# XX中小学落实“五项管理”致家长的一封信稿

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-07-10

*小学关于落实作业、睡眠、手机、读物和体质等“五项管理”工作致家长的一封信尊敬的各位家长朋友：您好！为全面深入贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，贯彻落实教育部对中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理的相关要求，促进学生健康成长、全面发...*

小学关于落实作业、睡眠、手机、读物和体质等“五项管理”工作致家长的一封信

尊敬的各位家长朋友：

您好！为全面深入贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，贯彻落实教育部对中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理的相关要求，促进学生健康成长、全面发展。我校结合实际，制定了落实“五项管理”的工作实施方案，为学生的健康成长保驾护航。现将学校落实“五项管理”工作一封信分享给您，请您仔细阅读，与学校一起承担起监督和教育的职责，愿我们共同携手，助力孩子健康成长!

一、强化作业管理，实现减负增效

1、把握作业育人功能。

学校将遵循教育规律、坚持因材施教，严格执行课程标准和教学计划。在课堂教学提质增效基础上，切实发挥作业育人功能，布置科学合理有效作业，帮助学生巩固知识、形成能力、培养习惯，帮助教师检测教学效果、精准分析学情、改进教学方法，促进学校完善教学管理、开展科学评价、提高教学质量。

2、严控书面作业总量。

学校确保一二年级不布置书面家庭作业，在校内安排适当巩固练习；其他年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟。周末、寒暑假、法定节假日书面作业时间总量也有所控制并大力倡导综合实践和课外阅读活动。

3、创新作业类型方式。

学校教师根据学段、学科特点及学生实际需要和完成能力，合理布置书面作业、科学探究、体育锻炼、艺术欣赏、社会与劳动实践等不同类型作业；布置分层作业、弹性作业和个性化作业，科学设计探究性作业和实践性作业，探索跨学科综合性作业。严禁机械、无效训练；严禁布置重复性、惩罚性作业。

4、提高作业设计质量。

学校将作业设计作为校本教研重点，系统化选编、改编、创编符合学习规律、体现素质教育导向的基础性作业。教师在教育教学过程中，加强自主设计作业能力的培养和提高，针对学生不同情况，精准设计作业，根据实际学情，精选作业内容，合理确定作业数量；严禁布置作业难度超过国家课程标准要求的作业。

5、加强作业完成指导。

教师充分利用课堂教学时间加强学生作业指导，培养学生自主学习和时间管理能力，指导学生基本在校内完成书面作业。

6、认真批改反馈作业。

教师对布置的学生作业全批全改，强化作业批改与反馈的育人功能。作业批改正确规范、评语恰当。通过作业精准分析学情，采取集体讲评、个别讲解等方式有针对性地及时反馈，并对有困难的学生进行辅导帮扶。

7、不给家长布置作业。

学校严禁教师给家长布置或变相布置作业，严禁家长批改作业。引导家长树立正确的教育观念，切实履行家庭教育主体责任，营造良好家庭育人氛围，合理安排孩子课余生活、与学校形成协同育人合力；督促孩子回家后主动完成学校布置的作业，引导孩子从事力所能力的家务劳动，激励孩子坚持感兴趣的体育锻炼和社会实践；不额外布置其他家庭作业；坚决禁止校外培训机构给孩子留作业，切实避免校内减负、校外增负。

二、落实睡眠管理，保障身心健康

1、加强科学睡眠宣传教育。

学校把科学睡眠宣传教育纳入课程教学体系、教师培训内容和家校协同育人机制，通过体育与健康课程、心理健康教育、班团队活动、科普讲座以及家长学校、家长会等多种途径，大力向学生和家长大力普及科学睡眠知识。广泛宣传充足睡眠对于学生健康成长的极端重要性，提高师生思想认识，教育学生养成良好的睡眠习惯，引导家长重视做好孩子的睡眠管理。

2、明确学生睡眠时间要求。

根据不同年龄阶段学生身心发展的特点，小学生每天的睡眠时间应达到10小时。目前，我校上午上课时间是8:20，希望家长们不要将学生过早地送到学校，确保孩子充足睡眠时间。

