## विद्यार्थीको तालिका

कपया् तल दिइएको खाली ठाउँमा तपाईका छोरा/छोरीको समयतालिका सबै भर्नुहोस् । यसबाट तपाईलाई चाहिएको बेलामा कोसंग सम्पर्क गर्ने भन्ने कुरा थाहा हुनेछ । छोरा/छोरीको समयतालिकाबाट पाठ्यक्रमको नाम, कक्षा र शिक्षकबारे जानकारी लिन सकिन्छ ।

इमेल ठेगानाको ढाँचा (अंग्रेजीमा): “नाम.थर@ugdsb.on.ca”

| | **सेमेस्टर १** | **सेमेस्टर २** |
|---|---|---|
| ९:०५ - ९:१० | होमरुम | होमरुम |
| कक्षा समय १<br>९:१० - १०:२५ | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca |
| १०:२५ - १०:३० | आउनेजाने समय | आउनेजाने समय |
| कक्षा समय २<br>१०:३० - ११:४५ | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca |
| ११:४५ - १२:४५ | दिउँसोको खाना | दिउँसोको खाना |
| कक्षा समय ३<br>१२:४५ - २:०० | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca |
| २:०० - २:०५ | आउनेजाने समय | आउनेजाने समय |
| कक्षा समय ४<br>२:०५ - ३:२० | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca | कक्षा :<br>शिक्षक :<br>________.________@ugdsb.<br>on.ca |



# John F. Ross C.V.I.

# आमाबुवा/अभिभावकको लागि पुस्तिका

**परिवर्तनशील विश्वको परिवेशमा, जोन एफ. रस सी.भी.आइ. विद्यालय विविधता भएको समुदाय हो जुन आपसी सम्मानमा आधारित भइ सुरक्षित र संरक्षित शैक्षिक वातावरण प्रदान गर्न प्रतिबद्ध छ । यहाँ हरेक व्यक्तिलाई जिन्दगीभरको लागि आवश्यक आफ्नो सीप, ज्ञान र व्यवहार विकास गर्न चुनौती दिइन्छ ।**

# John F. Ross C.V.I.

21 Meyer Drive
Guelph, ON
N1E 4H1

फोन: ५१९-८२२-७०९०
फ्याक्स: ५१९-८२२-६३६६

वेबसाइटहरु www.ugdsb.on.ca/jfr
www.ugdsb.on.ca/jfr/councils

**Mr. Tom Dagg** **प्रधानाध्यापक**

**Mr. Kevin Taylor** **उपप्रधानाध्यापक**
(A देखि G सम्मका अंग्रेजी अक्षरबाट थर शुरु हुने विद्यार्थीहरुको लागि जिम्मेवार)

**Ms. Carolyn Chesney** **उपप्रधानाध्यापक**
(H देखि N सम्मका अंग्रेजी अक्षरबाट थर शुरु हुने विद्यार्थीहरुको लागि जिम्मेवार)

**Mr. Jeff Weddig** **उपप्रधानाध्यापक**
(O देखि Z सम्मका अंग्रेजी अक्षरबाट थर शुरु हुने विद्यार्थीहरुको लागि जिम्मेवार)

आदरणीय आमाबुवा/अभिभावकहरु,

सबै नयाँ विद्यार्थीहरु र आमाबुवाहरुलाई जोन एफ. रस सी.भी.आइ. मा स्वागत छ । उच्च माध्यमिक विद्यालयमा सफलता प्राप्त गर्नको लागि आफ्ना छोरा/छोरीलाई पढाईमा कडा मेहनत गर्न, साथै सहायता चाहिएको बेलामा उनीहरुले शिक्षकहरुलाई प्रश्न सोध्न र जोन एफ. रस सी.भी.आइ. का धेरै अतिरिक्त क्रियाकलापमा भाग लिन प्रोत्साहन गर्नुहोस् । साथै हामी विद्यार्थीहरुलाई हाम्रो विद्यालयको आदर्श वाक्य "सम्मान गर, यसले दुइतर्फी काम गर्छ, सम्मान देउ र सम्मान पाउ, यसबाट सबैको हित हुन्छ!" लाई समर्थन गर्न प्रोत्साहन गर्छौं ।

तपाईको,

***Tom Dagg, प्रधानाध्यापक***

*यो पुस्तिका यहाँको विद्यालय परिषदले तपाईहरुको लागि निर्माण गरेको हो र यसमा जोन एफ. रस सी.भी.आइ. का कर्मचारी र प्रशासनको सहयोग रहनुका साथै शिक्षा मन्त्रालयको प्यारेन्टस् रिचिङ. आउट ग्रान्ट बाट आंशिक रुपले आर्थिक सहयोग प्राप्त गरेको छ ।*

# आमाबुवाकोलागि श्रोतहरु

**गृहकार्यको लागि लिंकस**
https://homeworkhelp.ilc.org मा ओन्टेरियो का शिक्षकहरुबाट हरेक साँझ नि:शुल्क अनलाइन गृहकार्यमा सहयोग हुन्छ । यसमा निबन्धको प्रतिक्रिया, गणितको पढाइ, सुझाव र इक्यूएओ (EQAO) जाँचका श्रोतहरु पनि समावेश छन् ।

https://www.ugdsb.on.ca/jfr/resources/article.aspx?id=24446
मा विद्यालयको प्लेजरीजम (अरुको भाषा वा विचार चोरी गर्ने) नीतिको सूचि बनाइएको छ र निबन्ध र रिपोर्टको गाइडलाइन्स पनि दिइएको छ ।

