שלום כיתה א'

הַאִם יִהְיוּ לִי הַרְבֵּה חֲבֵרִים?
הַאִם יִהְיוּ לִי הַרְבֵּה שְׁעוּרִים?
וּמָה אִם אֲנִי לֹא אָבִין,
אֲבָל קְצָת אֶתְבַּיֵּשׁ לִשְׁאֹל.

יֵשׁ לִי הַרְבֵּה שְׁאֵלוֹת
מַה יִּקְרֶה כְּשֶׁאֶהְיֶה גָּדוֹל...

סיגל מגן

ילדי כיתות א' היקרים

עוד רגע קט אתם לכיתה א' עולים
ובוודאי שהתרגשות גדולה אתם חשים,
ואולי אפילו גם קצת חוששים.
תדעו שזה זה בסדר ומותר לשאול שאלות
את ההורים וגם חברים וחברות.

אנחנו בבית-הספר "יובלי הנגב" לכם כבר מחכים
ולהכיר את כולכם ממש מצפים.
אז רגע לפני שאתם לכאן מגיעים,
עם ילקוטים מלאים במחברות ובטושים
אנחנו לכם מאחלים
שבחופש תעשו "כיף חיים"!
תאגרו המון המון כוחות,
תנוחו ותבלו עם המשפחות.

נפגש בקרוב
הצוות החינוכי

הורה בדרך לבית-הספר

באדיבות: צפורה שוורץ ובנימינה שילה.

פסיכולוגיות חינוכיות והתפתחותיות, השירות הפסיכולוגי החינוכי, ת"א.

התקופה המקדימה את הכניסה לביה"ס מעלה פעמים רבות בקרב ההורים שאלות, תהיות היסוסים, משאלות, ציפיות חששות - האם ילדי מוכן לביה"ס? האם יהיה מסוגל לעמוד בדרישות שיופנו אליו? האם יממש את הציפיות שלי ממנו? מה מקומי בתהליך זה? ועוד.

הכניסה לביה"ס נתפסת כשלב משמעותי בתהליך בניית עתידו של הילד. שלב זה כולל מעבר למסגרת חדשה השייכת למערכת החברתית הרחבה שמחוץ למשפחה - מסגרת פורמלית, עם כללים ברורים, מערכת שעות, חובת נוכחות, מערכת מעריכה , נותנת ציונים. הילד עומד בפני מעבר למסגרת בה הוא נדרש להתאים את עצמו ולהסתגל לתנאים מוכתבים, להגיע להישגים מדודים עם השוואה לאחרים, להוכיח את יכולתו בתחומים שונים.

המעבר לכיתה א' אינו עובר על הילד בלבד. מדובר בתהליך משותף בו גם ההורים צריכים להסתגל למצב חדש, לעובדה, שלפעמים קשה ומעציבה אותם, שהילד מתחיל "לצאת לעולם" שמחוץ לבית, אינו תלוי בהם כבעבר, שאינו "שייך" עוד כל כולו להם בלבד. זהו למעשה תהליך טבעי - כל ילד אמור לעשות בשלב זה את הצעדים לקראת יתר-אוטונומיה, כשבסוף התהליך יהיה אדם העומד ברשות עצמו. בגיל זה של הילד תפקידו של ההורה בעל משקל רב במיוחד, זאת בשל התלות הגדולה יחסית של הילד בו ויכולת ההורה להשפיע רבות על קשריו ועל כישוריו החברתיים והרגשיים.
ככל שמשתנים צרכיהם של הילדים בגיל הגן ויכולותיהם, כן משתנות גם המטלות ההתפתחותיות העומדות לפניהם ועם שינויים אלה חלים שינויים הקשורים במטלות של ההורים (סרוף, 1996).

