# 关于进一步加强中小学生 作业 睡眠 手机 读物 体质管理的实施方案

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2025-01-16

*关于进一步加强中小学生作业睡眠手机读物体质管理的实施方案为贯彻落实教育部、省教育厅、XX市教育局关于加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理(以下简称五项管理)工作的文件精神,进一步促进我市中小学生身心健康发展,特制定本方案:一、提高政...*

关于进一步加强中小学生

作业

睡眠

手机

读物

体质管理的实施方案

为贯彻落实教育部、省教育厅、XX市教育局关于加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理(以下简称五项管理)工作的文件精神,进一步促进我市中小学生身心健康发展,特制定本方案:

一、提高政治站位

各中小学要全面贯彻党的教育方针,紧扣立德树人根本任务,全面提升育人质量,站在培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的政治高度,充分认识加强五项管理工作的重要意义,进一步增强责任意识、担当意识,全面抓好落实,回应社会关切,努力办好人民满意教育。

二、严格规范管理

(一)加强作业管理。

1.规范学校教育教学管理。

要全面提高教育教学质量,坚决扭转作业数量过多、质量不高、功能异化等突出问题。全面把握作业育人功能,创新作业类型方式。

2.严格控制书面作业总量。

班主任要统筹班级各学科作业量,当天无授课任务学科、当天有课后服务学科不得布置家庭作业;不得布置惩罚性作业、重复性作业;小学一、二年级不布置书面家庭作业,其他年级每天书面家庭作业总量不超过60分钟;初中每天书面家庭作业总量不超过90分钟。

3.科学合理布置书面作业。

各中小学要引导教师精选作业内容,设置分层次作业,即“基础性作业十弹性作业”;凡是教师布置的作业必须做到亲自及时全批全讲,严禁家长、学生代劳批改作业;严禁在微信群、QQ群等布置家庭作业,不得布置由家长完成或需要家长代劳的作业。

4.开展作业设计校本教研。

各中小学要将作业设计作为一项校本教研课题,引领教师精准设计难度适宜、数量适当、有针对性、层次性、实践性的作业,提高教师作业设计能力。

5.开展作业情况调查。

各中小学要通过问卷调查、电话调查、座谈会等方式开展学生作业情况调查,发现问题及时整改,不断提高作业管理水平。

(二)加强睡眠管理。

1.明确学生睡眠要求。

每天睡眠时间小学生应达到10小时,就寝时间不晚于21:00;初中生应达到9小时,就寝时间不晚于21:30;高中生应达到8小时,就寝时间不晚于22:30,个别学生经努力到就寝时间仍未完成作业的,家长应督促其按时就寝不熬夜。

2.科学安排作息时间。

各中小学要严格执行早晨到校时间有关规定,中学不早于7:00,小学不早于7:30。对于个别因家庭特殊情况等提前到校学生,学校应提前开门、妥善安置。上午第一节课中学原则上不早于7:30,小学原则上不早于8:00。各中小学校要合理安排课间休息、午休时间,不准占用体育大课间时间。初中放晚学时间不晚于16:30(课后看护时间按课后看护有关要求执行,使用校车的学校妥善控制学生上放学时间)。小学放晚学时间不晚于16:00(课后看护时间按课后看护有关要求执行,使用校车的学校妥善控制学生上放学时间)。

(三)加强手机管理。

1.完善学校监管措施。

各中小学要严格按照有关规定加强手机监管,原则上学生不得将手机带入校园。确需带入校园的,须经家长同意、书面提出申请,进校后交由学校统一妥善保管,禁止带入课堂。学校要配备学生手机入校园保管装置,应通过设立校内公共电话、班主任沟通热线等途径,解决学生与家长通话需求。

2.做好家校共育。

学校和家长要形成良好的互动协作机制,预防和制止学生沉迷网络。教师不得用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。家长要履行监护人职责,加强网络行为监管和教育,引导学生正确使用手机。

(四)加强读物管理。

1.规范课外读物推荐管理。

各中小学要明确课外读物的范畴和管理边界、管理职责。学校向学生推荐的读物,要符合教育部推荐的中小学阅读书目,推荐的读物不得要求学生统一购买,不得指定书店购买。

2.开展课外读物排查工作。

各中小学要全面防止问题读物进入校园(幼儿园),要对学校图书室藏书进行清理,对价值导向错误的图书、非法出版物等予以下架封存或销毁。

(五)加强体质管理。

1.开足开齐体育与健康课程。

各中小学要严格按照国家课程方案和课程标准开齐开足体育与健康课程。小学一至二年级每周4课时,小学三至六年级和初中每周3课时,高中每周2课时,没有体育课当天开设1节体活课。逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”学校体育教学模式,让每位学生掌握1—2项运动技能。

2.保证学生体育活动时间。

各中小学要着力保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间,全面落实大课间体育活动制度。学校作息时间表、学校总课程表、班级课程表中需体现每天一小时校园体育活动时间,体育大课间每天30分钟,鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加足球、篮球、排球等项目的训练。

3.建立健全学生体质健康管理制度。

各中小学要高度重视体质健康管理工作,建立日常参与、体育锻炼和竞赛、健康知识、体质监测和专项运动技能测试相结合的考查机制,将体育竞赛成绩纳入学生综合素质评价,及时将学生的体质健康测试结果和健康体检结果反馈家长,形成家校协同育人合力。

4.积极组织学生开展体育竞赛活动。

各中小学要有计划的举办运动会、体育节、校园特色体育项目以及上级安排的各种体育竞赛活动,丰富学生课余生活,提升学生综合素质。

三、加强宣传引导

各中小学要通过多种形式加强对五项管理的宣传工作,做到教师、家长、学生人人知晓,实现家校共育,形成社会合力,营造良好舆论氛围。

(一)抓好对教师的宣传培训工作。

各校要通过教师专题培训、教师业务学习等各种方式将五项管理要旨灌输给教师,使每位教师都能不折不扣的落实五项管理要求,减轻中小学生过重课业负担,营造有利于学生健康成长的良好氛围。

(二)加强对学生的宣传教育工作。

各中小学要利用校园广播、国旗下讲话、班团会等多种形式加强教育引导,帮助学生提高自我管理能力,培养学生良好的生活习惯和学习习惯,为学生一生的健康奠定基础。

(三)加大对家长的宣传推广工作。

各中小学要采取致家长一封信、家长会、微信群等多种措施加大宣传力度,引导家长树立正确的教育观、成才观,营造学生健康成长的社会环境。

四、健全责任机制

各中小学要加强五项管理,建立五项管理学校组织机构,校长为组长,副校长为副组长,成员为中层领导、班主任。作业、睡眠、手机、读物、体质管理,要分别设立工作小组,专人负责,分工负责,将压力传导到每一位教师,每一位班主任,人人有责,谁出问题谁负责。

五、强化督查反馈

教育局将采取定期检查与不定期抽查相结合的方式,对各中小学五项管理情况进行督查,督查结果将作为评价学校、评价学校领导干部及学校领导干部选拔任用、评先评优、年度量化考核的重要依据。对于落实五项管理各项措施要求不到位、问题较多的学校,要对负责人进行约谈,造成不良影响的要坚决追究相关人员责任。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！