नि:शुल्क ग्वेल्फ पब्लिक लाइब्रेरी कार्ड प्राप्त गर्नुहोस् र गृहकार्य गर्नको लागि यो वेबसाइट प्रयोग गर्नुहोस http://www.library.guelph.on.ca/elibrary/databases/login.cfm?id=52

**समुदायमा सहभागिताबारे सूचना**
http://www.ugdsb.on.ca/program/article.aspx?id=15567
अनिवार्य रुपमा स्वयंसेवा पुर्‍याउनपर्ने घण्टाबारे विद्यालयको जानकारी ।

http://www.volunteerguelphwellington.on.ca/youth.aspx
भलन्टीयर सेन्टर अफ ग्वेल्फ-वेलिंगटन को युवा पाना ।

**पीपल् फर इजुकेशन** टेलिफोन: १-८८८-५३४-३९४४
http://www.peopleforeducation.ca/ - १५ वटा भाषामा उच्च माध्यमिक विद्यालयको पाठ्यक्रमको छनोट सम्बन्धी जानकारी दिइएको छ । ओन्टेरियोको शिक्षा प्रणाली सम्बन्धी थप जानकारी उपलब्ध छ ।

**केनेडियन प्यारेन्टस् फर् फ्रेन्च** टेलिफोन: १-८००-६६७-०५९४
http://cpf.ca/en/resources/for-parents/ - स्थानीय रुपमा, तपाईले अपर ग्रान्ड च्याप्टर (FIPAG लाइ sharwood@quarry.com) मा सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ अथवा उनीहरुको वेबसाइट http://www.freewebs.com/fipag मा जान सक्नुहुन्छ ।

**मानसिक स्वास्थ्य मेन्टल हेल्थ** टेलिफोन: ५१९-८३६-६२२०
www.cmhagrb.on.ca/dnn www.mindyourmind.ca
२४ घण्टे गोपनीय र अज्ञात सहयोगको लागि वेलिंगटन् डिस्ट्रेस सेन्टर लाई १-८८८-८२१-३७६० मा फोन गर्नुहोस् ।

**हिएर ट्वेन्टीफोर सेभेन** **१-८४४-४३७-३२४७**
यो नि:शुल्क नम्बर दुर्व्यसन, मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या र संकटको समयमा लिने सेवाको लागि उपयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

**बालकहरुको सहयोगकोलागि फोन किड्स हेल्प फोन** **१-८००-६६८-६८६८**
http://www.kidshelpphone.ca/teens/home/splash.aspx

**कुनै पनि कुरा सिक्न गाह्रो हुन/अशक्तता लर्निड. डिसबीलिटिज**
लर्निङ. डिसबीलिटिज असोसिएसन् अफ ओन्टेरिया टेलिफोन: ५१९-८३७-२०५०
www.ldao.ca www.ldonline.org http://snow.idrc.ocad.ca/

**तपाईको स्कूलको ट्रस्टी (प्रशासनिक अधिकार भएको व्यक्ति):** Susan Moziar (susan.moziar@ugdsb.on.ca)

# रिपोर्ट कार्ड, अन्तर्वार्ताहरु, इत्यादि

**कार्यक्रम:** विद्यार्थीहरुले ३ किसिमका पाठ्यक्रमबाट छान्न पाउँछन्: ती हुन्, अकाडेमिक (शैक्षिक - सिद्धान्तमा केन्द्रित भएको), अप्लाइड (व्यावहारिक - प्रयोगात्मक शिक्षामा जोड दिइएको), र ओपन (खुला - सबैकोलागि) । कक्षा ९ र १० का विद्यार्थीहरु जो अकाडेमिक र अप्लाइड बीच पाठ्यक्रमको किसिम बदल्न चाहन्छन्, उनीहरुलाई क्रसओभर सामग्री सफलतापूर्वक पूरा गर्न सिफारिस गरिन्छ जुन शिक्षा मन्त्रालयबाट परिभाषित छ । कृपया थप जानकारीकोलागि मार्गदर्शक लाई भेट्नुहोस् ।

**पाठ्यक्रम:** सबै कक्षाहरुको योजना, ओन्टेरियो माध्यमिक विद्यालयहरु ९-१२ को दर्शन र पढाईसम्बन्धी अपेक्षा, प्रोग्राम एण्ड डिप्लोमा रिक्वाएरमेन्टस् (१९९९) र संगैका कागजातको आधारमा गरिन्छ ।

**बढावा नीति:** जुन विद्यार्थीले सिक्ने अपेक्षा गरिएका सबै कुराहरु सिक्छ र सफलतापूर्वक पाठ्यक्रम पूरा गर्छ उसले ओन्टेरियो माध्यमिक विद्यालयको डिप्लोमा पूरा गर्दा क्रेडिट पाउँनेछ । हाम्रा कर्मचारीहरु विद्यार्थीहरुको लागि थप सहयोग पुर्‍याउन प्रतिबद्ध छन् । आमाबुवाहरुले विद्यार्थीहरुको प्रगतिलाई निगरानी गर्न सक्छन् र कुनै चिन्ता भएमा शिक्षकहरुसँग सम्पर्क गरी उनीहरुलाई मद्दत गर्न सक्छन् ।

