

京师心理研究书系

陈传锋 等著

08

中小学生学习与 心理发展研究

Extracurricular Activity and
Psychological Development of
Primary and Middle School
Students



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

京师心理研究书系

08

中小学生课外学习与 心理发展研究

陈传锋 等著

Extracurricular activity and
Psychological Development of
Primary and Middle School
Students



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中小学生课外学习与心理发展研究 / 陈传锋等著. —北京: 北京师范大学出版社, 2016. 12

(京师心理研究书系)

ISBN 978-7-303-21527-0

I. ①中… II. ①陈… III. ①中小學生—課外活動—研究
②中小學生—身心健康—健康教育—研究 IV. ①G632.428 ②G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 265345 号

营 销 中 心 电 话 010-58805072 58807651
北师大出版社学术著作与大众读物分社 <http://xueda.bnup.com>

ZHONGXIAOXUESHENG KEWAI XUEXI YU XINLI
FAZHAN YANJIU

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com

北京市海淀区新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 保定市中华美凯印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 730 mm×980 mm 1/16

印 张: 29.5

字 数: 350 千字

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 96.00 元

策划编辑: 关雪菁 张丽娟

责任编辑: 陈佳宵

美术编辑: 王齐云

装帧设计: 王齐云

责任校对: 陈 民

责任印制: 马 洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58805079

《中小学课外学习与心理发展研究》

撰写人员

主要著者 陈传锋 王玲凤 李成齐 陈汉英
程 愚 李梦霞 车伟艳

参与著者(按姓氏笔画)

陈 怡	陈淑媛	陈 璐	葛张榆
何承林	黄霜霜	李安彬	陆晶晶
陆捷萍	卢 琳	彭旭倩	盛礼萍
万 霞	徐 媛	徐梦婷	褚小红

目 录

第一章	绪论：中小学生课外学习活动概述	/1
第一节	中小学生课外学习活动的概念界定	/1
第二节	中小学生课外学习活动的方针政策	/8
第三节	课外活动促进学生发展的理论基础	/12
第四节	中小学生课外学习活动的现实背景	/17
第二章	中小学生课外学习活动的现状调查与问题思考	/27
第一节	调查的背景与意义	/27
第二节	调查的方法与对象	/29
第三节	调查的结果与分析	/31
第四节	中小学生课外学习引导的对策与建议	/41
第三章	中小学生课外应试性学习活动	/55
第一节	中小学生课外应试性学习概述	/55
第二节	中小学生课外应试性学习的现状调查	/62
第三节	课外应试性学习与学生身心发展	/84
第四节	中小学生课外应试性学习的影响因素与 对策建议	/88
第四章	中小学生课外社会性学习活动	/99
第一节	中小学生课外社会性学习概述	/99
第二节	中小学生课外社会性学习的现状调查	/109
第三节	课外社会性学习与学生身心发展	/135

