**מוכנות לכיתה א'**



**'אמא הולכת לכתה א':**

בקר יום ראשון השעה היא שש

אימא קמה... נחשו... כבר ברבע לחמש,

גיהצה את התלבושת האחידה

בפעם המי יודע כמה,

הלכה להסתכל שנית,

אם במקרה בתה כבר קמה...

וישבה לחכות שתהיה השעה

שבע פחות עשרה

כי היום הולכים לכתה א'

וזה ממש מאורע

אמא מתרגשת.

מה אפשר לעשות?

מה שקצת מרגיע,

זה שכל האמהות מתרגשות

אבא, אמא, בת ובן

בשבע ושלושים,

כבר עומדים ליד השער

מתרגשים ומתביישים...

יום ראשון ללימודים,

פעוטים עם ילקוטים

עומדים ועומדים, זה בזה מביטים...

הלואי ועד סוף כתה יוד-בית

יישארו כל כך שקטים...

מה שלא בטוח בכלל.

תרצה אתר

המעבר לכיתה א הוא שלב משמעותי בחיי הילד והוריו. הוא מעלה רגשות שונים, ציפיות ודריכות לקראת ראשית ההשתלבות בעולם חדש, מאתגר והישגי.

כדי לעזור לכם, ההורים, להבין טוב יותר מהו ילד בשל ומוכן לביה"ס, מוגש לכם מידע זה. מטרתו לספק לכם את המידע הנדרש על הבשלות השכלית, הרגשית, החברתית והמוטורית. בנוסף כדי לעזור לכם לזהות סימני קושי ולתת לכם כלים ואפשרויות לעשייה והשפעה.

**תהליך ההתפתחות הכללי, המכין את הילד ללמידה בביה"ס, מתרחש בזמנים שונים אצל ילדים שונים, בין גיל 5 לגיל 7.**

**היכולת ללמוד בכיתה א' מותנית בבשלות בארבעה תחומים: שכלי, רגשי, חברתי, ומוטורי**.

להלן פירוט והצעות לחיזוק כל אחד מהתחומים הללו.

**בשלות שכלית :** מתייחסת ליכולות הנדרשות לשם רכישה תקינה של מיומנויות קריאה, כתיבה וחשבון. תחום זה כולל תהליכי למידה ויכולת פתרון בעיות, תהליכי חשיבה, תפיסה, קשב וזכירה. ילד העולה לכיתה א' אמור:

1. להיות בעל חשיבה קונקרטית-ממוקדת ולא אסוציאטיבית.
2. בעל כושר התבטאות שכולל אוצר מילים ורמה תחבירית התואמים את גילו. א. אוצר מילים המאפשר הבנת מושגים שיופיעו בספר הלימוד. ב. הבנת מושגים מופשטים, למשל, מושגי זמן (אתמול, מחר), פירות, כלי רכב. ג. מושגים חשבוניים, הרבה-מעט, יותר-פחות, גדול-קטן. ד. מושגי יחס ומרחב, למשל: מעל, מתחת, לפני, ואחרי. מושגי המרחב חיוניים לרכישת הקריאה (כדי לקלוט את סדר האותיות במילה) וגם לרכישת החשבון (כדי לקלוט את סדר הופעת הספרות).
3. וכן נידרש למקד את הקשב בפעילות הנדרשת ממנו למשך זמן של 45 דקות ועוד.

**הצעות לחיזוק הבשלות השכלית**: לפיתוח השפה רצוי להרבות בשיחות עם הילד בשפה ברורה, מובנת ותקינה. להקריא לו סיפורים ולשוחח עמו על הנקרא. ניתן לשחק משחקי מילים (הפכים, דמיון, שוני) ולהשתמש במושגים. יש לעודד את הילד לספר חוויות, לפתח ולעודד סקרנות ולענות בסבלנות על שאלות של הילד ברמה המתאימה לגילו.

**בשלות רגשית** : מתייחסת לתחומים כגון; יכולת הילד לזהות את רגשותיו ואת רגשות האחרים, יכולת ביטוי רגשות בהתאמה למצב ולסביבה, יכולת שליטה ברגשות ובייחוד יכולת להתגבר על רגשות של כעס, קושי ותסכול. יכולת לחוש רגשות חיוביים, כגון; מוטיבציה ללמוד, רצון וסקרנות, תחושה של בטחון עצמי חיובי וכן דימוי עצמי תקין ומציאותי.

דימוי עצמי חיובי ותחושת ערך ומסוגלות מתפתחים משילוב של התנסות, צבירת חוויות הצלחה, ומתן חיזוקים חיוביים מהמבוגרים המשמעותיים בחיי הילד.

**הצעות לחיזוק הבשלות הרגשית**: אפשר לעזור בתחום של פיתוח עצמאות: העברה הדרגתית של תפקידים שהילד מסוגל לעשות, כגון להתלבש לבד, לצחצח שיניים, לפנות את השולחן, למיין גרביים ועוד. רצוי 'לאמן' את הילד בפתרון בעיות, במקום לפתור אותן במקומו. מומלץ לשאול אותו "מה אתה יכול לעשות במקרה הזה?", אם הוא מציע פיתרון טוב, יש לעודד אותו לבצעו. גם אם הפיתרון לא הניב את התוצאות הרצויות והילד חוזר מתוסכל מהגן, כדאי להמשיך ולחשוב יחד איתו על פתרונות אפשריים. אם הילד מאוד חסר בטחון, חושש להשתתף בפעילויות הגן, חושש לפעול ללא הדרכה מתמדת של הגננת או ההורה, בוכה הרבה, חושש להשתתף במפגש יתכן ועדיין אינו בשל רגשית להתמודד עם עולם בית-הספר ודרישותיו. במקרים כאלו כדאי להתייעץ עם פסיכולוג/פסיכולוגית הגן.

