Домашние задания как пережиток индустриальной эпохи: почему принудительная домашняя работа вредит развитию детей

Александр Клеймёнов

Fractal Academy
Выпуск 4 (Осень 2026), Статья 17
Серия: «Развитие ментальных механизмов через школьные предметы»
Автор: Александр Клеймёнов
ORCID: 0009-0004-9404-2400
DOI: [будет присвоен]
Дата публикации: 1.11.2026

© 2026 Александр Клеймёнов. Данная работа (на русском и английском языках) лицензирована на условиях Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.
Название (рус.): «Домашние задания как пережиток индустриальной эпохи: почему принудительная домашняя работа вредит развитию детей»
Название (англ.): «Homework as a Relic of the Industrial Era: Why Compulsory Homework Harms Children's Development»
Ссылка: https://fractal-academy.ru/articles/article-4-17/
(CC BY-SA 4.0)

Аннотация

В статье анализируется практика принудительных домашних заданий, унаследованная от советской образовательной системы и сохраняющаяся в современной российской школе. На основании международных исследований, данных о перегрузке школьников и эволюционно-педагогических принципов обосновывается тезис о том, что домашние задания в их традиционном виде не только неэффективны, но и наносят прямой вред психологическому здоровью детей, семейным отношениям и познавательной мотивации. В контексте модели КПКЛ (коммуникативно-познавательного каркаса личности) я показываю, что традиционная домашняя работа не развивает ментальные механизмы ядра (ММ-1, ММ-3, ММ-5, ММ-6, ММ-10, ММ-11), а лишь истощает когнитивные ресурсы ребёнка. Предлагаются альтернативные формы организации самостоятельной работы, соответствующие задачам развития мышления в XXI веке, а также обосновывается необходимость создания «богатой когнитивной ниши» в школе и дома.

Ключевые слова: домашние задания, перегрузка школьников, психологическое здоровье, эволюционный mismatch, критика традиционного обучения, Альфи Кон, Дениз Поуп, когнитивная ниша, альтернативные формы образования.

Введение: почему домашние задания - это не про развитие

Современная российская школа, унаследовавшая от советской системы глубоко укоренённую практику ежедневных домашних заданий, продолжает воспроизводить модель обучения, которая вступает в фундаментальное противоречие с потребностями и возможностями детей XXI века. Эта модель - школа-конвейер, о которой я писал в предыдущих работах [1], - предполагает, что ребёнок должен не только проводить 6-8 часов в школе, но и продолжать учебную деятельность дома, часто до позднего вечера, выполняя объёмные, механические, слабо связанные с реальной жизнью задания. Как отмечает известный американский педагог и автор книги «Миф о домашних заданиях» Альфи Кон, «после того как дети проводят большую часть дня в школе, им обычно дают дополнительные задания для выполнения дома. Это довольно странный факт, если задуматься, но ещё более странно то, что мало кто вообще задумывается об этом» [5]. Кон подчёркивает, что отправной точкой в большинстве школ является не решение о том, что конкретный урок требует продолжения, а заранее принятое решение, что дети должны делать что-то каждый вечер, а потом мы решим, именно что [5].

Ситуация в российских школах достигла такого уровня, что, согласно исследованию 2022 года, российские школьники оказались чуть ли не самыми загруженными во всём мире, при этом большое количество домашних занятий на знания никак не влияет [12]. Конкретные цифры говорят сами за себя: в среднем выполнение домашних заданий у российских школьников занимает более четырёх часов в день [12]. С учётом 6-8 часов классно-урочной работы это приводит к психологическому и физическому переутомлению. Ученик вынужден уделять учёбе примерно 12 часов в день, включая время на дорогу и небольшой отдых. Проблема усугубляется отсутствием координации между учителями разных предметов. Каждый учитель считает свой предмет главным и задаёт объёмные задания, не учитывая, что у ребёнка может быть 5-7 уроков в день, и он физически не способен качественно выполнить всё. Домашние задания стали ритуалом, который воспроизводится не потому, что он эффективен, а потому что «так принято». Это чемодан без ручки: нести тяжело, а бросить жалко - настолько он сросся с представлением о «настоящей школе».

