



המעבר מהגן לביתה א'

כניסה של ילד לכיתה א' מהווה ציון דרך משמעותי בחיי הילד ומשפחתו. ואכן, בעוד זמן קצר יחלו ילדינו את צעדיהם הראשונים בבית הספר. אתם ודאי עסוקים לא מעט במחשבות לקראת מעבר משמעותי זה ושואלים את עצמכם כיצד ניתן להתמודד עם המעבר בקלות. השירות הפסיכולוגי חינוכי במטה יהודה מלווה אתכם במעבר זה בהרצאות, סדנאות, מידע וליווי שלכם ושל המסגרת החינוכית בה לומד ילדכם. במהלך השנה בגן צוות הפסיכולוגיות ערך תצפיות ושיחות עם הגננות וחשיבה כיצד לקדם את ילדכם. ליווי זה ימשך גם בבית"ס, כחלק מהעטיפה שילדכם יקבל ע"י מערכת החינוך במועצה.

**להלן מס' רעיונות לדרכים בהם אתם ההורים יכולים לסייע
לילדכם לקראת המעבר לביתה א'**



כיצד אתם, כהורים, יכולים לסייע לילדיכם?

שיחות על ביה"ס - הילד שלכם וודאי סקרן ונרגש לקראת המעבר. יחד עם זאת, ילדים יכולים לחשוש משינוי לא ידוע. נסו לדבר עם ילדיכם על בית הספר. הסתכלו באתר בית הספר, חפשו תמונות. אם יש אח או אחות בוגרים, ניתן לאפשר שיח עימם. אפשרו לילדיכם לשאול שאלות וענו בכנות.

ציפיות - השתדלו שלא לפתח ציפיות מוגזמות. לכל ילד יש קצב שלו ודרך התמודדות שלו. הדגישו את חשיבות המאמץ וההשתדלות ולא התוצר הסופי. התמודדות עם ציפיות מוגזמות, התייחסות לצורך במאמץ ובהשקעה.

חששות - ברור שגם אתם כהורים חוששים מהמעבר. זה טבעי. השתדלו להימנע מהקרנת החששות לילדיכם, אך שימרו על כנות ושיח פתוח. חשוב שתשדרו אמון במערכת ובצוות החינוכי והקשיבו לחששות העולים מילדיכם. היו אמפתיים והימנעו משיפוטיות.

אחריות והתארגנות - עודדו את ילדיכם לנטילת אחריות בתחומים שונים המתאימים לגילו. ניתן לאפשר לו לבחור תפקיד בבית. אחריות זו תאפשר בניית ביטחון עצמי ותחושת שייכות.

הימנעות משיפוטיות והשוואה לאחר - כדי להימנע מיצירת מתח וחרדות, ההשוואה היא רק לילד עצמו וזאת על מנת לעקוב אחר ההתפתחות האישית שלו. לכל ילד קצב משלו!

סבלנות וסובלנות - בתקופת לחץ עשויה להיות רגרסיה (חזרה אחורה) בהתנהגות ילדיכם. חשוב לגלות סבלנות לילדים ולהתנהגותם, לצד הצבת גבולות ברורים ועקביים.

עידוד וחיזוקים חיוביים - בכל פעם שילדיכם משתדל ומתאמץ, שבחו אותו. כך גם כאשר לוקח יוזמה חיובית.

קשיים בתהליך הלמידה - אם ילדיכם נתקל בקושי אין לעשות את העבודה במקומו, אך חשוב לשים לב שלא לוחצים עליו יותר מדי.

זכרו! משחק ואמיצה אינם נפרדים - אמיצה מתרחשת בכל חלקי היום, בצורה מכוונת או שאינה מכוונת. באמצעות משחק ובפעולות יום יומיות אפשר: כשילד עוזק שולחן הוא יכול בזמן זה לאמוץ אספוק, להבין כיוונים ולהכיר עמאלות ובעל ערק.

המלצות לשיפור מיומנויות שונות:

תחום מוטורי:

מוטוריקה גסה: משחקים כגון: גלגולים, קפיצות, תופסת, משחקי כדור, ריצה, שחייה, משחקי חבל. לאפשר הזדמנויות להתנסות במתקני מגרש המשחקים: לטפס על סולמות, מגלשה וכד'.
מוטוריקה עדינה: חשוב ללמד מיומנות זו בהדרגה. כדי בתחילה להשתמש בצבעים (קטנים) ואח"כ בטושים ועיפרון. קודם לצבוע משטחים גדולים ורק אח"כ משטחים קטנים תוך שמירה על דיוק. אפשר לתרגל החזקת עיפרון נכונה ושליטה בעפרון, לתרגל צביעה, גזירה והדבקה. ניתן לצבוע תמונה, לחבר קווים, להשחיל חרוזים וכפתורים, להכניס מקלות גפרורים לתוך פלסטלינה, לעזור עם אטבי כביסה וכד'.

