# 加强中小学生“五项管理”致家长的一封信

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2025-03-11

*加强中小学生“五项管理”致家长的一封信尊敬的家长朋友：您好！为落实教育部、省教育厅对中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理(简称“五项管理”)的有关要求，全面提高育人质量，XX市教体局印发了《关于加强中小学生“五项管理”工作的意见(试行)...*

加强中小学生“五项管理”致家长的一封信

尊敬的家长朋友：

您好！为落实教育部、省教育厅对中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理(简称“五项管理”)的有关要求，全面提高育人质量，XX市教体局印发了《关于加强中小学生“五项管理”工作的意见(试行)》（X教体

[2024]X号）文件。孩子的教育，是家庭和学校的共同责任，请您认真阅读，切实承担起监督和教育的职责，家校共育促进孩子全面、健康而有个性地发展。

一、加强作业管理，为孩子全面发展创设空间。

小学一、二年级不得留书面家庭作业，三至六年级家庭作业每天控制在1小时以内；初中学生书面家庭作业每天不得超过1.5小时，普通高中合理安排作业时间；双休日及节假日不得加大作业量，教师不得通过微信和QQ等方式布置作业；不得给家长布置或者变相布置作业，不得要求家长检查和批改作业。请家长朋友对孩子居家学习进行监督管理，督促孩子合理安排好居家学习时间，制定学习计划，培养独立做作业的能力和按时做作业的习惯，让孩子逐步养成良好的学习习惯；同时建议家长朋友，要积极营建良好的学习环境，不要再给孩子布置作业，不要给孩子过量报兴趣班，增加孩子身体和心理负担。

二、加强睡眠管理，为孩子身心健康保驾护航。

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，初中生达到9小时，高中生达到8小时；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、课后巩固等任何形式布置作业；义务教育阶段学生到校时间不得早于7:50，高中学生到校时间不得早于7:30。小学上午上课时间一般不早于8:20，中学一般不早于8:00；寄宿制学校合理安排作息时间，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；初中生一般不晚于22:00；高中生一般不晚于23:00；请家长朋友一定要做好陪伴和引导，培养孩子良好的睡前习惯，设定好固定的睡眠时间，提供健康的睡眠环境，提高孩子的睡眠质量，切实保障孩子身心健康发展。

三、加强手机管理，为孩子健康发展提升能力。

原则上，学生不得将手机带入校园，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，进校后应将手机交由学校统一保管，禁止带入课堂；学校设立校内公共电话、建立班主任沟通热线，解决学生与家长通话需求。请家长朋友们要以身作则，言传身教，科学合理使用手机，给孩子树立一个良好的榜样；要加强对孩子使用手机监督管理，加强与学校及班主任、科任教师的沟通与联系，加强与孩子沟通交流，共同引导孩子养成良好的手机使用习惯，关注孩子心理健康，积极培养孩子健康的兴趣爱好，促进孩子健康发展。

四、加强读物管理，为孩子健全人格奠定基础。

请家长朋友鼓励孩子认真阅读有益于学生身心健康成长的书籍，让孩子从喜爱看书入手，培养从小爱读书、勤读书的好习惯，记录读书过程中的点点滴滴，让孩子从读本中汲取营养，在阅读中开拓视野、增长知识，提高阅读和写作能力。同时建议家长朋友们，每天挤出一定时间，和孩子一起读书，分享读书成果，营造家庭读书氛围，为孩子终生爱读书打下基础。

五、加强体质管理，为孩子强健体魄注入活力。

拥有健康的体魄是学习的根本保证，请家长朋友，督促子女每天坚持校外体育活动，引导孩子养成良好用眼习惯，严格控制孩子居家期间使用电子产品的时间，使用电子产品学习30分钟后，应休息远眺放松10分钟，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；指导孩子劳逸结合，保持良好的生活规律和体育锻炼的习惯。

家长朋友！学生阶段是学习知识、养成良好行为习惯和培养高尚情操的关键时期。家长是孩子的第一任老师，真诚地希望我们家校携手，齐心协力，共同把您的孩子培养成德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！