

ملاحظة للمدرسة: فترة الدورة الشهرية

هذا النموذج ملاحظة قصيرة تقدّمينها للمعلم/المعلمة بشأن التربية البدنية أو السباحة أو الامتحانات الطويلة خلال فترة الدورة الشهرية لابنتك. يمكنك قصّها من الخط المتقطع وتعبئتها؛ وفي الأسفل نسختان.

حضرة المعلم/المعلمة _____ المحترم/ة،

إن _____ (الصف: _____)، التي أنا وليّ أمرها، في فترة الدورة الشهرية. وأرجو تفهّمكم في هذه الأيام في الأمور التالية:

☐ عدم مشاركتها في حصة التربية البدنية أو اقتصارها على نشاط خفيف ☐ عدم مشاركتها في حصة السباحة

☐ السماح لها بالخروج إلى المرحاض أثناء الحصة ☐ توجّهها عند الحاجة إلى العيادة المدرسية أو التواصل معي

الفترة الزمنية: _____

مع الشكر. اسم ولي الأمر: _____ التوقيع: _____ الهاتف: _____

حضرة المعلم/المعلمة _____ المحترم/ة،

إن _____ (الصف: _____)، التي أنا وليّ أمرها، في فترة الدورة الشهرية. وأرجو تفهّمكم في هذه الأيام في الأمور التالية:

☐ عدم مشاركتها في حصة التربية البدنية أو اقتصارها على نشاط خفيف ☐ عدم مشاركتها في حصة السباحة

☐ السماح لها بالخروج إلى المرحاض أثناء الحصة ☐ توجّهها عند الحاجة إلى العيادة المدرسية أو التواصل معي

الفترة الزمنية: _____

مع الشكر. اسم ولي الأمر: _____ التوقيع: _____ الهاتف: _____

ملاحظة

الدورة الشهرية ليست مرضًا؛ ومعظم الفتيات يستطعن مواصلة ممارسة الرياضة. وهذه الملاحظة تطلب التفهّم في الأيام المؤلمة أو الغزيرة. وإذا كانت هناك حاجة إلى عذر بصورة مستمرة كل شهر، يُنصح بأن يقيم الطبيب الألم أو النزيف.