

上海市嘉定区南苑小学文件

嘉南小〔2021〕10号

上海市嘉定区南苑小学关于印发 《嘉定区南苑小学落实“五项管理”工作实施方案》 的通知

各位教职工：

现将《嘉定区南苑小学落实“五项管理”工作实施方案》印发给你们。请认真学习，结合实际，推进落实，进一步做好“五项管理”工作。

附件：嘉定区南苑小学落实“五项管理”工作实施方案

上海市嘉定区南苑小学

2021年9月22日

上海市嘉定区南苑小学校务办

2021 年 9 月 22 日印发

(共印 2 份)

附件

嘉定区南苑小学落实“五项管理”工作实施方案

为全面贯彻落实教育部办公厅《关于加强中小学生学习作业、睡眠、手机、读物、体质等五项管理》，中共中央办公厅、国务院办公厅《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》等文件精神，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，结合学校实际，特制定本方案。

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学生学习作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”文件精神为指导，结合上海市有关文件精神，把“五项管理”作为为民办实事的重要内容，坚持育人方向，构建长效管理机制，以“小切口”推动“大改革”，深化育人方式改革，解决广大家长急难愁盼的问题，切实增强人民群众的教育获得感、幸福感、安全感。

二、工作目标

遵循学生成长发展规律，聚焦“五个强化”，建立健全长效管理机制，减轻学生过重的课业负担，培养学生健康科学的学习生活方式，全方位促进学生身心健康发展。

作业管理：布置科学合理，统筹总量不超标。

手机管理：来校不带手机，回家控制手机。

睡眠管理：保证每日睡眠不少于 10 小时。

读物管理：轻松快乐阅读，绿色健康上网。

体质管理：加强体育锻炼，创建健康校园。

三、组织领导

为进一步加强对学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理（简称“五项管理”）的组织领导，经研究，特成立南苑小学“五项管理”领导小组，具体人员如下：

1. 领导小组组成：

组长：钱晓强；副组长：陆林芳、肖丽萍、吴玉兰；成员：全体中层干部。

2. 各项管理执行组组成：

作业管理：李迎先、全体教师；
睡眠管理：刘洁文、全体教师；
手机管理：刘洁文、全体班主任；
读物管理：李迎先、全体班主任；
体质管理：李迪、体育任课教师及班主任。

四、工作原则

1. 坚持目标导向和评价导向原则。准确把握“五项管理”核心要义，确立科学的育人目标，确保正确的教育发展方向，全方位促进学生身心健康发展。完善教育质量评价指标体系，以评价导向引导学校可持续发展，以评价改革撬动学生健康发展指数的提升。

2. 坚持统整性和协同性原则。坚持“五育”并举，系统、整合推进“五项管理”。推动各部门齐抓、共管，明晰职责分工，制定重点任务清单，理清责任链条和责任主体，从学校管理、家庭指导、社会协同等方面入手，协同推进，做到全覆盖、齐步走、抓督查、常态化，推进“五项管理”全部落地，确保取得实实在在成效。

3. 坚持科学性和专业性原则。遵循教育规律和学生成长发展规律，分类指导、精准施策，结合“五项管理”的专业性和教育的专业性，科学指导学生、家长、学校做好“五项管理”相关工作。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。

五、重点内容

（一）加强作业管理

1. 加强管理措施。按照学校的作业管理制度要求，进一步加强规范作业来源、科学设计作业、合理布置作业、统筹作业总量、有效评改反馈、作业公示等全过程管理。基于课程标准，进一步加强作业与备课、上课、辅导、评价等教学环节的系统性设计。

2. 严格控制课外作业总量。一二年级不布置书面作业，三四五年级每科作业时间控制在 20 分钟以内，由班主任统筹协调，总时间不得超过 1 小时。提高课后延时服务水平，确保一二年级学生作业不出校门，其他年级加强个性化辅导，

指导学生在校内基本完成书面作业，难题尽量在学校完成。全学段严格落实 20:30 后学生作业、学习不接触电子屏幕。

3. 规范作业布置。课后书面作业以教材课后作业练习为主，其他课后的习作练习、阅读和书写训练等学业安排布置，均应根据课程计划及课程实施情况安排。不布置机械重复性作业，杜绝惩罚性作业。严禁完全依托钉钉、微信、QQ 等应用程序布置作业，严禁给家长布置，不得要求家长打印作业。

4. 开展作业研究。将作业设计工作纳入校本教研工作体系，确保作业难度符合学生实际，不得超过课程标准要求。开展教考关系背景下的学校作业体系建构与实施研究，坚持“教什么、练什么、考什么”，鼓励分层作业，布置弹性作业、个性化作业，注重设计探究性作业、实践性作业，进一步创新适应不同学生学习需求的作业形式。

