# 关于2024年小学开展“双减”工作实施方案[大全]

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2024-03-02

*第一篇：关于2024年小学开展“双减”工作实施方案[大全]关于2024年小学开展“双减”工作实施方案范文一、指导思想为认真贯彻主管教育部门文件精神，全面推进素质教育，切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性...*

**第一篇：关于2024年小学开展“双减”工作实施方案[大全]**

关于2024年小学开展“双减”工作实施方案范文

一、指导思想

为认真贯彻主管教育部门文件精神，全面推进素质教育，切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展；本着对学生未来负责的态度，进一步把上级关于“双减”的要求落到实处，科学把握“双减“的精神实质，特制定本方案。

二、实施细则

（一）严格执行课程计划。

严格根据《市义务教育课程计划》，开齐开足课程。教师严格按照各学科课时量安排教学，不得以任何理由增减课程和课时。任课教师严格按课表上课，遵守课堂秩序和教学规范，不得随意调课、占课，不得随意剥夺学生上课权。学校在校务公开栏上公布课表、作息时间表，主动接受社会、家长的监督。各科教学要严格按照市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。

（二）加强有效教学研究。

提高教研活动质量各教研组认真制定教学计划和进度，确保日常教学活动的正常有序。由教研组长负责，各教研组围绕本学期教学重难点积极开展各项教研活动。本学期各学科以“向课堂教学要质量”为主题，组织教师上公开课、空对空等教学活动，促进教师专业发展和业务水平的提高。

提高课堂教学质量优选教学方法，提高课堂教学效率。教学方法是教学过程中最活跃的因素。教师善于启发，学生才能善于主动思考、愉快学习。在讲解过程中启发学生思考生疑，促进知识迁移。为了保证课堂的有效、高效，每位教师在课堂中必须精讲精练。尽可能多的把时间留给学生，让学生进行多读精练。教师的语言要简练，与课堂教学无关的话不说，保证课堂教学的高容量性。优化学习方式，提高学生学习效率。根据学生实际情况，引导学生掌握适合自己的学习方式。语文学科重基础规范的养成，重个性化体验感悟、表达；数学学科提倡独立探究与合作交流相结合，重视思维训练和实践能力的培养。落实导优辅差工作，促使学生全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生“的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。这样既减轻了大部分学生的负担，也满足了不同层次的学生对学习的要求。加强特色备课精心备课。采用集体备课与个人修改相结合的方式。教师以教研组为单位，在充分吃透课标、钻研教材、了解学生的基础上实行集体备课，形成教案。各教师在集体备课的基础上根据自己的教学特点、本班学生实际情况对教案进行调整和修改，努力提高课堂教学效果。精选教学内容。根据学生的实际需要，对所学教材的内容做出适当的调整与增删，以学生现有发展水平为出发点，着眼于学生将来的发展，使学生“满负荷”地学习，促使学生的潜能得到最大的发展。精心设计练习老师精心设计课内外练习，减轻重复性作业、避免机械性作业。在“练”字上下功夫，练习贵在得法，重在教会学生练习的方法与技巧，使减负真正落到实处。根据学生的学情，分层设计作业，提倡设计可供学生自主选择的作业，使每个学生都得到不同的发展。严格控制作业量和作业时间。一、二年级不布置课外书面作业，三至六年级学生书面作业时间平均每天不超过1小时。加强教学质量监控“减负”不是取消考试，而是要求改考试的内容与方法，使考试不再变成“学生的敌人”，符合教学规律的检测是必须的、必要的。我校将严格控制考试次数和难度，少考多练，提高学生的学习积极性，增强学生的成功感。积极开展各项竞赛积极采取有效措施，努力做到减“负”不减“质”。通过认真的调查研究，制定切实可行的实施方案，并根据学生的需求，让学生自由选择，在各门学科间开展相应的活动，培养学生的兴趣爱好，丰富了学生的课余生活，让学生在活动中增长见识，拓宽知识面。其他培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对“双减”的理解和配合，避免从家庭角度增加学生过重的课业负担；主动征求来自家长的意见，交流教育学生自觉学习的有效方法。

（三）提高师德修养。

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格，对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）保障学生睡眠时间。

教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性，学校建立学生睡眠质量监督机制。2、教师不得占用学生休息和活动时间集中上课。

三、领导小组

组长：校长

副组长：副校长

成员：全体教师

一是宣教结合推动“双减”。“宣”就是通过电视、广播、报纸、网络等媒体广泛宣传国家和省里政策，在吉林省教育厅网站设立专区，在吉林教育电视台开辟专栏，在学校和校外培训机构实现制度上墙、进宣传窗等。“教”就是通过专题教育、主题班队会、载体性活动、签订教师承诺书、致家长一封信等，营造家校协同育人良好氛围。

二是疏堵结合推动“双减”。“疏”就是校内提质减负，进一步提升中小学教育教学质量，坚持“零起点教学”，严禁削减或挪用体育、音乐、美术等课程课时和随意提高教学难度、加快教学进度，严控书面作业总量，全面开展课后服务，强化学校的育人功能。“堵”就是规范校外培训机构，持续开展专项治理，严禁“超标”“超前”培训，整治培训机构唯利是图、超范围经营、错误言论、虚假广告等不良行为，构建培训机构规范有序发展的长效机制。

三是放改结合推动“双减”。“放”就是把教育教学的自主权还给学校，树立正确的政绩观和科学的教育观，坚决克服评价标准中的“唯升学”“唯分数”倾向。重点加强对学校落实国家课程方案和课程标准、加强师德师风建设、规范办学行为等方面的监督管理，确保正确办学方向。“改”就是推进考试招生改，全面实施义务教育和普通高中“公民同招”，不得以各类考试、竞赛、培训成绩或证书证明等作为招生依据，不得以面试、评测等名义选拔学生。实施基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，进一步完善优质普通高中招生指标到校政策，确保名额分配比例不低于75%。

