**南通高等师范学校附属小学加强“五项管理”工作实施方案**

为贯彻落实教育部对中小学生手机、睡眠、读物、作业、体质管理（简称“五项管理”）的相关要求，规范我校教育教学管理，引导我校教师和广大家长严格遵循教育规律和学生身心成长规律，树立科学的育人理念，促进学生身心健康发展，切实减轻学生课业负担，努力提升人民群众的教育获得感，学校特制定了落实“五项管理”的实施方案，具体内容如下：

1. **工作目标** 1. 管理目标明确，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。把“五项管理”作为党史学习中为民办实事的重要内容，切实增强人民群众的教育获得感、幸福感、安全感。  
    2. 扎实做好“五项管理”实施工作，做到全覆盖、齐步走、抓督察、常态化，让“五项管理”真正实际落地，形成落实“五项管理”的浓厚氛围，力争年底要取得明显成效。  
    3. 具体目标：

（1）手机管理:来校不带手机，回家控制手机。  
 （2）睡眠管理:保证每日睡眠，确保睡眠充足。  
 （3）读物管理:倡导健康阅读，读物凝优启智。

（4）作业管理:努力减负增效，作业不出校门。

（5）体质管理:加强体育锻炼，创建健康校园。  
 **二、健全组织** 成立领导小组，学校一把手任组长，副职任副组长，成员全体参与，分别成立五项管理工作组，把工作落实到具体人，压实责任链条,做到人人有责，各司其职。

组 长：帅宁华，校长，全面负责五项管理的指导检查和考核。  
 副组长：张晓霞，副校长，负责各项管理措施的检查考核。

成 员：宋 俭：副校长，牵头德育处负责手机管理。

刘勇飞：教研教务中心主任，牵头各班班主任负责睡眠管理。

潘赛男：教研室副主任，负责读物管理。

施宇红：副校长，牵头各学科主任及各学科教师，负责作业管理。

毛永峰：副校长，牵头各班主任负责体质管理。

**三、主要任务**

**（一）加强手机管理：变堵为疏 自理自律** **1. 正面引导，培养自主管理能力**

加强教育宣传，通过国旗下讲话、主题班会、心理辅导、致家长一封信等形式，引导学生充分认识过度使用手机(包括ipad)的危害，提高学生自我管理能力和自律自控品质。同时，为解决家长和学生的沟通需求，学校设立校内公用电话，并建立班主任沟通热线以及其他有效沟通方式，保障家校应急联络。学校将把手机管理情况纳入日常监督范围，通过开展“自律小达人”评选，培养学生自我管理能力。

1. **榜样引领，树立学生正确观念**

为了营造良好的育人环境，保障正常的教育教学秩序，培养静心学习、多元发展的附小阳光少年，学校规定教师在上课期间将手机调至静音状态，在校期间办公室内不得有玩手机、看视频等行为，教师以身作则，帮助学生树立正确使用手机的观念，通过教师榜样引领，为学生做好正面引导。

1. **转移兴趣，提升自我价值认同**

面对虚拟世界越来越吸引孩子这个现实问题，学校不断组织各类活动从根部解决问题，丰富学生精神世界，让学生在现实生活中寻找价值感。积极开展读书、运动等丰富、健康的文体活动，鼓励家长节假日带孩子参加实践活动和公益服务，开拓学生视野，在实践体验中强健身心，感受快乐，转移兴趣点，提升自信心，获得价值感。

1. **家校合力，促进协同育人功能**

做好家校合作，向家长宣传《高师附小小学关于执行“五项管理”规定》，号召家长以身作则，不在孩子面前玩手机、看视频，给孩子做好榜样示范，倡议家长在家多陪孩子进行亲子阅读、开展体育锻炼，肩负起教育和引导职责，形成家校协同育人合力。

**（二）加强睡眠管理：管好睡眠 保障健康**

**1. 课程引领，树立科学睡眠观**

学校通过体育与健康课程、心理健康教育、班队活动、升旗仪式等多种途径，大力普及科学睡眠知识，广泛宣传充足睡眠对于小学生健康成长的重要性，让学生、教师和家长统一认识，达成共识，形成合力，共同培养学生良好睡眠卫生习惯。