**मूल्यांकन:** तपाईका छोरा/छोरीको विद्यार्थी पुस्तिकामा पाठ्यक्रम मूल्यांकन सम्बन्धी जानकारी दिइएको छ । हरेक कक्षाको पहिलो दिन पाठ्यक्रमको खाका, आवश्यकता र अपेक्षा सम्बन्धी जानकारी दिइन्छ ।

**रिपोर्ट कार्डस्:** औपचारिक रिपोर्ट वर्षको ४ पटक वितरण गरिन्छ । तपाईका छोरा/छोरीले तल दिइएका समयमा घरमा रिपोर्ट ल्याउँछन् भनेर अपेक्षा गर्नुहोस् ।

मध्य - सेमेस्टर १: नोभेम्बरको बीचमा — अन्तिम सेमेस्टर १: फेब्रुवरीको बीचमा

मध्य - सेमेस्टर २: अप्रिलको अन्ततिर — अन्तिम सेमेस्टर २: जुलाईको शुरुमा

वास्तविक मितिहरु विद्यार्थी पुस्तिकामा उपलब्ध छ । साथै विद्यालयको स्वचालित अलर्टस् प्रणालीद्वारा पनि सन्देश पठाइन्छ ।

**आमाबुवा/विद्यार्थी/शिक्षकबीच अन्तर्वार्ताहरु:** अन्तर्वार्ताहरु बर्षको २ पटक निर्धारित गरिन्छ: सेमेस्टर १ को अर्न्तवार्ता - अक्टोबरको बीचमा र सेमेस्टर २ को अर्न्तवाता - मार्चको बीचमा । वास्तविक मितिहरु विद्यार्थी पुस्तिकामा उपलब्ध छन् । यो जानकारी अन्तरिम रिपोर्ट संगै पनि घर पठाइन्छ । अपर ग्राण्ड डिस्ट्रिक्ट स्कूल बोड को वेबसाइट मा अनलाइन भएर प्यारेन्ट टिचर इन्टरभ्यू बुकिङ सिस्टम मा गई अन्तर्वार्ताहरुको मिति निश्चित गर्न सकिन्छ । यस कार्यको लागि तपाईलाई आफ्ना छोरा/छोरीको विद्यार्थी परिचय नम्बर (OEN) चाहिन्छ । तपाईलाई अन्तर्वार्तामा आफ्ना छोराछोरी ल्याउन प्रोत्साहन गरिन्छ र कुनै पनि प्रश्नहरु वा चिन्ताका विषयहरु छन् भने यो अवसरको उपयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

**फिल्ड भ्रमणहरु:** शैक्षिक फिल्ड भ्रमणहरुको योजना धेरै अगाडिदेखि बनाइएको हुन्छ । यसबारे विद्यार्थीहरुले जानकारी र सहमतिका फारमहरु पाउँछन् जुन बुवाआमा वा अभिभावकले सही गर्नुपर्छ र भ्रमणभन्दा अगाडि शिक्षकलाई फिर्ता दिनुपर्छ । फिल्ड भ्रमणहरुको उद्देश्य कक्षाको अनुभवलाई अझ मूल्यवान र फराकिलो बनाउनु हो । विद्यार्थीहरुले फिल्ड भ्रमणहरुको समयभन्दा अगाडि अरु शिक्षकहरुलाई यसबारे जानकारी दिनुपर्छ जसबाट शिक्षकहरुलाई योजना बनाउन मद्दत पुग्दछ । यदि फिल्ड भ्रमणमा तिर्नुपर्ने रकमले तपाईलाई आर्थिक कठिनाइ पर्‍योभने कृपया आफ्ना छोराछोरीका उपप्रधानाध्यापकसित कुरा गर्नुहोस् ।



# हाजिरी

**कक्षा संचालन समय:** बिहान ९:०५ देखि बेलुकि ३:२० सम्म

**विद्यालय खुल्ने समय:** बिहान ८:३० देखि बेलुकि ४:३० सम्म

विद्यालयमा सफल हुनको लागि चाहिने एउटा महत्वपूर्ण अंश नियमित हाजिरी हो । त्यसकारण हामी विद्यार्थीहरुलाई दैनिक रुपमा सबै कक्षामा उपस्थित हुन प्रोत्साहन गर्छौं । हरेक पढाईको दिन महत्वपूर्ण हुने भएकोले हामी तपाईहरुलाई अति आवश्यक परेको बेलामा बाहेक आफ्ना छोरा/छोरीलाई विद्यालयमा नियमित हाजिर हुनका लागि प्रोत्साहन गर्छौं ।

विद्यार्थी हाजिर नहुने मान्य कारणहरुमा कहिलेकाहीँ हुने बिरामी र आकस्मिक आइपर्ने पारिवारिक समस्या पर्दछन् । विद्यार्थीहरुले अनुपस्थित भएको प्रमाणको लागि आमाबुवा वा अभिभावकबाट चिठी ल्याउनुपर्नेछ । यदि त्यो दिन जाँच परेको छ वा कुनै मुख्य काम बुझाउनुपर्ने छ भने कृपया त्यही दिन शिक्षकलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । विद्यालयले अनुपस्थित भएको कारणलाई मान्यता दिनु भनेको विद्यार्थीले छुटेको मूल्यांकन/ जांच/ दिइएको कामकोलागि दोस्रो मौका तुरन्त पाउनु हो । जोन एफ. रस को स्वचालित स्वर हाजिरी प्रणाली अलर्टस ले (Alertus) विद्यालयमा एक वा सोभन्दा बढी कक्षामा अनुपस्थित भएको विद्यार्थीको घरमा फोन गर्नेछ ।

