

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

הורים יקרים,

ביום א' 3 במאי ט' באייר, צפויים ילדיכם לשוב ללמידה בבית הספר. החזרה לכיתה ולבית הספר, מהווה מעבר ל"שגרה אחרת", שגרה חדשה-המלווה בהתרגשות, ציפייה ושמחה לפגוש מחדש את החברים, הצוות והמסגרת המוכרת. לצד ההתרגשות עשויים לעלות גם חששות שלכם ושל ילדיכם וקשיי פרידה לאחר תקופה של שהות משותפת בבית.

לקראת החזרה לכיתות ולבתי הספר, ריכזנו מספר הצעות המתייחסות לתהליך ההכנה של הילדים לחזרה ולהתארגנות המומלצת בימים הראשונים:

היו מודעים לרצונות ולתחושות שלכם ההורים

הקדישו תשומת לב לתחושות ולרגשות שלכם בנוגע לחזרה לבית הספר והקפידו לשדר לילדיכם אמון וביטחון בהם וביכולתם להתמודד טוב עם השינוי. חשוב לזכור שמרבית הילדים מסתגלים בקלות ובמהירות ושהצוות החינוכי שם כדי לסייע להם.

שוחחו עם ילדיכם והכינו אותם לחזרה לכיתה ולבית הספר

חשוב שתשוחחו עם ילדיכם על החזרה לבית ספר ועל השינויים הצפויים. חשוב שיהיו מוכנים לכך שהדברים יראו מעט אחרת ויקבלו מידע שיסייע להם. שתפו אותם איך תראה המסגרת, התייחסו לכך שהלמידה תעשה בחצאי כיתות, שהמחנכת לעתים תהיה איתם ולעתים בקבוצה השנייה. הזכירו להם את נהלי ההיגיינה הכוללים הימנעות ממגע, שטיפת ידיים ובגילאים מסוימים גם חבישת מסכה. תנו לילדים מידע מספק אבל לא מציף, כזה שמותאם לגילם ולהתפתחותם.

ניתן להיעזר במשחק "[כרטיסיות שיח קורונה בנושא החזרה לשגרת הלימודים](#)".

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

המלצות נוספות לימים הראשונים של החזרה לבית הספר:



חזרים להתחיל קבוצים

סייעו לילדיכם להתארגן מחדש ולבנות את סדר היום: שינה, קימה, התארגנות ללמידה ואכילה. התארגנות מוקדמת תאפשר הורדת לחצים ויותר נינוחות ורוגע. לצד ההתארגנות חשוב לזכור שמדובר בתהליך ולהיות קשובים וסבלניים



נפרדים נכון

כאשר מגיע שלב הפרידה, חשוב להקפיד להיפרד, להסביר לילדכם שאתם הולכים ושתחזרו לאסוף אותם. אל תבקשו את רשותם ללכת, שדרו שאתם החלטיים ושאתם סומכים על צוות בית הספר



מקבלים בהבנה הפחת רגשות מורכבים של הילדים

במידה וילדיכם או ילדים אחרים מבטאים עצב, כעס או תסכול, חשוב להימנע משיפוטיות ולאפשר לצוות בית הספר לסייע ולתמוך



מקפידים לאסוף את הילדים בזמן

כשאתם מגיעים לאסוף את ילדכם, ציינו בפניהם שחזרתם בדיוק בזמן שהבטחתם, כדי לחזק את האמון שלהם בכם ובהבטחותיכם



מנחמים את הילדים על החוויות שלהם בבית הספר

שוחחו עם ילדיכם שאלו אותם שאלות מנחות וספציפיות, כגון "מה עשית בכיתה ובבית הספר?" "איזה חברים פגשת?" "ממה הכי נהנית?" "מה היה לך מחר?" חזקו ושבו את התנהגות חיובית ומסתגלת ובכל מקרה שבו עולה דאגה או מצוקה צרו קשר עם הצוות החינוכי

אנו צוות בית הספר נפעל ככל יכולתנו על מנת להקל על החזרה ולאפשר לילדיכם שהות נעימה ובטוחה.

מאחלים לכולנו בריאות וחזרה לשגרה

צוות בית ספר