

JIATING ZUOYE
YOUXUEWEN

王红丽 著

家庭作业

有学问

- 家长感叹，家庭生活被孩子作业绑架了！
- 家长反映，孩子因为作业成为“落后生”
- 家长疑问，让人烦心
- 本书送您一把

小学生家长
必读

 华龄出版社

家庭作业有学问

——小学生家长必读

王红丽 著

华龄出版社

责任编辑：高志红
装帧设计：天佑书香
责任印制：李未圻

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭作业有学问：小学生家长必读/王红丽著.
北京：华龄出版社，2014.1
ISBN 978-7-5169-0309-4

I. ①家… II. ①王… III. ①小学生—课外作业—家庭教育 IV. ①G622.46②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 302703 号

书 名：家庭作业有学问——小学生家长必读
编 者：王红丽 著
出版发行：华龄出版社
印 刷：科伦克·三莱印务（北京）有限公司
版 次：2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷
开 本：880×1230 1/16 印 张：17.75
字 数：130 千字
定 价：28.00 元

地 址：	北京西城区鼓楼西大街 41 号	邮 编：	100009
电 话：	84044445（发行部）	传 真：	84039173
网 址：	http://www.hualingpress.com		

写在前面的话

(代前言)

这是一本关于家长如何辅导孩子家庭作业的书，帮助家长朋友们客观地看家庭作业，科学地辅导孩子在学习，通过提高家庭教育质量帮助孩子更好地提升学业水平。在本书展开之前，我要对相关话题谈几点看法。

1. 我对家庭作业的实际效果持质疑态度，如第一章所给出的多个研究结果，家庭作业能够多大程度上提升学业成绩，结论尚不明确。

2. 我反对负担过重的家庭作业，负担过重的家庭作业弊远大于利，负担过重导致孩子实操能力低下，学业实际水平下降，学习自信心不足，对于学业困难的孩子来说，尤其雪上加霜。学业困难儿童需要额外练习，但是不能简单地增加练习量来达到提升学习的目的。

3. 关于家庭作业，我认为家长的责任更多在于为孩子提供学习条件，包括物质和心理氛围的体验，帮助孩子养成良好的学习习惯，帮助他们掌握基本的学习方法和与学习有关的一些基本知识，如记忆的方法。

4. 非静无以成学。如果没有孩子内心的安宁，安心学习，孩子的学业会一事无成，让孩子安心学习，要让他们不害怕失败，不害怕排在别人后面，不害怕自己不够“聪明”。要相信只要付出，就一定能够有所收获。

5. 21世纪是网络时代、知识经济时代，这个时代比以往任何时代都更加多元，人们成就自己的方式与路径更加多元，未来孩子所要从事的职业恐怕现在很多还没有诞生，因此，我相信未来我们定义成功和幸福的方式将会不同。我们要帮助孩子更加个性化地发展，获得对于个体来说有意义的人生和幸福的人生，“教育改变命运”将重新被定义，不是高分、名校、热门专业就一定

够幸福，展现个人精彩的人生才是有价值的人生。

6. 学习应该采取更加个性化的方式，通过电子化学习、利用现代学习技术、网络资源，我们的学习将更加便捷和个性化。要重视儿童电子设备学习能力的培养。

7. 培养孩子自主学习是我们的最终目的，前提是我们相信孩子可以成为自己学习的主人，可以通过个人选择、掌握好的方法、制订良好计划的能力等来帮助孩子获得自主学习的能力。

8. 我们要将教师视为教育的伙伴，而不是权威、假想敌，要积极和教师合作，并且协助教师完成教育任务，这是一个共同体，我们有共同的目标和努力方向。

9. 培养能力重于发展知识，对于小学生来说，这些能力包括：时间管理能力、自我激励能力、情绪调节能力、基本的学习技巧、坚持不懈的毅力。

在教育研究机构工作，写科普书的人不多，但我还是在紧张忙碌的工作之余用了很多时间来写这本科普书，是出于对孩子的一种友善的态度。我反对家庭作业，尤其反对负担过重的家庭作业，反对的态度并不能改变现实，于是我决定采取积极的应对措施，在我还没有孩子时曾经给家长作培训，家长问到如何辅导家庭作业的问题，我通常都不大理解，等到自己孩子需要每天做家庭作业的时候才发现，这真的是一个很重要的问题。

