

未成年人的学习与学校生活（5）：学业压力

最后更新：2008-3-13

1. 半数多中小学生在在校时间超标

全国少工委办公室、中国青少年研究中心2005年“当代中国少年儿童发展状况调查”显示，54.9%的城市小学生、57.9%的农村小学生，56.9%的城市初中生、65.6%的农村初中生每天在校的时间超标。虽然与1999年相比，2005年小学生和中学生在在校时间的超标比例均有所缓和，但超标人数仍然过半（见表9）。

表9：少年儿童在校时间超标情况（%）

年级	国家规定时间	1999年超标比例		2005年超标比例	
		城市	农村	城市	农村
小学	6小时以下	67.0	64.6	54.9	57.9
初中	8小时以下	60.5	61.6	56.9	65.6

2. 中小学生学习时间超标人数过半

全国少工委办公室、中国青少年研究中心“当代中国少年儿童发展状况调查”发现，无论是平日还是周末，中小学生在写作业时间上的超标比例均超过一半。

小学1年级-3年级学生中，1999年平时作业超标比例城乡分别为67.2%和45.6%；2005年，平时作业超标比例城乡分别为69.2%和61.2%，周末作业超标比例城乡分别为76.0%和79.8%。

小学4年级-6年级学生中，1999年平时作业超标比例城乡分别为36.8%和26.3%；2005年，平时作业超标比例城乡分别为63.0%和52.5%，周末作业超标比例城乡分别为70.9%和70.4%。

初中生中，1999年平时作业超标比例城乡分别为20.6%和20.1%；2005年，平时作业超标比例城乡分别为55.0%和41.3%，周末作业超标比例城乡分别为65.7%和54.6%。

从上述数据看，无论是学习日还是周末，2005年中小学生学习时间超标要远远高于1999年。可见，几年来，中小学生的作业负担有增无减，而且，在小学生中，作业超标时间近几年来城乡差距渐渐缩小，农村少年儿童的学业压力也变得越来越重。

注：国家规定小学1年级-3年级学生平时家庭作业时间为30分钟以内，小学4年级-6年级学生平时家

庭作业时间为1小时以内，初中生国家规定时间是1.5小时，但本次调查统计数据是超过2小时。

3. 对待每周上课时间，中小學生心态矛盾

2005年 中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查显示，小学生一个星期上课时间超过五天的达到32.6%，中学生一个星期上课时间超过五天的更是高达71.6%。而期望将上课时间控制在五天以内的小学生有82.0%，中学生有72.2%。这表明，大多数学生认为现在的学习时间过长，期望能够缩短学习时间。但是，同时又有76.3%的小学生、64.0%的中学生认为学校补课增加学生的学习时间是合理的，86.5%的小学生、75.3%的中学生认为学校补课可以提高学生的学习成绩。这两组看似矛盾的数据，恰恰表明了学生内心的矛盾和困惑，一方面他们渴望减轻学习负担，过快乐的生活，另一方面，面临激烈的小升初、初升高及高考竞争，他们又不得不通过延长学习时间来提高学习成绩。

4. 近15%的中小學生课间活动时间“不活动”

2003年，中国青少年研究中心“城市少年儿童生活习惯研究”调查发现，在课间休息时，“每节课间都出来”的有22.7%，“大部分课间出来”的32.2%，“有时出来”的29.4%，“很少出来”的12.4%，“从不出来”的2.4%。课间活动作为防止和缓解大脑疲劳的有效方法，被相当一些学生忽视了。而且越是感到学习负担重的学生课间出来活动的越少

2005年，国家统计局“中小学学生学习生活状况专项调查”结果显示，我国中小学学生放学后在校内的自由活动时间也不多。中学生放学后在校内的自由活动时间平均为37分钟。37%的中学生放学后没有在校内的自由活动时间，19%的中学生自由活动时间在半小时之内。小学生放学后在校内的课外活动时间平均为29分钟。

调查还显示，中学生的平均午休时间为96分钟，其中，高中生为102分钟，初中生为84分钟。有60%的中学生有两个小时以内的午休时间，午休时间在一小时以内的学生为16%。

可见，有必要提高学生认识，开发课间的体育运动功能，充分利用课间的积极作用。

5. 七成多中小學生认为“考试带来的压力太大”

