

От здоровьесберегающего образования к здоровьесозидающему

«С

овременный мир стремительно меняется», «специальные знания устаревают через каждые пять лет», «о профессиях, которые возникнут через два-три года, сегодня мы даже

не подозреваем» – эти и подобные им утверждения сегодня кажутся совершенно очевидными и даже банальными. Вместе с тем образование по-прежнему «передает знания», занимается профориентацией и социализацией, ждет социального заказа и, как может, пытается ему соответствовать.

Без фундаментального поворота, без глубинного переосмысления своей роли в развитии общества и культуры школа рискует быстро превратиться в анахронизм и со временем просто отмереть за ненадобностью (функции обучения возьмут на себя продвинутые медиа, а контроля уровня полученных знаний – государственные агентства). Совсем не случайно в проекте Федеральной целевой программы развития образования на 2011–2015 гг. на первом месте в ряду задач стоит «модернизация общего и дошкольного образования как института социального развития».

Чтобы исполнять роль источника социокультурного развития, образование должно стать созидательным – не передавать и ретранслировать известное, а творить новое, продвигать эти новации в сферу социальных отношений и культурных деяний. И здесь видятся как минимум пять следующих направлений принципиальной модернизации.

1. *От воспроизводства культуры и социальных отношений в образовании к образовательному социокультурному творчеству*: современная школа может и должна выйти за свои стены и дать детям реальные образцы не имитационной, а жизнеспособной деятельности.

2. *От психологической наивности и воспроизводства известных технологий в образовании к образовательному психолого-педагогическому профессиональному творчеству каждого учителя*: нужна новая система партнерства учителя и психолога, нацеленная на создание уникальных и высокоэффективных образовательных практик.

3. *От авторитарно-репродуктивного к сотворчески-одаривающему образованию*: на смену гуманистическим декларациям о сотрудничестве, о субъект-субъектности должно прийти глубокое понимание реальной насущности (острой необходимости) ученика учителю. Это позволит постепенно сформироваться практикам взаимного развития взрослого и ребенка, взаимного одаривания тех, кто уже ушел из мира детства, но не чужд ему, и тех, кто пребывает в нем.

4. *От медиазависимого образования к медиасозидающему образованию*: агрессивная экспансия медиа зачастую перекрывает учебно-воспитательные усилия педагогов и родителей. Школа должна научить ребенка грамотно работать с информационными потоками, рефлексивно относиться к их содержанию, формировать собственное развивающее информационное пространство: газету, сайт, телерадиостудию и другие ресурсы.

5. *От здоровьесберегающего (а на самом деле все еще здоровьеразрушающего) к здоровьесозидающему образованию*:



об авторе



С.Ю. Степанов, директор АНО «Павловская гимназия», профессор Национального исследовательского университета Высшая школа экономики, доктор психологических наук

необходимо отказаться от установки на сохранение исходного уровня здоровья и перейти к продуманной стратегии наращивания психофизического потенциала всех участников образовательного процесса, в том числе и педагогов. Это комплексная задача, решать которую нужно и через трансформацию содержания, и через изменение формы его организации, помня, что здоровье в том числе зависит от правильного ритма накопления и траты сил.

Сосредоточимся на последнем из обозначенных направлений, поскольку именно оно, с нашей точки зрения, определяет важнейшие для модернизации образования условия – социальные, психологические и физические ресурсы и возможности субъектов образования, ребят и взрослых. Кроме того, это направление связано с целым пластом медико-социальных проблем. Так, согласно докладу Совета Федерации РФ «О положении детей в РФ» 2009 г., обучение в школах становится опасным фактором для здоровья детей. Отмечается тенденция, при которой практически каждый здоровый ребенок при поступлении в I класс к концу учебы в школе приобретает два, а то и три хронических заболевания [1, с. 27].

Организаторами образования, а также государственными санитарными правилами и нормами (СанПиН) в лучшем случае учитываются состояние и динамика общей и умственной работоспособности учащихся в масштабе учебной недели или дня и практически никак – в течение учебного года. Казалось бы, очевидные диспропорции в организации годового образовательного цикла упорно не замечаются. После трех месяцев вынужденного летнего безделья, когда дети отвывают от образовательного труда и многое из выученного материала забывают, им требуется целый месяц (сентябрь) на восстановление учебно-

Таблица 1
Четвертная организация образовательного годового цикла

Четверть	Учебные периоды (недели)	Каникулы (недели)
I	9	1
II	7	2
III	10	1
IV	8	14
итого	34	18

го ритма и вспоминание того, что они изучали в прошлом году. Из-за череды праздников, годовых контрольных и эк-

заменов май также оказывается практически не учебным месяцем. Таким образом, весь объем образовательной нагрузки приходится на семь месяцев. Самая тяжелая и продолжительная III четверть выпадает на критический для здоровья зимне-весенний период. Парадоксально, но после наиболее перегруженных четвертей отдых учащихся оказывается менее продолжительным, чем после кратковременных учебных периодов. Естественно, что после I и III четвертей школьники не успевают восстановиться.