आफ्ना छोरा/छोरीका कार्यक्रमहरु, जस्तै डाक्टरलाई भेट्ने, व्यक्तिगत र व्यापारसम्बन्धी कामहरु सकेसम्म विद्यालय समयभन्दा बाहिर पार्नुहोला ।

हामी तपाईहरुलाई आफ्नो जानकारीको लागि आफ्ना छोरा/छोरी बिरामी परेर वा अन्य उपयुक्त कारणले अनुपस्थित भएका दिनहरुको अभिलेख राख्न सुझाव दिन्छौं ।

**नोट: विद्यालयको गतिविधिमा संलग्न हुदाँ विद्यार्थीहरुलाई अनुपस्थित भएको मानिने छैन**, जस्तै फिल्ड भ्रमण, क्रियाकलापका दिन, वा खेलकुद दिवस जहाँ उनीहरुले विद्यालयलाई प्रतिनिधित्व गर्छन् । यी अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी हुनु समग्र शैक्षिक अनुभवका महत्वपूर्ण भाग हुन् ।

हामीले विद्यार्थीहरु बिरामी पर्दा विद्यालयमा उपस्थित हुने आशा गर्दैनौ । बिरामी भई विद्यालय आएमा रोग लम्बिन सक्दछ र शैक्षिक क्रियाकलापमा नकारात्मक प्रभाव पार्दछ । विद्यार्थीहरुले विद्यालय छिटो फर्कनको लागि आफ्नो स्वास्थ्यको हेरविचार गर्नुपर्दछ । कृपया विद्यार्थीहरुलाई बिदाको दिन बाहेक पार्टटाइम काममा लामो समय काम गर्नबाट निरुत्साहित गर्नुहोस् ।

स्टुडेन्ट सक्सेस सेन्टर: विद्यालयले विद्यार्थीहरुका लागि अपुग क्रेडिट प्राप्त गर्न, जाँच दिनको लागि उपयुक्त शान्त ठाउँ प्रदान गर्न, पढाई सम्बन्धी कार्य गर्न, विद्यालयभित्र निलम्बनमा परेका विद्यार्थीहरुलाई बस्ने ठाउँ दिन र अन्य सुविधाको लागि श्रोत कक्ष - "द हब" - उपलब्ध गराउँछ । कृपया आफ्ना छोरा/छोरीलाई यो मौकाको फाइदा उठाउन प्रोत्साहन गर्नुहोस्!

# तपाईका किशोर/किशोरीलाई अझ सफल बनाउन सहयोग

**विद्यार्थीको परिचय पत्र, अभिलेख राख्ने पुस्तिका, इत्यादि:** विद्यार्थीहरुले बार्षिक शुल्क ३० डलरमा जोन एफ. रस को विद्यार्थी परिचय पत्र र विद्यार्थीको पुस्तिका प्राप्त गर्नेछन् । यो शुल्कले विद्यालयको धेरै क्रियाकलाप र क्लबहरुलाई सहयोग पुर्‍याउँछ । । विद्यार्थीहरुले शुल्क तिरेपछि यहाँका विभिन्न कार्यक्रमहरु, क्लबहरु वा खेलकुद टोलीहरुमा सहभागी हुन पाउँछन् । यदि यो शुल्कको कारणले आर्थिक कठिनाइ परेमा कृपया तपाईको उपप्रधानाध्यापकसँग सल्लाह गर्नुहोस् ।

विद्यार्थीहरुले अभिलेख राख्ने पुस्तिकामा गृहकार्य, दिइएको कार्य र मितिहरु व्यवस्थित रुपले उपयोग गर्न सक्छन् । विद्यार्थी परिचय पत्र धेरै कामको लागि महत्वपूर्ण छ । पुस्तकालय प्रवेशको लागि, जोन एफ. रस अतिरिक्त क्रियाकलाप अन्तर्गतका क्लब वा खेलकुद टोलीमा सहभागी हुनको लागि, र विद्यार्थी परिषदबाट संचालित कार्यक्रम, जस्तै नाचमा उपस्थित हुनको लागि यो परिचय पत्रको आवश्यकता पर्दछ । विद्यालयमा रहँदा सबै विद्यार्थीहरुले यो परिचय पत्र हरसमय बोक्नुपर्नेछ र सोधिएको बेला देखाउन तयार हुनुपर्नेछ । परिचयपत्रको माध्यमबाट जोन एफ. रस समुदायका व्यक्तिहरुलाई पहिचान गरिन्छ । यसका साथै विद्यालयको बस चढ्न योग्य विद्यार्थीहरुको लागि परिचय पत्र आवश्यक पर्दछ ।