第四节 中小学生课外社会性学习存在的问题与
对策 /140

第五章 中小学生课外科技性学习活动 /149

第一节 中小学生课外科技性学习活动概述 /149

第二节 中小学生课外科技性学习活动文献的
计量分析 /154

第三节 小学生课外科技性学习活动现状调查 /161

第四节 课外科技性学习与学生心理发展 /167

第五节 中小学生参与科技性学习活动的主要问题
与引导对策 /169

第六章 中小学生的课外阅读研究 /183

第一节 中小学生课外阅读概述 /183

第二节 小学生课外阅读的现状调研 /188

第三节 课外阅读与中小学生的心理发展 /201

第四节 中小学生课外阅读的主要问题与引导
对策 /210

第七章 中小学生课外社团活动 /223

第一节 中小学生课外社团活动概述 /223

第二节 中小学生课外社团活动现状调查 /227

第三节 课外社团活动与学生身心发展 /236

第四节 中小学生社团活动的问题与对策 /240

第八章 中小学生课外生态保护学习活动 /247

第一节 中小学生课外生态保护学习的研究概述 /247

第二节 中小学生课外生态保护学习活动场所的
现状调查 /256

第三节	小学生参加课外生态环保学习的现状调查	/264
第四节	中小学生学习课外生态保护学习的问题与对策	/269
第九章	中小学生学习课外文体活动	/277
第一节	中小学生学习课外文体活动概述	/277
第二节	中小学生学习课外文体活动的现状调查	/286
第三节	课外文体活动与学生身心发展	/300
第四节	中小学生学习课外文体活动存在的问题与对策	/307
第十章	中小学生学习课外家务劳动	/317
第一节	中小学生学习课外家务劳动的研究背景与意义	/317
第二节	小学生家务劳动现状的实证调查	/322
第三节	家务劳动与学生的心理发展	/341
第四节	中小学生学习家务劳动的引导与教育对策	/347
第十一章	课外（园外）学习活动与学生的学校适应	/357
第一节	课外学习活动与学校适应概述	/357
第二节	小学新生的课外学习活动与学校适应	/362
第三节	幼儿园大班儿童的园外活动与学校适应	/372
第四节	课（园）外活动和学校适应存在的问题与对策	/376
第十二章	课外学习活动与中小学生学习个性发展	/385
第一节	课外学习活动与中小学生学习个性发展概述	/385
第二节	小学生课外学习活动与个性发展的实证	

调查 /389

第三节 课外学习活动与学生个性发展的辩证

思考 /402

第四节 课外学习活动促进中小学生个性发展的

对策 /408

第十三章 中外学生课外学习活动的比较研究 /415

第一节 国外中小学生的课外学习活动概述 /415

第二节 中国和瑞典高中生课外学习活动的比较
研究 /429

第三节 中国和美国小学生课外学习活动的比较
研究 /438

第四节 国外中小学课外学习活动的特点与启示 /448

后 记 /460

第一章 绪论：中小学生学习活动概述

第一节 中小学生学习活动的概念界定

一、课外学习的概念和种类

中小学生的“课外学习活动”也可称为“第二课堂”，本研究泛指“校外学习活动”、“课外活动”、“校外活动”，或“课余生活”等。课外学习活动是学生学习生活的重要组成部分，对学生的身心发展和全面发展具有重要意义。随着课外学习活动这一概念的外延不断扩展，这些概念已不能很好地概括中小学生学习活动的所有类型。一般而言，课外学习活动与课内或校内学习是相对而言的，可指除校内或课内学习之外的所有学习活动，亦即在校外场所进行的课外活动，以及在校内但在日常课程表以外进行的学习活动。

关于课外学习的分类，不同学者的意见不尽一致。王添翼(2012)认为，课外学习包括课外辅导型(指通过参加校外培训班、请家教等进行课程类、才艺特长类的学习)，自主实践型(指学生利用校外资源进行的学习)和交往互动型(指学生在非正式学习环境中与他人交往时获得经验和体会的学习)。李新妍(2015)认为，学生的课外学习活动主要有科学类活动(主要是发展学生对科技的兴趣和科学探索精神)，学科类活动(有助于学生更好地钻研

自己感兴趣的学科知识),文体类活动(文艺类活动、体育类活动),课外阅读(有助于扩大学生的知识面对新知识的敏感性)以及社会类活动(通过建立学校与社会的衔接,培养学生的社会责任感和社会人意识)。邹维芳(2005)认为,课外学习活动包括第二课堂的学科活动、课外阅读、课外辅导、科技活动以及社会活动等。吴裕良和陈满(1990)则认为,课外学习活动,有的是以增长学生社会科学和自然科学知识为主的;有的是侧重培养学生动手能力和劳动技能的;有的是以提高学生阅读写作能力和外语、数学等学科能力为目的的;有的则是提高身体素质 and 运动水平的活动;还有的则是提高学生文化素养、文艺欣赏水平和审美观念的活动等。

综观已有的研究文献和实际情况,当前中小学生的课外学习活动可归纳为以下九大类:

(1)应试性课外学习活动

这是以延伸校内学习、提高学习成绩为主的课外学习活动,如自习或复习(看书做作业)、补习(参加补习班)和请家教等。

(2)社会性课外学习活动

这是以丰富社会生活、促进社会性发展和社会适应性、培养各种社会化能力为主的课外学习活动,如社会实践、社会调查、社区服务、公益活动、志愿者活动、参观爱国主义教育基地或历史博物馆等。

(3)智力开发与科技性课外学习活动

这是以促进智力和创造性发展,或以探索和创新为主的课外

学习活动，如科技竞赛活动、学科性实验、小发明、小制作、小研究、参观科技馆、科技作品竞赛或成果展览馆等。

(4)生态保护性课外学习活动

这是以生态保护为主的课外学习活动，如环境保护、动物保护、低碳生活、垃圾分类、参观绿色基地或美丽乡村等。

(5)个性化课外学习活动

这是以特长训练和促进个性化发展为主的课外学习活动，例如，参加舞蹈、钢琴、戏剧、摄影、棋艺、文学等个别辅导，或参加培训班、社团活动。

(6)扩大知识面类的课外学习活动

扩大知识面类的课外学习活动主要有课外阅读与听讲座、报告等，如看名著、看报纸杂志、听报告、听讲座等。

(7)休闲怡心健身类的课外学习活动

休闲怡心健身类的课外学习活动主要有旅游、体育、文艺活动等，如夏令营、郊游或旅游、歌唱、器乐、舞蹈、书画、棋牌、田径、球类、体操、游泳等。

(8)培养生活技能和自理能力的课外学习活动

以培养生活技能和自理能力为主的课外学习活动主要是家务劳动和生存训练活动，如做饭烧菜、整理房间、打扫卫生等。

(9)消遣娱乐性课外学习活动

以消遣娱乐性为目的的课外学习活动主要有看电视、看电影、上网、玩手机、玩游戏、看小说、看漫画等。

二、课外学习活动的场所或场地

课内学习一般在校内、在课堂；而课外学习活动的场所或场地既可选择在校内，在课堂，也可发生在除课堂、学校之外的各种地方。而且，许多课外学习活动需要一定的条件和设施，需要在特定的场所或场地才能有效开展。为了丰富中小学生的课外学习活动，需要加强中小学生课外学习活动场所和场地建设。因此，中共中央办公厅和国务院办公厅曾联合发布了《中共中央办公厅、国务院办公厅关于加强青少年学生活动场所建设和管理工作的通知》（中办发〔2000〕13号）。为贯彻落实这一通知精神，建设部随后作了具体部署，要求把加强青少年学生活动场所的建设和管理列入城乡建设规划工作的重要议事日程，并明确规定：在城市建设、旧城改造和居住区建设中，必须严格执行国家有关法规和标准，建设好青少年学生校外活动场所。

（一）青少年宫或活动中心

新中国成立之后，借鉴苏联校外教育模式，我国建立了以青少年宫为主体的校外教育机构，成为中小学生课外学习的主要场所之一。在此基础上又先后创办了青少年活动中心、青少年科技馆、儿童文化馆和少年之家等机构，极大地丰富了中小学生的课外学习场所。经过60多年的建设，已逐步形成了一个遍及全国各地的校外教育体系。这些机构属于公益性校外教育机构，可供中小学生利用双休日、公共假期和寒暑假参加丰富多彩的公益性校外教育活动，包括形式多样的兴趣小组活动、具有明确活动主题的大型群众性活动和各种教育培训。

（二）校外教育活动场馆

校外教育活动场馆主要包括综合性校外教育实践基地，各种

主题性教育基地(诸如爱国主义教育基地、素质教育基地、禁毒教育基地等)和博物馆,美术馆,科技馆,文化馆与图书馆等机构。这类场馆也具有公益性教育机构的性质,通过开放参观和定期举办活动等形式,为中小学生学习提供课外学习服务。从严格意义上来讲,除了综合性校外教育实践基地,这类场馆中的另外一些机构并不是专门为中小学生学习提供课外学习活动的教育机构,其行政隶属关系也呈现出多样性的特点。它们通常向全社会开放,拥有教育资源,具有现实的和潜在的教育功能。因此,从其机构的属性来看,既是社会教育机构,同时也是服务青少年学生课外学习和健康成长的校外教育机构。

