

**Аналитическая записка
Перегрузка детей в школе**

I. ПРИЧИНЫ ПЕРЕГРУЗКИ.....	2
1. Чрезмерное количество часов образовательной нагрузки в школе.....	2
2. Интенсивность уроков, интенсивность программы.....	5
2.1. Увеличение объема программы.....	5
2.2. Уменьшенное количество часов на отдельные предметы.....	6
2.3. Контрольные и праздники “съедают” время уроков.....	7
2.4. ВПР как причина сокращения времени на обучение.....	7
2.5. Несоответствие материала возрасту, возможностям ребенка его освоить....	8
2.6. Несогласованность и хаотичность изменений программ.....	8
2.7. Домашние задания.....	9
2.8. Учебники.....	10
3. Большое количество учеников в классе.....	10
4. Избыточное использование электронных средств обучения.....	11
5. Инклюзия, дисциплинарные проблемы и иные причины.....	12
II. ПРЕДЛОЖЕНИЯ.....	14

Перегрузка, переутомление детей в школе носят массовый характер. В первой части записки мы рассматриваем основные причины этой проблемы, во второй части намечаем возможные меры по устранению перегрузки школьников. Для составления полного и конкретного плана необходим комплексный анализ ситуации с участием педагогов, врачей, психологов и других специалистов.

I. ПРИЧИНЫ ПЕРЕГРУЗКИ

1. Чрезмерное количество часов образовательной нагрузки в школе

Образовательная нагрузка школьника складывается из времени:

- уроков
- внеурочной деятельности
- выполнения домашних заданий.

Текущим СанПиНом¹ установлена предельная учебная нагрузка на школьников. При 5-дневной учебной неделе допускается учебная нагрузка в неделю: 1 класс - 21 ч.; 2 - 4 классы - 23 ч.; 5 класс - 29 ч.; 6 класс - 30 ч.; 7 класс - 32 ч.; 8-9 классы - 33 ч.; 10-11 классы - 34 ч.

Допускается проведение внеурочной деятельности не более 10 ч. в неделю. Внеурочная деятельность, которая должна проводится в отличной от уроков форме, часто проводится в форме уроков. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности рекомендуют отводить 1 час на “Разговоры о важном”, 3 часа на занятия, связанные с реализацией особых интеллектуальных и социокультурных потребностей обучающихся, 1 час на занятия по формированию функциональной грамотности школьников, 1 час на занятия, направленные на удовлетворение профориентационных интересов и потребностей обучающихся, 2 часа в неделю на занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии.

СанПиН устанавливает следующие ограничения продолжительности выполнения домашних заданий в день: 1 класс - 1 ч., 2 - 3 классы - 1,5 ч., 4-5 классы - 2 ч., 6-8 классы - 2,5 ч, 9 - 11 классы - 3,5 ч.

Если мы просуммируем предельно допустимые часы по трем видам нагрузки, мы получим следующие общие значения (в часах в неделю):

	Уроки	ВД	Домашние задания	Итого
1 класс	21	10	5	36
2 класс	23	10	7,5	40,5

¹ 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"

3 класс	23	10	7,5	40,5
4 класс	23	10	10	43
5 класс	29	10	10	49
6 класс	30	10	12,5	52,5
7 класс	32	10	12,5	54,5
8 класс	33	10	12,5	60,5
9 класс	33	10	17,5	60,5
10 класс	34	10	17,5	61,5
11 класс	34	10	17,5	61,5

Традиционно, урочная нагрузка и внеурочная деятельность указываются в академических часах, домашние задания - в астрономических часах. Тем не менее, мы считаем возможным проигнорировать это несовпадение и просуммировать все виды нагрузок для понимания совокупной нагрузки.

Если реализовывать внеурочную деятельность в полном объеме, как допускает СанПиН, то уже во 2 классе объем школьной нагрузки равен рабочей неделе взрослого человека, а в 11 классе в полтора раза превышает ее.

На практике внеурочная деятельность все же обычно не реализуется в полном объеме. Однако в школе ВД “Разговоры о важном” (с 1 класса) и “Россия - мои горизонты” (с 6 класса) позиционируются как обязательные и фактически являются уроками для большинства школьников.

Таким образом, фактически обязательной для большинства школьников при 5-дневной учебной неделе является следующая нагрузка в часах:

	Уроки	Домашние задания	Итого часов в неделю
1 класс	21 + 1	5	27
2 класс	23 + 1	7,5	31,5
3 класс	23 + 1	7,5	31,5
4 класс	23 + 1	10	34
5 класс	29 + 1	10	40
6 класс	30 + 2	12,5	44,5
7 класс	32 + 2	12,5	46,5

8 класс	33 + 2	12,5	47,5
9 класс	33 + 2	17,5	47,5
10 класс	34 + 2	17,5	48,5
11 класс	34 + 2	17,5	48,5

Подчеркнем, это фактически минимальная нагрузка на школьника, в дополнение к ней часто реализуется подготовка к ЕГЭ и углубленные факультативы по предметам под видом добровольно-принудительной внеурочной деятельности. Кроме того, добросовестное выполнение домашних заданий в реальности может занимать больше времени, чем указано выше.

