



Биместровая организация учебного года

**Доклад о структуре учебного года в
Университетской школе МГПУ**

Москва 2014



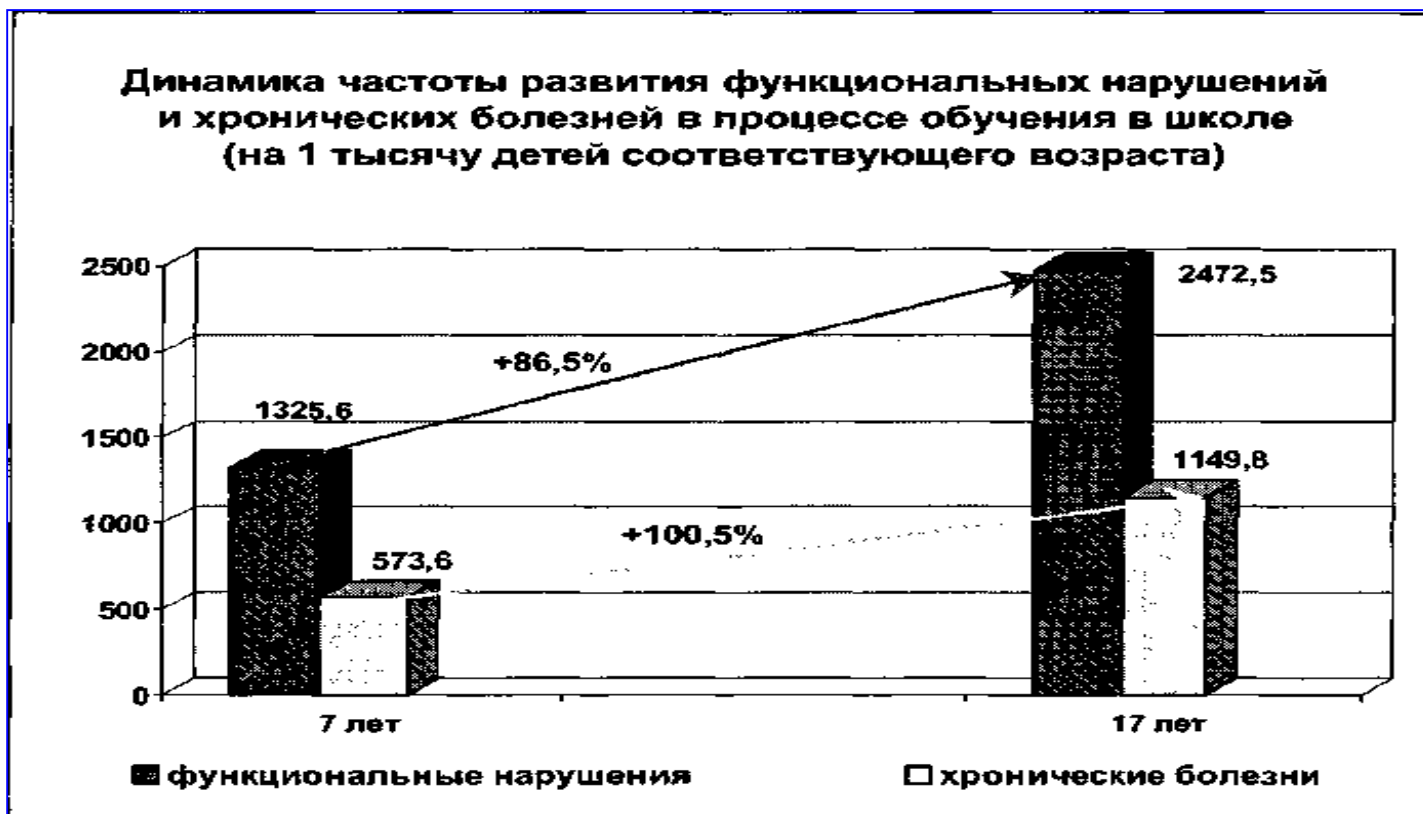
Здоровье и образование

- Согласно докладу Совета Федерации РФ «О положении детей в РФ» опасным фактором для здоровья детей становится обучение в школах. Отмечается тенденция, при которой практически здоровый ребенок при поступлении в первый класс к концу учебы приобретает два, а то и три хронических заболевания.
- За последние 10 лет в России распространенность функциональных отклонений в здоровье среди учащихся младшей школы повысилась на 84,7%, хронических болезней — на 83,8%, среди учащихся старшей школы — соответственно на 73,8% и 39,6%.
- При поступлении в школу отклонения в физическом развитии отмечаются у 18,3% мальчиков и 22,9% девочек, к 4 классу их доля достоверно возрастает (до 35,9% и 32,0%, соответственно).
- За годы обучения 70% функциональных расстройств переходят в стойкую хроническую патологию. К окончанию школы в 4–5 раз возрастает заболеваемость органов зрения и опорно-двигательного аппарата, в 3 раза – органов пищеварения, в 2 раза – число нервно-психических расстройств.



Динамика состояния здоровья в процессе обучения в школе

- Статистический анализ показал, что в процессе обучения в школе частота функциональных нарушений к 11-му классу возрастает на 86,5%, частота хронических болезней — на 100%.





Школа и гимназия: факторы риска

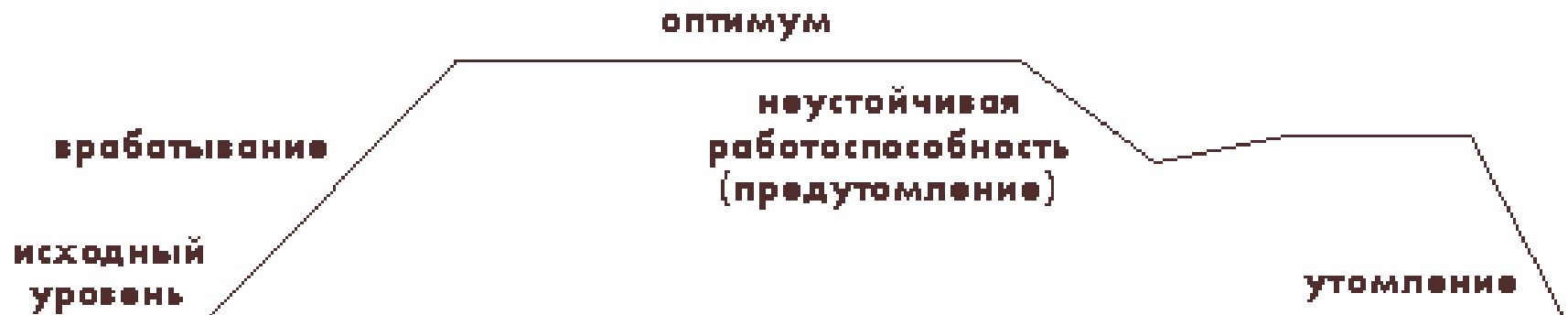
- Среди факторов, формирующих здоровье, доля воздействия «школьных» факторов, в том числе педагогических в начальной школе 12,5%, а к окончанию школы их доля возрастает до 21%, тогда как влияние медицинского обеспечения оценивается лишь в 10-15%.
