**Памятка учителям, набирающим 1 класс.**

**Первый год обучения в школе сопряжен с большими  трудностями для ребенка.**

**Становясь учеником, он начинает играть абсолютно новую для себя роль в системе общественных   отношений. Кардинально меняется привычный уклад его жизни, значительно возрастает психоэмоциональная нагрузка.   На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Чтобы первоклассник не переутомлялся и хорошо себя чувствовал, учителям  следует придерживаться несложных правил.**

1.«**Санитарно-гигиенические требования к распределению образовательной нагрузки»**

Обучение первоклассников проходит только в первую смену по 5-дневной учебной неделе. Занятия начинаются не ранее 8.00 ч., учебная нагрузка увеличивается постепенно. Продолжительность уроков, а также их количество в начале учебного года должны быть сокращенными. Для этого используется так называемый ступенчатый режим – метод постепенного наращивания учебной нагрузки: в сентябре – октябре проводят ежедневно по три урока длительностью -35мин. каждый, в ноябре-декабре четыре урока по 35мин. Остальное время заполняют целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми. В январе –мае по 4 урока по 45 мин. каждый. Данные формы организации учебного процесса направлены на снятие статического напряжения. Начиная со второй четверти (ноябрь) объем недельной образовательной нагрузки первоклассников не должен превышать 21 ч.

 При составлении расписания обязательно учитывается время наивысшей и наименьшей умственной работоспособности детей. Учебный предметы, требующие большого напряжения (математика, русский язык), проводят на первых-вторых уроках. Контрольные работы, не более одной в день, проводят на втором уроке во вторник или четверг, когда уровень работоспособности учеников наиболее высок. Для поддержания умственной работоспособности учащихся чередуют основные предметы (математика, русский язык) с уроками изобразительного искусства, технологии, физкультуры, ритмики и т.п. **Проведение нулевых уроков не допускается.**Обучение проводится без бального оценивания знаний обучающихся, домашние задания не задаются. Организуются дополнительные недельные каникулы в середине 3 четверти при традиционном режиме обучения.

**2) "Санитарно-гигиенические требованияк организации перемен и динамических пауз**

Во избежание переутомления детей учебу необходимо чередовать с полноценнным отдыхом.

Для начальной школы устанавливается продолжительность перемен между уроками не менее 10 мин, большой перемены (после второго урока) - 20 мин.

После второго урока для снятия статического напряжения проводят динамическую паузу не менее 40 мин. Подвижные игры и спортивные развлечения организуют на свежем воздухе (в случае плохой погоды - в помещении). В дни, когда учебным расписанием предусмотрен урок физкультуры, динамическое занятие строится следующим образом: 20-25 мин - самостоятельная двигательная деятельность детей, затем в течение 10-15 мин. – игры средней подвижности.

**3)**По утверждению Д.Б. Эльконина: ***«Ведущая деятельность ребенка в начальной школе – обучение через игру».***

**4)**Не забывайте о том, что перед вами **личность**. В своей работе опирайтесь на ***личностно-ориентированное обучение и воспитание***.

1. Дорожите доверием и любовью ребенка к вам: это самое ценное, что есть у ребенка для вас.  
  
2. Вашим самым большим подарком для ребенка может стать то время вашей жизни, которое вы уделяете ему.  
  
3. Слушайте ребенка сердцем - это самое чуткое, что у вас есть.  
  
4. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Он имеет право быть другим и он единственный такой на всей земле, неповторимый.

5. Не разрушайте душу ребенка оскорблениями и пренебрежением.

  Помните, ребёнок придёт в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что – то не сразу получаться, это естественно. Ребёнок имеет право на ошибку.

 Не пропускайте трудности, возможные у ребёнка на начальном этапе овладения учебными навыками.

 Поддерживайте будущего первоклассника в его желании добиться успеха.

 Сформулировано «4 столпа, на которых основывается образование: научиться познавать, научиться делать, научиться жить вместе, научиться быть» (Жак Делор)

* **Учиться знать, что подразумевает, что обучающийся ежедневно конструирует свое собственное знание, комбинируя внутренние и внешние элементы.**
* **Учиться делать фокусируется на практическом применении изученного.**
* **Учиться жить вместе актуализирует умения отказаться от любой дискриминации, когда все имеют равные возможности развивать себя, свою семью и свое сообщество.**
* **Учиться быть акцентирует умения необходимые индивиду развивать свой потенциал.**

По сути дела Жак Делор определил глобальные компетентности необходимые человеку, чтобы выжить в современном мире.

Перед нами ставятся задачи:

* **научить получать знания (учить учиться)**
* **научить работать и зарабатывать (учение для труда)**
* **научить жить (учение для бытия)**
* **научить жить вместе (учение для совместной жизни)**

Для достижения этих задач возьмите за основу СИСТЕМНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ПОДХОД В ОБУЧЕНИИ:

\* Формируйте у учащихся способность к выявлению причин затруднений и коррекции собственных действий.

\* Уделяйте внимание проблемности учебной информации.

\* Закрепляйте, а по необходимости корректируйте изученные способы действия – понятия, алгоритмы и т.д.

\* Формируйте умение задавать вопросы, развивайте произвольное внимание и память, познавательные интересы и инициативы учащихся.

\* Формируйте коммуникативные умения, культуру делового общения, сотрудничества, положительное отношение учеников к мнению одноклассников.