四是监管结合推动“双减”。“监”就是强化监督，各级教育行政部门和学校都设立公开举报电话和监督平台，畅通社会监督，受理减负举报。吉林省教育厅研发中小学作业、睡眠、手机、体质管理监测平台，时时监控和评估“双减”成效。“管”就是重拳治乱，将“双减”工作作为督导“一号工程”，纳入对县级政府履行教育职责督导评价和责任督学日常监管的重要内容。继续实施教育厅领导包保市（州）制度，充分运用通报、约谈、挂牌督办等手段，持续深入各地开展检查指导。同时，强化教育、市场监管、民政、人社等多部门综合治理合力，多部门联动抓“双减”，切实提升人民群众的教育获得感和幸福感。

**第二篇：小学开展“双减”工作实施方案**

小学开展“双减”工作实施方案

一、指导思想

为认真贯彻主管教育部门文件精神，全面推进素质教育,切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展;本着对学生未来负责的态度，进一步把上级关于“双减”的要求落到实处，科学把握“双减”的精神实质，特制定本方案。

二、实施细则

（一）严格执行课程计划。

严格根据《市义务教育课程计划》，开齐开足课程。2.教师严格按照各学科课时量安排教学，不得以任何理由增减课程和课时。任课教师严格按课表上课，遵守课堂秩序和教学规范，不得随意调课、占课，不得随意剥夺学生上课权。学校在校务公开栏上公布课表、作息时间表，主动接受社会、家长的监督。各科教学要严格按照市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。

（二）加强有效教学研究。

提高教研活动质量

（1）各教研组认真制定教学计划和进度，确保日常教学活动的正常有序。

（2）由教研组长负责，各教研组围绕本学期教学重难点积极开展各项教研活动。本学期各学科以“向课堂教学要质量”为主题，组织教师上公开课、空对空等教学活动，促进教师专业发展和业务水平的提高。提高课堂教学质量优选教学方法，提高课堂教学效率。教学方法是教学过程中最活跃的因素。教师善于启发，学生才能善于主动思考、愉快学习。在讲解过程中启发学生思考生疑，促进知识迁移。为了保证课堂的有效、高效，每位教师在课堂中必须精讲精练。尽可能多的把时间留给学生，让学生进行多读精练。教师的语言要简练，与课堂教学无关的话不说，保证课堂教学的高容量性。优化学习方式，提高学生学习效率。根据学生实际情况，引导学生掌握适合自己的学习方式。语文学科重基础规范的养成，重个性化体验感悟、表达;数学学科提倡独立探究与合作交流相结合，重视思维训练和实践能力的培养。落实导优辅差工作，促使学生全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生”的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。这样既减轻了大部分学生的负担，也满足了不同层次的学生对学习的要求。加强特色备课精心备课。采用集体备课与个人修改相结合的方式。教师以教研组为单位，在充分吃透课标、钻研教材、了解学生的基础上实行集体备课，形成教案。各教师在集体备课的基础上根据自己的教学特点、本班学生实际情况对教案进行调整和修改，努力提高课堂教学效果。精选教学内容。根据学生的实际需要，对所学教材的内容做出适当的调整与增删，以学生现有发展水平为出发点，着眼于学生将来的发展，使学生“满负荷”地学习，促使学生的潜能得到最大的发展。精心设计练习老师精心设计课内外练习，减轻重复性作业、避免机械性作业。在“练”字上下功夫，练习贵在得法，重在教会学生练习的方法与技巧，使减负真正落到实处。根据学生的学情，分层设计作业，提倡设计可供学生自主选择的作业，使每个学生都得到不同的发展。严格控制作业量和作业时间。

一、二年级不布置课外书面作业，三至六年级学生书面作业时间平均每天不超过1小时。

加强教学质量监控“减负”不是取消考试，而是要求改革考试的内容与方法，使考试不再变成“学生的敌人”，符合教学规律的检测是必须的、必要的。我校将严格控制考试次数和难度，少考多练，提高学生的学习积极性,增强学生的成功感。积极开展各项竞赛积极采取有效措施，努力做到减“负”不减“质”。通过认真的调查研究，制定切实可行的实施方案，并根据学生的需求，让学生自由选择，在各门学科间开展相应的活动，培养学生的兴趣爱好，丰富了学生的课余生活，让学生在活动中增长见识，拓宽知识面。其他培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对“双减”的理解和配合，避免从家庭角度增加学生过重的课业负担；主动征求来自家长的意见，交流教育学生自觉学习的有效方法。

（三）提高师德修养。

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格，对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）保障学生睡眠时间。

教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性,学校建立学生睡眠质量监督机制。

2、教师不得占用学生休息和活动时间集中上课。

2024年中小学课后服务工作方案

为切实做好我校学生放学后延时服务工作，促进学生健康、快乐、幸福成长，帮助家长解决无法按时接送孩子的难题，根据教育部办公厅《关于做好中小学生课后服务工作的指导意见》和省教育厅、省发改委、省财政厅、省人力资源、社会保障厅《关于全面推进小学生课后服务工作的指导意见》文件要求，结合我校实际，经校领导班子会议研究后，特制定“XX学校课后服务工作实施方案”。

一、目的意义

针对我校下午放学后存在接送难问题开展课后延时服务，是利用学校在管理、人员、场地和资源等方面的优势，在学校规定的课程教学之外开展的便民性服务措施，是坚持以生为本育人理念、促进学生健康成长，更好地办人民满意教育的重要改革举措，更是主动回应家庭需求，回应社会关切，进一步增强教育服务能力、使人民群众具有更多获得感和幸福感的民生工程。

二、工作原则

我校在课后服务工作中应坚持以下原则：

1.坚持学生自愿原则。在家长学生自愿的前提下，由家长根据家庭所需向学校提出书面申请。

2.坚持公益服务原则。学生延时服务应充分遵循公益性、服务性原则，不以营利为目的。3.坚持安全至上原则。各班、小组加强安全教育，强化安保工作，做到有人监管、有安全措施、有统一组织，确保师生安全。

