

上海市长宁区教育局文件

长教〔2021〕39号

长宁区教育局关于印发《长宁区加强中小學生 “五项管理”实施意见》的通知

各中小学：

现将《长宁区加强中小學生“五项管理”实施意见》印发给你们，请认真学习贯彻。

特此通知

- 附件：1. 《长宁区加强中小學生“五项管理”实施意见》
2. 《长宁区加强中小學生手机管理工作方案》
3. 《长宁区加强中小學生睡眠管理工作方案》

4. 《长宁区加强中小学生课外读物进校园管理工作方案》
5. 《长宁区加强中小学生作业管理工作方案》
6. 《长宁区加强中小学生体质健康管理方案》

长 宁 区 教 育 局
2021 年 5 月 30 日

附件 1

长宁区加强中小學生“五項管理”實施意見

為貫徹《中共中央 國務院關於深化教育教學改革全面提高義務教育質量的意見》《中央全面深化改革委員會關於進一步減輕義務教育階段學生作業負擔和校外培訓負擔的意見》等文件精神，推動“五項管理”（手機、睡眠、讀物、作業、體質管理）相關政策落地見效，落實《長寧區教育改革和發展“十四五”規劃》任務，办好“活力教育”，促進學生全面健康發展，營造校園良好育人環境，制定長寧區加強中小學生“五項管理”實施意見。

一、指導思想

以教育部出台的关于加强中小學生作業、睡眠、手機、讀物、體質“五項管理”等一系列文件為指導，落實立德樹人根本任務，堅持正確育人導向，進一步加強本區中小學“五項管理”實效。以促進學生全面健康發展為目標，形成“五項管理”常態化工作機制。以加強多方協同育人為指向，發揮活力教育生態的育人功能。

二、主要目標

1. 助力學生全面健康發展。將“五項管理”的具體要求和育人價值滲透進學生學習生活的各個環節，促進學生德智體美勞“五育並舉”全面發展，助力每個學生更好地學習和成長。

2. 營造校園良好育人環境。通過落實“五項管理”要求，

细化学校教育教学管理，增强学校教育治理能力；促进教师育人理念与方法升级迭代，提升课堂教学质量和育人效果。

3. 构建和谐活力教育生态。在落实“五项管理”的过程中，汇聚多方力量，缓解教育焦虑，营造政府主导、学校主体、家庭参与、社会协同的和谐活力教育生态，推动政-校-家-社同向发力，办好公平而有质量的教育。

三、主要内容

作业管理：建章立制，依据区级作业清单和作业单元指导建议等标准，严控书面作业量，提升作业品质。启智激能，关注教师指导和批改学生作业情况，继续实施开放性作业研究与实践，提升学生学习兴趣与学科关键能力，减轻不必要的课业负担。

手机管理：因校制宜，结合各学段学生特点和学习生活实际，研制实行校内学生手机管理条例或办法，形成“一校一案”。建立学生手机校内统一保管制度，满足学生应急通话需求，对学生使用手机进行教育引导，提升学生自律意识，保障校园有序的学习氛围。

睡眠管理：围绕学校教育教学安排，重点聚焦学校作息时间安排、作业统筹管理，严格落实中小学上午上课时间规定。建立学生睡眠监测机制，管控校外培训机构、线上培训网课平台的培训时间与作业，保障各学段学生充足睡眠。

读物管理：按照“凡进必审”“凡荐必审”的原则，建立和完善进校园课外读物管理机制。加强学校图书馆建设力度，对校园推荐图书进行质量管理，严格管控校园内销售课外读物行为、强制学生购买课外读物行为，有效管理各类读书活动，把好政治

方向和价值导向。

体质管理：开齐开足体育与健康课程，落实校内 1 小时体育活动和 大课间活动制度，严禁挤占体育课和校园体育活动。家校社协同施策，提升学生每天校外 1 小时体育活动质量。逐步实现覆盖全区所有学生的学生体质健康监测，视力、肥胖、睡眠指数等数据纳入学生健康档案，提升学生体质水平。

四、工作举措

（一）局-院-校联动管理机制

根据区域主导、学校主体的原则，区教育局、教育学院、各学校上下联动，同频发力。区教育局印发“五项管理”区域实施意见与工作方案，统筹部署“五项管理”工作；区教育局将“五项管理”纳入教研、师训、科研等常规工作，指导学校开展学习培训活动，梳理总结经验成效；学校制定校级“五项管理”实施方案并推进教师培训、学生教育等具体工作，及时总结经验，形成学校案例。局-院-校层层压实责任，理清责任链条，各环节明确责任人，确保“五项管理”落地见效和常态化实施。

（二）家-校-社协同育人机制

通过微信公众号、告家长书、家长会、家委会等形式进行宣传，使得家庭、社会充分了解“五项管理”的内容和意义，获得社会各界支持，形成育人合力，在校内校外形成落实“五项管理”的浓厚氛围。

（三）督导评价监测机制

将“五项管理”纳入区域督导工作范畴，开展责任督学全覆盖督查。依据督查要点，责任督学采用校园巡查、推门听课、走

访座谈等多种方式督导“五项管理”落实情况。各学校按照责任督学提出的问题和意见，及时整改。对在“五项管理”中整改不到位的学校及时进行通报、约谈，并与年终考核挂钩；对违反规定造成不良后果的，追究相关负责人责任。

五、保障机制

（一）组织保障

区教育局成立“五项管理”领导小组与五个工作小组。教育局局长任领导小组组长，分管副局长根据分工担任工作小组组长，教育局相关科室、教育学院相关部门作为工作小组成员联系和指导学校。学校成立“五项管理”领导小组和工作小组，负责具体落实相关工作。