Четвертная организация учебного года воспроизводит порочный круг «аврално-героического» менталитета большинства россиян, которые с малолетства приучаются к лени и праздности летом, а затем к авралам и штурмовщине в учебное время. Потом уже в зрелом возрасте это перерастает в хроническую неспособность работать ритмично, напряженно и результативно.

При таком ритме учебных нагрузок и рекреативных периодов (табл. 1), даже если все общеобразовательные учреждения России станут «школами здоровья», у наших детей просто не хватит физических и психических резервов для учебы. И здесь вряд ли поможет сокращение учебных программ и разного рода приемы «здоровьесбережения»: физкультминутки на уроках, подвижные перемены, медицинское просвещение и пр. Статистика свидетельствует, что в процессе школьного обучения частота функциональных нарушений от I к XI классу возрастает на 86,5%, частота хронических болезней – на 100%. В лицах, гимназиях эти цифры еще бо-



об авторе



Е.З. Кремер, заместитель директора АНО «Павловская гимназия» по психолого-педагогическому сопровождению

Таблица 2
Среднее число пропущенных учебных дней, приходящихся на одного учащегося, в четвертях

Образовательное учреждение	Учебные четверти			
	I	II	III	IV
Школа	2	3	3	2
Гимназия	3	5	7	6

более пессимистичны – количество пропущенных учебных дней на одного учащегося в гимназии, как правило, выше, чем в школе (табл. 2).

Еще при работе над докладом для Госсовета РФ в 2001 г. С.Ю. Степанов и Г.А. Разбивная вышли с инициативой по радикальному переустройству четвертной организации учебного года. Такая система, во-первых, наносит невосполнимый вред здоровью детей, когда девятимесячный объем образовательной нагрузки учителя фактически вынуждены втискивать в семь месяцев. Во-вторых, она воспроизводит порочный круг «аврально-героического» менталитета большинства россиян, которые с малолетства приучаются к лени и праздности летом, а затем к авралам и штурмовщине в учебное время. Потом уже в зрелом возрасте это перерастает в хроническую неспособность работать ритмично, напряженно и результативно. При этом и культура отдыха оставляет желать лучшего. А ведь приверженность к «героическому преодолению нами же созданных препятствий» и кампанейщине серьезнейшим образом сказывается на экономических и производственных процессах в России и, в конце концов, на ее конкурентоспособности. Краткость весенних и осенних каникул, а также несоразмерная продолжительность летних не позволяют организовать

полноценный совместный отдых детей с родителями. По большей части дети просто сидят дома за компьютерами или бродят по улице, пока родители заняты работой. Праздность и социальная заброшенность проявляются в росте числа случаев противоправного поведения детей и подростков в периоды каникул. И это далеко не все негативные социокультурные следствия четвертной системы, которые пока неочевидны для тех, кто определяет образовательную политику в России.

Сегодня часть школ, особенно лицеи и гимназии, чтобы преодолеть недостатки четвертной организации учебного года, переходят на триместровую систему. В классическом варианте она строится так: пять недель учебных, затем – неделя отдыха. При этом, безусловно, повышается равномерность нагрузок, ритм труда и отдыха становится более приемлемым, но возникает целый ряд проблем.

Во-первых, периоды отдыха слишком малы, чтобы школьники успели восстановить силы, и не совпадают с традиционными каникулами; все это препятствует организации семейного отдыха, особенно если дети из одной семьи учатся в разных образовательных учреждениях.

Во-вторых, слишком короткий период обучения (пять недель) еще и сокращается наличием после каждого недельного перерыва этапа «вработывания» (в динамике работоспособности выделяется четыре этапа: вработывание, оптимум, предутомление и утомление), который составляет минимум неделю, а у младших школьников доходит до двух недель.

В-третьих, психологический «вес» итоговых оценок по триместрам значительно выше, чем у четвертных, что порождает дополнительные высокие нервно-психические нагрузки и стрессы, демотивирует тех, кто получил низкие оценки (даже одна такая оценка из трех перечеркивает возможность получить высокий бал в году).