यहाँ उपलब्ध बार्षिकपुस्तिका ३५ डलरमा खरिद गर्न सकिन्छ ।

**आमाबुवा/अभिभावकले कसरी सहयोग गर्न सक्छन्?**

- आफ्ना किशोर/किशोरीले रुचाएको पढ्ने तरिका, गृहकार्य गर्ने र प्रोजेक्ट गर्ने तरिकासित परिचित हुनुहोस् । दृढ रहेर उनीहरुबाट उच्च आशा कायम राख्नुहोस्, वारम्बार कचकच नगर्नुहोस् ।
- धेरैजसो पाठ्यक्रममा नियमित रुपले गृहकार्य दिइन्छ । विद्यार्थीहरुलाई दिइएको गृहकार्य र कक्षाकार्यको अभिलेख राख्न, अभिलेख राख्ने पुस्तिका उपयोग गर्न प्रोत्साहन गरिन्छ । **कृपया यसको निगरानी राख्नुहोला ।**
- तपाईका छोरा/छोरीले गृहकार्य वा पढाईसम्बन्धी हरेक कार्य बुझ्छन् वा बुझ्दैनन् जाँच गर्नुहोस् ।
- तपाईका छोरा/छोरीलाई समय दिनुहोस् र सहयोगी बन्नुहोस् । उनीहरुको पढाईलाई चाहिने एकान्त र उपयुक्त ठाउँ प्रदान गर्नुहोस् । सहयोग र समर्थन गर्नुहोस् तर उनीहरुको काम आफूले नगर्नुहोस् ।
- तपाईका किशोर/किशोरीसँग स्कूलको प्लेजरीजम् (अरुको भाषा वा विचार चोरी गर्ने) नीतिको समीक्षा गर्नुहोस् । यसबारे थप जानकारी प्राप्त गर्न चाहनुहुन्छ भने कृपया विद्यार्थीको अभिलेख पुस्तिका वा आनलाइनमा मा हेर्नुहोला: https://www.ugdsb.on.ca/jfr/resources/article.aspx?id=24446
- शिक्षकहरुसंग निरन्तर सम्पर्क राख्नुहोस् । तपाईका छोरा/छोरीको सफलताको लागि हाम्रा कर्मचारीहरु प्रतिबद्ध छन् । उनीहरुसित सम्पर्क गरेमा ४८ घण्टाभित्र टेलिफोन मार्फत जवाफ दिनेछन् ।
- तपाईका छोरा/छोरीलाई अनुपस्थितिका कारणले छुटेका कार्यहरु पूरा गर्नको लागि विद्यालय फर्किने बितिक्कै आफ्नो शिक्षकहरुलाई भेट्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- तपाईका किशोर/किशोरी एक हप्ताभन्दा लामो समय अनुपस्थित रहेमा वा उस/उनीलाई ठूलो चोटपटक लागेको खण्डमा उपप्रधानाध्यापकसित सम्पर्क गर्नुहोस् ।



# क्रियाकलापहरु र खेलकुद

जो विद्यार्थीहरु अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी हुन्छन् उनीहरुनै विद्यालयमा बढी सफल भएको अनुभवले देखाएको छ । कृपया तपाईका छोरा/छोरीलाई निम्नलिखित केही क्रियाकलापमा सहभागी हुन प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

अकाउन्टीड. कम्पटिसन - लेखा प्रतियोगिता
एनिमे क्लब
आर्टस् काउन्सल
एथलेटिक काउन्सल
बैडमिंटन
बैंडस
बेसबल
बास्केटबल
बिज्नेस क्लब
केमिस्ट्री क्लब - रसायन शास्त्र क्लब
क्रिस्चियन्स इन् एक्सन
क्लब द सक
क्वायस
कम्प्युटर कन्टेस्ट - कम्प्युटर प्रतियोगिता
क्र्याफ्ट क्लब - हस्तकला क्लब
क्रिकेट
क्रस कन्ट्री
क्रस कन्ट्री स्किइड
कर्लिङ
डान्स क्लब - नाच क्लब
डाक्टर हु क्लब
इ. एल. फक्स क
एक्सचेन्ज स्टुडेन्टस
फास्टबल
फिल्ड हकी
फिल्म
फिल्म फेस्टिबल - फिल्म महोत्सव
फुटबल
गे स्टेट अलायन्स
गो क्लब
गल्फ
ग्राड कमिटी
हयारी पोटर क्लब
हकी
इम्प्रोभ क्लब
इन्ट्राम्यूरल्स
जापानिज/एनिमे क्लब
म्याथ कन्टेस्टस् - गणित प्रतियोगिता
मी टू वी - म बाट हामी
मल्टीकल्चरल् क्लब - बहुसांस्कृतिक क्लब
म्यूजिक अन्सम्बलस
प्रोग्रामिड क्लब
रिच फर् द टप एकेए ट्रिभिया क्लब
रोबोटिक्स क्लब
रस रिफ्लेक्सन्स
रस सिंगर्स - रस गायकहरु
रस स्टुडेन्ट आउटरिच
रग्बी
सेभ द फ्यूचर - भविष्य बचाउ
स्कूल सिनेट
सियर्स फेस्टिबल
साइडकिक्स
सकर
सफ्टबल
स्ट्रीट डान्स क्लब - सडक नाच क्लब
स्टुडेन्ट काउन्सल - विद्यार्थी परिषद
पौडी
टेनिस
थिएटर एट रस
थटी आवर फ्यामिन - ३० धण्टे अनिकाल
अल्टीमेट फ्रिज्बी
युनाइटेड नेसन्स् क्लब - संयुक्त राष्ट्र क्लब
भिडियो गेम क्लब
भलिबल
वेक अप एण्ड चाव डाउन
रिटन् @ रस
इयरबुक - वार्षिक पुस्तिका
र अन्य...

