编者按

近期，“中小学教师课外负累重”问题引发社会广泛讨论。在社交平台上，不少自称中小学教师的网友称：除负责教学外，平时更多时间、精力都用来应对不属于本职工作的任务，如学校公众号更新、整理会议材料、各种App打卡等。

根据教育部发布的《2022年全国教育事业发展统计公报》，全国共有义务教育阶段（小学初中）学校20.16万所，专任教师1065.46万人，在校生1.59亿人；普通高中1.50万所，专任教师213.32万人，在校生2713.87万人。

中小学教师课外负累重是否已成普遍现象？有何危害？是什么导致了中小学教师课外负累重？又该如何依法解决这一问题？为此，记者进行了深入调查采访。

“能否给老师也减减负，让我们专心教书”

中小学教师课外负累重调查

□ 本报记者 孙天骄 张守坤

前不久，于桃决定从学校辞职。去年8月，于桃入职江苏一所乡镇的公立小学，成为一年级语文教师和班主任，仅仅过去2个学期，她就感到“受不了了”。

“学校几乎每周都会让班主任统计数据做一些表格，如统计学生户籍、统计参保情况等，还有迎接检查搞卫生，甚至社区和保险公司、银行的活都丢给老师做。对于年轻教师，学校还要求按时完成论文、课堂笔记、心得、硬笔字练习等，这占用了大量课外时间，也让我很难有时间去提高教学能力。”于桃说，课外负累之重，让她感到十分焦虑，几乎处于崩溃边缘，最终，她选择了辞职。

于桃的经历并非个例。来自北京、陕西、河南、安徽等地10位中小学教师近日接受《法治日报》记者采访时均表示，在日常教学任务之外确实存在大量课外负累。有受访教师无奈地说：“原本当老师只想教书育人，当了之后才发现，教书竟然成了占比最小的那个环节。”

教学之外各种事务缠身 表格填不完材料写不完

“我是教育学研究生毕业，从小就对当老师抱有很大的热情。但是当了老师后才发现，一线教师真的特别辛苦。”在山东某公立小学担任低年级语文老师的肖漫说，她每周上18节课，加上负责孩子们多个早读、午餐、午练、课后延时等，工作日在校平均每天的工作时长超过10个小时。

但对她而言，上课教学反而是最轻松的，课外工作压力更大，“不定时突击检查卫生，不合格通报扣绩效；上级领导视察、外单位参观，忙接待、准备材料；市里活动配合宣传；重要会议和活动，学校所有老师都要上阵……”

在社交平台上，记者以“教师课外任务”等为关键词进行检索，发现像肖漫一样吐槽课外负累重的中小学教师不胜枚举。

陕西某中学初二班主任冰淼在成为一名老师之前，对教师行业的预期是：教书育人、工作氛围简单、有假期特别是寒暑假。然而，当了老师后她才发现，现实和预期背道而驰——假期经常被安排各种培训；除教学任务外，学校还给老师安排了很多额外任务，包括各种公开课、赛教（指教师参加的各种与教育教学活动有关的比赛）、教案评选以及配合相关部门到学校开展宣传等。

“这些工作都要求留痕，且与年底考评直接挂钩，导致有填不完的表格、写不完的材料。”冰淼细数道，仅今年开学以来，其就组织所在班级学生参加过手抄报比赛、班级文化建设评比等，几乎每天都要在家长群里发各种文件并收集反馈，如青少年科普知识竞赛、青少年近视防控知识问答等。“课外事务量已经远超教学任务，真是太可怕了！”

“一节非学科类公开课，和教学内容可以说毫无关系，就耗费了我一个半月精力，那段时间正常的课堂教学效果也变差了。”京津地区一名小学三年级班主任王莉说，为了参加区里举办的某项公开展演比赛，校领导直接告诉她“教学工作可以放一放，先把比赛搞好”。“光是公开课的初稿，我就弄了不下10版，每天放学我都会被留下汇报进度，领导提出修改意见，那段时间我的精神压力特别大。”

“初稿完成后，就是制作课件，前前后后又修改了5遍。课件弄好后，就要组织学生排练，台词、动作、小道具制作、PPT放映、外景视频录制……好不容易表演完了，领导又让我写一篇心得体会和大家交流，做一期相关公众号，这事才尘埃落定。”王莉无奈说道，这种与教学无关的公开课，每学期都会有两三节，再加上填不完的表格、应付不完的检查，重心已经越来越偏向非教学任务，“能否给老师也减减负，让我们专心教书”？

