

乾县教育局文件

乾政教发〔2021〕54号



乾县教育局 关于落实中小学“五项管理”工作 实施方案

各高（职）中、初中、九年制学校、学区及局直属学校：

为了加强我县中小学生学习作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”工作，全面促进中小学生健康成长，根据《教育部办公厅关于加强义务教育学校作业管理的通知》（教基厅函〔2021〕13号）、《教育部办公厅关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》（教基厅函〔2021〕11号）、《教育部办公厅关于加强中小学生手机管理工作的通知》（教基厅函〔2021〕3号）、《教育部关于印发〈中小学生课外读物进校园管理办法〉的通知》（教材〔2021〕2号）、《教育部办公厅关于

进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》(教体艺厅函〔2021〕16号)精神及省市“五项管理”相关文件要求,结合我县实际,特制定本方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的教育方针,坚持“五育并举”,落实立德树人根本任务,推进育人方式改革,全面发展素质教育,规范学校办学行为,扭转不科学的教育评价导向,引导全社会树立科学教育质量观和人才培养观,促进中小学生健康成长,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、工作目标

精准把握作业育人功能,坚决扭转作业数量过多、质量不高、功能异化等突出问题;加强中小学生睡眠及午间休息管理,确保学生享有良好的睡眠;加大中小学生手机进校园管控力度,确保必要时学生能和家长正常沟通交流;规范课外读物进校园管理,充分发挥课外读物育人功能;加强中小學生体质管理,确保切实提高中小学生体质健康水平。

三、领导小组

组 长: 侯 佼

副组长: 董 昱、张 威、陈团委、陈 洋、孙勇波、刘宏让、刘小龙

成 员: 机关各股室负责人、各中小学校长

四、主要任务

（一）加强作业管理

1、**把握作业育人功能。**各校要遵循教育规律、坚持因材施教，严格执行课程标准和教学计划，坚持小学一年级零起点教学。在课堂教学提质增效基础上，切实发挥好作业育人功能，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、提高教育质量。

2、**严控书面作业总量。**各校要确保小学一二年级不布置书面家庭作业，可在校内安排适当巩固练习；三至六年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟；初中每天书面作业完成时间平均不超过90分钟。周末、寒暑假、法定节假日的家庭作业总量本着“合理、适度”的原则适当布置。作业量应根据中等水平学生的接受能力来设定。学生完不成作业的，家长出具证明，教师不得追究学生责任。

3、**精心选择作业内容。**作业要依据新课程标准和教材内容，认真精选具有典型性、代表性和启发性的题目，力求少而精，轻负高效，做到“一规范”“两杜绝”“三重视”“四不得”。“一规范”，规范作业资料。书面作业的布置范围限定在教材、教师自主设计的练习，学校要倡导教师合理改编现成作业，自主编制作业。“两杜绝”，杜绝惩罚性的作业，杜绝利用练习册

和各种复习资料不加选择直接布置作业。“三重视”，重视作业的层次性和趣味性，要难易适中，富有情趣和针对性；重视作业的自主性和探究性，给学生提供更大的自主创造空间；重视作业的实践性和创新性，让学生在实践中提高动手能力和创新意识，培养学生主动探究、勤于思考的良好习惯，从中体验成功的乐趣。“四不得”不得布置学生已经会做的和机械重复、大量抄写的作业，不得布置难度过大，超越学生能力需要家长完成或需要家长代劳的作业，不得要求家长批改教师布置的作业或纠正孩子的作业错误，不得要求家长通过QQ、微信等网络途径下载并打印作业。

4、创新作业类型方式。各校要根据学段、学科特点及学生实际需要和完成能力，创新作业形式。作业形式应力求灵活、多样、富有个性，充分调动学生的学习积极性和创造力，如：预习准备型、巩固练习型、口语表达型、观察积累型、实验操作型、搜集整理型、合作探究型、劳动服务型、实践体验型、拓展延伸型、主题研究型、调查访问型、发现创新型等。要控制基础性作业量，周末、法定节假日作业，提倡布置以拓展性、探究性、实践性、合作性为主要形式的作业。

5、提高作业设计质量。教师要提高自主设计作业能力，作业设计要立足课程目标，把握好重点和难点，紧扣教学进度和学习内容；要尊重学生学习上的差异，精准设计作业，精选作业内容，给学生自主选择的权利。要运用“必做作业+