# खेलकुदका टीमहरु

## वार्षिक रुपमा टीमहरु फरक हुन सक्नेछन्

**शरद ऋतु (सेप्टेम्बर देखि नोभेम्बरसम्म)**

बेसबल
बास्केटबल, (साना र ठूला केटीहरुको लागि)
क्रस कन्ट्री
गल्फ
फिल्ड हकी, (केटीहरुको लागि)
फुटबल
इन्ट्राम्यूरलस्
सकर, (साना र ठूला केटाहरुको लागि)
टेनिस
भलिबल, (साना र ठूला केटाहरुको लागि)

**जाडो महिना (नोभेम्बर देखि मार्चसम्म)**

बास्केटबल, (साना र ठूला केटाहरुको लागि)
क्रस कन्टरी स्किइड
कर्लिड
हकी, (केटा र केटीहरुको लागि)
पौडी
भलिबल, (साना र ठूला केटीहरुको लागि)
कुस्ती

**वसन्त ऋतु (मार्चदेखि जुनसम्म)**

बेसबल, (सफ्टबल र फास्टबल)
बैडमिंटन, (साना र ठूलाको लागि)
क्रिकेट
रग्बी, (केटा र केटीहरुको लागि)
सकर, (केटीहरुको लागि)
ट्र्याक् र फिल्ड
अल्टिमेट फ्रिज्बी
भलिबल, (कोएड्)

***विद्यालयको आन्तरिक खेलकुद***

खाजा खाने समयमा विद्यालयको आन्तरिक खेलकुदमा भाग लिंदा साथीहरुसँग भेटधाट गर्ने, नयाँ मानिसहरुसँग भेटने र आफू सक्रिय रहने रमाइलो मौका मिल्दछ ।

विद्यार्थीहरुले विद्यालयभित्रको खेलकुद कार्यक्रमको बारेमा जानकारी लिन विद्यालयमा दिइएका सूचनाहरु हेर्नु र सुन्नुपर्छ ।



# म के गरुँ जब मेरो किशोर/किशोरी

**...विद्यालयमा उपस्थित नभएमा?**
विद्यार्थी विद्यालय फर्कदा उसंगै अनुपस्थित हुनुको कारण खुलाएर चिठी पठाउने । यो चिठी हरेक कक्षाको शिक्षकलाई देखाएर सही गराउने र विद्यालय सकिने बेलामा अन्तिम कक्षाको शिक्षकलाई बुझाउने । यदि त्यो दिनमा कुनै जाँच, प्रस्तुति वा अपेक्षा गरिएको कार्य छ भने शिक्षकलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

**...स्कूल जान ढिलो भएमा?**
विद्यार्थीसंग कारण खुलाएको चिठी पठाउने ।

**...ले नियोजित कामको लागि दिउँसो विद्यालय छोड्न परेमा?**
बिहानै विद्यार्थीसंग विद्यालय छोड्नुपर्ने समय तोकिएको (र पछि फर्कन पनि सक्ने) चिठी पठाउनुपर्नेछ । विद्यार्थीले सो चिठी उपप्रधानाध्यापकको कार्यालयमा विहान ९ बजेभन्दा अगाडि बुझाइसक्नुपर्छ ।

**...बिरामी भई कक्षामा बस्न नसक्ने भएमा?**
विद्यार्थीले उपप्रधानाध्यापकको कार्यालयमा गएर सूचना दिनुपर्छ । विद्यार्थीलाई घर लग्न अनुमति दिन आमाबुवा वा अभिभावकलाई सम्पर्क गरिनेछ । विद्यालयको समयमा तपाईलाई सम्पर्क गर्न नसकिएमा, कृपया हामीलाई आकस्मिक अवस्थामा सम्पर्क गर्न सकिने व्यक्तिको नाम र ठेगाना उपलब्ध गराउनुहोस् जसले तपाईको छोरा/छोरीको जिम्मेवारी लिनसक्छ ।

**...लाई विद्यालयको समयमा सम्पर्क गर्नैपर्ने स्थिति आएमा?**
पारिवारिक आकस्मिक अवस्थामा मात्र लागू हुन्छ । कार्यालयमा परिस्थितिको विवरण दिनुहोस् त्यसपछि विद्यार्थीलाई सम्पर्क गरिनेछ ।

**...लाई टेलिफोन प्रयोग गर्न आवश्यक परेमा?**
मुख्य ढोका नजिक रहेको पे-फोन (pay phone) प्रयोग गर्न विद्यार्थीहरुले सधै खुद्रा पैसा बोक्न आवश्यक छ । आकस्मिक अवस्थामा मात्र कार्यालयको टेलिफोन प्रयोग गर्न सकिन्छ । सेलफोन मोबाइल को प्रयोग कक्षाको शिक्षकबाट निर्धारण गरिन्छ ।

**...लाई कुनै व्यक्तिगत समस्या आई परेमा?**
मुख्य कार्यालयमा फोन गरी त्यहाँको मार्गदर्शक, वालक तथा युवा सल्लाहकार, नर्स, शिक्षक वा उपप्रधानाध्यापकसंग कुरा गर्न अनुरोध गर्नुहोस् ।

**...लाई स्वास्थ्य समस्या भई रहेमा?**
विद्यालयको शुरुआत हुँदा, कृपया व्यक्तिगत विवरण पत्रमा विस्तृत जानकारी गराउनुहोस् र थप जानकारी भएमा कार्यालयलाई उपलब्ध गराउनुहोस् ।

