

Принято на педагогическом
совете гимназии № 12
Протокол № 1 от 29.09.2025 г.



Введено в действие с изменениями
приказом № 259 от 29.08.2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ № 12
об организации процесса обучения в 1 классе в адаптационный период
(сентябрь – октябрь)

1. Общие положения.

1.1. Настоящее положение регламентирует организацию обучения первоклассников в адаптационный период и разработано на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями от 18.07.2022 № 569);
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 16.11.2022 г. № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (с изменениями от 18.05.2023 № 372);
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 г. № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования: от 8 июня 2025 г. № 467;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методических рекомендаций по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период от 01.07.2025 № 03-1326;
- основной образовательной программы начального общего образования МОУ гимназии №12, утверждённой приказом МОУ гимназии № 12 от 29.08.2025 № 265.

1.2. Данное положение поможет учителю в реализации требований Санитарных правил, в создании благоприятных условий для адаптации детей к обучению в гимназии, снятии статического напряжения детей при одновременном выполнении образовательных программ по всем предметам.

1.3. Начальный период обучения в первом классе должен создать благоприятные условия для адаптации ребенка к гимназии, обеспечивающие ему дальнейшее благополучное развитие, обучение и воспитание.

2. Цель и задачи.

2.1. Цель: создание социально-педагогических условий для успешной адаптации первоклассников к обучению в гимназии.

2.2. Задачи:

- социально-педагогическое сопровождение обучающихся во время адаптационного периода;

- предупреждение дезадаптации первоклассников, приводящее к нарушению овладения учебной деятельностью, трудностям в общении и взаимодействии с окружающими;
- оказание помощи ребенку освоить позицию гимназиста;
- введение понятия оценки, самооценки и различных ее критерий;
- подготовка родителей к новой роли — родителя гимназиста.

3. Организация адаптационного периода.

3.1. Режим образовательного процесса первоклассников в адаптационный период утверждается директором гимназии ежегодно согласно календарному годовому графику гимназии.

3.2. На основе требований санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, установлены следующие требования к организации школьной жизни обучающихся в первом классе:

3.2.1. Ступенчатый режим обучения. Снижение учебной нагрузки в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.2.2. Организация мероприятий для обеспечения двигательной активности и профилактики переутомления.

В середине учебного дня организуется динамическая пауза не менее 40 минут. Рекомендуются во время динамической паузы проводить игры средней подвижности. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей с целью создания благоприятных условий для снятия утомляемости и укрепления здоровья обучающихся. Проведение физкультминутки на уроке обязательно.

3.2.3. Особенности контрольно-оценочной деятельности в первом классе.

Учитель организует необходимую работу по ознакомлению детей, их родителей с особенностями контрольно-оценочной деятельности в первом классе, разъясняет им необходимость и целесообразность идеи организации контроля достижений ребенка без балльной оценки. Результаты работы первоклассников оцениваются только словесно.

3.3. Планирование недельной нагрузки в условиях ее уменьшения.

В соответствии с требованиями санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» в сентябре-октябре недельная нагрузка первоклассников не превышает 15 часов, то есть при пятидневной учебной неделе – 3 урока в день. При сокращении часов необходимо учитывать следующие рекомендации. В первую очередь уменьшаются часы учебных предметов, которые имеют максимальное количество баллов по шкале трудности – математика, русский язык, окружающий мир, литературное чтение. Вместе с тем сокращение допускается не более, чем 1 час в неделю по каждому предмету. Это требует от учителя проявления особого внимания к отбору содержания каждого урока и применению динамичных, практико-ориентированных, игровых методик, облегчающих усвоение и не перегружающих формально память обучающихся.