不堪压力导致身心俱疲 很多老师哭过甚至辞职

“每天有4节到6节课，备课压力很大，上完课还有课后延时服务，要比其他人在学校多待两三个小时才能回家。”李萱是河北某小学五年级班主任，也是两个班的语文和道法老师。让她无奈的是，除教学任务，她还要承担检查学生宿舍、引导学生食堂有序打饭，参与文明班级评比、文明校园建设、防灾减灾、文明城市创建等活动，“我和同事们还上街去捡过烟头、打扫卫生”。

“每天又累又睡不着，身体很乏，可一闭眼又想着第二天该怎么上课，两个班教学进度怎么安排，想着想着，思维又跳跃到怎么应付各种督查检查上去了。不知道说什么了，真的太累了。”李萱说。

繁重的课外任务，让不少中小学教师直呼“身心俱疲”。

“感觉教书完全变成了老师的副业，无穷无尽的琐事填满了老师的工作生活，形式主义甚至让教学都变得不再纯粹务实。”于桃说，“本来班主任工作就很繁重了，课时量也很大，我教语文的同时学校还安排我教劳动、书法、道法，身体、情绪不可避免地出现了问题。”

压力有时还来自一些家长。让于桃印象深刻是，一次放学，一名学生被其妈妈接走了，来接孩子的爸爸不知情，以老师弄丢了孩子为由，大声辱骂了于桃很久。而她就此事向校方反映时，只换来一句，“下次把孩子看好”。

冰淼告诉记者，各种繁杂事务堆积下，她及身边不少同事都不堪重负，办公室里十几名老师基本因压力大而哭过，学校近几年有多位青年教师因忍受不了课外负累重而选择辞职。

“现在非常不快乐。”入职5年多，现任河南某小学主科教师兼班主任的莫默告诉记者，其最初在乡镇小学教书时感觉工作非常快乐，基本只专注于教学本身，但几年前调到市区学校工作后，她发现“一切都变了，老师在教学之外竟然还要应对那么多课外事务”。

“形式主义严重，各种活动、常规检查要求多，遇到领导检查，还会影响到正常上课，要带着学生去打扫卫生。这些情况和我的初衷完全背离，有段时间我回到家经常崩溃大哭。”莫默说，怎么才能屏蔽那些校外的任务，让老师安心上课呢？

承担职责任务愈发宽泛 降低职业认同感幸福感

在多位业内专家看来，中小学教师课外负累过重问题其实早有端倪，教育界、学术界近年来一直在关注和呼吁，但始终没有得到根本改善，值得深思。

北京外国语大学法学院教授、中外教育法研究中心主任姚金菊说，根据对我国河南、山东、广东、湖南等31省中小学教师的工作情况调查发现，中小学教师每周实际工作时间平均为54.5小时，远超劳动法“平均每周工作时间不超过四十四小时”的规定。而工作总时长中有约四分之三的时间被非教学任务占据。开会、填写各类报表、家校沟通、迎检工作、社会性事务、学校管理、各类App打卡等非教学任务大量占用教师工作时间和精力。

“这一现象与长久以来教育所承载的功能越来越多息息相关，课外负累过重不仅导致教师投入备课和教学的时间和精力锐减，教师教学质量下降，学校教学秩序混乱，而且降低职业认同感和幸福感，阻碍教师发展，甚至可能导致个别教师采取极端行为，产生不良社会影响。”姚金菊说。

首都师范大学教育学院教育政策法律与研究院副院长蔡海龙认为，这一现象实际上反映了对教师的使用管理与其本身专业人员身份之间存在不匹配。现行教师法将教师的身份规定为“履行教育教学职责的专业人员”，而在实践中，随着人们对教育的期待越来越高、越来越多，学校和教师被要求承担越来越宽泛的职责任务。特别是那些明显与教育教学无关的摊派任务，因其与教师作为专业人员身份之间存在巨大落差，很容易让教师产生“课外负累过重”的感觉。