（二）经费保障

区教育局设置“五项管理”工作专项经费，保障“五项管理”人员培训、设施配置、宣传等工作顺利推进。

（三）宣传保障

利用各类宣传平台，加大宣传力度，营造社会各界支持“五项管理”的良好氛围，促进“五项管理”有效落地。

附件 2

长宁区加强中小学生手机管理工作方案

为贯彻落实教育部《关于加强中小学生手机管理工作的通知》（教基厅函〔2021〕3号）和上海市教育委员会《关于加强中小学生手机管理工作的通知》精神，加强学校教育管理，让学生在学校专心学习，防止沉迷网络和游戏，保护学生视力，促进学生身心健康发展，现结合本区实际制定区域工作方案。

一、指导思想

加强中小学生手机使用的教育和管理，有助于学生保护视力、形成健康作息、专注学习活动、增进情感交流，有助于有效阻隔不良信息、避免沉迷游戏、防止学生手机依赖，有利于确保正常的教育教学秩序，营造精心学习的良好氛围，促进学生健康发展。

二、主要目标

健全区域中小学学生手机管理制度，规范手机管理工作，提升家校协同育人成效，促进学生身心健康成长。

三、重点任务

1. 细化管理措施，制订实施方案。学校手机管理要做到“一校一案”。结合学生特点和学习生活实际，因校制宜，研制切实可行的校内学生手机管理实施方案，切实把手机管理融入学校日常管理工作。

2. 营造环境氛围，加强教育引导。学校要加强校园内公共

阅览设备建设，充分开放电子阅览室，方便学生上网查阅资料、了解时政等信息，确保满足学生使用现代信息技术的合理需求；组织开展丰富多彩的校园活动，发展学生个性特长，培养学生高雅情趣，引导学生体悟现实生活的快乐，为减少学生对手机的依赖创设条件。

3. 开展宣传教育，形成育人合力。学校要通过校园网、学校公众号等宣传媒介，通过政策讲解、数据比对、警示案例等形式广泛开展宣传，使学生、家长和教师理解和认同手机管理的目的、意义和具体要求，形成手机管理方案实施的良好舆论氛围。

四、主要举措

1. 完善制度、规范管理。一是各中小学严格落实教育部、市教委、区教育局相关工作精神，制定手机管理工作制度(方案)，结合实际完善校内手机管理具体办法，将手机管理纳入学校日常管理。二是明确手机有限带入校园。小学生不得将手机带入校园；中学生原则上不得将个人手机带入校园，确有需求的须经学生家长同意、书面提出申请，进校后手机由学校统一保管，申请表格及申请流程由各学校具体规定；有寄宿学生的学校应制定学生手机在生活区使用的管理办法，每天适当给予学生一定的手机使用时间。三是明确对违规使用手机学生的惩戒办法。学校要根据教育部《中小学教育惩戒规则（试行）》，完善校规校纪，对学生校内违规使用手机等情形的惩戒做出明确规定。

2. 细化措施、规范使用。一是明确校内手机保管的工作制度和规范。各学校要确定手机统一保管的场所、方式、责任人，提供必要的保管装置，确保学生的财产安全和信息安全。二是建

立学生在校期间对外必要联系的公共通道。学校可多种形式为学生提供必要对外联系的免费公用电话或其它通讯方式，广泛告知师生和家长，并确保紧急联系时使用畅通；学校应明确家长与学生联系的热线电话，确保重要事情及时传递到学生。三是落实作业管理相应规定。教师不得使用手机布置作业，不得要求学生使用手机完成作业，教师严禁将作业通过手机变相布置给家长。加强对电子学习设备的管理，规范教学过程中对电子设备的使用，确保电子设备的使用有利于学生的身心健康。

3. 疏堵结合、正面引导。一是明确家长对孩子使用手机的教育引导、监督管理职责。家长对孩子使用手机有教育和监管责任，明确家长要监管孩子带入校园的手机与申请登记的手机一致、不给孩子买过于贵重的手机、不默许甚至纵容孩子手机带入校园的不诚信行为。二是要通过国旗下讲话、班团队会、主题教育课、心理辅导、校规校纪等多种形式加强教育引导，让学生理性对待并合理使用手机，提高学生信息素养和自我管理能力。三是要避免“一禁了之”、“一刀切”等简单粗暴管理行为，防止学生在校外、家庭报复性过度使用手机；要疏堵结合，优化管理模式，确保学生的身心健康。

4. 加强指导，家校协同。一是要通过家委会、家长学校、家长会、家访等途径，加强家庭教育指导，开设指导课程，引导家长充分认识到学生过度使用手机的危害，讲清加强学生手机管理的必要性，争取家长对学校手机管理工作的支持和理解。二是引导家长带头防止手机依赖，为孩子正确使用手机做好榜样；引导家长加强与孩子的沟通交流，特别要指导孩子安排好放学后和

节假日生活，形成健康的生活方式。三是督促家长履行监管和教育职责，及时发现、制止和矫正孩子过度使用手机、沉迷网络游戏、不当消费等行为，形成家校育人合力，共同打造学生身心健康守护网。

五、保障措施

1. 提高认识、高度重视。各学校要充分认识加强中小學生手机管理的重要意义，将加强学生手机管理同全面贯彻党的教育方针、落实立德树人的根本任务紧密结合起来，与学生的身心健康发展紧密结合，将手机管理摆在学校管理的重要位置。要把智能电子手表、电子平板等设备与手机管理统筹考虑，确保手机管理落实过程中“不变味”。

