**同凯中学关于加强中小学“五项管理”工作**

方案

为落实全国教育工作会议部署，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，推进育人方式改革，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，根据教育部、市教委加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质健康管理（以下简称“五项管理”）的文件精神，结合金山区教育局“五项管理”推进方案，结合本校实际，特制定本方案。

一、总体要求

充分认识“五项管理”工作的重要意义，以促进学生身心健康发展为宗旨，把握方向，守住底线，育人为本，系统推进。坚持“五育并举 融合育人”重要理念，加强对学生、家长、学校的科学指导，形成落实“五项管理”的浓厚氛围。建立健全长效机制，遵循学生成长发展规律，不断提升教育教学服务能级，协同合作，齐抓共管，确保各项工作落实落地。

二、主要工作目标

1、规范作业管理，努力减负增效

2、严控手机管理，严禁带入课堂

3、严把读物管理，营造书香校园

4、保障睡眠管理，保证充足睡眠

5、加强体质监测，提高健康水平

三、具体措施

（一）强化作业管理

**1.严格作业要求。**严格落实作业布置和批改要求，严控作业总量，初中家庭作业平均每天不超过90分钟，教师对学生作业要认真及时批改、反馈，同时教师必须亲自批改作业，不得只布置不批改，不得应付性批改。不得给家长布置或变相布置作业任务。遵守“四个凡是”：凡是布置的一定批改；凡是批改的一定讲评；凡是错题一定订正，并有跟进练习；凡是订正的一定批改。

**2.加强作业设计培训。**加强对作业全过程的规范管理以及作业设计与命题设计的系统培训，在实施中不断优化。教师不得布置机械重复和大量抄写的作业；难易要适度，设计要有梯度，有明确的目的。备课组统一要求，提倡分层布置作业，针对学生的不同水平设计必做题和选做题，保证兼顾每一层面的学生。

**3.注重作业的形式多样。**各学科应根据本学科的特点及不同类型的作业，口头和书面、预习与复习、中长期与短期。教师布置的作业，应明确规定完成时间，凡能在课内完成的作业不到课外去做，不加重学生学习负担。提出作业书写格式的规定要求，使学生养成良好的学习习惯和严谨的科学态度。

**4.** **有效评改反馈。**教师按时回收、认真检查批改、全面分析、及时反馈作业。不断提升集体讲评、个别面批的针对性与有效性，强化作业评改、反馈的育人功能；杜绝要求家长代为评改作业的现象；不使用侮辱、嘲讽的言词或符号来批改、反馈作业；评改作业要写好评价和批阅日期，提倡运用等级反馈。

（二）加强睡眠管理

**1.严格执行课程计划，优化课程管理。**学校基础课程的设置和安排严格按照《上海市初中学年度课程计划》要求执行，基础型课程的周课时数控制在28课时以内，以保证拓展型课程和探究型课程的开设，并将午休安排进课表。确保体育、艺术类课程按课程计划开展，将睡眠教育与落实到思政、语文、生命科学、心理等课程。

**2.建立班研组，优化过程管理。**教师办公室照年级组编排，便于老师随时交流学生状况与各科作业情况，随时有的放矢的调整各科作业。加强作业管理，明确作业总量。严格执行中学生作息时间。上午上课不早于7:45，不要求学生提前到校参加统一的教育教学活动。

**3. 三位一体，组织专题指导。**结合家长学校，通过召开家长会，校园开放日，家长接待日等形式，开展家庭教育相关指导，与学生、家长一起制订健康科学的家庭作息时间表。结合校医和社区地段医院，开展“睡眠科普宣传进校园”活动，结合学校微信公众号，做好宣传，科学干预睡眠问题。

4.**多途径，实施监测管理。**结合区级睡眠监测机制，建立校级监测机制。此外，以问卷星等形式开展睡眠小调查，对发现的问题形成针对性举措。

（三）加强手机管理

**1.建立制度，落实落细。**制定《上海市同凯中学关于学生在校使用手机的管理方案》主要内容包括：明确允许学生将手机带入校园的条件和要求，明确手机统一保管的场所，学生手机有专人专管。校门卫安置固定电话，做到精细化管理、人性化服务。

**2.家校合力，科学引导。**学校通过家长学校做好政策宣讲，争取家长的理解和配合，赋能家长学会处理孩子电子产品和网络使用等问题，指导家长做好学生手机管理和上网管理，避免简单粗暴管理行为发生，为学生的生活和学习营造良好成长环境。通过学校公众号宣传，引导家长形成科学健康的生活方式。家校协同加强对学生使用手机的管理，培养学生良好的习惯，做到“放得下”“管得住”“用得好”。