Очевидно, что эта минимальная обязательная нагрузка на школьника превышает разумные значения и является одной из причин переутомления школьников.

Проблема перегрузки школьников осознавалась и в советский период. Требование устранить перегрузку учащихся содержится в Постановлении ЦК КПСС, Совмина СССР от 12.04.84 N 313 и в более ранних документах. Однако в сравнении с тем периодом нагрузка выросла, в основном в старших классах.

Приведем сравнительную таблицу.

Классы	1986/87 год ²	в настоящее время (с учетом фактически обязательных РОВ и "Россия - мои горизонты")
1	20	22
2	22	24
3	24	24
4	24	24
5	30	30
6	30	32
7	30	34
8	30	35
9	31	35
10	31	36

² Постановление ЦК КПСС, Совмина СССР от 12 апреля 1984 года №313 "О дальнейшем совершенствовании общего среднего образования молодежи и улучшений условий работы общеобразовательной школы"

11	31	36
----	----	----

В государственном докладе «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2024 году», подготовленном Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, повышенные суммарные образовательные нагрузки обозначены как один из факторов риска здоровью детей.

Напомним, что согласно статье 28 Федерального закона от 30.03.1999 №52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" установлена обязанность применения программ, методик и режима воспитания и обучения детей только при наличии санитарно-эпидемиологических заключений, но в отношении ФГОС и образовательных программ такие заключения не были получены.

В соответствии с Приказом Минпросвещения от 9 октября 2024 г. N 704³, который вступает в силу 1 сентября 2025 года, количество часов по программе было существенно увеличено. Общий объем аудиторной работы будет составлять:

- ООО: не менее 5338 академических часов (раньше было 5058) и более 5848 академических часов в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса к учебной нагрузке при 5-дневной (или 6-дневной) учебной неделе;
- СОО: не менее 2312 академических часов (раньше было 2170) и не более 2516.

Как мы видим, минимальное количество академических часов было заметно увеличено. Представляется необходимым снижение урочной и внеурочной нагрузки на школьников.

2. Интенсивность уроков, интенсивность программы

2.1. Увеличение объема программы

Сравнительный анализ программ показывает, что содержание общего образования постоянно расширяется, планы пополняются новыми предметами, темами.

Например, сравнительный анализ текущей программы по русскому языку и программы 1957 года (5-9 классы) показывает, что в современную программу включено несколько десятков новых тем, но практически ничего не исключено. Приведем некоторые примеры включенных тем: исконно русские слова, слова с полногласными и неполногласными сочетаниями, жаргонизмы, стилистические пласты лексики, лексический анализ слова, тематические группы слов, паронимы (лексикология); основные выразительные средства фонетики, интонация, её функции, основные элементы интонации (фонетика); категория состояния как особая часть речи; разряды союзов и разряды частиц; омонимия членов предложения и вводных слов,

³ Приказ Минпросвещения от 9 октября 2024 г. N 704 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего образования"

словосочетаний и предложений и т.п.. Следует отметить, что при этом общая продолжительность часов на изучение русского языка и литературы в восьмилетней советской школе (1959 год) была больше, чем в современной девятилетней школе. Большая часть календарно-тематического плана представляет собой почти ежеурочное изучение нового материала, с минимальным повторением. Ученики сначала не успевают усваивать информацию, а потом и вовсе перестают учиться, не справляясь с потоком новых правил. Фактически не ведется повторение пройденного материала: на это нет ни времени в планировании, ни материала в учебниках.

Увеличение объема материала программы на протяжении многих лет привело к чрезмерно высокому темпу учебы в школе.

2.2. Уменьшенное количество часов на отдельные предметы

Интенсивность урока также возрастает, когда уменьшается количество часов, выделенное на предмет.

Например, в учебном плане на изучение математики в каждом классе начальной школы отводится 4 часа в неделю, всего 540 часов. Из них: в 1 классе — 132 часа, во 2 классе — 136 часов, 3 классе — 136 часов, 4 классе — 136 часов. Общее количество часов, выделяемых на изучение математики в настоящее время за 4 года начальной школы, меньше, чем количество часов, выделяемое на математику в начальной школе в советское время, при том что обучение в ней длилось 3 года. Тогда на математику выделялось 612 часов.

