

Стратегическое и организационное планирование

КАНИКУЛЫ: НОВЫЙ ГРАФИК, ЕГО ПРЕИМУЩЕСТВО И НЕДОСТАТКИ

Антон Денисёнок, директор гимназии № 2 г. Гурьевска Калининградской области

Традиционный график каникул достаточно привычен для большинства учителей и учащихся. Он настолько привычен, что участники образовательного процесса редко задумываются над тем, что он может быть иным. Об альтернативе традиционной системе каникул рассказывают те, кто стали участниками эксперимента по изменению структуры организации учебного процесса — и том, какие у него преимущества и недостатки.

В последние годы в педагогической науке возникла особая область — здоровьесберегающая педагогика, в рамках которой исследуются воздействие учебно-воспитательного процесса на психосоматическое здоровье детей, рассматриваются проблемы отображения вопросов здоровья в содержании школьного образования, разрабатываются новые технологии обучения, проводится поиск путей формирования ценностного отношения учащихся к своему здоровью и здоровью окружающих.

К здоровьесберегающим технологиям относятся:

1. Технологии обеспечения гигиенически оптимальных условий проведения образовательного процесса.
2. Технологии правильной организации образовательного процесса.
3. Психолого-педагогические технологии, используемые учителями на уроках и внеурочной работе.

К технологиям организации образовательного процесса относится правильная организация школьных каникул.

В России большинство школ работает по единому традиционному графику, в котором учебные четверти разной продолжительности

сменяются осенними, зимними и весенними каникулами. Научного обоснования такому графику нет. Можно только предположить, что он создавался для удобства работы учителей и методистов институтов повышения квалификации. В двухнедельные осенние и весенние каникулы очень удобно проводить семинары, курсы повышения квалификации работников образования, другие мероприятия. Об интересах детей просто не задумывались. А когда начали изучать целесообразность такого календаря каникул, то у исследователей появился целый ряд аргументов в пользу того, что существующая структура учебного года не соответствует в полной мере психофизиологическим особенностям детей и подростков. Особенно верны эти доводы в отношении самой продолжительной третьей четверти. В лексике психологов даже появился особый термин — «синдром третьей четверти», который подразумевает ярко выраженную усталость учащихся, жалобы на плохое самочувствие, головную боль, сонливость, сниженное внимание. К этому следует добавить, что на большей территории России третья учебная четверть приходится на период наиболее холодной погоды, короткого светового дня, эпидемиологического неблагополучия. Доказано, что работоспособность учащихся быстро снижается после шести-семи недель учебных занятий, а непрерывное обучение в течение периода, превышающего восемь недель, приводит к тому, что младшие школьники прекращают набирать вес или даже начинают его терять.

Третья четверть — время основного, наиболее трудного учебного материала. Продолжительные и интенсивные учебные нагрузки на фоне традиционно низкой двигательной активности усиливают неблагоприятные сезонные воздействия на сердечнососудистую систему школьников и способствуют увеличению вегетативно-сосудистых расстройств со склонностью к гипертоническим реакциям.

Е.М. Парцалис, доктор медицинских наук, доказала, что медикаментозная терапия сама по себе не может обеспечить преодоление синдрома третьей четверти. Решающая роль здесь принадлежит правильному распределению нагрузки в течение учебного года, когда учебный год разбивается на пять четвертей. В этом случае продолжительность третьей четверти оказывается не столь большой и её легче выдержать.

В ряде стран такая разбивка учебного года успешно используется. И только в России новый график каникул почему-то так плохо входит в практику работы школ.

В Калининградской области первый эксперимент по введению нового календаря школьных каникул с 1992 года провёл лицей № 35 (директор Кобер В.Г.) После изучения исследований в лицее № 35 к эксперименту подключилась Гурьевская средняя общеобразовательная школа № 2 (с 2000 года — гимназия).

С 1993 по 1995 годы исследования проводились в нескольких 1–4, 5–9 классах. Цель исследования заключалась в оценке здоровьесбере-



гающего потенциала новой структуры учебного года. До начала исследований провели анкетирование родителей, учителей, обучающихся. Практически 100% анкетированных поддержали проведение эксперимента. Исследования включали изучение умственной работоспособности, учебной успеваемости, заболеваемости. К исследованиям подключили психологов, врачей.