Исторические корни: советская инерция

Массовая практика домашних заданий, какой мы её знаем, сформировалась в советской школе как часть индустриальной образовательной модели. Эта модель была ориентирована на подготовку дисциплинированных исполнителей, способных выполнять стандартизированные операции. В терминах эволюционной педагогики это пример «эволюционного несоответствия» (mismatch), о котором я подробно писал в предыдущих статьях [3], [4]. Уже в 1920-е годы родительское сообщество видело в домашних заданиях угрозу семейному укладу, считая, что «семья имеет также право требовать, чтобы часть времени молодёжи принадлежала ей» [13]. Однако эти голоса были подавлены идеологией всеобщего обязательного образования. К 1950-м годам практика домашних заданий укрепилась, хотя и сопровождалась постоянной критикой. В 1951 году был опубликован документ, описывающий недостатки, приводящие к перегрузке учащихся [13]. В 1960-е годы в связи с критикой «традиционного обучения» вновь поднимался вопрос о негативных явлениях, вызванных домашними заданиями, - перегрузке учащихся и механическом заучивании [13]. Однако всякий раз институциональная инерция оказывалась сильнее педагогических аргументов. Как я показывал в статье «Причины жизнеспособности современной педагогической практики» [3], система образования консервативна по самой своей природе. Домашние задания стали ритуалом, который воспроизводится не потому, что он эффективен, а потому что он «так принято».

Здесь уместно вспомнить Льва Толстого, который в своей школе в Ясной Поляне не задавал домашних заданий. Дети приходили учиться, а не отбывать повинность. Толстой считал, что школа должна пробуждать интерес, а не принуждать к механическому труду. Его опыт, увы, остался маргинальным в истории массового образования, но он показывает: можно иначе.

Научные данные: миф о пользе

Международные исследования последовательно показывают, что традиционные домашние задания не дают того эффекта, который им приписывают. Альфи Кон, проанализировав обширный корпус исследований для своей книги «Миф о домашних заданиях», приходит к однозначному выводу: «нет абсолютно никаких доказательств академической пользы от домашних заданий в начальной или средней школе» [5]. Для младших школьников «нет даже корреляции между тем, делают ли дети домашнее задание (или сколько они его делают), и любым значимым показателем успеваемости» [5]. На уровне старшей школы корреляция между домашними заданиями и успеваемостью «слаба и имеет тенденцию исчезать при использовании более сложных статистических методов» [5]. Кон систематически подвергает сомнению обычные аргументы в защиту домашних заданий - что они повышают успеваемость, «закрепляют» обучение, учат навыкам самостоятельной работы и ответственности. Ни одно из этих предположений, показывает он, «не выдерживает проверки исследованиями, логикой или опытом» [6]. Исследование 1998 года с участием более 700 американских учеников, проведённое под руководством исследователя из Университета Дьюка, показало, что большее количество домашних заданий в начальной школе не имело значимого эффекта на результаты стандартизированных тестов [8]. Анализ данных PISA 2022 года, охвативший 77 стран, показал, что средний эффект времени выполнения домашних заданий на успеваемость в математике составил всего 0,044 - что относится к категории малых [8].

Один из главных аргументов сторонников домашних заданий - что они «воспитывают дисциплину, ответственность и самостоятельность». Однако, как отмечает Кон, «ни одно исследование никогда не подтвердило широко распространённое предположение о том, что домашние задания дают неакадемические преимущества - самодисциплину, независимость, усидчивость или навыки управления временем» [5]. Идея о том, что домашние задания «строят характер» или «учат хорошим учебным привычкам», - это миф, не имеющий эмпирического подтверждения [5]. В контексте модели КПКЛ это означает, что домашние задания не формируют ментальные механизмы ядра (ММ-1, ММ-3, ММ-5, ММ-6, ММ-10, ММ-11). Они не учат ребёнка выстраивать причинно-следственные связи, не развивают критическое мышление, не тренируют эмоциональный интеллект. Они лишь требуют механического воспроизведения информации. Как резюмирует Альфи Кон, «нет причин думать, что большинство учеников оказались бы в невыгодном положении, если бы домашние задания были сокращены или даже отменены» [5]. Однако, несмотря на

отсутствие доказательств эффективности, нагрузка на детей продолжает расти. За последнюю четверть века «бремя домашних заданий увеличилось больше всего для самых младших детей, для которых доказательства положительных эффектов не просто сомнительны - они отсутствуют» [5].

