

*Артемяева Оксана Владимировна,
учитель начальных классов,
МОУ «С(К)ОШИ № 4»,
г. Магнитогорск*

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ПЕРВЫХ КЛАССАХ. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

«Поступление в школу» сложный этап в жизни каждого ребенка, поскольку происходит перестройка всего его образа жизни и деятельности. Правильно организованный образовательный процесс облегчает и сокращает период адаптации детей к требованиям школьного обучения.

Настоящие методические рекомендации адресованы руководителям органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере образования, руководителям и педагогам общеобразовательных учреждений и направлены на формирование в региональной системе образования единых позиций по следующим вопросам:

- основные требования к организации образовательного процесса в первых классах общеобразовательных учреждений, реализующих основную образовательную программу начального общего образования;
- рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период;
- рекомендации по использованию учебников и учебных пособий, соответствующих требованиям ФГОС НОО.

I. Основные требования к организации образовательного процесса в первых классах общеобразовательных учреждений, реализующих образовательный стандарт

Психофизиологические особенности ребенка седьмого года жизни

Дети седьмого года жизни способны осознавать свое положение в обществе сверстников и взрослых, проявляют интерес к другим людям, владеют умениями общаться. Они умеют сопереживать, сочувствовать, помогать, знают и выполняют основные правила этического поведения и взаимодействия в игре и быту.

Первоклассники способны управлять своим поведением, знают границы дозволенного, выполняют требования взрослого. Они с интересом участвуют в различной деятельности (учебной, игровой, трудовой). Дети хорошо ориентируются не только в знакомой, но и в незнакомой обстановке.

Дети этого возраста достаточно осведомлены о предметах окружающего мира, проявляют большой интерес к новым знаниям, положительно относятся к новой информации. Уровень развития мыслительной деятельности обеспечивает возможность школьного обучения. Наиболее характерно для детей этого возраста наглядно-образное и действенно-образное мышление, создаются предпосылки для формирования логической формы мышления.

Речевое развитие детей седьмого года жизни предполагает наличие хорошего словарного запаса (3,5-7 тыс. слов), умение правильно произносить все звуки родного языка и способность к простейшему звуковому анализу слов.

На достаточно высоком уровне развития у большинства детей находится зрительно-пространственное восприятие. Они способны характеризовать пространственные взаимоотношения предметов (справа - слева, над - под, на - за, сверху - снизу и др.), различать пространственное расположение фигур, деталей на плоскости. Дети этого возраста различают геометрические фигуры, выделяют их в предметах окружающего мира; способны к классификации фигур по форме, размеру, цвету; различают и выделяют буквы и цифры, написанные разным шрифтом; могут мысленно находить часть целого, достраивать фигуры по схеме, конструировать их из деталей.

Развитие зрительно-моторных координаций позволяет детям 6 лет координировать свои движения. Дети могут срисовывать простые геометрические фигуры, предметы, пересекающиеся линии, буквы, цифры с соблюдением размеров, пропорций, соотношений штрихов. В то же время для этого возраста характерно слабое развитие моторики мелких мышц руки.

Развитие слухо-моторных координаций позволяет различать и воспроизводить несложный ритмический рисунок, выполнять под музыку ритмические движения и т.п.

Дети этого возраста способны к произвольному вниманию, однако его устойчивость еще невелика и во многом зависит от условий организации обучения и индивидуальных способностей. Следует отметить, что это относится к однотипной деятельности. Например, ребенок может активно заниматься только чтением (письмом, беседой и т.п.) не более 10 - 12 минут. Учитывая это, учитель должен разнообразить деятельность в течение одного урока. Кроме этого, важно иметь в виду, что дети не способны быстро и слишком часто переключать внимание с одного объекта на другой (за урок ребенок может переключаться на разные виды деятельности не более трех раз).

Особенности памяти таковы: ребенок не может одновременно воспринимать более двух объектов. У него преобладает непроизвольное запоминание, в то же время он способен и к произвольным действиям памяти. Использование наглядных средств обучения способствует развитию произвольного запоминания. Объем памяти резко возрастает при активном и осознанном восприятии и запоминании.

Шестилетние дети способны сосредоточенно, без отвлечений заниматься однотипной деятельностью 10-12 минут, что определяет требования к организации и структуре урока в первом классе.

