

ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Информационно-образовательные нагрузки как фактор риска для здоровья школьников

Нина Александровна Макуха

Кандидат исторических наук, доцент, заведующая кафедрой общеобразовательных дисциплин
Российская академия правосудия, Дальневосточный филиал
Хабаровск, Россия
z21nina@yandex.ru
ORCID 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 06.07.2024

Принята 26.08.2024

Опубликована 15.09.2024

УДК 613.95:373.3

DOI 10.25726/j7209-7085-7707-j

EDN YPYENN

БАК 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки)

OECD 05.03.HA. EDUCATION & EDUCATIONAL RESEARCH

Аннотация

Образование XXI века ориентировано не только на усвоение знаний в рамках отдельных предметов, но и на развитие жизненных навыков, способствующих экономическому и культурному росту, а также на создание более справедливого общества. Однако, несмотря на многочисленные реформы, проводимые в образовательной сфере для формирования эффективного и безопасного для здоровья учащихся учебного процесса, цель достижения идеальной образовательной модели остается недостижимой. В статье проведен анализ существующей образовательной системы, который показывает ряд проблем, включая чрезмерное количество домашних заданий, перегруженность расписания, недостаток современных технологий в отдельных регионах, а также большое количество учащихся в классах и недостаточную квалификацию преподавателей. Решение этих вопросов возможно через внедрение новых законодательных инициатив. Актуальность данного исследования заключается в назревшей проблеме перегрузки учеников старших классов в учебном процессе. В работе даны рекомендации по снижению образовательной нагрузки у старшеклассников.

Ключевые слова

общее среднее образование, учебная нагрузка, насыщенность уроков, продолжительность учебных занятий, психологическое состояние, эмоциональный стресс, баланс между учебным процессом и досугом.

Введение

XXI век стал свидетелем беспрецедентного технологического прогресса, который значительно изменил различные аспекты жизни, включая образовательную сферу. Интеграция современных технологий в учебный процесс, такие как новые форматы обучения и образовательные приложения, может сделать процесс более увлекательным и эффективным, сокращая затраты времени на выполнение заданий. Это также создает возможность для эффективной обратной связи от преподавателей, что помогает учащимся отслеживать прогресс и совершенствовать навыки без дополнительного стресса.

В этой связи стоит отметить, что на протяжении своей истории российская образовательная система является фундаментальным фактором экономического роста и конкурентоспособности

национальной экономики. С начала XIX века правительство Российской Империи инициировало развитие образовательной инфраструктуры с целью снижения безграмотности, однако в это время существовали ограничения для определенных групп населения, что негативно влияло на образовательные процессы.

В XX веке государственная политика в сфере образования сосредотачивалась на формировании духовно-нравственной личности, уделяя внимание здоровью и благополучию учащихся, были изменены учебные программы, завершив процесс перехода к общему среднему образованию. На протяжении последних 20 лет система образования в России также претерпела значительные изменения. Примечательно, что учащиеся начальных классов теперь проводят в школе на один год больше, чем в советский период. Однако в то же время объем учебных часов, отведенных на основные учебные дисциплины, за весь начальный этап уменьшился, несмотря на неизменное количество тем. Это сокращение затронуло время, ранее выделенное на повторение и усвоение сложного материала, что привело к повышенной насыщенности уроков (Антонова, 2023).

Современные объемы информации часто не позволяют учителю освещать темы за один урок, что, в свою очередь, ведет к увеличению количества занятий и объема домашних заданий. С точки зрения психологии, такая высокая нагрузка на детей создает определенные риски. Подчеркнем, что как активный, так и пассивный отдых имеют критическую важность для ребенка. В частности, свободное время от организованных родительских мероприятий способствует развитию у детей навыков саморегуляции в досуге. Вместе с тем необходимо обеспечить баланс между учебной нагрузкой и свободным временем. По мнению психологов, дети испытывают перегрузку, что может негативно сказываться на их здоровье и их общем развитии (Невинная, 2023).

Кроме того, необходимо акцентировать внимание на растущем числе подростков, испытывающих эмоциональный стресс, который негативно влияет на физиологическое состояние и психологическое благополучие учащихся, особенно в период экзаменов. Проблема стресса особенно актуальна в старшем школьном возрасте, когда учащиеся сталкиваются с внутренними конфликтами, половым созреванием и стремлением к самоутверждению.

Часто старшеклассники испытывают эмоциональную нестабильность, вызванную высокими учебными требованиями, информационной нагрузкой и возрастной конкуренцией, проявляющейся через участие в конкурсах и олимпиадах, а также подготовку к экзаменам (Калинкина, 2022). Поэтому исследование влияния образовательных нагрузок на здоровье подростков представляет собой актуальную задачу в современном образовании.

Материалы и методы исследования

В свете появления новых технологий и данных научных исследований, коррекция санитарных и эпидемиологических норм образовательных учреждений становится особенно важной. Гарантия здоровья и безопасности учащихся должна основываться на последних научных достижениях и современных технологических решениях. Внедрение новейших методов дезинфекции, оптимизация систем вентиляции и организация учебного пространства создадут безопасные условия для обучения и всестороннего развития обучающихся.

С 1 января 2021 года вступили в силу новые санитарно-эпидемиологические требования, изложенные в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28, касающегося санитарных норм для образовательных учреждений (Санитарные правила 2.4.3648-20) (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», 2020). Также с 1 марта 2021 года начали действовать обновленные гигиенические нормы и требования к условиям проживания, утвержденные Постановлением от 28 января 2021 года № 2 (СанПиН 1.2.3685-21), которые затрагивают образовательные организации, включая школы («Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», 2021).

