

北京市中小学课业负担的调查研究

文 孙雪连

〔摘要〕对北京市 99 所中小学学生的调查,发现中小学生学习负担仍较重,且存在着性别和学校类型的差异。大部分中小学生学习睡眠不足,课外时间仍主要从事学习活动,中小学生学习完成作业的时间较长,作业与考试较多且形式单一。造成中小学生学习负担过重的原因是多方面的,学校、家长和学生应该群策群力,打好“减负”这场攻坚战、综合战与持久战。

〔关键词〕中小学生学习负担 影响因素 调查报告

DOI:10.16194/j.cnki.31-1059/g4.2015.09.009

长期以来,中小学生的课业负担过重一直是困扰我国基础教育的一个难题。早在 2000 年,国家教委就下发了《关于在中小学减轻学生过重负担的紧急通知》,之后各级教育部门也多次发布“减负”相关政策与文件,但是十年多的时间过去了,中小学生学习课业负担过重的现象仍然没有得到有效解决。2010 年,《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020 年)》中再次明确提出“过重的课业负担严重损害儿童少年身心健康”,要“减轻中小学生学习课业负担”的要求,指出“减轻学生的课业负担是全社会的共同责任”,“率先实现小学生减负”。

一、调查对象与方法

本研究按照分层整群抽样的原则,在全市 11 个区县,选取 99 所公办学校进行实证调研^①。样本校的选择兼顾城区、镇区、农村不同学校所在地,兼顾好、中、差三种不同办学水平,选择小学、初中、高中三类学校,调研得到有效学生问卷 7417 份。其中,小学生占 44.4%,初中生占 41.7%,高中生占 13.9%;男生占 50.7%、女生占 49.3%、独生子女占 70.1%、非独生子女占 29.9%。

本研究认为学生的课业负担在主观上体现为学生对课业负担的感受,客观上主要体现在学生的睡眠作息时间、学生的课外时间安排、学生完成作业的时间、考试和作业的形式等等。因此本研究采用以下四个维度设计调查问卷:第一是学生对课业负担的总体感受,第二是学生的作息时间,第三是课外时间安排的情况,第四是学生作业与考试情况。

二、调查结果与分析

1. 近一半左右的中小学生学习认为课业负担较重

为了解北京市中小学生对课业负担的总体感受,本研究用数字 1~4 代表课业负担的轻重程度,分别代表非常重、比较重、有一点和没有负担,数字越大,负担越轻。数据表明,学生对自身课业负担的平均得分为 2.54。10.7%的学生认为现在的负担非常重,34.8%的学生认为比较重,44.6%的学生认为负担有一点重,约 10%的学生认为没有负担(见表 1)。

同时研究还发现,男生对课业负担的感受比女生更重。男生选择的平均分(2.50)低于女生(2.58),同时男生认为现在课业负担非常重的比例达到 12.3%(女生 9.1%),认为课业负担比较重的男生占

35.7%(女生 33.9%),同时进行了独立样本 t 检验,发现差异达到了显著性水平(见表 1)。男生的课业负担感受高于女生可能是因为在中小学阶段女生的学习积极性和努力程度更高,抗压力也较强。

是否是独生子女对学生课业负担感受造成影响,调查分析独生子女对课业负担的感受比非独生子女更重,独生子女认为现在课业负担非常重的比例达到 11.4%(非独生子女 9.3%),认为课业负担比较重的独生子女占 36.5%(非独生子女 31.1%),通过独立样本 t 检验发现,差异显著。(见表 1)独生子女课业负担较重的原因可能在于家庭的期望与压力更大。

表 1 课业负担的总体感受及对比(%)

	非常重	比较重	有一点	没有负担	平均得分
整体	10.7	34.8	44.6	9.9	2.54
男生	12.3	35.7	41.8	10.2	2.50
女生	9.1	33.9	47.5	9.5	2.58
独生子女	11.4	36.5	42.8	9.3	2.50
非独生子女	9.3	31.1	48.8	10.8	2.61

不同学校类型的学生对课业负担的感受也有差异,小学生认为课业负担非常重和比较重的比例分别是 9.2%和 28.4%,初中生认为课业负担比较重和非常重的比例分别为 9.9%和 38.4%,高中生认为课业负担比较重和非常重的比例分别为 13.3%和 38.8%。(见表 2)根据单因素方差分析发现,不同类型学校学生对课业负担的感受差异显著。说明随着学生学习年级的逐渐增加,学生对课业负担的感受逐渐加重。