2. 加强培训、明确职责。学校要加强教职工培训，让广大教职工熟悉本校学生手机管理的具体措施办法，并结合全员导师制，明确各岗位教职工的育人责任、做好教育教学、家校沟通、监督管理等具体工作，积极探索和分享手机管理的有效做法。

3. 依法定规、合理实施。各学校学生手机管理实施方案的制订要广泛征求学生、教师、家长意见，做到依法依规，同时要注意手机管理规定的教育性和人性化；要总结好的经验做法，及时发现并纠正落实过程中的各类问题，逐步形成长效管理机制。

4. 纳入考核、强化督查。学校要建立考核机制，将手机管理融入对学生、班级的管理评价内容；将规范作业布置、不得要求学生用手机完成作业等纳入教师考核内容，完善常规管理考核评价工作。教育督导室要将学校手机管理工作纳入日常监督范围，确保手机管理要求落实到位，促进学生健康成长。

附件 3

长宁区加强中小學生睡眠管理工作方案

为全面贯彻落实《教育部办公厅关于进一步加强中小學生睡眠管理工作的通知》（教基厅函〔2021〕11号）和《上海市教育委员会关于进一步加强本市中小學生睡眠管理工作的通知（征求意见稿）》等文件精神，保证本区中小學生充足睡眠时间，促进學生身心健康发展，现结合本区实际，特制定长宁区加强中小學生睡眠管理工作方案。

一、指导思想

遵循學生成长发展规律，加强优化學生睡眠管理，探索科学有效的睡眠管理办法，协同学校管理、医教结合、家庭指导、社会协同等各方面系统推进，稳步开展本区中小學生睡眠管理工作，促进學生身心健康全面发展。该项工作坚持如下原则：

一是强调系统性、统整性。以促进學生身心健康发展为中心，从学校管理、医教结合、家庭指导、社会协同等方面入手，系统推进、稳步开展本区中小學生睡眠管理工作。

二是体现科学性、专业性。遵循學生成长发展规律，充分结合睡眠健康的专业性和教育的专业性，科学指导學生、家长、学校做好睡眠管理相关工作。

三是凸显协同性、操作性。强调本区各相关部门齐抓共管，建立局-院-校一体化实施机制，明确各责任主体的工作职责和重点任务，协同合作做好中小学生学习管理工作。

二、主要目标

牢固树立“健康睡眠，健康未来”的思想观念，把中小学生的睡眠习惯培养和睡眠质量提升作为立德树人的基础工作，加强引导，强化管理，努力破解中小学生学习不足的难题，实现小学生平均每天睡眠时间达到 10 小时，初中生平均每天睡眠时间达到 9 小时，高中生平均每天睡眠时间达到 8 小时，养成良好健康睡眠习惯，倡导形成中小学生学习科学的学习与生活方式。

三、重点任务

- （一）加强科学睡眠宣传教育，认识睡眠管理重要意义。**
- （二）明确各级部门职责分工，确保睡眠管理有效实施。**
- （三）统筹校内外睡眠作息時間，保障睡眠管理落实落地。**
- （四）加大各级各部门监管力度，保证睡眠管理规范推进。**

四、主要举措

（一）加强学习、宣传和科普教育，统一认识

1. 加强学习，提高认识。区教育局和学校成立睡眠管理工作领导小组，通过全体教师会议等多种途径，传达学习相关文件，领会精神，让全区全体教师充分认识加强中小学生学习管理工作的重要意义，切实将睡眠管理工作落实到位，确保学生身心健康发展。

2. 强化宣传，协同育人。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。学校通过学校官网、微信公众号等平台进行宣传，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，倡导家长与学校共同培养学生养成睡眠好习惯；通过升旗仪式、主题班会等活动教育开展科普健康教育，引导学生减少手机、平板等电子产品使用时长，防止学生沉迷上网、过度娱乐，引导学生养成良好作息，保证睡眠时间充足。

（二）加强学校制度管理，切实推进“睡眠管理”落地

1. 规范课时管理。结合不同年龄段学生身心发展特点，根据教育部对中小學生作息时间的基本要求，科学适度调整学校作息時間。小学上午上课时间一般不早于 8:20，中学一般不早于 8:00，各学校不得要求学生提前到校参加统一教育教学活动；合理安排课间休息和下午上课时间，倡导中小學校將午休時間排进课表，午休时间不少于 30 分钟，具体形式可以由学校结合实际探索实施。

2. 加强作业管理。小学书面作业基本不出校，初中作业难题基本不回家，高中作业控制总量。全学段严格落实 20:30 后学生作业、学习不接触电子屏幕。坚持“教考一致”原则，教师积极开展教考关系背景下的学校作业体系建构与实施研究，任课教师要对學生作业情况进行及时分析和有针对性的帮助与辅导，以及必要时动态调整作业内容和作业量，避免學生回家后作业时间

过长挤占正常睡眠时间。

3. 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，鼓励大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、体育与健康、心理健康教育等课程，结合主题式综合活动、项目化学习、研究性学习，结合党团队活动、睡眠日活动、场馆学习、专题教育、主题讲座等活动，将中小学生的睡眠教育与学习体验有机融合，促进学生对健康睡眠的深度理解和自我把控。

4. 实施监测管理。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，鼓励有条件的学校探索借助信息技术手段开展睡眠监测。充分发挥睡眠监测的决策咨询作用和制度完善功能，及时对监测发现的问题形成针对性举措。