**...लाई पाठ्यक्रम धेरै गाह्रो, धेरै सजिलो वा धेरै गृहकार्यले अप्ठेरो भएको अनुभव गरेमा?**
सबभन्दा पहिले सम्बन्धित विषयको शिक्षकसंग कुरा गर्नुहोस् र त्यसपछि मार्गदर्शक संग कुरा गर्नुहोस् । दिउँसो खाजा खाने समयमा गणित विषयको लागि थप सहयोग उपलब्ध छ ।

**...ले महंगो सामान हराएमा?**
उपप्रधानाध्यापकको कार्यालयमा रहेको हराएको र फेला परेको बाकस लस्ट एण्ड फाउन्ड बक्स मा गएर हेर्नुहोस् । उपप्रधानाध्यापकलाई हराएको जानकारी दिनुहोस् ।

**...लाई कक्षा समयबाहिर शैक्षिक सामग्री बुझाउन परेमा?**
शिक्षकसंग सीधै सम्पर्क गरी व्यवस्था मिलाउनुहोस् । मुख्य कार्यालयले विद्यार्थीको शैक्षिक सामग्री स्वीकार गर्दैन ।

# मार्गदर्शन र सहयोग दिने सेवाहरु

**मार्गदर्शन र सहयोगी शैक्षिक विभाग**
मार्गदर्शक ले विद्यार्थीहरु र उनीहरुका आमाबुवालाई पाठ्यक्रम छनौट गर्न, पेशासम्बन्धी योजना बनाउन, शैक्षिक योजना बनाउन र व्यक्तिगत समस्याहरु हल गर्न सहयोग गर्छन् ।

जोन एफ. रस ले विद्यार्थीहरुलाई विभिन्न नेतृत्वसम्बन्धी र विद्यालयदेखि पेशासम्म स्कूल टू करिएर कार्यक्रमहरु प्रदान गर्छ, जस्तै डाभिन्सी, कोअप, स्पेशियलिस्ट हाइ स्किल्स मेजर । यी अवसरहरुका बारेमा जान्न विद्यालयको वेबसाइट हेर्नुहोस् । यदि तपाईका किशोर/किशोरीहरु माथि उल्लेखित कुनै कार्यक्रममा रुचि राख्छन् भने मार्गदर्शकलाई भेट्नुहोस् र ९/१० कक्षाको लागि योजना बनाउन शुरु गर्नुहोस् ।

**सहयोगदिने सेवाहरु**
विद्यार्थीहरुलाई तनाव, चिन्ता, एकअर्काबीचको समस्या र अन्य समस्या सामना गर्न, बालक तथा युवा मार्गदर्शक र सामाजिक कार्यकर्ता ले सहयोग पुर्‍याउँछन् । हाम्रो विद्यालयमा ग्वेल्फ प्रहरीका सम्पर्क अधिकृत आंशिक समयको आधारमा नियुक्ति गरिएको छ जसले सुझाव र सहयोग पुर्‍याउनुकासाथै सकारात्मक उपस्थिति जनाउँछन् ।

कृपया याद गर्नुहोला कि छलफल गरिएका बिषयहरु अति गोपनीय हुन्छन् । विद्यार्थीको स्वास्थ्य वा सुरक्षा जोखिममा छ भने मात्र गोपनीयता राखिने छैन ।

यी कुनै पनि सेवाहरुमा सम्पर्क गर्न परे विद्यालयलाई ५१९-८२२-७०९०, एक्सटेन्सन ३२० मा फोन गर्नुहोला ।

# विशेष शिक्षा

विशेष शिक्षा विभागले पहिचान गरिएका विद्यार्थीहरुका आवश्यकताहरु पूरा गर्न कार्यक्रम र सेवाहरु उपलब्ध गराउँछ । यी सेवाहरु जोन एफ. रस मा रहुन्जेल विद्यार्थीहरुले उपयोग गर्न सक्नेछन् ।

असाधारण विद्यार्थीहरुले इन्डिभिजुअल एजुकेसन प्लान (IEP) मा निर्धारित भए अनुसार अनुकूल वातावरण पाउनेछन् जसको तयारी विशेष शिक्षाका कर्मचारीहरु र कक्षाका शिक्षकहरुद्वारा गरिन्छ । विशेष शिक्षाका कर्मचारीहरु, कक्षाका शिक्षकहरु, विद्यार्थीहरु र उनीहरुका परिवारहरुबीच कुराहरुको आदानप्रदान र सम्पर्क हुनु अत्यन्त जरुरी छ ।

थप जानकारीकोलागि बोर्डको प्यारेन्टस गाइड टू स्पेशल एजुकेसन तथा स्पेशल एजुकेसन प्लान हेर्नुहोला । यी दुवै, बोर्डको वेबसाइट http://www.ugdsb.on.ca/index.aspx प्रोग्राम अन्तर्गत उपलब्ध छन् ।

थप सहयोगको लागि ५१९-८२२-७०९०, एक्सटेन्सन ३४१ मा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

# दोस्रो भाषाको रुपमा अंग्रेजी

इएसल विभागले नयाँ केनेडियनहरु र अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थीहरुलाई अंग्रेजी भाषाको विकास र तयारी गराउने कार्यमा एउटा लामो इतिहास बोकेको छ । यो विभागले उत्साहजनक र मूल्यवान कक्षाका अवसरहरु दिनुका साथै विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो जीवन समृद्ध बनाउन विद्यालयमा भएका विभिन्न अतिरिक्त क्रियाकलापहरुबाट फाइदा उठाउन प्रोत्साहन गर्छ । विद्यार्थीहरुले सक्रिय भएर विद्यालय र स्थानीय समुदायमा भाग लिएमा उनीहरुले बलियो पारस्परिक सम्बन्ध र भाषाको सीपको विकास गर्दै लग्नेछन् । विद्यालयको पढाई सकिएपछि, यो अनुभवले जीवनलाई बढी अर्थपूर्ण र सफल बनाउन मद्दत पुर्‍याउने छ ।

