# 关于学生睡眠作业管理实施方案

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-01-07

*关于学生睡眠作业管理实施方案为进一步贯彻落实教育部《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》和2024年全国教育工作会议精神，抓好学生作业、睡眠、手机、读物、体制管理等工作要求，落实落细立德树人根本任务，加强并优化学生睡眠管理，探索科学有...*

关于学生睡眠作业管理实施方案

为进一步贯彻落实教育部《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》和2024年全国教育工作会议精神，抓好学生作业、睡眠、手机、读物、体制管理等工作要求，落实落细立德树人根本任务，加强并优化学生睡眠管理，探索科学有效的睡眠管理方法，促进学生身心健康全面发展，现就进一步加强我校学生睡眠管理做具体方案如下：

一、加强科学睡眠宣传教育。

睡眠是机体复原整合和巩固记忆的重要环节，对促进中小学生大脑发育、骨骼生长、视力保护、身心健康和提高学习能力与效率至关重要。学校要把科学睡眠宣传教育纳入课程教学体系、教师培训内容和家校协同育人机制，通过体育与健康课程、心理健康教育、班队活动、科普讲座以及家长学校、家长会等多种途径，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极端重要性，提高教师思想认识，教育学生养成良好睡眠卫生习惯，引导家长重视做好孩子睡眠管理。

二、明确学生睡眠时间要求。

小学生每天睡眠时间应达到10小时，学校、家庭及有关方面应共同努力，确保中小学生充足睡眠时间。

三、统筹安排学校作息时间。

按照自治区教育行政部门要求，小学上午上课时间一般不早于8:20。学校不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动，对于个别因家庭特殊情况提前到校学生，学校应提前开门、妥善安置；学校合理安排课间休息和下午上课时间，家长保障学生必要的午休时间，确保学生达到规定睡眠时间要求。

四、防止学业过重挤占睡眠时间。

学校要提升课堂教学实效，加强作业统筹管理，严格按照有关规定要求，合理调控学生书面作业总量，指导学生充分利用自习课或课后服务时间，使小学生在校内基本

完成书面作业，避免学生回家后作业时间过长，挤占正常睡眠时间。按照教育部要求，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、作业练习、微信群打卡等任何形式布置作业，请家长做好监督和引导。

五、合理安排学生就寝时间。

学校要指导家长和学生，制定学生作息时间表，在保证学生睡眠时间要求前提下，结合学生个体睡眠状况、午休时间等实际，合理确定学生晚上就寝时间，促进学生自主管理、规律作息、按时就寝。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。

六、指导提高学生睡眠质量。

教师要关注学生上课精神状态，对睡眠不足的，要及时提醒学生并与家长沟通。指导学生统筹用好回家后时间，坚持劳逸结合、适度锻炼。指导家长营造温馨舒适的生活就寝环境，确保学生身心放松、按时安静就寝。

七、加强学生睡眠监测督导。

学校高度重视小学生睡眠管理与指导工作，将学生睡眠状况纳入学生体质健康监测和教育质量评价监测体系，充分利用现代信息技术手段，提高学生睡眠管理的科学性、针对性和实效性。学校愿与家长携手及时改进相关工作，确保上级要求落实到位，切实保障学生良好睡眠，促进学生身心健康。

学生作业管理实施方案

为进一步贯彻落实教育部《五项管理实施办法》的精神，加强并优化学校作业管理，探索减负增效新举措，科学有效地提高教学质量，为学生的综合素质提升、可持续发展打下坚实的基础。现就进一步加强我校作业管理提出如下要求：

一、实施的意义

作业是学校教学活动的一个重要环节，是学生获取知识、发展能力、提升素养的重要方式，具有检测学生学习成效,训练学生思维，培养学生良好学习习惯，优化学习策略，提升学生核心素养的功能。每位教师要准确把握作业的性质和功能，探索过程性评价和发展性评价的有机结合，提高设计作业和运用作业改进教学的能力，通过精心组织并有效实施作业，增强教学工作的针对性和有效性，促进教学质量的提升，从而切实减轻学生过重的课业负担，促进学生健康成长。