Данный документ охватывает различные аспекты, включая требования к территории, помещениям, уборке, организации образовательного процесса и учебным материалам. Одним из ключевых направлений является раздел, посвященный требованиям к организации образовательного процесса. В нем содержатся нормы, касающиеся времени начала и окончания учебных занятий, их продолжительности, перерывов, уровня учебной нагрузки и времени, отводимого на выполнение домашних заданий. В частности, начало занятий в учебных заведениях не допускается раньше 8:00, что исключает возможность проведения нулевых уроков и обучения в три смены (пункт 3.4.15 СП 2.4.3648-20) (СанПиН организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи – СП 2.4.3648-20, 2020). Уроки должны завершаться до 19:00, после чего разрешено проводить только занятия в рамках дополнительных образовательных программ и кружков, которые также должны оканчиваться до 20:00 для учащихся 7-10 лет и до 21:00 для подростков 10-18 лет. Факультативные курсы и занятия по дополнительному образованию следует планировать на дни с уменьшенным объемом обязательных уроков, при этом необходимо предусмотреть перерыв продолжительностью не менее 20 минут между последним основным уроком и началом факультативного занятия (абз. 13 п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20) (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», 2020).

Продолжительность занятий определена в зависимости от класса и, для первых классов, от времени года. В частности, с сентября по декабрь продолжительность урока для первоклассников не должна превышать 35 минут, тогда как с января по май допустимая длительность увеличивается до 40 минут. Уроки продолжительностью 40 минут также предусмотрены для классов, где обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. В остальных случаях продолжительность занятий составляет 45 минут. Максимально допустимое количество уроков для первого класса составляет 4 занятия в день; при наличии двух уроков физкультуры в неделю допускается 5 уроков один раз в неделю. Для 2-4 классов лимит аналогичен, но добавляется одно занятие. В 5-6 классах общее количество уроков может составлять до 6, в то время как для 7-11 классов максимум установлен на уровне 8 уроков в день.

Результаты и обсуждение

Таким образом, определено, что учебная нагрузка при пятидневной неделе не должна превышать указанных часов: для первоклассников – 21, для учащихся 2-4 классов – 23, для 5 классов – 29, для 6 классов – 30, для 7 классов – 32, для 8-9 классов – 33, и для 10-11 классов – 34 часа. При шестидневной неделе нагрузка варьируется от 26 до 37 часов, при этом для первоклассников такой режим не предусмотрен («Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», 2020).

В образовательном процессе регламентированы такие аспекты, как:

1. Продолжительность перерывов: стандартные перемены составляют 10 минут, обеденный перерыв – 20 минут, а динамическая пауза для учащихся 1-х классов – 40 минут.
2. Виды учебной деятельности на занятии: для начального образования допускается 3-7 видов активности, в то время как для старших классов – 5-7.
3. Длительность одного типа учебной активности: для младших школьников – 5-7 минут, для старших – 7-10 минут.
4. Объем внеучебной деятельности в неделю не должен превышать 10 часов.
5. Время, отводимое на выполнение домашних заданий: 1 час для учеников 1-х классов, 1,5 часа – для 2-3 классов; 2 часа – для 4-5 классов, 2,5 часа – для 6-8 классов и 3,5 часа – для 9-11 классов (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20», 2020).

Обязательная часть образовательных программ должна составлять 80% для начального общего образования, 70% для основного общего и 60% для среднего общего образования. Общий объем

обязательной и формируемой участниками образовательного процесса частей должен находиться в пределах максимально допустимого недельного объема учебной нагрузки.

В контексте требований, касающихся организации учебного дня, следует подчеркнуть важность включения разнообразных форм двигательной активности, в том числе в рамках учебных занятий. В частности, в середине уроков предусматриваются перерывы для выполнения комплексов физических упражнений, которые способствуют профилактике зрительного утомления, активизируют центральную нервную систему и помогают снять напряжение с мышц шеи, плечевого пояса и нижних конечностей (пункт 3.5.13 СП 2.4.3648-20). (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20») (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20», 2020). Рекомендуется использование физкультминуток и гимнастики для глаз во время уроков, связанных с письмом, рисованием и работой с электронными средствами (абз. 3 п. 2.10.3 СП 2.4.3648-20).

Отдельные регламенты касаются организации внеурочной деятельности. Время, отведенное для этой деятельности, должно проводиться в нестандартных форматах, включающих изучение общественно полезных практик, проведение исследований, реализацию образовательных проектов, а также организацию экскурсий, походов, соревнований и посещений культурных учреждений (абз. 3 п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20) (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20», 2020).

С целью предотвращения переутомления в годовом учебном плане необходимо реализовать чередование учебных периодов, сессий и каникул, причем продолжительность каникул обязана составлять не менее 7 календарных дней. Данные правила формируют обширную базу для составления расписания учащихся, регулирующую как количество, так и продолжительность уроков в неделю, расписание каникул, выделенное время на выполнение домашних заданий, а также требования к организации образовательного процесса.

В рамках проведенной исследовательской работы осуществлялись опросы среди учащихся и педагогов, направленные на выявление причин возникновения информационно-образовательных нагрузок у школьников. Опрос среди учащихся 8-11 классов охватил 66 респондентов. Результаты опроса были проанализированы, что дало возможность сделать соответствующие выводы.

