

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение самарской
области средняя общеобразовательная школа с. Большая Каменка
муниципального района Красноярский Самарской области**

Принято
на педагогическом совете школы
протокол № 1
от «28» 08 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. Директора ГБОУ СОШ с.
Большая Каменка

Ушкова Н.С.
Приказ № 85 - од
от « 28 » 08 2026г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**об организации адаптационного периода обучающихся 1-х классов
в ГБОУ СОШ с. Большая Каменка**

1 Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 2 июня 2026 года № 19);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 2 июня 2026 года № 19)
- Приказом Минпросвещения России от 31.05. 2021 №286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ред. От 18.06.2025г);
- Приказом Минпросвещения России от 08.10.2025 N 729 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»
- Методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь) (Письмо Минпросвещения РФ от 1 июля 2025 г. N 03-1326 «О направлении информации»)

1.2. **Цель адаптационного периода** — создание благоприятных условий для безболезненного привыкания первоклассников к новой социальной среде, учебной деятельности и режиму школьной жизни, обеспечивающих сохранение физического и психического здоровья, эмоционального благополучия и формирование положительной мотивации к учению.

1.3. Задачи адаптационного периода:

- Снижение учебной нагрузки и устранение рисков переутомления;
- Организация ступенчатого режима обучения;
- Обеспечение двигательной активности и профилактика гиподинамии;
- Формирование навыков учебного сотрудничества и коммуникации;
- Организация контрольно-оценочной деятельности без балльной оценки.

2. Общие вопросы организации обучения в 1 классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь)

Условия благополучного протекания адаптационного периода первоклассников

Первое условие. **Благоприятный, эмоционально-положительный психологический климат в классе.** Учитель должен понимать, что каждый ребенок самодостаточен, имеет свои психологические особенности, интересы, способы общения. Одни первоклассники эгоистичны, избалованны, требуют к себе постоянного особого внимания, другие – с трудом идут на контакт с педагогом и сверстниками. В любом случае педагог должен

быть сдержан, терпим к капризам ребенка, избегать замечаний и упреков. Психологи советуют в таких случаях вступать с обучающимся в непосредственный контакт: подержать за руку, положить руку ему на плечо, погладить (как бы случайно) по голове. В этом случае, как утверждает психология, учитель «забирает себе» ситуативный стресс ребенка.

Второе условие. **Необходимо строить процесс обучения с учетом индивидуальных особенностей детей:** темпа их деятельности, особенности памяти и внимания, уровня сенсорной культуры, владения логическими операциями и связной речью. В адаптационный период категорически нельзя формально форсировать темп детской деятельности. Увеличение скорости чтения, письма, решения упражнений на действия с числами должно идти очень постепенно, без «насилия» над ребенком. Возможна только

положительная оценка, советы и непосредственная помощь по выполнению задания. Любое порицание обучающегося в период привыкания к школьной жизни приведет к обратной реакции – снижению самооценки ребенка и нежеланию учиться.

Третье условие. **Важнейшим условием создания успешной адаптационной среды является обеспечение неформального общения с учителями и с одноклассниками.** При организации праздников «Мы – первоклассники», «Знакомимся со школой», «Осень золотая», «Вместе весело шагать» и других целесообразно привлечь для участия как можно больше детей с трудностями социальной адаптации: участвовать в концерте, рисовать пригласительные билеты, выступить ведущими в конкурсесоревновании. Чтобы дети легче выполнили порученное им дело, можно привлечь к мероприятию их родителей. Рядом с мамой или папой прилюдно выступать детям будет легче.

Четвертое условие. **Очень важно в адаптационный период наладить отношения с семьей ребенка, который проявляет признаки дезадаптации.**

Педагог посоветует родителям в этот период проявлять особое внимание

к первокласснику: соблюдать режим дня, увеличить прогулки и игры на свежем воздухе; не навязчиво интересоваться школьной жизнью, обеспечить общение с одноклассниками.

Если у ребенка есть хронические заболевания, то анализировать и оценивать любые проявления его плохого самочувствия. Родители должны проявлять этику в обсуждении событий, происходящих в школе: не выражать отрицательного отношения к поведению своего ребенка; сдерживать негативные эмоции; убеждать, что все будет хорошо.

3. Организация образовательного процесса первоклассников

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:

3.1. 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. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, развивающими играми и др.

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. Организация мероприятий для обеспечения двигательной активности и профилактики переутомления.

Двигательная активность является естественной потребностью детей младшего школьного возраста. Ее значение особенно возрастает в период дефицита движений. Именно этот дефицит особенно ощущается в первые месяцы обучения в школе, когда ребенок находится в течение длительного времени в одной позе.