表 2 课业负担的学校类型对比(%)

	非常重	比较重	有一点	没有负担	平均得分
整体	10.7	34.8	44.6	9.9	2.54
小学生	9.2	28.4	46.8	15.6	2.69
初中生	9.9	38.4	46.6	5.1	2.47
高中生	13.3	38.8	42.4	5.4	2.40

2.大部分中小学生学习睡眠时间不足

研究调查发现,在周一到周五,中小学生学习平均的起床时间在 5:00~6:00 之间,4.7%的中小学生学习起床时间在 5:00 之前,43.1%的中小学生学习起床时间在 5:00~6:00 之间。几乎所有的学生在早晨 7:00 之前起床,只有 2.2%的学生在 7:00 之后起床(见表 3)。且数据显示男生起床时间较女生稍晚,差异具有统计学意义。中小学生学习周末的起床时间会稍微晚一些,但是还是有 23.3%的学生在 7:00 之前起床,这部分学生没有充足的时间补充睡眠。38.4%的学生在 7:00~8:00

之间起床,35.2%的学生在 8:00 之后起床。

表 3 中小学生学习起床时间的学校类型对比(%)

	5:00 之前	5:00-6:00	6:00-7:00	7:00 之后	8:00 之后	其他时间
整体	4.7	43.1	49.6	1.7	0.5	0.4
小学生	4.7	35.0	57.3	2.2	0.5	0.3
初中生	5.6	54.0	38.0	1.1	0.4	0.9
高中生	3.6	46.2	47.9	1.8	0.5	0

根据数据分析,周一至周五,中小学生学习晚上上床睡觉的平均时间是晚上 9:00~10:00。只有 4.4%的学生在晚上 8:00 之前上床睡觉,23.5%的学生在 8:00~9:00 之间上床,30%的学生在 9:00~10:00 之间睡觉,29%的学生在 10:00~11:00 之间睡觉,同时还有 12.5%的学生在晚上 11:00 之后才能上床睡觉。

表 4 中小学生学习上床睡觉时间的学校类型对比(%)

	19:00 之前	19:00-20:00	20:00-21:00	21:00-22:00	22:00-23:00	23:00 以后	其他
整体	0.9	3.6	23.5	30.0	29.0	12.5	0.5
小学生	1.1	6.5	37.0	30.3	17.5	7.4	0.2
初中生	0.5	1.8	13.8	39.8	32.9	10.5	0.7
高中生	0.5	0.5	19.1	20.0	32.7	25.9	1.3

根据《国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》规定:“确保青少年休息睡眠时间,保证小学生每天睡眠 10 小时,初中学生 9 小时,高中学生 8 小时”^[1]。在调查中,分别对于小学、初中和高中学生的数据进行分析发现,周一至周五,几乎所有的中小学生学习都在 7:00 之前起床,因此要保证小学生 10 小时的睡眠时间,就要求小学生最晚要在晚上 9:00 之前上床睡觉,调查发现只有 44.6%的学生能够达到这一要求。即使不考虑有的小学生早于 7:00 起床的情况,至少有一半的小学生没有充足的睡眠。为保证初中学生 9 小时的睡眠,要求中学生最晚要在 10:00 之前上床睡觉,结果只有 55.9%的中学生能够符合这一要求,至少有将近一半的初中生睡眠时间不够充足。

3.中小学生学习课外时间大多在从事学习活动

研究发现,北京市中小学生学习用于学习的时间过多,较少有自由活动的空间。从校内空余时间来看,中小学早自习和午休时间多用于做作业或练习、听老师讲课、阅读课本等。早上第一节课前的时间 26.9%的学生在阅读课本,18.6%的学生在做作业或练习,16.3%的学生在听老师讲课。26.1%的学生在预习或者复习,只有 5.5%的学生在看课外书。而在午休时间,中小学生学习中有 29.2%的学生在做作业或练习,9.7%的学生在听老师讲课或者阅读课本,