Наибольшее количество респондентов, принявших участие в опросе, обучается в 10 классе, что составляет 38 человек (57,6% от общего числа опрошенных). Также было зарегистрировано 6 человек (9,1%), учащихся в 8 классе, 8 человек (12,1%) в 9 классе, а 11 класс представляет 14 человек (21,2%). (см. рис. 1)



Рисунок 1. Количественный состав старшеклассников в опросе.

В ответе на вопрос «Укажите количество уроков в день» ни один респондент не выбрал вариант «5 уроков». Вариант «6 уроков» указали 8 человек (12,1%), тогда как 35 человек (53%) отметили, что у них «7 уроков». Вариант «8 уроков и более» выбрали 23 человека (34,8%). (см. рис. 2).

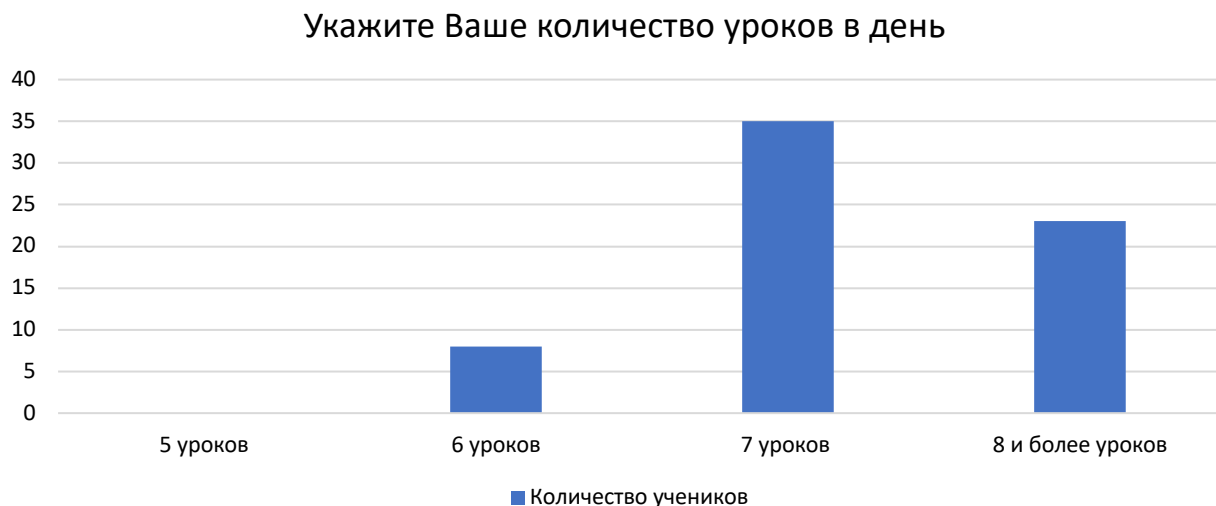


Рисунок 2. Опрос о количестве уроков, предусмотренных расписанием в 1 учебный день.

На третий вопрос, сформулированный как «Предусмотрен ли Вашим расписанием электив, предназначенный для подготовки к предстоящим экзаменам (ОГЭ, ЕГЭ)?», из 66 опрошенных 47 человек (71,2%) ответили, что данный электив следует расписанию и они регулярно его посещают. Вариант «Не предусмотрен, я готовлюсь к экзаменам самостоятельно» выбрали 10 респондентов (15,2%). 7 человек (10,6%) указали, что электив предусмотрен, но они его не посещают, и 2 человека (3%) отметили, что электив не предусмотрен, и они не готовятся к экзаменам. (см. рис. 3).



Рисунок 3. Опрос о наличии в расписании учащихся элективов.

В ответе на вопрос «Сколько часов в день Вы проводите за учебой вне школы?» 16 респондентов (24,2%) выбрали вариант «1 час», 15 человек (22,7%) указали «2 часа», тогда как 14 участников опроса

(21,2%) отметили, что учатся «3 часа». Вариант «4 часа и более» выбрали 21 человек (31,8%) (см. рис. 4).

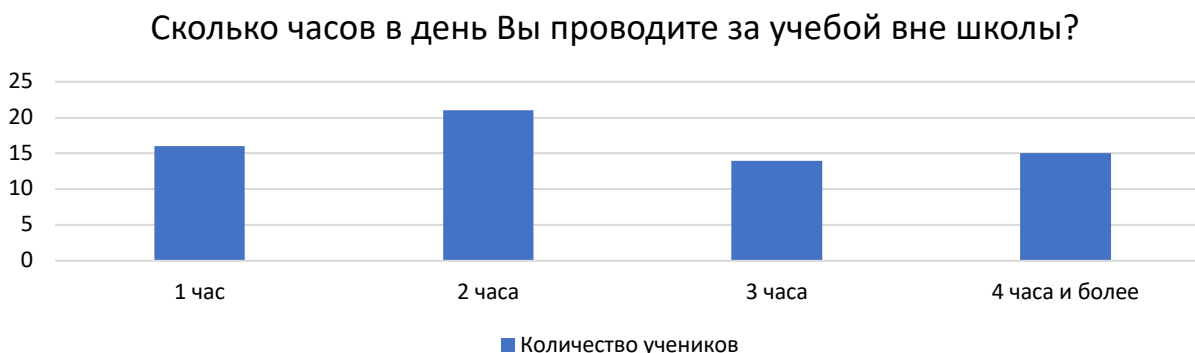


Рисунок 4. Опрос о времени, уделяемом учащимися для внешкольных учебных занятий.