家庭作业尽管只是孩子的事情，但是却改变了我们家庭生活的习惯和方式，每天晚上要留出孩子写作业的时间，并预备给孩子提供监督、管理与指导，既是对教育智慧的挑战，也是对家庭生活的挑战。

我相信好的教育方式能够帮助我们增加与孩子的亲密度，共同面对人生问题，促进孩子健康发展。这本书的写作是我学习的过程，也是思考教育诸多问题的过程，希望能够对读者有所帮助。

有一则笑话：一个年轻人到老和尚那里去求开悟，老和尚端来一碗粥，晃了晃，粥更加混沌了，放了一会儿，粥就慢慢沉淀下来，老和尚指了指这碗

粥，年轻人就说：您是告诉我要静下心来，才能够内心清明吗？老和尚说：我只是想告诉你，粥凉了，可以喝了。

去生活，真实地去生活，在生活中打磨，智慧就会慢慢地出来。对于教育的思考也是一样，不管发生什么，都和孩子一起真实地去面对，再难，生活也会有乐趣。

王红丽于北京

2013年12月8日



第 1 章 家庭作业有用吗

导读 科学、合理的家庭作业	1
第一节 我们的生活被家庭作业绑架了	5
第二节 家庭作业有没有用	10
第三节 为什么而学习	18
第四节 科学教养达成教育目标	28

第 2 章 挖掘家庭作业的正向作用

导读 家长合理参与家庭作业	31
第一节 挖掘家庭作业的正向作用	36
第二节 家长参与孩子作业能够孩子更优秀	43
第三节 不良的家庭参与方式妨碍孩子的学习	44
第四节 家长怎样合理地参与家庭作业	47
第五节 知道小学阶段各个年级要培养孩子什么	60

第3章 使孩子安心学习的五大原则

导读 良好情绪使孩子更安心	65
第一节 安心——学习发生的条件	67
第二节 促进孩子安心学习的五大原则	71
第三节 重视儿童学习中的情绪	72
第四节 发展多元智能——承认儿童间的差异	74
第五节 教育的根本目的在于促进成长	82
第六节 家庭学习辅导以良好的关系为基础	86
第七节 作为父母不要害怕	89

第4章 环境育人 —— 创建有效的家庭学习环境

导读 好环境、好规律、好氛围使作业更有效	95
第一节 基本的学习环境	97
第二节 保证睡眠、均衡营养、加强锻炼	102
第三节 养成良好的生活规律	107
第四节 良好的家庭氛围	111

第5章 家庭作业好习惯 —— 家长的着力点

导读 培养良好的作业习惯	121
第一节 习惯养成的三个阶段	124
第二节 良好的家庭作业习惯的要求	128
第三节 写作业的“三定”	132

第四节 写作业的四个阶段详解·····	138
第五节 对孩子的作业习惯进行跟踪 制订培养计划·····	152

第6章 干净、合理——管教孩子

导读 管教合理、赏罚有度·····	155
第一节 我们为什么管教孩子·····	157
第二节 合理、干净地约束孩子·····	159
第三节 如何惩罚·····	180

第7章 想学、会学、坚持学——自主学习

导读 培养孩子的自主学习能力·····	193
第一节 自我意识是人类最奇特的心智能力·····	194
第二节 自主学习在于成人分享权利·····	199
第三节 自主学习是什么·····	202
第四节 引导自主学习：想学、鼓励思考、引导反思、自我评价·····	204
第五节 为了学习而自身爱上学习·····	205
第六节 独立思考——会学·····	209
第七节 坚持学——培养孩子的情绪调节能力·····	212

第8章 会学习——学习方法

导读 家庭作业中的学法指导·····	223
第一节 时间管理·····	225
第二节 平衡休闲与学习·····	229

第三节 使用网络及现代学习工具·····	231
第四节 集中注意力的方法·····	232
第五节 记忆的方法·····	234
第六节 学会复习·····	239
第七节 从容面对考试焦虑·····	242
第八节 学会求助·····	247