- Во многих исследованиях показано, что ухудшение здоровья учащихся школ с повышенной учебной нагрузкой в динамике школьного обучения происходило более быстрыми темпами, чем в классической школе.
- Так, 50% гимназистов заканчивают учебный день с признаками сильного и выраженного переутомления, тогда как в общеобразовательной школе эти цифры составляют 20—30%.
- Количество пропущенных учебных дней в среднем на 1 учащегося школы и гимназии.

Четверть	I	II	III	IV
Школа	2	3	3	2
гимназия	3	5	7	6



Динамика работоспособности

- Существуют общие закономерности динамики работоспособности. Она делится на несколько периодов: вработывание, устойчивый период (оптимальной работоспособности), предутомление (период неустойчивой работоспособности, или компенсаторной перестройки) и утомление.





Динамика работоспособности в учебном году

- **Годовая динамика работоспособности** очень близка к стандартной кривой. Первые месяцы обучения (адаптация) – вработывание, причем этот период наиболее длителен (6–8 недель) в 1-м классе, во 2–4-х классах он сокращается до трех–четырёх недель, в 5-м классе опять увеличивается до четырех–шести недель и в последующие годы обучения составляет две–три недели.
- Наступление утомления в течение года сдерживается каникулами, играющими роль физиологических «рекреаторов» (восстановителей). Наиболее трудными периодами учебного года на протяжении всех лет обучения являются период после **20 декабря и середина февраля**. Первый спад работоспособности (в декабре) компенсируется зимними достаточно продолжительными каникулами. Каникулы могли бы дать больший эффект, если бы они начинались 25 декабря. Второй спад работоспособности (в феврале) также рекомендуется компенсировать 7–10-дневными каникулами в середине-конце февраля (для младших школьников) либо снижением нагрузки (для учащихся основной и старшей школы).