姚金菊指出，当下教师的负担大致可分为两类，一是与课业完全无关的行政任务，二是与课业相关的特殊任务，二者应区分而论。

“与课业完全无关的行政任务包括迎检工作、流于形式的教研活动、培训活动等，大部分此类任务并非出于教书育人和教师发展的目的，而是来自上级的硬性要求，多流于形式主义。”姚金菊说，针对此类任务，应严格落实“减负清单”，明确哪些工作是需要校长做的、哪些是需要班主任做的、哪些是需要专任教师做的、哪些是需要学校职员做的，以及哪些是需要拒于校门之外的。

而与课业相关的特殊任务包括实验课程反复录制、大量时间和精力用于教案评选等。严格意义上，此类任务可以归为教育教学辅助任务，任务中蕴含着教育行政部门和学校对教师教育教学工作的评价和要求，教师付出更多的时间和精力可以提高其教学水平，从而提高教学质量。应正视此类任务，发挥正向功能，在任务过程中不断反思完善，提升自己的教育教学水平和能力。

呼吁为中小学教师减负 杜绝非教学指令性任务

“身为一名高三班主任，在最关键的时候，每天考虑的不是如何帮助学生提高学习成绩，而是要想着怎么完成学校布置的各种课外任务，这叫什么事儿！”谈到课外负累，安徽省某中学高三教师曲平就气不打一处来。

“除了正常的教学任务外，各种宣传活动、各种软件注册、各种表格填写，都需要老师配合、参与乃至准备课件。一些与教学无关的填报工作，老师要和家长联系沟通，有些孩子父母在外打工，家里就爷爷奶奶，不会填，老师还要指导，搞得大家都很烦。”曲平抱怨道，“这样老师们怎么做好本职工作？简直本末倒置了。”

在受访的所有中小学教师中，北京某中学英语教师洛溪是唯一表示“虽然学校安排了一些课外任务，但能够理解和接受”的。

“我们学校有专门的媒体办公室，不用做教学任务，学校的会议材料、公众号文章都由他们负责。”洛溪说，学校人员架构完善、分工明确、领导有担当，为一线教师分担了不少课外压力，但总有一些任务是避不过的。“最开始，我也有过压力大整宿睡不着的情况，做老师嘛，自我调节，慢慢进步吧。”

值得注意的是，近年来国家已关注到中小学教师减负的问题。2019年，中央办公厅、国务院办公厅联合发布《关于减轻中小学教师负担进一步营造教育教学良好环境的若干意见》，将中小学教师减负改革纳入整治形式主义专项工作，对影响教师教育教学的督查检查评比考核事项进行集中清理，并要求省级党委和政府列出具体“减负清单”，减少教师非教学任务。

2022年，国务院教育督导委员会办公室发布《关于禁止向学校摊派与教育教学无关的“涨粉”“评比”“推销”等指令性任务的通知》，以遏制形式主义向学校转移趋势。多地还出台了教师减负清单等措施。

但减负并非一朝一夕能够实现。今年3月发布的全国“双减”成效调查报告显示，60.3%的受访教师认为课后服务工作量加大，70.9%的受访教师呼吁减轻非教学负担。

有5年小学班主任工作经历的莫默直言：相关措施出台后，一些学校只是“做做样子”，各种会议研讨、动员、无意义的创新教学方式仍纷至沓来，还要各种拍照留痕说明，负担一点没有减轻。

面对网上讨论，一名中学教师在社交平台上如是写道：“老师什么时候才能专注教书育人？”

（文中受访教师均为化名）

中小学教师普遍存在课外负累过重情况 专家提出

应将与教育教学无关的摊派任务拒之校外

□ 本报记者 孙天骄

中小学教师课外负累过重问题是如何形成的？如何解决以保障中小学教师合法权益，让教育回归本质？

带着问题，《法治日报》记者近日采访了中国人民大学教授程方平、北京外国语大学法学院教授、中外教育法研究中心主任姚金菊、首都师范大学教育学院教育政策法律与研究院副院长蔡海龙。