Аналогичные исследования провели чуть позже (с 2001 года) в ряде школ г. Москвы под руководством доктора медицинских наук М.И. Степановой. И наши результаты, и результаты исследований в Москве показали, что более благоприятная динамика умственной работоспособности учащихся отмечается при обучении в условиях новой структуры учебного года.

Скорость и точность выполнения контрольных заданий учащимися экспериментальной группы к концу учебного года улучшались. Это свидетельствует о возрастании функциональных возможностей детей по мере их взросления на протяжении годового цикла обучения.

В контрольной группе аналогичный характер динамики данных показателей прослеживался только до середины учебного года, в конце учебного года скорость выполнения корректурной работы осталась на прежнем уровне, а её точность даже ухудшилась.

Существенные различия в реакциях на учебную нагрузку у учащихся сравниваемых групп наблюдались и по числу неблагоприятных сдвигов работоспособности.

В начале учебного года суммарная частота случаев сильного и выраженного утомления учащихся к концу учебного дня в обеих группах была практически одинакова. В середине учебного года значение этого показателя возросло, а различия в степени утомления учащихся контрольной и экспериментальной групп становились более явными.

У учащихся с равномерным чередованием учёбы и каникул значения интегрального показателя умственной работоспособности на протяжении учебного года оставались выше порогового значения этого показателя. Это свидетельствует о том, что учебная нагрузка не сопровождается ухудшением работоспособности учащихся.

В классах с традиционным календарём каникул ИПР снизился, причём особенно резко в середине учебного года. Это в сочетании с увеличением случаев сильного и выраженного утомления отражает наиболее резкое снижение умственной работоспособности учащихся. Сопоставление функциональных показателей третьеклассников в начале учебного года показало, что для учащихся контрольной группы характерны достоверно более высокие показатели работоспособности, чем в экспериментальной группе, а также более высокое значение ИПР и меньшее количество случаев сильного и выраженного утомления учащихся в конце учебного дня. Однако в конце учебного года



ситуация изменилась: у школьников, обучающихся в условиях нового календаря каникул, показатели умственной работоспособности не отличались от аналогичных в контрольной группе. При этом в экспериментальной группе было в 5 раз больше число работ, выполненных на отлично и хорошо, более чем в 6 раз выше значение ИПР, отмечалось меньше случаев сильного и выраженного утомления. Изучение других показателей функционального состояния учащихся подтвердило большую «физиологическую стоимость» обучения учащихся школ с традиционным календарём каникул. В частности, об этом свидетельствует динамика неблагоприятных реакций сердечно-сосудистой системы учащихся 2–3 классов на учебную нагрузку в течении года. В экспериментальной группе суммарное число неблагоприятных реакций со стороны сердечно-сосудистой системы практически не менялось в течении года, в то время как в контрольной группе этот показатель от начала к концу учебного года увеличивается более чем в 1,6 раза.

После проведения исследований провели собрания-обсуждения с родителями, учащимися основной и старшей школы, с учителями на педагогическом Совете.

Результаты опроса в г. Калининграде, Гурьевске и в Московских школах практически одинаковы:

1. Москва- 86% учащихся, принявших участие в эксперименте поддерживают новый график каникул.

При этом 63% считают, что такая структура учебного года обеспечивает им меньшее утомление, 21% — видят преимущество в более быстром восстановлении работоспособности, лишь 4% учащихся отмечают отсутствие изменений. 39% школьников говорят о лучших успехах в учёбе при переходе на новый график каникул, 40% связывают с ним улучшение самочувствия.

92% опрошенных учителей поддерживают инновацию, более половины из них указывают на улучшение и успеваемости и меньшую утомлённость воспитанников.

2. Гурьевск — 92% учащихся с интересом восприняли инновацию, только 8% не высказали мнения или высказались против. При этом более половины опрошенных отметили меньшую утомлённость, улучшение самочувствия, более спокойную обстановку дома (в семье).

95% всех учителей после эксперимента высказались за введение нового графика-календаря каникул.

Большинство родителей (и не только в экспериментальных классах) поддержали инновацию и рекомендовали её внедрение.