Для освоения современной программы по физике базового уровня заложено 374 часа, в то время как в советское время на физику выделялось 510 часов, при этом программа с того времени только расширилась. Аналогичная ситуация - по ряду других предметов.

Одной из причин уменьшения количества часов на изучение предмета является ранняя профилизация. Увеличивая время на изучение одних предметов, мы вынуждены уменьшать время на изучение других предметов. Приведем сравнительную таблицу с указанием часов на изучение нескольких предметов на базовом и углубленном уровнях в 10-11 классах.

	Базовый уровень (часы)	Углубленный уровень (часы)
биология	68	204
химия	68	204
математика	340	544
география	68	204
физика	136	340
история	136	272

Мы видим, какая существенная разница в количестве часов заложена на изучение одного и того же предмета на базовом и углубленном уровне, но в рамках “ужатых” часов базового уровня школьник должен освоить значительный объем программы, которая не подверглась пропорциональному сокращению.

2.3. Контрольные и праздники “съедают” время уроков

Для иллюстрации проблемы приведем высказывание учителя математики:

“На геометрию в 8 классе отведено 68 уроков в год (2 урока в неделю), из них 6 контрольные. Праздники, ВПР и еще какие-то мероприятия съедают еще примерно 10 уроков. Итого на геометрию в 8 классе 52-54 урока. А основная программа геометрии сосредоточена именно в 8 классе, она же идёт уже в ОГЭ и ЕГЭ с малыми дополнениями.”

В настоящее время школа стала площадкой, которую различные структуры используют для реализации своих интересов, весьма условно связанных с образовательным процессом. Со стороны администрации школы, региональных и муниципальных органов власти и иных организаций регулярно приходят запросы на участие школы в том или ином проекте. Учителя обязаны обеспечивать участие во множестве праздников, олимпиад, конкурсов, субботниках, концертах. Зачастую ради этих мероприятий детей “снимают” с уроков. Это “съедает” время, выделенное на их проведение. В результате фактическое количество часов на проведение уроков - меньше плановых.

С 1 сентября 2025 года Минпросвещения вводит⁴ единые нормы времени на выполнение контрольных и практических работ в школах - не более 10% всего объема учебного времени, отведенного на предмет. Но проведение контрольных и проверочных работ - важный инструмент для учителя, они необходимы для мотивации учеников, контроля их знаний. В поурочном планировании, которое предложено в том же документе, заложено минимальное, недостаточное время на проверку знаний (например, из 204 уроков по русскому языку в 6 классе только 8 уроков отведено на контрольные). То есть ВПР и дополнительные контрольные будут проводится за счет уроков, отведенных на изучение программы.

2.4. ВПР как причина сокращения времени на обучение

Помимо традиционных проверочных работ в школах ежегодно проводятся ВПР. В 2026 году ВПР планируется провести с 20 апреля по 20 мая. Для детей в 4 классе ВПР проводятся по 3 предметам, для детей старше – по 4 предметам. Продолжительность ВПР может быть от 45 минут до 90 минут, то есть для проведения одной проверочной работы может потребоваться 2 урока. Таким образом, проведение ВПР «выбрасывает» из расписания от 3 до 8 уроков.

Несмотря на требование, что на оценочные процедуры, включая ВПР, не может отводиться более 10% от общего времени на изучение предмета, в поурочном планировании не «зарезервировано» время на проведение ВПР. То есть ВПР будут

⁴ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 октября 2024 года № 704

проводиться вместо урока, предназначенного для изучения той или иной темы. Когда же эту тему изучать? На этот вопрос ответа нет.

Другая проблема с ВПР – это время, которое «изымается» из программы для натаскивания к ВПР. Поскольку результаты ВПР имеют значение для рейтинга школы, могут влиять на зарплату учителя, хорошие результаты ВПР становятся для учителя важнейшей задачей. Многие учителя начинают натаскивать учеников на конкретные задания, что тоже «съедает» время на поэтапное изучение собственно программы. Дети готовятся к ВПР вместо того, чтобы учиться.

В конце мая многие школы закрываются для проведения ЕГЭ. Даже если конкретное здание не является пунктом проведения экзамена, многие учителя задействованы в его проведении. То есть фактически учеба в школе после 20 мая не ведется, несмотря на то, что формально до конца учебного года остается еще неделя.

На май приходятся продолжительные праздники, когда многие родители уезжают с детьми в отпуск и дети не учатся. С учетом ВПР, продолжительных праздников, ЕГЭ из нормальной учебы фактически вылетает один месяц.