16.8%的学生在和同学一起玩,17.8%的学生在看课外书。只有22%的学生可以真正午休,在睡觉。由此可见,学生在校内的时间主要用于学习知识。可以看出学生在校内的主要时间都在学习,活动和锻炼的时间不足。除了早自习、午休时间和课间时间(在教室不压堂的情况下)学生可以自由支配以外,其余时间都是上课时间,而课间时间又比较短暂,用于活动的时间十分有限。

对于校外的利用情况,研究发现,周一到周五放学后的时间,近七成(68.6%)的学生在做作业或者练习,5%的学生在上课外辅导班,26.4%的学生可以比较自由地支配自己的时间,做一些学习以外的事情,如和同伴玩、看电视、看课外书等。对于周末时间,调查发现,36.1%的学生在做作业或练习,26.9%的学生在上课外辅导班,2.4%的学生在学校上课,只有三成左右的(34.6%)的学生可以从事学习之外的活动。

4. 中小学生学习完成作业时间较长,对考试不满意

调查发现,北京市中小学生学习完成作业的时间较长,可以在半个小时完成作业的学生占到14.3%,30.9%的学生在半个小时到1个小时完成作业,32.8%的学生在1~2小时完成作业,21.9%的学生完成作业需要2个小时以上。同时女生完成作业所需的时间比男生更长,差异显著。高级中学、综合中学和初中学生完成作业所需时间更长,小学学生所需时间较短。

在调查老师布置的作业形式时,学生们选择最多的三种类型是做练习题、卷子、预习复习和阅读课本,这三种类型的作业占有所有作业的78.3%。动手操作、调查研究、读课外书等多样化的作业形式很少。说明教师对作业的布置还是以做题、练习为主,实际应用性的作业形式较少。

调查发现,近一半的学生对现在的考试不满意,女生的满意度高于男生,差异显著。小学学生的满意度高于初中,初中高于高中。对于目前考试存在的问题,一半(53.2%)学生认为是考试以试卷为主,形式单一。27.2%的学生认为考试次数太多,10.6%的学生认为考试缺乏针对性,4.3%的学生认为考试评分不准确。

综上所述,研究发现:第一,北京市中小学的学生和教师都对学生课业负担的总体感受较重;第二,

中小学生学习起床时间较早,睡觉时间较晚,充足的睡眠时间难以保证;第三,校内学习和辅导班挤占了学生的课外时间,自由活动时间较少;第四,大部分学生完成作业的时间需要一个小时甚至更长时间,作业与考试较多且形式单一,学生对目前考试情况不满意。

三、原因分析与对策建议

(一)课业负担过重的原因分析

“减负”是一个系统过程,课业负担过重不是某一所学校、某一个教师或者家长单独作用的结果。冰冻三尺,非一日之寒,北京市目前中小学生学习课业负担的情况有许多方面的原因。依据调研的相关结果,这里着重分析学校、家长和学生自身对学生课业负担的影响。

1. 学校过度重视考试

调查发现,32.9%的学生认为自己的课业负担主要来源于学校。学校过度重视考试成绩,一方面会对教师的切身利益产生影响,很多学校将对教师的评价与学生的考试成绩直接挂钩;另一方面对课程教学内容、教学方法产生影响,教师在教学中会更多地偏向选择“考的知识”、提升学生考试成绩的方法。有研究表明,在很多情况下,“学生的课业负担与学业成绩关系不大,甚至有轻微的负相关”^[2]。

2. 家长过度关注分数

调研中有22.3%的学生认为课业负担主要来源于家长,近三成的学生在周末要参加培训班。家长的过度关注体现在两个方面:一方面是增加孩子的作业,在学校作业之外布置额外的家庭作业,购买辅导资料,让孩子上培训班等,占用学生休息时间;另一方面是增加孩子的精神压力,很多家长有攀比的心态,将自己的孩子与考试成绩更好的孩子相比,给学生造成心理负担。

3. 学生心理调适不足

有38.5%的学生认为课业负担过重的原因是自己。调查发现,男生的课业负担高于女生,独生子女高于非独生子女。在“苦学”精神的影响下,很多学生承受着很大的心理压力,而学校和家长往往忽视了这一点。

(二)减轻课业负担的对策建议

调研表明,北京市中小学生学习课业负担的现状仍不容乐观。但长期以来,

(下转第30页)