В некоторых учебных заведениях пытаются использовать организацию года по триместрам, сохраняя традиционные каникулы. Но тогда возникает проблема с окончанием учебного периода (итоговые аттестации, оценки, вес которых высок) фактически сразу после каникулярного отдыха. Во всех вариантах остается вопрос о чрезмерно длительных летних трехмесячных каникулах. Таким образом, в три-

Таблица 3
Модульная система организации образовательного годового цикла

Модули на 2010/2011 уч. г.	Учеба (кол-во недель)	Каникулы (кол-во недель)
01.09–23.10	7	2
05.11–23.12	6,5	2,5
11.01–22.02	6,5	2
09.03–23.04	7	2,5
10.05–30.06	7	9
Итого	34	18

местровой системе задачи снятия чрезмерных учебных и нервно-психических нагрузок решаются далеко не полностью.

В Павловской гимназии принята модульная система организации учебного года, разработанная с учетом годовых психофизиологических ритмов и динамики работоспособности в сезонном разрезе. Она включает в себя пять равноценных периодов обучения (модулей) вместо четвертей и пять каникулярных периодов между модулями, в основном совпадающих с традиционными (табл. 3).

Учебный год составляет 10 месяцев, летние каникулы – 2 месяца, которые могут рассматриваться как шестой – рекреативный – образовательный модуль. В его рамках можно решать целый ряд задач, связанных с развитием культуры досуга, социальной активности, волонтерства, реализацией всевозможных творческих и спортивных проектов (различного рода детско-родительских фестивалей, соревнований, в том числе международных и т.п.). Каникулы между модулями совпадают с основными государственными и традиционными праздниками (4 ноября, Новый год и Рождество, 23 февраля и 8 марта, 1 и 9 мая). Таким образом, модульная система задает новый более размеренный социокультурный ритм семейной событийности, сохраняет достоинства четвертного деления (после учебы – каникулы), позволяет снять имеющиеся к четвертной и триместровой системе претензии:

- нагрузка распределяется равномерно (пять модулей по семь учебных недель), а регулярные каникулы не менее чем по две недели дают возможность детям практически полностью восстанавливаться;
- четкая привязка к общероссийским праздникам стимулирует семейный отдых родителей с детьми;
- каникулы начинаются после подведения итогов обучения за период, дети отдыхают спокойно, да и учителя имеют регулярную возможность не только для методической работы, но и для восстановления сил (нет пресловутого «выгорания»);
- выставление годовых оценок упрощается (из пяти отметок легче вывести годовую оценку, чем из трех и четырех);
- пять итоговых оценок представляют собой линейку успешности ученика

и создают дополнительную мотивацию для добросовестной учебы (тройка, полученная за первый модуль, не препятствует получению пятерки за год при постепенном улучшении результатов, например – 3, 4, 5, 5, 5)¹;

- летние каникулы длятся два месяца (за это время можно полноценно отдохнуть и еще не совсем отвыкнуть от школы, не до конца растерять приобретенные в предыдущем году знания).

В процессе работы выявились и проблемные моменты модульной системы. В первую очередь они связаны с ее экспериментальным характером – все нормативные и отчетные документы (включая классные журналы), методические разработки, графики проведения государственных аттестационных испытаний и экзаменов ориентированы на четвертную и отчасти триместровую систему. Это создает определенные сложности в организации учебного процесса, особенно в IX и XI классах – для них приходится сокращать каникулярные периоды внутри года и за счет этого выходить на завершение учебы к июню.

Существуют и некоторые психологические сложности адаптации к новой системе, как у ребят, так и у взрослых. В наибольшей степени они проявляются в пятом модуле. Оказывается, многолетняя привычка отдыхать начиная с конца мая просто «сидит в подкорке» и очень непросто заставить себя продуктивно работать, когда большинство других школ уже на каникулах.

Однако преимущества и позитивные эффекты модульной системы столь очевидны, что она горячо поддерживается большинством педагогов и родителей Павловской гимназии. Наблюдение показывает, что гимназисты меньше болеют и лучше учатся, чем до прихода в Павловскую гимназию. Эффективность такой организации учебного года сейчас изучается, в том числе с помощью современных средств мониторинга психологического и психофизического состояния учащихся, анализа заболеваемости, утомляемости и состояния здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ежегодный доклад Совета Федерации ФС РФ «О положении детей в РФ». М., 2009.

¹ Четыре аттестации в год (при комбинации двух парных четвертных отметок – 5, 4, 4, 5 или 3, 4, 3, 4 – трудно вывести объективную годовую оценку) – это еще один минус в четвертной системе организации учебного года.