3、防止学业过重挤占睡眠时间。

我校将进一步提高课堂教学实效，加强作业统筹管理，合理调控学生书面作业总量指导学生充分利用自习课，使学生在校内基本完成书面作业，避免学生回家后作业时间过长，挤占正常睡眠时间。

4、合理安排学生就寝时间。

家长应结合学生的睡眠情况、午休时间等实际，制定作息时间表，合理确定晚上就寝时间，促进学生自主管理、规律作息、按时就寝。建议小学生就寝时间一般不晚于21:20。对于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，教师将有针对性地进行帮助和辅导，并酌情调整作业量。

5、切实提高学生睡眠质量。

教师要关注学生上课精神状态，对睡眠不足的，要及时提醒学生并与家长沟通。指导学生统筹安排好回家后时间，坚持劳逸结合、适度锻炼。家长要为学生营造温馨舒适的就寝环境，确保学生身心放松、按时安静就寝。

三、加强手机管理，营造良好环境

1、加强监督管理。

家长要对孩子使用手机情况要承担起监督的职责，加强与学校及班主任、科任教师的沟通与联系，及时掌握学生在校学习生活状况，形成家校协同育人合力。学生原则上不得将个人手机带入校园。学生确有将手机带入校园需求的，须经学生家长同意、书面提出申请，进校后将手机交由学校统一保管，禁止带入课堂和寝室。

2、加强教育引导。

家长要营造良好的家庭氛围，关注孩子心理健康，防止孩子因为情感缺失等原因而沉迷于网络和手机游戏。在对孩子的手机管理问题上，应以教育引导为主，提高学生信息素养和自我管理能力；防止在手机管理过程中出现简单粗暴行为，坚决避免发生极端事件。