5. 关注学习差异。引导家长督促学生按时就寝、不熬夜，对超过就寝时间仍未能完成的作业，允许学生隔天补交，任课教师要对学生作业情况进行及时分析，对长期不能按时完成作业的学生，要进行针对性帮助和辅导，必要时可以调整作业内容和作业量，避免学生回家后作业时间过长挤占正常睡眠时间。

6. 认真批阅作业。教师对于书面作业全批全改，不得要求家长检查和评改作业，严禁要求学生批改作业。

7. 重视培养良好的作业习惯，统一作业格式，规范作业书写，学会认真审题，提高单位时间作业效率和正确率，自觉独立按时完成作业，杜绝抄袭作业和不交作业现象。

8. 加强作业检查考核。教导处每月对各科作业的设计、布置和批阅情况进行详细检查，即使发现和改进作业中存在的普遍性问题，推广优秀教师作业经验，展评优秀学生作业。

（二）加强睡眠管理

1. 开展家庭宣传指导。通过告家长书、家长学校、全员导师制等工作开展学生指导和家庭教育作息指导，了解科学睡眠知识，确保孩子每天睡眠时间达到 10 小时。引导家长重视睡眠管理，为学生健康睡眠提供良好的家庭环境，倡导健康的家庭生活方式，合理确定晚上就寝时间，要求小学生就寝时间一般不晚于 21:20，确保学生达到规定的睡眠时间要求。

2. 加强学生宣传教育。每月开展一次以“合理作息，科学睡眠”为主题的健康教育。

3. 规范学校课时管理。严格执行上海市课程计划，明确作息時間。上午 8:20 之前，学校不组织统一教育教学活动。家长原则上不早于 7:30 分将孩子送到学校。学校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。

4. 探索实施学生午睡管理。每年的六月、九月，尝试一年级学生每天中午增设半小时午休时间，保证学生充足的睡眠时间。利用舒缓音乐营造校园午休氛围。

5. 严格加强作业管理。减轻学生作业负担，告诫家长并通过家长引导学生不熬夜写作业，不以牺牲学生休息时间和身体健康为代价提高学业成绩。

6. 实施睡眠监测与干预。教师每天关注学生的精神状态，及时与家长沟通。建立睡眠监测机制，学校每月通过钉钉问卷的方式进行一次学生睡眠监测，对监测发现的问题形成针对性举措。

（三）加强手机管理

1. 加强教育引导。通过“三个一”活动让全体师生和家长了解学校学生手机管理的必要性和具体要求。

（1）一次升旗仪式：大队部发出“严禁携带手机和电子手表进校园”的倡议书。

（2）一次雅美之声：让全校师生明白手机管理的必要性和重要性。

（3）一封告家长书：向家长阐明过度使用手机和携带电子手表到校的危害性和加强管理的必要性，家长应履行教育职责，加强对孩子使用手机和电话手表的督促管理，形成家校协同育人合力。家校协同，管理好手机和电话手表，保护学生视力，促进学生的健康成长。

2. 细化管理措施。

（1）学生不能携带手机或电话手表进学校。特殊情况，需要填写申报单，并且得到家校同意后才可以带进校，带进校后马上上交班主任，之后统一放到学校的停放站-校长室，放学后由班主任到校长室领取归还给学生。

（2）将学生不携带手机或电话手表到校，纳入学生文明星评选的指标之一。

（3）班级设立手机管理员岗位，发现有携带手机或电话手表进学校的现象，

向班主任反馈。

(4) 班主任是班级手机管理主要负责人，做好手机管理的宣传、教育和管理。如有学生私自带手机或电话手表进学校，班主任开展教育并提醒孩子暂时上交保管，当天放学后及时归还，并及时和家长沟通反馈。主动上交的学生只需提醒下次注意不要携带；遇到不愿上交学生，班主任注意沟通的语言和方式，可以寻求心理老师的帮助，并及时反馈学生手机管理领导小组。

(5) 班主任为家长提供所在办公室的联系电话和常用移动电话，保持家校沟通的通畅。

(6) 学校为家长提供办公室电话（59166654），增加家校联系的渠道。

(7) 学生遇到问题需要联系家长可以到门卫室打电话。

(8) 开设学生小美信箱和小美热线 59163285，学生有任何困难或问题可以直接写信或者打电话反馈解决。

(9) 学校加强课堂教学和作业管理，严禁教师上课期间玩手机、打接电话，给学生树立学习榜样，明确不得用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。