Таким образом, обучение в условиях новой структуры учебного года способствует снижению утомительного воздействия учебного процесса, обеспечивает более благоприятную динамику работоспособности учащихся младших классов даже при использовании интен-



сифицирующих педагогических технологий в сравнении с традиционно организованным обучением.

Преимущество нового календаря каникул наиболее значимо проявляется в:

- большей устойчивости показателей работоспособности учащихся на протяжении года;
- достоверно меньшей частоте случаев сильного и выраженного утомления учащихся, особенно в середине учебного года, когда степень утомления обучающихся по традиционному календарю наиболее выражена.

Здоровьесберегающий потенциал новой структуры учебного года по сравнению с традиционной формой его организации определяется:

- снижением острой заболеваемости;
- уменьшением степени негативного воздействия на сердечно-сосудистую систему;
- сохранением более высоких адаптационных возможностей учащихся в конце учебного года;
- меньшей частотой отмечаемых случаев повышенной и высокой степени невротизации учащихся;
- более устойчивым психоэмоциональным состоянием учащихся;
- повышением успеваемости учащихся.

Анализ оценок нового календаря школьных каникул педагогами и учащимися 5–11 классов показал, что подавляющее большинство участников образовательного процесса позитивно относится к этой инновации, связывая её преимущественно с меньшим утомлением, улучшением самочувствия и успеваемости. Можно с уверенностью утверждать, что проведённые исследования дают хорошую оценку здоровьесберегающего потенциала новой структуры учебного года. (С начала введения нового графика каникул гимназия ни разу не закрылась на карантин в самое гриппозное время).

Литература:

1. Закон РФ «Об образовании».
2. Степанова М.И. Публикации в Вестнике образования и в справочнике руководителя ОУ.
3. Е. Парцелис. Синдром третьей четверти. Воспитательная работа в школе № 1, 2007 год
4. С.Н. Романова Педагогика здоровья ребёнка. Школьные технологии № 3, 2009 г.
5. Н.К. Смирнов. Как обучать школьников без ущерба их здоровью (библ. Первого сентября. Выпуск 6, 2005 г.)
6. Управление школой (приложение к газете 1 сентября). Здоровьесберегающая школа. Курс лекций. Авторы: М. Безруких, В. Сонькин, В. Безобразова. 2005 г., № 20–24.



Приложение 1. График каникул на 2009–2010 учебный год

1-я учебная четверть	01.09.09–18.10.09 г. (7 недель)
1-ые каникулы	19.10.09–25.10.09 г.
2-я учебная четверть	26.10.09–05.12.09 г. (6 недель)
2-ые каникулы	07.12.09–13.12.09 г.
3-я учебная четверть	14.12.09–30.01.2010 г. (7 недель)
3-и каникулы	08.02.2010–14.02.2010 г.
4-я учебная четверть	15.02.2010–03.04.2010 г. (7 недель)
4-ые каникулы	05.04.2010–11.04.2010 г.
5-я учебная четверть	12.04.2010–29.05.2010 г. (7 недель)
Летние каникулы — 31.05.2010–31.08.2010 г.	
Дополнительные каникулы для 1-х классов — 08.03.2010–14.03.2010 г.	
Рождественские каникулы — 4,5 января 2010 г.	

Утверждён на педагогическом Совете (протокол № 1 от 30.08.2009 г.)

Директор МОУ «Гимназия № 2 г. Гурьевска»

/А.И. Денисёнок/

Приложение 2. Положение о порядке организации каникул

Принято

Утверждаю

Управленческо-попечительским
советом

Приказ № 102–1 от 20.08.2008 г.
(Протокол № 7 от 24.06.2008)

Директор гимназии _____/А.И. Денисёнок/

**ПОЛОЖЕНИЕ О ПОРЯДКЕ ОРГАНИЗАЦИИ КАНИКУЛ
в МОУ «Гимназия № 2 г. Гурьевска»****I. Общие положения.**

1.1. Настоящее положение регламентирует порядок организации каникул в МОУ «Гимназия № 2 г. Гурьевска».

1.2. Новый (альтернативный) график школьных каникул принят в результате исследований, проведённых в школе в 1992–1995 годах.



1.3. В основу новых каникул положен принцип организации недельных каникул после шести-семи недель обучения.

1.4. Разумное чередование режимов «труд-отдых» соответствует психофизиологическим особенностям детей школьного возраста и подростков.