\*  Формируйте способность каждого ученика к участию в работе в парах,  в малых группах.

\* Формируйте способности анализировать, сравнивать имеющийся учебный материал.

\*  Стимулируйте активное участие всех детей в поисковой деятельности.

\*  Оценивайте меру своего личного продвижения к цели и успеху класса в целом.

**Формирование личностных универсальных учебных действий.**

* **Поддерживайте в учениках любознательность.**
* **Эмоционально стимулируйте умственные усилия и проявления творчества учащихся в учении.**
* **Как можно больше уделяйте внимание самопроверке детей, обучая их, как можно найти и исправить ошибку.**
* **Учите детей тем навыкам, которые пригодятся при работе с информацией – пересказу, составлению плана, знакомьте с разными источниками, используемыми для поиска информации.**
* **Учите детей самым разным способам  выражения своих мыслей, искусству спора, отстаиванию собственного мнения, уважению мнения других.**
* **Давайте детям самостоятельно выбирать задания из предложенных.**
* **В конце выполнения задания, в конце урока вместе с детьми оценивайте то, чему дети учились, что получилось, а что нет.**
* **Формируйте у детей нужные ценности, прибегая к диалоговому общению и включая детей в процесс.**
* **Учите детей планировать свой досуг.**
* **Учащихся с заниженной самооценкой учебных действий при достижении даже малейших успехов, не забывайте похвалить, а с завышенной самооценкой учебных действий необходимо регулярно проводить разъяснительную работу по критериям оценок письменных работ и устных ответов.**

**Желаем успехов!**

.

Поход ребенка в школу - важный этап в жизни семьи. Да-да, это касается всех, а не только того, кто идет в школу, а значит и готовиться, и проходить все сложности адаптации надо вместе.

Итак,**что же такое адаптация к школе и как сделать ее наиболее гладкой?**

**Адаптация** - это приспособление, приспособление к новым условиям внешнего мира. А мир в первом классе меняется изрядно. Начинается учеба с массой информации, которую надо освоить, навыками, которыми надо овладеть, правилами, которым надо научиться следовать и новыми людьми, с которыми надо наладить отношения. Таким образом адаптация проходит в трех сферах:

1. Академическая (учебная) адаптация. Сюда входит все, что касается непосредственно обучения: познавательная активность на уроке, правила поведения в классе, принятие требований учителя, ритм работы и так далее
2. Социальная адаптация. Это все то, что касается именно отношений в классе, как ребенок вписывается в группу детей, как решает возникающие проблемы и так далее.
3. Личностная адаптация касается изменившегося статуса ребенка и его принятия этого статуса, своей новой роли, себя как ученика.

В школе на адаптацию отводят месяц. Месяц! Этого катастрофически мало. Если мы условно разделим детей на тех, кто адаптируется легко, средне сложно и сложно, то даже первым на адаптацию понадобится не меньше двух месяцев, тогда как тем, у кого адаптация проходит сложно, может понадобиться до года, причем им понадобится не только время, но и специальное внимание и отдельная работа с ними.

Любая адаптация начинается с ориентации - периода, когда ребенок присматривается, пробует, узнает как тут все устроено, ошибается и к этому его важно подготовить.

**Рекомендации:**

1. Начинать адаптацию стоит еще до школы.
2. Разговаривать с ребенком про будущее обучение, рассказывать о том, как учились в школе вы. Если есть старшие дети, вместе расспрашивать их. Чем больше ребенок знает про то, как все будет происходит, тем ему менее страшно. Тут правда важно рассказывать больше положительного или хотя бы такого, что «кончилось хорошо», а то старший брат подросток может такого порассказать, что лучше бы молчал.
3. Ходить в выбранную школу на праздники и дни открытых дверей
4. Заранее познакомиться с учителями и по возможности с кем-то их родителей, а соответственно и будущих одноклассников.
5. Вместе подготовьте все необходимое, купите пенал и тетради, которые выберет сам ребенок.
6. Поговорите с учителем, расскажите об особенностях вашего ребенка (если вам кажется, что это необходимо).
7. Обязательно интересуйтесь, как прошел день в школе, обсуждайте события, которые случились те, что порадовали и те, что огорчили.
8. Некоторым детям может быть быть легче, если они уже знают часть программы первого класса, тогда на это они могут тратить меньше сил.
9. Обязательно помогайте организовать процесс приготовления уроков (не делайте с ним или за него, а именно помогайте научиться делать самому)
10. Также важно, чтобы у ребенка уже был опыт общения в коллективе (детском саду, на занятиях и так далее).
11. Поначалу можно давать ребенку с собой какую-то игрушку или другую вещь из дома, которая бы служила как бы связью между новым школьным пространством и привычным домашним.
12. В период адаптации уделяйте ребенку больше времени, обнимайте, хвалите и поддерживайте.
13. Не забывайте и про режимные моменты, так как нагрузка очень велика, важно, чтобы ребенок хорошо ел, достаточно спал и проводил время на воздухе.

Ну и последняя важная рекомендация будьте внимательны к состоянию, настроению и поведению вашего ребенка, если заметите какие-то особенности, старайтесь понять, в чем причины, разговариваете с учителями, в общем будьте включены и если вдруг вам покажется что-то идет не так, не бойтесь реагировать и вмешиваться.