2005年中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查中，对于“考试带来的压力太大”这一陈述，71.6%的中小學生持赞同意见。调查还发现，赞同“考试带来的压力太大”的中小學生人数比例随着年级的增高而逐步增加，至高一年级后这一比例趋于稳定：小学四年级35.7%、小学五年级47.4%、小学六年级66.9%、初二79.3%、初三83.5%、高一89.5%、高二85.8%、高三85.4%、职高84.9%。而且，对该选题持赞同意见的城市学生比例明显高于农村的学生：城市小学生为52.2%、农村小学生为46.2%；城市中學生为87.9%、农村中學生为80.0%；调查同时发现，对该陈述持赞同意见的独生子女的比例高于非独生子女：小学独生子女为52.1%、小学非独生子女为45.2%；中学独生子女为87.8%、中学非独生子女为80.6%。

数据表明，考试给我国中小學生的巨大压力非常普遍，这一现象不容忽视。

6. 升学考试竞争激烈是中小學生对未来的最大担忧

2005年中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查显示，近七成中小學生担忧升学考试竞争太激烈，但六成以上的小學生、三成以上的中學生赞同通过考试升入初中。

中小學生对未来的担忧不容忽视。当被问道“你觉得自己未来生活中将面临哪些主要困难（限选三项）”时，升学考试激烈、考不上好大学、学费高、找不到好工作等成为中小學生主要担心的问题。其中，有66.9%的中小學生担忧升学考试太激烈，有41.2%的中小學生担忧考不上好大学。随着年级的增长，

对升学考试太激烈的担忧也在逐渐递增：小学四年级50.2%、小学五年级58.5%、小学六年级64.2%，初二69.4%、初三75.3%。而且，对这一问题的担忧城市学生明显高于农村的学生：城市中学生为76.6%、农村中学生为66.1%；城市小学生为66.7%、农村小学生为45.2%。尽管如此，仍有63.1%的小学生赞同通过考试升入初中，36.9%的中学生赞同通过考试升入高中。中学生赞成最多的是综合衡量排名入学（47.7%）。

7. 高考模式是高中生非常关注的问题

2005年中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查显示，高考模式是高中生非常关注的问题。38.4%的高中生赞成学生向高校提出申请，高校根据其综合表现来招生；21.7%的高中生赞成全国统一考试、全国统一分数线；14.9%的高中生赞成全国统一考试、各省（区、市）分别划定分数线；10.5%的高中生赞成全国重点学校直接面向全国考试招生；9.0%的高中生赞成各省（区、市）分别考试、分别划定分数线；5.5%的高中生赞成所有高校自主考试招生。

8. “学习压力大”“不被人理解”是中小学生们的主要烦恼

2005年中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查显示，57.6%的中小学生因“学习压力大”而苦恼。中小學生普遍体验到苦恼的事情主要集中在以下8个方面：学习压力大（57.6%）、不被人理解（53.9%），其次是成绩不好（38.7%）、没时间玩（33.9%）、遭受不公平对待（28.2%）、家庭不和（24.0%）、有困难没人帮助（23.8%）、同学关系不好（21.7%）。其中，“学习压力大”成为占据中小学生烦恼的首位，近六成学生因为学习问题烦恼。

另据国家统计局2005年“中小学学生学习生活状况专项调查”结果显示，多数中学生认为自己的课业负担“比较重”或“过重”，二者的比例合计占全部中学生的58%。中学生每天在步入校门时心情“愉快”和“平静”的比例接近三分之二，超过三分之一的中学生感到“郁闷”、“紧张”、“疲惫”、“厌烦”、“焦虑”或“恐惧”。不同年级中学生步入校门时的心理感受相近，其中感觉“郁闷”和“疲惫”的中学生比例均达到10%。高三学生感觉“疲惫”的比例最高，为18%。

2003年中国青少年研究中心“城市少年儿童生活习惯研究”调查显示，城市初中生学习压力明显超过小学生。在平时感觉“学习负担重”的初中生比例为48.0%，比小学生（28.4%）超出近20个百分点；感觉“学习负担一般”的初中生和小学生分别占41.5%和47.4%；感觉“学习轻松”的初中生比例仅为10.4%，比小学生（24.3%）低近14个百分点。

