常州市实验初级中学天宁分校

“五项管理” 工作方案

常州市实验初级中学天宁分校积极落实教育部出台的《关于加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”》文件精神，切实抓好学生的手机、睡眠、读物、作业、体质方面的管理工作，学校以立德树人为根本任务，促进学生健康成长，全面发展，制定如下管理办法。

**一、手机管理实施方案**

（一）完善各项制度

学校将手机管理纳入学校日常管理，制定学校《关于手机（通讯工具及电子产品等）管理办法》（附件1），明确要求原则上一律不允许携带手机（通讯工具及电子产品等）进校，在校园中学生禁止使用。确有将手机带入校园需求的学生，须经学生家长同意、书面提出申请由班主任批准后报备级部，进校后应将手机交由班主任统一保管，禁止带入课堂。

（二）加强服务管理

学校充分考虑学生在校期间与家长沟通的需求，提供家长和学生联系的便捷途径或通话条件，解决通话需求。校内设定固定电话联络点，建立班主任沟通热线，解决学生与家长的通话需求，做到及时关心，有需要必满足。加强课堂教学和作业管理，不得用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。

（三）加强教育引导

1.营造良好氛围

每学期开学借助学校宣传栏、教室等环境布置宣传手机使用和管理工作，营造良好的物质文化氛围。

2.树立良好观念

结合开学第一课、国旗下讲话、学生休业式等重要仪式活动进行手机使用和管理宣传引导。每学期要集中开展手机使用、管理专题教育。遇节假日将手机合理使用建议写入《假期生活指南》、《告家长书》等内容中，对学生进行手机合理使用教育引导，帮助学生及家长树立健康的手机实用观念。

3.学习正确使用

在“三会”、“三坛”活动中广泛开展相关引导和教育活动，让学生科学理性对待并合理使用手机，提倡周一到周五不使用手机，周末在家长监督下合理、健康使用手机，时间控制在一小时以内。提高学生信息素养、自我管理能力和自律自控品质，养成良好的学习和用眼卫生习惯，。

4.培养良好品质

要坚持“五育”并举，利用社会和社区资源，带领学生开展形式多样的社会实践活动，让学生在学校、社区拥有相应劳动岗位，承担一定的社会职责，培养学生公民意识和使命感，为手机远离校园、学生远离手机创设更加有利的环境。学校将手机管理纳入学生综合素质测评中。  
 5.家校形成合力

加强和家长要联系沟通，形成良好的互动协作机制，凝聚教育合力。每学年开学发放手机及电子产品使用《告家长书》（附件2），将手机管理的有关要求告知学生及家长，进行广泛宣传，提醒家长及学生如因特殊情况需带手机至学校的情况需按照有关程序提交申请，批准后方可将手机带入校园。利用家长学校、父母课堂、集体或个别访谈等方式，向家长宣讲过度使用手机的危害、加强手机管理的必要性和具体措施。指导、鼓励学生家长和孩子一起制定手机使用管理家庭公约，引导学生在家期间养成正确使用手机的良好习惯。家长应履行教育职责，加强对孩子使用手机的督促管理，形成家校协同育人合力。

**二 、睡眠管理实施方案**

1、科学制定学校作息时间表，学生在校时间不超过7小时，严格按执行上午上课不早于8:00的规定，不要求学生提前到校参加统一的教育教学活动，引导学生合理安排休息时间。

2、强化家校沟通，积极引导家长共同做好学生作息指导，督促家长保证学生按时就寝，初中生就寝时间一般不晚于22:00，保障学生每天睡眠时间不少于9个小时。

3、加强作业管理，严格控制书面作业时间，以保证学生的睡眠时间，同时对不能按时完成作业的学生进行针对性帮助和辅导并调整作业量。

4、将相关规定告知家长：严格执行校外培训机构结束时间不得晚于20:30，严格执行校外培训机构不得布置任何形式家庭作业；确保线上培训结束时间不得晚于21:00；确保每日22:00至次日8:00不得为未成年人提供游戏服务。

**三、读物管理实施方案**

1、严格按照上级对课外读物进校园工作的指导管理监督。学校是进校园课外读物推荐责任主体，负责组织本校课外读物的遴选、审核工作。进校园课外读物原则上每学年推荐一次，推荐程序应包括初选、评议、确认、备案等环节。学校将引导学生选择阳光、向上的优秀读物，将阅读与立德树人有效结合，优化校园阅读环境，以初中语文必读书目和推荐书目为主要依据，强化阅读习惯培养，加强阅读方法指导，加强中外经典、中华优秀传统文化等各类读物的推荐与导读，创设丰富读书活动，弘扬中华优秀传统文化，丰富学生品质内涵，有效提升阅读品位。

2、加强对校园推荐图书质量的管理，严肃清理有低俗、消极内容的读物，按照办法中列出的12条负面清单对校园推荐图书进行清理。对于捐赠课外读物，学校要明确受捐赠课外读物来源，由学校或上级教育行政主管部门进行审核把关，明确价值取向和适宜性把关要求。

