



עולים לגן עירייה

איך נצטרך להכין את הילדים, הסוגים ול"כים?

המעבר מהמעון לגן העירייה הוא צעד מרגש ומשמעותי. עבור ילדים בני 3 לערך מדובר בשינוי של ממש: מקום חדש, צוות חדש, קבוצת ילדים גדולה יותר, סדר יום אחר ודרישה הולכת וגדלה לעצמאות. מחקרים בתחום הגיל הרך מציעים להתייחס למעבר **כתהליך ולא כאירוע של יום אחד**. המטרה אינה למנוע מהילד כל קושי או בכי, אלא לעזור לו לבנות בהדרגה תחושה: **אני מכיר את המקום, יש כאן מבוגרים שיעזרו לי, ואני יכול להרגיש כאן בטוח ושייך**.

מתוך ההבנה הזו, אפשר ללוות את המעבר בכמה צעדים פשוטים שיעזרו לילד להכיר, להתכונן, להיפרד בהדרגה ולבנות תחושת ביטחון ושייכות בגן החדש.

1. הפכו את הלא-מוכר למוכר

בגיל הזה, ידיעה מוקדמת של מה עומד לקרות יכולה להפחית חלק מאי-הוודאות. עוד לפני תחילת השנה אפשר:

- לעבור ליד הגן ולהראות לילד היכן הוא נמצא.
- אם יש תמונות של הגן או של הצוות – להסתכל בהן יחד.
- לומר את שם הגננת והסייעות ולהשתמש בשמותיהן בשיחה.
- לספר באופן פשוט איך ייראה הבוקר: נגיע לגן, ניכנס, ניפרד, ולאחר הגן נבוא לקחת אותך.
- לשחק בבית ב"גן" עם בובות או חיות.
- לקרוא סיפורים העוסקים בכניסה למסגרת חדשה.

מחקר עדכני העוסק במעבר ממסגרות טיפוליות לגני ילדים מצא כי אנשי חינוך מדגישים שיחה מותאמת לגיל, ספרים, משחק ותמונות של המסגרת כאמצעים המסייעים להפוך את הסביבה החדשה למוכרת וצפויה יותר (Sotiropoulou et al., 2026).

2. בנו גשר בין הבית לבין הגן

אחד הדברים החשובים שילד צעיר צריך לגלות הוא:

גם כשאמא או אבא אינם כאן – יש כאן מבוגר שאפשר לסמוך עליו.

כדאי ליצור קשר חיובי עם הצוות כבר בתחילת הדרך ולשתף במידע שיכול לעזור להם להכיר את הילד:

- מה מרגיע אותו כשהוא עצוב?
- איך הוא בדרך כלל מבקש עזרה?
- מה הוא אוהב במיוחד?
- האם יש דברים שמפחידים או מציפים אותו?
- איך נראית אצלו עייפות או מצוקה?
- אילו מילים או פעולות עוזרות לו להירגע?

מחקרים על המעבר למסגרת בגיל הרך מדגישים את חשיבותו של **"משולש ילד-הורה-אשת צוות"**. מחקר אורך מ-2025 מצא כי אמון שנבנה בין ההורה לאשת הצוות בתקופת הקליטה היה קשור בהמשך לקשר חם וקרוב יותר בין הילד לאשת הצוות (Andersson Söe & Psouni, 2025).



3. תנו מקום גם להתרגשות וגם לחשש

אין צורך לשכנע ילד ש"אין ממה לפחד". אפשר לומר:

"זה גן חדש, ואתה עוד לא מכיר אותו. אני אהיה איתך ואעזור לך להכיר." "יכול להיות שבהתחלה תתגעגע. הגננת תהיה שם לעזור לך, ואני אחזור לקחת אותך." "לאט-לאט תכיר את הילדים ואת המקום."

מסר רגוע ומציאותי נותן לילד לגיטימציה להרגיש ובו בזמן משדר לו שהמבוגרים סביבו בטוחים ביכולתו להתמודד.

עדיף להימנע ממשפטים שמעמיסים ציפייה כמו: "אתה כבר גדול, אין סיבה לבכות" או "בגן של גדולים לא בוכים".