**3.加强教育引导。**学校结合卫生室健康广播宣讲，下发学生视力监测数据比对，让学生明白护好视力的重要性。通过主题班队会、年级大会等宣传网络游戏的危害，引导学生理性使用手机等电子产品。让学生科学理性对待并合理使用手机，提高学生信息化素养和自我管理能力。

（四）加强读物管理

**1.规范管理，落实审核。**严格落实《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》的相关标准与程序。学校建立进校园课外读物推荐报备制度，教师定制各种刊物进入校园，须报请校长室批准，校办备案；学生征订报刊读物，经校长室批准，教导处备案。都经学校批准后方可进入校园。

**2.关注日常，完善管理。**学校专派语文教师担任图书馆负责人，负责组织本校课外读物的采购、新书推荐、审核工作。班主任加强对学生携带进入校园的读物管理，发现问题读物应及时予以有效处置，消除不良影响。

**3.** **倾力打造书香校园。**学校加强图书馆建设，购买自主借书、还书系统；定期更新图书，提高图书馆的使用率。每班在教室设置图书角，方便学生阅读，丰富阅读体验，提高学生阅读兴趣，培养良好阅读习惯。每学年“读书节”开展形式多样的阅读活动，形成爱读书、读好书、善读书氛围，推动书香校园建设。

**4.利用好资源，提高阅读素养。**语文组结合“金山区中小学图书馆综合管理平台”、“金山教育阅读平台” 向学生推送个性化的推荐书目，开展好假期读书各类活动。利用好“语文摩天轮”阅读平台，开展好整本书阅读。

（五）加强体质管理

**1.严格落实课程要求。**学校落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，规范落实好“三课、两操两活动”，每学期制定好大课间活动方案，每天统一安排30分钟的大课间体育活动；双休日和假期，利用好“我们的孩子网站”开展好“运动自测体锻申报”。保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间。

**2.加强教与学的研究。**结合每学期的“一日研修”和各类教学杯赛，体育组人人开课，提高教师的教学水平。结合学校社团课，开设“足球、篮球、羽毛球、健美操、街舞”等社团课，让每位学生掌握1至2项运动技能；结合校级田径运动会、趣味运动会、校际联赛等形式，增强中学生体质健康管理的意识和能力。

**3.完善体质健康监测。**结合《国家学生体质健康标准》报告通过数据分析精准查找教学薄弱环节，开好质量分析会，制定改进方案。结合学期测试，对体质健康管理内容定期进行全面监测，建立健全以体质健康水平为重点的“监测-评估-反馈-指导-保障”闭环体系。

四、推进机制

（一）强化组织领导

成立同凯中学实施“五项管理”工作领导小组

【领导小组】

组 长：王菊如、陈志浩

副组长：李东妹、朱文龙

组 员：沈咏梅、张辉、王格、顾旭倩、吴亦伟、俞佳玲

马静怡

【工作小组】

组 长：李东妹

副组长：沈咏梅、张辉

组 员：年级组长、教研组长、各班班主任、校医

心理教师

（二）强化落实

将“五项管理”工作纳入学校教育重点工作之一，通过行政会、班主任例会、教研组长会、年级组教师会积极宣传、落实；发挥家长、社区卫生院功能，形成家校社教育合力。

根据《金山区关于“五项管理”督查工作推进方案》及《“五项管理”实地督查要点》24条，进行自查自纠，已查促改，注重过程管理，做到落实、落细。

（三）强化宣传

依托学校微信公众号，告家长书等途径，开展“五项管理”专题宣传，形成家长理解、支持“五项管理”建设的良好氛围。

五、具体安排

（一）组织动员（6月10日前）

召开行会和全体教职大会进行宣讲和培训，传达教育部与市教委专题会议精神、区域工作推进方案。同时对照《“五项管理”实地督查要点》24条，逐条开展自查，为制定完善本校管理方案提供前期准备。