2.5. Несоответствие материала возрасту, возможностям ребенка его освоить

Есть темы, которые большинство детей плохо понимают и усваивают. Приведем, для иллюстрации, пример по физике:

В 8 классе трудно усваиваются правила буравчика, электромагнитной индукции с правилом Ленца. В 9 классе - понятие кванта электромагнитного излучения с постулатами Бора, энергия связи и дефект масс в ядерной физике. Трудно объяснить научно распространение электромагнитных волн в 9 классе, потому как тяжело понимаются электрическое и магнитное поля в 8 классе.

Со второго класса детям предлагается изучать иностранный язык. Методика предполагает осваивать сложные грамматические конструкции, когда при изучении русского языка дети еще не освоили его структуру. Программы иностранного языка неадекватно большие по объему и сложности, часов на них выделяется недостаточно для освоения такого объема. Согласно мониторингу общего образования ОНФ за 2024 год, 23% детей занимаются с репетиторами уже во втором классе. Мы полагаем, что необходимость занятий с репетитором каждого четвертого ребенка уже во втором классе обусловлена, в том числе, интенсивностью изучения иностранного языка. Многие темы приходится изучать самостоятельно, домашние задания в реальности иногда требуют до 3-4 часов, лишая ребенка возможности полноценного освоения основных предметов, в т.ч. русского языка, чтения.

Необходим аудит программ для выявления таких сложных для большинства детей вопросов, которые должны, вероятно, переноситься для изучения на факультативы или на более старшие классы.

2.6. Несогласованность и хаотичность изменений программ

Приведем цитату учителя физики о несогласованности между программами физики и математики:

В 9 классе физика начинается с кинематики, где вводятся понятия перемещения, скорости, ускорения, и это все векторные величины. Закон сложения скоростей записывается как сумма векторов скоростей, далее идёт динамика и силы - векторные величины, равнодействующая сила как векторная сумма всех сил, действующих на тело. И первые 2 четверти, где плотно приходится работать с векторами и их проекцией, очень трудно идут у школьников. На геометрии же дети приступают к изучению векторов только в 3 четверти или в конце 2.

Недопустимо, чтобы во 2 классе дети при изучении английского языка проходили притяжательные местоимения, когда в курсе русского языка их нет и в помине. Кто-то проводил исследования, что ребенок в состоянии понять и усвоить этот материал в рамках предлагаемой методики в этом возрасте? Вопрос риторический...

Подобные дисбалансы внутри и между программами надо устранять.

В феврале 2024 года Министерство просвещения России издало приказ, согласно которому с 1 сентября 2025 года планировалось убрать ОДНКР как отдельный предмет из программы 5–7-х классов и интегрировать его в школьный курс «История нашего края». Однако в январе 2025 года министр просвещения Сергей Кравцов заявил, что с 1 сентября 2026 года ОДНКР вернётся в российские школы и будет преподаваться учителями истории в 5–7-х классах.

Это один из примеров хаотичности изменений в программах. Изменения следуют одно за одним, несколько раз в год. Не успевают изменения вступить в силу, как их снова меняют.

В сфере образования важна стабильность и последовательность. Недопустимо, чтобы образовательные программы, стандарты так постоянно и хаотично менялись, как это происходит сейчас.

2.7. Домашние задания

Домашние задания - обязательный элемент учебы. Домашние задания необходимы для закрепления материала, выработки навыков самостоятельной работы, умения концентрироваться, совершать волевое усилие для выполнения задачи.

Однако действительно детям часто задают на дом слишком большие задания. Интенсификация урока вынуждает учителя задавать больше заданий на дом, чтобы добиться усвоения материала, который не успевают пройти на уроке. Очевидно, что отказ от домашних заданий не снизит нагрузку, но будет способствовать падению успеваемости. Чем меньше домашних заданий, тем интенсивнее уроки.

Несмотря на то, что СанПиН нормирует время на выполнение домашних заданий, они де-факто не нормируются. Дети часто тратят на выполнение домашних заданий больше времени, чем предусмотрено СанПиНом.

При утверждении образовательных программ не проводилась оценка времени, необходимого на выполнение домашних заданий. Исследований, сколько объективно нужно на его выполнение, нет. Бессмысленно устанавливать временные ограничения, если на практике их невозможно реализовать.

Необходимо полноценная экспертиза программ для определения разумной нагрузки на ученика, адекватную возрасту ребенка и его способности ее усвоить. Эта экспертиза должна включать и анализ объема домашней работы.

2.8. Учебники

Во многих современных учебниках материал подается бессистемно, хаотично, без соблюдения ключевых принципов дидактики («от простого к сложному», доступности с учетом возрастных особенностей детей). Правила в учебниках часто не приводятся в принципе либо не выделены зрительно, или «размазаны» частями по всему тексту параграфа так, что ответить на вопрос о сути правила ребенок после прочтения текста принципиально не может.

Приведем пример из учебника по русскому языку для 2 класса (задание в начале года), когда задания, текст не адекватны возрасту, возможностям ученика.