Учебные предметы «Русский язык», «Математика» сокращаются на один час в неделю, а «Литературное чтение» на 0,5 часа. Учебный предмет «Окружающий мир» относится к числу наиболее объемных по содержанию текстов в учебнике, объяснений учителя, бесед, поэтому является трудным для восприятия, чтения первоклассниками и их общения во время учебных занятий. Учитывая особенности адаптационного периода, целесообразно в сентябре-октябре проводить по 1 уроку в неделю. Учитель может компенсировать содержание второго урока за счет проведения наблюдений, целевых прогулок и

экскурсий в природу, в учреждения культуры и места трудовой деятельности людей. Учебные предметы «Музыка» и «Изобразительное искусство» сокращаются на 0,5 часа. Это означает, что возможны два варианта планирования этих уроков:

- 1) проведение одного урока в неделю в режиме интеграции содержания уроков ИЗО и музыки;
- 2) проведение по очереди уроков ИЗО и музыки: первая и третья неделя – урок изобразительного искусства; вторая и четвертая неделя – урок музыки. Целесообразно предусматривать использование музыки и изобразительного искусства на уроках литературного чтения и окружающего мира, что может компенсировать уменьшение числа часов на изучение этих предметов. «Труд (технология)» – учебный предмет, который требует развития умений пользоваться ножницами, осуществлять измерения с помощью линейки, складывать бумагу, делать аппликацию и др., поэтому рекомендуется в период адаптации к гимназии уменьшить число часов и проводить уроки труда через неделю. Это позволит в медленном темпе начать становление умений и навыков, которыми дети не овладели в период дошкольного детства.

Пример распределения часов по учебным предметам:

Первая и третья неделя

Русский язык – 4 ч.
Литературное чтение – 4 ч.
Математика – 3 ч.
Окружающий мир – 1 ч.
Музыка – 0,5 ч.
Изобразительное искусство 0,5 ч.
Труд (технология) – 0 ч.
Физическая культура – 2 ч.
Всего: 15 часов.

Вторая и четвертая неделя

Русский язык – 4 ч.
Литературное чтение – 3 ч.
Математика – 3 ч.
Окружающий мир – 1 ч.
Музыка – 0,5 ч.
Изобразительное искусство - 0,5 ч.
Труд (технология) – 1 ч.
Физическая культура – 2 ч.
Всего 15 час.

4. Требования к организации урока

4.1. Структура урока должна быть дробной – включать несколько видов деятельности, но не более шести. Оптимальная плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общей продолжительности урока в процентах) составляет не менее 60% и не более 80%.

4.2. Общая продолжительность письма на уроке для учащихся в возрасте 7–8 лет – не более 10 минут.

4.3. В первых классах в течение урока обязательно проведение двух физкультминуток по 1,5 - 2 минуты каждая, после второго и третьего урока - подвижные перемены по 20 минут. Их рекомендуется проводить на 10 и 20 мин. урока. Исключения могут составлять уроки физической культуры, ритмики и т.п.

4.4. Продолжительность непрерывных занятий с использованием компьютеров на уроках для учащихся в возрасте 7–10 лет не должна превышать 20 минут. Изображение на экране должно быть четким, контрастным, не иметь бликов и отражений рядом стоящих предметов. Расстояние от глаз до экрана компьютера должно быть не менее 50 см.

4.5. При использовании других аудиовизуальных технических средств обучения (ТСО) длительность их непрерывного применения в учебном процессе определяют в соответствии с таблицей:

Классы	Длительность просмотра (мин)	
	кинофильмов	телепередач
1–2	15–20	15

4.6. Вес ранца с ежедневными учебными комплектами не должен превышать: для учащихся 1 классов – 2, 2 кг.

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

5. Организация уроков в адаптационный период.

5.1. Особенности изучения русского языка и литературного чтения

В соответствии с учебным планом, зафиксированным в образовательной программе начального общего образования, на изучение «Русского языка» отводится 5 часов в неделю и на изучение «Литературного чтения» – 4 часа. Однако для обеспечения «ступенчатого режима» в сентябре-октябре может происходить сокращение количества уроков русского языка до 4 часов в неделю и литературного чтения до 3 часов 1 раз в 2 недели. В связи с этим при принятии конкретных решений для полноценного прохождения программ, образовательная организация должна учитывать несколько принципиальных моментов, заключающихся в том, что при сокращении учебных часов в адаптационный период необходимо:

а) избегать сокращения общего объема учебного времени, отводимого в программе на отработку действий звукового анализа и моделирования, так как они являются основой успешности дальнейшего изучения русского языка, фундаментом будущей орфографической грамотности;

б) не планировать изучение на одном уроке двух разных букв и не исключать обобщающие уроки, на которых предусмотрена отработка группы изученных букв;

в) исключить интенсификацию обучения написания букв и не сокращать подготовительный период до введения первой буквы, поскольку современные первоклассники не отличаются высоким уровнем развития мелкой моторики, у многих обучающихся существуют проблемы со зрительным и пространственным восприятием, со зрительно-моторными координациями; если в первые недели ускорять процесс овладения графическим навыком и не давать первоклассникам возможности преодолеть имеющиеся проблемы, то у значительного числа детей проблемы с почерком останутся надолго. Таким образом, при сокращении на один час количества уроков русского языка не целесообразно объединять содержание нескольких предусмотренных программой уроков в один. Важно идти в соответствии с планированием, а 8 часов (по одному часу в течение двух первых месяцев) восполнить за счет:

1) резерва учебных часов, заложенный в федеральной рабочей программе для увеличения продолжительности периода обучения грамоте с 20 до 23 учебных недель;

2) наращивания интенсивности изучения программного материала в декабре-феврале, когда для большинства первоклассников адаптационный период уже пройден, алгоритм изучения букв отработан.

В условиях сокращения до 3 часов в неделю уроков литературного чтения необходимо учитывать, что на этих уроках идёт не только знакомство с новыми буквами и закрепление навыка чтению, но и проводится специальная работа по формированию навыка аудирования, поэтому предусмотрены уроки, направленные на восприятие художественного произведения через слушание. Это позволяет организовать процесс знакомства с художественным произведением, способствующий обогащению читательского опыта и интереса к детской книге у первоклассников.

Организация литературного слушания в адаптационный период первоклассников не только необходимый этап подготовки к освоению программы по литературному чте-

нию в последующих классах, но и важное условие сохранения преемственности при вхождении в мир искусства слова и формирования чуткого и думающего читателя, так как: деятельность слушания преобладала в дошкольных организациях при знакомстве с детскими книгами; на этапе дошкольного детства посредником между художественным произведением и ребёнком выступал взрослый, квалифицированный читатель; несформированность навыка чтения в адаптационный период сдерживает процесс самостоятельной работы с детскими книгами. Однако такие уроки могут проводиться в нестандартной форме, что позволяет в условиях 3 часов в неделю интегрировать их содержание в другие уроки. При организации слушания художественного произведения важно учитывать:

- характер и динамику художественного восприятия, свойственные первоклассникам;
- связь восприятия с эстетическим и нравственным развитием младших школьников;
- объём произведения для слушания, который должен быть небольшим и доступным по содержанию, чтобы первоклассники могли целостно воспринять предложенный для слушания текст.

5.2. Особенности изучения математики.

С целью создания благоприятных условий адаптации первоклассников предлагается вариант обучения, при котором математика изучается 3 урока в неделю в течение 8 недель в классе, а предметное содержание оставшегося часа оптимизируется. Направления оптимизации для уроков математики включают сокращение подготовки к изучению нового материала, опору на предшкольную подготовку и реализуется в формах, отличных от урока. Содержание, имеющее практический характер, будет осваиваться учеником в формах, отличных от обычного урока. Выделим это содержание и возможные формы работы.