三、组织机构

为确保放学后延时服务工作能够扎实有效开展，成立放学后延时服务工作机构。

组长：xxx

副组长：xxx

成员：xxxx

四、具体要求

(一)课后服务对象课后服务工作主要针对放学后家长接送困难、在家无人照料的学生。

(二)课后服务时间课后服务时间为学校工作日早上上课前、午间休息和下午放学后（周四教师学习除外)，一般情况下冬季到17:00，夏季到17:30。

(三）服务形式早间以巡视看护为主，组织早到校学生开展晨间诵读;

午间以午间配餐和午休为主；下午放学后以有组织的社团活动及其他学习活动为主。

(四)课后服务内容主要内容有辅导学生有效完成作业，并进行重点、难点的指导和辅导；

带领学生观看具有教育意义的优秀影片和学习资源;在各个开放书架、班级图书角或是图书馆进行自主阅读;带领学生参与各类科普、体育和娱乐游戏、社团等活动，也可以安排其它适合学生身心发展的活动育人课程。

(五)课后服务程序我校充分利用在管理、人员、场地、资源等方面的优势，积极开展课后服务工作，坚持学生家长自愿的原则，学校事先向家长告知服务方式、服务内容、安全保障措施等，建立服务内容公示、学生选择、家长申请、班级审核、校长审定、学校组织实施的工作机制。

由家长向学校提出托管申请，学校审核申请并与家长签订相关协议书，明确双方权利义务和责任分工。

五、工作保障

(一)组织保障

1.成立领导小组课后看护工作领导小组组长由校长担任，分管德育副校长为副组长，组员由学校行政班子成员，年级组长组成。负责制定学校《进一步加强课后服务工作方案》，进行学校“课后服务”工作的统筹、安排与管理。

2.成立家校联动小组家校联动小组组长由分管德育副校长担任，组员由德育教导、年级组长、班主任组成。负责学生需求排摸，做好学校“课后服务”的相关申请、审核，与家长的沟通、联络等工作。严禁以任何方式强制或变相强制学生参加或不参加，杜绝拒不承认家长真实需求、无正当理由拒不提供课后服务现象。定期通过学生、家长座谈会等方式收集学生、家长对课后服务的意见建议，不断提高服务效果。

(二)经费保障

1.将延长看护工作纳入教师绩效考核管理范畴。通过绩效工资分配保障参与课后服务的在职教职工的劳务所得，并将服务态度、工作量纳入教职工绩效考核管理工作之中，多劳多得，优绩优酬。

2.看护工作所需的设备、维修、服务等费用由学校经费支出，不向参加的学生及其家长收取任何费用。

(三)安全保障

1.完善安全管理制度和应急预案，强化安全检查和门卫登记等管理制度。

2.落实看护学生考勤、监管、交接班制度，延长看护期间，家长不随便进校。

3.切实消除场地、设施、消防、饮水卫生、传染病疫情、安全保卫等方面的安全隐患。流行病传染高峰期、空气污染、突发事件，出于学生安全考虑，学校及时调整活动安排并告知家长。

4.看护人员对看护期间的安全负有第一责任，看护期间做到三个“关注”:学生有否无故缺席，学生参加看护期间有否身体不适，六点后家长有否准时接走学生。

5.学校管理人员加强巡视，关注看护情况，关注看护结束校园内有否滞留学生等，发现问题及时处理，并在第一时间与相关人员联系。

**第三篇：XX小学开展“双减”工作实施方案**

XX小学开展“双减”工作实施方案

为认真贯彻落实《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》的文件精神，切实减轻小学生过重课业负担，全面实施素质教育，全面提高学生的综合素质和创新能力，努力提高我校办学水平和教育质量，结合我校实际，特制定本实施方案。

一、指导思想

按照市、县教育局的相关文件要求，强化学校教育主阵地作用，学校以切实减轻学生课业负担为突破口，以精致化管理为抓手，以课堂教学改革为主阵地，以强化德育、提升自主学习能力为重点，深入探索增效的策略、方法和途径，逐步建立和完善双减的长效机制，稳步提高素质教育实施水平。

二、领导小组

组

长:XXX（校长)

副组长:XXX(副校长)

XXX(副校长)

XXX（实习副校长）

XXX（实习副校长）

XXX（教导主任）

成员:级主任、班主任、教研组长

组长及副组长负责学生双减工作方案制度的制定、实施及督查工作，各个成员是学生双减工作的具体实施者及宣传者。

三、具体实施

1.广泛宣传，正确认识“双减”辩证关系

召开教师会议，组织学习“双减”工作的有关文件，领会精神实质，深刻理解“双减”的深远意义。利用网络平台、电话等多种形式，向家长、学生宣讲素质教育观、全面发展观，做好双减的宣传工作，取得家长和社会的理解、支持和监督，形成合力共同做好双减工作。

2.“增效”双减，创新推进双减工作

构建新的学科教学常规，规范教学行为，组织全体教师学习教学常规管理制度，学习各科课程标准,明确各科、各年级段的阶段目标,规范自己的教学行为。严格执行作息时间，落实大课间活动，保障学生睡眠时间。教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性，确保学生每天不少于10小时有质量的睡眠。课间和午间不得占用学生休息和活动时间集中上课。学校严格按照制定的“作息时间表”按时作息，学生上午不早于8：20进行教学活动，并科学制定“课程表”和“课后服务表”。每天不少于60分钟的阳光体育大课间活动，让学生在老师的组织下真正动起来，不断提高活动效率，校内和校外运动时间不少于2小时。加大课程整合力度，根据学生发展以及学校特色发展的需求，科学设置各类兴趣小组和社团活动，保证活动正常开展。