（二）完善制度（6月30日前）

成立工作领导小组，健全工作机制，明确岗位责任。根据前期自查摸排情况，制定完成学校落实“五项管理”整体工作方案。同时鼓励学校有机整合“五项管理”工作要求，修改完善学校常规管理制度（包括教学管理、行为规范等）。

（三）宣传引导（本学期结束前）

学校通过国旗下讲话、班（团队）会、心理辅导等多种形式加强教育引导，帮助学生科学理性对待“五项管理”内容，提高自我管理能力和自律自控品质。同时结合学期末家长会，做好家长的培训，发挥好家校沟通纽带作用。6月10日通过微信公众号推动《家校合力 落实“五项管理”——致家长一封信》，并同时发放纸质告知书。6月25日前完成三个培训（教职工全员培训、家长培训、学生培训）。

（四）迎接督导检查（下半年）

学校定期开展自查工作，及时发现问题，及时整改纠偏，确保工作落到实处。引导广大家长共同参与“五项管理”工作，畅通家长反映问题和意见的渠道，让学校将工作落实落细。

同凯中学

2021年6月15日

附：《上海市同凯中学学生作业管理办法》

《上海市同凯中学学生睡眠管理办法》

《上海市同凯中学关于学生在校使用手机的管理方案

《上海市同凯中学学生课外读物进校园管理办法》

《上海市同凯中学学生体质健康管理办法》

上海市同凯中学学生作业管理办法

为了进一步规范办学行为，切实减轻中小学过重的课业负担，提升学校作业的规范性和有效性，促进我校学生的全面发展，特制定本办法：

（一）作业布置的要求

1.作业总量要求

（1）执行国家教育部关于初中学生作业量的相关规定，明确学生每天书面作业完成时间平均不超过90分钟。指导学生在校内利用课后服务时间完成大部分书面作业。

（2）节假日作业：由备课组统一布置，年级组统一协调，教师可结合课堂教学改革，适量布置预习型作业、分层型作业、社会实践型作业、探究型作业等。

2.作业设计与布置方式

（1）实施作业分层。

要依据课程标准和教学内容，精选具有代表性、典型性和启发性的习题，要有利于学生理解和巩固所学知识、激活思维、培养创新能力。尊重学生的差异性，题目要贴合学生的实际，增加学生对作业的选择性，书面作业分层布置，有学生自主选择相应的层级作业。作业层级主要分基础层和拓展层两类，供学生自主选择，使各层级学生都有收获。

（2）丰富作业形式 提倡布置阶段性、探究性、实践性作业。作业形式应结合学科特点、学生学习水平、年龄特征和兴趣等，增强作业形式的灵活性。供选择的作业类型参考：当堂练习巩固型作业（课堂完成）、适量抄写记忆型作业、重在迁移运用的作业。探究书面作业、口头作业、长作业、短作业、综合实践类的跨学科的作业等，注重体现知识的运用和学科的融合，符合学生实际的作业，及时整理和巩固所学知识，并使知识转化为能力。凸显育人价值，促进思维发展。

（3）加强设计研讨

各教研组把作业研讨纳入校本教研的内容，开展“校本作业”“特色作业”等的研讨，优化作业2.0版本。指导各自学科的作业规范，评选优秀的作业典型将以推广。布置给学生的作业教师必须要先做，要在充分掌握作业难易程度、所需时间、规范格式、容易出错的地方和适宜的学生群体基础上，做到作业量适中、科学有效、针对性强。不得使学生作业演变为家长作业。

（4）落实作业校内公示制度

规范作业来源。教师不布置用手机完成的作业。教师不得使用未经学校及上级主管部门备案审查的学习类APP布置作业，不得要求或组织学生购买教辅资料，加重学生负担。英语口语100等听说等电子作业仅在周末或节假日布置，在家长监督下完成。