Цена принуждения: стресс, конфликты, неравенство

Исследование Стэнфордского университета, проведённое специалистом в области образования Дениз Поуп, показало, что ученики в школах с высокими академическими требованиями, которые тратят слишком много времени на домашние задания, испытывают повышенный стресс, проблемы с физическим здоровьем, потерю баланса в жизни и даже отчуждение от общества [9]. Более двух часов домашних заданий в вечер может быть контрпродуктивным [9]. Крупномасштабное исследование 2025 года, опубликованное в Journal of Affective Disorders, с участием 68 891 китайского подростка выявило прямую связь между длительностью выполнения домашних заданий и ухудшением психического здоровья [7]. Более продолжительные домашние задания «в целом ассоциировались с более коротким сном, более низким уровнем благополучия и более высоким уровнем неблагополучия (тревожности, депрессии)» [7]. Исследование выявило критические пороги: для учащихся начальной школы - 1 час в день, средней - 1,32 часа, старшей - 2,37 часа в будние дни. Превышение этих порогов «ассоциировалось с меньшим количеством сна и ухудшением показателей психического здоровья» [7]. Исследование, проведённое в Шанхае, показало, что высокая нагрузка домашними заданиями имеет как краткосрочные, так и долгосрочные ассоциации с нейроповеденческими проблемами у подростков [11]. Для модели КПКЛ это означает, что стресс и переутомление блокируют развитие ментальных механизмов. Ребёнок, который не высыпается и находится в состоянии хронического стресса, не может эффективно развивать ММ-3 (эмоциональный интеллект) или ММ-6 (критическое мышление). Его когнитивные ресурсы истощены.

Выполнение домашних заданий - «тема эмоционально напряжённая, потенциально конфликтная и стрессовая» [10]. Домашние задания часто становятся источником конфликтов между родителями и школьниками. Родители вынуждены играть роль «надзирателя», что портит отношения с детьми. Как отмечает Кон, «многие родители сожалеют о влиянии домашних заданий на их отношения с детьми; они также могут возмущаться необходимостью играть роль надзирателя и беспокоиться, что их будут критиковать либо за недостаточное участие в выполнении домашних заданий, либо за чрезмерное вмешательство» [5]. Исследователи также выделяют негативные последствия, включая ссоры, стресс и возросшее напряжение в домашней обстановке [10]. В терминах концепции «когнитивной ниши» (Вып. 3, Ст. 13) это означает, что дом перестаёт быть «богатой» развивающей средой и превращается в «бедную» нишу, где преобладают стресс и конфликты.

Домашние задания «ограничивают право детей на игру, отдых и построение значимых семейных взаимодействий» [8]. Дети нуждаются во времени для игры, спорта, внеурочных занятий, общения с семьёй. Домашние задания отнимают это время без каких-либо доказанных педагогических оснований. Альфи Кон подчёркивает: «известны негативные эффекты домашних заданий. Они включают разочарование и истощение детей, отсутствие времени для других занятий и возможную потерю интереса к учёбе» [5]. Домашние задания «создают структурную зависимость от помощи родителей, что может усиливать неравенство среди учеников из разных семей» [8]. У не всех детей есть дома тихое место для занятий, доступ к интернету, родители, которые могут помочь. Как показывает исследование, домашние задания «могут воспроизводить социальное неравенство, поскольку зависят от различий во времени, ресурсах и способности семей предоставлять академическую поддержку» [8]. Тяжёлые домашние задания расширяют разрывы, поскольку они вознаграждают доступ к поддержке вне школы [8]. Исследования показывают, что домашние задания наносят ещё больший вред детям с ограниченными возможностями, такими как синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) [10]. Домашние задания являются причиной ухудшения психического здоровья, физического здоровья, социальных и семейных отношений у подростков [10].