Содержание	Форма работы
Характеристики объекта, группы объектов (количество, форма, размер)	Прогулка, экскурсия (сбор природного материала, изготовление поделок). Игры на школьной спортивной площадке (со счетом, использованием математической терминологии – круг, прямоугольная форма и др.)
Установление пространственных отношений, ориентировка на плоскости листа, парты, доски	Экскурсия по гимназии, составление маршрутов. Обсуждение устройства пришкольного участка
Сравнение без измерения: выше — ниже, шире — уже, длиннее — короче; длиннее, короче, одинаковые по длине. Сравнение геометрических фигур: общее, различное	Работа с наглядными пособиями, обсуждения и практические действия во время прогулки (сравнение размеров доступных объектов на глаз, прикладыванием, с помощью выбранной мерки), экскурсия в кабинет математики (знакомство с измерительными инструментами, пространственными фигурами и др.)
Конструирование целого из частей (чисел, геометрических фигур)	Игры в кабинете (конструктор, Танграм и другие), сюжетно-ролевые и дидактические игры под руководством педагога
Установление закономерности и в продолжение ряду заданных объектов: её обнаружение, продолжение ряда	Игры с в кабинете (например, использованием игрального кубика, ранжирование наглядного материала), игры во время прогулки
Работа с таблицей	Чтение и составление графика дежурств, календаря или дневника природы

С целью предупреждения затруднений в освоении математики, предлагается также на обязательное проведение устной работы математическом содержании (устный счет – количественный и порядковый, работа с составом числа, математической терминологией

– названия геометрических форм, описание хода сравнения, измерения с помощью выбранной мерки).

Характеристика содержания обучения математике в адаптационный период

В течение первого месяца обучения математике педагог организует работу по обобщению предшкольного опыта ребенка (этот опыт имеется даже у детей, не посещавших дошкольную образовательную организацию): описание предмета (форма, размер), его положения в пространстве или на плоскости (слева-справа от, над-под и т.п.); описание взаимного расположения двух объектов; нахождение общего и различного у двух объектов (треугольника и четырехугольника, одноэтажного и многоэтажного дома, тетради и учебника и т.д.). Обобщаются представления о числах в пределах 5: их последовательный и порядковый счет, установление соответствия между числом и количеством, сравнение количеств с переходом к устному выводу о том, какое число больше или меньше.

В ходе наблюдения за группами предметов окружающего и знакомыми математическими объектами (изучаемыми геометрическими фигурами, числами, схемами), первоклассники учатся устанавливать общие свойства, находить основания для сравнения, группировать по заданному признаку. С целью расширения математического кругозора и практических навыков дети рисуют от руки или чертят с помощью карандаша и линейки на клетчатой бумаге знакомые фигуры, проводят линии по точкам, по пунктирным линиям. Первоклассники учатся правильно называть математические объекты (число, цифра, количество, порядок, свойство) и использовать их в речи под руководством учителя.

Параллельно целесообразно организовывать игры с использованием счета, описания объектов и их количеств: группы объектов расставляются в заданном или самостоятельно выбранном порядке (дети – по росту, по возрасту, по месяцу и дню рождения; дома – по числу этажей; книги – по толщине и т.д.). Кабинеты, в которых обучаются первоклассники, всегда содержат наглядные материалы, настоящие игры, конструкторы. Все это может быть использовано для работы по предмету. В октябре работа с математическим материалом становится систематической. Дети последовательно знакомятся с числами от 1 до 5, от 6 до 9, с числом и цифрой 0, числом 10 и десятком. На уроках обязательно организуется работа с разрезным материалом для лучшего усвоения знаний и овладения действием моделирования, которое будет использоваться в дальнейшем (для представления отношений, текста задачи и т.п.). Первичные представления о числах первого десятка дети могут использовать во время прогулок, экскурсий. Во время подвижных игр первоклассники могут соревноваться в назывании математических терминов, составлении предложений с числами («В моем доме 9 этажей», «Я знаю сказку «Волк и семеро козлят»»). Учитель обратит внимание, что в первые два месяца не изучаются темы, которые не будут иметь продолжения в первом классе. Поэтому при необходимости отдельные темы могут быть рассмотрены в адаптационный период ознакомительно, а в дальнейшем изучены более основательно (например, сравнение геометрических фигур, состав чисел в пределах 10).

5.3. Особенности изучения «Окружающего мира» в сентябре-октябре

Корректировка процесса изучения учебного предмета «Окружающий мир» в адаптационный период идет за счет уменьшения недельной нагрузки до 1 часа. Но специфика этого предмета позволяет компенсировать программное содержание формами детской деятельности, которые проводятся вне учебного расписания во внеурочное время. Предмет «Окружающий мир» совпадает с потребностями детей этого возраста расширять свое взаимодействие с миром вокруг: общаться с объектами природы, людьми, участвовать в жизни общества. Поэтому существенное место в школьной жизни ребенка могут занимать формы чувственного познания.