（二）作业批改要求

作业批改坚持做到：有练必批、有批必评、有错必纠。

1.基本题全批全改，重点题细批细改，必要时面批面改，不得漏批。

2.作业批改要及时、认真、准确、规范；批改形式丰富，批改后有客观、公正的评价。不得要求学生自批自改，杜绝要求家长代为评改作业的现象；不使用侮辱、嘲讽的言词或符号来批改、反馈作业；评改作业要写好评价和批阅日期，提倡运用等级反馈。各教研组要统一各自学科相关作业批改的具体做法。

3.教师及时做好作业分析。对学生作业的整体完成情况、主要错误及成因、好的解题思路与方法、改进意见与措施等进行必要分析。

（三）作业反馈与讲评

作业的反馈与讲评关系到学生的学习效果，要及时、精当，对于集中突出的问题要集中订正。

（三）作业布置的监管

定期开展作业检查、优秀作业展示、优秀错题集评比、家长学生问卷调查、座谈等形式，加强对作业管理的把控力度；各教研组做好学科作业量的统计、汇总和抽查工作，并有整改措施；班主任做好班级学科作业的协调工作。

上海市同凯中学

2021.9.1

（修订）

上海市同凯中学学生睡眠管理办法

为全面贯彻落实《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）文件精神，保证本市中小学生充足睡眠时间，促进学生身心健康发展，特制定本办法：

（一）学校加强对作息制度实施情况的监督和指导。保障学生每天9小时睡眠时间。学生到校时间不早于7：45，统一的教育教学活动时间不早于8：00，学生因家庭特殊情况提前到校的，学校开门放行并做好看护工作。将午休时间排进课表，为学生午间休息提供时间、营造氛围，鼓励但不强迫学生午睡。允许学生自带抱枕等物品，并提醒学生定期消毒和清洁。

（二）进一步切实减轻作业负担。坚持“教考一致”则，任课教师要对学生作业情况进行及时分析和有针对性的帮助与辅导，优化作业设计，避免学生回家后作业时间过长挤占正常睡眠时间。

（三）优化课程管理。确保学生在校“每天锻炼一小时”，不得挤占体育、艺术类课程，鼓励课间学生能够走出教室、文明休息、适度运动。结合思政、语文、生命科学等课程，结合主题式综合活动、党团队活动、专题教育、主题班会等活动，将学生的睡眠教育与学习体验有机融合，积极引导制定学生睡眠计划，促进学生对健康睡眠的深度理解和自我把控。

（四）学校每月至少开展一次学生睡眠监测，主要通过调查问卷的方式进行。立足学生个体，了解学生睡眠异常情况。针对长期失眠、睡眠质量不良、存在睡眠障碍的学生，提供个性化诊断评估和睡眠指导。对于个别存在严重睡眠障碍的学生，在征得学生和家长同意的前提下，可以转介至相关医疗机构接受进一步治疗。深化医教结合，充分发挥医学专业优势，提高学生睡眠质量，科学干预睡眠问题。

（五）强化宣传，协同育人。学校通过学校官网、微信公众号、钉钉等平台以多样的宣传与科普教育形式，促进家校协力破解学生睡眠难题。通过开展"三个一"活动，即下发《致家长一封信》、召开一次家长会、举行一次动员会，以身作则，倡导家长与学校共同培养学生养成睡眠好习惯。

（六）把睡眠管理作为家庭教育指导的主要内容推进落实：

1.建议家长督促培养孩子养成高效完成作业的学习习惯。

2.建议家长切实减轻孩子课外学业负担。不自行布置孩子课外作业，不盲目参加课外培训，不跟风报班。

3.开展作息指导。家长应督促孩子养成按时入睡的习惯，建议就寝时间一般不晚于22∶00，指导家长和学生制订家庭作息时间表，严格落实20：30后作业、学习不接触电子屏幕。督促养成按时上床入睡的习惯，保证孩子每天有充足的睡眠时间。