Возрастные особенности детей седьмого года жизни (сложность произвольной регуляции деятельности, быстрая утомляемость и др.)

предполагают, что для них очень сложны статические нагрузки, ограничения двигательного режима, быстрое переключение с одного вида деятельности на другой и т.п.

Первоклассники способны точно выполнить инструкцию учителя, если она дана четко и кратко, а также представлена последовательность (алгоритм) действий. Им еще трудно оценить результат и качество своей работы, сравнить их с эталоном, самостоятельно исправить ошибки и внести коррективы по ходу деятельности. Однако у них преобладает пока завышенная самооценка, поэтому задача учителя постепенно и корректно формировать объективную самооценку школьника.

Следует помнить, что дети этого возраста эмоционально реагируют на неуспехи и неудачи в своей деятельности, могут болезненно относиться к стилю отношения взрослого к себе, эмоционально (иногда неадекватно) реагировать на замечания и критику своей деятельности, требуют постоянно положительной поддержки и одобрения.

Обучение первоклассников

Обучение первоклассников должно строиться с учетом особенностей организации деятельности детей 6-7 летнего возраста.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания детей в школе. Необходимо помнить, что такие качества отдельных детей, как невнимательность, неусидчивость, быстрая отвлекаемость, неумение управлять своим поведением, связаны с особенностями их психики, поэтому важно (особенно в адаптационный период) не делать детям резких замечаний, не одергивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ученика.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребенка. В начале обучения учитель должен предоставить каждому ребенку возможность работать в присущем ему темпе. Совершенно недопустимы в это

время замечания типа «Быстрее!», «Задерживаешь всех!» и т.п. Объем работы школьников должен увеличиваться постепенно.

Уровень развития функциональных систем и сформированности психических процессов детей (внимание, память, мышление, уровень произвольности), обеспечивающих успешность обучения, диктует необходимость предоставления детям разных по сложности учебных заданий и, что особенно важно, разную долю участия учителя в их выполнении. Учитель должен знать, что многие дети в этом возрасте могут выполнять задания только с помощью взрослого, который подсказывает последовательность действий. Это не является отрицательной характеристикой ученика, а отражает возрастные и индивидуальные особенности и уровень «школьной зрелости».

Стиль общения учителя с первоклассниками должен учитывать особенности поведения ребенка, связанные с его умением общаться со взрослыми и сверстниками. Среди первоклассников достаточно высок процент детей, испытывающих разного рода трудности общения в коллективе. Сюда относятся как гиперобщительные дети, мешающие учителю вести урок, так и боящиеся классно-урочной обстановки, стесняющиеся отвечать и производящие поэтому впечатление ничего не знающих или не слушающих учителя. И те, и другие требуют различных форм доброжелательной и терпеливой работы учителя.

Тон учителя должен быть доверительным и мягким. Недопустим авторитарный стиль общения учителя с первоклассниками. Нельзя пренебрегать и различными формами невербального общения - обнять ребенка, взять за руку, погладить по голове, дотронуться и т.п. Это не только успокаивает ребенка, но вселяет в него уверенность, ощущение того, что взрослый хорошо к нему относится. Необходимо обратить особое внимание на это положение, так как для первоклассника существенно важно доброе,

позитивное отношение к нему учителя, которое не должно зависеть от реальных успехов ребенка.

Требования к выполнению школьных норм поведения должны вводиться постепенно и не в форме указаний, а в форме пожеланий. Со стороны учителя недопустимы проявления раздражения, резкие замечания. Следует терпеливо и мягко еще и еще раз повторять необходимое правило.

Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребенка, попытку (даже неудачную) самостоятельно найти ответ на вопрос. Очень полезно давать детям творческие учебные задания: придумать что-то, догадаться, подобрать другие примеры и пр. Пусть при этом дети спорят, рассуждают, ошибаются, вместе с учителем находят правильное решение.

Особое внимание требуют дети с низким уровнем активности. Главная задача учителя – поощрять любое проявление инициативы, желание высказаться, ответить на вопрос, поработать у доски. Очень важно специально подготовить такого ребенка к ответу - стоять с ним рядом, поощрять, не боясь перехвалить, демонстрировать всему классу его успехи и активность. Нельзя спешить вызывать ребенка к доске, если учитель не уверен в правильности ответа, лучше пусть ученик ответит ему «на ушко», чтобы не демонстрировать классу ошибки ребенка.

