

上海浦东新区民办协和双语学校关于落实“五项管理” 工作实施方案

为全面贯彻落实国家教育部和市教委关于“中小学生作业管理、睡眠管理、手机管理、读物管理、体质管理”（以下简称“五项管理”）等工作通知精神，进一步规范学校办学行为，减轻学生过重的课业负担，培养学生健康科学的生活方式，促进学生身心健康成长、全面发展，落实立德树人根本任务，我校结合实际，现制定实施细则如下。

一、 指导思想

全面贯彻党的教育方针，以教育部出台的关于加强中小學生“五项管理”相关文件精神为指导，结合上海市有关文件精神，落实立德树人根本任务，发展素质教育，确保“五项管理”规范化、科学化。

二、 工作目标

严格落实教育部关于加强中小学“五项管理”相关文件要求，进一步做好我校“五项管理”工作，减轻学生过重课业负担，营造有利于学生健康成长的环境，让学校的责任回归学校，让家庭的责任回归家庭，家校共育，综合施策，全面促进学生健康成长，培养德智体美劳全面发展的时代新人。

三、 领导小组

为进一步加强对学生“五项管理”的组织领导，特成立上海浦东新区民办协和双语学校“五项管理”领导小组，具体人员如下：

组长：金志明

副组长：蔡蓓

组员：尹霞、严晓英、高静怡、楼瑶青

四、 具体措施

(一) 加强作业管理

1. **严格作业设计。**教师要分学段、分学科从学与教的视角思考作业内涵，严格作业设计，研制作业内容，要根据学情分层布置作业。增强作业的科学性和针对性，规范作业布置，合理作业评价，在保证教学质量的前提下，力求少而精。
2. **严控作业总量。**小学一二年级不布置书面作业，小学三四五年级每天书面作业时间不超过 60 分钟，小学书面作业基本不出校，可以利用自习课或课后服务时间完成；初中作业难题基本不回家，每天书面作业时间不超过 90 分钟，学校要加强个性化辅导，难题尽量在学校完成。
3. **丰富作业形式。**常规作业要有利于巩固所学知识，每周布置次数符合学科要求；提倡布置实践性、活动性、探究性的特色作业，以激发学习兴趣。
4. **严肃作业批改。**教师必须亲自批改，做到作业“有发必收”、“有收必批”、“有批必改”、“有改必纠”。教师要认真及时地批改学生的作业以便及时检查教学效果和发现教学中存在的问题。对学生作业中存有的问题作好记录分析，对典型的情况要在下节课作简要讲解，要讲科学重实效。对少数学困生尽可能面批。不得给家长布置或变相布置作业检查任务，不得要求家长检查、批改作业。

(二) 加强睡眠管理

1. **保障学生睡眠时间。**要实现小学生平均每天睡眠时间达到 10 小时，初中生平均每天睡眠时间达到 9 小时，养成良好健康睡眠习惯，倡导形成中小学生科学的学习与生活方式。个别学生到就寝时间仍未完成作业的，班主任应督促按时就寝不熬夜，确保充足睡眠。
2. **规范学校作息時間。**严格执行上海市课程计划和作息时间的规定。小学上午上课时间不早于 8:20，中学不早于 8:00，学校不得要求学生提前到校参加统一教育教学活动，对于个别因家庭特殊情况提前到校的学生，学校应提前开门、妥善安置。合理安排课间休息和下午上课时间，将午休时间排进课表，午休时间不少于 30 分钟。
3. **开展作息宣传指导。**开展学生指导和家庭教育指导，倡导健康的家庭生活方式，合理确定晚上就寝时间。小学生就寝时间一般不晚于 21:20，初中生一般不晚于 22:00。督促家长保证学生按时就寝，指导家长提升帮助孩子养成良好睡眠习惯的意识和能力，赋能家长学会处理孩子电子产品和网络使用等问题，引导家长为学生健康睡眠提供良好的家庭环境。