二、作业督查领导小组：

组长：校长

副组长：副校长

组员：各教研组长及班主任

三、具体措施

1.作业的布置与实施

立足学生学习活动整体考虑，系统、科学、合理设计不同层次的作业，引导学生自觉预习、及时整理和巩固所学知识，并使知识转化为能力。切实减少简单记忆、机械重复的练习，精心选择与学生基础相适应的、重在迁移运用的作业。作业布置数量要适当，难易要适度，配置要有梯度，以学生的认知能力、学习状况、实际发展水平为依据，不得布置超越学生能力的作业。学校要求各教研组团队自主编写作业，布置重在促进运用与学生自我体验的实践性作业和重在合作体验的项目性作业；鼓励音乐、美术、体育及科技等学科布置适量的实践性作业。加强作业形式的灵活性和生动性，调动学生的学习积极性和创造力。

学校、教师要进一步加强家校联系，发挥家校合力，倡导家长科学监督学生作业完成情况，及时了解学生学习动态。但不得要求学生家长自行打印作业，不得通过手机微信群等方式布置作业，不得布置要求家长完成或需要家长共同完成的非实践性作业，不得要求家长批改教师布置的作业，辅导学生的家庭作业。家长要跟学校密切配合，注意引导培养孩子养成自主完成作业的良好习惯。给孩子创造条件，多接触社会，接触自然，多进行综合实践活动，拓宽视野，提高综合素质。

2.作业的批改和讲评

（1）重视作业批改的及时性。教师应合理使用各种批改形式，及时、逐词、逐句、逐题批改作业，批改要用统一的批改符号，使用激励性、启发性、指导性批语，培养学生良好的作业习惯。

（2）对布置的作业做到全批全改，对学生作业中的错误，应该督促学生订正，并做好复批工作。同时认真分析学生错误的原因，反馈改进教学过程。

（3）加强作业讲评的针对性。提倡面批与集体讲评相结合，教师应及时向学生反馈作业批阅结果，共性问题集体讲评，个别问题面批矫正或予以个别辅导。作业讲评不能就题论题，要举一反三，加强拓展和延伸，突出作业中难点的处理，疑点的解惑，关键点的拓展。引导学生根据作业批改结果分析学习存在的问题，更好地开展后续学习。

3.作业的控制与审核

加强作业质量监督。学校教研组长对作业质量进行把关，审查难易程度和配置梯度，形成每日备案。教导处定期统计和分析各年级作业布置和完成的质量及批改情况，定期开展有关作业情况的问卷调查，及时提出相应整改意见，问卷调查的分析报告要存档备查。

加强作业总量监控。班主任对班级作业总量进行把关，审查与统筹协调本班作业总量。做好班级每日作业总量汇总，及时提交学校教导处备案。一、二年级不布置书面家庭作业，中高年级每天书面家庭作业总量，分别控制在1小时以内。

四、加强监管，优化作业管理的保障措施

1.建章立制，规范管理。构建校本特色的作业管理的一系列制度，抓规范要求，从制度上规范教师和学生作业的行为，建立作业审查每日备案制度、常规检查制度、批改讲评制度等，从作业的数量、针对性、批改反馈等方面进行制度化规范。形成以班主任为总协调人的班级各学科作业协商机制，确保学生每天的作业能做到学科平衡、总量控制、合理分配，并注重学生对作业的反馈。

2.强化督查，完善评价。学校将作业质量、作业批改、作业负担等情况作为考核教师师德师风和教学效果的考核内容之一，加强监督检查，主动接受学生家长与社会各界的监督，对作业工作不规范的教师及时督促整改；对在作业设计、作业布置、作业批改等工作中涌现出来的先进典型予以表扬，并大力推广，对工作不力，弄虚作假，甚至继续加重学生课业负担的教师，将在校内进行批评教育，并视实际情况予以师德考核降级处理。

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！