选做作业”模式，使各层次学生都有收获；要依据学生身心发展规律布置灵活多变的作业，努力做到作业向生活开放、向思维开放、向个性开放、向兴趣开放等。鼓励学校系统化选编、改编、创编符合学习规律、体现素质教育导向的基础性作业。

6、加强作业完成指导。教师要充分利用课堂教学时间和课后服务时间加强学生作业指导，教给学生做作业的方法，持之以恒地培养学生认真完成作业的良好习惯，培养学生自主学习和时间管理能力，做好对学生作业的过程监督，引导学生在作业过程中进行符号标记，如用对号标出自己会做的，用三角号标出有思路但答案拿不准的，用问号标出不会做的等，指导小学生基本在校内完成书面作业，初中学生在校内完成大部分书面作业。

7、认真批改反馈作业。教师要对布置的学生作业全批全改，不得要求学生自批自改，强化作业批改与反馈的育人功能。作业批改要正确规范、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，特别要强化对学习有困难学生的辅导帮扶。严禁给家长布置或变相布置作业，严禁要求家长批改作业。

8、探索多元评价作业。作业的评价方式要多元化，对那些需要学生自学、实践、思考的探索性、开放性、创新性的作业或一些需时较长、一时交不上来的作业，如社会调查、

长篇名著阅读、实践性作业、研究性作业等，应建立科学的评价机制，有效发挥评价的诊断性、指导性和激励性，做好作业过程性监控，引导学生按照规定的日期高质量完成。

9、强化作业管理力度。各校要转变观念，树立正确的教育质量观，积极推及作业改革，积极探索校本作业，并建立相应的管理责任体系，明确作业研发、审核、总量控制等环节的责任人。县教育局将加大对各校作业管理的督查力度，严格责任追究制，对作业管理中问题较多、监管不力的学校进行通报批评。

（二）加强睡眠管理

1、建立完善制度和机制。各校要在广泛征求师生意见的基础上，制定符合学生身心发展特点、学习生活实际的睡眠管理实施细则。要把科学睡眠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、班团队活动以及科普讲座，大力普及科学睡眠知识。提高教师思想认识，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。指导学生统筹用好回家后时间，坚持劳逸结合、适度锻炼。指导家长营造温馨舒适的生活就寝环境，确保学生身心放松、按时安静就寝。

2、切实保障学生睡眠时间。教育部明确要求：根据不同年龄段学生身心发展特点，小学生每天睡眠时间应达到10小时，初中生应达到9小时，高中生应达到8小时。各校要加

强家校协作，共同努力，引导学生统筹用好回家后时间，确保学生充足睡眠时间。中午放学期间开展课后服务的学校要给学生提供午休场所，保障学生必要的午休。寄宿制学校要合理安排作息時間，确保学生达到规定睡眠时间要求。

3、科学安排学校作息时间。各校要从保证学生充足睡眠时间出发，结合实际情况，合理安排作息时间。小学上午上课时间一般不早于8:20，初中、高中一般不早于8:00；学校不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动，对于个别因家庭特殊情况需要提前到校的学生，必须做好摸底调查工作，完善工作台账，做到提前开门、专人看护、保证安全，让社会、家长满意。

4、合理安排学生就寝时间。各校要指导家长和学生，制定学生作息时间表，合理确定学生晚上就寝时间，促进学生自主管理、规律作息、按时就寝。小学生就寝时间一般不晚于21:20；初中生一般不晚于22:00；高中生一般不晚于23:00。个别学生经努力到就寝时间仍未完成作业的，家长应督促按时就寝不熬夜，确保充足睡眠；教师应有针对性帮助学生分析原因，加强学业辅导，提出改进策略，如有必要可调整作业内容和作业量。

5、严禁挤占学生睡眠时间现象发生。各校要紧抓“课堂革命”改革机遇，提升课堂教学实效，加强作业的整体设计和统筹管理，合理调控学生书面作业总量，避免布置简单、

大量、重复性的作业，指导学生充分利用自习课或课后服务时间，使小学生在校内基本完成书面作业，中学生在校内完成大部分书面作业，避免回家后作业时间过长，挤占正常睡眠时间。要引导家长根据孩子的实际情况选择适当的家庭教育方式，不给学生安排太多的家庭作业和辅导班，给孩子更多的时间发展自己的兴趣爱好，同时拥有更好的睡眠时间。校外培训机构培训结束时间不得晚于 20:30，不得以课前预习、课后巩固、作业练习、微信群打卡等任何形式布置作业，挤占学生休息时间。