**2. 统筹作息，保障睡眠时长足**

从保证学生充足睡眠需要出发，学校结合实际情况合理确定中小学作息时间。上午上课时间不早于8:20,对于个别因家庭特殊情况提前到校学生，学校从人文的角度提前开门、妥善安置进班；学校统筹安排学校作息时间，合理安排课间休息和下午上课时间，合理安排午休时间，确保学生达到规定睡眠时间要求。小学生就寝时间一般不晚于21：20；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。  
  **3. 合理课业，身心轻松助睡眠**

学校严格按照有关规定，提升课堂教学实效，加强作业统筹管理，合理调控学生书面作业总量，学校指导学生充分利用课堂有效时间或课后服务时间，使学生在校内基本完成书面作业，保障睡眠时间。

**4. 家校携手，提高学生睡眠质量**

教师关注学生上课精神状态，发现异常，了解情况，分析原因，及时提醒学生并与家长沟通。指导学生统筹安排放学后的时间，坚持劳逸结合、适度锻炼。指导家长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，提高睡眠质量。

**（三）加强读物管理：读物润心 凝优启智**

**1. 优质活动，培育书香少年**

强化我校学生阅读的深入研究与指导,让阅读真正成为学生的学习习惯。学校定期组织开展阅读系列活动，评选书香班级、书香家庭、阅读小明星、举行校园阅读节活动等，推动书香校园建设，激发学生的阅读兴趣，培养良好阅读习惯。

**2. 优美环境，共享书香氛围**

学校积极创设优雅明净的环境氛围吸引学生课外阅读，学校图书阅览室，全天候向学生开放，还通过布置校园书吧、读书长廊、班级图书角、读报栏等区域，让各类阅读角遍布校园，方便学生阅读，丰富阅读体验。

**3. 优秀读物，丰盈身心健康**

遵循《小学语文课程标准》，根据学生的需求，结合学生的学段特点，结合实际制定适合本校学生阅读能力的推荐书目。学校各语文团队研发附小阅读地图，向学生推荐经典类和前沿的优秀读物，及时把受学生欢迎的、高质量优秀读物推荐给学生。同时严格优劣筛选，对进入校园的课外读物严把内容质量关，确保走进校园的每一本书有益于青少年学生身心健康。

**（三）加强作业管理：作业改革 减负提质**

为贯彻落实中央有关精神，进一步规范学校教育教学管理，全面提高教育教学质量，坚决扭转一些学校作业数量过多、质量不高、功能异化等突出问题，现就加强作业管理有关安排如下。

**1. 提高课堂教学效率，推行“课堂10分钟”**

从“课后强化”走向“课堂优化”。设计少而精、紧扣当堂知识点的“当堂作业”，每节课定时10分钟，指导学生当堂完成作业，促使学生在应用中加深对知识的理解，为教师诊断课堂教学、反思改进教学提供事实、数据的依据。

**2. 严控课外作业总量，提倡“作业不过九”**

一二年级不留家庭作业，三至六年级每科作业时间控制在20分钟以内，总时间不得超过1小时内。加强学科组和年级组的统筹，严格按照规定控制作业总量，积极提倡过了晚上9点没完成作业，孩子也可以去睡觉。

1. **提高延时服务水平，提质“课后一小时”**

延时服务始终以“为每位学生提供最适合的服务”为目标，充分利用课后服务时间，指导小学生基本在校内完成书面作业。延时期间，各服务教师有效组织作业小组帮扶、作业难题讲解、作业经验分享，及时对作业进行批改和反馈，确保学生作业不出校园。

1. **创新优化作业设计，倡导“作业课程化”**

学校分学段、分学科指导教师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，规范作业布置，提高作业设计质量。努力倡导各教研组“作业课程化”实施机制。教研组长组织学科备课组参与校本作业设计与实施工作，全教研组统筹调控，合编“学科课程新作业”，建立共享的作业资源库，根据本学科特点和学段学生特点，围绕“如何布置书面作业？布置什么书面作业？哪些知识适合布置探究性作业、实践性作业、综合性作业？”等问题设计作业，确保作业本科学、合理、精准、高效。