避免将教师行政化万能化

记者：*近年来，国家有关部门高度重视中小学教师减负问题，也发布过相关文件，为何这一现象仍较为普遍的存在？*

程方平：涉及教师减负问题，目前主要是靠主管部门发布行政意见，法律层级比较低，而相关法律还不健全，如教师法，对于如何保障教师权利等内容不够细化。随着时代和社会的发展，教师面临的来自各个方面的压力都比过去多了不少，面临的教学任务和所教授的学生都比原来更复杂了。社会对教师有了更高的期待，从而给中小学教师群体带来了更多挑战。这些挑战有些靠教师的专业能力能够应对，有些需要一边工作一边学，这就给教师带来了压力。在政策影响下，明面上不提“重点学校”了，但本质并没有改变，尖子生被少数好学校挑走后，给更多普通学校及老师带来很大的压力。

此外，教师还面临考核和评价方面的压力。我们现在对于教师工作的要求和安排，包括评价出现了比较严重的偏差。比如要求所有老师写论文、评职称、做课题，很多在基层成了形式主义，好多跟教育本质根本不搭界的任务和要求，也必然会影响教师个人发展和教学工作。

姚金菊：这是整个教育体系和社会系统的问题。教育被动承载的功能太多。在一定程度上，“凡事必言教育”是导致“凡事必有教师”的重要原因。同时，教师角色被“万能化”。目前，教师法修订正处于窗口期，中小学教师“国家公职人员”的特殊法律身份被确定下来，打破现行教师法以“完成教育教学工作”为核心的义务建构，但与其对应的权利和义务并未被明确，导致中小学教师职能范围被过度扩大，甚至“保姆型”班主任的现象一度盛行。但应明确的是，国家公职人员特殊法律身份确定的根本目的，在于凸显教师职业的公共属性，强化教师承担的国家使命和公共教育服务的职责，使教师更好地履行教育教学职能，而非将教师角色行政化、万能化。

中小学尤其乡村学校结构性缺编，导致教师普遍被要求“一专多能”，教师尤其是很多编制内教师还需兼任学校管理工作。整体来看，我国教师编制仍以“师生比”为主要核定标准，较少考虑到教师病假、产假、借调等“在编不在岗”的情况，导致在岗教师人均摊派工作量大大增加。

教育行政部门、学校、教师的法律责任不清，致使侵权行为中各主体是否应承担责任、承担何种责任不明。公众对教师行为的举报缺乏法律规制，且举报渠道倾向于网络曝光，不仅导致某些缺乏事实和调查的“冤假错案”无端加诸教师，更有甚者导致被曝光教师遭受网络暴力，致使教师在工作中不得不小心翼翼、事事留痕，但求有事后可以自证清白，以免遭受波及，而这最终损害的仍然是受教育者的利益。

蔡海龙：原因是多方面的。其一，学校的师资配备未能适应教育高质量发展的要求。在促进教育高质量发展的背景下，现代学校的育人方式正在发生根本的转变，这对学校的办学管理以及教师的教育教学工作都提出了更高的要求，但很多学校师资配备的结构标准都无法有效适应上述变化的要求。

其二，学校的内部管理制度还存在一些有待改进和优化的地方。如一些学校的任务分配方式存在过度指令化的倾向，未能考虑到教师的兴趣和能力；一些学校对教师的考核、评价、管理等方面也还存在简单、机械和过度量化等问题。

其三，现代教师的职责任务已由传统的教育教学朝着立德树人、促进学生全面发展的方向转变。教师如果不能适时转变职业理念，不断完善职业能力的结构水平，也会容易产生任务过载的负累感。

不同任务由不同角色完成

记者：*实践中，该如何让教师真正回归教书育人本身？*

程方平：让教师真正回归教书育人本身，必须进行自上而下的全面变革。一方面，相关法律要细化，明确而有针对性地保护教师合法权益；另一方面，通过政策保障减轻教师面临的诸多压力，比如说现在有一部分老师不是师范专业毕业的，国家有关部门应当对老师相关培训等提供财政支持。有关部门出台政策标准时，应做好相关调查，在设置学校管理评价体系时，应该进行相应的论证，聆听一线教师，包括班主任、青年教师、薄弱学校教师的看法。