Организация учебы и каникул по системе четвертей

- В СанПиНе для школ не учитываются состояние и динамика общей и умственной работоспособности учащихся и в течение учебного года.
- Так, в общеобразовательной школе нельзя проследить соответствия между длительностью каждой учебной четверти и последующего периода каникул.
- Парадоксально, но после наиболее перегруженных четвертей отдых учащихся оказывается менее продолжительным, чем после кратковременных учебных периодов. Естественно, что после первой и третьей четвертей школьники не успевают восстановиться и в результате приступают к очередному учебному периоду недостаточно готовыми к выполнению новых нагрузок.

Четверть	Учебный период	Каникулы
1-я	9	1
2-я	7	2
3-я	10	1
4-я	8	14
Итого	34	18



Претензии к четвертям

- Неравномерность учебной нагрузки в течении года.
- Четыре аттестации в год (при комбинации 2-х парных четвертных отметок– 5445 или 3434, трудно вывести объективную годовую оценку).
- Краткость и неравномерность каникул в году (учащиеся не успевают восстановить свои физические и психические силы в должной мере).
- Слишком длинные летние каникулы (ребята не знают чем заняться, за 3 месяца сильно отвыкают от школы и многое забывают из выученного).



Претензии к триместрам

На фоне перечисленных недостатков четвертной системы во многих школах начинает приобретать популярность «триместровая» система, при которой пятинедельные периоды учебы сменяются однедельными каникулами. Но и эта система не без недостатков:

- Большая часть каникул не совпадает с привычными периодами отдыха и из-за их краткости дети не успевают восстановить свои силы.
- Если же каникулы совпадают (например, зимой на Новый год), то конец триместра приходится на время после отдыха, что «портит» отдых, создает дополнительную психологическую напряженность.
- Современные учебники и программы в неявном виде ориентированы на четвертную организацию учебного процесса.



Биместровая система

- В результате синтеза преимуществ и устранения недостатков двух конкурирующих сегодня систем организации учебного года была выработана и принята **биместровая (двухмесячная) система**.
- **Биместровая система** предполагает:
 - 5 равноценных периодов обучения вместо четвертей (биместры), около 2-х месяцев каждый.
 - 5 каникулярных периодов по 2 недели между модулями, в основном совпадающие с традиционными.
 - Учебный год – 10 месяцев, летние каникулы – 2 (шестой биместр).



Биместровая модель годичного цикла в сравнении с четвертной

Биместр	Учеба (недели/ дни)	Каникулы (недели/ дни)	Четверть	Учеба (недели)	Каникулы (недели)
1	7/35	2/17	1	9	1
2	7/37	2/12	2	7	2
3	7/33	2/16	3	10	1
4	7/35	2/16	4	8	14 (лето)
5	6/29	10/71			
Итого:	34/170	18/132		34	18



Примерный календарь 2014 – 2015 учебного года

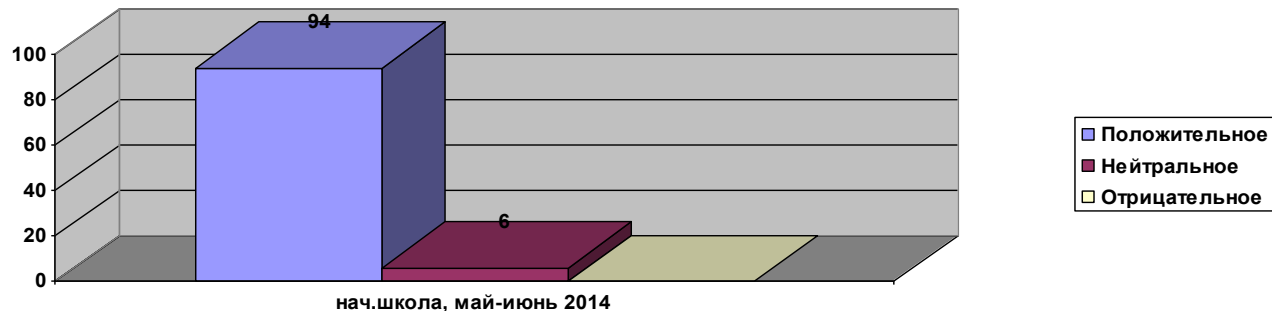
1 биместр	2 биместр	3 биместр	4 биместр	5 биместр
Учеба: 01.09–17.10	Учеба: 05.11- 25.12	Учеба: 12.01 – 20.02	Учеба: 10.03-24.04	Учеба: 11.05-25.06
Каникулы: 18.10-04.11	Каникулы: 26.12—11.01	Каникулы: 21.02 – 09.03	Каникулы: 25.04-10.05	Каникулы: 26.06 – 31.08