תחום רגשי:

לקראת העלייה לכיתה א' חשוב שלילד יהיה די בטחון עצמי ותחושה בסיסית של "אני יכול ומסוגל". ניתן לקדם חוויה זו ע"י עידוד הילד לבצע פעולות שונות לבד (רק כאלה שמסוגל להן מבחינה התפתחותית) כגון: לבחור בגדים, להתלבש לבד, לאכול לבד (למרוח פרוסה, לשים בשקית), לסדר את חדרו, ללכת לחבר הגר קרוב, לערוך שולחן, לפנות כלים מלוכלכים וכד'. כמו כן, חשוב לעודדו לבטא את רגשותיו ולסייע לו למצוא פתרון יעיל בשעת קושי.

תחום שכלי:

שפה: על מנת להעשיר את השפה ולהגדיל את אוצר המילים, כדי להרבות בשיחה עם הילד, להסביר סיבתיות (לאן נוסעים, למה צריך להתנהג בצורה מסוימת), לשוחח עימו על התכנים שצופה בטלוויזיה, להקריא סיפורים ושירים. בכל פעילות בבית ניתן ללמד על מושגי גודל, צבע, צורה ומספר. כיוונית: נחוצה לקריאה, לכתיבה ולחשבון. על מנת לשפר מיומנות זו חשוב ללמד את הילד מושגי מרחב כמו: למעלה, למטה, בצד, לפני, אחרי, יורד, עולה. ניתן ללמוד זאת ע"י משחקים כמו "חם-קר", "ים-יבשה", משחק "לך בכיוון החץ", "חפש את המטמון", מבוכים, רכיבה על אופניים.
חשבון: ניתן לפתח מיומנויות חשבוניות במהלך פעילויות שונות בבית לדוגמא: "תביא לי שתי עגבניות אדומות ושלושה מלפפונים ירוקים", להשוואת כמויות לדוגמא: בין כוס גבוהה לנמוכה, בין ערמות משחקים. לספור עד 20 קדימה, עד 10 לאחור, להתאים כמות למספר וכד'.
קשב וריכוז: לעקוב שהילד מסוגל לעסוק במשהו מההתחלה ועד הסוף מבלי לקפוץ לפעילות אחרת באמצע (לא כולל טלוויזיה), לסייע לילד לשמוע סיפור בשקט ולהיות מסוגל לענות על שאלות קצרות בנושא הסיפור. חשוב להתאים את אורך הפעילות ליכולת הילד לעמוד במשימה ולא להעמיס עליו יותר מיד.

תחום חברתי:

מומלץ לעודד את הילד לשחק עם בני גילו, ניתן לשחק משחקים חברתיים המאפשרים לימוד חוקים כגון: תורי-תורך, לחלוק עם אחר, שיתוף, הדדיות, דו-שיח.

חשוב!!!

כל הכתוב לעיל הינן בגדר הצעות בלבד. כל הורה יכול לפתח ולבחור משחקים ודרכים המתאימים ביותר לילדו עפ"י קצב ההתפתחות והעניין האישי שלו. הלמידה אמורה להיות חויתית ומהנה ולכן חשוב לא ללחוץ על הילד במידה ואינו מעוניין לשתף פעולה. זיכרו שכל פעילות הקשורה בחינוך והעשרה ניתן לבצע תוך כדי פעילות שגרתית בבית כמו הכנת אוכל, קניות, סידור בגדים וכד'. חשוב שההורה יישאר הורה ולא יהפוך למורה של ילדיו.

ספרים מומלצים

1. ספרו אי על כיתהא'הצסכוכבי, הוצאת מסדה.
2. אני עולה לכיתהא'רותוול, הוצאת עמיחי.
3. יומן החוויות של איהתמרפ'שנחשון, הוצאת ש.ש.ק ירושלים.
4. אלמא הולכת לכיתה א'תרצהאמר, הוצאת הקיבוץ המאוחד.
5. בית ספר בקליקלותאורהבחון, הוצאת אילק.

צוות השרות הפסיכולוגי מאחל לכם ולילדיכם הצלחה בשנה הבאה!



לכל שאלה והתלבטות ניתן לפנות לשירות
הפסיכולוגי-החינוכי התפתחותי
בהצלחה בשנה הבאה
02-9958802

