



מתכוננים לחזרה ללימודים - תשפ"ז

החופש הגדול העניק לילדינו זמן יקר של מנוחה וצבירת חוויות, ואפשר להם לצאת מהמסגרת הקבועה ולמלא מצברים.

כדאי לנצל את ימי החופשה האחרונים כ"גשר" לחזרה לשגרה, כדי לסייע לילדים להתחיל את שנת הלימודים בצורה הטובה ביותר.

כמה צעדים פשוטים לנחיתה רכה בשגרת הגן

הדרגתיות היא המפתח

זה הזמן להחזיר את סדר היום המשפחתי לשעות השגרה הרגילות. חזרה הדרגתית של שעות השינה, הארוחות וצמצום שעות המסך, יסייעו לגוף ולנפש להתרגל מחדש לשגרה.

מותר להרגיש הכל

המעבר לשנה חדשה מציף אצל הילדים רגשות רבים, וכולם לגיטימיים. לצד השמחה והציפייה, ישנם ילדים שחוששים מהמעבר מחופשת הקיץ לשגרת הגן, ממפגש עם צוות הגן החדש או ממפגש עם חברים חדשים וותיקים. חשוב שכהורים ניתן מקום לשיתוף בכל מנעד הרגשות ולצד זאת נעביר מסר ברור של אמון ביכולתם לצלוח את האתגרים השונים שתביא עמה שנת הלימודים.

העברת אחריות הדרגתית בחזרה לשגרת הגן

שיתוף הילדים בהכנות לקראת השנה החדשה הוא צעד משמעותי בפיתוח עצמאות ואחריות. עזרו להם לארגן את תיק הגן: להכניס את קופסת האוכל, מפית האוכל ובקבוק השתיה. עשייה המותאמת לגילם, רותמת אותם לתהליך ומגבירה את תחושת השליטה והמסוגלות העצמית.

מרעננים את הקשרים החברתיים

מומלץ לעודד את הילדים לקיים מפגשים חברתיים עוד לפני תחילת השנה החדשה כדי לחדש ולרענן את הקשרים עם החברים המוכרים, וכדי ליצור הזדמנויות למפגש והיכרות עם חברים חדשים כדי לתת לילדים עוגן משמעותי ותחושת ביטחון מהיום הראשון בגן.

יד ביד עם צוות הגן

שותפות אמיתית ומכבדת עם הצוות החינוכי היא המפתח להצלחת הילדים. חשוב לעדכן את הצוות באירועים משמעותיים או שינויים שהתרחשו בחייו של הילד במהלך הקיץ. תקשורת קרובה וחיובית עם צוות הגן יוצרת שותפות, שמעניקה לילד ביטחון והמשכיות.

מגלים ערבות הדדית

החזרה לשגרה מורכבת במיוחד עבור משפחות המגויסים ומשרתי המילואים. זה הזמן שלנו כקהילה להושיט יד, לשים לב לילדים ולהורים שמתמודדים עם היעדרות ממושכת של אחד ההורים, ולהציע תמיכה שתקל עליהם, ולו במעט, את פתיחת שנת הלימודים. חשוב גם לשים לב למשפחות שחוות קושי ומשבר וזקוקות לתמיכת הקהילה.

**בברכת שנת
לימודים רגועה,
בטוחה ומשמעותית.**

הורים יקרים, אתם לא לבד!
זכרו - **אנחנו פה עבורכם**. בכל שאלה או בקשה ניתן לפנות לצוות הגן.
כתובות סיוע: מוקד הסיוע הרגשי של משרד החינוך *6312 |
מוקד 105 של המטה הלאומי להגנה על ילדים ברשת, זמין 24/7 |
מייל לפניות להורים ותלמידים כבדי שמיעה וחירשים: sherut@education