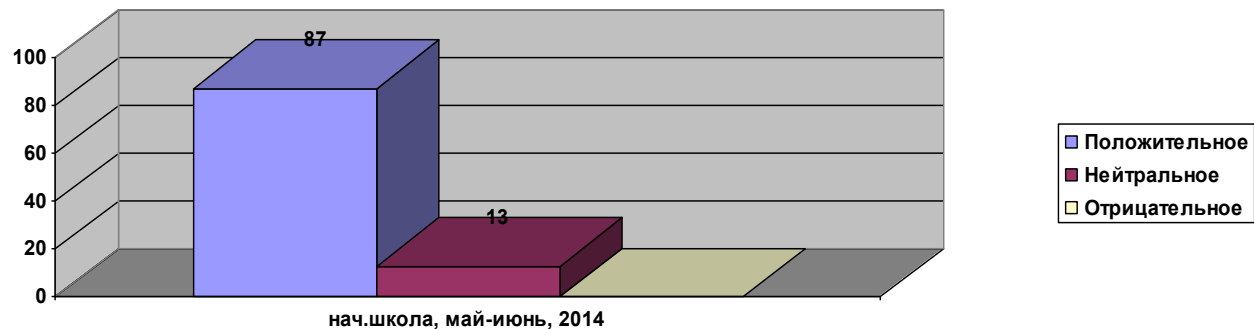
Некоторые результаты психодиагностики по начальной школе

(обследованы 74 ребенка, данные выражены в процентах)

