

減輕中、小學學生過重負擔， 提高教育質量

廣東省教育廳編

華南人民出版社

**減輕中、小學學生過重負擔，
提高教育質量**

廣東省教育廳編

華南人民出版社

內 容 提 要

一九五四年秋季以後，中、小學校存在學生課業負擔過重的問題。教育部爲糾正這種偏向，曾發出指示，提出提高教育質量的具體辦法。這本書所收集的文字，除了兩篇教育部發布的文件外，還有五篇都是以“減輕中、小學生負擔，提高教育質量”這一問題爲中心的論文，是一般中、小學教師需要閱讀和參考的。

減輕中、小學學生過重負擔， 提高教育質量

廣東省教育廳編

*

華南人民出版社出版（廣州大南路四三號）

廣東省書刊出版業營業許可證粵版字第一號

新華書店廣東分店發行

廣州印刷廠印刷

*

書號：618·757×1092 1/32·1 5/8印張·32,000字

一九五六年二月第一版

一九五六年三月第二次印刷

印數：50,201—75,200 定價(4)一角四分

目 錄

中華人民共和國教育部

關於減輕中、小學學生過重負擔的指示……………(1)

中華人民共和國教育部頒發

“關於小學課外活動的規定”的通知……………(8)

減輕中、小學學生過重負擔，

提高教育質量……………侯俊岩(11)

提高中小學教育質量工作中的

問題和改進意見……………丁 丁(20)

執行“小學教學計劃”，認真貫徹

“減輕負擔”“提高質量”的精神……………郭 林(29)

從鑽研教材改進教法來減輕

學生過重的課業負擔……………上海市復興中學
數學教研組組長 楊榮祥(35)

從各方面改進教學來減輕學生的

過重負擔……………湛江市第二中學 余 光(40)

中華人民共和國教育部

關於減輕中、小學學生過重負擔的指示

中、小學學生負擔過重，是幾年來存在着的一個問題。一九五四年秋季以後，在部分地區和部分學校，這個問題變得更嚴重。

學生負擔過重的程度，各地及各學校不完全相同。一般是大、中城市的學校比小城市和農村的學校負擔重，中學比小學重，高年級比低年級重。在提高教育質量的工作中指導思想有偏差的地方，負擔特別重。

目前學生負擔過重，主要是課業負擔過重。課業負擔過重的情況是多方面的。現用的各科教材有內容過深或分量過重等缺點，使教師掌握教材有困難，使學生學習有困難。不少教師授課講解不清楚不透徹，教學方法不好，學生不能完全聽懂，使學生在聽課、複習、作業、考試等方面，感到困難和障礙，加重了負擔。不少學校領導不深入教學，很少了解授課、學習、作業、考試等情況，就不能防止及糾正負擔過重的現象。這些是幾年來存在着的情況。教材不完善、教師水平不高、學校領導不深入教學，這是幾年來形成學生課業負擔過重的基本原因。

一九五四年秋季以後，發生了新的嚴重情況。主要問題是學生的課外作業繁重和考試多。學生每天忙於應付作業和考試，早起晚睡，中午不休息，星期日也趕功課，經常處在

神經緊張的狀態中。其次是有些學校的某些學科的教學超出教科書和教學大綱的範圍，任意補充教材內容及加快授課進度，使學生接受不了，感到繁難和苦惱（有些學校隨便停課、隨便削減每學期上課的週數，變相地加快授課進度）。還有一些學校，不按照教學計劃的規定，隨便增加上課的節數時數。在課業負擔過重的學校，學習時間普遍超過政務院一九五一年七月所規定的時間。據一九五四年冬季在個別地區的調查，高年級一般每週比規定時間超過五小時到十小時，最多的每週超過二十四小時。

有些課外活動的時間過多，或者活動的方式方法不好，也加重了學生的負擔。團、隊和學生會的幹部，因為兼職多、會議多、任務多，負擔分外重。

一九五四年秋季以後形成學生負擔特重的原因，是由於有的地區的教育行政機關，在提高教育質量的指導思想上有錯誤。就是沒有認真貫徹全面發展的教育方針，忽視學生的健康和思想教育，對於提高教學質量和提高學習質量的要求過急，並採用了一些不切實際的做法。結果，課業負擔就從各方面加重起來。

負擔過重已經產生了很不好的後果：嚴重地損害了學生的身心健康，削弱了政治思想教育。又因為負擔過重使學生只能被動地忙於應付作業和考試，忙於死記硬背，對於所學知識沒有時間複習和鞏固，不能消化及運用，使知識質量也難真正提高。