姚金菊：教育工作并非仅靠体力或脑力的“技术活”，而是需要投入大量情感的“艺术活”。需要在整个社会系统和教育体系中认识教育问题，才能从根本上改善教师处境。

应探索科学的学校教育管理体系。其一，学校场域发生的教育行为、教学行为、管理行为往往存在一定程度的交叉，不仅立法语言习惯于将“教育”和“教学”合并使用，从实践来看，教育意蕴往往被融入教学和管理当中，课程设计、班级管理等行为中无不需要体现出教育的内涵。其二，管理行为可以进一步分化为学生管理、班级管理、学校管理。这种情况下，教师参与所有的管理行为无疑是不现实的，这就需要明确哪些是校长应该做的？哪些是班主任应该做的？哪些是专任教师应该做的？哪些是学校职员应该做的？探索科学的教育管理体系，将不同性质的任务落实到不同角色身上。

应明确中小学教师权利和义务，保障教师合法权益。区分中小学教师、事业单位工作人员、一般劳动者的法律身份，强调教师职业的专业性，明确中小学教师权利义务和法律责任，避免将教师任务过度扩大。此外，完善侵权处罚机制，完善教师举报行为的法律规制，对于捏造事实、造成严重后果的违法行为追究法律责任；畅通监管和举报渠道，对于“减负清单”明令禁止却视而不见的行为予以行政处罚。同时，建立课时补偿制度。区分班主任与专任教师的工作，班主任应以班级管理为核心工作，可以少代课或不代课。平衡教学时间和学生工作时间，如教师承担学生心理辅导等专业任务时，学校应将其计入课时量，而对于教师承担强制的行政性任务，应实行减少教学时间或物质经济等补偿性措施。要统筹考虑教师考核晋升等多种因素，明确不同岗位不同时期教师职责，科学确定教师评价体系，探索落实多元评价标准，为中小学教师发展提供多样化路径。

应完善减负配套制度，落实“减负清单”。以区县为着力点推进教师“减负清单”制度。目前已有30余个省级政府颁布《中小学教师“减负清单”》，但具体措施对不同区县和学校可能无法“一刀切”。因此，应将教师减负着力点落到区县教育行政部门，听取一线教师核心需求，建立健全各区县的教师“减负清单”制度，由学校积极落实践行。持续推进教师减负的典型案例、指导案例颁布，指导各地教师减负的共性问题，弥补各地教师减负个性问题规范的缺失。

应完善“县管校聘”制度，改善教师结构性缺编问题。各地编制管理部门应根据学校师生比，同时结合学校实际教学需求重新核定教师编制。学校通过返聘优秀退休教师、聘任兼职教师、落实教师轮岗交流等措施解决教师“在编不在岗”“一岗多用”等问题。

蔡海龙：对于与教育教学无关的强制摊派任务，各级主管部门应采取有效措施维护校园的安宁环境，防止外部无关力量对教育教学活动的干扰。特别是不得把一些本应由政府部门和企业承担的工作任务转移摊派给中小学校，或向教师下达指令性任务。

重视岗前培训和心理健康

记者：*很多人还关注新入职教师的相关业务培训和心理健康问题，对此您有何建议？*

程方平：一是变管理为服务或扶持，通过年级组教研室和老带新的方式帮助新教师，用合作模式减轻负担和压力。二是加强具体帮扶，让每一位教师都能根据自身的现状制定符合自身情况的生涯发展规划，并通过政策支持解决教师的实际问题。

姚金菊：重视对新入职教师的岗前培训、分类培养。针对不同岗位区分培训侧重点，如专任教师应注重培养教育教学技能、职业发展等内容的培养，而班主任更应注重班级管理能力、家校沟通能力的培养等。应坚持适度、有效的原则，切勿使其成为教师新的负担。同时，加强对新入职教师心理健康状况的关注。重视教师职前心理健康预测、畅通校内心理问题咨询渠道等，为教师心理健康提供制度保障。

蔡海龙：新入职教师是教师队伍的新生力量，是学校发展的生力军。当前新入职的教师普遍存在入职周期短、身份转换快的问题，所接受的入职教育和培训工作还不充分，如果缺乏必要的专业引领和团队支持，在面对多元化压力的时候更容易产生紧张焦虑的感觉。为了帮助新教师尽快适应新的工作岗位，学校和有关部门更应建立起相应的帮助扶持机制，一方面要通过业务培训提升其专业能力和业务水平，另一方面要对他们的生活工作给予更多的关心和支持，不宜在短时间增加过多的额外任务，而是应当给予其成长发展的空间。

漫画/高岳