50. Рассмотрите рисунок.

Берёза

Листоенное дерево с белой корой и сердцевидными листьями.

● Какой предмет вы увидели? Прочитайте его название.

● Что обозначает слово **берёза**? Прочитайте толкование значения этого слова.

То, что обозначает слово, является его **лексическим значением**.
Лексическое значение слова **берёза** — листоенное дерево с белой корой и сердцевидными листьями.

берёза



Отсутствует нормальное закрепление, повторение материала, предмет изучается «галопом» (на каждый следующий урок новая тема). Низкое качество учебников - одна из причин привлечения родителями репетиторов, начиная с первых классов школы.

3. Большое количество учеников в классе

Большое количество детей в классе в условиях, особенно когда учитель не может обеспечить дисциплину на уроке - один из факторов перегрузки детей. Согласно отчету

ОЭСР “Взгляд на образование”⁵ за 2024 год среднее количество учеников в странах - участницах организации в начальной школе составляет 14 учеников на учителя, в основной - 13 учеников на учителя. В России этот показатель выше среднего, составляет 16,8 учеников на учителя в среднем (20 учеников в городских, 10,8 в сельских)⁶. В отдельных субъектах РФ этот показатель значительно превышает средние (Тюменская область, Краснодарский край, Калининградская область, Московская область). Этот показатель не идентичен показателю количества детей в классе, однако он показывает проблему переполненности классов, особенно в отдельных регионах.

Согласно государственному докладу «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2024 году» одним из факторов, негативно влияющих на здоровье детей, является их воспитание и обучение в организациях, работающих в переуплотненном режиме. Превышение наполняемости детских коллективов обуславливает развитие утомления у детей и снижение их умственной работоспособности, увеличивает риски здоровью. Всего в переуплотненном режиме в 2024 г. функционировала 7641 организация (48,7 % составляют дошкольные образовательные организации, 48,9 % – общеобразовательные организации и 2,4 % – другие организации).

Удельный вес общеобразовательных организаций, работающих в переуплотненном режиме, в 2024 году составил 7,7 %. Более чем в 2 раза среднероссийский показатель был превышен в республиках Дагестан (43,7 %), Тыва (15,5 %), Астраханской (19,6 %), Московской (20,9 %), Пензенской (18,7 %), Костромской (16 %), Ростовской (15,6 %) областях, Хабаровском (19,4 %) и Краснодарском (18 %) краях, Ямало-Ненецком АО (28,5 %), Кабардино-Балкарской Республике (17,5 %).

С 2022 года в Российской Федерации отсутствуют общеобразовательные организации, работающие в три смены. Исключение третьей смены и перевод этих организаций на односменный и двухсменный режим привел их к работе в переуплотненном режиме. Так, например, в Республике Дагестан в 2021 году удельный вес организаций, работающих в переуплотненном режиме, составлял 26,6 %, в 2022 г. – 47,5 %, в 2023 г. – 47,8 %, в 2024 г. – 43,7 %.

Увеличение количества учителей и, соответственно, уменьшение количества детей в классе будет способствовать снижению нагрузки на детей.

4. Избыточное использование электронных средств обучения

Согласно государственному докладу «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2024 году» факторами риска для здоровья детей являются цифровая трансформация образования, использование педагогических технологий, не прошедших гигиеническую экспертизу на безопасность для здоровья обучающихся. Интенсификация учебной деятельности сопряжена с

5

https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2024/09/education-at-a-glance-2024_5ea68448/c00cad36-en.pdf

⁶ “Учитель на перекрестках российского рынка труда - 2025”, Издательский дом НИУ ВШЭ

повышенными зрительными нагрузками, статическим и психоэмоциональным напряжением при работе с электронными средствами, оснащенными экранами. В образовательную и досуговую деятельность детей и подростков внедряются инновационные средства и технологии обучения (новые электронные средства обучения, образовательные платформы, технологии виртуальной и дополненной реальности, искусственный интеллект и др.), не прошедшие оценку безопасности для здоровья и не имеющие физиолого-гигиенических рекомендаций их оптимального использования детьми и подростками различного возраста.

Значительно растет объем домашних цифровых заданий. Вместо понятных параграфов и конкретных задач в бумажных учебниках ребенку предлагается выполнить цифровые тесты или просмотреть учебные видео. От цифровых заданий дети больше устают, но меньше усваивают, что приводит к дополнительной перегрузке.