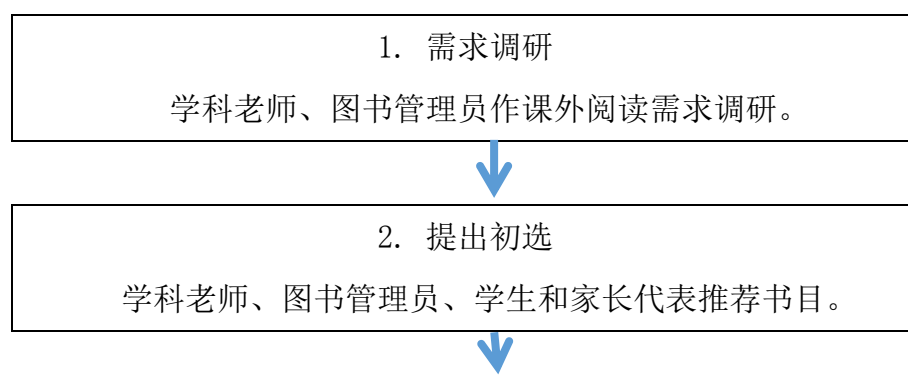
3. 形成育人合力。学校加强教职工培训。加强家庭教育指导，明确要求，引导家长履行教育职责，加强对孩子使用手机的督促管理。

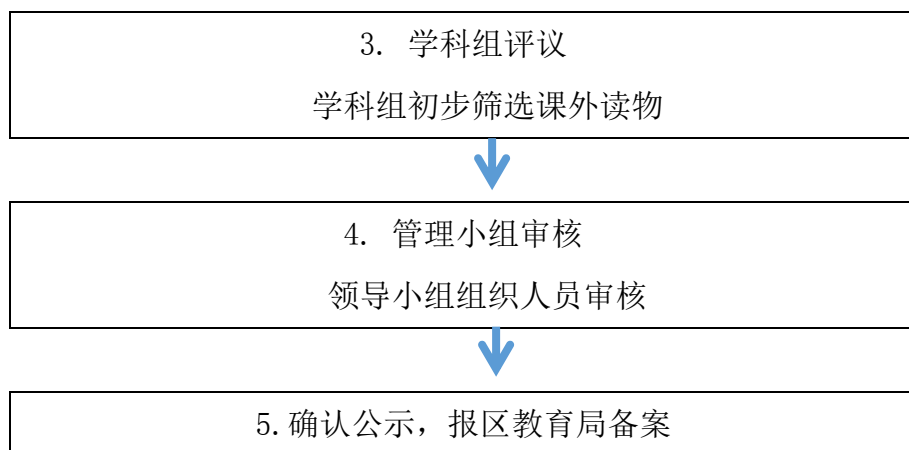
（四）加强课外读物进校园管理

本方案中所称的“课外读物”是指教材和教辅之外的、进入校园供中小学生学习阅读的正式出版物（含数字出版产品）。

1. 科学推荐读物。学校是进校园课外读物推荐责任主体，负责本校课外读物的推选、审核工作。对于各类进校园课外读物要坚持“凡进必审”“凡荐必审”，建立和完善进校园课外读物管理机制。

(1) 推荐流程：





(2) 受捐赠课外读物进校园，明确来源的，以以上“管理流程”进行操作。学校不接受任何来源不明确的社会课外读物。

(3) 禁止任何人以任何形式进校销售课外读物（含数字出版产品），禁止任何人强制或者变相强制学生购买课外读物。学校不安排年级、班级或家委会名义组织学生统一购买课外读物。

(4) 不允许任何单位和个人在校园内通过举办讲座、培训等活动销售课外读物。

(5) 建立课外读物进校园应急机制。

一是发现不良课外读物，班主任报管理领导小组。二是领导小组审核并立即清除，消除不良影响。三是清查学校内同版本图书，清除隐患。四是对捐赠等规范渠道进校园的图书做好必要的消毒工作。

2. 加强图书馆建设。学校严格按照《中小学生课外读物进校园管理办法》采购规范的课外读物，建立、完善和落实图书采购的配备机制和采购责任机制，切实做到“供货渠道正规，图书来源可靠，采购流程规范，切实保证质量”。禁止任何人以任何形式进校销售课外读物（含数字出版产品），禁止任何人强制或者变相强制学生购买课外读物。学校不接受任何来源不明确的社会课外读物。加大学校图书馆课程建设力度，定期开展名师导读、读书沙龙等分享交流活动；设置书刊流通点，优化校园阅读环境，提高图书资源利用率。