4. תרגלו עצמאות – אבל בלי להפוך את הקיץ ל"קורס הכנה לגן"

המעבר לגן אינו מבחן, והילד אינו צריך להגיע כשהוא יודע לעשות הכול לבד. עם זאת, אפשר לחזק בהדרגה פעולות יומיומיות קטנות שנותנות לילד תחושת מסוגלות:

- לפתוח ולסגור תיק.
- לזהות את הבקבוק והחפצים האישיים שלו.
- להוריד ולהרים מכנסיים במידת האפשר.
- לשטוף ולנגב ידיים.
- לבחור משחק ולהחזיר אותו למקום.
- לומר או לסמן למבוגר: "אני צריך עזרה".

מחקרים העוסקים במעבר בין מסגרות בגיל הרך מצביעים על עצמאות בטיפול העצמי, יכולת לתקשר צרכים ומיומנויות חברתיות כמשאבים שיכולים לתמוך בהסתגלות למסגרת החדשה (Sotiropoulou et al., 2026).

5. למדו אותו את המשפט הכי חשוב בגן: "תעזרי לי"

עצמאות אמיתית בגיל שלוש אינה לעשות הכול לבד. עצמאות היא גם לדעת לפנות למבוגר כשאני לא מצליח. אפשר לתרגל בבית דרך משחק: "לא הצלחת לפתוח את הקופסה. מה אפשר להגיד לגננת?" "אתה לא מוצא את הבקבוק שלך. למי אפשר לפנות?" "מישהו לקח את המשחק שרצית. מי יכול לעזור לך?" היכולת לזהות מבוגר זמין ולפנות אליו היא חלק משמעותי מבניית תחושת הביטחון במסגרת החדשה.

6. בפרידה בבוקר – היו ברורים וצפויים

פרידה יכולה להיות קשה גם לילד שהיה נפרד בקלות במעון. הוא נפרד עכשיו בתוך סביבה חדשה שעדיין אינה מרגישה לו בטוחה ומוכרת. כדאי ליצור טקס קצר וקבוע: חיבוק, משפט קבוע, פרידה – וציאה. למשל:

"אני הולכת לעבודה, את נשארת עם הגננת. אחרי הגן אני חוזרת לקחת אותך. אני אוהבת אותך." רצוי לא להיעלם בלי לומר שלום, ולא להאריך שוב ושוב את רגע הפרידה. הילד זקוק לחוויה צפויה:

נפרדים – ואחר כך גם נפגשים מחדש. וגם אם יש בכי – בכי בפרידה כשלעצמו אינו אומר שההסתגלות אינה מצליחה.

7. בשבועות הראשונים – הורידו קצת עומס

הסתגלות למסגרת חדשה דורשת מילדים צעירים הרבה מאוד משאבים: להכיר מבוגרים חדשים, להבין כללים ושגרה, למצוא את מקומם בקבוצה, להתמודד עם רעש, לחכות, לחלוק ולנהל אינטראקציות חברתיות רבות.

מחקרים שבהם נמדדו גם רמות קורטיזול מצביעים על כך שהשהות במסגרת חוץ-ביתית יכולה להיות מאתגרת מבחינה פיזיולוגית במיוחד בגילי הפעוטות והגן. ילדים עשויים להגיע הביתה עייפים במיוחד בתקופת ההסתגלות (Bernard et al., 2015; Drugli et al., 2023).

לכן בשבועות הראשונים כדאי, ככל שניתן:

- להשאיר אחר הצהריים רגוע יותר.
- להקפיד על שינה ושגרה מוכרת.
- לא להיבהל מצורך מוגבר בקרבה להורים.
- לתת יותר זמן לחיבוק, משחק משותף ומנוחה.
- להמעיט בשינויים גדולים נוספים במקביל, כשאפשר.

8. אל תמדדו הסתגלות רק לפי "הוא בכה או לא בכה"

הסתגלות היא תהליך.