מטלות לילדים בגיל הגן ולהוריהם:

מטלות ההורים	מטלות הילדים
טיפוח.	קבלת טיפוח ופיתוח אמון.
הדרכה ותיעול של מרכיבים פיזיים.	ציות ושליטה עצמית.
הוראת מיומנויות ותרגולן.	למידה.
הכוונת הילד למשפחה ולבני קבוצת השווים.	פיתוח הבנה כללית של העולם החברתי.
קידום מיומנויות בין-אישיות ושליטה ברגשות.	נטילת תפקידים.
הדרכה בעיצוב יעדים, תוכניות ושאיפות.	השגת ויסות עצמי.
הנחלת ערכים תרבותיים.	פיתוח תחושה של טוב ורע.

בשנים האחרונות חל שינוי במקום המשמעותי של ההורה בסיוע לילד.
המומחיות אינה כבר נחלת המדען ואיש המקצוע. למומחים יכולות גם להיות דעות שונות. מכאן חשוב שההורה, המכיר את ילדו לאורך זמן ובהקשרים שונים, יהיה שותף פעיל ומודע לתהליכי ההתפתחות של ילדו. המעבר לביה"ס הוא אחד מהם.

ההורה הוא למעשה "עתידן" המשפיע על עתיד ילדו. ההורה הופך להיות צרכן של ידע פסיכולוגי וחשיבה פסיכולוגית, וזאת כדי להבין ולהיות שותף פעיל בתהליכי השינוי
העוברים על ילדו.
אנו יודעים שמוטיבציה הורית והבנה הורית הן הכוחות המניעים בחינוך ובשינוי.
עם זאת, חשוב לזכור כי המפגש העתידי עם ביה"ס מעמיד את ההורה בדיאלוגים חדשים. דיאלוג, פנימי עם זכרונות מהצלחות, כישלונות, ציפיות שלו מעצמו ומאחרים שהופנו כלפיו וכו', ודיאלוג עם גורמי חוץ, מערכת החינוך הפורמלית על כל מרכיביה השונים. כל אלה משפיעים על האינטראקציה עם הילד.
ובהקשר זה, כמובן שאין דומה הורה "ההולך לכיתה א' לראשונה לכזה שיש לו ניסיון קודם ב"הליכה, לכיתה א'."

ההורה השולח את ילדו לכתה א' אמור להיות מוכן עתה ל"שותפות" עם מערכת החינוך בקביעת עתיד ילדו. השותפות עם ביה"ס תאפשר להורה רצף רגשי, ערכי וחברתי, תפחית קונפליקטים בין המערכת המשפחתית לבין המערכת הבית-ספרית, ותאפשר בסיס לצמיחת עצמי בריאה יותר של הילד.

כיצד יודעים האם הילד בשל לעלות לכיתה א'?

לרוב, צוות הגן יכול לזהות האם לילד הבשלות הנדרשת ללמידה בית ספרית. במקרים בהם קיים חשש כי הילד אינו בשל לעלות לכיתה א', נהוג לערוך לו אבחון בשלות, הכולל הערכה מקיפה של חמישה תחומים:

יכולת קוגניטיבית

לקטגוריה זו נכנסות יכולות החשיבה, התפיסה, השפה, הלמידה והזיכרון של הילד. ילד ה"בשל" קוגניטיבית לעלות לכיתה א' הוא ילד המצליח לחשוב באופן לוגי, קוהרנטי, ממוקד ועקבי ולא אסוציאטיבי ואימפולסיבי, על נושא המוצג בפניו. הוא ילד המצליח לפעול בהתאם להוראות, לפתור בעיות ולעמוד במשימות חשיבה שונות .

עוד חשובה הבשלת מערכת הזיכרון השמיעתי והחזותי, לטווח קצר וארוך. ילד המראה קושי בזכירת צורות וצבעים עשוי להתקשות בזיהוי והבחנה בין אותיות, דבר שיקשה על רכישת הקריאה והכתיבה. בדומה, ילד המתקשה בחריזה, בזיהוי צליל פותח וסוגר במילים, בהבחנה בין צלילים דומים ובזכירת מידע שמיעתי מסיפורים ושירים, עשוי להתקשות בהבנת הנקרא והנשמע.