3、培养课外兴趣。

家长可以注重培养学生的课外特长，如绘画、阅读、球类运动、乐器、书法等；通过丰富的课外活动可以预防孩子沉迷于手机，促进孩子健康发展。

4、形成榜样引领。

家长要以身作则，言传身教，尽量不在孩子面前玩手机，给孩子树立一个良好的榜样，引导学生文明上网、绿色上网，及时发现、制止和矫正孩子网络游戏沉迷和不当行为。

四、加强读物管理，打造书香校园

1、课外读物推荐选择必须遵守国家相关法律法规要求，坚持以下原则：

一是坚持育人为本，严把政治观，严格审视课外读物的价值取向助力学生成为有理想、有本领、有担当的时代新人。

二是坚持“五育”并举，着眼于学生全面发展。

围绕核心素养，紧密联系学生思想、学习、生活实际，满足小学生德育、智育、体育、美育和劳动教育等方面的阅读需要，全面发展素质教育。

三是坚持满足不同学段学生的阅读需求，注重文本的多样性，贯通古今中外，激发学生的好奇心、想象力，创造力，增长见识，提升综合素质。

四是符合主题鲜明、内容积极、可读性强和启智增慧的基本标准。

五是拒绝违反《出版管理条例》有关规定的读物进入校园具体要求如下：

拒绝推荐违背党的路线方针政策，污蔑、丑化党和国家领导人、英模人物，戏说党史、国史、军史的书籍。

拒绝推荐损害国家荣誉和利益、泄露国家秘密的、危害国家安全以及国家统一、主权和领土完整的书籍。

拒绝推荐存在违反宗教政策内容、违反民族政策内容、煽动民族仇恨、民族歧视、破坏民族团结或者不尊重民族风俗习惯的书籍。

拒绝推荐有崇洋媚外思想倾向的书籍。

拒绝推荐低俗媚俗庸俗等不良倾向，格调低下，宣扬封建迷信主义的书籍。

拒绝推荐存在淫秽、色情、暴力、邪教、赌博、毒品、引诱自杀，教唆犯罪等价值导向有问题的书籍。

拒绝推荐侮辱或者诽谤他人，侵害他人合法权益，存在科学性错误的书籍。

2、提高学生阅读兴趣，培养良好阅读习惯。

学校大力倡导学生爱读书、读好书、善读书，学校有图书室，教室设有图书角，优化校园阅读环境，大力推动书香校园建设。

同时发挥家长在学生课外阅读中的积极作用，多带孩子去书店、图书馆，以学校推荐书目为重点，为孩子购买一些适合的书籍，培养从小爱读书、勤读书的好习惯；建议家长每天要抽出一定的时间和孩子一起读书，分享读书成果，营造家庭读书氛围；给孩子准备一本读书记录本，记录读书过程中的点点滴滴，养成“不动笔墨不读书”的好习惯；营造学校协同育人的良好氛围。

五、做好体质管理，增强学生体质

1、加强宣传教育引导。

我校通过体育与健康课程、大课间、课外体育锻炼、体育竞赛、班团队活动、家校协同联动等多种形式加强教育引导,让家长和中小学生科学认识体质健康的影响因素,了解运动在增强体质、促进健康、预防肥胖与近视、锤炼意志、健全人格等方面的重要作用,提高学生体育与健康素养,增强体质健康管理的意识和能力。

2、开齐开足体育与健康课程。

我校要严格落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，小学一至二年级每周4课时，小学三至六年级每周3课时，确保不以任何理由挤占体育与健康课程和学生校园体育活动。

3、保证体育活动时间。

合理安排学生校内、校外体育活动时间，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，学校每天统一安排30分钟的大课间体育活动，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。大力推广家庭体育锻炼活动，有锻炼内容、锻炼强度和时长等方面的要求，不安排大强度练习。学校并对体育家庭作业加强指导，提供优质的锻炼资源，及时和家长保持沟通。

4、提高体育教学质量。

学校聚焦“教会、勤练、常赛”，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。

5、做好体质健康监测。

我校全面贯彻落实《国家学生体质健康标准（2024年修订）》《学生体质健康监测评价办法》等系列文件要求，对体质健康管理内容定期进行全面监测，认真落实面向全体学生的体质健康测试制度和抽测复核制度，建立学生体质健康档案，真实、完整、有效地完成测试数据上报工作，研判学生体质健康水平，制定相应的体质健康提升计划。

尊敬的各位家长，落实教育部“五项管理”工作，离不开学校、家庭和社会各界的密切协作，让我们携起手来，共育未来幸福之花。

XX小学落实“五项管理”致家长的一封信

亲爱的家长朋友们：

您们好！

新世纪小学在“为学生终身发展奠基，让每一个孩子在原有不同的起点上得到最大最好的发展”理念引领下，遵循学生发展规律，积极响应教育部提出的关于抓好落实中小学生“作业、睡眠、手机、读物、体质”五项管理的号召，促进“五项管理”落地生根，现将落实“五项管理”一封信分享给您，请您务必认真阅读，并切实履行监督和教育职责，与学校一起共同承担起教育孩子的重要责任!

作业管理篇

我校严格落实控制作业总量，1-2年级不布置书面家庭作业，3-6年级每天书面作业时间不超过60分钟，不给家长布置作业或要求家长批改作业，不用手机布置作业。如学生有特殊需求，请您及时与学校沟通，学校将根据学生情况或需求，合理设置有针对性的作业内容、作业量、作业形式。同时，向家长倡议：

1.培养学习自觉性。建议家长与孩子一起制定学习计划，培养孩子按时做作业的习惯，独立做作业的能力。

2.孩子学习中需要帮助时，家长指导要注意分寸。家长可以先给予提示，然后让孩子思考如何做。

3.建议您不要凭自己的感觉随意给孩子布置作业，加重孩子学习负担。

4.不要根据自己的爱好给孩子大量报兴趣班，占用孩子休息时间，增加孩子身体和心理负担。

5.孩子因故未能在就寝之前完成作业，可终止作业，按时就寝。

睡眠管理篇

充足良好睡眠是孩子有效学习和健康成长的重要保障。请您监督孩子不晚于9：20上床睡觉，保证孩子每天睡眠时间不少于10个小时。为了让孩子有一个良好健康的睡眠环境，特向家长倡议如下：