3、严格管控校园内销售课外读物行为，任何单位和个人不得在校园内通过举办讲座、培训等活动销售课外读物。

4、有效管控强制或变相强制学生购买课外读物行为。进校园课外读物推荐目录要向学生家长公开，坚持自愿购买原则，禁止强制或变相强制学生购买课外读物，学校不得组织统一购买。

**四、作业管理实施方案**

1、加强学科组和年级组的统筹，严格控制作业总量，提高作业设计质量，作业不超课标。各教师应以备课组为整体，按集备分工精心设计学生的家庭作业，控制作业总量，提高作业质量。任课教师注意控制本学科作业时间，班主任需统筹协调每日作业总量，学生每天书面作业时间不超过90分钟。可利用课后服务时间，指导学生在校内完成大部分书面作业。

2、建立基础性作业资源库，创新适应不同学生学习需要的作业形式，坚决克服机械的、无效的作业，杜绝重复性的、惩罚性的作业。教师选择讲义一定要精选精编，不得随意选用。提倡各学科根据学科特点和学生学习水平、能力，布置基础作业和提优练习（选做）。

3、不得用手机布置作业，不得要求学生利用手机完成作业。严禁给家长布置作业，要允许家长、学生适当调控作业时间。

4、教师对布置的学生作业要做到全批全改，批改作业要认真、细致、及时，不得要求学生自批自改，不得要求家长批改作业，要及时做好向学生的反馈、讲解、答疑等工作。特别是要注重面批讲解，认真分析学情，对存在问题的、学习困难的学生要做好答疑辅导工作。

5、备课组长每周检查组内老师的作业批改情况，并提出改进建议；级部每月进行作业本批改抽查，及时掌握作业批改情况；课程管理部门随机抽查，每学期至少抽查2次，通过定期反馈检查情况，对规范布置、批改作业的备课组、作业批改优秀的教师进行表扬，每学期展示精心批改的作业。对于违反规定的教师，通知本人，进行批评，影响个人的年度考核、评优、绩效考核等。

**五、体质管理实施方案**

1.保证学生在校期间每天校园体育活动时间不少于1小时。

开展“阳光体育”系列活动，严格执行“三课三操”的课程计划，保质保量开齐并上好体育课和体活课，每周有三节体育课和两节体活课，每天30分钟的大课间体育活动，不以任何理由和形式减少学生的每天体育锻炼时间，做到科学合理安排，确保学生每天至少活动1小时。

2.确保学校各项体育活动比赛顺利开展。

继续深入实施开展“阳光体育”系列活动，组织开展丰富多彩的户外体育活动，如：春季趣味运动会、秋季田径运动会、冬季运动会、足球联赛、篮球比赛、足球操和广播操比赛等活动，在活动中增强学生体质、培养团结合作意识，切实发挥体育在推进素质教育中的综合作用。

3.重视学生近视眼防控工作。

针对目前学生近视率居高不下的现状，学生近视防控工作作为一项长期重点工作，作为学校健康教育重要内容，常抓不懈。将每天两次眼保健操时间纳入课表，组织学生认真做好眼保健操。开展好视力保护宣传教育，班主任、任课教师及学生家长做好培养学生良好的用眼卫生习惯的工作，使学生养成科学用眼和自觉保护视力的良好习惯。每学期对学生视力状况进行两次监测并建档。

4.做好学生体质监测和学生体检工作，评选体质管理达人。

按照党中央、国务院及教育部要求每年实施《国家学生体质健康标准》监测工作，做到一年两次检测。规范监测方法，公示监测结果，确保监测数据的客观真实准确，建立学生体质健康档案，并将监测结果在规定的时间上报。每学期根据体质健康测试成绩评选体质健康“达人”。

每年对学生进行一次健康体检。加强对学生的测试及体检结果数据分析和运用，对学生实施有针对性的健康指导方案。通过多种途径向学生介绍疾病预防处方、营养处方、运动处方，促使学生形成良好的健康生活方式，养成终身体育锻炼的习惯。

5.保证学校食品卫生安全工作。

扎实做好学校食品卫生安全工作。加强监督检查和问责力度，杜绝学生饮食安全事故和传染病的流行。要积极开展疾病预防、营养常识、卫生安全等青少年健康教育，将健康教育纳入学校教学计划。

6. 确保体育教学和体育锻炼的器材设备和场地。

加大经费投入力度，完善校园运动设施建设，添置必要的器材设备，确保安全科学适用，坚决杜绝一些器材设备被封存备检不使用以及体育设施成人化的现象，力求尽快达标。加强体育设施的维护管理，加强学生生命安全教育。

**附件1**

常州市实验初级中学天宁分校

**关于手机（通讯工具及电子产品等）管理办法**

科技进步、社会发展致使学生越来越普遍使用手机进行资讯查阅、资料查询、人际交往和自我表达，手机的使用一定程度上方便了学生与教师、家长和社会的沟通联系。但由于手机的娱乐功能和交际功能越来越丰富，以及学生心智还不成熟，部分自控能力较弱的学生过度使用手机，沉迷于网络游戏和交友聊天，导致学习不专心、视力下降以及亲子关系紧张等问题，严重影响正常的学习、生活和身心健康。根据上级关于学生管理工作的相关指示，学校校委会研究决定加强我校学生手机（通讯工具及电子产品等）管理，增强在校学生的规则意识、公益意识和公德意识。具体措施如下：