विभागलाई सम्पर्क गर्न विद्यालयलाई ५१९-८२२-७०९०, एक्सटेन्सन ४११ मा फोन गर्नुहोस् ।



# विद्यालय परिषद

जोन एफ. रस विद्यालय परिषदको गठन आमाबुवाहरु, कर्मचारीहरु, प्रधानाध्यापक तथा विद्यार्थी परिषद को प्रतिनिधि मिलेर भएको छ । यसको बैठक हरेक महिना बस्छ । विद्यालय परिषदको काम, कर्मचारीहरु र प्रधानाध्यापकसँग मिलेर विद्यालयको सुरक्षा, विद्यालय सुधारका योजना र मूल्यवान अवसर जस्ता महत्वपूर्ण विषयहरुमा सल्लाह र प्रतिक्रिया दिनु हो । यसका साथै आमाबुवाहरु र विद्यार्थी समुदायका चासोका विषयहरु उठाउनु पनि हो । यस परिषदको ध्यान विद्यार्थीको व्यक्तिगत समस्याहरुभन्दा विद्यालयका समस्याहरु र विद्यालयमा लागू गर्न सकिने सुधारका कुराहरुमा केन्द्रित छ ।

परिवारहरुलाई आफ्ना छोरा/छोरीका शिक्षाको सक्रियतापूर्वक जिम्मेवारी लिनका लागि सक्षम बनाउने उद्देश्यले विद्यालय परिषदले घर, विद्यालय र समुदायबीच सम्पर्क र सूचनाको आदानप्रदान बढाउन प्रोत्साहन गर्छ ।

कृपया हामीलाई साथ दिनुहोस् - सबैलाई स्वागत छ ! बैठक धेरैजसो हरेक महिनाको तेस्रो मंगलबार बेलुकि ७ बजे स्टाफ लन्चरुम कोठा नम्बर २३२ मा बस्छ । बैठक बस्ने राती बाहिर ढोकाहरुमा बैठकको बाटो देखाउने संकेतहरु टाँसिनेछन् ।

थप जानकारीको लागि हाम्रो वेबसाइट हेर्नुहोला ।
http://www.ugdsb.on.ca/jfr/councils/article.aspx?id=22805

# विद्यार्थीहरुले चलाएका परिषदहरु

**विद्यार्थी परिषद**
विद्यार्थी परिषद एउटा निर्वाचित र नियुक्ति प्रकृयाबाट बनेको समूह हो जसले विद्यार्थीहरुको सम्पूर्ण गतिविधिहरु र खेलकुद बाहेकका विद्यालय संगठनहरुको प्रतिनिधित्व गर्छ । सबै कक्षाका प्रतिनिधिहरु शिक्षकहरुद्धारा मनोनीत हुन्छन् जो जुनियर वा सिनियर विद्यार्थी परिषदका सदस्य बन्छन् । परिषदले अध्यक्ष र उपाध्यक्षबाहेक अरु कार्यकारीको चुनाव गर्छ । अध्यक्ष र उपाध्यक्ष सम्पूर्ण विद्यार्थी समूहबाट प्रजातान्त्रिक रुपले निर्वाचित हुन्छन् । विभिन्न प्रतिभा र रुचि भएका विद्यार्थीहरुको लागि पाठ्यक्रमलाई सहयोग पुर्‍याउने अर्थपूर्ण र रचनात्मक को-करिकुलर कार्यक्रमहरु उपलब्ध गराउनु परिषदको उद्देश्य हो ।

**खेलकुद परिषद**
खेलकुद परिषद स्वयंसेवी विद्यार्थीहरुको एउटा समूह हो । यो समूहले विद्यार्थीहरुको लागि विद्यालयमा आन्तरिक खेलकुद कार्यक्रम सन्चालन गर्छ र विभिन्न विद्यालयहरुबीच हुने खेलकुद कार्यक्रमहरुमा सहयोग पुर्‍याउँछ । यस परिषदको उद्देश्य सकेसम्म धेरै विद्यार्थीहरुलाई विद्यालयभित्रका विविध खेलकुद र सामाजिक कार्यक्रमहरुमा सहभागिता गराउनु हो । यहाँहरु सबैलाई स्वागत छ ।

**कला परिषद**
कला परिषद पनि स्वयंसेवी विद्यार्थीहरुको एउटा समूह हो । यो समूहले जोन एफ. रस मा कला सम्बन्धी कार्यक्रमहरु सन्चालन गर्छ । उनीहरुले साहित्यिक, सांगितिक, नाटकीय र भिजुअल आर्टस् को प्रतिनिधित्व गर्दछन् । सबै विद्यार्थीहरुलाई परिषदको साधारण बैठकहरुमा स्वागत छ ।

**ग्राड परिषद**
ग्राड परिषदमा पढाई सकिने वर्षका  विद्यार्थीहरु सदस्य हुन्छन् । यसको प्रमुख उदेश्य पढाई सकिने विद्यार्थीहरुको लागि कार्यक्रमको आयोजना गर्नु हो ।