在學生負擔過重的問題上教育部首先要負責任。教育部對於某些分量過重的教科書沒有及早予以精簡，特別是對提高教師水平等基本問題缺乏具體指導，對於某些地區在提高教育質量工作中的錯誤未堅決督促糾正。總之，對學生負擔

過重問題未及早研究解決。這些嚴重的缺點，決定在今後工作中糾正及補救。

二

學生負擔過重的現象，雖然只發生在部分地區和部分學校，但已經成爲一個嚴重的原則性的問題。各級教育行政部門和各地中、小學，凡是存在着這個問題的，必須堅決地採取辦法，有效地解決這個問題。

解決這個問題的基本辦法是改善教材、提高教師水平、改進學校領導。關於這方面的工作，將另作指示。

除此以外，目前還必須採取以下各種辦法，求得在短時期內迅速地把學生的過重負擔減輕下來。

（一）掌握教材分量和授課進度 各科教材內容和授課進度必須嚴格根據教科書和教學大綱辦事，不准隨便加多及加快。沒有教學大綱的學科，各教育廳、局可在每學期開學前根據各科教材制訂教學進度表供教師用，以便掌握進度。不准隨便停課或隨便削減每學期的上課週數，以免變相地加快授課進度。有些地區制訂的授課計劃綱要等教學資料，如有內容過重或進度過緊情形，應即修正。

糾正丟開教科書另講一套，多抄筆記、大量地旁徵博引、指定學生閱讀分量過多的參考書等做法。

不准超出規定增加（或變相增加）上課的節數時數，已增加者須即改正。

（二）減輕課外作業的過重負擔 要求教師努力鑽研教材和改進教法，做到講課講清楚、講透徹，注重複習、消化和鞏固的工作，指導學生養成先複習好功課然後再做作業的習慣，糾正過去放棄複習而死記硬背地趕作業的偏向。這樣

做，既能提高教學質量，又能使學生在做作業時不致碰到不必要的困難。

- 減少課外作業的分量。中學的生物、歷史、地理、政治等科，小學的自然、歷史、地理等科，不必每課都留書面作業，只在一定段落時留適當的作業即可。有些學科可在課堂教學中留出一定時間進行課堂作業，減少課外作業。各年級各科的課外作業時數和作業分量，學校領導上應加以控制，按週把各年級的自習總時數合理地分配給各科，再由各科教師就所分到的時數安排各該科的課外複習和課外作業，不得超過所分配的時數。

留作業題不准超出教學大綱和教科書的範圍，不准超出學生的實際水平留不必要的難題。糾正匆忙佈置作業的現象，對於所留作業題的目的和要求應有說明，難答的題目應有適當啓發。

授課時間表要妥當排列，繁重的學科和作業較多的學科不要集中在一天，不要排在最末一節。

（三）加強平時的成績考查及改善考試制度 加強平時的成績考查——增加及改進課堂提問、注意日常觀察、必要時舉行簡要輕便的書面考查（關於平時成績考查的辦法教育部將另行規定）。

減少書面考試的種類和次數，只舉行學年考試和畢業考試。在平時成績考查辦法未能正確掌握以前，學期考試可以暫時繼續舉行。因目前條件不具備，統一考試一般不宜實行。有的地區自編的授課計劃綱要中規定了過多的考試或測驗，須即修正。

出考試題必須以教科書或教學大綱為標準，不准超出標準多出試題或出深僻的難題。評分應有正常的尺度。不能過

苛過嚴（也不能過寬）。

（四）改進課外活動 校內的課外體育鍛鍊、文娛活動、生產勞動、課外研究、校會、班會以及校外社會活動，完全由學校行政統一領導和安排，校外各方面不得直接向學校佈置各種活動。

適當地加強體育鍛鍊和文娛活動，以調劑學生的腦力勞動，減少學習中的疲勞，增進身心健康。

課外體育鍛鍊應同體育課密切結合，推行勞衛制應根據循序漸進原則分別不同年級規定不同要求（不能要求過急），在體育鍛鍊中切實避免傷害事故。文娛活動應適合青年和兒童的特點，採取青年兒童喜愛的多種多樣的形式，避免形式主義及千篇一律。生產勞動要適合學生的年齡特徵及教育要求，避免過重的體力勞動。課外研究每人只參加一種，程度低的學生不參加。取消晨會，校會一月一次，班會兩週一次，並改進內容和方法，使能確實收到時事政治教育和思想品德教育的效果，並使學生感到輕快。校外社會活動以不妨礙教學和健康為原則。