(三)校外教育培训机构

这类机构兴起和发展于20世纪80年代,通常由个人或集体投资,以教育咨询和服务的名义注册,采取商业化运作,对中小学生学习进行生活托管、课外补习、学科培训和兴趣爱好培养,是中小学生学习延伸校内学习、进行课外补习的应试性学习的主要场所。就其性质来看,当属营利性的教育培训机构。目前政府对这类机构缺乏必要的政策和相应的监管,学术界在研究中也对此意见不一。在实践领域,名目繁多的补习班却异常火爆,吸引了众多中小学生学习参与其中,占用了中小学生学习大量的课余时间。

(四)校外教育服务机构

这类教育服务机构包括为各种特殊群体或问题群体的中小学生学习提供相应服务的教育机构,如为流动儿童和留守儿童提供教育救助的服务机构;为违法犯罪学生提供社区矫正的服务机构;为一些有学习障碍的学生提供教育咨询与治疗的服务机构。这类组织机构通常由政府和社会共同举办,具有公益服务的特点,也被

称为社会工作机构；但从其承担的工作职责来看，同时又具有校外教育的特征。

（五）社区、工厂、农村、部队等

除了上述场馆和场地之外，社区、工厂、农村和部队等也是中小学生学习活动的重要场所。在社区，中小学生学习可开展社区调查、社区服务和社会实践等活动；在工厂，中小学生学习可见习污水处理、节能减排等；在农村，中小学生学习可参观美丽乡村、绿色基地等；在部队，中小学生学习可见习军训、接受国防教育等。在西方国家非常重视中小学生学习到这类场所的参观和实践。例如，德国幼儿园甚至不怎么上课，基本上是带孩子到这些场所参观和实践，让孩子从小就学会自己修理玩具、自己管理时间、自己约会、自己制订计划、自己搭配衣服、自己整理东西、自己报警或找警察等。

（六）家庭

家庭是孩子成长的摇篮，是中小学生学习活动更为重要的场所。学生放学以后，大多数时间是在家庭度过的。家庭环境和家教氛围对孩子具有潜移默化的影响。孩子放学回家，是看书做作业、练琴习画、唱歌跳舞，还是上网玩手机、打牌打麻将等，都与家庭环境和家教氛围有关。所以，创设不同的家庭环境，营造不同的家教氛围，就会促使孩子朝不同的方向成长和发展。

三、课外学习活动的的作用与多元发展

总的来说，积极、健康的课外学习活动可开阔学生的视野，提升学生的综合素质，培养学生的综合能力，促进学生的身心健康发展。具体而言，不同的课外学习活动对学生的发展具有不同的作用，例如，课外社会性学习是学生走出学校，主动了解社会、

接触社会、服务社会的重要途径，是实施素质教育的重要途径，可促进学生认识社会、树立正确的价值观，锻炼学生的意志和毅力，促进学生道德观念与道德行为的统一，提高学生的生活技能、实践能力和社会适应能力等；课外科技性学习具有探究性和创新性，可以很好地促进学生智力发展和创造性发展，增强学生的创新意识，提高学生的创新能力，培养学生的科学素养等；社团活动是学生根据个人兴趣和爱好自愿组成的课外学习组织，可为学生提供多样化的人际交往气氛和学习内容，能够发挥学生的特长，锻炼学生的才干，促进学生个性化发展，还可培养学生的沟通能力、综合能力和协作能力等；通过课外阅读与作者和文本交流，则可拓宽学生的知识面，培养学生的文化素养，提高学生的表达能力和写作能力，陶冶学生的情操，培养学生的气质，有益于学生形成健全人格，还可促进学生的校内学习，等等。