На вопрос «Считаете ли Вы, что у вас достаточно свободного времени для отдыха/хобби?» 43 человека (65,2%) ответили, что «Нет, времени категорически не хватает». Вариант «Да, у меня достаточно свободного времени» выбрали 23 опрошенных (34,8%). (см. рис. 5).



Рисунок 5. Опрос учащихся о достаточности времени, уделяемого ими для досуговых занятий.

На вопрос «Ходите ли Вы на дополнительные кружки/секции, занимаетесь у репетитора?» 37 человек (56,1%) ответили, что ходят на занятия на постоянной основе. По 10 человек (15,2%) выбрали варианты «Перестал/а ходить из-за нехватки времени/подготовки к экзаменам» и «Не хожу на дополнительные кружки/секции, занимаюсь у репетитора». Вариант «Не хожу на дополнительные кружки/секции, не занимаюсь у репетитора» отметили 9 человек (13,6%). (см. рис. 6).

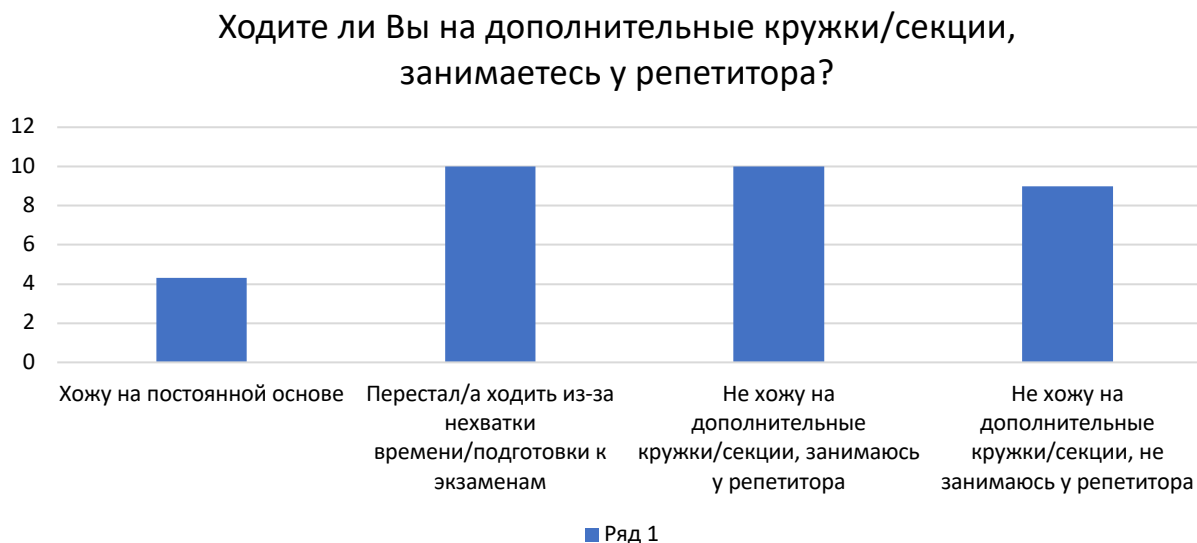


Рисунок 6. Опрос учащихся о возможности посещения ими дополнительных занятий.

На вопрос «Часто ли Вы ощущаете усталость из-за учебных нагрузок?» 54 человека (81,8%) ответили, что «Да, в последнее время чувствую усталость». Вариант «Нет, никаких жалоб нет» выбрали 12 человек (18,2%). (см. рис. 7).

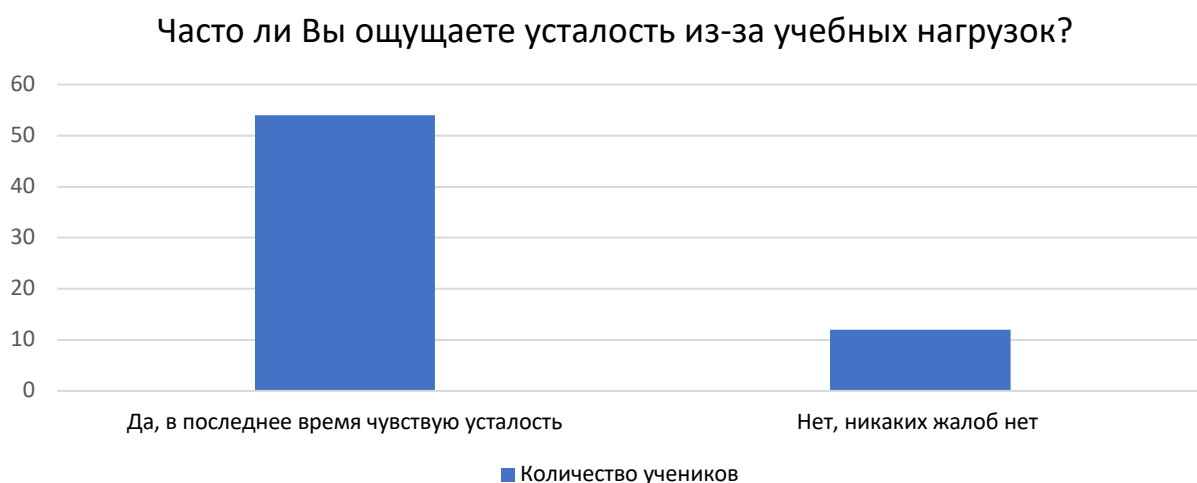


Рисунок 7. Опрос учащихся об учебных нагрузках, влияющих на их общее самочувствие.