1.鼓励孩子午休。一上午的学习和活动以后，孩子比较困乏，半小时左右的午休会让孩子们精力充沛的投入到下午的学习中。

2.帮孩子养成准时上床，按时入睡的好习惯。帮助孩子合理安排作息时间表，促进学生自助管理规律作息，按时就寝。

3.给孩子营造良好的睡眠环境。控制室内适宜的亮度温度及湿度，屏蔽噪音，可放一些助睡眠的音乐，提高孩子的睡眠质量，切实保障孩子身心健康发展。

4.减轻孩子课外负担。根据孩子的实际情况选择适当的家庭教育方式，不拔苗助长，不给学生安排太多的家庭作业和辅导班，给孩子们更多的时间发展自己的兴趣爱好，同时拥有更好的睡眠。如有参加校外培训机构的学生，晚上培训时间不得晚于8:20。

手机管理篇

为抓好小学生手机管理，做好预防小学生过早近视、沉迷网络和游戏教育引导工作，根据教育部印发的有关文件要求，我校对手机管理做出明确规定，严禁学生将手机带入校园及课堂。上课期间家长有特殊情况需要找学生，可通过班主任和任课老师联系。为把相关要求落到实处，学校特向您提出如下建议：

1.加强管理和沟通引导。家长要营造良好的家庭氛围，关注孩子心理健康，防止孩子因为情感缺失等原因而沉迷于网络和手机游戏。在对孩子的手机管理问题上，应“疏堵”结合，防止在手机管理过程中出现“打、骂、摔”等粗暴行为，坚决避免发生极端事件。

2.以身作则树立榜样。请家长们以身作则，言传身教，科学合理使用手机，尽量不在孩子面前玩手机，给孩子树立一个良好的榜样。同时，请家长朋友们履行家庭教育职责，安排好孩子放学后和节假日生活，指导孩子合理作息。

3.丰富课外生活开拓学生视野。丰富的课外活动可以预防孩子沉迷于手机，也可以帮助孩子获得成就感，提升家庭亲子关系，促进孩子身心健康发展。学生的课外特长，如球类运动、乐器、书法等，既可以锻炼身体又可以陶冶情操;节假日还可以引导孩子多参加社团活动或公益活动。

读物管理篇

学校禁止任何人以任何形式进校销售课外读物，禁止任何人强制或者变相强制学生购买课外读物。学校鼓励学生加强阅读习惯的培养，为了激发每位同学的阅读兴趣，学校开设了阅览教室。为了将读书进一步落到实处，特向家长倡议如下：

1.多带孩子去书店、图书馆走走，以学校推荐书目为重点，为孩子购买一些适合的书籍，培养从小爱读书、勤读书的好习惯。

2.设立亲子阅读时间。每天抽出一定时间，和孩子一起读书，分享读书成果，营造家庭读书氛围，为孩子终生爱读书打下基础。

3.鼓励孩子积极参加班级学校举行的各项读书活动。

体质管理篇

培养学生科学良好的锻炼习惯，是孩子成长中必不可少的一项重要活动。学校按照上级教育主管部门要求，开足开齐体育课时，每天保证上午进行大课间活动，上、下午各进行一次眼保健操，充分保证了学生在校期间一小时的体育锻炼时间。为了让孩子拥有更加健康的体魄，特向家长倡议如下：

1.引导孩子积极参加体育锻炼。选择适合孩子自己身体和年龄特点的体育运动项目，每天保证一小时的锻炼时间。同时要告知孩子在体育锻炼活动中既要克服困难，更要量力而行，锻炼与训练时要注意运动安全，运动前要做好准备活动，以免造成运动损伤。

2.关注孩子动态的身体状况，发现疾病要及时诊治，并及时报告学校。如有既往病史或现在身体有病的，父母要向孩子说明是否能够参加高强度的体育锻炼，以防止意外事故的发生。

3.建议开展亲子体育锻炼活动，营造愉悦的家庭氛围。

4.引导孩子参加力所能及的家务劳动、实践活动或社会公益活动。

尊敬的各位家长，孩子是祖国的未来和希望，落实“五项管理”工作，离不开家庭和社会各界的密切协作，让我们携起手来，家校共同助力孩子全面发展，茁壮成长!