סימנים חשובים לכך שהילד מתחיל להרגיש שייך יכולים להיות:

- הוא מתחיל לזהות את סדר היום.
 - הוא מאפשר לאשת צוות לנחם או לעזור לו.
 - הוא פונה לצוות כשהוא זקוק למשהו.
 - הוא מוצא פעילות שמעניינת אותו.
 - הוא מתחיל לשחק ליד ילדים אחרים או איתם.
 - הוא מדבר בבית על הגן, הצוות או הילדים.
 - יש יותר רגעים של סקרנות, משחק והנאה במהלך היום.
- במחקר של Drugli ועמיתיה (2023), הסתגלות תוארה כתהליך הדרגתי שבו הילדים פיתחו קשרים עם אנשי הצוות ועם ילדים אחרים, הכירו את השגרה ובהדרגה הראו יותר רווחה וביטחון במסגרת.

9. שמרו על קשר עם הצוות

בגיל שלוש ילדים עדיין אינם יכולים תמיד לספר לנו באופן מלא איך עבר עליהם היום. במקום לחקור שוב ושוב "מה היה בגן?", כדאי לשמור על תקשורת עניינית עם הצוות ולהיעזר גם במה שהילד מספר באופן ספונטני דרך משחק, ציור ושיחה. המחקר על מעברים בגיל הרך מדגיש שוב ושוב את חשיבות הקשר, האמון ושיתוף הפעולה בין המשפחה לצוות החינוכי בתהליך ההסתגלות (Andersson Sjø et al., 2023; Andersson Sjø & Psouni, 2025).

10. לבסוף – תנו להם זמן

יש ילדים שייכנסו לגן ביום הראשון כאילו היו שם תמיד, ויש ילדים שיזדקקו ליותר זמן. יכולים להיות גם ימים טובים ואחרים בוקר קשה. הסתגלות אינה תמיד קו ישר. המשימה שלנו אינה להעלים כל חשש, אלא להיות עבור הילד עוגן יציב בזמן שהוא לומד להרגיש בטוח גם במקום החדש. כשהבית והגן משדרים לילד יחד: "אנחנו מכירים אותך, אנחנו רואים אותך ויש כאן מי שיעזור לך" – נבנית בהדרגה הקרקע לתחושת ביטחון, מסוגלות ושייכות.

המון הצלחה לילדים ולהורים בצעד החדש – מאחלים לכם התחלה נעימה, בטוחה ומלאה

רגעים של גילוי, צמיחה ושייכות.

מחלקת הגיל הרך | אגף החינוך | עיריית באר יעקב



Andersson Søre, M., Schad, E., & Psouni, E. (2023). Transition to Preschool: Paving the Way for Preschool Teacher and Family Relationship-Building. *Child & Youth Care Forum*, 52, 1249–1271. doi: 10.1007/s10566-023-09735-y.

Andersson Søre, M., & Psouni, E. (2025). Parent-teacher trust as a relational pathway to the child: Teachers' perceptions about child-teacher-parent relationship-building during the child's transition to preschool. *International Journal of Educational Research*, 132, 102618. doi: 10.1016/j.ijer.2025.102618.

Barblett, L., Barratt-Pugh, C., Kilgallon, P., & Maloney, C. (2011). Transition from Long Day Care to Kindergarten: Continuity or Not? *Australasian Journal of Early Childhood*, 36(2), 42–50. doi: 10.1177/183693911103600207.

Bernard, K., Peloso, E., Laurenceau, J. P., Zhang, Z., & Dozier, M. (2015). Examining Change in Cortisol Patterns During the 10-Week Transition to a New Child-Care Setting. *Child Development*, 86(2), 456–471. doi: 10.1111/cdev.12304.

Drugli, M. B., Nystad, K., Lydersen, S., & Brenne, A. S. (2023). Do toddlers' levels of cortisol and the perceptions of parents and professional caregivers tell the same story about transition from home to childcare? A mixed method study. *Frontiers in Psychology*, 14, 1165788. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1165788.

Sotiropoulou, E., Petrogiannis, K., Ntavarinou, M., Drakopoulou, D., et al. (2026). Navigating Discrete Pedagogical Orientations: Transitioning from Child Care Centres to Kindergartens. *Early Childhood Education Journal*, 54, 4523–4537. doi: 10.1007/s10643-025-02109-0.