1.5. Здоровьесберегающий потенциал новой структуры учебного года определяется меньшей нагрузкой на сердечно — сосудистую систему и более устойчивым психоэмоциональным состоянием учащихся.

1.6. Настоящее Положение составлено с учётом ст.15 п.1 Закона РФ «Об образовании» и СанПин 2.4.2. 1178–02 от 25.11.2002 года.

II. Порядок организации каникул.

2.1. Учебный год разбивается на пять учебных четвертей (триместров) для 1–9 классов и на два полугодия для 10–11 классов.

2.2. Продолжительность каждой учебной четверти составляет 6–7 недель рабочего времени.

2.3. График каникул ежегодного обсуждается, утверждается на педагогическом Совете и согласовывается с управленческо — попечительским Советом учреждения.

2.4. Общее количество каникулярных дней в учебном году составляет 30 календарных дней для 2–11 классов.

2.5. Для 1-х классов вводятся дополнительные недельные каникулы в предпоследней (4-ой четверти) учебного года.

2.6. Летние каникулы устанавливаются с 31.05 по 31.08.

Во время летних каникул по решению органов управления ОУ могут вводиться творческие каникулы для отдельных категорий обучающихся как один из видов коллективных творческих дел с целью развития творческих, умственных способностей обучающихся.

III. Заключительные положения.

3.1. График каникул ежегодно согласовывается с учредителем в лице управления образования администрации Гурьевского муниципального района.

3.2. При необходимости перехода на другой график каникул решение принимает общегимназическая конференция с внесением необходимых изменений в Устав учреждения.

Приложение 3. Мнение выпускников

Мнение выпускника гимназии 2010 года — Гантуры Алексея

На мой взгляд, преимущества нового календаря каникул заключаются в следующем:

1. Из-за более частых каникул четверти становятся короче, поэтому к концу четверти сильной усталости не чувствуется, а после недельного отдыха учёба идёт ещё продуктивнее.



2. Более короткие четверти стимулируют учеников на получение большего количества оценок. Мне лично такая система каникул помогает учиться на отлично, без срывов и лишней нервозности.

3. Так как количество четвертей нечётно, то по итогам учебного года у учителей не возникает спорных вопросов по годовым оценкам и итоговая оценка получается более объективной.

4. У меня больше возможностей появилось для участия в олимпиадах, конкурсах, проектной работе, творческой жизни гимназии.

Обобщённое мнение выпускного, 11 «А» класса, проучившегося по новой системе каникул пять лет.

1. Равномерное распределение нагрузки (6–7 недель четверти) помогает справиться с чрезмерной усталостью, а неделя каникул даёт возможность отдыха и, в то же время, позволяет безболезненно втянуться в работу в новой четверти.

2. 6–7 недель четверти не позволяют раскачиваться и стимулируют ученика к учёбе.

3. Пять четвертей помогают чётко выявить оценку за год, в то время как после четырёх четвертей могут возникнуть спорные ситуации.

4. Недостаток нового графика каникул: график каникул в нашей гимназии не совпадает с каникулами в большинстве учебных заведений области, а при проведении каких-либо массовых мероприятий обучающего и развлекательного характера Министерство образования области ориентируется на классическую схему каникул.

Приложение 4. Обобщённое мнение учителей гуманитарного цикла

Нам представляется, что новый график каникул оправдал себя и не вызывает сомнений с разных точек зрения.

1. Это здоровьесбережение учащихся и учителей. 6–7 недель учёбы не доводит до переутомления, какой бы напряжённой учёба не была.

2. Необходимость концентрировать усилия на достижении поставленных в очередной четверти задач сразу же, с первых дней, воспитывает волевые качества в ученике, да и учителю не позволяет «раскачиваться» долго.

3. Для старшеклассников, особенно выпускников, частые каникулы — это единственная возможность читать больше художественных текстов в полном объёме, а не в кратком изложении или отдельные главы. В обычные учебные дни из-за большой нагрузки по предметам сложно успеть полноценно читать художественные произведения.

4. Для системной работы с увлечёнными предметом учениками тоже не всегда хватает времени в учебные дни. Поэтому более частые каникулы дают возможность встречаться с такими ребятами для серьёзного обсуждения планов, подготовки к творческому вечеру, составления планов исследовательских работ.