第9章

教师 —— 我们的教育合作伙伴

导读 理性、信任、真诚地与老师沟通·····	251
第一节 理性地看待教师的工作·····	252
第二节 信任教师·····	255
第三节 真诚地去沟通·····	256
第四节 沟通要有重点·····	261
第五节 你可以采用的多种沟通方式·····	265
第六节 怎样说更有效·····	266
参考文献·····	272

第1章

家庭作业有用吗



导读

科学、合理的家庭作业

2013年8月底教育部公布了《减负十条》征求意见稿，征求意见稿中争议最多的就是留不留家庭作业，第一次征求意见稿提出小学不留书面家庭作业，之后9月初的再次征求意见稿，关于家庭作业的要求变成了少留家庭作业，而且规定了时限，可见家庭作业问题是一个备受关注、但却难有定论的议题。家庭作业为什么引起如此大的争议？其核心在于，家庭作业到底有没有用？

- 作业问题有近百年的研究历史了，其中一个核心问题是家庭作业有用吗？
- 您知道家庭作业有哪些负面作用吗？
- 研究表明，家庭作业要起到作用是需要条件的，包括作业的质量、内容，在什么情况下家庭作业有用？
- 要参与孩子的学习，就要知道孩子为什么上学，学业成功只是其中的一部分？
- 面对我们所处的这个时代，我们到底要培养孩子的什么？

为升学而教的教育只能让少数学生得到良好发展的机会，为升学选拔的教育是“寻找适合教育的学生”，大多数学生因此背上了学习的思想负担，丧失了学习兴趣，学校成为一些孩子人生失败的开始。对于大多数学生的来说，需要的是适合他们的教育。



我的孩子曾因家庭作业当了“落后生”

学前故事

我为什么会关心家庭作业的问题？以前做家长培训的时候，我还不能理解为什么很多家长都会问到孩子在家做家庭作业应该怎样辅导。有一段时间我认为如果家长的教育观念是对的，教育技巧就应该是比较容易解决的问题，作业辅导根本不算什么问题。后来我发现，家庭作业对于家长来说真的是非常重要的一个问题，而且这是一个包含了很长的问题链的问题，至少包含着家庭作业有用吗？家长辅导孩子作业能起到好效果吗？这样一些基本问题。我真正开始关心这个问题，是因为在幼儿园的时候我自己的孩子几乎因为作业提前进入“落后生”的队伍，我感受到的“震惊”，以及对作业本身的质疑之深，使我开始关心家庭作业的问题，及至现在我们承担了一个关于学校作业变革的研究项目。

先说说我自己家孩子的故事吧。

我儿子尚尚从大班开始有家庭作业，大班开始学习汉语拼音、数学等学前知识，数学学到了100以内的加减法，甚至包含了二年级下学期的数学内容。每周有规律的汉语拼音与数学作业的交替，迫使他每天都要花半个小时，甚至更长的时间做家庭作业，到了下学期，有的时候会一天一张小卷子。

即便如此，他们班里的一些家长还认为幼儿园教得不够多，呼吁寒假也应该留作业。小学一年级教学内容前移到幼儿园大班已经不是什么新鲜事，家长

也普遍接受这种做法，一些家长在大班将孩子转学到学前班，学习一年级的知识。国家对于幼儿园课程是有明确的规定与要求的，我曾经跟北京市负责幼儿园教研的一位主任聊过孩子的作业，她极为愤恨地说：家长不懂，难道教师们也不懂吗？她们是专业人士啊！并且问我是哪所幼儿园，我善意的解释教师也是出于好意，没有道出那所幼儿园的名字。现在幼儿园升小学面试的残酷竞争，一位家长说，即使孩子做了很多模拟题，最后还是被考晕了。在择校的现实面前，家长和校方都不得不采取极端的扭曲的措施。

在这种情景下，尚尚几乎因为作业提前进入“落后生”的队伍。尚尚是在大班时候转入这个幼儿园的，在此之前接受的都是正规幼儿园的素质教育，没有正式握过笔，学的都是主题活动式的识字、数学、自然知识，之前尚尚从未学习过英语，这是一个双语教学特色的幼儿园，其他孩子已经学过两年的英语，零起点使他在英语课上几乎跟听天书一样。而此时他还要面对进入新的挑战，离开曾经熟悉的老师、同学，心理压力、学业压力叠加在一起，他的焦虑与迷茫可想而知。