יכולת נוספת הנכללת בקטגוריה זו היא היכולת למקד קשב לאורך זמן (אורך שיעור ממוצע של 45 דקות), בלא להיות מוסח מרעשי רקע שונים. התמקדות במשחק מחשב או בתוכנית טלוויזיה אינה מדד לבדיקת קשב הילד.

יכולת שפתית

שפתו של הילד צריכה להיות תקינה ונהירה לכולם, ואוצר המילים שברשותו רחב. עליו להכיר מושגים בסיסיים בשפה, כגון : הפכים, צורות, צבעים. חשוב שיוכל לתאר סיטואציה או תמונה שרואה, ולהגדיר חפצים בסיסיים (לדוגמא, מה זה כיסא). ילד ששפתו משובשת והוא מתקשה בבניית משפטים תקינים, או שאינו משתמש כיאות בפעלים, תיאורים ומילות יחס, שמתקשה בחריזה והבנת מבנה המילה, הוא ילד שיתקשה מאוד ברכישת השפה הכתובה.

יכולות מוטוריות

כוללות את תחום המוטוריקה הגסה והמוטוריקה העדינה:

מוטוריקה גסה- היכולת להפגין שליטה ותיאום מכוון על ביצועי הגוף : לקפוץ על רגל אחת, לרוץ, לדלג, ללכת אחורה, למשוך בחבל, לטפס במגלשה ולהפעיל כוח בגפיים, להתארגן ולהתמצא במרחב. בנוסף חשובה יציבה נכונה וחוזק של חגורת הכתפיים לשם ישיבה המותאמת לכתיבה ממושכת.

מוטוריקה עדינה- כוללת קיום יד דומיננטית בכתיבה, אחיזת עיפרון נכונה, יכולת שליטה טובה בציור

וכתיבה, צביעת ומילוי שטחים, גזירה, הדבקה, השחלת חרוזים, כפתור כפתורים, יכולת העתקת צורות קטנות ומורכבות, כתיבת השם ותיאום עין יד.

בשלות רגשית

זו היכולת של הילד לשאת תסכול ולדחות סיפוקים, להיות מסוגל לפעול על פי חוקים, להמתין לתורו, לחלוק, לשתף, ולהתמודד ברמה הבין אישית בכוחות עצמו באופן מווסת ותואם וללא בכי ו"שבירת הכלים". חשובה מידת ביטחונו של הילד בעצמו ובכישוריו, יכולתו לעמוד בתחרות ולהתמודד עם כישלונות. בקטגוריה זו נכללים גם אופן הפרידה מההורה בבוקר, התנהלותו בגן והשתתפות במפגשים. ילד שמרבה לבכות בגן, מתקשה להירגע בכוחות עצמו, אינו עומד בתסכולים, מתפרץ באימפולסיביות ובכעס ונעלב בנקל, הוא ילד שככל הנראה אינו בשל רגשית להתמודדויות המחכות לו בכיתה א.'

בשלות חברתית

היכולת להסתגל למערכת חדשה ולהבין נורמות ומצבים חברתיים, תוך ראיית האחר כשלם ונפרד. זוהי היכולת לוותר, לחלוק, לרסן קנאה, רכושנות ודחפים תוקפניים, ולשתף פעולה עם בני הגיל בהנאה משותפת. ילד המתקשה ליצור קשרים חברתיים או לשמר קשרים קיימים, מרבה לריב ולכעוס ומתקשה לשחק משחק חברתי בהתאם לכללים הוא ילד המראה קושי רגשי וחברתי שעשוי להקשות על התמודדותו בבית הספר.

ומה אם נמצא קושי באחד התחומים שצוינו?