3.优化作业设计，严格控制家庭作业量。

要求一、二年级不留书面家庭作业，不进行纸笔考试，三至六年级作业要适当，语数英作业总时长要在1小时内完成，作业设计力求形式多样，分层布置，充分挖掘学生的潜力，发展学生的思维，培养学生的能力。实行班主任负责制，负责协调控制语数英等各科作业总量。同时教师每天都要认真批改作业，强化面批讲解，及时做好反馈。严禁教师布置惩罚性的作业，杜绝将学生作业变成家长作业或要求家长检查批改作业。做好各年级各学科的差生跟踪，建立好学困生跟踪档案，制订培优补差方案，努力使不同的学生都能获得最大的发展。

4.搞好校本培训活动，成立各年级语数质量组。

提高教师的综合教学能力，提高课堂教学效益，不搞课外延伸(补课)，确保“双减”不减教学质量，加强教师教学常规的执行意识；加强教学研究，提高教师优化教学设计和课堂教学过程的能力；加强信息技术和学科教学的整合研究，发挥多媒体辅助教学的强大优势，优化教学手段,提高教师的有效教学能力。

5.学校要建立由校领导和学校中层组成的“课堂教学改革指导小组”，开展随堂听课，了解课堂教学现状，进行有针对性的一对一指导，同时为尝试改革课堂教学模式积累第一手资料，提高全体教师的课堂驾驭能力。

6.推动课后服务全覆盖。每天至少开展2小时，结束时间与当地正常下班时间相衔接，不断提高课后服务质量。

7.从严管理教材、教辅。严禁滥派、滥订、滥发和搭载各种教辅材料，加强教辅材料进校园检查管理，任何单位和个人不得进入学校宣传、推荐、推销任何教辅材料。规范校园学习类APP使用管理，凡未经审查备案的APP，学校、教师不得要求学生使用。

**第四篇：学校关于2024年小学开展“双减”工作实施方案**

学校关于2024年小学开展“双减”工作实施方案

一、指导思想

为认真贯彻主管教育部门文件精神，全面推进素质教育，切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展；本着对学生未来负责的态度，进一步把上级关于“双减”的要求落到实处，科学把握“双减“的精神实质，特制定本方案。

二、实施细则

（一）严格执行课程计划。

严格根据《市义务教育课程计划》，开齐开足课程。教师严格按照各学科课时量安排教学，不得以任何理由增减课程和课时。任课教师严格按课表上课，遵守课堂秩序和教学规范，不得随意调课、占课，不得随意剥夺学生上课权。学校在校务公开栏上公布课表、作息时间表，主动接受社会、家长的监督。各科教学要严格按照市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。

（二）加强有效教学研究。

提高教研活动质量各教研组认真制定教学计划和进度，确保日常教学活动的正常有序。由教研组长负责，各教研组围绕本学期教学重难点积极开展各项教研活动。本学期各学科以“向课堂教学要质量”为主题，组织教师上公开课、空对空等教学活动，促进教师专业发展和业务水平的提高。

提高课堂教学质量优选教学方法，提高课堂教学效率。教学方法是教学过程中最活跃的因素。教师善于启发，学生才能善于主动思考、愉快学习。在讲解过程中启发学生思考生疑，促进知识迁移。为了保证课堂的有效、高效，每位教师在课堂中必须精讲精练。尽可能多的把时间留给学生，让学生进行多读精练。教师的语言要简练，与课堂教学无关的话不说，保证课堂教学的高容量性。优化学习方式，提高学生学习效率。根据学生实际情况，引导学生掌握适合自己的学习方式。语文学科重基础规范的养成，重个性化体验感悟、表达；数学学科提倡独立探究与合作交流相结合，重视思维训练和实践能力的培养。落实导优辅差工作，促使学生全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生“的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。这样既减轻了大部分学生的负担，也满足了不同层次的学生对学习的要求。加强特色备课精心备课。采用集体备课与个人修改相结合的方式。教师以教研组为单位，在充分吃透课标、钻研教材、了解学生的基础上实行集体备课，形成教案。各教师在集体备课的基础上根据自己的教学特点、本班学生实际情况对教案进行调整和修改，努力提高课堂教学效果。精选教学内容。根据学生的实际需要，对所学教材的内容做出适当的调整与增删，以学生现有发展水平为出发点，着眼于学生将来的发展，使学生“满负荷”地学习，促使学生的潜能得到最大的发展。精心设计练习老师精心设计课内外练习，减轻重复性作业、避免机械性作业。在“练”字上下功夫，练习贵在得法，重在教会学生练习的方法与技巧，使减负真正落到实处。根据学生的学情，分层设计作业，提倡设计可供学生自主选择的作业，使每个学生都得到不同的发展。严格控制作业量和作业时间。一、二年级不布置课外书面作业，三至六年级学生书面作业时间平均每天不超过1小时。加强教学质量监控“减负”不是取消考试，而是要求改考试的内容与方法，使考试不再变成“学生的敌人”，符合教学规律的检测是必须的、必要的。我校将严格控制考试次数和难度，少考多练，提高学生的学习积极性，增强学生的成功感。积极开展各项竞赛积极采取有效措施，努力做到减“负”不减“质”。通过认真的调查研究，制定切实可行的实施方案，并根据学生的需求，让学生自由选择，在各门学科间开展相应的活动，培养学生的兴趣爱好，丰富了学生的课余生活，让学生在活动中增长见识，拓宽知识面。其他培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对“双减”的理解和配合，避免从家庭角度增加学生过重的课业负担；主动征求来自家长的意见，交流教育学生自觉学习的有效方法。

（三）提高师德修养。

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格，对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）保障学生睡眠时间。

教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性，学校建立学生睡眠质量监督机制。2、教师不得占用学生休息和活动时间集中上课。

三、领导小组

组长：校长

副组长：副校长

成员：全体教师

一是宣教结合推动“双减”。

“宣”就是通过电视、广播、报纸、网络等媒体广泛宣传国家和省里政策，在吉林省教育厅网站设立专区，在吉林教育电视台开辟专栏，在学校和校外培训机构实现制度上墙、进宣传窗等。“教”就是通过专题教育、主题班队会、载体性活动、签订教师承诺书、致家长一封信等，营造家校协同育人良好氛围。