На открытый вопрос «Какие меры Вы принимаете для снятия стресса, вызванного учебными заданиями?» 37 учеников (56%) ответили, что предпочитают дневной сон сразу после учебы. Остальные 29 опрошенных (44%) отметили различные варианты, такие как хобби (рисование, танцы, просмотр сериалов, киберспорт), занятия спортом/физическими нагрузками и прогулки с друзьями на свежем воздухе. (см. рис. 8).

Какие меры Вы принимаете для снятия стресса, вызванного учебными заданиями?

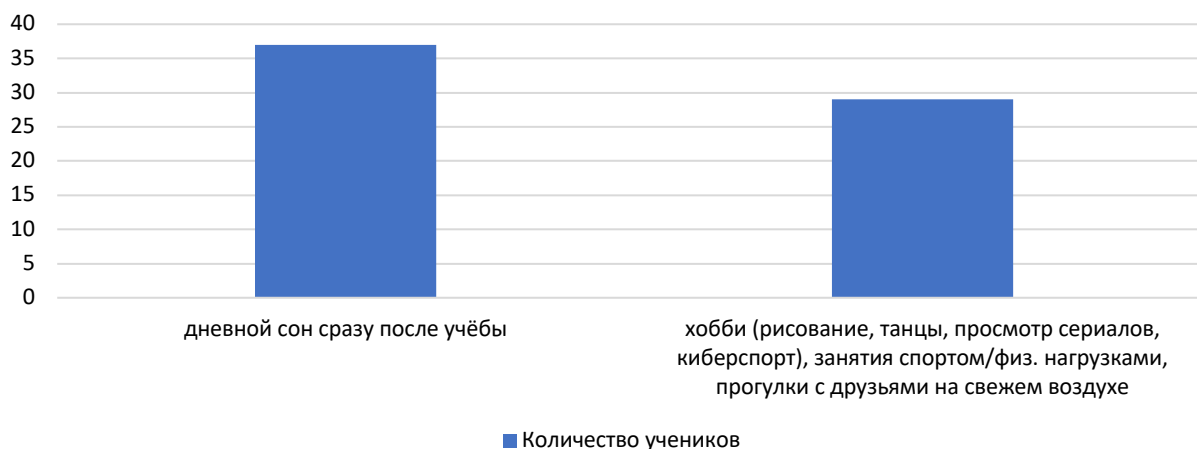


Рисунок 8. Опрос учащихся о мерах, принимаемых для снятия стресса, вызванного объемом учебных заданий.

В опросе среди учителей по различным предметам (математике, русскому языку и литературе, физкультуре, истории, технологии, музыке, химии, географии, биологии и экологии) приняло участие 24 человека. На вопрос «Выбирают ли ваш предмет школьники для сдачи экзамена?», 18 учителей (75%) ответили «Да, выбирают», а 6 учителей (25%) выбрали вариант «Нет, не выбирают». (см. рис. 9).

Выбирают ли Ваш предмет школьники для сдачи экзамена?



Рисунок 9. Опрос учителей по приоритетности предметов, выбираемых учащимися для экзаменов.

На вопрос «Ведете ли Вы электив по подготовке учеников к экзаменам ОГЭ/ЕГЭ?» были получены следующие результаты:

- «Да, он является обязательным к посещению» – 11 человек (45,8%)
- «Да, но не является обязательным к посещению» – 3 человека (12,5%)
- «Нет, но я консультирую учеников вне уроков» – 4 человека (16,7%)
- «Нет, не веду» – 6 человек (25%) (предметы этих учителей не выбирают для сдачи экзамена). (см. рис. 10).



Рисунок 10. Опрос педагогов по подготовке учащихся к экзаменам (элективам).

На вопрос «Считаете ли Вы, что задаете своим ученикам много домашнего задания?» были получены следующие результаты:

- Ответ «Да, объем домашнего задания не всегда выполнимый, однако этого требует программа» выбрали 2 человека (8,3%).
- Ответ «Нет, объем домашнего задания вполне выполнимый» выбрали 22 человека (91,7%).
- Вариант ответа «Не задаю своим ученикам домашнее задание» не был выбран ни одним из учителей. (см. рис. 11).

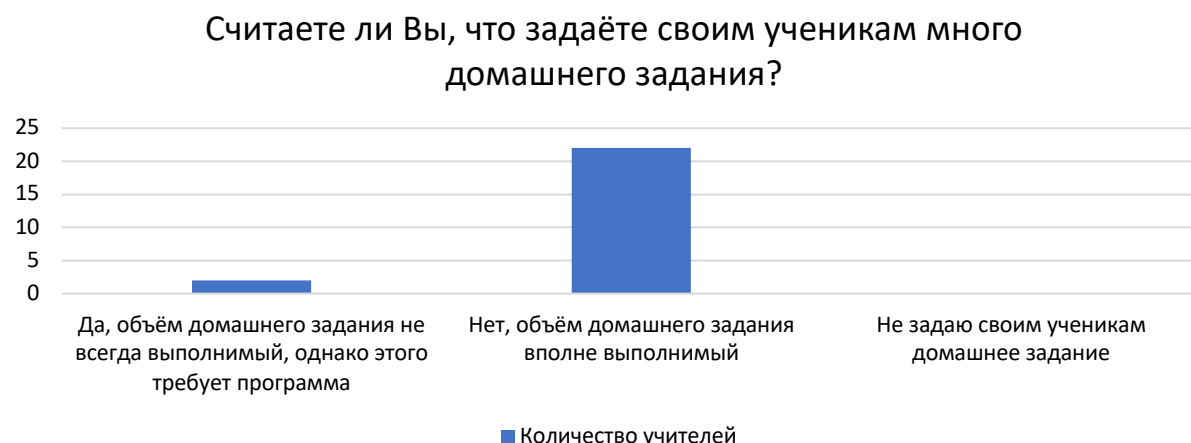


Рисунок 11. Опрос учителей о чрезмерности нагрузок по домашним заданиям.

