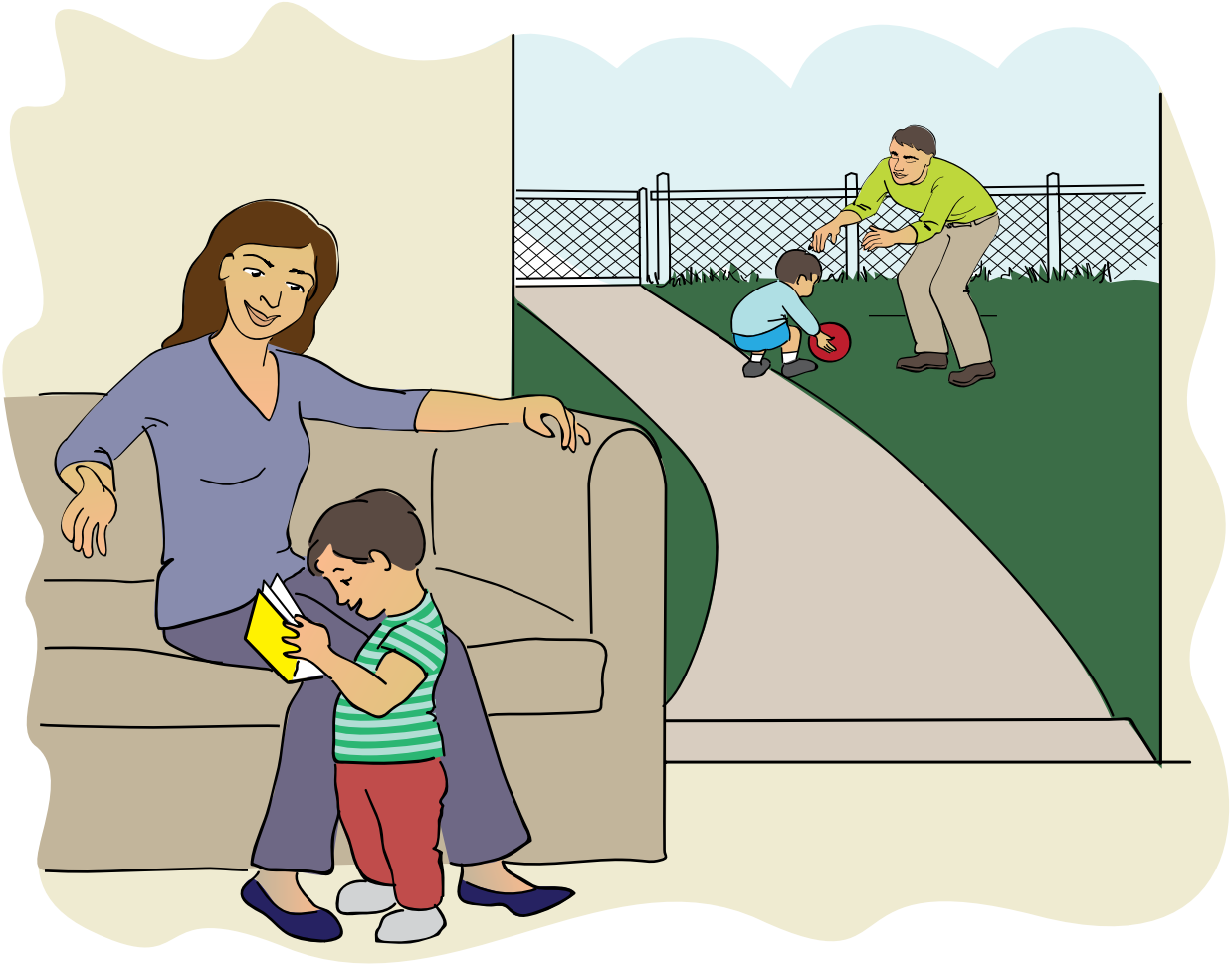
الأمان والحماية

مراقبة الأطفال

يجب على الآباء أن يقوموا بمراقبة أطفالهم في جميع الأوقات. لن يقوم الجيران بمراقبة أطفال أي شخص آخر ما لم يطلب هو منهم ذلك وما لم يجيبوا بالموافقة عليه.

كل ولاية لها قواعد مختلفة لمراقبة الأطفال. ولكن هناك إرشادات عامة خاصة بالأطفال الصغار:

- للحفاظ على أمن الأطفال ، يجب أن تتم دائمًا مراقبتهم مراقبة لصيقة بواسطة أحد البالغين داخل أو خارج المنزل.
- يجب أن تعلم جليسات الأطفال دائمًا كيف يمكنهن الاتصال بالآباء أو بأي من البالغين المسؤولين وأن يتصلن بـ ٩١١ في حالة الطوارئ.
- الأطفال في الولايات المتحدة لا يمكنهم مجالسة الأطفال في المعتاد قبل عمر ١١ أو ١٢ سنة ، ولا يمكنهم مراقبة الأطفال حديثي الولادة أو الأطفال الصغار حتى يبلغوا ١٥ سنة.
- لا تترك أي طفل صغير وحده أبدًا.



منع الأذى عن الأطفال

استخدم وسائل إيجابية لإرشاد الأطفال وفرض النظام عليهم. اسأل برنامج إعادة توطين اللاجئين أو برنامج الإعداد المسبق الخاصين بك للإرشاد والنصائح والدعم إذا ما احتجت إلى ذلك.

هناك أربعة أنواع من الأذى قد تصيب الأطفال:

١. الاستغلال الجسدي: وهو إصابة الطفل من خلال تصرفات مثل: الضرب ، الركل ، العض ، الحرق ، الهز ، أو غيرها من الطرق لإيذاء طفل.
٢. إهمال الأطفال: الهجر ، أو عدم العناية بالطفل ؛ عدم إشباع احتياجات الطفل الجسدية أو التعليمية أو الطبية. الفقر لا يعني أن يصبح الآباء مهملين.
٣. الاستغلال الجنسي: أي سلوك جنسي بين بالغ وطفل.
٤. الاستغلال العاطفي: الصراخ المستمر ، أو النعت ، أو رفض الطفل.

هذه الأنواع من الأذى للأطفال غير قانونية في الولايات المتحدة ،ويجب على الأشخاص المعنيين مثل الأطباء والمدرسين والإخصائيين الاجتماعيين أن يقوموا بالإبلاغ عن أي علامات على طفل قد تكون دليل على التعرض لمثل هذا الأذى.

الإرشاد والنظام

يستخدم الأطفال الصغار العديد من الطرق لإخبار الآخرين بحاجاتهم أو شعورهم. ويحتاج الأطفال الصغار إلى المساعدة في التعبير عن مشاعرهم وإدارة تصرفاتهم. وفيما يلي أمثلة على الإرشاد الإيجابي والنظام المناسب لكل سن.

من الولادة وحتى عمر ١,٥ سنة:

يخبرنا الأطفال في هذا السن عن حاجتهم للمساعدة عبر الهمهمة أو البكاء أو إثارة الجلبة.

- قم بالاستجابة السريعة للحاجات الملحة (الجوع ، تغيير الحفاضة ، النوم ، الراحة الجسدية ، الاحتضان ، الاهتمام)
- قم بتوفير جدول منتظم يوميًا للعب والاستحمام والطعام والنوم.

الإرشاد والنظام

من ١,٥ وحتى ٢ سنة:

بمرور الوقت ونمو الأطفال ، يجب أن يتغير أيضًا أسلوب الإرشاد وفرض النظام.