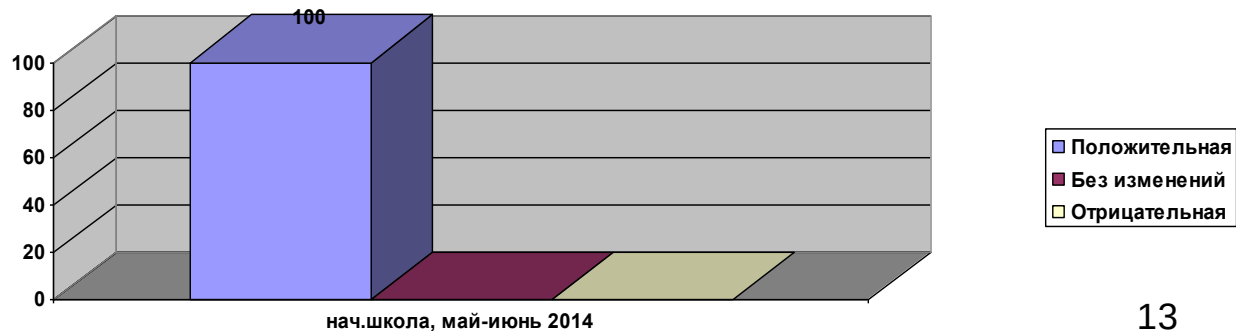
**Отношение к школе и
учителю**



**Отношение к
сверстникам**



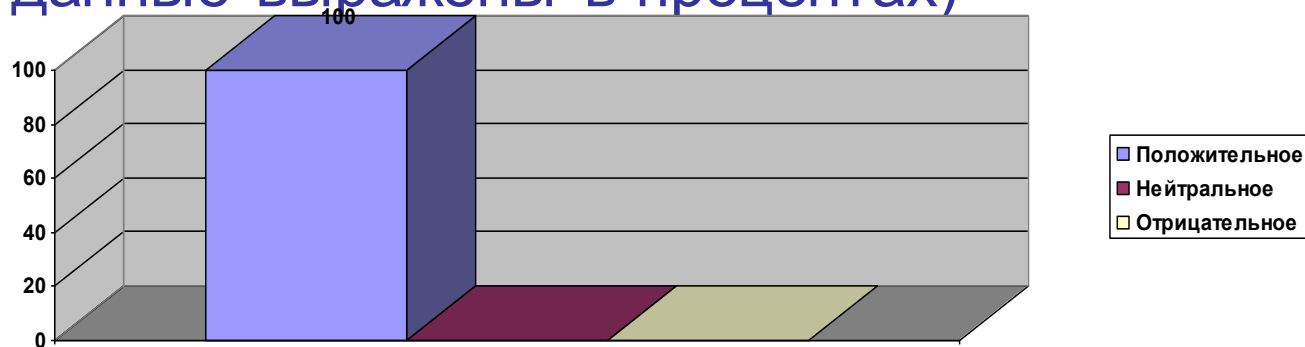
**Общая динамика
развития**



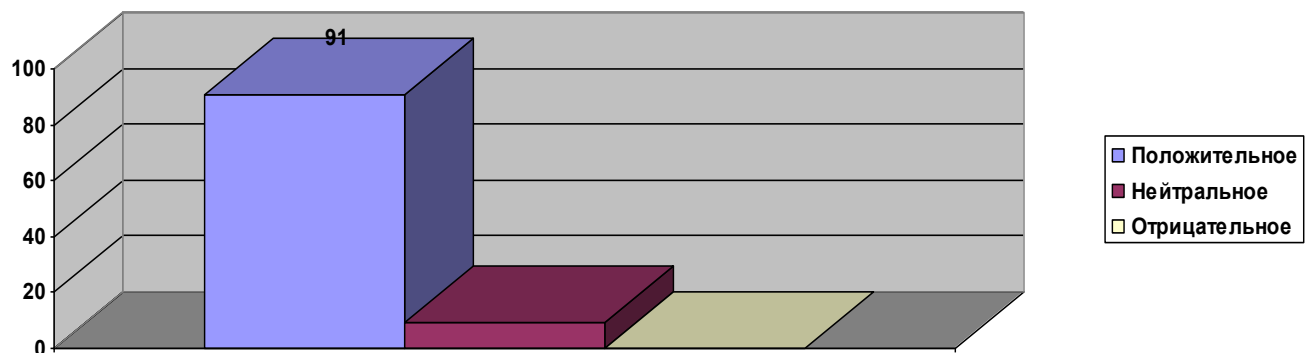


Некоторые результаты психодиагностики по основной школе (обследован 41 ученик, данные выражены в процентах)

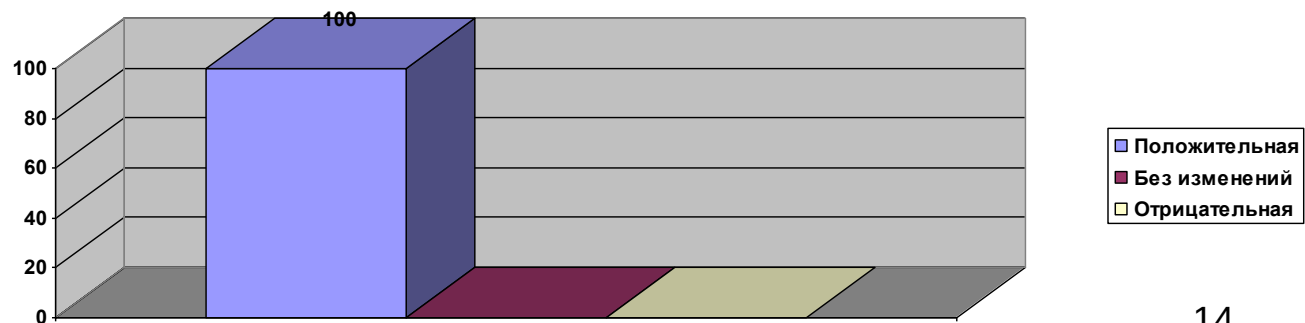
Отношение к школе и
учителям



Отношение к
сверстникам



Общая динамика
развития





Предварительные результаты изучения состояния здоровья первоклассников (исследование НИИ гигиены и охраны здоровья детей РАМН РФ)

«При сравнительном анализе данных двукратного обследования первоклассников контрольной школы № 0000 «Ххххххх» и университетской школы отмечаются более благоприятные тенденции в динамике показателей состояния здоровья детей, обучающихся в университетской школе. Это проявляется в отсутствии роста частоты хронических заболеваний.»