1. **撬动学业减负立规，建立“作业下水制”**

学校坚决杜绝给学生布置机械性、重复性、高难度的作业，双休日及节假日不得加大作业量，不准用增加作业量的方式惩罚或变相惩罚学生，特别是教师不得通过微信、QQ、钉钉等班级交流群布置家庭作业。学校将要求凡是布置学生做的作业，教师必须先做一遍，教师在试做过程中了解作业的难易程度、所需时间、容易出错的地方和适宜的学生群体，以此杜绝随意布置作业的行为，确保作业难度与课程标准要求一致且数量适当，提高作业的针对性。

1. **严肃作业批改要求，强调“育人守底线”**

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。要求学生对错误作业及时订正，及时做好向学生的反馈、答疑等工作。特别是要注重面批讲解，认真分析学情，对学习困难的学生要做好答疑辅导工作。不得给家长布置或者变相布置作业，严禁要求家长检查和批改作业。

1. **重视作业习惯培养，强化“作业育人功能”**

重视培养学生良好的作业习惯的培养，统一作业格式，规范作业书写，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，科学利用信息技术手段进行作业分析诊断。

1. **健全作业管理机制，加强“过程性管理”**

出台各学科作业设置的实施指导意见，形成作业备案的校本研修常态机制。教研教务中心定期对各科作业的设计、布置和批阅情况进行详细检查，及时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。

### **加强体质管理：常态锻炼增强体质**

1. **加强宣传教育引导**

学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. 开齐开足体育课程**

学校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，小学三至六年级和初中每周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。课堂完善落实“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式，确保学生通过课堂教学，通过不断的体育锻炼掌握1-2项运动技能。

**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。全面落实落实每天30分钟大课间体育活动制度，通过大课间熟悉巩固课堂所学的知识技能，安排学生走出教室适量活动和放松。

**4. 推广家庭锻炼模式**

创新体育家庭作业模式。根据学生的体质、运动技能水平等，量身定制相应的运动“处方”，采用“每周一能”的训练模式，学校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。通过家校合力，提高学生体育与健康素养，促进学生体质提升。

**5. 完善评价考核体系。**

落实好体质健康健康监测，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。

**四、工作要求**

**1. 提高思想认识**

抓好学生作业、睡眠、手机、读物、体质“五项管理”是关系学生健康成长、全面发展的一件大事，也是广大家长的烦心事。全体教职工要站在为国家为民族培养高素质建设人才的高度，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. 加强宣传引导**

加强学生作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”，是促进学生健康成长的有效路径，是促进教育高质量发展的必然要求。全镇各小学要加强宣传引导，充分发挥家长学校、家长委员会的沟通纽带作用，通过印发致家长一封信、召开家长会、班会等形式，使“五项管理”制度家长知晓，学生熟记，让学生、家长以及社会各界普遍认同并广泛支持，使家长尽到监护责任，不给孩子布置额外家庭作业，督促孩子按时休息，积极参加体育锻炼，监督孩子不阅读有害读物，不看不健康的影视片，不玩有害游戏，教育孩子自觉遵守“五项管理”制度，形成家校共育合力。

**3. 严格督查考核**

学校将加大违规查处力度，严格实行责任追究教职员工出现违规行为，对学校的工作安排不上心、走过场的，对工作蜻蜓点水、不认真落实的，学校将进行追责问责。

学校以落实“五项管理”为抓手，将与教师肩并肩，激励教师做孩子成长的守护者；与家长心连心，引导家长做孩子充足睡眠的保障者；与社会手拉手，力所能及地参与到校外培训机构的治理工作中，减轻学生学业负担，让学生睡得好、学得快、长得高、心情好。相信以学生为中心，通过学校、家庭和社会的共同努力，定能让学生健康成长，肩负起国家未来发展和民族强盛的重担！