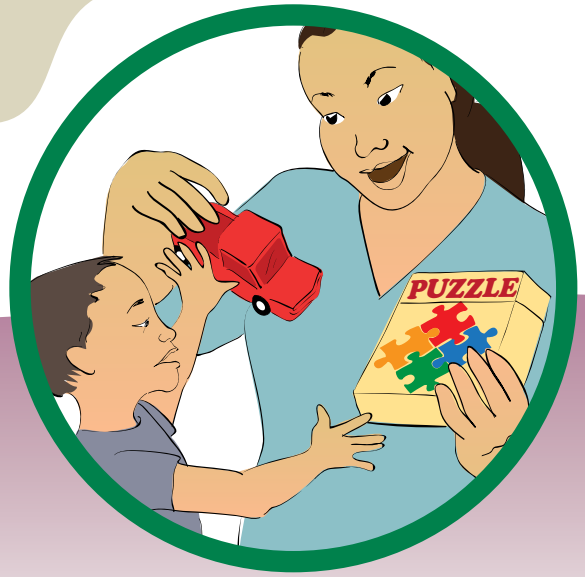
- عندما تبدأ سلوكيات مرفوضة في الحدوث مثل (الضرب ، الركل ، العض ، نوبات الغضب) ، أخرج طفلك من الموقف واستخدم توضيح صارم وواضح مثل «لا ، العض مؤذي وممنوع».
- قم بتقصي سبب حدوث هذا السلوك.
- ارشد الطفل إلى نشاط آخر.
- علّم الطفل طريقة أخرى للتعبير عن أنفسهم أو حاجاتهم.

الإرشاد والنظام

من ٢ وحتى ٥ سنوات:

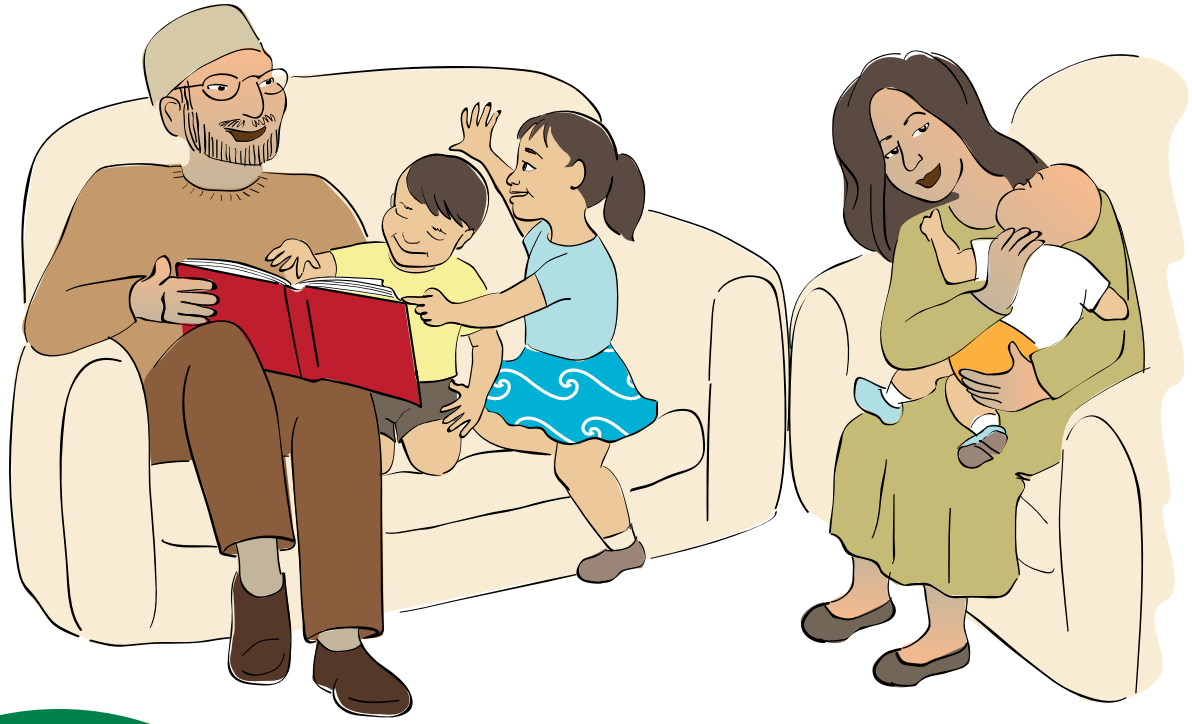
يمكن للأطفال أن يبدلوا من أمزجتهم بسرعة كبيرة وأن يبدأوا في إظهار نوبات الغضب والهياج

- استخدم عبارات بسيطة ومقتضبة لإخبارهم بما تتوقعه منهم.
- راقبهم لمعرفة ما الذي قد يسبب هذا السلوك.
- ارشدهم إلى نشاط مناسب أكثر. مثال ، إذا كان طفلك يقوم برش الرمال على طفل آخر ، يمكنك أن تنقله من صندوق الرمال وتعطيه كرة لرميها على سبيل المثال.
- اسأل الطفل أن يختار ما بين نشاطين آخرين. على سبيل المثال ، لإبعاده عن شيء قابل للكسر ، بإمكانك القول ، «هل تريد أن تلعب بالعربة أو تريد أن تلعب بالأحجيات المصورة ؟»
- تصرف بنفس الطريقة التي ترغب في أن يتصرف بها طفلك.
- طور قواعد بسيطة.
- اعط طفلك اهتمام إيجابي كمكافأة على التصرف جيدًا.



التنمية العقلية الصحية

تعتبر الصحة الجيدة والعلاقات الإيجابية دعامة مهمة للتنمية العقلية الصحية. لذا عليك أن تستمر في التحدث إلى طفلك بلغتك الأم. إنّ تعلم لغتين أو أكثر أمر جيد للغاية لعقل الطفل.



الاستعداد للتعلم

ساعد الطفل على التعلم يوميًا عبر:

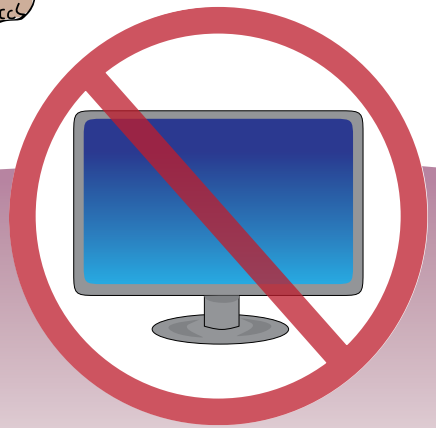
- إرساء روتين تعلم بقدر استطاعتك (في اللعب ، الأكل ، الاستحمام ، النوم).
- الإبقاء على تقاليد العائلة (في الموسيقى ، القصص ، الاحتفالات ، اللغة).
- قضاء الوقت في عمل الأشياء معًا (إعداد الوجبات ، تنظيم الأطباق ، اللعب ، والغناء).
- التحدث والاستماع إلى طفلك.

التعلم متعدد الحواس

يجب أن يستخدم الأطفال أجسامهم بالكامل للتعلم (اللمس ، الحديث ، الاستماع ، التذوق ، الرؤية ، الشم).

لا تسمح للأطفال تحت سن سنتين بمشاهدة التلفاز ؛ حيث يمكن أن يكون هذا الأمر ضارًا بنمو خلايا المخ لديهم.

حدد الوقت الذي يقوم فيه الأطفال فوق عمر السنتين بمشاهدة التلفاز أو لعب ألعاب الكمبيوتر. راقب ما يشاهدونه للتأكد من أنه مناسب للأطفال.