Следующий вопрос «Считаете ли Вы, что современная программа обучения требует слишком много времени для подготовки к урокам и экзаменам?» имел следующие результаты. На варианты ответов «Да, учебная программа действительно обучения требует слишком много времени для подготовки к урокам и экзаменам» и «Нет, учебная программа рассчитана на ее выполнение обычными школьниками» пришлось по 12 опрошенных (50%). (см. рис. 12)



Рисунок 12. Опрос о временной нагрузки в учебном и экзаменационном процессе.

На вопрос «Замечаете ли Вы, что у Ваших учеников появилась усталость (ухудшилось здоровье) из-за информационно-образовательных нагрузок?» большее количество учителей ответили «Нет, не замечаю» – 14 человек (58,3%), в то время как их 10 коллег (47,1%) выбрали «Да, замечаю» (см. рис. 13).



Рисунок 13. Опрос об утомляемости учащихся в результате образовательных нагрузок.

В рамках исследования были предложены два открытых вопроса: «Какие методы Вы используете для поддержки и улучшения здоровья школьников на своих занятиях?» и «Какие изменения в учебной программе или методах преподавания, на Ваш взгляд, могли бы сократить информационно-образовательные нагрузки на учащихся?». Результаты показали, что наиболее распространенным методом, применяемым педагогами для поддержания здоровья учеников, являются физминутки и зарядка, что отметили 13 респондентов (59,1%). Среди других методов, которых придерживаются 8 учителей (36,7%), выделяются технологии для более интересного обучения и комбинированные занятия. В то же время 3 участника опроса (4,2%) не используют никаких дополнительных методов.

Что касается сокращения образовательных нагрузок, большинство учителей (13 респондентов, или 59,1%) высказывают мнение о необходимости исключения менее значимых предметов, таких как ОДНКР, финансовая грамотность и внеурочные занятия, либо уменьшения объема тем, которые впоследствии будут изучаться в колледжах. Также предложено ввести профильные классы, начиная с 7-го класса, с акцентом на подготовку к экзаменам и исключением менее актуальных тем, что поддержали

6 человек (27,3%). Один учитель предлагает рассматривать возможность перевода учащихся на домашнее обучение, чтобы минимизировать нагрузку. Остальные респонденты выступили за сохранение существующей учебной программы без изменений. (см. рис. 14).



Рисунок 14. Опрос о методах поддержания здоровья учащихся в учебном процессе.

В результате проведенного анализа можно констатировать, что проблема информационно-образовательных нагрузок в системе образования остается актуальной и вызывает значительные вопросы. Учителя часто не осознают ее масштабов, так как действуют в рамках норм и стандартов, установленных еще 18 декабря 2020 года. Опрос демонстрирует, что данные нагрузки действительно представляют собой серьезное препятствие в современном образовательном процессе.

Следует отметить, что выявление истинных причин этого явления представляет собой определенные трудности, учитывая, что количество уроков, объем изучаемых тем и продолжительность занятий регулируются Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28. В то же время результаты опроса указывают на частые нарушения одного ключевого аспекта—времени, отведенного для выполнения домашних заданий учащимися. Это приводит к тому, что многие учащиеся указывают «Сон» в качестве ответа на вопрос о мерах снятия стресса, связанного с учебной нагрузкой. Такие ответы свидетельствуют о значительном уровне утомляемости студентов и указывают на чрезмерные требования, предъявляемые педагогами при выполнении объемных домашних заданий в соответствии с учебным планом.

Другой важной проблемой является наличие отдельных уроков по таким дисциплинам, как функциональная грамотность, словесность, основы духовно-нравственной культуры и профессиональный минимум. Эти занятия забирают время как у учащихся, так и у педагогов, однако нельзя отрицать их полезность для современного школьника. Чтобы уменьшить количество уроков и тем самым снизить информационно-образовательные нагрузки, целесообразно интегрировать эти темы в расписание классных часов, таких как «Разговоры о важном», а также в обычные заседания, проводимые классными руководителями. Это позволит оптимизировать учебное расписание и создать условия для увеличения времени на отдых для школьников.

Недавний анализ показал, что ученикам требуется больше практического применения теоретических знаний. Хотя теоретической информации предостаточно, многие студенты сталкиваются с трудностями в ее реальной реализации. Причины данной ситуации можно найти в современных подходах к образованию, которые на начальном этапе акцентируют внимание на подготовке к экзаменам (ОГЭ и ЕГЭ), что связано с высоким уровнем требований к оценкам. Неспособность выполнить экзаменационные требования приводит к низким оценкам и, в конечном итоге, к выдаче аттестата с неудовлетворительными показателями.