Приведем цитату из методических рекомендаций “Использование информационно-компьютерных технологий в образовательном процессе в начальной школе: влияние на организм обучающихся” Института возрастной физиологии РАО:

Отрицательной стороной влияния информационно-компьютерных технологий на мышление, внимание, память является, прежде всего, многозадачность деятельности. Мышление становится мозаичным, бессистемным, нарушаются причинно-следственные связи, ребенок не может оперировать целостным текстом. Восприятие информации с экрана детьми младшего школьного возраста происходит фрагментарно и малоосмысленно, т.е. формируется клиповое мышление - процесс отражения множества свойств объекта, без учета связи между ними, для которого присуща фрагментарность, разнородность поступающей информации, высокая скорость переключения между её частями, отсутствие целостной картины. Тогда как при традиционном обучении у детей развивается вербально-логическое мышление, понимание смысла, способность к категориальному анализу текста, опора в образовательном процессе на наглядно-образное восприятие приводит к отставанию вербального интеллекта. Происходит снижение произвольной словесно-логической памяти, так как больше нет необходимости запоминать информацию, нужно только помнить местонахождение учебных материалов. В свою очередь легкость доступа к информации ведет к снижению познавательного интереса, его избирательности и непостоянству. Интенсивное и нерациональное применение информационно-компьютерных технологий в образовательном процессе перегружает оперативную и кратковременную память обучающихся, что может приводить к трудностям в усвоении учебного материала.

Любое обращение ребенка к Интернету влечет его попадание в «черную дыру», которая зачастую затягивает ребенка на сайты, совершенно не относящиеся к учебному процессу. Школа не должна это провоцировать.

Необходима комплексная профессиональная оценка “физиологической цены” применения электронных средств обучения для детского организма, определение допустимых рамок использования ЭСО в школе.

5. Инклюзия, дисциплинарные проблемы и иные причины

Выше обозначены наиболее существенные причины перегрузки школьников. Есть и ряд других причин, которые нужно рассматривать дополнительно. Ниже мы обозначаем их кратко, каждый из этих вопросов должен быть предметом отдельной справки.

Инклюзия. Дети с ЗПР, аутизмом, умственной отсталостью учатся в обычных классах. Они вынуждены обучаться по программе, с которой непросто справляться и детям без нарушений здоровья. Это жестоко и бессмысленно по отношению к таким детям, которые заведомо не могут справиться с программой. Это изматывает учителя, который не в состоянии нормально давать материал в классе (особенно в отсутствие тьютора). Это тормозит работу остального класса, мешает другим детям усваивать материал.

Дисциплинарные проблемы. Нет дисциплины на уроке - а это массовая проблема - время урока потрачено впустую. Один - два хулигана в классе могут сорвать урок. В отсутствие действенных средств воздействия на таких детей, да еще в переполненном классе, ученики плохо воспринимают материал. Возникает переутомление.

Недостаточная квалификация части учителей. Уровень баллов ЕГЭ для поступления на педагогические специальности невысок, бывший троечник вполне может оказаться учителем. Ученики такого учителя будут вынуждены "добирать" знания дома с родителями и репетиторами.

Плохая подготовка детей к школе. У многих детей плохо сформирована речь к 1 классу, такому ребенку трудно справиться с интенсивной программой. Многие дети не готовы к школе, это предпосылка низкой успеваемости и перегрузок (если такой ребенок все-таки пытается учиться).

Начальная школа не формирует навыки, фундамент для последующей учебы. За последние годы программы и учебники начальной школы подверглись серьезнейшей переработке. В начальной школе новые учебники опираются на "педагогический хаос", состоящий из плохо связанных между собой фрагментов различных систем обучения.. Новые единые учебники для начальной школы не позволяют выполнить задачи, стоящие перед начальной школой. В средней школе дети пожинают плоды плохой подготовки в начальной школе, у многих низкий уровень развития мышления, плохо освоены приемы обучения.

Помимо очевидных причин перегрузки школьников, которые мы перечислили выше, есть глубинная проблема выхолащивания смысла и потери мотивации у детей к учебе. У многих детей нет понимания, для чего они учатся. Они не понимают, как обучение в школе повлияет на его будущие успехи, на их жизнь. Бытует такое мнение, "зачем работать учителем за 30 тыс. рублей, если можно получать больший доход, делая маникюр в салоне красоты, не тратя на обучение годы жизни"? И многие родители считают, что можно хорошо устроиться, не зная дроби, и социум показывает, что бестолковый ребенок при наличии

богатых родителей будет хорошо устроен. Если раньше все общество осознавало значимость образования, то сейчас это в значительной степени утрачено.

Когда в обществе нет ясного понимания роли человека в жизни, значимости образования, что усугубляется появлением ИИ и возможностью замещения человека во многих профессиях, трудно заставить детей учиться. Ещё до ИИ наша система (и не только образования) породила ленивого человека, который не умеет испытывать радости от результата своей работы. Есть много детей, которые на уроке ничего не делают, не пишут и не слушают. До школы, в начальной школе дети не “поймали” глубинную мотивацию получать радость от результата своей работы, не выработали необходимые для учебы навыки. И дальше на них валится огромный вал информации и требований. Если каждый день по 6-7 часов заниматься тем, что тебе не нужно и неинтересно, а потом еще делать это дома, это всё становится действительно утомительно, это изматывает.