團、隊活動在學校中是貫徹政治思想教育的重要的一環，應加強與發揮其作用。各級教育行政部門和學校領導須同青年團各級領導共同商量，採取辦法改進團、隊的活動，減輕學生中團員的過重負擔，糾正上級團委各部門對學校團、隊多頭佈置工作的現象，特別要採取辦法確實減輕團、隊幹部的兼職多、會議多、任務多等負擔。

凡學校內各個系統（團、隊、學生會、行政、體育、衛生等等）存在着組織繁多和重疊的地方，必須進行整頓（該合併的合併，該取消的取消，該精簡的精簡），從根本上解決學生幹部兼職多及會議多的問題。不應把學生當作行政幹

部使用，糾正讓學生兼做某些行政工作的現象。

凡身體弱或程度低的學生，應酌量免除或減少他們的某些課外活動。

(五) 遵守作息時間，保證學生的睡眠和休息 學生的學習時間、課外活動時間、社會活動時間、睡眠時間，必須嚴格遵守政務院一九五一年七月的規定。

高中每日上課時間和自習時間不超過九小時，初中不超過八小時，小學高年級不超過六小時。

體育鍛鍊、課外研究、生產勞動、班會、校會等活動時間每週不超過四小時（中、小學同），社團活動（包括文娛活動和校外社會活動的時間在內）高中每週不超過三小時，初中不超過二小時，小學不超過一小時半。

保證中學生每天九小時睡眠時間，小學生每天十小時睡眠時間，並在夏季增加午睡時間。

保證學生星期日和星期六夜晚完全休息。

在安排時間上，應盡量每天留出一部分時間來作為學生自由支配的時間。

佈置各種課外活動不得佔用學習時間，不得佔用學生的睡眠時間、休息時間和自由支配時間。

(六) 學校領導必須經常了解及檢查課堂教學、課外作業、考試、授課內容分量、授課進度、課外活動、作息時間等情況。隨時發現及解決問題，糾正偏向。

* * *

爲了貫徹上述各種辦法，必須批判在提高教育質量中的錯誤認識和錯誤做法，才能使減輕學生負擔沒有思想障礙。

提高教育質量工作中的錯誤，主要來自領導。領導方面對教師應着重進行正面的啓發，使他們了解學生負擔過重的

危害性，了解在教學工作中那些做法是對的、那些是不對的，讓他們自覺地改正教學中不對的地方，有效地減輕學生的過重負擔，繼續為提高教育質量而努力。

三

檢討學生負擔過重現象及批判在提高教育質量中的錯誤，不是否定提高教育質量工作及工作成績，而正是為了使這項工作能够健康地進行，做得更好。

減輕學生過重負擔不是降低教育質量。因此，如果發生另一方面的偏差，如隨便變更教學計劃、削減教材內容、拉長授課進度、作業和考試過分減少或過分容易等，也是錯誤的。

減輕學生過重負擔是爲了使學生學習得更好，不是提倡學習上的馬虎、偷懶、取巧。學習要經過艱苦的勞動才能成功，學生必須用功學習。

在執行這個指示時各地各學校應從自己的實際出發。凡問題較嚴重的地區或學校，必須嚴格按照指示的精神具體貫徹。凡學生負擔基本上不重的地區，不必盲目地佈置減輕負擔，但須在幹部和教師中學習討論指示，避免今後發生學生負擔過重的問題。

師範學校若有學生負擔過重情況，也應貫徹這個指示。

一九五五年七月

中華人民共和國教育部頒發 “關於小學課外活動的規定”的通知

教育部已經公佈了“小學教學計劃”，並發出指示，要求全國各小學切實遵照執行。現在爲了配合“小學教學計劃”的執行，並作出“關於小學課外活動的規定”。原“小學（四二制）教學計劃（草案）”中的“課外集體活動”的規定作廢。即希各級教育行政部門轉知所屬小學，一體依照這次的規定，配合“小學教學計劃”，支配課外活動的時間和內容，切實進行，以使課堂教學的成果鞏固和擴大，並使智育、德育、體育、美育和基本的生產技術教育充分地獲得全面發展。