6、加强学生睡眠监测督导。各校要高度重视做好中小学生学习睡眠管理与指导工作，将学生睡眠状况纳入学生体质健康监测和教育质量评价监测体系，充分利用现代信息技术手段，提高学生睡眠管理的科学性、针对性和实效性。县教育局设立监督举报电话（029—35521476），畅通家长反映问题和意见渠道，及时改进相关工作，确保要求落实到位，切实保障学生良好睡眠，促进学生身心健康。

（三）加强手机管理

1、明确管理要求。各校应当告知学生和家長，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，学校研究同意，进校后应将手机交由学校统一保管，禁止将手机带入课堂。

2、细化管理措施。各校应将手机管理纳入学校日常管理，

结合实际制定具体实施细则和相关规章制度，要明确手机进入校园的原则、程序和统一保管的场所、方式、责任人，提供必要保管装置，避免简单粗暴的管理行为。要坚持以人为本，充分考虑学生在校期间与家长沟通的需求，因校制宜，以适当的方式提供家长和学生联系的便捷途径。要加强课堂教学和作业管理，教师应通过课堂板书方式给学生当面布置作业，不得用手机布置作业，不得要求学生利用手机完成作业。

3、加强宣传引导。各校要将加强学生手机管理作为“优学风”活动的一项重要内容和抓手，广泛宣传，持续引导。要通过微官网、专题讲座、国旗下讲话、主题班会、团队会、心理辅导、校规校纪等多种形式，教育引导学生科学理性对待并合理使用手机，提高学生信息素养和自我管理能力，养成良好的学习习惯和用眼卫生习惯。

4、家校协同共育。各校要将手机管理的有关要求告知学生家长，讲清过度使用手机的危害性和加强管理的必要性，督促家长履行监管和教育职责，及时发现、制止和矫正孩子使用手机过程中的不当行为，严格控制学生居家使用电子产品，防止学生沉迷网络。家长老师及时保持沟通，掌握学生身心健康状况，形成家校协同育人合力。

（四）加强读物管理

1、激发阅读兴趣。强化对中小学生学习阅读的深入研究与指导，让阅读真正成为学生的学习习惯。各校要组织开展形式多样的阅

读活动，可设立读书节、读书角、阅读吧、书香亭和阅读长廊等，优化校园阅读环境，推动书香校园建设，使学生喜欢阅读，感受阅读的乐趣，引导学生爱读书、读好书、善读书，多读书、读经典，提高学生阅读兴趣，培养良好阅读习惯。发挥家长在学生课外阅读中的积极作用，营造家校协同育人的良好氛围。

2、科学推荐读物。学校是进校园课外读物推荐责任主体，负责组织本校课外读物的遴选、审核工作。推荐原则、程序按《教育部关于印发〈中小学生课外读物进校园管理办法〉的通知》执行。进校园课外读物推荐目录要向学生家长公开，坚持自愿购买原则，禁止强制或变相强制学生购买课外读物，学校不得组织统一购买。对家长自主购买推荐目录之外的课外读物，学校要做好指导工作。

3、加强图书室（馆）建设。各校要加强图书室（馆）建设，图书室（馆）购买课外读物按照《中小学图书馆（室）规程》有关规定执行，定期更新图书，提高图书室（馆）的使用率。鼓励在教室设置图书角、图书柜、小书箱等，方便学生阅读，丰富阅读体验。

4、建立督查机制。各校要加强对学生携带进入校园读物的管理，发现问题读物应及时予以有效处置，消除不良影响。县教育局建立进校园课外读物推荐报备制度，畅通社会和群众监督渠道，定期对进校园课外读物的推荐情况开展抽查，并将课外读物进校园有关情况纳入学校考评范围。

（五）加强体质健康管理

1、加强宣传教育引导。各校要加强对学生体质健康重要性的宣传，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 and 中小學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、刚性开足体育与健康课程。各校必须严格执行国家课程标准，开足开齐体育与健康课程，小学和初中每周4课时，高中每周3课时，鼓励有条件的学校每天开设1节体育课，严禁以任何理由挤占体育与健康课程、课时和学生校园体育活动。各校每学期初必须将课程安排表报局教育股审核备案。