До того, как ребенок осознал необходимость учиться для получения профессии, до того, как у него появился интерес к предмету, он должен многое делать просто потому, что должен. И если раньше у родителей и детей были инструменты для принуждения ребенка к учебе, то сейчас педагогика скорее предлагает “увлечь и заинтересовать” ребенка, не приветствуя принуждение. Но увлечь не всегда можно. Большая часть работы в школе - это просто труд, это обязанность ребенка. Но этого понимания у большого количества детей нет, и далеко не каждый учитель и родитель понимает, что с этим делать.

В отсутствие планомерного труда, при допустимости имитации результатов (списывание домашних заданий, гарантированная тройка даже при полном отсутствии знаний и т.п.), в отсутствие действенного контроля результатов обучения, многие школьники не нарабатывают умение учиться, фокусировать волю и внимание для выполнения задания, что становится все более мучительным с годами и выливается в перегрузки.

Конечно, это не касается всех детей - есть много честных, мотивированных детей, которые перегружены именно в силу чрезмерной интенсивности образовательной программы, которые добросовестно учатся и в силу этого имеют дело с большой перегрузкой. Именно они и их родители жалуются на перегрузки, потому что действительно пытаются дать образование ребенку.

Перечисленные в справке выше вопросы требуют комплексного анализа со специалистами, на основании которого и должны быть подготовлены предложения по исправлению ситуации. Однако мы можем сформулировать несколько предложений, которые кажутся наиболее необходимыми и очевидными.

II. ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. Пересмотреть, обновить нормативы по предельной нагрузке на детей с учетом мнения врачей, педагогов, психологов. Текущие нормативы выглядят компромиссом, попыткой “втиснуть” общеобразовательную программу в 11 лет обучения. Необходимо понимать, какие часы реально должны быть нормой, чтобы перегрузка не возникала.

Представляется разумным, что количество уроков в старших классах не должно превышать 6. С учетом 2 - 3 часов на выполнение домашних заданий, это уже будет примерная продолжительность рабочего дня взрослого человека. У ребенка должно быть время на отдых, спорт, помощь по дому, подготовку к поступлению в ВУЗ или в организацию СПО.

2. Необходимо перестать делать вид, что внеурочная деятельность типа “Разговоров о важном”, “Россия - мои горизонты” и т.п. не является уроком, не засчитывается как урочная нагрузка на детей и не подпадает под ограничения максимально допустимой нагрузки. Напомним, СанПиНом запрещено реализовывать внеурочную деятельность в форме уроков. Этот запрет многие годы игнорируется. В методических рекомендациях ИСРО (ИСМО) о проведении внеурочной деятельности нет ни одного занятия, который бы соответствовало СанПиНу и было бы именно внеурочной деятельностью, а не уроком.

Внеурочная деятельность не должна “спускаться” сверху как обязательный “квази-урок”. Школа, учитель, ученики и их родители должны самостоятельно определять, в какой форме помимо уроков проводить занятия с детьми, будь то экскурсии, походы, дополнительные занятия с отстающими, эти занятия могут быть только добровольными.

3. Научная экспертиза ФГОС, программ, поурочного планирования коллективом профессиональных методистов, не входящих в существующие структуры подготовки программ и управления образованием. Реальная разгрузка содержания общего образования. Анализ общеобразовательных программ включая объем необходимого домашнего задания и сокращение избыточного материала для изучения. В программы должны быть включены материалы, которые могут быть усвоены большинством детей в выделенные на предмет часы в нормальном темпе, с учетом времени на повторение, отработку, закрепление материала.

Однако важно подчеркнуть, что разгрузка программ не означает их примитивизацию! Речь идет об устранении избыточных тем, избыточной информации, но не о тотальном упрощении программы.

Анализ того, сколько часов должно быть выделено на тот или иной предмет, чтобы дети могли его усвоить. Анализ целесообразности введения отдельных предметов за последние годы. Есть вопросы спорные, но есть то, о чем общественность говорит многие годы, на это нужно обратить внимание:

Начальная школа:

- убрать иностранный язык из программы 2 класса,
- заменить “Окружающий мир” на “Природоведение” с уменьшением количества часов на предмет, сфокусировав ребенка на изучении природы, что станет базой для освоения биологии и географии в последующем. Изучаемые в рамках «Окружающего мира» темы (права ребенка, Конституция, кусочные бессистемные сведения из жизни животных, некоторые данные из истории, элементы анатомии,

устройство жилища, фотосинтез, некоторые стихи, евро/доллары и т.д. и т.п.) не имеют единства изучаемого предмета, представляют собой хаос обрывков информации из разных предметов, как правило, абсолютно не соответствующей возрасту ребенка в плане возможности освоения.