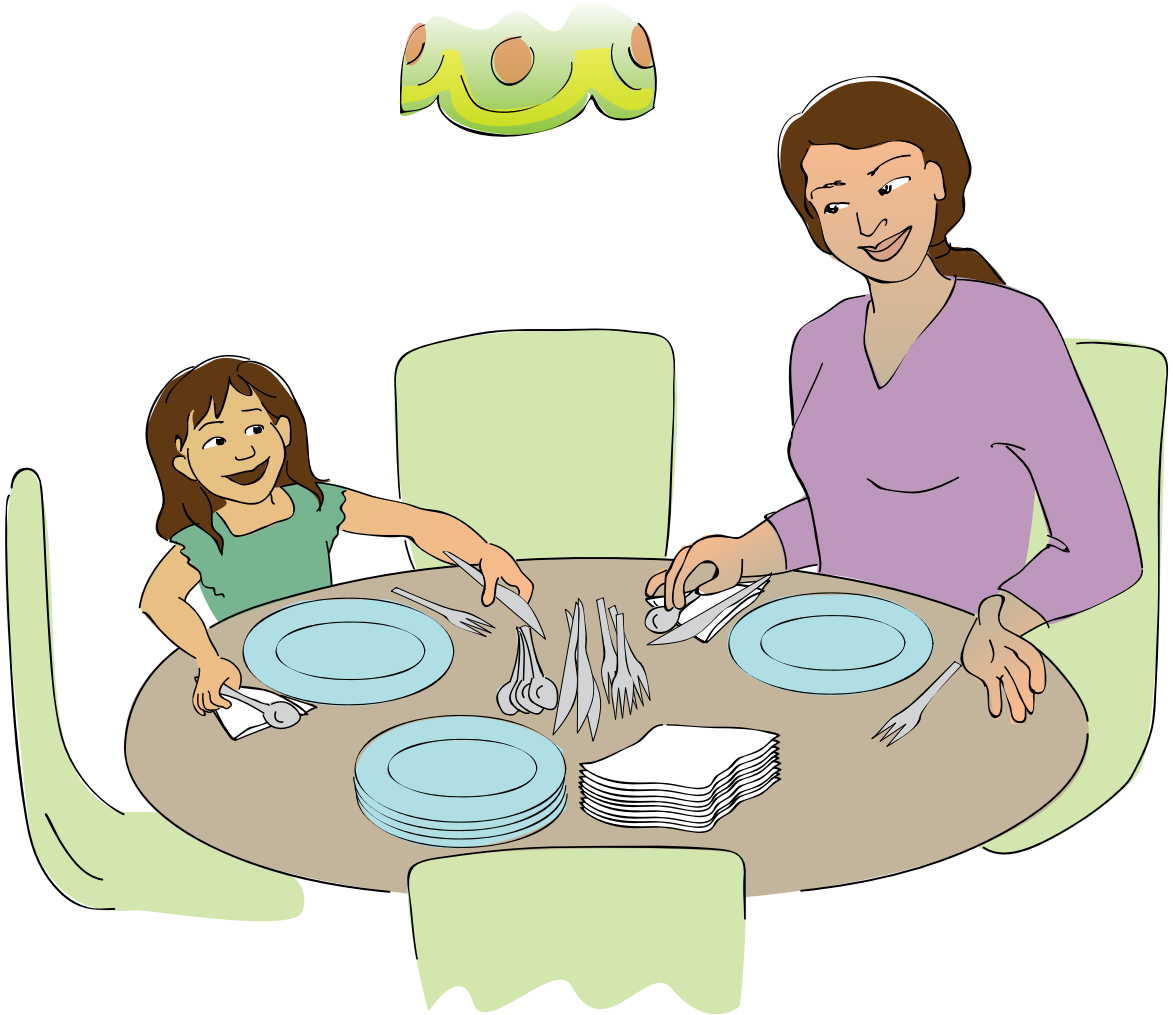


التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

إن ما يتعلمه الأطفال تحت سن ٥ سنوات مهم للغاية من أجل نجاحهم المستقبلي في المدرسة.

- الآباء هم المعلمين الأوائل والأهم لأطفالهم ، حيث يعلمونهم مهارات مهمة ;في كل مرة يمضون فيها الوقت معاً.
- التفاعلات الإيجابية منذ الولادة وحتى سن ٥ سنوات تعمل على إعداد الأطفال للمدرسة.
- الأطفال ذوو المهارات القوية في لغتهم المستخدمة داخل المنزل يستطيعون الأداء بشكل أفضل في المدرسة.

يمكن لطبيب طفلك أن يساعدك على الاطلاع على كيفية نمو طفلك وقدرته على التعلم.



التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

التنمية الاجتماعية والعاطفية

يتعلم الأطفال العلاقات الاجتماعية والعاطفية من خلال التواصل بحب مع آبائهم والبالغين الآخرين. الأطفال الذين يستطيعون تسمية مشاعرهم ، وإدارة عواطفهم ، والتوافق والاندماج مع الآخرين هم الأكثر نجاحاً في المدرسة وفي الحياة.

يحتاج الأطفال إلى:

- معرفة ما هو متوقع منهم.
- تعلم كيفية التعبير عن مشاعرهم والتعامل مع الآخرين (مثل التهدئة ، اللعب مع الآخرين ، تبديل الأدوار ، المشاركة ، مساعدة الآخرين ، واتباع القواعد البسيطة).
- الاستماع إلى المديح حول أدائهم للأمور بشكل جيد.
- مشاهدة البالغين والاستماع لهم وهم يقومون بالسلوكيات الإيجابية.

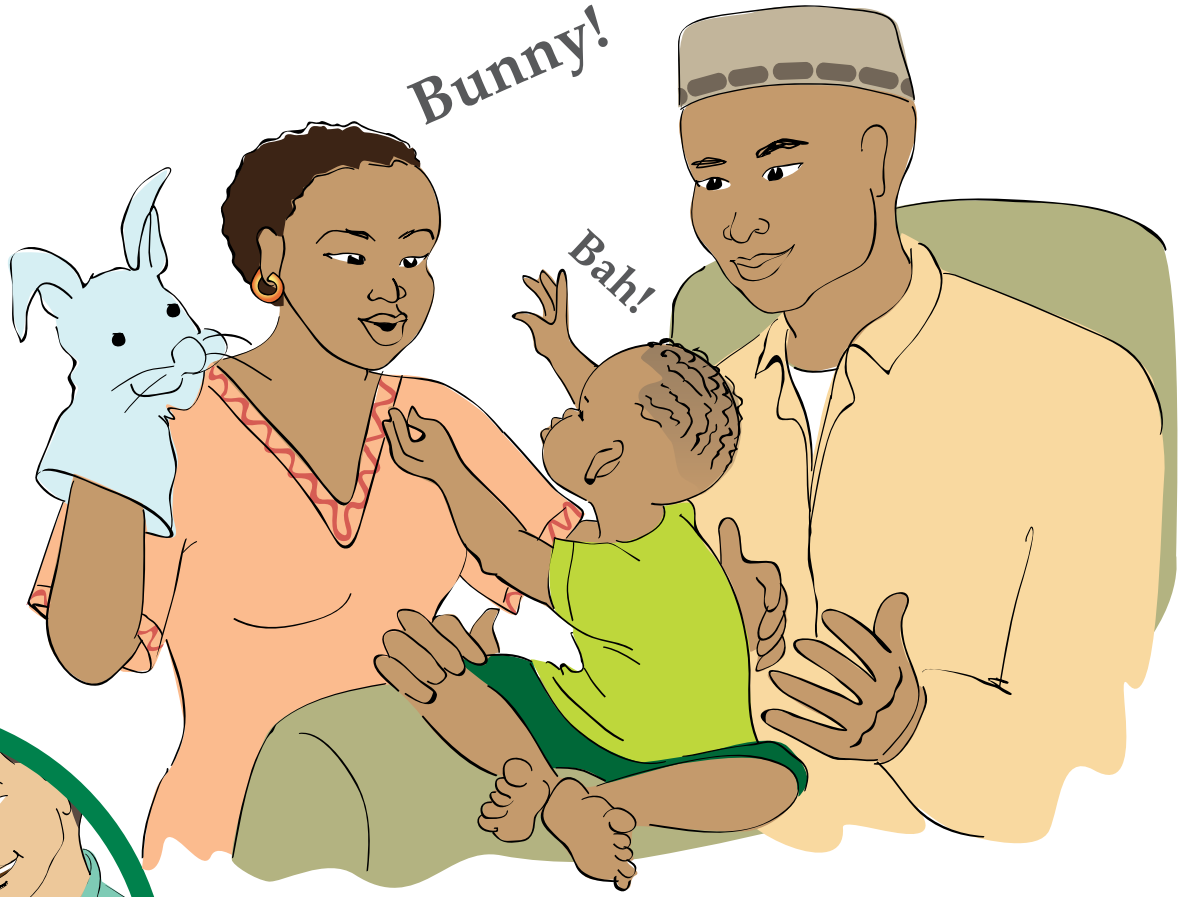
التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

تنمية اللغة ومهارة القراءة والكتابة

منذ الميلاد وحتى سن خمس سنوات ، يتعلم الأطفال مهارات مهمة للاستماع والتحدث. هذه المهارات سوف تساعدهم على التواصل مع الآخرين وتعلم القراءة والكتابة. وعادة ما يستفيد الأطفال من تعلم لغتهم الأم والبناء عليها ، حيث أن التحدث بلغات متعددة يمكن أن يساعد بشدة في نمو عقل الطفل.