В первом классе следует специально учить детей организовывать свою деятельность: планировать свои действия, менять условия работы (например, убрать учебник или тетрадь, сложить кассу букв, закрыть книгу и т.п.). Здесь требуется терпеливая длительная работа, в основе которой лежит пошаговая инструкция, подробно объясняющая, что и как делать («открыли кассу букв», «нашли кармашек для данной буквы», «убираем ее», «закрываем кассу...»).

При организации деятельности по решению учебной задачи необходимо учить детей планировать свои действия. Это нужно делать не только на уроках родного языка и математики, но и на всех остальных уроках. Особенно

эффективно использовать для этого уроки художественного труда, когда дети анализируют образец будущего изделия, выделяют последовательность действий. Очень важно побуждать детей проговаривать вслух последовательность действий, осуществлять самостоятельно контроль: сравнивать свою работу с образцом, находить ошибки, устанавливать их причины, самому вносить исправления. Причем формулировку требования лучше высказывать не в категорической форме, а в мягкой («Мне кажется, ты здесь ошибся», «Проверь, пожалуйста, нет у тебя ошибки вот здесь» и т.п.).

Необходимо обратить внимание на структуру урока в первом классе. Она должна быть «дробной», т.е. включать несколько (желательно связанных темой) видов деятельности. Как уже было подчеркнuto выше, недопустимо строить весь урок на одном виде деятельности, например, все тридцать пять минут читать, писать или решать арифметические задачи. Необходимо чередовать разные виды деятельности на уроке.

Для первоклассников еще очень актуальны виды деятельности, которыми они занимались в дошкольном детстве. Это прежде всего относится к игре. Поэтому следует активно включать игру в учебный процесс, а не запрещать игру, не исключать ее из жизни первоклассника. В первом классе игра имеет особое значение для формирования умения учиться – основной деятельности, которой занимается теперь ребенок. Принципиально важно обратить внимание на два вида игр – ролевые и игры с правилами (дидактические, подвижные, настольно-печатные).

Игра с правилами так же, как и учебная деятельность, обязательно дает результат, развивает самооценку, самоконтроль и самостоятельность. На первом году обучения (особенно в первые недели учебы) игры с правилами должны присутствовать на каждом уроке (дидактические), заполнять перемены и динамическую паузу (подвижные, настольно-печатные).

Дидактические игры всегда имеют учебную задачу, которую нужно решать. В процессе этих игр ребенок усваивает систему эталонов – этических,

сенсорных, практических и др. При использовании игры как метода обучения необходимо выполнять ряд условий: учебная задача должна совпадать с игровой; наличие учебной задачи не должно вытеснять игровую; необходимо сохранять игровую ситуацию; игра обязательно должна включать игровое правило (если, то...) и игровое действие.

Рольевые игры очень важны для формирования произвольного поведения, воображения, творчества ученика, так необходимого ему для обучения. Большие возможности для развития сюжетно-ролевых игр предоставляют уроки литературного чтения, математики, окружающего мира, искусства, в процессе которых дети могут разыгрывать различные роли реальных лиц или воображаемых героев.

Учитывая наглядно-образный характер мышления детей этого возраста, необходимо существенное место на уроках отводить моделирующей деятельности со схемами, моделями звуков, геометрическими формами, объектами природы и т.п. При этом раздаточный материал, который находится перед каждым ребенком, должен полностью совпадать с демонстрационным. Необходимо помнить, что использование только демонстрационного, зачастую иллюстративного материала, привлекающего ребенка своей формой, а не содержанием, нередко приводит к обратному результату: внимание детей фиксируется на ярких, но несущественных для решения учебной задачи деталях и свойствах. В этом случае работа не дает желаемого результата, не способствует развитию мышления. Опора на наглядно-действенное и наглядно-образное мышление первоклассников в обучении способствует формированию логического мышления.

Рассмотрим особенности организации образовательного процесса в 1 классе в контексте новых СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением

Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от «29» декабря 2010 г. № 189.