3、切实保证体育活动时间。着力保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间。各校要加强学生校内体育活动管理，将学生校内体育活动纳入教学计划，列入作息时间安排，与体育课教学内容相衔接。全面落实大课间体育活动制度，中小學生每天统一安排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，确保学生校内每天体育锻炼1小时。建立学生校外体育家庭作业制度，加强与家长的沟通与指导，积极提供优质的锻炼资源，大力推广家庭体育锻炼活动，明确锻炼内容、锻炼强度和时长等方面的要求，不提倡安排大强度练习。

4、提高体育教学质量。体育教学要紧紧围绕提升学生核心素养，既注重运动技能培养，又重视健康知识教育，更注重体育品格、体育精神、体育道德的塑造，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，因材施教，关注学生体育能力和体质水平差异，结合学生兴趣爱好，让每位学生熟练掌握1—2项运动技能，形成良好的体育锻炼习惯，切实提高体质健康水平。开展体育教学研究，促进体育教学水平。

5、丰富体育活动内容。各校要结合自身实际，因地制宜，大力发展校园篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球运动，不断挖掘、打造体育优势项目，逐步形成“一校一品”、“一校多品”的学校体育特色，做到“人人有项目、班班有活动、校校有特色”。进一步挖掘民间体育，积极开展滚铁环、踢毽子、跳绳、武术等学生喜闻乐见、易于开展的传统健身项目，充实和丰富体育课程内容。积极组织开展学生运动会、校园篮球、足球、排球赛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。

6、做好体质健康监测。各校应全面贯彻落实《国家学生体质健康标准（2014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，建立完善以体质健康水平为重点的“监测—评估—反馈—干预—保障”闭环体系。学生健康体检每学年一次，建立体质健康电子档案，

做到一人一档，并随学籍变化实时转移。要认真落实面向全体学生的体质健康测试工作，规范测试操作程序，严格测试标准，科学分析测试数据，为针对性改善学生膳食营养及改进体育教学、开展运动训练提供依据。按照规定及时上报学生体质健康测试结果和数据。

7、综合防控近视。各校要严格落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》要求，完善中小学生视力状况监测机制，视力监测每学期2次。非学习目的电子产品使用单次不宜超过15分钟，每天累计不宜超过1小时；使用电子产品学习30-40分钟后，应休息远眺放松10分钟。避免不良用眼行为，监督并随时纠正孩子不良读写姿势，应保持“一尺、一拳、一寸”要求，读写连续用眼时间不宜超过40分钟。

8、健全责任机制。各校要将体质健康管理纳入学校的日常管理，定期召开会议进行专题研究，建立健康促进校长、班主任负责制，通过家长会、家长信、家访等形式加强与家长的沟通。要健全家校沟通机制，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。畅通家长反映问题和意见渠道，设立监督举报电话或网络平台，及时改进相关工作，切实保障学生体质健康科学管理。

五、工作要求

1、提高站位，充分认识实施“五项管理”的重要意义。“五项管理”是小切口、大改革，以小见方向、以小见责任、以小见

情怀，是全面贯彻党的教育方针、落实立德树人根本任务重要载体和具体行动，从不同方面体现着、贯穿着正确的育人方向。做好“五项管理”，促进学生健康成长，是教育系统的重大责任，也是解决广大家长急难愁盼的有力举措，各校要站在为党育人、为国育才的高度，增强工作使命感、责任感、紧迫感，细化工作措施，做细做实各项工作，确保工作有序推进，取得实效。

2、突出重点，准确把握“五项管理”的核心要义。管理目标要明确，要抓住工作重点，明确主攻方向，坚持效果导向，见到实实在在的成效。职责分工要清晰，要把管理责任进一步压实，制订重点任务清单，理清责任链条，明确责任人，切实做到守土有责、守土担责、守土尽责。工作方法要得当，要坚持“刚性约束”和“柔性管理”相结合，提高工作精准化精细化水平。

3、紧盯目标，扎实推进“五项管理”落地见效。教育部召开的全国中小学“五项管理”落实推进视频会提出，在本学期各地各校“五项管理”要全部落地，形成落实“五项管理”的浓厚氛围，年底要取得明显成效。各校校长作为学校“五项管理”工作的第一责任人，要切实履职尽责，建立健全符合学校实际的“五项管理”体制机制，确保有关要求落实到位，为学生身心健康成长提供有力保障。县教育局将对各校“五项管理”工作不定期开展督导检查，并将此项工作纳入学校考核，对工作落实不到位的学校及个人，按照相关要求严肃处理。