Это позволит “высвободить” 3-4 часа в неделю, один из которых можно добавить на математику, что позволит снизить интенсивность программы по математике, снизит общую нагрузку на детей в начальной школе.

Есть часы в учебном плане, которая школа может использовать по своему усмотрению, так называемая “часть, формируемая участниками образовательных отношений”. Одна школа может решить, что эти часы нужно отдать математике, другая - изучению экологии. В 1 - 9 классах это 1 - 2 часа в неделю, в 10 - 11 классах - 6 и 7 часов в неделю соответственно. В условиях жесткой нехватки часов на изучение основных предметов выделение этих часов “про запас” на усмотрение школы является спорным. Представляется разумным использование каждого часа учебного плана решать на федеральном уровне, не передавая распоряжение часами на усмотрение отдельным школам.

В условиях дефицита часов на “основные” предметы вызывает сомнение необходимость включения в программу предмета “Основы духовно-нравственной культуры народов России”. Этот материал можно давать на уроках истории, на уроках литературы.

Необходимо устранение дисбалансов и противоречий между программам. Изменения должны быть проработаны глубоко и основательно, после этого программы не должны меняться с той скоростью, как это происходит сейчас, по усмотрению Минпросвещения. Недопустимы изменения в программах в отсутствие исследований.

Необходимо обеспечить качественную переработку учебных пособий с учетом классических правил дидактики.

4. Отказ от проведения оценки качества образования в форме ВПР с охватом всех обучающихся, тогда как для таких исследований достаточно репрезентативной выборки. Любая стандартизированная работа, к которой готовятся заранее, дает заведомо завышенную оценку. В условиях заинтересованности школы и учителей в хороших результатах и в отсутствие независимого контроля за проведением проверки, ВПР в его нынешнем виде не могут быть объективным показателем уровня знаний. Время на подготовку и проведение ВПР отнимает значительное время от учебы, перегружая школьников и учителей, при этом не достигая результата получения объективной оценки образования. Более реалистичную оценку уровня знаний могут дать случайные проверки.
5. Рассмотреть возможность уменьшения количества уроков в день за счет увеличения количества учебных недель, если исчерпаны другие способы “уместить” программу в уменьшенное количество уроков в неделю. Сейчас в России 34 учебные недели, но в других странах учебный год может быть

длиннее, да и в нашей истории были периоды, когда учебный год длился дольше (например, 43 недели в 30-ые годы).

6. Уменьшение количества “спущенных” сверху мероприятий, которые являются одной из причин перегрузки учителей и школьников. Строгие ограничения случаев, когда время уроков используется для проведения праздников, любых мероприятий. Недопустимость “впихивания” в расписание уроков цифры, курсов функциональной грамотности и т.п.
7. Соблюдение норматива наполняемости класса. Решение проблемы “переуплотненности” классов. Подготовка плана “разуплотнения” классов в тех школах, где это необходимо. Это подразумевает либо создание дополнительной школы, либо увеличение количества учителей, чтобы снизить количество детей в классе. По сути, требуется решение кадровых вопросов в школьном образовании.
8. Отказ от профилизации с 7 класса. Рассмотреть возможность профилизации с 10 класса. Углубленное изучение отдельных предметов “съедает” часы, выделенные на изучение других предметов. Цель массовой школы - дать общее образование, а не выучить профессии или дать в ускоренном режиме часть ВУЗовской программы. Действительно одаренные в той или иной области дети могут обучаться в специализированных школах.
9. В настоящее время образовательные программы не предусматривают цифровых форматов занятий, использование цифровых помощников, домашние задания в виде цифровых тестов и т.п. Однако на практике учителей стимулируют, навязывают им давать детям домашние задания в виде цифровых тестов, активно использовать цифровых помощников.

Необходимо установить запрет направлять учителям рекомендации, а также материально стимулировать их использовать цифровые форматы, не предусмотренные федеральной образовательной программой.

Научный анализ и принятие решение о допустимости и целесообразности тех или иных элементах цифровизации в школе должно быть проработано коллективом опытных учителей, психологов, врачей.
10. Запрет на инклюзивное обучение ребенка с ОВЗ (нарушения, связанные с интеллектом) в обычной школе в отсутствие тьютора. Возврат к практике обучения детей с ОВЗ (в первую очередь нарушения, связанных с интеллектом) в специализированных школах.
11. Выработка путей решения дисциплинарных проблем.