5. 开展作息指导。通过中小学家长学校、全员导师制试点等工作开展学生指导和家庭教育指导，倡导健康的家庭生活方式，指导家长和学生制订家庭作息时间表，在保证学生睡眠时间要求的前提下，结合学生个体睡眠状况、午休时间等实际，合理确定晚上的就寝时间。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。寄宿制学校要合理安排学生寝室作息时间，确保学生达到规定的睡眠时间要求。

（三）借力多类专业资源，提升“睡眠管理”的精准指导

1. 借助专业资源，加强睡眠管理的专业指导。充分利用教育、卫生等方面的专家的专业力量，积极举办中小学生学习睡眠科普

宣传进家庭、进社区活动，形成“家-校-社”协同管理机制，切实发挥社区街道在中小学生健康睡眠宣传普及中的重要作用，在社区街道广泛开展“关注学生睡眠，促进健康成长”的宣传活动，提高社区街道对学生健康睡眠宣传标语的张贴率。

2. 深化医教结合，充分发挥医学专业优势，提高中小学生睡眠质量，科学干预睡眠问题。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。

3. 强化协同治理，构建中小学睡眠管理齐抓共管的协同体系。要加强对校外培训机构的线上、线下活动监察监管，确保培训机构线下培训结束时间不得晚于 20:30，线上直播类培训活动结束时间不得晚于 21:00，且不得以课前预习、课后巩固、作业练习或微信群打卡等任何形式布置作业。要加强对网络游戏的规范管理，网络游戏运营企业每日 22:00 到次日 8:00 不得为未成年人提供游戏服务。

4. 借力媒体宣传力量，激励并发挥睡眠管理重要意义。顶层设计、系统策划中小学生睡眠管理系列宣传方案，有效发挥各大媒体和新媒体平台的舆论引导功能，通过报刊专栏、广播电视专题节目等形式，全方位开展健康睡眠宣传，宣讲“睡眠管理”开展中突出事迹和先进经验，营造中小学生健康睡眠的社会氛围。

五、保障措施

（一）提高政治站位，加强组织领导

区教育局是本区睡眠管理工作牵头单位，组建局长、分管局长领衔的领导小组，教育学院、基教办、德育科等单位和科室参与管理和推进，切实加强对区域推进中小学生睡眠管理工作的组织领导。

学校是中小学生睡眠管理工作校内任务实施主体，各校要因地制宜，编制本校学生睡眠管理工作方案，扎实推进校内“睡眠管理”工作。此外，学校也是睡眠管理工作校外任务参与者，要积极配合各有关部门落实各项任务。

（二）加强条件保障，满足睡眠管理需要

一是加强经费支持。加强专项经费投入保障，完善绩效工资分配，落实教师参与睡眠管理工作的待遇保障。

二是加强师资队伍建设。组织开展睡眠管理、睡眠教育教师专业能力提升培训、专项教研活动和相关交流研讨，将相关工作任务纳入中小学全员导师制试点工作。

三是加强条件保障。优化学校空间布局，科学利用图书馆、剧场、音乐教室、室内体育馆等公共场所，提供午睡垫、午睡枕等设施，创设学生午休条件。通过学生营养午餐，合理膳食结构，改善学生睡眠。利用午间校园广播播放舒缓音乐，营造校园午休氛围。

（三）加强监测督导，落实睡眠管理要求

一是建立全区中小学生睡眠情况追踪监测制度，综合上海市

中小学生学习负担状况调查、义务教育“绿色指标评价”、普通高中教学质量综合评价以及长宁区“三个指数”质量评价中的相关数据进行全面分析，提高学生睡眠管理的科学性、针对性和实效性。

二是将校长和教师落实睡眠管理、睡眠教育工作成效，作为绩效考核、荣誉评选、职称评聘的重要指标，鼓励创新实施路径和方法。

三是设立监督举报电话或网络平台，畅通家长反映问题和意见渠道，及时改进相关工作，确保各项任务落实到位，切实保障学生良好睡眠，促进学生身心健康。

附件 4

长宁区加强中小學生课外读物进校园 管理工作方案

为贯彻落实教育部《中小学生课外读物进校园管理办法》(以下简称《管理办法》)以及《上海市教育委员会关于加强中小學生课外读物进校园管理工作的通知(征求意见稿)》等文件精神,丰富学生阅读内容,拓展阅读活动,规范课外读物进校园管理,防止问题读物进入中小學校园(含幼儿园),充分发挥课外读物育人功能,现结合本区实际制定区域工作方案。

本方案所指的课外读物是指教材和教辅之外进入校园供中小學生阅读的正式出版物(含数字出版产品)。

一、总体目标

充分认识课外读物进校园管理的重要意义,认真贯彻落实《管理办法》要求,不断提升学校图书馆服务教育教学能级,规范进校园课外读物管理程序,建立健全长效机制,确保进校园课外读物质量,丰富拓展教育资源,为学生健康成长奠基。

二、基本原则

一是把握方向,守住底线。课外读物推荐工作要坚持方向性、全面性、适宜性、多样性和适度性原则,符合主题鲜明、内容积极、可读性强、启智增慧的基本标准。对于违反《出版管理条例》有关规定或存在《管理办法》中所列举的十二条“负面清单”情