二是疏堵结合推动“双减”。

“疏”就是校内提质减负，进一步提升中小学教育教学质量，坚持“零起点教学”，严禁削减或挪用体育、音乐、美术等课程课时和随意提高教学难度、加快教学进度，严控书面作业总量，全面开展课后服务，强化学校的育人功能。“堵”就是规范校外培训机构，持续开展专项治理，严禁“超标”“超前”培训，整治培训机构唯利是图、超范围经营、错误言论、虚假广告等不良行为，构建培训机构规范有序发展的长效机制。

三是放改结合推动“双减”。

“放”就是把教育教学的自主权还给学校，树立正确的政绩观和科学的教育观，坚决克服评价标准中的“唯升学”“唯分数”倾向。重点加强对学校落实国家课程方案和课程标准、加强师德师风建设、规范办学行为等方面的监督管理，确保正确办学方向。“改”就是推进考试招生改，全面实施义务教育和普通高中“公民同招”，不得以各类考试、竞赛、培训成绩或证书证明等作为招生依据，不得以面试、评测等名义选拔学生。实施基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，进一步完善优质普通高中招生指标到校政策，确保名额分配比例不低于75%。

四是监管结合推动“双减”。

“监”就是强化监督，各级教育行政部门和学校都设立公开举报电话和监督平台，畅通社会监督，受理减负举报。吉林省教育厅研发中小学作业、睡眠、手机、体质管理监测平台，时时监控和评估“双减”成效。“管”就是重拳治乱，将“双减”工作作为督导“一号工程”，纳入对县级政府履行教育职责督导评价和责任督学日常监管的重要内容。继续实施教育厅领导包保市（州）制度，充分运用通报、约谈、挂牌督办等手段，持续深入各地开展检查指导。同时，强化教育、市场监管、民政、人社等多部门综合治理合力，多部门联动抓“双减”，切实提升人民群众的教育获得感和幸福感。

XXX市落实学生作业、睡眠、手机、读物、体质“五项管理”规定工作方案——十大举措抓五项管理为学生减负

为切实减轻学生过重课业负担，按照教育部加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理(简称“五项管理”)的部署和要求，我市制定关于加强中小学“五项管理”十项举措的通知。方案具体内容如下。

1.将“五项管理”明确为必须年底见成效的2024年教育督导一号工程的重大行动。

2.各级教育行政部门、学校要成立落实“五项管理”工作的领导机构，全面加强对学校和校外培训机构办学行为的管理。

3.实行属地化管理，把落实“五项管理”作为攻坚项目，逐条逐项抓好落实。对辖区内注册登记或备案的线上培训网课平台、网络游戏制定规范管理办法，提出具体要求。

4.各中小学要将“五项管理”要求纳入学校政治学习和师德师风专题学习内容。

5.各市州、县教育行政部门和学校、教师要层层签订落实“五项管理”目标责任书。

6.要将“五项管理”相关要求纳入教育政策宣讲内容，引导广大师生、家长和社会共同监督学校办学行为。7.学校和教师要签订一份承诺书，公开承诺将“五项管理”融入日常教育教学工作；家长要签订一份承诺书，确保学生在家科学作息、学习、锻炼。

8.要将落实“五项管理”作为“一把手”工程，“五项管理”工作成效要作为教育行政部门、学校、校长、教师评优评先、绩效工资发放、职务职称晋升的重要依据。同时，对学校和校长建立违反“五项管理”要求的问责制度。

9.要主动接受学生、家长和社会对“五项管理”落实情况的监督，对群众举报的各类问题、舆情或质询要在第一时间展开调查，实事求是处理处置、解答回复。要对“五项管理”落地见效情况进行督查，对问题突出的地区、单位和个人依法依规严肃追责问责。

10.评选一次落实“五项管理”的优秀案例，树立先进典型。

**第五篇：「推荐」2024年学校开展“双减”工作实施方案**

【推荐】2024年学校开展“双减”工作实施方案2篇

2024年学校开展“双减”工作实施方案1

一、指导思想

为认真贯彻主管教育部门文件精神，全面推进素质教育,切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展；本着对学生未来负责的态度，进一步把上级关于“双减”的要求落到实处，科学把握“双减”的精神实质，特制定本方案。

二、实施细则

（一）严格执行课程计划。

严格根据《市义务教育课程计划》，开齐开足课程。教师严格按照各学科课时量安排教学，不得以任何理由增减课程和课时。任课教师严格按课表上课，遵守课堂秩序和教学规范，不得随意调课、占课，不得随意剥夺学生上课权。学校在校务公开栏上公布课表、作息时间表，主动接受社会、家长的监督。各科教学要严格按照市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。