關於小學課外活動的規定

一、每週集體活動時間：

（一）課前操（或課間操）和清潔檢查每週共90分鐘。

（二）課外集體活動每週共120到240分鐘。

二、每週集體活動的內容和方法：

（一）課前操（或課間操）和清潔檢查的時間，每天合計15分鐘。

1.課前操（或課間操）原則上以“少年兒童廣播體操”爲教材。在春、夏、秋三季可作課前操。冬季可在第二節課後休息時間作課間操，二部制的下午班亦可作課間操。學校規模較大的，如有條件，可將一、二年級和三、四、五、六年級的課前操，分開進行。

2.清潔檢查，專檢查學生的清潔和健康狀況，在課前操之後，由各班各自進行。必須有記錄。對不清潔的學生，應設法使他清潔；對不健康的學生，應注意給予矯治。

(二)課外集體活動包括：校會、班會、少年先鋒隊活動，體育鍛鍊、生產勞動、學習小組和社會活動等（社會公益活動和參加少年宮、少年之家……等校外機關的活動）。這些集體活動，看活動的性質：有的可以以各班為單位進行或全校共同進行；有的可以以少先隊的小隊、中隊、大隊為單位進行；有的可以分小組進行。各種課外集體活動，除了校外機關活動有人指導之外，其餘都應在教師指導之下，有計劃地進行；並且必須依靠學生的組織，發揮學生的主動性、積極性和創造性。其大要如下：

1.校會、班會：校會全校共同舉行，由校長主持，每月至多一次；班會每班分別舉行，由班主任主持，以每兩週一次為原則。校會班會的內容：主要作時事報告或本校本班重大事項的簡要報告；也可以開講演會、故事會、詩歌朗誦會以及作其他文娛活動等。紀念節日舉行紀念會可佔用校會時間。校會每次以40分鐘為原則。班會的形式和內容都應以適合於學生的年齡特徵，使學生得到實際的教育，避免流於形式，並應防止開“批評會”等對成人所用的方法。每次班會以40分鐘為原則。參加校會或班會的，停止參加當天的其他課外活動。

2.少先隊的活動：除隊員參加外，並應吸收非隊員參加。參加隊活動的，停止參加當天的其他課外活動。

3.體育鍛鍊：分小組（例如以7人到14人為一組）進行。在一定的時間內，由各組指定的小組長領導本組組員活動。教材以課內體育教材的練習為主。每組每週活動兩次或三次。

4.生產勞動：分小組進行。在一定的時間內，由小組長

領導活動。教材要和課內的自然、手工勞動各科教材配合。栽培活動，視實驗園地的面積而定：面積大的，可以各組各管一區，自行種植、培養；面積小的，可以每若干組共管一區，在種植後，按日輪值工作。每組每週活動一次或兩次。

5.學習小組：看各校的條件分設唱歌、圖畫、文學、工藝（某一種）、自然、地理、歷史……各小組（最多以20人為一組），原則上由高年級學生志願參加（由擔任該組教學的教師批准。功課較差的學生不參加）。唱歌、圖畫、工藝各小組，在中年級也可組織學習。一般每人只能參加一組，在各該組教師的指導下進行。教材由教師在課內各有關學科的基礎上予以提高，自行制訂。每組每週活動一次。條件不具備的學校，可不設學習小組，增加“生產勞動”或其他文娛活動。

6.社會活動：社會公益活動，由教育行政部門在必要時統一佈置，組織四年級以上學生參加。其內容應該是有教育意義，為學生力所能做，不妨礙學習和健康並注意安全的教育。參加者“每人每週最多不超過一小時半”。參加社會公益活動的，停止參加當天的其他課外活動。少年宮、少年之家的活動，由少年宮、少年之家組織學生在課外參加。參加少年宮、少年之家活動的，得停止同時間的其他課外活動。

（三）課外集體活動，在一般的小學、中心小學和高級小學原則上每天都應該進行，例如每週進行六次，每次40分鐘，共計240分鐘。二部制和初小複式班或條件確有困難的學校，可酌量減少；但是每週最少也得進行三次（間日一次），共120分鐘。