形的课外读物，一律不予推荐和选用。

二是梳理源头，分类管理。把控进校园课外读物主要渠道，实行分类管理。对于各类进校园课外读物按照“凡进必审”“凡荐必审”的原则，建立和完善进校园课外读物管理机制。

三是加强研究，创新机制。中小學生课外读物进校园管理是一项新工作，需要加强研究，创新机制，借助信息技术手段建立信息筛选平台和数据库，组建专业力量探索有关文献资料的采集、加工制作、日常借阅和风险防范等管理模式。

三、重点任务

（一）加强图书馆建设，发挥主渠道作用

1. 增量提质馆藏图书，满足学生课外阅读需求

作为课外读物进校园最主要渠道，学校图书馆要充分发挥主阵地作用，依据教育部和市教委批准推荐的课外读物推荐目录，结合学校教育教学改革需要，切实做好学生课外阅读需求调研。购置文献要按照教育部《中小学图书馆（室）规程》和《上海市普通中小学图书馆规程》有关规定执行。鼓励学科教师、图书馆专业人员、家长、学生代表等多方推荐，积极扩充馆藏图书数量，确保和提升馆藏图书品质，充分满足学生课外阅读需求。

2. 建设图书馆课程，丰富课外阅读活动

重视学生阅读需求，关注教育教学改革需要，加大学校图书馆课程建设力度。组织全校教师共同开发图书馆课程，定期开展图书馆利用教育，面向全体新生开设入馆教育以及文献信息检索、辨别、利用等课程；组织开展名师导读、读书沙龙、新书推荐等

分享交流活动。

3. 有序引进数字出版产品，探索有效管理办法

在充分保证学生身心健康的基础上，根据学段特点，有序引进馆藏图书中的数字出版产品，做好信息化时代新媒介阅读指导，严格执行相关管理要求，对数字出版产品内容、形态、平台等认真遴选、审核，探索出有益于学生身心健康的数字出版产品进校园管理办法。

4. 加大图书馆建设力度，提升服务能级

学校要根据图书馆建设相关标准，加大空间改造、资源配置和信息化环境建设力度，提升图书馆服务能级。积极参加图书馆评估活动，争创示范图书馆。以评促建，提升图书馆品质，让学校图书馆成为学校教育资源的“配送中心”和学生自主学习的“文献中心”。

5. 收集阅读信息，挖掘数据价值

学校图书馆应充分利用信息化智能技术，对图书借阅情况进行统计分析和对策研制。及时收集学生借阅信息，并从不同维度做好分类统计和差异比较。利用信息化手段，定期向学生推送个人借阅信息和个性化的推荐书目，同时为馆藏图书管理和新进图书遴选、图书馆课程开发建设等积累数据，提供精准服务。

6. 加强队伍建设，服务教育教学改革

学校要进一步落实中小学图书馆专业人员资格准入规定，建立与完善中小学图书馆专业人员引进、岗位聘用、培训进修、绩效考核等管理制度。

（二）丰富课外读物资源，规范进校园渠道

1. **严格遴选各类捐赠读物。**受捐赠课外读物进校园，学校要按照《管理办法》加强审核，按照“谁受赠谁负责”原则，建立捐赠图书工作责任机制，确保捐赠图书质量，并报区教育局备案。

2. **有效管理各类读书活动。**学校对任何形式进校园的读书活动都要审核活动方案，按照《管理办法》对相关书目进行把关。

3. **建立教师荐书管理制度。**教师因教育教学需要推荐学生阅读的课外读物书目，应有相关推荐组室负责人认可，并按照《管理办法》审核，报学校备案。

4. **不鼓励学生自带读物进校园。**原则上不鼓励学生自带课外读物进校园，如确有需要，须由学生家长事先向班主任报备并得到许可。

（三）完善细化管理规定，建立健全工作机制

1. **规范课外读物推荐环节。**进校园课外读物原则上每学年推荐一次，可根据学校教育教学需要适当增加推荐次数。严格按照《管理办法》规定的初选、评议、确认、备案等环节推荐。相关环节可增加学生和家长代表，共同参与课外读物进校园管理。对选自教育部和市教委批准推荐的课外读物指导目录，重点评议适宜性；对其他渠道推荐的课外读物要全面把关，提出评议意见。

2. **建立课外读物进校园应急机制。**充分做好预案，定期对校园推荐图书进行审查清理，防范进校园课外读物管理中可能存在的风险，筑牢问题读物进校园“防火墙”，守住进校园课外读物质量底线。发现问题读物应及时予以有效处置，消除不良影响。

四、保障措施

（一）强化组织领导，明确责任主体

区教育局进一步加强对中小学图书馆和课外读物进校园管理的领导，建立健全相应工作机制。全面把握本区域课外读物进校园情况，负责课外读物进校园的监督检查。全面组织区级培训，提升相关人员遴选、审核课外读物的能力。建立进校园课外读物推荐工作报备制度，定期对进校园课外读物的推荐情况开展抽查，将相关管理纳入学校绩效考核指标。

学校是进校园课外读物推荐责任主体，党政要齐抓共管。学校要成立由学校主要领导负责，学校管理部门、学科组和图书馆等相关负责人等共同组成的课外读物管理工作组，负责本校所有课外读物的遴选、审核工作。学校应向师生和家长主动公开进校园课外读物推荐目录，并将课外读物进校园管理写进校纪校规，严格执行。教师对学校推荐的书目负有导读和导学责任。

（二）加大经费投入，规范采购流程

区教育局将进一步完善学校图书经费的保障机制，不断加大对中小学图书馆文献资源建设经费的投入。指导学校用足用好图书馆文献资源购置经费和其他相关专项经费等，确保进校园图书资源的数量和质量。建立、完善和落实图书采购的配备机制和采购责任机制，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”。