4.引导孩子睡前做到“三不要：睡前不要做剧烈的运动；睡前不要躺在床上玩手机或电子产品；睡前不要吃零食。”从而保证孩子尽快入睡。

5.建议家长要尽可能给孩子营造良好的睡眠环境，孩子睡觉时要关闭卧室灯源，保证孩子身体内生长激素正常分泌，促进孩子长高。

6.建议家长关注孩子睡眠情况，及时发现孩子睡眠异常情况，主动寻找原因，积极与孩子沟通，合理调整作息时间。当情况严重时，应及时带孩子求助相关医疗机构。

上海市同凯中学

2021.9.1

（修订）

上海市同凯中学学生课外读物进校园管理办法

（一）把好进口

进入校园图书必须购买经过正规出版社出版发行图书，无政治方向、意识形态问题。违反《出版管理条例》有关规定的不能推荐或选用为课外读物。图书馆购买课外读物按照《中小学图书馆（室）规程》有关规定执行。根据教育教学需要，每学期推荐一次进校园课外读物。组织学校管理人员、学科教师、图书馆管理员、学生和家长代表共同参与课外读物进校园管理。

（二）做好审查

课外读物进入校园、图书馆，必须经过相关管理负责人员遴选、审核。课外读物推荐给学生使用，必须经过使用教师审核。

（三）用者自负

推荐学生使用读物，谁推荐谁负责。推荐人需在推荐前，确认读物内容符合要求。

（四）加强自查

自查图书，先下架、再认定。确实存在问题的不过关的图书、刊物，做下架、撤回、封存处理，不再提供学生阅读。

（五）营造环境

每学年根据学科、教师、学生学习所需，补充图书，确保馆藏图书数量，满足学生课外阅读所需。

倡导学生爱读书、读好书、善读书，提高学生阅读兴趣，培养良好阅读习惯。

（六）守住底线

学校及教师不组织学生统一购买课外读物。学生购买读物应符合校园课外读物的管理要求。学校不在校园内通过举办讲座、培训等活动销售课外读物。

学校受赠图书明确受捐赠课外读物来源，受赠者需明确价值取向和适宜性把关要求再进入校园。

上海市同凯中学

2021.9.1

（修订）

上海市同凯中学学生体质健康管理办法

（一）学校严格按照国家课程标准，开齐开足体育与健身课程；积极推进初中多样化体育教学改革，同时每天安排半小时以上的多样化体育大课间活动，并在六七年级开设体育类拓展课程。

（二）每学年举办一次以上校级运动会和两次以上各类特色项目体育比赛（趣味体育比赛、校内足球联赛、校内篮球联赛等），孩子人人有项目，个个都参与，在活动中掌握运动技能，不断增强体质。

（三）做好学生体质健康监测和体育素养评价工作，及时向家长反馈学生的体质健康测试结果和健康体检结果。

（四）坚持加强早操及大课间活动的监督和管理。全面落实学校体育大课间活动制度，保证学生每日30分钟的大课间体育锻炼时间，促进学生体质健康成长。

（五）加强学校卫生与健康教育，依托健康教育课程，向学生讲授保护视力的意义和方法，提高其主动保护视力的意识和能力，积极利用学校SEEWO、广播、宣传栏、家长会等形式对学生和家长开展科学用眼护眼健康教育。

（六）改善视觉环境，落实教室等采光和照明要求，使用利于视力健康的全护眼教室灯。为学生提供符合标准的可调节课桌椅，根据学生座位视角、教室采光照明状况和学生视力变化情况，每月调整学生座位，每学期对学生课桌椅高度进行个性化调整，使其适应学生生长发育变化。

（七）坚持眼保健操等护眼措施。学校严格组织全体学生每天上下午各做1次眼保健操，认真执行眼保健操流程，做眼保健操之前提醒学生注意保持手部清洁卫生。督促学生读写时坐姿端正，监督并随时纠正学生不良读写姿势，提醒学生遵守“一尺、一拳、一寸”要求。

（八）强化户外体育锻炼强化体育课和课外锻炼，确保学生在校时每天1小时体育活动时间。严格落实国家体育与健康课程标准，确保课时。按照动静结合、视近与视远交替的原则，有序组织和督促学生在课间时到室外活动或远眺，防止学生持续疲劳用眼。

（九）定期开展视力监测，在卫生健康部门指导下，严格落实全校学生健康体检制度和每学期至少2次视力监测制度，且每位学生建立健康档案，做到“一人一档”。对视力异常的学生进行提醒教育，为其开具个人运动处方和保健处方，及时告知家长带学生到眼科医疗机构检查。