בהתאם לגודל הפער שנמצא באבחון יש לשקול את אופן ההתערבות המתאים ביותר. טיפולי קלינאות תקשורת, ריפוי בעיסוק, חיזוק תחום האוריינות או טיפול רגשי, בהחלט יכולים לשפר את יכולות הילד ולהכינו להתמודדויות המצפות לו בכיתה א.'

מה ניתן לעשות עם הילד בבית?

חשוב לזכור לא להיכנס עם הילד למאבקים וויכוחים סביב נושא הלמידה ולא להמאיס עליו את הלמידה עוד בטרם החלה. הלמידה המשותפת צריכה להיות חוויתי ונעימה, הן בעבור ההורה והן בעבור הילד.

1. ניתן לחזק יכולות מוטוריות- תוך משחק באטבי כביסה, השחלת חרוזים, לישת בצק, גזירה, צביעה ומילוי שטחים, משחק בדוקים ותרגילי ספורט המחזקים את חגורת הכתפיים. במהלך המשחק ניתן לשלב תרגילי חשבון וליצור אותיות וספרות מחומרי היצירה השונים.
2. ניתן לחזק יכולות שפתיות- בעזרת משחקי חריזה שונים, זיהוי צליל פותח וסוגר במלה, בניית סיפורים תוך התבוננות ברצפי תמונות, תיאור סיטואציות המתרחשות בתמונות והקראת ספרים.
3. ניתן לחזק מיומנויות חברתיות- תוך עידוד הילד ליזום מפגשים חברתיים ופגישות משחק עם חבריו לכיתה החדשה.
4. ניתן לחזק את עצמאות הילד- ולעודדו להתנהלות עצמאית יותר בבית. למשל, יש לעודד את הילד לארגן את חפציו ומשחקיו, לסדר את חדרו, לערוך שלחן ולהקפיד על עמידה בזמנים.

מה לא מומלץ לעשות?

לא מומלץ שההורה ילמד את ילדו לקרוא, לשם כך יש מורים מיומנים. ילד שהתפתחותו תקינה יפגין סקרנות ומוטיבציה ללמידה. הוא יזהה אותיות בשלטים שרואה ברחוב, יתנסה בקריאת מילים מהעיתון וינסה לכתוב את רשימת המצרכים לקניות. כל עוד הילד הוא היוזם, ניתן להיענות לרצונותיו ולהשביע את סקרנותו, וזוהי למידה שמעשירה ומקדמת.

עם זאת, לא מומלץ ללמדו באופן יזום לקרוא, כיוון שהדבר יוצר מתח ולחץ מיותרים על הילד, העשויים לפגוע בדימויו העצמי ובמידת אמונתו ביכולותיו, וכמובן גם לפגום באיכות הקשר עם ההורה. בנוסף קיים חשש כי חווית למידה לא נעימה עם ההורה תפגום בהנאה של הילד מן הלמידה, ותיצור בו תחושת כשלון על שאכזב את הוריו ולא "קלט" במהירות את שניסו ללמדו.

חשוב לזכור, מרבית הילדים מסתגלים בקלות לבית הספר ומשתלבים בכיתה א' ללא קשיים מיוחדים. לכן, שדרו לילד תחושת רוגע וביטחון. העבירו מסר כי אתם סומכים על יכולותיו להשתלב בהצלחה במסגרת החדשה. שתפו אותו בהכנות ובקניות של חומרי הלימוד והציוד הנדרש ובקרו עימו בבית הספר, עוד בטרם פתיחת שנת הלימודים. ככל שתאפשרו לו לחוש שליטה בסיטואציה החדשה, לצד ביטחון ביכולותיו הרגשיות והקוגניטיביות, כך השתלבותו תהיה מוצלחת יותר.

במידה ובחודשים הראשונים לתחילת השנה הילד מראה התנהגות חריגה וחלה רגרסיה לדפוסים ישנים או מופיעה אלימות ועצבנות או מיחושים שונים, מומלץ לפנות להתייעצות עם איש מקצוע.