在幼儿园第一学期初的时候，尚尚说：我英语不好，数学也不太好。说这话的时候，样子很失落，让人心疼。而这个阴影深刻地影响了他的一年级的学习，幼儿园老师未接受过拼音和数学的教学训练，不了解如何根据孩子的实际水平进行循序渐进的教学，让她们去教不擅长的东西，效果可想而知。孩子进行拼读、拼写的比赛，比赛性质的激励方法，使得孩子对于汉语拼音心生畏惧，成了夹生饭，到了一年级，他只喜欢认字，不喜欢拼读，一年级结束前我发现他的拼读没有多大进步。因为很早进入没有数理教学的两位数加减法学习，他对口算一直不太灵光。这让我想起，一位教授提起他的孩子，他说自己的孩子在学前就已经在生活情境中理解了分数的含义，还能帮助上小学的哥哥解决分数的比的问题（六分之一和十二分之一谁大），会用自己的方式解答，然后这位教授说，你知道孩子什么时候学糊涂了吗？就是上学的时候老师把他教糊涂了。

直到二年级的时候阴影才慢慢被驱散，说句实话，如果我知道当时的学习对日后产生那么深刻的不良影响，那个时候会采取一些更果断的措施。到了二年级因为孩子们回到一个起点上，基本上就能够追平其他孩子的学习了。而对于小学生来说，四年级是个很重要的分水岭，如果能够培养良好的学习习惯，到了四年级孩子是不会有问题的。

每一位有良知的教师都会追问：是什么使这些学生逐渐落后并“不可避免”地难以帮助，成为“差生”。在我印象中，有一个男孩，他在三年级的时候来到我所在的学校，那个时候我兼任他们的副班主任，他来的第一个学期，每次我有他们班的课，他都会来和我聊几句，说他在家听英语的情况，告诉我学会了什么。那个时候他脸上挂着灿烂的笑容，充满了和老师亲近的愿望，让我觉得非常欢喜。但是随着时间的流逝，他的作业成了非常严重的问题，到了六年级的时候他变成了“滚刀肉”，因为作业问题扩展出来的教师、家长、学生之间彼此的失望和厌倦，使他在学习上毫无进展，最终他转到了一所武术学校。

我曾经做过十年教师，现在一家教育研究院做研究工作，在我并不算短的教师生涯中，不只是那些优秀的孩子留给我深刻的印象，那些学习困难的孩子给我留下的印象更深刻。看着那些活泼可爱的孩子在学校生活中逐渐被落下，最后变成学习中的落后分子，让人非常困惑、不解和痛心。做了研究工作后，我一直在追索一个问题：教育到底要教给孩子们什么？我们有责任使每个孩子都在学校获得成功，为他们的将来奠定基础，但是失败似乎对于一些孩子来说不可避免，为什么？

当我写这本书的时候，我不只是以一个研究者的视角，同时也是一位家长，我关心我们应该做什么可以更好地帮助孩子成长，帮助孩子在学校获得成功。

通常和家长讨论如何辅导学生做作业的书籍或者文章，都会直接建议家长如何去做，比如采取什么措施才能使孩子把家庭作业做好，他们既不对家庭作业本身提出任何质疑，也不关心教师留作业的质量如何。这些书籍或者文章都有一个基本假设，即家庭作业是有用的。在这个前提下，他们关心的是辅导孩子完成作业的技巧和方法，至于家庭作业本身所隐含的教育问题他们都不关心。

殊不知，如果我们想要帮助孩子更好地完成学业，与家庭作业有关的很多问题是不可忽视的，比如：家庭作业对于孩子的学习是有用的吗？超长时间的过度学习真的能够帮助孩子提升学业水平吗？家长如何帮助规避当前教育体制中的问题？

在这一章我们关注两个问题：家庭作业有用吗？孩子到底为什么上学？不深究其根，帮助孩子做好家庭作业的任何建议最终都会落入空谈，不能解决根本上的观念与理念问题，好的教育方法将会成为错误教育行为的帮凶，成为摧残孩子、扼杀孩子天性的“刽子手”。