Требования к возрасту детей, поступающих в первый класс

Оптимальный возраст начала школьного обучения – не ранее 7 лет (п. 10.1). В 1-е классы принимают детей 8-го или 7-го года жизни. Прием детей 7-го года жизни осуществляют при достижении ими к 1 сентября учебного года возраста не менее 6 лет 6 месяцев.

Обучение детей, не достигших 6 лет 6 месяцев к началу учебного года, следует проводить в условиях дошкольного образовательного учреждения или в общеобразовательном учреждении с соблюдением всех гигиенических требований к условиям и организации образовательного процесса для детей дошкольного возраста (п. 10.2).

Учебная нагрузка обучающихся первых классов

Продолжительность учебного года для обучающихся первых классов – 33 учебных недели.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательного учреждения, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не должно в совокупности превышать величину недельной образовательной нагрузки (п.10.5).

Величину недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемую через урочную и внеурочную деятельность, определяют в соответствии с таблицей 1.

Таблица 1.

Гигиенические требования к максимальным величинам
недельной образовательной нагрузки

Классы	Максимально допустимая недельная нагрузка академических часов
--------	---

	При 6-дневной неделе, не более	При 5-дневной неделе, не более
1	-	21
2-4	26	23

Образовательную недельную нагрузку необходимо равномерно распределять в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры (п.10.6).

Особенности расписания уроков первоклассников

Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков не допускается. Обучение первоклассников должно быть организовано в первую смену (п.10.4).

Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (п.10.7).

При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели. Для обучающихся I ступени образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры.

Наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма отмечается с 10 до 12 часов, поэтому для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводиться на 2 уроке.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках (п. 10.8).

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу (п. 10.11).

Согласно «Гигиеническим рекомендациям к расписанию уроков» (Приложение 3 к СанПиН 2.4.2.2821-10) при правильно составленном расписании уроков наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду. На основании выше сказанного можем сделать вывод, что в 1 классе 5 уроков проводим в середине недели (во вторник или среду). Также в этот день обязателен урок физической культуры.

Дополнительные требования к обучению в 1-м классе

В п. 10.10. перечислены дополнительные требования к обучению в 1-м классе:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения;
- организация дневного сна, 3-х разового питания и прогулки для детей, посещающих группу продленного дня;
- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии:
 - в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый;
 - в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый;
 - январь - май - по 4 урока по 45 минут каждый.

Профилактика переутомления

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз (приложение 4 и приложение 5 к СанПиН 2.4.2.2821-10).

Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 классе не должна превышать 7-10 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35см (п.10.18).

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно следующим требованиям:

- Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения не более 10 мин.
- Просмотр телепередач не более 15 мин.
- Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения не более 15 мин.
- Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой не более 15 мин.
- Прослушивание аудиозаписи не более 20 мин.
- Прослушивание аудиозаписи в наушниках не более 10 мин.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5 к СанПиН 2.4.2.2821-10), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10).

Для увеличения двигательной активности обучающихся рекомендуется в учебные планы для обучающихся включать предметы двигательного

активного характера: хореография, ритмика, современные и бальные танцы, обучение традиционным и национальным спортивным играм (п.10.21).

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, может обеспечиваться за счет:

- физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений (приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10);
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах (п.10.22).

Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля, при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале (п.10.23).

Организация и режим работы группы продлённого дня

При организации работы групп продлённого дня необходимо руководствоваться требованиями, изложенными в приложение 6 к СанПиН 2.4.2.2821-10.

Общие положения.

Комплектовать группы продленного дня рекомендуется из обучающихся одного класса, либо параллельных классов. Пребывание обучающихся в группе продленного дня, одновременно с образовательным процессом, может охватывать период времени пребывания обучающихся в общеобразовательном учреждении с 8.00-8.30 до 18-19.00 часов.

Помещения групп продленного дня для обучающихся I-VIII классов целесообразно размещать в пределах соответствующих учебных секций, включая рекреации.

Рекомендуется для обучающихся первых классов группы продленного дня выделять спальные помещения и игровые комнаты. При отсутствии в общеобразовательном учреждении специальных помещений для организации сна и игр могут быть использованы универсальные помещения, объединяющие спальню и игровую, оборудованные встроенной мебелью: шкафы, одноярусные кровати.

Режим дня.