因此，需要引导学生课外学习活动向多元化发展。据贾晓燕(2014)报道，自2014年9月新学期开始，北京市中小学校各学科平均应有不低于10%的学时在社会大课堂进行，亦即每周应用半天时间在校外上课。其具体内容为：每个学生在中小学学习期间，至少参加一次天安门广场升旗仪式，分别走进一次国家博物馆、首都博物馆和抗日战争纪念馆；至少参加十次集体组织的社会公益活动；观看一百部优秀影视作品，阅读一百本优秀图书，了解一百位中外英雄人物和先进人物的典型事迹。通过此举，北京市拉开了促进中小学生学习多元化的序幕。另据杨靖(2015)报道，北京市中小学生学习校外学习取得了丰硕成果，大大提升了其综合素质。

第二节 中小学生学习活动的方针政策

自古以来，我国就非常重视课外学习活动。《学记》指出：“时教必有正业，退息必有居学。”“故君子之于学也，藏焉修焉，息焉游焉。”即主张课内与课外相结合，既要有课内的正业学习，又要有课外的业余学习或课后练习。

新中国成立以来，党和政府更是关心中小学生的健康成长，重视和支持中小学生的课外活动，出台了一系列有关减轻中小学生学习课业负担、开展中小学生课外活动的文件和政策。但由于历史和文化原因，我国中小学生课外学习活动的开展经历可谓一波三折。早在新中国成立之初，教育部便制订了《小学四、二制教学计划》(1953)，制定了《关于小学课外活动的规定的通知》(1955)，明确规定了课外活动的内容、时间和实施细则。《关于中小学健康状况和改进学校体育工作的报告》(1964)提出，要上好体育课，坚持认真做早操或课间操，广泛开展学生的课外体育活动；《关于调整 and 精简中小学课程的通知》(1964)指出：“需要对目前中小学课程门类过多的状况加以改革”，“课程的彻底改革要与学制改革统一考虑”。调整课程的原则是：“适当减少课程门类，能集中一年学完的就不学两年”；“适当减少每周上课总时数，使学生有较多的课外活动时间”。但受“文化大革命”冲击，高考中断 10 年，教育课堂和课外活动均一片混乱。

1977 年恢复高考之后，高考成为改变人生轨迹的重要渠道，家长“望子成龙”的愿望被不断强化，学校片面追求升学率的势头则不断加剧，升学竞争愈演愈烈。“题海战术”、“不能让孩子输在

起跑线”成为教育流行语，“应试教育”应运而生。普遍追求升学率导致中小学生学习负担严重“超载”，课外学习变为单一的补习和家教，其他课外学习活动则被搁置一边。为了减轻学生的学习负担，正确引导中小学生的课外学习活动，促进学生的健康发展，国家教委先后出台了《中小学卫生工作暂行规定》(1979)和《关于全日制普通中学全面贯彻党的教育方针，纠正片面追求升学率倾向的十项规定》(1983)。要求学生每日学习与课外活动时间，小学不超过6小时；要求减轻学生过重的课业负担，保证学生的睡眠、休息和课外体育、文娱、科技活动时间，不要频繁地考试，要求全国各地不得举办全日制升学补习班等，规定各级教学研究机构不得组织任何名义的猜题、押题、模拟考试等活动。尽管如此，在这一阶段，因学校普遍追求升学率势头难减，学生课余生活仍然基本以学习为主、课外学习活动单一仍然是一个严峻的问题。

20世纪90年代中期，国家开始实行双休制度，学生每年假期在180天左右，课外时间大幅增加，学生学习负担相对减轻。因此，1994年8月31日中央发布了《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》，强调重视校园文化建设、加强实践环节，并首次在政府层面提出“素质教育”这一理念。随后国家教委、中国科协发布《关于停办各级各类奥林匹克学校(班)的紧急通知》(1995)，强调要严格控制各类竞赛、评奖等活动，继续落实国家教委《关于进一步加强中小学生学习、竞赛、评奖活动的通知》中的有关规定，推行素质教育，建立较完善的减负政策，以铁腕政策停止学校以各种变相形式进行的补课学习等，使学生有时间进行课外生活，丰富课外学习活动。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》(中发[1999]9号)进一步提出，要