3. 开展慧雅阅读活动。通过形式多样的校本、班本阅读活动，提高阅读兴趣，培养良好阅读习惯，让每一个孩子在书香中成长。

4. 加强读书角管理。设立书香雅苑、班级读书角，书香雅苑由图书管理员负责挑选布置，班级图书角由班主任精选和把关读物质量。班主任对孩子携带进入

校园的读物进行管理，发现问题读物及时处置，消除不良影响。

5. 加强家庭阅读指导。做好宣传工作，建议家长在正规渠道购买课外读物，重视课外读物价值取向，购买符合孩子认知发展水平，弘扬社会主义核心价值观，内容积极向上的正版书籍，对于不适当的书籍要及时禁止阅读。倡导亲子阅读，保证孩子每天课外阅读时间不少于 30 分钟，教育孩子爱护图书。

6. 加强管理，定期检查。加强学校图书馆管理，每年检查盘点，清理含有暴力、色情等不利于儿童阅读的消极、低俗读物。定期检查电脑房电脑，阅览室电脑，及时清理不健康网站和相关链接，同时引导家长对孩子的读物、电脑、手机等及时检查和清理，保证学生的绿色阅读和绿色上网。

（五）加强体质管理

1. 落实课程标准。按照国家《体育与健康》课程标准，开足开好体育课，严格落实五课两操两活动，系统推进小学体育教学改革，实现小学体育兴趣化。体育课要严格落实“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的体育教学模式，确保指导运动技能符合要求，运动量达到要求。

2. 开展体育活动。每学年举行一次体育运动会，一次体育嘉年华活动，大力发展校园特色体育项目，加强专项体育人才培养。规范活动课的管理，每天统一安排 30 分钟的阳光体育大课间活动和课间操、眼保健操活动，做好室内大课间活动的预案，落实每天在校体育锻炼 1 小时制度，切实增强学生体质。

3. 推进体育家庭作业。体育老师要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. 加强体育社团建设。开发更多的篮球、足球、田径、公园定向等各类社团活动，逐步带动更多的学生喜欢运动、参与运动，增强体质。

5. 综合防控近视。严格落实《嘉定区进一步加强儿童青少年近视综合防控工作方案》要求，完善中小学生视力、睡眠状况监测机制，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 2 次全覆盖视力筛查。注意用眼卫生，非学习目的的电子产品使用不宜超过 15 分钟，每天累计不宜超过 1 小时；避免不良用眼行为，监督并随时纠正孩子鼻梁读写姿势，应保持“一拳一尺一寸”要求，读写连续用眼时间不宜超过 40 分钟。

6. 做好体质检测。认真开展每学年学生体质健康测试，认真分析测试数据，据此制定相应管理措施，改善计划，调整体育课教学内容和重点，健全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。确保学生体质健康数据上报率 100%，优良率不低于 50%、合格率不低于 98%。

7. 做好常规体检。严格开展每学年学生常规体检，建立体质健康档案，并依据体检数据，开具健康处方。通过健康知识教育、合理膳食营养、科学运动、心理疏导等干预方式，降低学生肥胖率，全面提高学生身心健康水平。对特殊体质和体检一场学生建立特殊档案，做好个性化管理。

8. 加强硬件建设。学校每年拨付不少于 5%的公用经费用于添置体育器材，加强运动场地建设，定期开展场地和器材的安全检修，满足师生体育锻炼的需求。

六、组织保障

1. 加强领导，形成多方联动的保障机制。对标本市工作要求，建立健全工作机制。教导处、德育处、总务处、家委会等部门齐抓共管，研究制定学校工作方案，共同加强对学校落实减负增效工作的指导和监督，形成工作合力。

2. 细化措施，稳步推进工作落地见效。根据文件精神，责任到人，修订、细化学校实施方案，严格落实工作要求。召开“五项管理”专题会议，进一步细化问题排查、深化全员培训、强化责任落实，及时跟进专项调研，提升“五项管理”工作的实效。

3. 加强舆论引导，营造宣传教育氛围。开展主题教育，正向引导。多层次多角度宣传科学教育理念，有效发挥舆论的引导功能，全方位开展促进学生健康成长的学校策略宣传，努力破除“抢跑文化”“超前教育”“剧场效应”等功利现象，大力营造促进学生身心健康的社会氛围。

4. 加强家校合作，构建有效家校沟通机制。学校通过家长学校、告家长书、微信公众号等多种途径，向家长做好先传解释工作，赢得家长理解支持，推动家长履行监护职责。

嘉定区南苑小学

2021 年 8 月 25 日