منذ الميلاد وحتى ٣ سنوات

- تحدث مع طفلك طوال اليوم.
- استمع إلى أصوات وكلمات طفلك. كرر الأصوات والكلمات التي يصدرها طفلك.
- علم طفلك كلمات جديدة عن طريق التحدث معه عما تفعله طوال اليوم.
- استخدم الأغاني والقوافي والأفعال لتعليم طفلك اللغة.
- احكي لطفلك القصص باستخدام الصور والكتب والعرائس والأشياء الأخرى.



التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

من ٣ إلى ٥ سنوات

- استخدم اللغة الأم في المنزل.
- استخدم اللغة الأم والإنجليزية في المدرسة.
- استخدم مجموعة متنوعة من الكلمات في كلتا اللغتين.
- قم بالغناء وتعلم القصائد والقوافي ورواية القصص باللغتين.
- اطلب من الأطفال أن يقوموا برواية القصص باللغتين.
- وفر لهم الكتب المليئة بالصور والقصص القصيرة والأغاني والقصائد وأحرف الهجاء باللغتين.
- وفر لهم أقلام الماركر والألوان الشمعية والألوان الخشبية والأوراق لتشجيع الأطفال على الرسم وتقليد الكتابة.

التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

منهاجيات التعلم

يمكن للعائلات أن تساعد الطفل على زيادة تركيزه وانتباهه وأن يكون مبدعًا وراغب في المعرفة. فهذه هي المهارات التي سوف يحتاجها الطفل في المدرسة وفي الحياة.

طرق مساعدة الأطفال على التعلم:

- استكشاف الأشياء والأشخاص والتفاعل معهم.
- دع الأطفال يقومون باختياراتهم مثل اختيار اللعبة أو الملابس التي يودون ارتداءها.
- ساعدهم على إنهاء ما بدأوه.
- شجعهم على طرح الأسئلة.
- لاحظ مجهوداتهم وقم بالإشادة بها.

التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

تنمية المدارك والمعرفة العامة

يجب أن تدعم تنمية مدارك طفلك عن طريق تشجيع الاستكشاف والتعلم يوميًا. يمكنك أن:

- تصف وتقارن الألوان والأحجام والأشكال الخاصة بالألعاب.
- تقوم بعد وقياس وتصنيف الألعاب.
- تفرق الألعاب وتفككها ثم تقوم بتركيبها وترتيبها مع طفلك.
- تدربه على استخدام مستلزمات الحياة اليومية مثل المشط أو فرشاة الأسنان.

الاقتراحات حسب السن:

- منذ الميلاد وحتى ١,٥ سنة: تحدث مع الطفل عن العالم من حوله ، بما في ذلك أشكال وألوان وأحجام الأشياء في المنزل وخارجه. استخدم الألعاب والأجسام التي لها ألوان وأحجام وأشكال وملمس مختلف ومتنوع مثل الخشخيشات ، وألعاب الضغط ، والألعاب القماشية ، والكرات اللينة.
- من ١,٥ وإلى ٣ سنوات: تحدث إلى طفلك حول الأشياء التي يفعلونها يوميًا. وضح «لماذا» نفعل تلك الأشياء ، مثل «لماذا نقوم بمسح الأرضيات ؟ لكي ننظف الأوساخ».
- من ٣ سنوات وحتى ٥ سنوات: ساعد طفلك على الربط بين الأشياء والأحداث التي تعلمها في الماضي عن طريق لعبة «هل تذكر عندما...؟» والتحدث عن الأشياء التي حدثت في الماضي.

التنمية الجسدية

النشاط الجسدي اليومي (التمرينات) مهم للغاية لنمو العضلات والحفاظ على وزن صحي واكتساب التناسق بين أعضاء الجسم.

النشاط الجسدي اليومي:

- منذ الميلاد وحتى ١,٥ سنة: حرية في الحركة يوميًا.
- من ١,٥ وحتى ٣ سنوات: ٦٠ إلى ٩٠ دقيقة من النشاط الجسدي يوميًا.
- من ٣ سنوات وحتى ٥ سنوات: ٦٠ إلى ١٢ دقيقة من النشاط الجسدي يومياً.

يحتاج الأطفال إلى مهارات حركية كبيرة وصغيرة من أجل المدرسة.

العضلات الكبيرة أو الحركات الكبيرة تتضمن: الشقلبة ، الوقوف ، الزحف ، المشي ، الجري ، التسلق ، وقذف وإمساك الكرة.

العضلات الصغيرة والحركات الصغيرة تتضمن: التقاط الأجسام الصغيرة ، إمساك قلم ألوان شمعية ، أو قلم رصاص أو كوب ، وضع الخيط في الخرز ، تحريك مقبض الباب ، الرسم ، الكتابة ، اللعب بالعجين ، و تجميع الأحجيات المصورة.

التواصل مع مجموعات الرعاية المبكرة

اتصل بوكالة إعادة توطين اللاجئين الخاصة بك للمزيد من المعلومات عن خدمات رعاية الأطفال في مجتمعك. في الولايات المتحدة ، يجب على الآباء أن يوفروا المراقبة المستمرة للأطفال فيما قبل سن المدرسة. الآباء العاملون يجب أن يعثروا على خدمة رعاية أطفال مناسبة لهم. أنواع برامج الرعاية بالأطفال وتكاليفها تختلف حسب المجتمع. ويمكن لبرامج الإعداد المسبق المبكر وبرامج الإعداد المسبق أن توفر رعاية للطفل بالإضافة إلى خدمات تنمية قدرات وتعليم الأطفال.

إن حضور برنامج جديد أو مدرسة جديدة يمكن أن يكون مرهقًا بالنسبة للطفل والأهل على حد سواء. لذا يجب أن تعملوا جنباً إلى جنب مع برنامج الإعداد المسبق والإعداد المسبق المبكر ، وبرامج رعاية الطفل ، ودور الحضانة المحلية للمساعدة في إعداد الأطفال للانتقال للبيئة الجديدة.

