

«РЕЖИМ ДНЯ ПЕРВОКЛАСНИКА»

Статистика актуальности

Темы:

- Лишь 20 – 25% первоклассников, переступающих ежегодно школьный порог, остаются здоровыми после первого года обучения в школе.
- К концу первой четверти худеют 30% учащихся-первоклассников.
- 15% первоклассников жалуются на головные боли, усталость, сонливость, отсутствие желание учиться.
- Треть учащихся-первоклассников имеют различные нарушения осанки, которые усугубляются в первый год обучения.
- 10% детей, поступающих в первый класс, имеют нарушения зрения различной тяжести
- Лишь 24% первоклассников выдерживают ночной норматив сна.
- Ежедневно дети недосыпают от 1,5 часов до получаса.

Примерный вариант режима дня первоклассника

- Подъем - 7.00
- Зарядка, умывание, уборка постели - 7.00 – 7.30
- Завтрак - 7.30 – 7.50
- Дорога в школу - 7.50 – 8.10
- Занятия в школе - 8.30 – 12.30
- Прогулка на свежем воздухе - 12.30 – 13.30
- Обед, отдых - 13.30 – 14.00
- Приготовление уроков - 14.00 – 15.00
- Свободное время - 15.00 – 19.00
- Ужин - 19.00 – 19.30
- Свободное время - 19.30 – 20.30
- Личная гигиена, подготовка ко сну - 20.30 – 21.00

Математика

10 кл.

25 января.

7 кл.

Домашняя работа.

№ 2

$$2 + 5 = 7$$

$$7 - 2 = 5$$

$$2 + 5 = 7$$

На елке висят 5 красных шариков и 3 зеленых. Сколько всего шариков висит на елке?

I. Осмысление:

- 1) О чем задача?
- 2) Что известно?
- 3) О чем спрашивается в задаче?
- 4) Какими действиями решается?

II. Условие:

$$\begin{array}{l} \text{Кр.} - 5 \\ \text{З.} - 3 \end{array} \left. \vphantom{\begin{array}{l} \text{Кр.} - 5 \\ \text{З.} - 3 \end{array}} \right] ?^{\oplus} \text{ ш.}$$

III. Решение:

$$5 + 3 = 8 \text{ (ш.)} - \text{ всего}$$

Ответ: 8 шариков.

На сколько красных шариков больше?

Кр. 5
З. - 3 } на ? \ominus кр. >

На ёлке висят 3 зеленых, а красных на 2 больше.
Сколько красных шариков? Сколько шариков
всего?

З. - 3
Кр. - ? \oplus на 2 >] $\stackrel{? \oplus}{=}$

- 1) $3 + 2 = 5$ (кр.) - шариков
- 2) $5 + 3 = 8$ (ш.) - всего

Ответ: 8 шариков.

Русский язык.

- 2 строчки от последней работы.

25 января.

Домашняя работа.

упр. 2

Мама мыла раму.

Окружающий мир.

- Совместная работа детей и родителей над проектами.
- Выводы учить наизусть.

Общие вопросы:

- Тетради допускаются только зеленого, в крайнем случае голубого цвета.
- Ручки простые, шариковые
- Дети должны заполнять дневник самостоятельно
- Можно ходить без сменки. Холодно!
- С собой теплые кофты (В столовой очень холодно)
- Ходить в школьной форме, спортивная с собой (также запасная футболка)
- Смарт- вотч
- Детей с продлёнки забирать в то время, которое указали в заявлении. Важно!
- Носить с собой веера букв, цифр, сигнальные карточки.
- Приобретите баночки непроливайки и альбомы!
- Лыжи