



如何管好中小学生学习、睡眠、手机、读物和体质?

“五项管理”促进学生身心健康发展

12月22日,教育部召开的第二场“办实事 见实效”系列新闻发布会上,“五项管理”政策出台以后,得到了师生、家长和社会的普遍欢迎和充分肯定,逐步形成了普遍管、统一管、科学管的良好局面,为学生身心健康成长创造了有利条件。

发布会上,教育部基础教育司司长吕玉刚介绍,“‘五项管理’是小切口、大改革,以小见方向、以小见责任、以小见情怀,是全面贯彻党的教育方针、落实立德树人根本任务的重要载体,是确保‘双减’落地见效、促进学生身心健康发展的实际行动,是解决广大家长急难愁盼问题、增强人民群众教育获得感幸福感的有力举措。”

所谓“五项管理”,指的是加强中小学生学习、睡眠、手机、读物和体质管理。今年1-4月,教育部先后印发了5个专门的通知,对这5个方面的管理分别作出了规定。



作业管理:90%以上中小学生在规定时间内完成书面作业

4月8日,教育部印发了《关于加强义务教育学校作业管理的通知》,为中小学生学习数量过多、质量不高、功能异化等问题设定“硬标准”——小学一、二年级不布置书面家庭作业,可在校内安排适当巩固练习;小学其他年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟;初中每天书面作业完成时间平均不超过90分钟;等等。

“现在我们的义务教育学校90%以上的学生,能够做到在规定时间内完成书面作业。”发布会上,吕玉刚介绍,各地各校普遍制定了比较完

善的作业管理办法,建立了作业公示制度,学校作业总量和时长的调控基本达到了规定的要求,在规定时间内完成书面作业的学生占比由“双减”前的46%提高到目前的90%以上。

据了解,不少地方通过制定分学科作业设计指南、开展作业设计大赛和优质作业展示交流活动,着力提高作业设计质量,学生过重的作业负担问题得到了初步解决。有99.6%的学生家长反映,本学期教师没有再给家长布置作业或者要求家长批改作业。



睡眠管理:全国98.7%的学校建立了学生睡眠状况监测制度

充足的睡眠,是促进中小学生学习大脑发育、骨骼生长、视力保护、提高学习能力与效率的关键因素。3月,教育部印发《关于进一步加强中小学生学习睡眠管理工作的通知》,提出了“强重视、保时间、防干扰、提质量”4个方面共7条措施,要求各地各校严格规范学校作息

时间,落实3个“中断机制”,要求作业、校外培

训、游戏都要为学生睡

眠让路,切实保证学生享有充足睡眠时间。“睡眠时间管理成效逐步显现。”吕玉刚在发布会上表示,学生睡眠管理得到了学校和家长的普遍重视,全国98.7%的学校建立了学生睡眠状况监测制度,96.1%的小学和97.4%的初中上午开始上课时间做到“小学不早于8:20,初中不早于8:00”,少数地区因为时差的原因制定了符合当地实际的作息

时间。7714万家长无记名问卷反映,秋季学期有76.2%的学生睡眠时长达到或接近“小学10小时、初中9小时”的规定要求,比2020年有关调查数据约提高了36个百分点。



手机管理:99.8%的学校严格执行了学生手机管理规定

随着信息化快速发展,手机如今已成为人们的生活必需品。然而,对于中小学生学习来说,使用手机正在带来诸多负面影响。今年1月,教育部印发了《关于加强中小学生学习手机管理工作的通知》,明确了中小学生学习手机有限带入校园、禁止带入课堂的管理要求,提出了日常管理、教育引导、家校沟通、监督检查等几方面的指导意见。

《通知》要求学校将手机管理纳入学校日常管理,明确学

生手机保管场所、保管方式,提供校内公共电话、班主任沟通热线等家长便捷联系学生的途径,精细化管理,人性化服务。

吕玉刚介绍,99.8%的学校严格执行了学生手机有限带入校园、不得带入课堂的规定,91.8%的学校设置了专门的学生手机保管装置,学校普遍提供了学生与家长必要时紧急联络的通道,秋季学期普遍做到了不再用手机给学生布置作业或要求



读物管理:99.63%的学校按照12条负面清单对校园图书进行了清理

阅读,作为培根铸魂、启智增慧的有效途径,读物内容筛选、质量把控不容忽视。3月31日,教育部印发《中小学生学习课外读物进校园管理办法》,明确了国家、地方和学校在课外读物管理中的职责任务,加强了课外读物进校园的渠道管理和过程管理,解决了课外读物进校园的规范化和制度化问题,促进中小学生学习多读书、读好书、善读书。与此同时,教育部建立了国家、省、市、县、校五级课外读物管理信息平台。截至12月20日,已经有32个省级地区、368个地市、3116个县区、20多万所学校完成了信息填报。

据教育部教材局一级巡

视员申继亮介绍,全国中小学习88.4%的学校明确了课外读物进校园管理工作的责任部门;77.83%的学校建立了校本化的推荐审核制度;全国32个省级单位、365个地市、3101个县区设置了群众举报渠道。

《管理办法》中的12条负面清单,成为了各地各校开展校园阅读排查工作的依据。据统计,截至12月20日,全国99.9%的中小学习已经按照《管理办法》开展了相关工作,有99.63%的学校已按照《管理办法》中列出的12条负面清单对校园图书进行了清理,清理不适合孩子阅读的问题图书5000余种。



体质管理:中小学生学习体质健康优良率上升至33%

针对中小学习的体质健康,教育部在4月19日印发了《关于进一步加强中小学习体质健康管理工作的通知》,要求严格落实国家规定的体育与健康课程,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。同时,《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021—2025年)》《〈体育与健康〉教学改革指导纲要(试行)》《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》等一系列配套文件出台,并将全面提升学生健康素养纳入

高质量教育体系。

“中小学习体质健康状况总体呈现逐步提升的趋势,其中优良率由2016年的26.5%上升至目前的33%,上升了6.5个百分点。各学段学生超重和肥胖的比例、视力不良率呈逐年下降趋势。”教育部体育卫生与艺术教育司一级巡视员郝凤林介绍,目前体质健康管理已经纳入地方教育行政部门和学校的评价考核体系,全国中小学习的体育锻炼时间得到有效保证,体育课和课外锻炼的质量得到提高。