9. 中小学生对快乐和苦恼的体验普遍与其学习有关

2005年，中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题调查显示，当被问到“你通常在什么事情上最容易感到幸福和快乐（限选三项）”时，42.4%的中小学生因“学习成绩提高”而感到快乐和幸福。面对“生活过得好”、“上网”、“家庭和睦”、“受人尊重”、“学习成绩提高”、“玩得痛快”、“得到父母表扬”、“得到老师表扬”、“实现了目标”、“做了好事”、“有充足的零花钱”、“其他”等多个选项，中小学生们认为，最快乐最幸福的两样事情是：实现目标（48.7%）和学习成绩提高（42.4%）；比较容易让中小學生有快乐和幸福体验的两样事情是：受人尊重（39.2%）和家庭和睦（37.3%）；其次是：上网（27.0%）和得到老师的表扬（23.0%）。而玩得痛快却被排在第七位（19.2%），这种现象值得人们深思。

10. 三成多中小學生认为父母在学习方面施加的压力较大

2005年，中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”调查显示，对来自父母在学习方面所给的压力，中小學生们感觉“非常大”、“比较大”的比例分别为6.5%、23.7%，感觉“不太

大”、“不大”的比例分别为44.7%、25.1%。其中，中学生感觉压力“非常大”、“比较大”的比例分别为7.2%、27.9%，小学生感觉压力“非常大”、“比较大”的比例分别为5.5%、16.5%。

数据说明，我国中小学生在除了功课本身的学习压力外，还要承受来自父母所给的学习压力，而中学生所承受的来自父母的学习压力更为沉重。

11. 城市独生子女学习压力大更易感觉孤独

1996年，中国青少年研究中心“中国城市独生子女人格发展现状与教育”调查显示，学习压力大的城市中小学生独生子女更易感觉孤独（见表 10、表 11）。

表10：独生子女的学习压力（%）

题目（N=3275）	比较/非常符合	不太符合	很不符合
我感到学习压力很大	43.6	38.8	17.6
我讨厌考试	39.7	34.5	25.8
我不喜欢考试后排名	53.7	27.5	18.8
我没有时间做我感兴趣的事情	38.2	38.3	23.5

表11：学习压力与独生子女的孤独感（%）

学习压力分组	孤独感分组	
	低分组	高分组
低分组	89.8	10.2
中等分组	80.1	19.9
低分组	65.5	34.5

资料来源：

[1]1996年中国青少年研究中心“中国城市独生子女人格发展现状与教育”相关资料均来源于《培养独生子女的健康人格》，孙云晓、卜卫主编，天津教育出版社1999年6月第4版。

[2]1998年中国青少年研究中心、北京师范大学教育学院、北京出版社共同主持的“中小学生学习与发展调查研究”课题相关资料均来源于中国青少年研究中心《中小学生学习与发展调查研究报告》及孙云晓、郑新蓉主编的《21世纪教师与父母必读》，北京出版社 2006年1月版。

[3]全国少工委办公室、中国青少年研究中心1999年、2005年两次“当代中国少年儿童发展状况调查”资料分别来源于由中国少年儿童出版社2000年1月出版、孙云晓主编《新发现——当代中国少年儿童报告》一书及中国青少年研究中心2005年“中国少年儿童发展状况调查”数据统计报告。

[4]“中国少年儿童素质状况”抽样调查相关资料均来源于中国儿童中心《中国少年儿童素质状况抽样调查报告》（摘要），2001年6月。

[5]2003年中国青少年研究中心“城市少年儿童生活习惯研究”，中国青少年研究中心·少年儿童发展蓝皮书《孩子健康生活的6个要领——来自中国城市少年儿童生活习惯研究报告》，孙宏艳、关颖主编，北京出版社，2005年1月出版。

[6]2005年中国青少年研究中心“中国青少年学习和生活的现状与期望”课题相关资料均来源于中国青少年研究中心2005年《中国青少年学习和生活的现状与期望数据统计报告》。

[7]2006年“中国青少年思想道德状况调查”相关资料均来源于中国青少年研究中心2006年中国青少年研究中心“中国青少年思想道德状况调查”数据统计报告。

[8]“中小学学生学习生活状况专项调查”相关资料来源于《研究参考资料》2006年第16期《中小学学生学习生活状况专项调查报告》，国家统计局社会和科技司，彭非。

撰稿：王小静

摘编：王小静

责任编辑：孙宏艳

（中国青少年研究中心少年儿童研究所供稿）

[\[返回首页\]](#)[\[关闭窗口\]](#)



版权所有 京ICP备05031004号

地址：北京市西三环北路25号 邮编：100089

编辑部：86-10-88422055 电子信箱：louke11@yahoo.com.cn