Международный опыт: отказ от догмы

В разных странах мира нарастает движение за пересмотр практики домашних заданий. Финляндия, чья образовательная система признаётся одной из лучших в мире, практикует минимальные домашние задания [13]. Финские школьники проводят за уроками значительно меньше времени, чем их сверстники в других странах, и при этом показывают высокие результаты [13]. В январе 2026 года школьный округ Ласалл в сельской Луизиане (США) объявил об отмене домашних заданий для всех 2500 учеников - от самых младших до старшеклассников [10]. Суперинтендант Джонатан Гарретт заявил, что домашние задания были «одним из самых больших источников жалоб, которые он слышал от родителей и учеников за эти годы» [10]. Реакция на объявление была «быстрой и подавляюще положительной» [10]. Во многих странах начальная школа полностью отказывается от домашних заданий или сводит их к чтению и совместным с родителями занятиям [13]. Федеральные данные США показывают, что количество домашних заданий по математике в четвёртых и восьмых классах «неуклонно снижалось в течение последнего десятилетия» [10]. Исследование также показывает, что школы, принявшие политику отказа от домашних заданий, демонстрируют лучшие академические результаты, чем школы, сохраняющие такую практику [13]. При этом успех в колледже и карьерный рост не пострадали от политики отказа от домашних заданий в начальной, средней и старшей школе [13].

Альтернативы: от механического повторения к осмысленной работе

Отказ от традиционных домашних заданий не означает отказа от самостоятельной работы. Речь идёт о пересмотре форм этой работы. Вместо механического повторения материала ученики могут работать над решением реальных проблем, что развивает критическое мышление и самостоятельность. Как я показывал в статье «Новые предметы: логика, риторика, психология, проектная деятельность» [4], проектная деятельность является естественной средой для развития всех одиннадцати ментальных механизмов одновременно. Это создаёт условия возможности для формирования ядра КПКЛ. Вместо рутинных заданий - исследовательские работы, индивидуальные и групповые проекты, задания, которые стимулируют исследовательскую деятельность, поиск информации и самостоятельные выводы [4]. Это соответствует принципам развития ММ-9 (поиск и анализ информации) и ММ-11 (прогнозирование). Задания должны быть добровольными или, как минимум, дифференцированными - учитывающими индивидуальные возможности, интересы и темп развития каждого ребёнка. Как я показывал в статье «Диагностика и развитие ментальных механизмов» [2], индивидуализация через уникальные способности является ключевым принципом эффективного обучения. Значительная часть того, что сегодня задаётся на дом, может быть выполнена в школе - на специально организованных занятиях, в группах продлённого дня, в рамках внеурочной деятельности [15]. Это обеспечивает равный доступ к помощи учителя и снижает нагрузку на семью. Более того, школа как «богатая когнитивная ниша» (Вып. 3, Ст. 13) предоставляет больше возможностей для развития, чем домашняя среда. Домашние задания (если они остаются) должны быть направлены на развитие ментальных механизмов - причинно-следственного мышления, критического мышления, прогнозирования, творческого воображения - а не на механическое запоминание фактов. Как отмечает Альфи Кон, «нет исследований, которые показывали бы хоть какую-то связь между домашними заданиями и самостоятельным мышлением» [5].

Заключение: от конвейера к школе мышления

Практика принудительных домашних заданий в том виде, в каком она сложилась в советской и российской школе, является пережитком индустриальной эпохи. Она не имеет научного обоснования, не даёт измеримых академических преимуществ, но при этом наносит реальный вред психологическому здоровью детей, семейным отношениям и познавательной мотивации. Как я показывал в статье «Экономическая и эволюционная невыгодность старых моделей педагогики» [1], старая модель образования не просто неэффективна - она экономически убыточна и эволюционно деструктивна. Сохранение этой модели обходится обществу дороже, чем её радикальная трансформация. Переход от школы-конвейера к школе мышления требует пересмотра всех элементов образовательной системы, включая практику домашних заданий. Это не означает отказ от самостоятельной работы как таковой. Это означает отказ от