При этом стресс, возникающий в процессе экзаменации, оказывает негативное влияние на здоровье школьников. В этой связи необходимо рассмотреть возможность внедрения накопительной системы оценивания, которая будет акцентировать внимание на достижениях учащихся на протяжении всего учебного года, а не лишь на результатах экзаменов. Это решение могло бы способствовать снижению стресса, одновременно сохраняя важность ОГЭ и ЕГЭ как компонентов аттестата. Рекомендуется также сократить количество контрольных работ или внедрить альтернативные формы оценивания. Снижение числа стандартизированных тестов в пользу проектного и практического обучения может помочь уменьшить стресс, направляя усилия учащихся на глубинное понимание материала, а не на механическое запоминание.

Кроме всего прочего, согласно приказу о порядке организации образовательного процесса, наполняемость классов не должна превышать 25 учащихся, однако на практике это число зачастую достигает 30. В таких обстоятельствах учитель сталкивается с трудностями организации обучения, что может вынуждать некоторых студентов осваивать материал самостоятельно, увеличивая тем самым время, затрачиваемое на внеучебную деятельность. Эта ситуация подчеркивает необходимость повышения квалификации педагогов для более эффективного использования методов обучения и снижения нагрузки на учащихся.

Заключение

Таким образом, для решения проблемы информационно-образовательных нагрузок необходимо применять системный подход. Снижение этих нагрузок представляет собой приоритетную задачу для современного образования. Так, рекомендуется формирование расписания учебных занятий с учетом психофизиологических особенностей подростков, а также сложности учебного материала, установленной гигиеническими нормами. Также целесообразно рассмотреть возможность введения законодательных норм, регламентирующих максимальный объем домашних заданий, исходя из значимости предметов и количества учебных часов, отведенных на них. Для сохранения здоровья подростков и снижения эмоциональной нагрузки в процессе экзаменации делать акцент на достижениях будущих выпускников школ. Кроме того, необходимо уделить отдельное внимание организации эффективного и безопасного досуга старшеклассников с учетом их психофизических потребностей. Все эти и другие меры, принятые как в отдельных учебных организациях, так и государством на законодательном уровне, будут способствовать дальнейшей генерации способных к эффективной профессиональной деятельности молодых людей, имеющих возможность получения эффективного и безопасного образования для оптимального психического и физического развития личности.

Список литературы

1. Антонова О.В. Проблемы современного образования // Молодой ученый. 2023. № 16(463). С. 291-295.
2. Джуринский А.Н., Трошкова Н. В. Сравнительно-исторический анализ становления классической гимназии в первой четверти XIX века: Российский и мировой опыт // Образование и наука. 2020. Т. 22. № 8.
3. Захаров В.Ю., Иванова А.Н. Всеобщее начальное образование в Российской империи в XIX – начале XX вв.: причины неудачи реформы // Локус: люди, общество, культуры, смыслы. 2019. № 2. С. 11-26.
4. Калинкина П.А. Учебный стресс школьников старших классов // Вестник науки. 2022. Т. 1. № 12(57). С. 324-331.
5. Лыкова Е.С., Савельев К.Н., Горбунова Г.А. Духовно-нравственное воспитание и развитие учащихся на занятиях в системе дополнительного образования // Современные проблемы науки и образования // Современные проблемы науки и образования. 2024. № 1.
6. Невинная И., Бурделова Е. «Не перегните палку»: как повышенная занятость школьников влияет на их здоровье // «Российская газета». 2023.

7. Об упорядочении внутреннего распорядка в массовой школе. Пост. СНК 15 февраля 1932 г. 1932.
8. Перцев В.В. Гимназическое образование в дореволюционной России: вторая половина 19 – начало 20 века // Концепт. 2013. № 1(17). С. 46-53.
9. Постановление Верховного Совета СССР от 12 апреля 1984 г. Об Основных направлениях реформы общеобразовательной и профессиональной школы. 1984.
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Зарегистрирован 29.01.2021 № 62296). 2021.
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи "». (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573). 2020.
12. Постановление Совета Народных Комиссаров Союза ССР и Центрального Комитета ВКП(б) «О преподавании географии в начальной и средней школе СССР» от 15 мая 1934 г. // «Известия ЦИК Союза ССР и ВЦИК». 1934. № 113.
13. Постановление Совета Народных Комиссаров Союза ССР и Центрального Комитета ВКП(б) «О преподавании гражданской истории в школах СССР» от 15 мая 1934 г. // «Известия ЦИК Союза ССР и ВЦИК». 1934. № 113.
14. Постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР от 20 июня 1972 г. «О завершении перехода ко всеобщему среднему образованию молодежи и дальнейшему развитию общеобразовательной школы». 1972.
15. Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования». 2021.
16. Руденко Е.Ю. Проблематика образовательных реформ в СССР в 1950–80-е годы // Молодой ученый. 2022. № 6(401). С. 55-57.
17. Руль Д.В. Эволюция образовательной системы в России XIX века. Реформы и их последствия // StudNet. 2020. № 5. С. 58-66.
18. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция). 2012.
19. Федеральный закон от 04.08.2023 № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». 2023.
20. Федеральный закон от 25.12.2023 № 685-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации " и ст. 2 Федерального закона "О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации "». 2023.
21. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.05.2024). 2012.
22. Шваб М.М. Реформы в системе школьного образования СССР в 30-е гг. XX в. // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2016. №5-6. С. 58-6.