三、结论和讨论

北京市流动儿童幼儿园教育环境质量整体水平偏低,与全国108所幼儿园班级教育环境质量进行比较,流动儿童幼儿园在环境质量的四个维度上得分普遍较低,同时对北京市不同区域幼儿园进行比较,不同区域流动儿童幼儿园班级教育环境质量差距不大。流动儿童幼儿园环境质量呈现出的特点与多方面的因素有关,既与城市化进程中流动儿童数量剧增,城市托幼机构难以满足流动儿童入园需求有关,又受托幼机构教师观念与行为的影响,同时班级规模、师幼比例、教师工作制度安排、经费投入等因素也制约着环境教育水平。超大的班级规模、较高的师幼比都严重影响了流动儿童幼儿园的教育环境质量。对此,应采取一定措施加以改善。

1. 通过环境创设弥补物质条件的不足

流动儿童幼儿园大多租借平房或带小院的楼房,物质环境创设受到所租住房屋硬件条件的制约。在硬件条件难以改变的状况下,可以通过师幼共同参与环境创设以及对材料的挖掘和探索,来弥补幼儿园硬件条件不足带来的硬伤。从环境结构、墙面设计、材料内容的选择上给与儿童一定的“话语权”,物质环境创设过程也是儿童获取知识发展能力的过程,在老师和儿童共同协商和设计中,发挥幼儿各方面能力,将物质环境创设作为一项定期活动,发挥幼儿的主动性和创造性。

2. 给予政策支持和加强分类管理

对流动儿童幼儿园不仅仅采用简单取缔的方

式,而是应更多地扶持和引导流动儿童幼儿园有质量的发展。教育行政部门在对流动儿童幼儿园办园准入制度的管理上,可分层次采取不同措施进行阶段性管理,对部分办学水平和办学条件接近注册幼儿园标准,但在场地、资金等方面没有达到注册标准的流动儿童幼儿园,教育行政部门应当优先扶持,注入专项资金或者帮助他们通过社会多方筹资等方式使其达到注册标准。对于部分正常运转但办园条件在短时间内难以达到注册标准的流动儿童教育机构,应当给予这类机构一定的时间,利用政府、社会和公办幼儿园等力量帮助其达到标准,对部分流动儿童托幼机构在安全、师资、场地、管理上都不达标者,行政部门应当加强监督和管理,必要时予以取缔。

“积极发展学前教育,着力解决当前存在的‘入园难’问题,满足适龄儿童入园需求”,不能仅仅局限于户籍儿童,必须包括非户籍的流动学前儿童。过去,我们曾用“同在一片蓝天下”的期盼来呼吁解决义务教育阶段流动儿童就学的问题,今天,在欢呼学前教育的春天来临的时候,我们要记得为墙角里的每一朵小花都送去阳光雨露。不要漏掉任何一棵小草,不要拉下任何一个孩子。

参考文献:

- [1]政协委员调查:北京“山寨幼儿园”数量超过正规园[EB/OL]. <http://news.wuhan.net.cn>, 2009-07-29.
 - [2]刘焱,潘月娟.幼儿园教育环境质量量表的特点、结构和信效度检验[J].学前教育研究,2008(6).
- [史瑾 首都师范大学学前教育学院 100048]

(上接第33页) 中小学生学习减负工作成效一直差强人意,本研究认为:1.学生减负是一场“攻坚战”,需要决心与信心;2.学生减负是一场“综合战”,需要各方全力配合;3.学生减负是一场“持久战”,需要耐心与毅力。在减轻学生课业负担的努力中,要避免“运动式”“排浪式”改革,避免冒进思想。教育改革正确道路的探索、思想意识的转变、教师教育教学水平和能力的提升等都需要时间,让教育慢下来,给予教育足够的耐心,坚定促进学生全面发展的目标,坚持下去,中小学生学习“减负”工作终会守得云开见月明。

注释:

本研究依托北京师范大学教育学部褚宏启教授2010~2013年国家教育体制改革试点项目“北京市探索城乡教育一体化发展有效途径”,数据来源于课题组。

参考文献:

- [1]国家体育总局 <http://www.sport.gov.cn/n16/n1092/n16849/312984.html>
 - [2]汤林春,傅禄建.课业负担与学业成绩关系的实证研究[J].上海教育科研,2007(3).
- [孙雪连 北京师范大学教育学部 100875]