（二）加强有效教学研究。

提高教研活动质量各教研组认真制定教学计划和进度，确保日常教学活动的正常有序。由教研组长负责，各教研组围绕本学期教学重难点积极开展各项教研活动。本学期各学科以“向课堂教学要质量”为主题，组织教师上公开课、空对空等教学活动，促进教师专业发展和业务水平的提高。提高课堂教学质量优选教学方法，提高课堂教学效率。教学方法是教学过程中最活跃的因素。教师善于启发，学生才能善于主动思考、愉快学习。在讲解过程中启发学生思考生疑，促进知识迁移。为了保证课堂的有效、高效，每位教师在课堂中必须精讲精练。尽可能多的把时间留给学生，让学生进行多读精练。教师的语言要简练，与课堂教学无关的话不说，保证课堂教学的高容量性。优化学习方式，提高学生学习效率。根据学生实际情况，引导学生掌握适合自己的学习方式。语文学科重基础规范的养成，重个性化体验感悟、表达；数学学科提倡独立探究与合作交流相结合，重视思维训练和实践能力的培养。落实导优辅差工作，促使学生全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生”的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。这样既减轻了大部分学生的负担，也满足了不同层次的学生对学习的要求。加强特色备课精心备课。采用集体备课与个人修改相结合的方式。教师以教研组为单位，在充分吃透课标、钻研教材、了解学生的基础上实行集体备课，形成教案。各教师在集体备课的基础上根据自己的教学特点、本班学生实际情况对教案进行调整和修改，努力提高课堂教学效果。精选教学内容。根据学生的实际需要，对所学教材的内容做出适当的调整与增删，以学生现有发展水平为出发点，着眼于学生将来的发展，使学生“满负荷”地学习，促使学生的潜能得到最大的发展。精心设计练习老师精心设计课内外练习，减轻重复性作业、避免机械性作业。在“练”字上下功夫，练习贵在得法，重在教会学生练习的方法与技巧，使减负真正落到实处。根据学生的学情，分层设计作业，提倡设计可供学生自主选择的作业，使每个学生都得到不同的发展。严格控制作业量和作业时间。一、二年级不布置课外书面作业，三至六年级学生书面作业时间平均每天不超过1小时。加强教学质量监控“减负”不是取消考试，而是要求改革考试的内容与方法，使考试不再变成“学生的敌人”，符合教学规律的检测是必须的、必要的。我校将严格控制考试次数和难度，少考多练，提高学生的学习积极性，增强学生的成功感。积极开展各项竞赛积极采取有效措施，努力做到减“负”不减“质”。通过认真的调查研究，制定切实可行的实施方案，并根据学生的需求，让学生自由选择，在各门学科间开展相应的活动，培养学生的兴趣爱好，丰富了学生的课余生活，让学生在活动中增长见识，拓宽知识面。其他培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对“双减”的理解和配合，避免从家庭角度增加学生过重的课业负担；主动征求来自家长的意见，交流教育学生自觉学习的有效方法。

（三）提高师德修养。

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格,对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）保障学生睡眠时间。

1、教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性，学校建立学生睡眠质量监督机制。

2、教师不得占用学生休息和活动时间集中上课。

领导小组

组长：校长

副组长：副校长

成员：全体教师

一是宣教结合推动“双减”。

“宣”就是通过电视、广播、报纸、网络等媒体广泛宣传国家和省里政策，在吉林省教育厅网站设立专区，在吉林教育电视台开辟专栏，在学校和校外培训机构实现制度上墙、进宣传窗等。“教”就是通过专题教育、主题班队会、载体性活动、签订教师承诺书、致家长一封信等，营造家校协同育人良好氛围。

二是疏堵结合推动“双减”。

“疏”就是校内提质减负，进一步提升中小学教育教学质量，坚持“零起点教学”，严禁削减或挪用体育、音乐、美术等课程课时和随意提高教学难度、加快教学进度，严控书面作业总量，全面开展课后服务，强化学校的育人功能。“堵”就是规范校外培训机构，持续开展专项治理，严禁“超标”“超前”培训，整治培训机构唯利是图、超范围经营、错误言论、虚假广告等不良行为，构建培训机构规范有序发展的长效机制。

三是放改结合推动“双减”。

“放”就是把教育教学的自主权还给学校，树立正确的政绩观和科学的教育观，坚决克服评价标准中的“唯升学”“唯分数”倾向。重点加强对学校落实国家课程方案和课程标准、加强师德师风建设、规范办学行为等方面的监督管理，确保正确办学方向。“改”就是推进考试招生改革，全面实施义务教育和普通高中“公民同招”，不得以各类考试、竞赛、培训成绩或证书证明等作为招生依据，不得以面试、评测等名义选拔学生。实施基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，进一步完善优质普通高中招生指标到校政策，确保名额分配比例不低于75%。

四是监管结合推动“双减”。

“监”就是强化监督，各级教育行政部门和学校都设立公开举报电话和监督平台，畅通社会监督，受理减负举报。\*\*省教育厅研发中小学作业、睡眠、手机、体质管理监测平台，时时监控和评估“双减”成效。“管”就是重拳治乱，将“双减”工作作为督导“一号工程”，纳入对县级政府履行教育职责督导评价和责任督学日常监管的重要内容。继续实施教育厅领导包保市（州）制度，充分运用通报、约谈、挂牌督办等手段，持续深入各地开展检查指导。同时，强化教育、市场监管、民政、人社等多部门综合治理合力，多部门联动抓“双减”，切实提升人民群众的教育获得感和幸福感。2024年小学关于开展“双减”工作实施方案

深入贯彻总书记关于“双减”工作的重要指示批示精神，严格落实中央决策部署，从教育“国之大计，党之大计”的政治高度，将建设更高质量的教育体系和提高立德树人的成效，作为“双减”工作的最主要目标。为认真落实“双减”政策，落实立德树人根本任务，服务中小学生德智体美劳全面发展。我们学校积极行动起来，力争走前头作表率，特制定本方案。

一、指导思想

认真学习领会中央文件精神，全面准确把握“双减”要义，把思想和认识统一到党中央、国务院重大部署上来，提高政治站位，强化责任担当，努力抓好“双减”工作落实。学校通过召开会议、线上学习等方式组织全体教职员工认真学习和研究，加紧落实“双减”的各项工作。

二、总体目标与工作原则

1.校内校外双向发力，稳妥推进，分步实施，确保学生过重作业负担和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应精力负担于2024年底前有效减轻、两年内成效显著，人民群众教育满意度明显提升。

2.校内服务要提质增效充分发挥学校育人主渠道作用，加大改革力度，统筹校内校外教育资源，统筹课内课后两个时段，对学校教育教学安排进行整体规划，全面系统打造学校育人生态。提升校内教育服务质量，构建高质量教育体系，让每个学生在校内能够学得会、学得好、学得足。

