



中华人民共和国国家标准

GB/T 17223—1998

小学生一日学习时间卫生标准

Health standard of daily learning time for elementary
school children

1998-01-21 发布

1998-10-01 实施

国家技术监督局 发布
中华人民共和国卫生部

前 言

为防止学生学习负担过重,使小学生日学习负荷量有利于儿童健康成长,根据《学校卫生工作条例》的有关规定,通过对不同年级小学生进行一学日中各学习阶段的定量负荷实验,采用剂量作业校字法逐节课测试群体工作能力,并在此基础上制定出小学生一日学习时间卫生标准。预期这对学校提高教学质量,改善学生健康状况将起到积极的作用。

本标准从1998年10月1日起实施。

本标准由中华人民共和国卫生部提出。

本标准由同济医科大学公共卫生学院负责起草。

本标准主要起草人:杨培鑫、周德。

本标准由卫生部委托北京医科大学儿童青少年卫生研究所负责解释。

中华人民共和国国家标准

小学生一日学习时间卫生标准

GB/T 17223—1998

Health standard of daily learning time for elementary
school children

1 范围

本标准规定了小学生一日学习时间及有关要求。

本标准适用于我国普通教育全日制小学校,其他类型的小学校应参照使用。本标准不适用于伤、病、残、康复与发育异常的特殊儿童。

2 定义

本标准采用下列定义。

2.1 一日学习时间 daily learning time

学生在一天中上课、自习和家庭作业时间,不含课间休息及课外文娱体育活动的時間。

2.2 家庭作业 homework

任课老师布置给学生的课外作业。

2.3 学习时间调剂 adjustment of learning time

为照顾小学一年级学生的生理特点和适应新的学习生活环境,对每节课时间予以调节。

2.4 课中活动 physical activity during class

在教室内上课中进行的短时肢体活动。

3 一日学习时间

3.1 小学一、二年级学生的一日学习时间不宜超过 4h,三四年级不宜超过 5h,五、六年级不宜超过 6h。

3.2 小学生每节课时间为 40(或 45)min。

3.3 自习和家庭作业时间,二年级小学生不宜超过 45min,三、四年级不宜超过 60min,五、六年级不宜超过 90min。一年级不宜留家庭书面作业。

4 有关要求

4.1 小学一年级每节课不宜超过 35min,为与其他班级上下课时间相协调,应增加短时课中活动或休息,以调剂学习时间。

4.2 小学生每日的睡眠时间,一、二年级不宜少于 10h,三至六年级不宜少于 9h。

4.3 小学生应每天安排课间操,每周应安排三次以上课外体育活动。