טיפים להורים בריכוך המעבר מהגן לבית הספר

סוף זה תמיד התחלה של משהו אחר...

המעבר מהגן לבית הספר הינו מעבר חד שכולל פרידה וקליטה מחדש מכל המישורים שהילד הכיר:

המרחב הפיזי: הגן נמצא במבנה קטן ואינטימי לעומת בית הספר שכולל את כיתות היסוד, מסדרונות ארוכים והרבה תלמידים ומורים.

מערכת נורמות וכללים: בבית הספר הילד מקבל על עצמו תפקיד - הוא תלמיד. ובעוד שבגן הודגשה הפעילות המשחקית, בבית הספר מודגשת הפעילות הלימודית.

המעבר מהגן לבית הספר יכול להדאיג את הילד בדיוק כפי שהחלפת מקומות עבודה יכול להדאיג מבוגר. על מנת לרכך כמה שאפשר את המעבר בין הגן לבית הספר הנה כמה טיפים שאספנו מכמה הורים מנוסים בתחום:

- דברו עם ילדיכם על המעבר הצפוי. עודדו אותו להביא את רגשותיו, חששותיו ואשרו לו שאתם כאן בכדי לרכך את המעבר ולעזור לו להיקלט במסגרת החדשה.
- קראו לילדיכם סיפורים ושירים העוסקים במעבר מהגן לבית הספר. עודדו אותו להביא את תחושותיו. אם ילדיכם אוהב לצייר, אפשר לעודד אותו לצייר את ציפיותיו מהכניסה לכתה א'. אחר כך, כמובן מומלץ לדבר על הציור.
- במידה וילדיכם אמור יהיה ללכת ברגל מהבית לבית הספר, למדו אותו את הדרך, ותרגלו אותה (ניתן דרך טיול באופניים לדוגמה), על מנת שילדיכם ירגיש נוח לקראת תחילת הלימודים.
- קחו את ילדיכם לסיור מקדים בבית הספר שבו הוא עתיד ללמוד. הראו לו את הקומה שבה הוא עתיד ללמוד; למדו אותו היכן נמצא המיקום של המזכירות הראשית, חדר המנהל/ת, חדר האחות ועוד...
- במהלך תקופת המעבר (חודש מתחילת הלימודים) כדאי להימנע עד כמה שניתן מעריכת שינויים נוספים בחיי הילד.
- הגיבו בסבלנות ובסלחנות לתופעות כגון בכי, או חשש להיכנס לכתה בימים הראשונים. דברו עם הילד בבית, שתפו את המורה בחששות הילד, נסו להבין מה מטריד את ילדיכם. אל תדאגו, זה קורה להרבה ילדים.
- הגישו לילדיכם ארוחת בוקר. יתכן שילדיכם לא ירגיש רעב בגלל תחושות ההתרגשות שמציפות אותו. לכן, הקפידו להגיש לילדיכם מזון אהוב, קל ומזין.
- ציידו את ילדיכם בארוחת עשר המורכב מכריך, פרי ושתייה. רצוי שהשתייה תהיה מים או תרכיז מיץ בבקבוק. כך ילדיכם יוכל לשתות מהבקבוק במשך כל היום, לפי הקצב שלו.
- אפשרו לילדיכם מנוחת צהרים (אם הוא מראה שהוא זקוק לה) ורק אחר כך הכינו איתו שיעורי בית.
- הביעו תמיכה בילדיכם בכל הקשור להכנת שיעורי הבית (הכינו לו פינת עבודה מסודרת, והיו זמינים לענות על שאלות). יחד עם זאת, עודדו את ילדיכם להכין את שיעורי הבית שלו בכוחות עצמו.
- גלו עניין והתלהבות בסיפורים שילדיכם מספרים לכם אודות חוויותיהם בבית הספר.
- עזרו לילדיכם לארגן את תיק הלימוד שלו: למדו אותו שאת בדיקת הציוד והכנת התיק כדאי לארגן בערב, כך יש מספיק זמן לאתר את כל הדברים הדרושים לקראת יום הלימודים החדש.
- היו עקביים בכל הקשור לגילויי התמיכה, האהבה שאת מפגינים כלפי ילדיכם.