Для обеспечения максимально возможного оздоровительного влияния и сохранения работоспособности обучающихся, посещающих группы продленного дня, необходима рациональная организация режима дня, начиная с момента прихода в общеобразовательное учреждение, и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Наилучшим сочетанием видов деятельности обучающихся в группах продленного дня является их двигательная активность на воздухе до начала самоподготовки (прогулка, подвижные и спортивные игры, общественно полезный труд на участке общеобразовательного учреждения, если он предусмотрен образовательной программой), а после самоподготовки - участие в мероприятиях эмоционального характера (занятия в кружках, игры, посещение зрелищных мероприятий, подготовка и проведение концертов самодеятельности, викторин и другие мероприятия).

В режиме дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, дневной сон для обучающихся 1-х классов и ослабленных обучающихся II-III классов, самоподготовка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Отдых на свежем воздухе.

После окончания учебных занятий в общеобразовательном учреждении для восстановления работоспособности обучающихся перед выполнением домашних заданий, организуется отдых длительностью не менее 2 часов. Основная часть этого времени отводится на свежем воздухе. Целесообразно предусмотреть прогулки:

- до обеда, длительностью не менее 1 часа, после окончания учебных занятий в школе;
- перед самоподготовкой, в течение часа.

Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В зимнее время полезно организовать занятия конькобежным спортом, лыжами 2 раза в неделю. В теплое время года рекомендуется организовать занятия легкой атлетикой, волейболом, баскетболом, теннисом и другими спортивными играми на открытом воздухе. Рекомендуется также использовать плавательный бассейн для занятий плаванием и водным спортом.

Обучающиеся, отнесенные к специальной медицинской группе или перенесшие острые заболевания, во время спортивных и подвижных игр выполняют упражнения, не связанные со значительной нагрузкой.

Одежда обучающихся во время занятий на открытом воздухе должна предохранять их от переохлаждения и перегревания и не стеснять движений.

В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

Местом для отдыха на свежем воздухе и проведение спортивного часа может быть пришкольный участок или специально оборудованные площадки. Кроме того, для этих целей могут быть использованы прилежащие скверы, парки, лес, стадионы.

Организация дневного сна для первоклассников

Сон снимает усталость и возбуждение детей, длительное время находящихся в большом коллективе, повышает их работоспособность. Длительность дневного сна должна быть не менее 1 часа.

Для организации дневного сна должны быть выделены либо специальные спальные, либо универсальные помещения, площадью из расчета 4,0 м² на одного учащегося, оборудованные подростковыми (размером 1600X700 мм) или встроенными одноярусными кроватями.

При расстановке кроватей необходимо соблюдать расстояние между: длинными сторонами кровати - 50 см; изголовьями - 30 см; кроватью и наружной стеной - 60 см, а для северных районов страны - 100 см.

За каждым обучающимся должно быть закреплено определенное спальное место со сменой постельного белья по мере загрязнения, но не реже 1 раз в 10 дней.

Спальные помещения рекомендуется проветривать за 30 минут до сна, сон проводить при открытых фрамугах или форточках.

Внеурочная деятельность.

Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.

Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, должны составлять не более 50 минут в день для обучающихся 1-2 классов. На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии. Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаще двух раз в

неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1-3 классов.

Рекомендуется для организации различных видов внеурочной деятельности использовать общешкольные помещения: читальный, актовый и спортивный залы, библиотека, а также помещения близко расположенных домов культуры, центры детского досуга, спортивные сооружения, стадионы.

Питание.

Правильно организованное и рациональное питание является важнейшим оздоровительным фактором. При организации продленного дня в общеобразовательном учреждении, должно быть предусмотрено трехразовое питание обучающихся: завтрак - на второй или третьей перемене во время учебных занятия; обед - в период пребывания на продленном дне в 13-14 часов, полдник - в 16-17 часов.

II. Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период

Особенности адаптации первоклассников к школьной жизни

Для успешного обучения школьников необходимо учитывать особенности их адаптации (привыкания, приспособления) к школьной жизни.

Первый год обучения особенно трудный для ребенка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и сверстникам. Более неблагоприятно адаптация протекает у детей с нарушениями физического и психологического здоровья.

Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация может проходить по-разному. Значительная часть детей (их обычно 50-60%) адаптируется в течение первых двух-трех месяцев обучения. Это проявляется в том, что ребенок привыкает к коллективу, ближе узнает своих одноклассников, приобретает друзей. У детей, благополучно прошедших адаптацию, преобладает хорошее настроение, активное

отношение к учебе, желание посещать школу, добросовестно и без видимого напряжения выполнять требования учителя.

Другим детям (их примерно 30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу выполняют требование учителя, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами (дерутся, капризничают, жалуются, плачут). У этих детей встречаются трудности и в усвоении учебных программ.

И, наконец, в каждом классе есть примерно 14% детей, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Такие дети отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно с этими детьми не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста: они ведут себя вызывающе, задираются, мешают проводить урок и пр.

Наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы. Активный период обучения должен начинаться после «острого» периода адаптации.

Учитель строит свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации шестилетних детей к школе. Он должен быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Нецелесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей неуверенных в себе, стеснительных, демонстрировать перед всеми недостатки и ошибки отдельных детей.

Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах.

Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

Особенности организации обучения в адаптационный период

В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в первых классах применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки

Согласно п. 10.10 СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от «29» декабря 2010 г. № 189 в первом классе в сентябре и октябре проводится по 3 урока по 35 минут каждый. В письме «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» сказано: «...в сентябре-октябре проводится ежедневно по три урока. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми». Чтобы выполнить задачу снятия статического напряжения школьников предлагается на четвертых уроках использовать не классно-урочную, а иные формы организации учебного процесса.

В течение восьми недель учитель может планировать последними часами уроки физической культуры, а также уроки по другим предметам в форме уроков-игр, уроков-театрализаций, уроков-экскурсий, уроков-импровизаций и т.п. Поскольку эти уроки также являются обучающими, то фактически в иной, нетрадиционной форме изучается или закрепляется программный материал.

Использование «ступенчатого» режима обучения в 1-ом классе приводит к расхождению в количестве часов фактически реализованных учителем и протарифицированных ему на начало учебного года.

Согласно п. 2.17 методических рекомендаций по ведению классных журналов в общеобразовательных учреждениях Саратовской области (Письмо министерства образования Саратовской области от 18.02.2008г. № 1143) в 1-ых классах в сентябре-октябре проводится ежедневно по три урока, остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми, поэтому тема 4-ого урока в графе «что пройдено на уроке» записывается в нетрадиционной форме, например, «Поле чудес. Музыка вокруг нас», «Игра-путешествие. Знакомство с мастером изображения» и т.д.

Уроки физической культуры в течение первых двух месяцев (24 урока, по три урока в неделю) направлены, в первую очередь, на развитие и совершенствование движений детей и по возможности проводятся на свежем воздухе. На уроках используются различные игры и игровые ситуации.

При проведении трех уроков в день в течение двух месяцев четвертые учебные часы следует планировать иначе, чем традиционные уроки. Эти 48 часов учебной нагрузки (8 недель по 1 уроку ежедневно и один день в неделю – 2 урока) можно распланировать следующим образом: 24 урока физкультуры и 24 нетрадиционных урока, которые можно распределить между разными предметами, используя гибко расписание уроков. К примеру:

- 4 урока окружающего мира (экскурсии);
- 4 урока изобразительного искусства (экскурсии, игры, импровизации, театрализации и т.п.);
- 8 уроков технологии (экскурсии, игры, импровизации, конкурсы и т.п.);
- 4 урока музыки (театрализации, импровизации и т.п.);
- 4 урока математики (игры, экскурсии).

Помимо общих рекомендаций по организации уроков в адаптационный период выявляется специфика организации уроков по отдельным предметам.

Организация уроков математики

Начальный период адаптации (приблизительно один месяц) совпадает с проведением подготовительной работы к восприятию понятий числа, отношения, величины, действий с числами и др. (так называемый дочисловой период). Дети в этот период учатся целенаправленно проводить наблюдения над предметами и группами предметов в ходе их сравнения, расположения в пространстве, классификации по признакам (цвет, форма, размер), получая при этом количественные и пространственные представления. Наряду с расширением математического кругозора и опыта детей, формированием их коммуникативных умений и воспитанием личностных качеств, специальное внимание уделяется развитию математической речи детей, их общелогическому развитию.

Дальнейшая работа по ознакомлению детей с числами и действиями с ними строится на основе полной предметной наглядности в ходе проведения игр, практических работ, экскурсий и др.