XX学校落实“五项管理”致家长的一封信

尊敬的各位家长：

教育部在2024年教育改革发展新蓝图中明确指出：抓好落实中小学生“作业、睡眠、手机、读物、体质”五项管理。我校坚决执行教育部、省市教育主管部门关于“五项管理”等办学行为的相关规定，认真落实济南市教育和体育局关于规范办学的要求，学校研讨制定了《XX学校学生“五项管理”工作的落地细则》。“五项管理”的落地，离不开家校合作、师生合力的支持，愿我们共同为孩子的健康成长助力!有关工作、学校措施及落实情况向家长汇报如下：

手机管理

随着手机的日益普及，学生使用手机对学校管理和学生发展带来诸多不利影响。为保护学生视力，让学生在学校专心学习，防止沉迷网络和游戏，促进学生身心健康发展，现就进一步加强中小学生手机管理工作特制定本办法。

充分了解使用手机的危害

（一）中小学生正处在生长发育期，身体机能还不健全，手机辐射危害学生发育，影响身体健康，造成理解力、反应力、记忆力的明显下降，听觉受损，免疫功能失调。

（二）手机上网、网络游戏、电子书等功能中的黄、赌、毒等不良信息，毒害青少年。

（三）一些学生使用手机，看小说，玩游戏，深夜不睡，手机成为娱乐工具，干扰了青少年的正常生活。

（四）手机中隐形社会交往，干扰和降低了学生正常社会交往和亲子沟通的能力，易导致自闭症和手机依赖症的发生。

（五）手机消费，增加家庭经济负担，助长学生的攀比之风和坐享其成的享乐思想。

手机的使用加速中学生社会化，成为男女生交往过密的帮凶，不利于中学生成长，严重影响学生学业。

学校管理办法

1.学生手机无特殊情况不得带入校园，带入校园需由家长提出书面申请。发现未提出申请带入校园的手机，由班主任暂存，并告知家长，在周五放学后交给家长，提醒家长加强管理的同时，依照《XX学校关于手机管理制度》进行教育。

2.所有学生不得将手机带入课堂。

3.学校班主任、年级主任、政教处管理德育相关老师，会对有特别需求的学生带入校园的手机统一保管。

4.学校班主任、年级主任、政教处管理德育相关老师为手机保管责任人。

5.学校传达室的电话对需要的学生免费开放。同时学校教学楼及宿舍内都有装有的电话全部对学生开放，班主任及任课教师的个人电话为家校沟通热线，便于学生和家长之间的联系。

6.教师不用手机布置作业，每天在教室黑板公示，学生自己记录。

7.教师不要求学生利用手机完成作业。（除部分上级要求的如：安全教育平台等线上学习，教师不自行布置使用手机的学习任务，学生使用手机可在家长监管下使用。）

8.学校会通过专题教育班队会等对学生合理使用手机进行教育引导，同时也请家长进行教育和管理，形成家校教育合力。

9.请家长们以身作则，言传身教，科学合理使用手机，尽量不在孩子面前玩手机，给孩子树立一个良好的榜样。同时，请家长朋友们履行家庭教育职责，安排好孩子放学后和节假日的生活，指导孩子合理作息。丰富的课外活动可以预防孩子沉迷于手机，也可以帮助孩子获得成就感，优化亲子关系，促进孩子身心健康发展。学生的课外特长，如球类运动、乐器、书法等，既可以锻炼身体又可以陶冶情操;节假日还可以引导孩子多参加社团活动或公益活动。