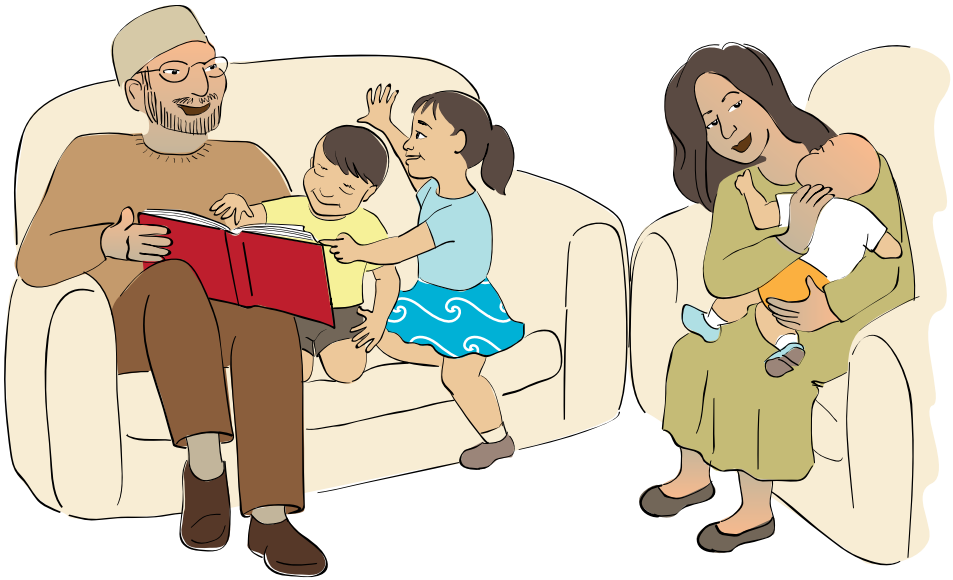
التواصل مع مجموعات الرعاية المبكرة

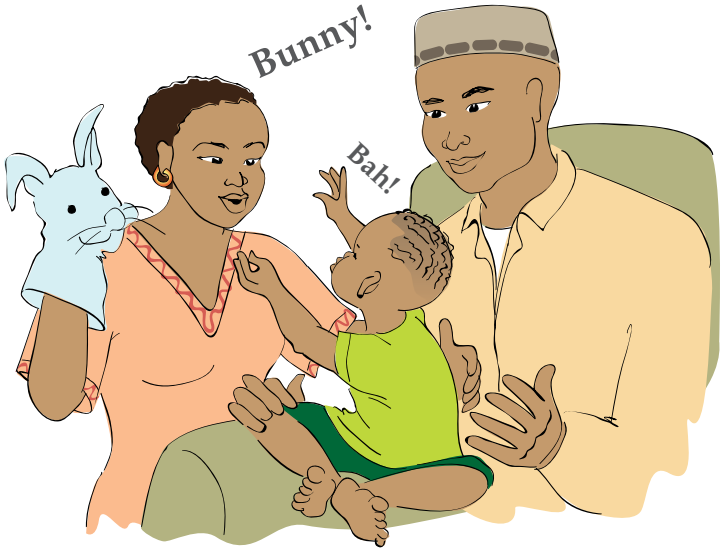
إشراك العائلة في مجموعات الرعاية المبكرة

إن مقدمي برامج الرعاية الجماعية المبكرة مثل برامج الإعداد المسبق يشجعون الأهل على الانخراط بفاعلية في برامجهم. عندما يقابل الآباء مدرسي أبناءهم وعندما ينخرطون في برنامج رعاية الأطفال أو مدرسة أبناءهم ، يصبح الأطفال أكثر قدرة على التعلم.

ربما يُطلب من الآباء حضور اجتماعات أو التقابل مع المدرسين في المدرسة أو في منزل العائلة أو أن يتطوعوا في المركز.

عندما تتقابل مع المدرسين أو احد أعضاء البرنامج ، اطلب مترجم فوري.




Bunny!
Bah!

A
B
C

١. رفاهية العائلة (الصفحات ١ — ٨)

الرعاية في فترة ما قبل الولادة (صفحة ١)

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض — الوقاية من عيوب الولادة قبل وأثناء الحمل. http://www.cdc.gov/ncbddd/jump/pregnancy.html

وللغة الإسبانية: http://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/jump/pregnancy.html

مجلس صحة الأمهات والأطفال — الكتيبات بالإنجليزية أو الإسبانية ؛ النشرات والبوسترات بالإنجليزية ، والإسبانية ، والصومالية.
الطوارئ وصحة المجتمع — مقاطع فيديو على الإنترنت حول رعاية ما قبل الولادة ؛ انقر على روابط اللغة في الجانب الايمن للترجمة إلى الهمنوج ، الخمير ، اللاوية ، الصومالية ، الإسبانية ، والفيتنامية. http://www.echominnesota.org/library/prenatal-health

Kaiser Permanente — معلومات عن الحمل وما قبل الولادة. ايقونة اللغة الإسبانية في الأعلى لليمين. https://healthy.kaiserpermanente.org/health/care/pregnancy

وزارة الصحة والخدمات الإنسانية للولايات المتحدة — نشرة حقائق الرعاية في فترة ما قبل الولادة. http://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/fact-sheet/prenatal-care.cfm

بالإسبانية: http://www.womenshealth.gov/espanol/publicaciones/nuestras-publicaciones/hojas-datos/atencion-prenatal.cfm

الصحة والنظافة الشخصية (الصفحات ٢ — ٣)

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض — «الأهل: أساسيات تنشئة أطفال آمنين وأصحاء». http://www.cdc.gov/family/parentabc

«معلومات عن صحة العائلة بالإسبانية». http://www.cdc.gov/family/spanish/index.htm

«مراحل الحياة والمجموعات السكانية الخاصة ، بالإسبانية». http://www.cdc.gov/spanish/etapas/

«متطلبات المناعة في فترة رعاية الأطفال والمدرسة». http://www.cdc.gov/vaccines/parents/record-reqs/childcare-school.html

عيادات ومستشفيات الأطفال في مينيسوتا — مواد تعليمية للمريض/العائلة حول الموضوعات الصحية المختلفة بالإنجليزية ، الهمنوج ، الصومالية ، أو الإسبانية. http://www.childrensmn.org/Manuals/PFS/Alphabetical.asp#PFSDocListB%20multilingual%20health%20materials

الحياة في مجتمع ، تورونتو (كندا) — نشرة نصائح مترجمة حول الصحة والنظافة الشخصية والتواصل في فترة ما قبل المدرسة ؛ بالعربية ، الصينية ، الفارسية ، الفرنسية ، الإيطالية ، الكورية ، البرتغالية ، الصومالية ، الإسبانية ، التاجالوجية ، التاميلية ، التركية ، الأوردية ، أو الفيتنامية http://connectability.ca/2011/03/02/foreign-language-tip-sheets

معهد أبحاث الطفولة المبكرة عن الخدمات المناسبة ثقافياً ولغويًا (CLAS) — كتيب العائلة ، كتيبات الدليل ، ومساعدات التنمية. متوفر بالأمهرية ، الكمبودية ، الصينية ، الإنجليزية ، الفارسية ، الهمونج ، المجرية ، الكورية ، اللاوية ، البولندية ، الروسية ، الإسبانية ، والفيتنامية. http://www.clas.uiuc.edu/special/childfind/index.html

صحة الأطفال — معلومات عن صحة الأطفال http://kidshealth.org/parent

بالإسبانية: http://kidshealth.org/kid/centers/spanish_center_esp.html

المعاهد الوطنية للصحة — زيارات الأطفال الأصحاء. أيقونة اللغة الإسبانية في الأعلى لليمين. http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001928.htm

مكتب الإعداد المسبق — المركز الوطني للصحة. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health

معلومات عن الصحة بالإسبانية http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol/salud

الصحة الفموية (صفحة 4)

الخمس الأوائل في مقاطعة سانتا كلارا — مواد عن الصحة الفموية بالإنجليزية ، الإسبانية ، الفيتنامية. http://www.first5kids.org/es/node/345

المركز الوطني لموارد الأمومة والصحة الفموية للأطفال — موارد الإعداد المسبق بالإنجليزية والإسبانية. http://www.mchoralhealth.org/materials/HS.html

التغذية (الصفحات ٥ — ٦)

المعاهد الوطنية للصحة — تغذية الطفل. http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/childnutrition.html

وزارة الزراعة بالولايات المتحدة (USDA) — مركز التغذية والمعلومات (الطعام الصحي العينات والتقييم(WIC ؛ البحث عن مواد مترجمة يتم عن طريق وضع اللغة المرادة في نافذة البحث.

http://fnicsearch.nal.usda.gov/fnicsearch/result-list/fullRecord:children

النوم والاستيقاظ ، وقت النوم (الصفحات 7 — 8)