Information and educational loads as a risk factor for the health of schoolchildren

Nina A. Makukha

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of General Education
Russian Academy of Justice, Far Eastern Branch
Khabarovsk, Russia
z21nina@yandex.ru
ORCID 0000-0000-0000-0000

Received 06.07.2024

Accepted 26.08.2024

Published 15.09.2024

UDC 613.95:373.3

DOI 10.25726/j7209-7085-7707-j

EDN YPYEHN

VAK 5.8.1. General pedagogy, history of pedagogy and education (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HA. EDUCATION & EDUCATIONAL RESEARCH

Abstract

Education of the 21st century is focused not only on the assimilation of knowledge within individual subjects, but also on the development of life skills that contribute to economic and cultural growth, as well as the creation of a more equitable society. However, despite the numerous reforms carried out in the educational sphere to form an effective and safe educational process for students, the goal of achieving an ideal educational model remains unattainable. The article analyzes the existing educational system, which shows a number of problems, including excessive homework, schedule congestion, lack of modern technology in certain regions, as well as a large number of students in classrooms and insufficient teacher qualifications. The solution of these issues is possible through the introduction of new legislative initiatives. The relevance of this study lies in the urgent problem of overloading high school students in the educational process. The paper provides recommendations for reducing the educational burden of high school students.

Keywords

general secondary education, academic load, saturation of lessons, duration of training sessions, psychological state, emotional stress, balance between the educational process and leisure.

References

1. Antonova O.V. Problems of modern education // Young scientist. 2023. № 16(463). pp. 291-295.
2. Dzhurinsky A.N., Troshkova N. V. Comparative historical analysis of the formation of a classical gymnasium in the first quarter of the XIX century: Russian and world experience // Education and Science. 2020. Vol. 22. № 8.
3. Zakharov V.Yu., Ivanova A.N. Universal primary education in the Russian Empire in the XIX – early XX centuries: the reasons for the failure of the reform // Locus: people, society, cultures, meanings. 2019. № 2. pp. 11-26.
4. Kalinkina P.A. Educational stress of high school students// Bulletin of Science. 2022. Vol. 1. № 12(57). pp. 324-331.
5. Lykova E.S., Saveliev K.N., Gorbunova G.A. Spiritual and moral education and development of students in the classroom in the system of additional education// Modern problems of science and education // Modern problems of science and education. 2024. № 1.

6. Nevinnaya I., Burdelova E. Don't overdo it: how the increased employment of schoolchildren affects their health // Rossiyskaya Gazeta. 2023.
7. On the regulation of the internal order in the mass school. Post. SNK February 15, 1932, 1932.
8. Pertsev V.V. Gymnasium education in pre-revolutionary Russia: the second half of the 19th – the beginning of the 20th century // Concept. 2013. № 1(17). pp. 46-53.
9. Resolution of the Supreme Soviet of the USSR of April 12, 1984 «On the main directions of reform of secondary and vocational schools». 1984.
10. Resolution of the Chief State Sanitary Doctor of the Russian Federation № 2 dated 01.28.2021 «On approval of sanitary rules and Norms SanPiN 1.2.3685-21 "Hygienic standards and requirements for ensuring safety and (or) harmlessness of environmental factors to humans"». (Registered 01.29.2021 № 62296). 2021.
11. Resolution of the Chief State Sanitary Doctor of the Russian Federation dated 09.28.2020 № 28 «On approval of sanitary rules SP 2.4. 3648-20 "Sanitary and epidemiological requirements for organizations of education and training, recreation and recreation of children and youth "». (Registered on 12.18.2020 No. 61573). 2020.
12. Resolution of the Council of People's Commissars of the USSR and the Central Committee of the CPSU (b) «On teaching geography in primary and secondary schools of the USSR» dated May 15, 1934 // «Izvestia of the Central Executive Committee of the USSR and the Central Executive Committee». 1934. No. 113.
13. Resolution of the Council of People's Commissars of the USSR and the Central Committee of the CPSU(b) «On teaching civil history in schools of the USSR» dated May 15, 1934 // «Izvestia of the Central Executive Committee of the USSR and the Central Executive Committee». 1934. No. 113.
14. Resolution of the Central Committee of the CPSU and the Council of Ministers of the USSR dated June 20, 1972 «On the completion of the transition to universal secondary education for young people and the further development of secondary schools». 1972.
15. Order of the Ministry of Education of the Russian Federation № 115 dated March 22, 2021 «On Approval of the Procedure for Organizing and implementing educational activities in basic general education programs – educational programs of primary general, basic general and secondary general education». 2021.
16. Rudenko E.Y. Problematics of educational reforms in the USSR in the 1950s-80s // Young Scientist. 2022. № 6(401). pp. 55-57.
17. Rudder D.V. Evolution of the educational system in Russia of the XIX century. Reforms and their consequences // StudNet. 2020. No. 5. pp. 58-66.
18. Federal Law «On Education in the Russian Federation» dated December 29, 2012 № 273-FZ (latest edition). 2012.
19. Federal Law № 479-FZ dated 08.04.2023 «On Amendments to the Federal Law "On Education in the Russian Federation"». 2023.
20. Federal Law № 685-FZ dated 12.25.2023 «On Amendments to the Federal Law "On Education in the Russian Federation" and Article 2 of the Federal Law "On Amendments to the Federal Law "On Education in the Russian Federation"». 2023.
21. Federal Law № 273-FZ of 12.29.2012 (as amended on 12/25/2023) «On Education in the Russian Federation» (with amendments and additions, intro. effective from 05.01.2024). 2012.
22. Shvab M.M. Reforms in the school education system of the USSR in the 30s of the twentieth century. // Actual problems of humanities and natural sciences. 2016. No.5-6. pp. 58-6.