（三）开展区域督导，严格问责制度

区教育督导部门要将课外读物进校园工作纳入督导范围，从

工作程序和成效等维度，督导有关要求全面落实到位情况和充分发挥课外读物育人功能的工作实效。对课外读物进校园工作管理监督不力、校园推荐图书存在质量问题、在校园内销售课外读物、强制或变相强制学生购买图书等行为要严肃查处、问责整改。

（四）加强协同治理，营造良好氛围

发挥家长在学生课外阅读中的积极作用，形成家校协同育人合力。鼓励专业机构研究进校园课外读物分级标准，指导学校有针对性地向学生推荐适宜的课外读物；探索建立课外读物协同共治模式，协同政府出版管理部门关口前移，把好政治方向和价值导向，管好出版源头，确保正式出版物质量。加强区教育局图书馆工作委员会的指导和协调功能，协同社会相关部门和单位营造良好的读书氛围，推动书香校园建设。

五、相关工作时间安排

2021年5-6月，区教育局按照教育部和上海市教委相关文件要求，研制区域工作方案，组织辖区内中小学（幼儿园）课外读物进校园相关情况开展自查排摸；指导各校研制课外读物进校园管理工作方案。

2021年9月，中小学（幼儿园）结合调研现状，各校制定课外读物进校园管理工作方案，进一步建章立制，优化和完善学校相关管理制度，并严格执行。

附件 5

长宁区加强中小學生作业管理工作方案

为贯彻落实《中共中央 国务院关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》(中发〔2019〕26号)《教育部等九部门关于印发中小學生减负措施的通知》(教基〔2018〕26号)《教育部等六部门关于规范校外线上培训的实施意见》(教基函〔2019〕8号)《教育部办公厅关于严禁有害 APP 进入中小學校园的通知》(教基厅函〔2018〕102号)《教育部等八部门关于印发〈综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》(教体艺〔2018〕3号),以及《上海市加强义务教育学校作业管理措施》等文件精神,进一步加强本区各中小學校(含民办)作业管理,提升学校作业的规范性和有效性,现结合本区实际制定区域工作方案。

一、指导思想

全面贯彻“以生为本”的教育理念,把握减负增效原则下的作业的性质与功能,探索教考关系背景下的学校作业体系建构与实施研究,结合教育发展的趋势热点及《长宁区教育改革和发展“十四五”规划》中重点项目,提高教师设计作业和运用作业改进教学的能力,提高学生学习的积极性和有效性,切实减轻学生过重的课业负担,促进学生健康成长。

二、主要目标

长宁区在作业研究、作业设计、作业管理上一直走在全市前列，对和谐家校关系，促进学生健康成长起到了极大促进作用。

“活力教育”是长宁教育历史积淀的重要特质，也是长宁区教育改革和发展“十四五”规划的价值追求与主要任务。树立“控量提质，启智激能”的作业管理理念，以“新中考改革”、高中“双新”推进为新的契机，提升作业管理水平，坚持五育并举和减负增效，促进育人方式改变，为长宁教育注入新的活力。

三、重点任务

（一）加强宣传，明确作业管理的重要意义。

（二）夯实培训，确保作业管理的规范有效。

（三）增强协作，保障作业管理的逐级落实。

（四）细化要求，确保作业管理的稳步推进。

（五）加强监督，优化作业管理的保障措施。

四、主要举措

（一）切实提高教师教学素养，提升课堂教学质量，树立正确的育人观

提高教师教学素养、提升课堂教学质量是作业管理的前提。

1. 加强教师师德师风建设和专业水平提升。培养教师的仁爱之心，提高教师教书育人能力以及本体知识更新能力、作业设计与命题能力。围绕课程建设、教学改革、作业研究、考试评价、资源开发等重点任务开展教学研究、指导、服务工作。提高教师课堂教学效果，力争把学习内容落实在学校，解决在课内。

2. 树立正确的育人观念。强化从关注学生的学习逐步转化

为关注学生的能力培养、品质养成和人的全面发展，形成符合学生个性化需求的学习策略，引领课堂教学改革。倡导教师对学习困难的学生开展补缺补差，鼓励教师对具有创新潜力的学生加强个性化辅导。将贯彻落实减负增效规定的内容纳入校长和教师工作考核评价范畴，考核评价结果与各类评审、晋升及评选挂钩。

（二）家校沟通、家校协作形成管理合力

家庭是学生完成作业的重要场所，家长是进行作业管理的重要力量。

1. 办好家长学校。学校要分年段开齐开好家庭教育指导课，形成覆盖身心健康、情绪管理、亲子沟通、生涯规划、时间管理、有效陪伴、网络新媒体使用等方面的系列化、规范化、適切化课程，引导家长培养孩子的好思想、好品行、好习惯。多途径拓展指导载体，充分利用新媒体等平台，建设家庭教育指导“空中课堂”，为家长提供便捷、个性化的指导服务，实现家长学校受益面广覆盖。

2. 指导合理作息。学校要指导家长关注孩子身心健康，按时作息，保证小学生每天睡眠时间不少于 10 小时，倡导中学生每天睡眠时间不少于 9 小时。要安排学生每天进行户外锻炼，鼓励孩子参加各种形式的体育活动，确保每天锻炼一小时，养成良好锻炼习惯。引导家长学会情绪管理，关注孩子心理变化，掌握有效的沟通和疏导方式，培养孩子积极乐观阳光心态。