3.校外培训要规范有序坚持从严治理，全面规范校外培训机构，防止无序扩张，严查各类违规培训和侵害群众利益的行为，为学生全面健康成长创造有利环境。

4.坚持育人为本、回应关切。遵循教育规律,从有利于学生身心健康成长出发,整体提升学校教育教学质量和服务水平,积极回应社会关切与期盼,减轻学生和家长负担。

5.坚持依法治理、标本兼治。严格执行义务教育法、未成年人保护法、民办教育促进法等法律规定,坚持校外培训的公益属性,注重源头治理、系统治理、综合治理。

6.坚持统筹推进、稳步实施。严格落实国家有关规定,积极推广典型经验,深入探索推进重难点问题治理,确保“双减”工作平稳有序。

三、实施细则

(一)强化学校育人主体地位，从根本上满足学生多样化教育需求，确保学生在校内学会、学足、学好。

1.有效减轻学生过重作业负担。这是减轻课内负担的重要切入点。一是统筹作业管理。进一步完善作业统筹管理机制，学校制定作业管理办法，建立作业校内公示制度，公开班级各学科作业，加强质量监督。作业必须在课内布置，作业难度不得超过国家课标。不得布置机械重复、惩罚性作业。严禁给家长布置作业或要求家长检查、批改作业。二是控制作业总量。小学一、二年级不布置家庭书面作业，可在校内适当安排巩固练习；小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟；初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。个别学生经努力仍完不成书面作业的，也应按时就寝，确保充足睡眠。三是加强作业设计指导。将作业设计纳入教研体系，系统设计符合学生年龄特点和学习规律、体现素质教育导向、涵盖德智体美劳全面育人的基础性作业，鼓励布置分层、弹性、个性化作业。教师要指导小学生在校内基本完成书面作业，初中生在校内完成大部分书面作业。不得要求学生自批自改作业。四是用好课余时间。学校和家长要引导学生放学回家后完成剩余书面作业，进行必要的课业学习，从事力所能及的家务劳动，开展适宜的体育锻炼、阅读和文艺活动等。引导学生合理使用电子产品和网络，保护视力健康，防止网络沉迷。家长要积极与孩子沟通，关注孩子心理健康，帮助其养成良好学习生活习惯。寄宿制学校要统筹安排好课余学习生活。

2.提高课后服务水平。包括整体规划设计，丰富服务内容，提供菜单式课后服务项目和内容，供学生自愿选择，切实增强课后服务的吸引力；（1）学校充分利用课后服务时间，指导学生完成作业，积极开展丰富多彩的综合素质拓展类活动；（2）拓宽服务渠道，引入社会优质资源和优质师资参与课后服务，发挥好少年宫、青少年活动中心等校外活动场所在课后服务中的作用；（3）做强做优免费线上学习服务，完善线上公共教学平台，打造“双师课堂”等。

3.提高校内教育教学质量。（1）包括扩大优质资源覆盖面，缩小城乡、区域、学校间教育水平差距，促进义务教育优质均衡发展，大比例促进干部教师区域内流动；（2）规范教育教学秩序，小学一年级坚持“零起点”教学，学校不得组织任何形式的招生、分班考试，严禁划分重点班、实验班。

4.提高课堂教学质量，提升学生在校学习效率；不断深化高中招生考试方式改革，依据不同科目特点，完善考试和成绩呈现形式，进一步提升中考命题质量，逐步提高优质普通高中招生指标分配到区域内初中的比例等。

5.提升校内教育教学质量，保证学生在校学足学好。一是规范教育教学秩序。严格落实国家课程方案和课程标准，开齐开足开好国家课程，严格规范教材使用。学校不得随意增减课时、提高难度、加快进度，小学一年级坚持“零起点”教学。降低考试压力，改进考试方式，考试成绩呈现实行等级制。学校不得利用国家法定节假日、休息日及寒暑假期，组织义务教育阶段的未成年学生开展任何形式的集体补课，不得组织任何形式的招生、分班考试，严禁划分重点班、实验班。二是提高课堂教学质量。落实课堂教学基本要求、基本规范和基本规程，优化教学方式，强化教学管理，积极推进“空中课堂”“双师课堂”“融合课堂”建设，提升学生在校学习效率。加强学科建设和教研管理，切实提高教学质量。三是深化高中招生改革。积极完善基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，不断深化高中招生考试方式改革。坚持以学定考，进一步提升中考命题质量。逐步提高优质普通高中招生指标分配到区域内初中的比例，规范普通高中招生秩序。四是纳入质量评价体系。认真落实义务教育质量评价指南，将“双减”工作成效等情况作为区、校义务教育质量评价的重要内容。

5.促进家校社协同进一步明确家校育人责任，密切家校沟通，创新协同方式，推进协同育人共同体建设。教育部门要会同妇联等部门，办好家长学校或网上家庭教育指导平台，推动社区家庭教育指导中心、服务站点建设，指导学校建立定期家访制度，完善家长培训体系，引导家长树立正确的育儿观、成才观，精准分析学生发展需求，理性确定孩子成长预期，努力形成减负共识，为学生成长营造良好环境。

（三）提高师德修养。

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格,对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）强体能保健康，多方位提升体质健康。

1、初中部、小学长期坚持开展形式多样的阳光体育运动，保证学生每天锻炼一小时科学化、规范化、制度化、常态化。不断强化中小学体育课程教学管理，同时以阳光体育运动为抓手，打造学校体育“一校一品一特色”；抓好各类体育竞赛活动，为学生养成终身体育锻炼习惯奠定良好基础。

2、秋季学期正式实施的方案因地制宜、创新形式，做到“全校各年级每天一节体育课”外，还在丰富大课间活动、开展课后体育锻炼、抓好体育竞赛等方面打出组合拳，让孩子们在体育锻炼中享受乐趣、增强体质。

3、进行体育教师招聘，确保学校在不断完善“基础—普惠—兴趣—特长”四级体育课程的基础上，为全体学生每天安排一节体育课。

4、小学通过调整课程结构，整合教学课程时长保证每个年级每天开设一节体育课。

5、初中部通过开展形式多样的大课间活动和课后体育锻炼，保障每天锻炼1小时，提高学生的身体素质，并举办校园运动吉尼斯活动，激发学生对体育活动的兴趣，促进学生的身心健康。