принудительной, механической, непомерной домашней работы, которая превращает дом в продолжение школы, а детей - в «вечных учеников», не имеющих времени на детство, игру и развитие своей уникальности. Как подчёркивает Альфи Кон, «домашние задания в большинстве школ не ограничены теми случаями, когда они кажутся уместными и важными» [5]. Именно этот подход необходимо пересмотреть. Вопрос не в том, «отменять или не отменять» домашние задания. Вопрос в том, как организовать самостоятельную работу детей так, чтобы она действительно служила их развитию, а не превращалась в бессмысленный ритуал, отнимающий время, силы и радость жизни. Как справедливо отмечают исследователи, «лучшие педагоги поняли давно, что мы можем контролировать то, что мы можем контролировать» [10] - и это то, что происходит в течение учебного дня, а не домашние задания.

Ссылки на первоисточники

1. Клеймёнов А. Экономическая и эволюционная невыгодность старых моделей педагогики // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 1. - Ст. 4. https://fractal-academy.ru/articles/article-1-4/
2. Клеймёнов А. Диагностика и развитие ментальных механизмов: от теории к педагогической практике // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 1. - Ст. 6. https://fractal-academy.ru/articles/article-1-6/
3. Клеймёнов А. Причины жизнеспособности современной педагогической практики // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 1. - Ст. 2. https://fractal-academy.ru/articles/article-1-2/
4. Клеймёнов А. Новые предметы: логика, риторика, психология, проектная деятельность // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 4. - Ст. 15. https://fractal-academy.ru/articles/article-4-15/
5. Kohn A. The Homework Myth: Why Our Kids Get Too Much of a Bad Thing. - Da Capo Press, 2006.
6. Kohn A. Rethinking Homework // Principal. - 2007.
7. Liang K., Qu D., Zhu A., Chi X. How much homework is too much? Identifying thresholds for adolescent sleep and mental health by school stage // Journal of Affective Disorders. - 2025. - Vol. 389.
8. Ellington A. Homework: How Homework is More Harmful than Helpful // Integrated Studies. - 2024. - 573.
9. Pope D., Brown M., Miles S. Stanford research shows pitfalls of homework // Stanford News. - 2014. - March 10.
10. Gilreath A. Should schools get rid of homework? Some educators are saying yes // Hechinger Report / NPR. - 2026.
11. Yu T., Xu D., Fan J., Hua H., Guo, et al. Homework, sleep insufficiency and adolescent neurobehavioral problems: Shanghai Adolescent Cohort // Journal of Affective Disorders. - 2023. - Vol. 332. - P. 273-282.
12. Исследование: большое количество домашних заданий никак не влияет на знания // Vogazeta. - 2022.
13. Долгая О.И., Тагунова И.А. Домашняя работа в школе: опыт разных стран // Науки об образовании. - 2025.
14. Клеймёнов А. Введение: как предметы становятся инструментами развития мышления // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 4. - Ст. 1. https://fractal-academy.ru/articles/article-4-1/
15. Клеймёнов А. Внеурочная деятельность как пространство развития ментальных механизмов // Fractal Academy. - 2026. - Вып. 4. - Ст. 16. https://fractal-academy.ru/articles/article-4-16/

Конфликт интересов
Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов, связанного с публикацией данной статьи.
Финансирование
Исследование выполнено без внешнего финансирования.
Заявление о доступности данных
Данные, обсуждаемые в статье, содержатся в тексте публикации. Дополнительные материалы можно запросить у автора.
Вклад автора
Александр Клеймёнов - концепция, исследование, написание текста, финальная правка.

Отказ от ответственности
Мнения, точки зрения и данные, содержащиеся в публикациях Fractal Academy, принадлежат исключительно автору(ам) и не обязательно отражают позицию издателя или редакции. Fractal Academy и редакция не несут ответственности за любой ущерб, возникший в результате использования идей, методов, инструкций или материалов, упомянутых в публикациях.
Ответственность за соблюдение авторских прав, точность цитирования и достоверность фактов лежит на авторе(ах) публикации.