第一节 我们的生活被家庭作业绑架了

100 分=

■ 根棒子+两个屁股蛋子

一个家长这样说，“100 分就是一根棒子加两个屁股蛋子”。这话说得不无幽默，为了一个 100 分，有时候以血缘和亲情为纽带的父子被考试离间得势不两立，从幼儿园进入小学，很多父母与孩子的亲密情感在学生的学业面前触礁，因为孩子家庭作业不理想，对孩子呵斥、撕作业本、暴力行为成为家常便饭。

我们的家庭生活几乎被家庭作业绑架

对于中国的家庭来说，我们的家庭生活几乎被家庭作业绑架了。

中国的孩子作业多众所周知，有位家长说：觉得孩子很可怜，下午放学回家吃饭后就写作业，作业就算是最少的时候也得花费孩子一个多小时的时间，也都快九点多了。这时孩子也不可能再出去玩了，收拾收拾也就该休息了。有一次作业太多，她忘了做数学作业，睡觉了才想起来。那时已快十一点了，这孩子又特别认真，就赶紧爬起来做，结果一直到十二点多才做完。

有研究者做过比较，我国小学生一天的作业量相当于美国小学生一周的作业量，甚至还要多得多。

过多的家庭作业占据了孩子的大部分在家时间，家长不得不按照孩子的时间来安排家庭生活。

有家长这样抱怨：“平时虽然很忙，但也很想带孩子出去接触社会，让他多看一些东西。可老师布置的家庭作业实在太多了，孩子每天下午五点多一放学回家就忙于写作业了，每天差不多都得到晚上九、十点了。在孩子写作业的过程中，我们做家长的还得扮演监督者的角色，有时急了还得训孩子几句，搞得自己和孩子都很不高兴。在家里根本没机会让孩子享受正常的家庭生活。”

不仅如此，面对繁重的家庭作业，家长被剥夺了自己的教育想法。一位二年级学生的家长这样说，为了让孩子有更多时间看课外书，她还与老师商量少布置作业。“孩子今年刚上二年级，写作业总是慢，经常一写就到10点。这么小的孩子，就要这么辛苦，我挺心痛的。”“他的老师表示，作业并不多，只是孩子做作业习惯不是很好，注意力不是很集中。她还叮嘱我督促孩子养成好的学习习惯。”这样的负担，即使家长想让孩子做些其他更有意义的事情也很难。

家庭作业甚至将孩子逼上绝路

“周末的作业太多，我们实在没办法完成，而不完成作业到了学校就会挨打，被老师罚站，跳楼死了就不用写作业了。”9月19日下午，九江市年仅10岁的三位小女孩因为作业没有完成，害怕被老师责骂相约跳楼，其中一位女孩写下了跳楼的原因。因为家庭作业爆出的恶性事件不时见诸报端。

我国对于家庭作业的规定

孩子们真的需要做这么多作业吗？

其实，早在1988年国家教委《关于减轻小学生课业负担过重问题的若干规定》中明确：小学一年级不留书面课外作业，二、三年级每天课外作业量不超过30分钟，四年级不超过45分钟，五、六年级不超过1小时。

1994年国家教委《关于全面贯彻教育方针减轻中小学生学习过重课业负担的意见》中又重申了上述要求。

2000年初，教育部发出的《关于在小学减轻学生过重负担的紧急通知》中明确规定：小学一、二年级不准留书面家庭作业，其他年级书面家庭作业控制在1小时以内。

2008年，教育部印发《中小学学生近视眼防控工作方案》规定：要切实减轻学生课业负担，严格控制考试的科目与次数，限制课外作业量。不随意增加学科教学学时，不占用节假日、双休日和寒暑假组织学生上课。学校要统筹学生的家庭作业时间，小学一、二年级不留书面家庭作业，小学其他年级书面家庭作业控制在60分钟以内；初中各年级不超过90分钟。再次重申：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。

诸多文件如同一纸空文，北京一所名校的校长曾经说过，高考这根指挥棒的影响已经下移到幼儿，现在一些幼儿园的孩子就已经开始参加奥数班的学习。