睡眠管理

充足良好的睡眠是孩子有效学习和健康成长的重要保障，请您监督孩子不晚于22：00上床睡觉。

一、学校职责：

1.加强睡眠习惯教育，引导健康、积极的学习方式。

2.为学生提供安静的午休环境，午休时间30—40分钟。

针对因睡眠时间短造成的上课瞌睡，及时与家长沟通。严格按照《XX学校寄宿生行为准则》和《XX学校学生宿舍管理条例》执行，保证寄宿制学生的在校晚间休息时间。

二、家长职责：

1.帮孩子养成准时上床、按时入睡的好习惯。规律的睡眠时间有助于孩子尽快进入睡眠状态，提高睡眠质量。

2.给孩子营造良好的睡眠环境。控制室内适宜的亮度温度及湿度。屏蔽噪音，可放一些助睡眠的音乐。

3.周末孩子不在校期间，要加强监督管理，保证周末睡眠质量。

读物管理

1.学校已经定期对图书馆图书进行全面清查，无违规图书。也不会通过举办讲座、培训等活动在校园内销售课外读物。

2.建议您多带孩子去书店、图书馆走走，以学校推荐书目为重点，为孩子购买一些适合的书籍，培养爱读书、勤读书的好习惯。

3.请您设立亲子阅读时间。利用周末抽出一定时间，和孩子一起读书，分享读书成果，营造家庭读书氛围，为孩子终生爱读书打下基础。

4.学校会多组织读书活动，请您鼓励孩子积极参加班级、学校举行的各项读书活动。

5.各年级根据课程安排了阅读课程，加强学生在校阅读时间。

体质健康管理

1.学校安排每周3课时体育课。

2.学校制定并落实《XX学校大课间体育活动制度》及《XX学校早操制度》，无论当天是否有体育课，每天全体学生都会参加进行不少于1小时的大课间及早操活动。

3.学校全面落实大课间体育活动制度，每天保证上午、下午各30分钟的大课间活动。为了让孩子拥有更加健康的体魄，向家长倡议如下：

引导孩子积极参加体育锻炼。选择适合孩子身体和年龄特点的体育运动项目，每天保证一小时的锻炼时间。同时要告知孩子在体育锻炼活动中既要克服困难，又要量力而行，锻炼与训练时要注意运动安全，运动前要做好准备活动，以免造成运动损伤。

关注孩子动态的身体状况，发现疾病要及时诊治，并及时报告学校。如有既往病史或现在身体有恙的，父母要向子女说明是否能够参加高强度的体育锻炼，以防止意外事故的发生。同时必须向学校提出申请免予参加相关体育课和大课间体育活动。

请家长做好家校联系。保持通讯畅通，如遇学生出现紧急伤病，学校会紧急送医并通知家长。电话若有变更，请您随时告知班主任。

作业管理

为了进一步贯彻上级教育行政部门关于“减负”工作的指示精神，我校各学科执行分层个性化作业，严格落实初中每天书面作业时间不超过90分钟，不给家长布置作业或要求家长批改作业，不用手机布置作业。如学生有特殊需求，请您及时与学校沟通，学校将根据学生情况或需求，合理设置有针对性的作业内容、作业量、作业形式。同时，向家长倡议：

与孩子一起制定学习计划，培养孩子按时做作业的习惯，独立做作业的能力。孩子学习中需要帮助时，家长指导要注意分寸。家长可以先给予提示，然后让孩子思考如何做。建议您不要凭自己的感觉随意给孩子布置作业，加重孩子学习负担。不要根据自己的爱好给孩子报大量兴趣班，占用孩子休息时间，增加孩子身体和心理负担。孩子因故未能在就寝之前完成作业，可终止作业，按时就寝。

尊敬的各位家长，落实“五项管理”工作，离不开家庭和学校的密切协作，“五项管理”工作事关学生发展和成长，让我们携起手来，勇于承担责任，为孩子们的健康成长保驾护航，共享生命成长!

欢迎各位家长朋友监督学校工作，如有任何意见或建议，可电话向学校反映和沟通。

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！