（三）区域与学校协同管理，上下联动

区域与学校协同管理、上下联动是作业管理的关键。

1. 加强作业来源监管。区域加强对作业来源、设计、布置、批改、反馈、讲评、辅导等各环节的统筹管理。各中小学制定学校作业管理制度，建立以校长为第一责任人的工作机制。充分发挥学校年级组、教研组、备课组等组织和部门的协同作用。建立符合学校实际的作业长效管理机制，明确教学资源选用备案流程。加强对学校作业管理的日常检查，将作业管理情况纳入学校绩效考核范围。

2. 加强外来学习资源管理。加强对学习类 APP 和进入校园使用的中小学教学资料的严格管理，学校和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未经国家或上海市审查通过的教学资料。

（四）规范考试评价和各类教育活动

规范考试评价和各类教育活动是作业管理的重要举措。

1. 坚决贯彻国家和上海市关于考试评价的各项要求。坚持教考一致原则，各级考试命题要严格按照课程标准和教学基本要求进行，严禁随意增加考试难度。严格控制学校考试次数和科目，严禁组织中小學生参加任何形式的联考或月考。加强对区域考试和学业质量监测的规范管理，严格控制考试频次。

2. 规范管理入校教育活动。规范进入校园的各类教育活动，不因为不必要的教育活动压缩学生学习时间。指导学校整合实施专题教育，借助课堂教学集中主题活动、网络课程资源和实践体验活动等多种途径，统整运用校内外各类资源，加强专题教育与校园文化环境建设的融合。

（五）充分吸收长宁作业研究、设计和管理方面的成果

充分吸收长宁作业研究、设计和管理方面的成果是作业管理的重要基础。

长宁的作业研究、设计和管理开始时间早，持续时间长。成绩突出，效果显著。小学学段的作业效能研究、初中学段的分层作业及开放性作业研究，高中学段的学习自主平台建设等，为长宁的作业管理打下了坚实基础，积累了丰富的经验。

1. 制定作业清单。由学校教导处主要负责落实，充分发挥备课组和年级组的作用，规范老师布置作业的体量，规定教师作业布置的权限。提升作业质量是作业管理的重要内容。

2. 开发作业管理平台。学校根据实际情况，开发作业上传平台，实时监控作业量，实时跟踪学生的完成情况、订正情况，教师的批改情况，形成教、学、评一致的作业训练系统。

3. 丰富作业类型。着重设计实践类、阅读类、体育类作业，尝试打破原有作业的边界；提升情景化命题和跨学科命题能力。倡导布置可选择作业。

4. 发挥作业效能监测中心的作用。长宁作业效能监测中心在作业管理中发挥了积极的作用，在当前背景下，结合大数据，总结经验，改进做法，提升作业管理水平。

五、保障措施

（一）组织保障

教育局牵头成立区域作业管理领导小组。由教育局分管局长及职能部门、教育学院、督导室人员组成。

各校成立学生作业管理小组，由校长担任工作组组长，教学分管校长、教导处、教研组长、备课组长、年级组长担任组员。

（二）督导保障

督导室制订作业管理专项督导措施，实行长期督导和飞行督导相结合的方式，及时发现问题并督促解决。

（三）教研保障

建立健全高中“双新”背景下的教、学、研、评一体化的教研机制，加强日常教学评价的设计、诊断与改进，提升教师的作业设计能力，推动区域作业质量进一步提升。开展教师作业设计和命题能力的专项调研和专项评比。

（四）师训保障

加强对教师的培训，为教师提供作业研究与设计上的专业指导，提升指导的计划性和针对性。

（五）监测保障

开展区域学校作业管理效能监测，形成定期抽查、发布区域监测报告的工作机制，加强对作业的全程监测。

（六）宣传保障

加强对作业管理工作的宣传，使作业管理工作得人心、入人心，统一认识，提高站位，使优秀的经验能尽快得到推广和辐射，扩大长宁教育在该项工作上的影响力。

附件 6

长宁区加强中小學生体质健康管理工作方案

为贯彻落实《深化新时代教育评价改革总体方案》《健康中国行动（2019—2030 年）》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》教育部办公厅《关于进一步加强中小學生体质健康管理工作的通知》（教体艺厅函〔2021〕16 号）等文件精神，达到《国家体质健康标准》和本市教育现代化相关要求，结合本区实际制定区域工作方案。

一、指导思想

牢固树立“健康第一”的教育理念，坚持立德树人根本任务，以促进中小學生全面发展、增强综合素质为目标，面向全体学生，加强和引导中小學生增强体质健康管理意识和能力，倡导中小學生形成良好的锻炼习惯和健康的生活方式，不断提升本区学生体质健康优良率和身心健康水平。

二、主要目标

到 2022 年和 2030 年，国家学生体质健康标准达标优良率分别达到 50%及以上和 60%及以上，到 2030 年，国家学生体质健康标准达标优秀率达 25%及以上。

三、重点任务

（一）开展宣传引导，提高思想认识

学校要充分认识加强中小学生体质健康管理在推动“双减”工作中的积极作用以及促进学生身心健康的重要意义，将加强学生体质健康管理同全面贯彻党的教育方针、落实立德树人根本任务、推进教育评价改革紧密结合起来。通过各类宣传媒介开展政策学习宣讲，确保人人知晓，达成共识，营造全社会共同参与的良好氛围。

（二）加强整体设计，制订实施方案

学校要在严格落实教育部、市教委和区教育局相关工作精神的基础上进行整体设计，结合学校实际与学生特点，充分用好家庭与社会优质资源，细化具体举措，制订切实可行的体质健康管理实施方案。通过制度建设，促进家、校、社携手联动，共同形成有利于学生健康成长的环境。