В зависимости от характера заданий дети могут на уроке вставать из-за парт, свободно перемещаться, подходить к столу учителя, к полкам, игрушкам, книгам и т.д. На уроках часто используются игровые приемы обучения. Большое место на занятиях математикой следует отводить дидактическим играм, позволяя детям подвигаться, обеспечивая смену видов деятельности на уроке. Для развития пространственных представлений у первоклассников полезно использовать разнообразные дидактические материалы (строительные наборы, конструкторы и пр.),

Изучение, некоторых вопросов курса математики в этот период может проходить не только на уроках в классе, но и уроках-играх в хорошо оборудованной игровой комнате и уроках-экскурсиях. Один урок математики каждую неделю рекомендуется проводить на воздухе.

Перечисленные формы организации учебной деятельности могут быть использованы при изучении следующих вопросов программы:

1. Признаки предметов (сравнение предметов по цвету, размеру, форме): экскурсии по шкале, школьному двору и на спортивную площадку с включение игр «Как найти свою группу», «Кто первый», «Угадай-ка», «Кто дальше, кто выше, кто больше», «Научи другого» и др.; экскурсия в кабинет математики.

2. Пространственные представления, взаимное расположение предметов: экскурсии в парк, по улицам города, на пришкольный участок; подвижные игры с различными заданиями.

3. Сравнение групп предметов по их количеству, счет предметов: экскурсии по школе, в парк, магазин.

Организация уроков окружающего мира

Адаптационный период совпадает по времени с сезоном года, когда в большинстве регионов страны имеются благоприятные возможности для проведения экскурсий и целевых прогулок, в ходе которых происходит непосредственное знакомство детей с окружающим миром. Тем самым обеспечивается накопление чувственного опыта, реальных ярких впечатлений, которые очень важны для успешного познания окружающего. Следует, однако, отметить, что замена всех уроков окружающего мира прогулками и экскурсиями нецелесообразна, поскольку в этом случае эффективность последних может значительно снизиться. Проведенные наблюдения должны быть осмыслены, обобщены, встроены в формирующуюся систему представлений ребенка о мире, а это возможно именно на уроке.

Экскурсии и целевые прогулки определены образовательной программой, по которой обучаются школьники. На порядок проведения экскурсий могут повлиять погода, социальная обстановка, творческие задумки учителя, содержание занятий по другим учебным предметам.

Кроме экскурсий и целевых прогулок целесообразно на уроках окружающего мира изучение части материала в форме подвижных игр и игр-

театрализаций. Подвижные игры, игры-театрализации проводятся в классной комнате, рекреации, в спортивном зале, в хорошую погоду – на пришкольном участке.

Все перечисленные формы организации учебной деятельности могут быть использованы при изучении следующих вопросов программы.

1. Признаки осени: экскурсии «Золотая осень», «Природа вокруг нас», «Во саду ли в огороде»;

2. Разнообразие природы: экскурсии и целевые прогулки «Разнообразие растений», «Деревья твоего двора», «Что за дерево»; через подвижные игры «Комнатные растения»;

3. Социальное окружение: экскурсия по школе для знакомства с различными помещениями, их назначением, с работниками школы, с некоторыми правилами поведения в школе; экскурсия по улицам города, в общественное учреждение (детская библиотека, магазин, почта). Тематика экскурсий может быть самая различная, например, «Наш город (село)», «Дорога от школы до...» (особое внимание обращается на места опасного перехода). Также ознакомление с социальным окружением может проходить через подвижные игры, раскрывающие правила дорожного движения, правила поведения в школе, общественных учреждениях, в транспорте; можно провести игры «Поздравляем с днем рождения», «Давайте знакомиться».

4. Здоровье: подвижные игры, например, «Чистота - залог здоровья».

Организация уроков музыки

Игровой элемент присущ внутренней природе искусства. Поэтому занятия искусством несут в себе огромное компенсирующее воздействие.

Основой изучения закономерностей музыкального искусства учащимися являются простейшие музыкальные жанры – песня, танец, марш, их интонационно-образные особенности. В связи с этим учебная деятельность первоклассников на уроках музыки может включать в себя ярко выраженные игровые элементы.