وزارة الصحة بمينيسوتا — تعليم النوم الآمن للأطفال الرضع بالإنجليزية ، الهمونج ، الصومالية ، والإسبانية. http://www.health.state.mn.us/divs/fh/mch/mortality/safeandasleep/

مؤسسة النوم الوطنية — النوم للأطفال http://www.sleepforkids.org

تعلم عن نوم الأطفال. http://www.sleepforkids.org/html/tp.html

بالإسبانية: http://www.sleepforkids.org/html/spsheet.html

٢- الحماية والأمان (الصفحات ٩ — ١٤)

المجلس الوطني لمنع الجريمة — موارد للآباء حول مسائل متنوعة عن الأمان. http://www.ncpc.org/topics/by-audience/parents

بالإسبانية: http://www.ncpc.org/topics/by-audience/en-espanol

الأمان في المنزل (الصفحة ٩)

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض — الوقاية من التسمم والإصابات في الأطفال. http://www.cdc.gov/family/parentabc

احم من تحب: إصابات الأطفال التي يمكن منعها. http://www.cdc.gov/safechild

نصائح لتنشئة أطفال آمنين وأصحاء ، بالإسبانية http://www.cdc.gov/family/parenttips/tips-sp.pdf

المعرفة الوظيفية الدولية — التعرض للرصاص في مرحلة الطفولة — الموارد بالإنجليزية ، البوسنية ، الصينية ، الفارسية ، الفرنسية ، الهمنوج ، الروسية ، الصومالية ، الإسبانية ، الأوردية ، والفيتنامية.

http://www.okinternational.org/lead-paint/Resources

المهرب الآمن — معلومات عامة عن الأمان ، تتضمن «الاستعداد للطوارئ للأطفال ذوي الإعاقات أو الاحتياجات الصحية الخاصة» ، مع أيقونة اللغة الإسبانية في الأعلى لليمين.

http://www.safeescape.org

أطفال آمنين USA — أساسيات للأمان مصنفة حسب المجموعة العمرية

http://www.safekids.org/safety-basics/big-kids/at-home/?gclid=CM2pz9vvrK0CFYJdtgodQWJZKA

نشرات نصائح تعليمية بالإنجليزية والإسبانية.

http://www.safekids.org/educators/educational-tip-sheets.html

الأمان في الشارع (الصفحة ١٠)

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض — نصائح للأمان. http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk/pdf/section11.pdf

موارد للأمان في الشوارع بالإسبانية

http://www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/SeguridadPeatones

الأمان في السيارة وسيارة الأجرة (صفحة ١١)

الإدارة الوطنية للأمان على الطرق السريعة — أمان الأطفال المشاة http://www.nhtsa.gov/ChildPedestrianSafetyCurriculum

مقاعد الأمان للأطفال ، أيقونة اللغة الإسبانية في الأسفل

http://www.nhtsa.gov/Safety/CPS

أطفال آمنين USA — الأطفال بداخل وحول السيارات.

http://www.safekids.org/safetytips/field_risks/and-around-cars

أساسيات مقاعد الأمان في السيارات ، بالصينية والفرنسية والكورية والإسبانية والتاجالوجية والفيتنامية. http://www.safekids.org/educators/educational-tip-sheets.html

الأمان في الأماكن العامة (صفحة ١٢)

مجتمع التعليم المبكر — الأمان من الغرباء. http://www.earlylearningcommunity.org/page/stranger-safety

المركز الوطني للأطفال المفقودين أو المستغَلين. http://www.missingkids.com/missingkids/servlet/PageServlet?LanguageCountry=en_US&PageId=2814

الموارد بالإسبانية: http://www.missingkids.com/missingkids/servlet/ResourceServlet?LanguageCountry=es_US&PageId=0

مراقبة الأطفال (صفحة ١٣)

بوابة معلومات رعاية الطفل — ترك الطفل بالمنزل وحيدًا. http://www.childwelfare.gov/pubs/factsheets/homealone.cfm

بالإسبانية: http://www.childwelfare.gov/pubs/factsheets/homealone_sp.cfm

صحة الأطفال — ترك الطفل بالمنزل وحيدًا.

http://kidshealth.org/parent/firstaid_safe/home/home_alone.html

الشبكة الوطنية لرعاية الأطفال — قائمة التحقق من الاستعداد للترك بالمنزل وحيدًا. http://www.nncc.org/SACC/sac31_home.alone.html

منع استغلال الأطفال بأمريكا – نصائح للطفل المتروك وحيدًا بالمنزل. http://www.preventchildabuse.org/images/docs/homealonechildtips.pdf

منع الأذى عن الأطفال (صفحة ١٤)

منع استغلال الأطفال بأمريكا – نشرات حقائق عن استغلال الأطفال وإهمالهم http://www.preventchildabuse.org/index.php/news-and-publications/tips-and-brochures

٣- الإرشاد وفرض النظام (الصفحات ١٥ – ١٧)

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض – نصائح للتنشئة الإيجابية. http://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/index.html

بالإسبانية: http://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/index.html

مركز الإعداد المسبق للإدماج – صفحة العائلة لأهل الطفل ذو الاحتياجات الخاصة http://depts.washington.edu/hscenter/families

نصائح للسلوك المتحدي ، بالإنجليزية والإسبانية

http://depts.washington.edu/hscenter/challenging

الخدمات الممتدة بجامعة مينيسوتا – إرشادات لفرض النظام إيجابياً للأهالي ، بالإنجليزية ، الهمونج ، الصومالية ، والإسبانية. http://www1.extension.umn.edu/family/partnering-for-school-success/preview-and-order/

ماذا نفعل عندما يتصرف الطفل بشكل خاطئ ، بالإنجليزية والإسبانية. http://www1.extension.umn.edu/family/partnering-for-school-success/structure/

٤- التنمية العقلية الصحية (الصفحات ١٨ – ١٩)

اتحاد العمل من أجل الأطفال – تغذية عقل طفلك ، بالإنجليزية والإسبانية. http://clark.networkofcare.org/family/library/article.aspx?id=448/

عقول أفضل للأطفال – نشرات حقائق.

http://www.fcs.uga.edu/ext/bbb/factSheets.php

الموقع الإليكتروني بالإسبانية: http://www.fcs.uga.edu/ext/bbb/docs/BBB%20Order%20Form%202012.pdf

وزارة التعليم بمينيسوتا ، التنشئة الأطفال من الألف إلى الياء – تنمية العقل ، بالإنجليزية والهمونج والصومالية والإسبانية http://parentsknow.state.mn.us/parentsknow/age1_2/topicsAZ/PKDEV_000333

من صفر إلى ثلاثة – نصائح وأدوات لتنمية العقل. http://www.zerotothree.org/child-development/brain-development/brain-development-tips-and-tools.html

٥- التعليم المبكر والاستعداد للمدرسة (الصفحات ٢٠ – ٢٦)

مركز الموارد الوطني للإعداد المسبق (EHS NRC) –تنشئة الطفل اليومية ، بعض الموارد متوافرة بالإسبانية. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/family/for-families/Everyday%20Parenting

آباء PBS – نصائح لتنمية الطفل حسب العمر. http://www.pbs.org/parents/child-development

الذهاب إلى المدرسة. http://www.pbs.org/parents/goingtoschool

الأطفال ذوو الإعاقات. http://www.pbs.org/parents/disabilities

بالإسبانية: http://www.pbs.org/parents/about/spanish

مقاطعة بريتيش كولومبيا (كندا) — أنشطة تعليمية مبكرة للأطفال ذوي السنوات الثلاث ، متوفرة بالعربية ، الصينية ، الفرنسية ، الهندية ، اليابانية ، الكورية ، الفارسية ، البنجابية ، الروسية ، الإسبانية ، التاجالوج ، والفيتنامية. http://www.bced.gov.bc.ca/early_learning/rsl