（三）确保增量提质，提升工作实效

学校要严格落实国家和本市体育与健康课程要求，保障学生校内、校外各1小时体育活动时间。持续聚焦教学质量，构建竞赛体系，做好课外锻炼指导，系统实施监测评价，切实提高学生体育素养，使学生养成良好的锻炼习惯。

四、主要举措

（一）加强宣传教育引导

牢固树立“健康第一”的教育理念，通过校内外体育锻炼、家校协同联动等多种形式加强教育引导，按照《学校卫生工作条

例》《中小学健康教育指导纲要》相关要求，开展视力健康专题教育活动。细化学生体育素养实施方案，做好相关宣传培训等工作，让家长 and 中小学生科学认识体质健康的影响因素，了解运动的重要作用，提高学生体育素养，增强体质健康管理意识和能力。

（二）提升体育锻炼实效

1. 开齐开足体育课程。严格落实国家和本市体育与健康课程要求，自 2021 学年秋季学期开始，本市小学阶段学校确保每天 1 节课，鼓励初中、高中逐步增加课时，保证充足的体育活动时间，不得以任何理由挤占体育课和校园体育活动。

2. 确保校内体育活动。保障学生每天校内 1 小时体育活动时间。每天统一安排 30 分钟的大课间体育活动，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松，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，防止学生持续疲劳用眼。寄宿制学校要坚持每天出早操。

3. 开展家庭体育指导。通过家校社协同施策，提供优质锻炼资源，推广形式多样、内容丰富的家庭体育锻炼活动。学校应加强对体育家庭作业指导，及时和家长保持沟通，保障学生每天校外 1 小时体育活动质量。

（三）提高体育教学质量

1. 优化体育教学管理。聚焦“教会、勤练、常赛”，完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”学校体育教学模式。根据区域“1+1”游泳加武术项目要求组织开展活动，共同践行“身

体有活力、大脑才有活力”的理念。定期组织集中备课和集体研学，开展体育课教学质量评价，确保让学生逐步掌握**2-3**项运动技能。合理规划学校现有体育场地，充分利用学校的“每一个角落”开展多样化的体育项目。优化室内体育课教学内容，保证异常天气条件下体育课教学质量。

2.强化体育训赛组织。持续强化学校体育特色和高水平运动队建设，鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加训练。广泛组织开展竞赛活动，每年至少举办一次综合性运动会、两次以上全校性特色项目体育比赛，营造浓郁的校园体育文化氛围。选拔学生参加市、区各项青少年体育赛事，构建完善的“校内竞赛—校级联赛—选拔性竞赛”学校体育竞赛体系。

（四）系统实施监测评价

1. 系统实施学生体质健康监测。按照《国家学生体质健康标准（2014年修订）》《学生体质健康监测评价办法》等文件要求，在规定时间内随时、多次、择优进行体质测试的基础上，建立完善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。研判学生体质健康水平，制定体质健康提升计划。

区学生体质健康监测中心逐步实现覆盖全区所有学生的学生体质健康监测，测试数据直接生成学生个人的“数字成长画像”，并纳入一网通办平台，学生与家长可随时了解学生的体质健康水平与发展状况。

2. 全面实施体育素养评价。在市教委和区教育局的统一安

排下，继续全面实施学生体育素养评价工作，做好《青少年运动技能等级标准》集中测试相关组织实施工作（达到 3 级及以上的，可不再参加测试）。发挥区青少年校外体育活动中心作用，按照等级标准提供更多项目的更高级别等级测试。

3. 完善评价考核体系。高度重视学生体质健康及体育素养提升工作，健全家校沟通机制，及时将学生的体质健康测试结果和健康体检结果反馈家长，形成家校协同育人合力。严格落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》要求，完善中小學生视力、睡眠状况监测机制。区教育局将对学生体质健康水平持续多年下降的学校予以诫勉谈话与问责，在年度考核中予以扣分。

五、保障措施

（一）强化组织领导

区教育局成立由分管副局长为组长，区教育学院教研室、学生体质健康监测中心等有关部门共同参与的学生体育素养测试工作领导小组，结合实际研究实施方案。各学校要高度重视中小學生体质健康管理工 作，细化管理规定，积极推广落实“健康副校长”。

（二）加强督导检查

区教育局把学生体质健康管理及体育素养工作纳入学生体质健康监测和教育质量评价监测体系，建立动态监测制度。畅通家长反映问题和意见渠道，设立监督举报电话或网络平台，及时改进相关工作。督导部门对有关工作落实情况督导评估，纳入政府

履职评价和学校发展性督导评价，对学生体质健康水平持续多年下降的学校，在年度考核中予以扣分。

（三）保障经费投入

区教育局确保把学生体质健康管理及体育素养测试所需经费纳入年度预算。加大测试人员培训力度，确保持证上岗。各学校要将参加体育素养相关工作纳入教师工作量核定范畴。

（四）优化师资配备

各学校要配齐配足配优学校体育教师，制定体校等体育系统教师、教练员和退休教师担任体育教师和教练员制度。畅通有教练员资质的优秀退役运动员、教练员兼任、担任体育教师的渠道。通过向社会购买服务的方式，不断提升体育师资队伍能力。

（五）落实条件保障

加大对学校体育场地、设施器材等的投入，为学生创造体育运动条件。采取综合措施满足学生体育运动、体育测试等需求。