Для преодоления дефицита двигательной активности:

- уроки физической культуры по возможности организовываются на свежем воздухе;

- увеличивается время на подвижные игры средней и большой активности. Целесообразны игры с различными предметами: мячами, скакалками, гимнастическими палками, обручами.

- обучающимся и их родителям (законным представителям) даются рекомендации по проведению дома утренней зарядки, знакомят с комплексом упражнений, а также закаливающими процедурами.

- в середине учебного дня педагог организует динамическую паузу не менее 40 минут.

- две большие перемены после 2 и 3 уроков по 25 минут каждая 1 и 2 четверть, 3-4 четверть по 20 минут;

- организация дополнительных каникул (в феврале) с целью создания благоприятных условий для снятия утомляемости и укрепления здоровья обучающихся;

- проведение физкультминуток на уроке (не менее двух).

3.3. Особенности контрольно-оценочной деятельности в первом классе.

В 1 классе исключается балльная оценка. Результаты оцениваются только словесно. В соответствии с пунктом 24 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным 8 программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22 марта 2021 г. № 115, в первом классе домашние задания не задаются.

Учитель разъясняет родителям целесообразность безотметочного обучения.

3.4. Расписание звонков и перемен (сентябрь–октябрь):

№ урока	Время	Перемена
1	08:30 – 09:05	15 мин
2	09:20 – 10:55	Динамическая пауза (25 мин)
3	10:20 – 11:55	Динамическая пауза (25 мин)

Расписание звонков и перемен (ноябрь–декабрь):

№ урока	Время	Перемена
1	08:30 – 09:05	15 мин
2	09:20 – 10:55	Динамическая пауза (25 мин)
3	10:20 – 11:55	Динамическая пауза (25 мин)
4	11:20 – 11:55	—

3.5. Особенности организации учебного процесса

Недельная нагрузка не превышает 15 часов при пятидневной учебной неделе.

Особенности изучения отдельных предметов:

- **Русский язык и литературное чтение:** Сокращение часов не должно приводить к интенсификации обучения. Исключается изучение двух букв на одном уроке. Приоритет — звуковой анализ, моделирование и подготовительный период. Компенсация часов — за счет резерва и наращивания интенсивности в декабре-феврале.
- **Математика:** Содержание, имеющее практический характер, осваивается в формах, отличных от урока (прогулки, экскурсии, игры со счетом, работа с наглядными пособиями). Обязательно проведение устного счета.
- **Окружающий мир:** Компенсация второго часа — за счет целевых прогулок, экскурсий, наблюдений в природе и социуме, «часа знакомства с книгой».
- **Музыка и ИЗО:** Возможна интеграция содержания или проведение по очереди (1-я и 3-я неделя — ИЗО, 2-я и 4-я — Музыка).
- **Труд (технология):** Проводится в форме целевых прогулок, экскурсий, развивающих игр.

4. Взаимодействие с семьей и психолого-педагогическое сопровождение

4.1. Работа с родителями:

- Информирование о режиме дня, особенностях адаптационного периода, безотметочном обучении.
- Рекомендации по соблюдению режима дня, увеличению прогулок, невмешательству в учебный процесс в стрессовой форме.
- Привлечение к участию в праздниках и мероприятиях («Мы — первоклассники», «Осень золотая» и др.).

4.2. Психолого-педагогическая диагностика:

- Педагог-психолог в течение 1 учебной четверти проводит диагностику готовности первоклассников к обучению.
- По результатам диагностики готовятся рекомендации для педагогов и отчет для заместителя директора по УВР.

4.3. Мониторинг адаптации:

- По итогам адаптационного периода (конец октября) проводится мониторинг готовности к дальнейшему обучению.
- Для детей, испытывающих трудности, организуется психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь (ст. 42 ФЗ № 273-ФЗ).

5. Обязанности участников образовательного процесса

5.1. Заместитель директора по УВР:

- Обеспечивает выполнение требований к организации адаптационного периода.
- Утверждает расписание уроков и перемен.
- Контролирует соблюдение санитарных норм и методических рекомендаций.

5.2. Учителя 1-х классов:

- Соблюдают продолжительность урока (35 мин).
- Проводят физкультминутки на каждом уроке.
- Обеспечивают двигательную активность на переменах.
- Соблюдают режим проветривания и освещенности.
- Осуществляют словесное оценивание.
- Выполняют все пункты настоящего Положения.

5.3. Педагог-психолог:

- Проводит диагностику и мониторинг адаптации.
- Консультирует педагогов и родителей.

6. Заключение.

6.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения приказом директора школы.

6.2. Изменения и дополнения в Положение вносятся по мере необходимости и утверждаются приказом директора.