רשימת ספרי ילדים העוסקים במעבר מהגן לבית הספר

שם הספר	שם המחבר	שם ההוצאה
קוראים שש	נעמי בן-גור	הקבוץ המאוחד, 1990
עולים לכתה א'	סמדר שיר	ידיעות אחרונות, 1997
בית-ספר בקלי קלות	אורה לב-רון	לילך, 1988
אני עולה לכתה א'	רות וולף	עמיחי, 1994
אני הולך לבית-הספר	אנטואנט בקר	סחבק, 1977
ברוכים הבאים לכתה א'	משה יהלום	דור-קוראים, 1999
ספרו לי על כתה א'	הדס כוכבי	מסדה, 2001
כרובי הולך לבית-הספר	דן אליוט	אדם, 1982
שלום כתה א'	פאולה רודרי	כתר
בכיף מהגן לכתה א'	רנה שלין	ספר-לכל, 1999
הילקוט של כתה א'	נעמי ראובני	כינרת, 1999
כתה אל"ף של אמא	נאוה מקמל-עתיר	דני, 1995
כתה א' מחכה לנדב	אירית וייסמן מינקוביץ	תמוז, 1998
בום בילי בום –כתה א' שלום	זוהר אביב	פועלים, 2001
מחכים למחר	בת שבע זיסקינד כהן	יסוד, 1999
היום הראשון של פו בבית-הספר	קתלין ו. זואפלד	ידיעות אחרונות
אמא הולכת לכתה א'	תרצה אתר	הקבוץ המאוחד
מי הולך לכתה א'?	סמדר שיר	ידיעות אחרונות
אותיות מפטפטות	דתיה בן דור	מודן
ככה זה בעברית	דתיה בן דור	עם עובד
מעשה בפ"א סופית	נתן אלתרמן	הקיבוץ המאוחד
מעשה בחיריק קטן	נתן אלתרמן	הקבוץ המאוחד

ולסיום: **עשרת הדברות "עשה ואל תעשה" להורים העולים לכיתה א`**

☺ עזור לילדך לארגן את יומו כשכלול בו זמן הכנת שיעורים וזמן משחק.

☺ ארגן יחד עם ילדיך מקום נוח, שקט ורגוע להכנת שיעורים.

☺ זכור ! אתה ההורה של ילדך לא המורה שלו !

☺ התעניין, שוחח עם ילדיך על בית הספר. אל תחקור, אל תבקר ואל תבדוק אחריו !

☺ המשך לשחק אתו ולקרא לו סיפורים. אל תפסיק פעילות זו כי הוא כבר "גדול".

☺ אל תעביר מסרים למורה דרך הילד. אם יש לך מה לומר למורה עשה זאת בעצמך !

☺ אפשר לילדיך להתמודד לבד עם הכנת השיעורים , הוא מסוגל !

☺ עזור לילדיך לארגן את הילקוט, אל תעשה זאת במקומו !.

☺ עזור לילדיך למצוא את מקומו החברתי, עודד אותו להזמין חברים וללכת לחברים.

☺ שדר לילד שאין שופטים אותו על פי הישגיו הלימודיים, אוהבים אותו ללא קשר להצלחותיו הלימודיות או קשייו הלימודיים.

טלפונים חשובים

שם	טלפון	תפקיד
מנהלת בית הספר	מרים אלגרבלי	052-2964942
יועצת בית הספר	מיטל יוגב	052-8874959
רכזת השילוב	נירית שדה	052-8105758
מזכירות בית הספר	אורלי פריד	08-9106992