



משרד החינוך
מנהל פדגוגי

אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

מעבר לכיתה א'

מהי מוכנות לכיתה א' וכיצד ניתן לסייע?

הורים יקרים,

המעבר לכיתה א' והשינוי המתקרב מלווה בהתרגשות רבה שלכם ושל ילדיכם. שינויים ומעברים מתרחשים לאורך כל החיים אבל השנה המעבר מורכב יותר בצל המלחמה, מצב החירום המתמשך וחוויות חוסר הודאות לגבי העתיד.

למידה מתרחשת גם באופן חוויתי, בכל חלקי היום, בצורה מכוונת או שאינה מכוונת, באמצעות משחק ובפעולות יום יומיות. כהורים, תוכלו לסייע לילדכם בפיתוח התחומים החשובים האלה גם בבית המרכזיים באמצעות:

שיח רגשי

- שיח רגשי חשוב ליצירת תקשורת משמעותית, לפיתוח אמפתיה וראיית האחר. חיי היום יום מפגישים אותנו עם מגוון של רגשות משתנים, יש לתת מקום למגוון של רגשות, לשוחח עם הילד על רגשותיו תוך התחברות לכוחות שלו ושל המשפחה.
- ניתן בארוחת ערב לערוך סבב משפחתי ולשתף בחוויה נעימה/ לא נעימה שהייתה לי היום, ואיך התגברתי עליה - משחקי תפקידים (אפשר גם באמצעות בובות חיות וכו'), מאפשרים לילד להביע רגשות שונים דרך משחק.
- נעודד שמירה על קשרים ומפגשים חברתיים ככל הניתן.

תרגול מיומנויות רגשיות וחברתיות

- נלמד את הילדים לחלוק במשאבים (מחשב, חדר, משחק, טלוויזיה ועוד), לפתור בעיות, ללמוד לוותר, לחכות, להקשיב, להביע עמדה, לעמוד בלוח זמנים, לשמור על כללי הבית או כללי משחק ועוד.
- כל קושי שעולה הוא הזדמנות לתרגל עם הילד מיומנויות של פתרון בעיות וניהול משא ומתן.
- בדקו מה יכול לעזור להירגע: נשימות, יצירה, פעילות גופנית ועוד.
- חשוב לעודד יוזמות והתנהגויות חיוביות ולהקפיד לשבח התנהגויות המתחשבות באחר: עזרה לאח, שיתוף בצעצוע, התעניינות בשלומו של קרוב משפחה.

פעילות גופנית

- משחקים המערבים תנועה ופעילות גופנית (ריקוד, דילוגים, דג מלוח), מאפשרים לתרגל מיומנויות מוטוריות בבית ומחוצה לו, לסייע בפריקת מתח וחרדה ולפתח דימוי גופני ועצמי.
- פעילויות רבות מאפשרות התנסות בפעולות מוטוריות עדינות: שימוש בכלי אוכל להכנת סלט ועוגה, סחיטת סמרטוטים, התנסות בכלי עבודה וכמובן ציור וגזירה.

פיתוח כישורי שיחה והעשרה כללית

- היכולת לנהל שיחה עם ילדים ומבוגרים בצורה שיבינו אותם הינה המפתח לתקשורת בינאישית.
- ניתן לאמן את הילד להקשיב לשיחה, לענות ולשאל שאלות, להתעניין ולתאר. נבקש מהילד לספר ולשחזר סיפור, שיחה עם חבר, תיאור של תכנית טלוויזיה שצפה בה. חשוב להעשיר את אוצר המילים דרך ספרים וסיפורים.

כיצד תוכלו לסייע?

לעמדתכם כהורים לגבי המעבר מהגן לבית-הספר יש השפעה רבה על הסתגלותו של הילד למסגרת החינוכית. חשוב לשדר לילד אמונה בכוחותיו.

לקראת המעבר מומלץ לפנות לצוות החינוכי ולשתף בהתלבטויות, מחשבות ובחששות, חשוב לשתף את צוות בית הספר במידע רלוונטי לגבי הילד והמשפחה על מנת לאפשר היערכות מיטבית, רגישה ומותאמת לקליטת הילד בכיתה א'.