Учителем могут использоваться следующие образно-игровые приемы:

- пластическое интонирование;
- музыкально-ритмические движения;
- свободное дирижирование;
- игра на элементарных музыкальных инструментах;
- разыгрывание и инсценировки стихов к музыке и др.

Эти приемы позволяют сделать процесс освоения музыки как искусства увлекательным, интересным, насыщенным разнообразными формами деятельности учащихся, что устранил двигательную пассивность и перегрузки детей в первые месяцы их обучения.

Организация уроков изобразительного искусства

В период адаптации к новым для ребенка условиям школьного обучения художественным занятиям принадлежит особая роль. Художественная деятельность органически присуща всей жизнедеятельности ребенка. Игры детей всегда связаны с организацией специального пространства. Потребность что-то изображать, рисовать, рассматривать – необходимый и специфический способ познания мира. Ребенок не столько создает некое произведение, сколько выражает свое состояние. В это время учитель имеет возможность сопереживать вместе с ребенком, на равных с ним создавать особую реальность на листе бумаги или в куске пластилина. Художественная деятельность ребенка предполагает особую установку учителя на творческое сотрудничество, на доверительность отношений. Поэтому сама атмосфера и цели художественных занятий предполагают свободные игровые формы общения.

Художественные занятия в период адаптации должны иметь различные формы:

- прогулки и экскурсии в парк или лес с целью развития навыков восприятия, эстетического любования и наблюдательности, а также сбора

природных материалов для дальнейших художественных занятий (например, тема урока "Золотые краски осени");

– экскурсия в мастерскую народных умельцев своего края или в художественно-краеведческий музей (уголок школьного музея народного декоративно-прикладного искусства) (например, тема урока "Красота изделий народных умельцев");

– игры (например, тема урока "Игра в художника и зрителя").

Чтобы ребенок понял и создал художественный образ, ему надо в него воплотиться, изобразить его через движения своего тела. Это создает разнообразие форм деятельности и полноту впечатлений на уроках ИЗО, способствуя снятию напряжения.

Организация уроков технологии

Основные направления работы на первых уроках технологии включают в себя расширение сенсорного опыта детей, развитие моторики рук, формирование познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления и др.), координации движений, формирование первоначальных приемов работы с ручными инструментами и пр.

Так же, как и другие уроки, часть уроков технологии рекомендуется провести в форме экскурсий или игр.

1. Подготовительная работа к созданию художественного образа на уроках технологии может проходить на таких экскурсиях, как «Красота окружающей природы», «Образы родного края», «Сказочные животные», «Птичий базар». Здесь происходит тренировка умения видеть образы в окружающих предметах, которые в последствии дети будут воплощать в своих работах.

2. Сбор природного материала целесообразно пронести на экскурсии «Природа – художник и скульптор» («Что нам дарит природа?»). Дети заготовят для дальнейшей работы на уроках листья, семена, корни, шишки, веточки, плоды и другой природный материал.

Экскурсия может включать игры-соревнования на развитие глазомера, чувства цвета, формы. Например, можно предложить игры «Собери листочки одинаковой формы», «Кто больше придумает образов, которые можно сделать из шишки (желудя и др.)», «Из каких природных материалов можно сделать фигурку лисички».

Уроки на свежем воздухе могут включать игры и конкурсы, связанные с подбором природного материала: «Кого тебе напоминает эта веточка (шишка)? » «Найди листочки, напоминающие по форме перо птицы и т.д.»

3. Можно предложить уроки-конкурсы с использованием изготовленных поделок, например, театрализованный конкурс «Озвучь тот персонаж, который ты изобразил» или урок-игра «Бумажная авиация», включающий в себя запуск моделей самолетов из бумаги и игры-соревнования, например, на дальность полетов.

4. Если позволяют местные условия, хорошо провести экскурсию «Искусство на радость людям» на местное производство, где используется текстиль, бумага, глина и пр.

5. Работа на пришкольном участке, в цветнике, уборка сухих листьев может также стать содержанием уроков технологии при наличии инвентаря, соответствующего возрасту ребенку.

Данные рекомендации по проведению уроков помогут учителю в реализации требований ФГОС НОО, СанПин, в создании благоприятных условий для адаптации детей к школе, снятии статического напряжения школьников при одновременном выполнении образовательных программ по всем предметам.