6、进行脊柱侧弯检测将进行秋季（体育与健康）质量监测，监测内容包括“健康生活方式（问卷调查）”“运动技能”“脊柱侧弯”三部分。通过监测促进学校按规定开足开齐开好体育课程，让孩子健康成长。学校还将定期对学生进行视力监测，建立学生视力监测、预警干预及健康管理机制，同时加强科普宣传，指导家庭正确开展近视防控工作，促进学生的视力健康。

（五）减轻校外培训负担实施策略

1.丰富校内课后服务活动内容

（1）在校早餐、午餐服务:本校食堂为全校师生提供早餐,也为师生有需求的学生提供午餐服务。中小学生早餐、午餐由学校食堂统一供应,学校要为学生提供卫生、安全的就餐环境,建立健全食堂及学生集体用餐卫生管理制度。学校食堂必须严格执行食品安全相关法律法规要求,落实学校食品安全主体责任,取得合法的食品经营许可资质,按要求配备符合条件的专职食品安全管理员。同时,要建立健全学校食品安全各项管理制度并确保有效实施,加强对大宗食品原料供应商、集体配餐企业食品安全的日常管理,以及对从业人员食品安全宣传教育和规范管理。

（2）在校午休服务:一般安排在教室,或经过改造具备一定条件的图书馆、阅览室、多功能室、体育馆等场所,并均应具备消防安全使用条件。条件较优越场所应优先提供给低年级学生使用。

（3）课后托管服务:提升学校课后服务水平安排分2阶段、并可适当引进非学科类培训机构：1)整体规划设计上补充道，第一阶段完成体育锻炼，保障学生每日1小时体育锻炼时间；第二阶段开展课业辅导和综合素质拓展类活动，结束时间原则上不早于17点30分。2)拓宽服务渠道上补充道，课后服务不能满足部分学生发展兴趣特长等特殊需要的，教育部门可通过遴选，适当引进非学科类培训机构参与课后服务，并建立评估退出机制。

2.扩面提质，大力推动课后服务育人（1）新学期，将在全面提供晚托服务的基础上启动午托服务，从整体上扩大课后服务面。试行“无边界课堂”，引入高校教师、科研人员、大学生志愿者等校外优质资源为学生开设讲座。将“无边界课堂”安排在周一至周五的下午课后服务时段和周末时间。活动时间要求:周一至周五下午第三节课。（2）社团活动晚托分为托管班和社团活动。为学习有困难的学生进行辅导与答疑，指导学生继续完成作业；为学有余力的学生拓展学习空间，开设京剧、合唱、电子琴、田径、篮球、啦啦操、乒乓球、人工智能等社团活动。（3）学生体质锻炼实施多样化的课后育人活动，充分利用社会教育资源，调整改进课后服务方案，促进学生多元兴趣发展，促进师对生学业指导，培养学生自主学习意识与能力，解决学生疑难。

四、保障措施

一是全面加强组织领导。

全面加强党对“双减”工作的领导，充分发挥党委和政府的组织领导作用，中小学校党组织认真做好教师思想工作，充分调动广大教师积极性、创造性。校外培训机构要加强自身党建工作，发挥党组织的战斗堡垒作用。

二是明确部门工作职责。

落实工作机制，“双减”工作专班做好统筹协调工作，研究解决重点难点问题，进一步完善工作例会和定期调度机制，定期报告工作进展，确保“双减”工作取得实效。

三是强化监督检查。

建立责任追究机制，对责任不落实、措施不到位的属地、部门、学校及相关责任人，要依规依纪依法严肃追究责任。督查结果纳入绩效考核。

四是加强宣传引导。

及时总结“双减”推进工作中的好经验好做法，并做好宣传推广。

五是稳妥推进实施。

坚决贯彻落实中央要求，准确把握“双减”政策。

中小学学校开展作业、睡眠、手机、读物、体质五项管理工作调查问卷

为落实教育部《关于加强中小学生手机管理工作的通知》《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》《中小学生课外读物进校园管理办法》等文件精神进一步做好未央区中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质等五项管理工作,促进学生身心健康发展。经研究，决定在我市范围内开展中小学生五项管理工作调研。特设计此问卷调查学生情况，请各位家长陪同学生完成以下问卷。

1.您孩子就读的学校是?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.性别

A、男B、女

3.您的孩子几年级学生?

A、一年级B、二年级C、三年级D、四年级E、五年级F、六年级.G、七年级H、八年级I、九年级

4.平均每天家庭作业大约花费多少时间?

A、1小时内B、1-2小时C、2-3小时D、3小时及以上

5、家长是否每天检查作业?

A、天天检查B、经常检查C、偶尔检查D、从不检查

6.作业内容是否超纲?

A、没有出现B、偶尔出现C、经常出现D、总是出现

7.你觉得作业对学习有帮助吗?

A、非常有帮助B、有帮助,但用处不大C、几乎没有帮助D、一点帮助都没有

8.平时每天睡眠时间是多久?

A、5-6小时B、6-7小时C、7-8小时D、8小时以上

9.学校是否允许带手机?

A、是B、否

10.每天平均使用手机是多长时间?

A、1分钟B、3分钟以内C、1-2小时D、2小时以上

11.一般用手机干什么?[多选题]

A、玩儿游戏,听音乐,看小说B、搜题,听网课,查资料C、聊天

12.天阅读课外读物的时间为多少?

A、3分钟以内B、3-6分钟C、1-2小时D、2小时及以上

13.平时阅读哪些课外书籍?[多选题]

A、中外名著B、教辅书籍C、流行小说D、期刊杂志

14.平均每年看多少《中(小)学生必读名著》?

A、1-2本B、3-4本.C、5本以上

15.每周几节体育课?

A、1节B、2节C、3节D、3节以上

16.上体育课的大部分时间是?[多选题]

A、自由活动B、老师教授体育技能C、练习体育考试项目D、队列队形E、大家一起做体育游戏

17.除体育课外,学校是否有组织课间活动、晨跑、体育运动兴趣小组等形式的课外体育活动

A、有

B、没有

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！