Предварительные результаты изучения состояния здоровья первоклассников

Группы здоровья	Первые классы контрольной школы [REDACTED]						Первые классы университетской школы					
	Обследование в сентябре 2011г.			Обследование в мае 2012г.			Обследование в октябре 2013г.			Обследование в июне 2014г.		
	М	Дев	Оба	Мал	Дев	Оба	Мал	Дев	Оба	Мал	Дев	Об
	альч ики n =16	очки n=1 9	пола вместе n=3 5	ьчики n=1 3	очки n=2 0	пола вместе n=3 3	ьчики n=1 4	очки n=1 4	пола вместе n=2 8	ьчики n=1 3	очки n=1 4	а пола вместе n=2 7
Функционал ьные отклонения	2 437,5	247 3,7	245 7,2	276 9,2	370 0,0	333 3,3	242 8,6	250 0,0	246 4,3	376 9,2	292 8,6	333 3,3
Хроничес кие заболевания	5 00,0	684 ,2	600, 0	615, 4	100 0,0	848, 5	714, 3	357 ,1	535, 7	615, 4	500 ,0	555 ,6
Общая патологичес кая пораженнос ть	2 937,5	315 7,9	305 7,2	338 4,6	470 0,0	418 1,8	314 2,9	285 7,1	300 0,0	438 4,6	342 8,64	388 8,9



НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ
**НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ГИГИЕНЫ И ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

105064 Москва
Малый Казенный пер., д. 5, стр.5
<http://www.niigd.ru>



Телефон: (495) 917-48-31
Факс: (499) 764-95-96
E-mail: niigd-nczd@mail.ru

Исх. № 119

« 30 » 06 201 4 г.
Директору университетской школы
ГБОУ ВПО «Московский городской
педагогический университет»
д.пс.н., профессору С.Ю. Степанову

Уважаемый Сергей Юрьевич!

Настоящим сообщая, что в результате исследований, проведенных сотрудниками НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН и направленных на сравнительное изучение влияния биместровой и триместровой систем организации учебного года на здоровье первоклассников, получены предварительные результаты.

Установлено, что биместровая модель, реализуемая в университетской школе МГПУ и основанная на равномерном распределении учебной нагрузки в течение учебного года за счет чередования равных по продолжительности периодов учебы, оказывает более благоприятное влияние на здоровье учащихся первых классов по сравнению с триместровой моделью, реализуемой в контрольной школе, расположенной в ЮВАО г. Москвы. Доказательством является то, что на основании данных двукратного (в начале и в конце учебного года) медицинского обследования первоклассников университетской школы и их сверстников, обучавшихся в контрольной школе, выявлено отсутствие роста распространенности хронических заболеваний среди учащихся университетской школы в течение первого учебного года, в то время как в контрольной школе частота хронических заболеваний увеличилась на 41,4%. В дальнейшем наблюдение за состоянием здоровья школьников будет продолжено.

Директор
член-корр. РАМН, профессор

В.Р.Кучма

исп. проф. И.К. Рапопорт
8-910-468-87-94



Преимущества биместровой модели

- Введение биместровой системы сохраняет достоинства четвертного деления (после учебы – каникулы, которые в основном совпадают с традиционными) и позволяет снять имеющиеся к четвертной и триместровой системе претензии:
 - Нагрузка распределяется предельно равномерно (5 биместров по 7 недель).
 - Каникулы чаще и длиннее, что не позволяет накапливаться усталости, дает возможность восстанавливаться.
 - Летние каникулы 2 месяца (за это время можно полноценно отдохнуть и еще не совсем отвыкнуть от школы, не растерять приобретенных в предыдущем году знаний).
 - Каникулы начинаются после подведение итогов обучения за период, дети отдыхают спокойно.
 - Апрельско-майские каникулы позволяют избежать острой реакции детей аллергиков на цветение.
 - Выставление годовых оценок упрощается (из 5 отметок легче вывести годовую оценку чем из трех и четырех).
 - Система оценивания приобретает мотивирующий характер (3 за один биместр еще не означает невозможность получить 5 по итогам года)¹⁸