Требования к образовательному процессу в 1 классе.

Оптимальный возраст начала школьного обучения – не ранее 7 лет. 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, рекомендуется 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.

Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков не допускается. В учреждениях, работающих в две смены, обучение 1-х классов должно быть организовано в первую смену.

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.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

* учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

* 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);

* рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

* для посещающих группу продленного дня, необходима организация дневного сна (не менее 1 часа), 3-х разового питания и прогулок;

* обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;

* дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучении.

Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 классах не должна превышать 7-10 минут.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения составляет не более 10 минут при просмотре статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения, прослушивании аудиозаписи в наушниках; 15 минут при просмотре телепередач, динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения, работе с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой; не более 20 минут при прослушивании аудиозаписи.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз.

Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1-2-х классов – более 1,5 кг.

Учащимся 1 классов необходимо воспитывать и формировать правильную рабочую позу обучающихся за школьной партой, рационально организовывать режим дня, правильно организовывать питание.