Во внеучебное время кратковременные занятия целесообразно проводить не в помещении гимназии, а в ближайшем природном и социальном окружении. Например, знакомство с осенними изменениями в природе, которое приходится на сентябрь-октябрь, целесообразно проводить в парке, сквере, на водоеме (занятия-наблюдения, целевые про-

гулки, экскурсии). При участии родителей можно провести экскурсии на социальные объекты (теплица, краеведческий музей, дом-музей известного писателя, исторические памятники населенного пункта, кондитерская фабрика, стадион и др. в соответствии с особенностями родного края).

Во внеурочное время учитель организует «час знакомства с книгой», когда он сам читает первоклассникам художественные произведения о природе, о труде людей, о родной стране.

С интересом относятся первоклассники к занятиям, где учитель проводит демонстрационные опыты, мини-эксперименты: определение свойств жидких и твердых тел; особенности движения тел; развитие объекта природы «от семени до семени», условие жизни объекта фауны (движение, питание, особенности поведения) и др.

Особое место в адаптационный период должны занимать дидактические и ролевые игры, которые проводятся с четким сохранением структуры игровой деятельности. Так, дидактическая игра имеет следующие компоненты: цель (кто и при каких условиях становится победителем); игровое правило (если..., то...) и игровое действие (сигнал к началу игры). Ролевая игра предусматривает три компонента: воображаемая ситуация («представь, что ты выполняешь вот такую роль...»), роли (соответственно игровой цели), сюжет как отражение взаимодействия ролей. Объявляя игру, учитель должен представить первоклассникам ее цель, игровое правило и игровое действие. По итогам адаптационного периода необходимо провести мониторинг готовности обучающихся к дальнейшему обучению, в случае выявления детей, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, организовать работу по психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся. Кроме того, работа с детьми младшего школьного возраста, испытывающими трудности при изучении учебных предметов, должна вестись на протяжении всего обучения на уровне начального общего образования.

5.4. Организация уроков музыки.

Игровой элемент присущ внутренней природе искусства. Поэтому занятия искусством несут в себе огромное компенсирующее воздействие. Основой изучения закономерностей музыкального искусства обучающимися 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 и музыки и др.

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

5.5. Организация уроков изобразительного искусства.

В период адаптации к новым для ребенка условиям обучения в гимназии 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 игро-

вые 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 (музей 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 нем воплотиться, изобразить его через движения своего тела. Это создает разнообразие форм деятельности и полноту впечатлений на уроках ИЗО, способствуя снятию напряжения.

5.6. Организация уроков труда (технологии).

Основные направления работы на первых уроках труда (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.

1. Подготовительная работа к созданию художественного образа на уроках труда (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 впоследствии дети будут воплощать в своих работах.

2. Сбор природного материала целесообразно провести на экскурсии «Природа - художник и скульптор» («Что нам дарит природа?»). Дети заготовят на уроках для дальнейшей работы: листья, корни, шишки, веточки, плоды и другой природный материал. Экскурсии могут 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 включают игры и конкурсы, связанные с подбором природного материала: «Кого тебе напоминает эта веточка (шишка?)», «Найди листочки, напоминающие по форме перо птицы» и т.д.

Четкое соблюдение всех режимных моментов на уроках, в группе продленного дня, выполнение предписаний медицинского работника, проведение оздоровительных мероприятий, учёт возрастных особенностей детей младшего школьного возраста – всё это позволит продолжить эффективную работу по формированию интереса к гимназии, к учебной деятельности, созданию благоприятной среды для развития личности обучающихся.

6. Срок действия положения

6.1. Срок действия данного положения действует до принятия нового.

6.2. При изменении нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность МОУ гимназии № 12, в положение вносятся изменения в соответствии с установленным порядком.