三、除上述有組織的集體活動時間外，每天的其餘時間，應讓學生各自自由活動，不得任意組織學生作其他集體活動，以免學生沒有自由活動時間。

減輕中、小學學生過重負擔，

提高教育質量

侯俊岩

一

最近教育部發佈了“關於減輕中、小學學生過重負擔的指示”，這對改進我們中學教育工作，進一步貫徹全面發展教育方針，積極穩步地提高教育質量，將發生重要的作用。

學生負擔過重，是幾年來長期存在的一個問題。一九五四年年末中學教育工作彙報會後，不少省、市教育廳、局和學校，已開始重視這個問題，並採取了若干措施，情況也有了不同程度的改變，但學習負擔過重的現象，一般講來，仍是相當普遍地存在着。這就是：課外作業繁重，考試頻繁，課外活動和會議過多，團、隊和學生會的幹部兼職也多，加以有的學校擅自改變國家規定的教學計劃，隨意增減科目、時間，因而使得學生忙於趕作業、應付考試，為此不得不開“早車”、“晚車”，常常星期日也得不到休息，經常處在過度緊張的狀態中。

由於學習負擔過重，學生的健康受到影響，患病率增加，因病退學和休學的也多了。據了解患病的又以失眠、頭痛、神經衰弱、消化系統疾病為多。不少學生的視力也有些減退。

由於學習負擔過重，許多學生便沒有時間和精力學習時事政治，閱讀一些必要的課外讀物，這樣不關心政治的現象

也出現了；有的學生雖然終日忙於作業和考試，考試的成績反而不好，甚至因此在學習上失掉信心，產生悲觀失望的情緒。

由於學習負擔過重，還要參加課外活動，有些學生便對課外作業採取敷衍塞責、粗枝大葉的態度，甚至還出現了抄襲作業的現象。由於學生對所學知識沒有時間複習和鞏固，不能做到真正理解和掌握，學習質量也難於真正提高。如有的學校，提問學生一週內講的功課還能勉強答上；提問一月內講的功課就有很多問題答不出來；提問半年以前的功課，學生差不多全忘掉了。

學習負擔過重所產生的這種嚴重後果，不僅是違背了全面發展的教育方針，還影響到我們中學教育的目的任務的達成。這一問題已經成爲一個嚴重的原則性問題，必須從各方面採取有效措施，力求徹底解決。

二

產生學生學習負擔過重的原因是多方面的，是錯綜複雜的，而且各種因素是互相作用、互相影響着的。其中除教學大綱、教科書的內容存在着問題外，大體還有以下幾個基本原因：

（一）教育方針是學校進行一切工作時的最根本的指導原則，學校工作離開方針的指導，將會犯原則上的錯誤。但是目前有些領導幹部和教師，對中學教育目的任務和全面發展教育方針，認識還不够明確，他們把提高教育質量，錯誤地理解爲單純提高“知識質量”，從而忽視學生的健康和思想政治教育，忽視培養他們愛好藝術的興趣和欣賞藝術的能力，也就是忽視學生的全面發展。有的教師仍存在單純爲了升學

的錯誤思想，教師怕學生考不上學校，就超越教學大綱和教科書的範圍任意補充教材內容或加快講授進度，隨便增加作業題與多留難題；由此教師之間也出現了“爭奪市場”（編者按：指爭奪學生的時間）的現象，這就必然使學生負擔過重，影響健康。有的教育行政領導幹部，由於對方針政策鑽研的不夠，體會的不深，在實際貫徹全面發展教育方針提高教育質量工作中，沒有抓住提高教師提高領導幹部這一主要環節，加上對提高教育質量應掌握積極穩步的精神領會不足，因而在佈置工作時，忽視學校基礎的不同和教師情況的各異，只急躁地對學生知識質量提出過高的要求，而放鬆了提高教師的工作。因此也促使一些學校的教師，不從鑽研教材、改進教學方法入手提高課堂授課質量，而是脫離實際地提出“學習指標”“爭取達到××分”“消滅××分”的錯誤口號和作法，使學生感到功課繁重和精神緊張。

（二）有些教師對認真鑽研教材內容、改進教學方法、正確地組織教學過程都做的不夠。這表現在：有些教師課堂上講解的不清楚、不透徹，不善於啓發學生的積極思維和培養學生獨立工作的能力，也很少在課堂上注意鞏固學生既得知識；有些教師忽視了課堂教學方法多樣化的原則，使課堂的教學組織、結構和方法陷於公式化、一般化；不少教師忽視平時考查，過多地加重書面考試；有些教師佈置課外作業，事前很少研究選擇，佈置時又缺乏必要的說明與提示，課外又沒有必要的指導；這樣都使學生在聽課、複習、作業等方面，增加了困難和負擔，直接影響到學生鞏固地系統地掌握科學基礎知識、技能和熟練技巧，影響到教育、教養任務的完成。

（三）辦好學校，校長是起着極其重要的作用的，也就