**העצמאות** היא גורם מאוד חשוב בבשלות מאחר ו-:

1. הילד הנכנס לביה"ס צריך להיות מסוגל לבצע מטלות ללא נוכחות קבועה של מבוגר לידו.
2. הילד צריך להיות מסוגל לבצע הוראות הניתנות לכל הקבוצה, בלי שידריכו אותו באופן אישי, ובלי שייתנו לו אישור ( כגון: "זה בסדר", "נכון" וכו') בכל שלב.

**בשלות חברתית**: מתייחסת ליכולת הסתגלות לקבוצה חברתית ולמסגרת. הבנת נורמות, קבלת מרות ומשמעת, הפנמת חוקי התנהגות המקובלים בחברה ובמסגרת החינוכית, השתלבות בקבוצה הילדים בפעילויות לימודיות ומשחקיות. היכולת לכבד את האחר, להמתין בתור, להבין את המטרות הקבוצתיות, סדר יום, תורניות ואחריות. כלומר, אחת מהדרישות העיקריות בתחום החברתי היא **יכולת ההתאפקות** (דחיית סיפוקים): **הכוונה ליכולת להתאפק ולא לקבל מיד את מה שרוצה, וגם ליכולת לדחות את מה שרוצה לעשות, למשך שעות אחדות.** ילד שאינו יודע להתאפק מגיב בהתקף כעס או בכי אם אינו מקבל מיד את מה שרוצה, או "מנתק מגע" ו"עושה ברוגז", שמתכנס בתוך עצמו ומפסיק לתפקד**,** ילד שאינו מסוגל לדחות סיפוקים ומגיב כפי שתואר לעיל, יתקשה להסתגל למסגרת חברתית כלשהי. גם הגן הוא מסגרת חברתית, כך שיכולת לעכב תגובה רגשית נדרשת גם שם, אך בביה"ס היא הופכת **חיונית**.

**הצעות לחיזוק הבשלות החברתית:** ראשית, רצוי לספק לילד הזדמנויות ליצירת קשרים חברתיים; להזמין חברים אליו הביתה או לצאת למקומות מפגש מחוץ לבית. יש לאפשר לילד הזדמנויות משחק עם גילאים שונים ולא להסתפק ב"נוחות" של ילד יושב בשקט מול הטלוויזיה ואינו מטריד את מנוחת ההורים.   
שנית, רצוי לשחק עם הילד במשחקים שבהם יש לחכות בתור ולעמוד בכללי המשחק. כמו כן, צריך לתרגל דרישות פשוטות יומיומיות, כמו סידור הצעצועים או ביצוע כל תפקוד אחר בבית.

**בשלות מוטורית:** מתייחסת למיומנויות של מוטוריקה גסה ועדינה; תנוחת הישיבה בכיתה והכתיבה מצריכות שליטה נכונה בשיווי משקל, בנשיאת הראש ובחוזק חגורת הכתפיים, כך שהפעלת הילד לשם הפעילות העדינה והמורכבת של הכתיבה תהיה אופטימאלית וקלה לילד. לכך יש להוסיף אחיזה נכונה של העיפרון ושליטה בתנועות ובעוצמתן, כדי להשיג כתב יד בגודל ובצורה רצויה.

**הצעות לחיזוק הבשלות המוטורית:** ניתן לספק לילד הזדמנויות להתנסות במוטוריקה גסה בגן המשחקים: טיפוס, זחילה, הליכה בשיווי משקל, רכיבה על אופניים. בתחום המוטוריקה העדינה אפשר לעזור על-ידי מתן הזדמנויות לעבודות עם צבע, גזירה, הדבקה, פלסטלינה ועוד.

**אנו ממליצים לכל הורה ללוות את ילדו בתהליך המעבר מהגן לכתה א' תוך תשומת לב לנקודות הרגישות של הילד**.

יש ילדים שנלחצים ממקומות גדולים או מרעש- צריך להסביר להם מה עומד לפניהם, להרגיע. יש ילדים שמתקשים יחסית להתמצא במרחב- צריך להראות להם שוב ושוב איך להגיע לכל מקום בבית הספר. יש ילדים שנלחצים מתביעות לימודיות- צריך לתמוך, לעודד, לסייע בארגון המשימות.

**מתן מידע רלוונטי לקראת הבאות מחזק את השליטה, את הביטחון ומסייע לילד בהסתגלות מתאימה, חיזוקים חיוביים מחזקים את הערך העצמי והצבת אתגרים מותאמים מחזקים את תחושת המסוגלות.**

עליך ההורה לדעת כי לכל ילד יש את קצב ההתפתחות שלו. ילד העולה לכיתה א בטרם הבשיל עשוי לגלות קשיים בהתמודדות הנדרשת בביה"ס, ובמקרים מסוימים הישארותו שנה נוספת בגן הינה הפתרון הרצוי.

כדי להגיע להחלטה זו, התייעצות עם צוות הגן ופסיכולוגית הגן הינה הכתובת.

 אנו מאחלים לכם ולילדכם הצלחה והנאה בשנים הבאות,

צוות הפסיכולוגים

שירות פסיכולוגי חינוכי

מעלות-תרשיחא