(三) 加强手机管理

1. **实施分类管理。**小学生手机不准带进校园。中学生手机不准在校内使用，原则上不得将手机带入校园，学生确有需求的，须经学生家长同意、书面提出申请，进校后应将手机交由班主任统一保管，禁止带入课堂，放学时将手机归还学生。
2. **细化管理措施。**学校内设立公共电话，解决学生与家长的通话需求。

3. **规范作业布置。**加强课堂教学和作业管理，不用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。严禁将作业通过手机变相布置给家长。对用手机布置或完成作业情况加以管控。
4. **加强教育引导。**学校通过晨会、班团队会、心理辅导、校纪校规等多种形式加强教育引导，让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。避免出现简单粗暴管理行为，防止学生在校外报复性过度使用手机。
5. **形成育人合力。**学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。加强家庭教育指导，明确要求，引导家长履行教育职责，加强对孩子使用手机的督促管理。

(四) 加强课外读物管理

1. **激发阅读兴趣。**强化学生阅读的深入研究与指导，坚持每天读书半小时，让阅读真正成为学生的学习习惯。积极开展校园读书节系列活动，搭建学生交流展示平台，使学生喜欢阅读，引导学生多读书、读好书、读经典，夯实学生文化知识基础，激发学生的阅读兴趣。
2. **加强图书建设。**学校要依据各级教育行政部门批准推荐的课外读物推荐目录，切实做好学生课外阅读需求调研，鼓励多方推荐，提升馆藏图书品质，充分满足学生课外阅读需求。定期更新图书，提高图书馆的使用率，让学校图书馆成为学校教育资源的“配送中心”和学生自主学习的“文献中心”，把图书馆办成学生最喜欢的学习空间。
3. **严格读物管理。**对于各类进校园课外读物坚持“凡进必审”“凡荐必审”，建立和完善课外读物管理机制。对于违反《出版管理条例》有

关规定或存在《中小学生课外读物进校园管理办法》中所列举的十二条“负面清单”情形的课外读物，一律不予推荐和选用；不在校园内通过举办讲座、培训等活动销售课外读物；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；不得接受请托、谋取不正当利益；不得违规干预课外读物推荐。

(五) 加强体质管理

- 1. 开展体育运动。**推进体育工作改革，积极提升每天锻炼一小时制度。学校全面开展阳光体育大课间活动，活动时间不少于 30 分钟。教师不得“拖堂”或提前上课，保证学生每节课间休息，鼓励学生走出教室适量活动或放松，减少静态行为。
- 2. 规范体育教学。**严格按照国家规定的体育与健康课程，开全开齐体育课程，保证 1-2 年级每周 4 课时，3-9 年级每周 3 课时，杜绝挤占体育课时；规范体育课教学，积极开展体育教学交流研讨，不断提高教学效率。
- 3. 综合防控近视。**加强学生近视眼防控工作，每天上下午各做 1 次眼保健操，建立中小学生视力状况监测机制，落实每学期至少 2 次全覆盖视力筛查。对视力异常的学生进行提醒教育，及时告知家长带学生到眼科医疗机构检查。
- 4. 落实体质健康检测。**学校建立学生体质健康检测制度，落实国家体质健康检测要求，如实记录测试结果，并将测试成绩及时录入系统，确保学生体质健康数据上报率 100%。关注学生个体，及时发现学生体质健康问题并提出解决方案。体育老师要加强指导，督促学生增强体质

训练。

5. **加强健康教育。**通过有计划地开展学校健康教育，培养学生的健康意识与公共卫生意识，掌握必要的健康知识和技能，促进学生自觉地采纳和保持有益于健康的行为和生活方式，减少或消除影响健康的危险因素，为一生的健康奠定坚实的基础。

五、 实施保障

- 1、 将“五项管理”作为主要内容，在工作小组领导下，各部门进行常态化督导督查，发现问题，及时整改，确保“五项管理”工作顺利开展，落实到位。
- 2、 加强宣传引导，积极宣传推广，引导家长树立正确的成才观、教育观和作业观，营造有利于学生健康成长的育人环境。

上海浦东新区民办协和双语学校

2021年6月9日