（十）指导家长树立“健康第一”的教育理念，引导孩子至少选择一项适合孩子身心特点的运动项目，督促孩子落实周末（节假日）校外体育锻炼1小时及申报工作，养成勤于锻炼、健康饮食的好习惯。

（十一）指导家长关于孩子健康管理的家庭教育方法，如：控制孩子居家期间使用电子产品的时间、监督并随时纠正不良读写姿势、引导孩子参加力所能及的家务劳动、实践活动或社会公益活动等，指导孩子保持良好的生活规律和体育锻炼的习惯。

上海市同凯中学

2021.9.1

（修订）

**上海市同凯中学关于学生在校使用手机的管理方案**

1. **指导思想**

随着手机的日益普及，学生使用手机对学校管理和学生发展带来诸多不利影响。为保护学生视力，让学生在学校专心学习，防止沉迷网络和游戏，促进学生身心健康发展，学校在广泛征求意见后，决定禁止学生在校园内携带并使用手机（含游戏机、智能手表等，以下统一使用手机称呼），根据《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号文件，特制定《上海市同凯中学关于学生在校使用手机的管理方案》。

1. **领导小组**

组长：王菊如

成员：华亚平 李东妹 朱文龙 沈咏梅 张辉

1. **工作小组**

组长：李东妹

成员：沈咏梅 张辉 年级组长 班主任

1. **具体措施**

**（一）宣传发动阶段(2月19日至3月19日)**

1、全校教师于2月19日在开学前工作会议上集中学习《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号文件。

2、学校统一下发《学校关于加强学生手机管理致家长的一封信》，由班级组织家长学习。

3、各班级要加大宣传力度，班会课召开一次“做文明学生拒绝手机进校园”的主题班会，让每一位同学从自身做起，坚决拒绝手机进入校园，并形成长效机制。  
 4、各班出一期“净化校园 远离手机”的黑板报。

**（二）清查检查阶段(3月22日至3月31日)**

1、班主任对本班学生的进行清查，查到手机坚决予以收缴并填写清查表。  
 2、加大行政值日巡力度，在巡查中发现学生持有、使用手机的，坚决予以收缴。  
 3、任课教师等有关人员发现学生持有、使用手机的，可直接没收移交班主任，由班主任按照相应程序处理。  
 4、对学生持有、使用手机的，班主任要进行批评教育并与家长联系由家长领回。

**四、相关条例**

**第一条** 学生原则上不得将手机带入校园，坚决执行手机不带入课堂。  
**第二条** 学校为学生与家长通话联系提供方便，学生可以使用学校门卫或教

师办公室公用电话；学生急需与家长联系时全体教职员工应提供方便。  
**第三条** 针对个别学生的特殊情况要使用手机的，填写《学生携带手机进校

申请表》，由家长提出书面申请，班主任审核。进校后手机须交由班主任老师保管，严禁带入课堂，放学后返还给学生。班主任允许使用后必须在班主任任所在办公室使用，使用完毕后交还给班主任保管。  
 **第四条** 对违犯规定的处理办法：手机收缴到年级组并上报到学校统一登记。  
 **第五条** 任何人不得携带手机进入考场，一经发现，一律视为作弊行为，并根据情节轻重给予相应处分。  
 **第六条** 借用他人手机在禁用场所使用的，一经发现，其借用者与手机所有者一并处理。  
 **第七条** 手机使用中违反国家法律法规的，按国家法律法规相关规定处理。

上海市同凯中学

2021.9.1

（修订）

**上海市同凯中学中学学生携带手机进校申请表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 申请编号 |  | 申请日期 | |  | |
| 班级 |  | 学生姓名 | |  | |
| 手机号码 |  | 手机型号 | |  | |
| 家长联系电话 | 手机（父） |  | | 其他亲属  联系电话 |  |
| 手机（母） |  | |
| 本人孩子就读贵校，我已确实清楚校内使用手机之相关规定，现拟申请让孩子携带手机到校，并同意配合学校的管理办法，服从学校相关规定及处理措施。  申请理由：    家长    （签名） | | | | | |
| 班主任意见： | | | 班主任\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(签名) | | |