المركز الوطني للاستجابة الثقافية واللغوية — مواد متجاوبة ثقافيًا للعاملين والعائلات حول اللغات المتعددة ، تنمية الطفل ، شراكات الأسرة والمجتمع ، الصحة ، وغير ذلك. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/cultural-linguistic

الموارد بالإسبانية: . http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol

جامعة مينيسوتا — أسئلة حول الأطفال ، بعضها متوافر بالهمونج ، الصومالية ، والإسبانية. http://www.cehd.umn.edu/ceed/publications/questionsaboutkids

التنمية الاجتماعية والعاطفية (صفحة ٢١)

مركز الأساسات الاجتماعية والعاطفية للتعليم المبكر — دعم التنافسية الاجتماعية العاطفية في الأطفال الصغار http://csefel.vanderbilt.edu

الموارد بالإسبانية: http://csefel.vanderbilt.edu/resources/espanol.html

البداية العظيمة/منظمة الاستثمار في الطفولة المبكرة — الصحة العاطفية الاجتماعية والاستعداد للمدرسة. http://greatstartforkids.org/sites/default/files/file/social_emotional__2009.pdf

بالإسبانية: http://greatstartforkids.org/sites/default/files/file/Social%20Emotional/Social%20Emotional%20booklet%20Spanish.pdf

مكتب الإعداد المسبق — التنمية العاطفية والاجتماعية منذ الولادة وحتى عمر ما قبل المدرسة. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/Health/Health%20and%20Wellness/Health%20and%20Wellness%20Children%20(ages%200-5)/SocialandEmotio.htm

بالإسبانية: http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol/salud/Health/salud-bienestar/Eldesarrollosoc.htm

تنمية اللغة ومهارات القراءة والكتابة (الصفحات ٢٢ — ٢٣)

كولورين كولورادو — تنمية اللغة و ومهارات القراءة والكتابة قبل المدرسة. http://www.colorincolorado.org/article/36679

الموارد بالإسبانية: http://www.colorincolorado.org/a-z

صواريخ القراءة — نصائح للقراءة للآباء للأعمار والسنين الدراسية المختلفة. نشرات النصائح أيضًا متوافرة بالعربية ، الصينية ، الهاييتية ، الهمونج ، الكورية ، النافاجو ، الروسية ، الإسبانية ، التاجالوجية ، والفيتنامية. http://www.readingrockets.org/article/18935

صواريخ القراءة — إعداد القارئ الصغير - مقاطع فيديو على الإنترنت http://www.readingrockets.org/shows/launching

إرشادات للعائلة بالإنجليزية ، الهمونج ، الصومالية ، والإسبانية. www.readingrockets.org/guides/readingrockets

موارد لتعلم القراءة طبقاً لنظام واشنطن التعليمي — موارد للقراءة للأطفال الرضع وأطفال ما قبل المدرسة ، بالإنجليزية ، الماندارين ، الروسية ، الصومالية ، الإسبانية ، والفيتنامية. http://www.walearning.com/resources

منهاجيات للتعلم ، وتنمية المدارك والمعرفة العامة (الصفحات ٢٤ — ٢٥)

مركز الرعاية الشاملة للأطفال — فيديو باللغة الصومالية حول المراحل الأساسية لتنمية القدرات ، التدخل المبكر ، وإدماج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. http://www.inclusivechildcare.org/somali.cfm

أطفال المستقبل في فيرفاكس — ساعد طفلك على حب التعلم http://www.fairfaxcounty.gov/ofc/docs/ffparentguideeng.pdf

بالإسبانية: http://www.fairfaxcounty.gov/dfs/webdocs/childcare/helpingyourchildlearn_spa.htm

وزارة التعليم الأمريكية — مساعدة طفل ما قبل المدرسة. http://www2.ed.gov/parents/earlychild/ready/preschool/part.html

بالإسبانية: http://www2.ed.gov/espanol/parents/academic/preescolar/part.html

مجموعة أدوات للعائلات من أصل إسباني ، متاحة باللغتين الإنجليزية والإسبانية.

http://www2.ed.gov/parents/academic/involve/2006toolkit/index.html

التنمية الجسدية (الصفحة ٢٦)

الأكاديمية الأمريكية لأطباء الأطفال — شراكة برايت فيوتشرز للعناية بصحة الطفل ، منشورات للأهل بالإنجليزية والإسبانية. http://www.healthychildcare.org/bfutures.html

نظام الامتداد التعاوني — دعم تنمية المهارات الحركية الكبرى والصغرى في رعاية الطفل. http://www.extension.org/pages/25372/supporting-both-large-motor-and-small-motor-development-in-child-care

وزارة الصحة بمينيسوتا — أطفال وشباب مينيسوتا ذوو الاحتياجات الخاصة. متوفر بالإنجليزية ، الصومالية ، الهمونج ، والإسبانية. http://www.health.state.mn.us/divs/fh/mcshn/wheel.htm#pdf

مؤسسة بالو ألتو الطبية — تنمية قدرات الطفل الطبيعي ، مع منشورات تنموية مصنفة حسب المجموعة العمرية بالإنجليزية والإسبانية.

http://www.pamf.org/children/common/development

وزارة التعليم الأمريكية — البداية السليمة ، والنمو الذكي — سلسلة من المنشورات حول التطورات الشهرية في حياة الطفل في السنة الأولى من ميلاده ، بالإنجليزية والإسبانية http://www2.ed.gov/parents/earlychild/ready/healthystart/index.html

٦- التواصل مع مجموعات الرعاية المبكرة (الصفحة ٢٧)

جميع ما تريد معرفته عن رعاية الطفل — موارد لرعاية الطفل ووكالات مرجعية في قائمة حسب الولاية http://www.all-things-child-care.com/resource-and-referral.html

خيارات الرعاية للطفل - http://www.all-things-child-care.com/child-care-options.html

الوعي بالرعاية للطفل — 5 خطوات لاختيار الرعاية http://childcareaware.org/parents-and-guardians/child-care-101/5-steps-to-choosing-care

الشبكة الوطنية لرعاية الأطفال - http://cyfernet.ces.ncsu.edu/nncc/index.php?c=1057

القوانين الإلزامية لحضور المدرسة حسب الولاية - http://www.infoplease.com/ipa/A0112617.html

مكتب رعاية الأطفال الأمريكي ، مركز معلومات رعاية الأطفال — دليل للموارد: معلومات رعاية الأطفال للعائلات. https://www.mychildcaredc.com/sites/default/files/Resource%20Guide%20Child%20Care%20Information%20for%20Families.pdf

إشراك العائلات في مجموعات الرعاية المبكرة (صفحة ٢٨)

مكتب الإعداد المسبق — إشراك الآباء ، الأسرة ، والمجتمع. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/family

بالإسبانية: http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/Espanol/FCP

إشراك الأسر والأهالي ، بعض الموارد بالإسبانية.

http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/teaching/eecd/Families-Parent%20Involvement

موارد BRYCS

مجالات تركيز BRYCS

- رفاهية الطفل. http://www.brycs.org/child_welfare.cfm
- الطفولة المبكرة. http://www.brycs.org/head-start-collaboration.cfm
- تقوية أواصر العائلة.

http://www.brycs.org/family_strengthening.cfm

- المدارس. http://www.brycs.org/schools.cfm
- تنمية الشباب. http://www.brycs.org/youth_development.cfm

BRYCS «ممارسات واعدة.» http://www.brycs.org/promisingPractices/index.cfm

منشورات BRYCS.

http://www.brycs.org/publications/index.cfm

معلومات BRYCS للاجئين.

http://www.brycs.org/aboutRefugees/index.cfm

مجموعات أدوات BRYCS

- رعاية الأطفال

www.brycs.org/documents/upload/EnhancingChildCare.pdf

- رفاهية الأطفال. www.brycs.org/documents/upload/Refugee-and-the-US-Child-Welfare-System.pdf
- الوصاية. http://www.brycs.org/guardianship/index.cfm
- التربية.

www.brycs.org/documents/upload/raisingchildreninanewcountry_web.pdf

- التنمية الإيجابية للشباب.

www.brycs.org/documents/upload/GrowingUpInANewCountry-Web.pdf

- المدارس. http://www.brycs.org/publications/schools-toolkit.cfm

موارد أخرى:

١. رفاهية العائلة

دو موند ، سي. ، ومينديل جيه. ايه. (٢٠١١). النوم ومشاكل النوم: من الميلاد إلى سن الثالثة. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٢(٢) ، ٣٠-٣٥.