1. 我校学生原则上一律不允许携带手机（通讯工具及电子产品等）进校，在校园中学生禁止使用。校内润德楼二楼东201室设定固定电话联络点，号码为88801222。建立班主任沟通热线，解决学生与家长的通话需求，做到及时关心，有需要必满足。

2、确有将手机带入校园需求的学生，须经学生家长同意、书面提出申请由班主任批准后报备级部，进校后应将手机交由班主任统一保管，各级部统一设置带锁保管柜,禁止学生将手机带入课堂。

3、在校期间，学生首次被发现携带或使用手机（通讯工具及电子产品等）的，教师及学生管理干部应将手机代为保管，通告家长到校领取，家长应履行教育职责，对违纪学生给予教育，学校将给予学生批评教育。

4、在校期间，学生第二次或多次被发现携带或使用手机（通讯工具及电子产品等），教师及学生管理干部应将手机代为保管，通告家长到校领取，家长协助学校对学生进行教育，学校将给予学生纪律处分。

5、学生私带手机手机（通讯工具及电子产品等）进考场，视同作弊。学生手机（通讯工具及电子产品等）在校园内充电，充电工具予以扣押，若造成安全事故，学校根据其情节给予纪律处分，直至追究法律责任。学生在校园内如因手机（通讯工具及电子产品等）保管不慎导致遗失或被窃，责任自负。

希望各班加强教育，及时向家长宣讲，严格管理，共同努力，营造一个良好的学习、生活秩序。

常州市实验初级中学天宁分校

2021年3月8日

**附件2**

**告 家 长 书**

尊敬的家长，您好:

科技进步、社会发展致使学生越来越普遍使用手机进行资讯查阅、资料查询、人际交往和自我表达，手机的使用一定程度上方便了学生与教师、家长和社会的沟通联系。但由于手机的娱乐功能和交际功能越来越丰富，以及学生心智还不成熟，部分自控能力较弱的学生过度使用手机，沉迷于网络游戏和交友聊天，导致学习不专心、视力下降以及亲子关系紧张等问题，严重影响正常的学习、生活和身心健康。

1. **影响学生学习。**自控能力差的学生，上课时间用手机上QQ、短信闲聊、看下载的小说或者玩游戏，这些不仅浪费了大量的学习时间，而且由于手机娱乐的刺激，使学生日益对学习失去兴趣，以致贻误、荒废学业。

**二、影响学生身体健康。**有的学生白天不敢玩手机，回家就开始加班加点地玩，甚至在熄灯就寝后，依旧在床上发微信、QQ、看电子小说、玩游戏、看电影、聊天，导致学生精神涣散，视力下降。

**三、影响学生心理健康。**手机上网和手机游戏具有极强的成瘾性，青少年学生长期接触，会在心理上形成带有依赖性的不健康感受，出现心理紊乱，性格怪异，意志沉迷，精神颓废，责任丧失，学习放弃等现象。

为了进一步规范手机使用，根据教育部办公厅印发的《关于加强中小学生手机管理工作的通知》要求，学生原则上不将手机带入校园。

为此，需要与家长积极沟通配合：

1.学校开放现有固定电话，建立班主任沟通热线，免费提供给学生与家长联系，保障解决学生与家长的通话需求，做到及时关心，有需要必满足。

2.若学生因特殊原因必须将手机带进校园，须由**家长提供书面申请，并说明理由，经学校审核后方能带入**。进校后，学生须将手机交由班主任统一保管，禁止带入课堂。

3.在校期间，学生首次被发现携带或使用手机（通讯工具及电子产品等）的，教师及学生管理干部应将手机代为保管，通告家长到校领取，家长协助学校对违纪学生给予教育，学校将给予学生批评教育。

4、在校期间，学生第二次或多次被发现携带或使用手机（通讯工具及电子产品等），教师及学生管理干部应将手机代为保管，通告家长到校领取，家长协助学校对违纪学生进行教育，学校将给予学生纪律处分。

让我们齐心协力，共同为学生创造一个健康和谐的学习氛围和成长环境。

常州市实验初级中学天宁分校

2021年2月

班级：学生签名： 家长签名： 联系电话：

**携带手机进校园申请书**

尊敬的校领导：

我是 年级 班学生 的家长，现在因为

等特殊原因，我向贵校申请允许该生带手机到校，并承诺做到以下几点：

1. 严格遵守学校的各项手机使用制度并同意相关管理细则。在校园中不使用手机，特殊或紧急情况下，一定按照学校要求正当使用手机。
2. 手机带到学校后，第一时间主动交给班主任保管，保证该生不把手机借给其他同学使用。
3. 手机在班主任保管期间，因电池自燃等不可抗力而导致手机损坏，本人不追究学校或班主任的所有赔偿责任。

特此申请，请予批准!

申请人(学生）：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（家长）：

班主任签字：

级部主任签字：

常州市实验初级中学天宁分校

年 月 日