

## Требования на адаптационный период в 1 классе (из Санитарных правил)

Организация образовательной деятельности в 1-ую смену, при 5-дневной рабочей неделе с максимальной нагрузкой 21 ч в неделю + до 10 ч внеурочной деятельности

	<i>Сентябрь - октябрь</i>	<i>Ноябрь-декабрь</i>	<i>Январь - май</i>
Количество уроков 20 часов в неделю	3 + 1 урок в нетрадиционных формах	4	4
Дополнение нагрузки до 21 часа	1 час в неделю за счёт физкультуры, в игровой форме		
Длительность уроков для <b>общих классов</b>	по 35 мин	по 35 мин	по 40 мин
Длительность уроков для <b>детей с ОВЗ</b>	до 35 мин	до 35 мин	до 40 мин
Рекомендована динамическая пауза в середине дня	не менее 40 мин		
Домашние задания	нет		
Использование компьютера с ЖК-монитором	до 20 мин		
Непрерывная работа с интерактивной доской	до 5 мин		
Суммарная продолжительность работы с интерактивной доской	до 25 мин		
Оценивание	без балльное с самооценкой		
Дополнительные каникулы	1 неделя в середине 3-й четверти		

### Нетрадиционные формы проведения урока:

Путешествие, экскурсия, игра (в т.ч. подвижная, на свежем воздухе), игровая ситуация, тренинг, театрализация, импровизация, конкурс, соревнование, викторина, слушание (музыкальных и литературных произведений), наблюдение за объектами природы, создание групповых или коллективных рисунков (плакатов, композиций)...

Рекомендуем использовать материалы программы по эффективной адаптации первоклассника: Г.А. Цукерман, К. Н. Поливановой «Введение в школьную жизнь».