إيزيرمان ، دبليو ، وشيسلر ، إل. (٢٠١٠). تشخيص فقدان السمع في الأطفال الصغار: التكنولوجيا تحل محل الجرس. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٠(٥) ، ٢٤-٢٨.

كيسلر ، دي. بيه. (٢٠١٢). رعاية عادات الأكل الصحية منذ البداية. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٢(٢) ، ٣٨-٤١.

كيسلر ، دي. بيه. (٢٠١٢). نشرة من صفر إلى ثلاثة "تغذية الجسم والعقل: رعاية عادات الأكل الصحية منذ البداية."

http://www.zerotothree.org/about-us/funded-projects/parenting-resources/podcast/feeding-the-body-and-the-mind.html

ميلجروم ، بي. ، هويبنر ، سي. ، وتشي ، دي.(٢٠١٠). أهمية منع تسوس الأسنان في الأطفال دون سن الثالثة. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٠(٥) ، ١٩-١٩.

ميندل جيه. ايه. (٢٠١٢). الحديث عن الرضع والأطفال الصغار ، والنوم. صفر إلى ثلاثة ، ٣٢(٣) ، ٥٨-٦٢.

ميندل جيه. ايه. (٢٠١٢). نشرة من صفر إلى ثلاثة: "ليلة- ليلة...أو لا: الحديث عن الرضع والأطفال الصغار ، والنوم. "

http://www.zerotothree.org/about-us/funded-projects/parenting-resources/podcast/night-nightor-not-talking.html

المعاهد الوطنية للصحة. (٢٠١٠). فم صحي لطفلك. http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/hs/resources/ECLKC_Bookstore/Pub30.htm

بابوسك ، إم. (٢٠٠٩). حل اضطرابات النوم في سلوك الرضع والأطفال الصغار: أبحاث ميونيخ وبرنامج التدخل للأطفال الصعب إرضاؤهم. من صفر إلى ثلاثة ، ٢٩(٣) ، ٣٨-٤٣.

بارلاكيين ، آر. ، (بلا تاريخ) وليرنر ، سي. تحديات النوم. http://www.zerotothree.org/child-development/challenging-behavior/sleep-problems.html

رابابورت ، دي. إم. تعزيز السياسات العامة التي تدعم رضع وأطفال صغار صحيون. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٠(٥) ، ٣٥-٣٨.

شتورم ، إل. ايه. ، زيميت ، جي. دي. ، وكلوازمايير ، تي. (٢٠١٠) التحدث مع الآباء والأمهات القلقون إزاء التحصين. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٠(٥) ، ١١-١٨.

٢. الحماية والأمان

رابطة حكام السلامة على الطرقات السريعة. (٢٠١٢). قوانين سلامة الطفل الراكب http://www.ghsa.org/html/stateinfo/laws/childsafety_laws.html

المجلس العلمي الوطني للطفل النامي. (٢٠٠٥). الإجهاد المفرط يعطل هيكلة الدماغ النامية: ورقة عمل رقم ٣ http://developingchild.harvard.edu/index.php/resources/reports_and_working_papers/working_papers/wp3

تيشر ، إم. (٢٠٠٢). الندوب التي لن تندمل: بيولوجيا الأعصاب في حالات إساءة معاملة الاطفال. العلمية الامرْيكية ، ٢٨٦(٣)، ٦٦-٧٣.

مستشفى الأطفال في فيلادلفيا. (بلا تاريخ). نصائح للحفاظ على طفلك أكثر أمنا أثناء القيادة. http://injury.research.chop.edu/sites/default/files/documents/fyf_seating_position.pdf

مستشفى الأطفال في فيلادلفيا. (بلا تاريخ). حماية أطفالي في جميع الرحلات. http://injury.research.chop.edu/sites/default/files/documents/fyf_seating_checklist.pdf

مستشفى الاطفال في فيلادلفيا. (بلا تاريخ). تحديد مكان حزام مقاعد الداعم: سهل وامّن للاستخدام. http://injury.research.chop.edu/sites/default/files/documents/fyf_boosters.pdf

مستشفى الأطفال في فيلادلفيا. (٢٠٠٦). رسومات من مقاعد الأطفال وميزات السيارات. http://injury.research.chop.edu/education-advocacy-tools/image-gallery

٣. الإرشاد وفرض النظام

زيمرمان ، إف. ، وميرسي ، جيه. ايه. (٢٠١٠) بداية أفضل: منع إساءة معاملة الأطفال كأولوية للصحة العامة. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٠(٥)، ٤-١٠. http://www.zerotothree.org/maltreatment/child-abuse-neglect/30-5-zimmerman.pdf

٤. التنمية العقلية الصحية

المجلس العلمي الوطني للطفل النامي.(٢٠٠٧). توقيت ونوعية التجارب المبكرة مجتمعة لتشكيل هيكلة الدماغ: ورقة عمل رقم ٥. http://developingchild.harvard.edu/index.php/resources/reports_and_working_papers/working_papers/wp5

أوتس ، جيه. ، كارميلوف- سميث ، ايه. ، وجونسون ، إم. إيتش. (٢٠١٢). تطوير العقول. الطفولة المبكرة تحت المجهر (المجلد ٧) لندن ،المملكة المتحدة: الجامعة المفتوحة. http://oro.open.ac.uk/33493/1/Developing_Brains.pdf

٥. التعلم المبكر والاستعداد للمدرسة

باردج ، بيه. (٢٠٠٨). تكلم معي ، يا طفلي!: دعم تنمية اللغة في السنوات الثلاثة الأولى. من صفر إلى ثلاثة ، ٢٩(١)، ٤-١٠. http://main.zerotothree.org/site/DocServer/29-1_Bardige.pdf?docID=6641

جينيسي ، إف. (٢٠٠٨). التعليم المبكر ثنائي اللغة. من صفر إلى ثلاثة ، ٢٩(١)، ١٧-٢٣. http://main.zerotothree.org/site/DocServer/29-1_Genesee.pdf

جراي ، إس. ايه. أوه. ، هيبرل ، ايه. إي. ، وكارتر ، ايه. إس. (٢٠١٢) الاستعداد الاجتماعي والعاطفي للمدرسة. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٣(١)، ٤-٩.

المجلس العلمي الوطنية للطفل النامي (٢٠٠٤). نمو الأطفال العاطفي مبني في هيكل أدمغتهم: ورقة العمل رقم ٢. http://developingchild.harvard.edu/index.php/resources/reports_and_working_papers/working_papers/wp2

سورلس ، بيه. (٢٠١٢) أساس إطار التعلم: نموذج للاستعداد للمدرسة. من صفر إلى ثلاثة ، ٣٣(١)، ١٠-١٦.

ويلسون ، إل. (٢٠١٢). تعلم القراءة وسنوات ما قبل المدرسة. التعليم في مرحلة الطفولة ، ٨٨(٤)، ٢٧٠-٢٧١.

٦. الاتصال بالرعاية الجماعية المبكرة

بيريز ، ايه. ، وبيترسن ، إس. (٢٠٠٩) تلبية احتياجات الرضع الأصغر في رعاية الطفل. من صفر إلى ثلاثة ، ٢٩ (٣)، ١٣-١٧. http://main.zerotothree.org/site/DocServer/29-3_Perez.pdf?docID=9901