烟台市莱山区教育和体育局文件

烟莱教体〔2021〕38号

关于优化义务教育阶段学校教育教学管理工作的实施意见

各学校:

为认真贯彻落实烟台市教育局办公室《关于优化义务教育阶段学校教育教学管理有关问题的通知》(烟教办发〔2021〕21号)要求，进一步加强学校教育教学管理，减轻学生过重学业负担和家长生活负担，促进学生健康成长和全面发展，现就优化义务教育阶段学校教育教学管理工作提出以下意见，请结合实际抓好贯彻落实。

一、优化调整作息时间。按照市教育局《关于优化义务教育阶段学校教育教学管理有关问题的通知》(烟教办发〔2021〕21号)要求，区教育体育局对现有作息时间进行了优化调整，制定了《莱山区城区义务教育学校作息时间表(试行)》(详见附件)，请各学校参照执行。考虑上下班高峰、疫情防控等因素，学校可以分年级、分批次适当错时入校、离校。对个别学生因家庭特殊

情况要求适当提前到校的，要由家长依照学校相关规定提出书面申请，经学校同意后可提前到校；学校要安排带班领导和值班教师做好秩序维护和安全管理，确保学生在校全程有管护、安全有保障。提供校车服务的农村学校，第一班次校车早晨到校时间一般不早于 7:30，在《莱山区城区义务教育学校作息时间表（试行）》的基础上可根据校车运行情况和农村学生家长作息规律适当调整作息时间。

二、提高课堂教学效益。根据教学任务、学习内容、学科特点等不同情况，学校可实行学时总量控制，适当调整现行课时长度。根据不同学段、不同学科、不同课型等开展长短课、大小课相结合的课程实验，但周总学时时长不得超过相应学段、相应年级规定的学时总量。要坚持向高效课堂要质量、向高效的教研科研要质量，要强化备课、上课、作业、批改、辅导、考试、反馈等教学常规管理，要积极整合各类课程和学科教学内容，灵活建构学习形式，充分应用现代信息技术手段，推动教学回归本真，切实提高课堂教学效益。

三、推进作业管理改革。学校要加强作业研究，抓好作业统筹、设计、布置、批改、反馈等环节。探索分层布置作业，提倡布置阅读、书法、美术、音乐、体育、劳动、社会实践等作业，实行总量控制，提高作业效度，减轻学生学业负担。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、初中学生在校内完成大部分书面作业，避免因学生回家后作业时间过长挤占正常睡眠时间。引导学生统筹用好回家后的时

间，坚持劳逸结合、适度锻炼，个别学生经努力到就寝时间仍未完成作业的，家长应督促学生按时就寝不熬夜，确保充足睡眠。对学习有困难的学生，教师应帮助学生分析原因，有针对性加强学业辅导，提出改进策略，如有必要可调整作业内容和作业量。

四、加强学校体育工作。学校要每天上午统一安排 30 分钟大课间体育活动，确保每天 1 节体育课或体育活动课，逐步实现中小学生人人有项目、班班有活动、校校有特色，形成重视体育兴趣特长培养、增强学生体质、提高运动技能的学校体育长效机制。改进学生评价办法，把学生参与体育活动的过程评价、身体素质增量评价、体育技能发展评价作为学生综合素质评价的重要内容。组织学生每天做好眼保健操，将学生近视眼防控工作纳入对班主任、级部主任和相关处室的考核，增加学生户外活动时间，多措并举降低近视率。

五、加强睡眠管理。各学校要重视学生的睡眠管理，将科学睡眠纳入课程教学体系，教师培训内容和家校协同育人机制；通过体育与健康课程、心理健康课程、班团队活动、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。学校、家庭及有关方面应共同努力，确保中小学生有充足的睡眠时间，符合国家“小学生每天睡眠时间应达到 10 小时，初中生应达到 9 小时”的规定要求。

六、加强组织领导。各学校要在广泛征求意见建议的基础上制定符合本校实际的实施办法和作息时间表，采取切实措施，健全工作制度，卡实工作责任，确保各项要求落到实处。要强化校

园安全意识，落实校园安全责任，加强日常监督检查，确保不发生安全事故。要严格规范办学行为，不得在国家规定的上课时间以前统一组织加课、补课，不得在校内课后延时服务时间进行文化课集体教学。各学校要向家长公布监督举报电话和校长信箱，畅通家长反映问题和意见渠道，在实施过程中注意听取学生、家长和教师的意见建议，并及时报区教育体育局，以便进一步改进完善。

七、重视宣传引导。各学校要通过学校行政办公会、教职工会、家长会以及微信公众号、微信群等多种途径做好宣传工作，统一思想认识，凝聚家校共识，形成育人合力。区教育体育局将及时总结实施过程中的好做法和新亮点，定期对实施成效好的学校进行案例总结和宣传推广，形成示范带动效应，营造教育发展的良好氛围。

本《意见》自 2021 年 5 月 6 日起执行，各学校的实施办法和作息时间表于 4 月 30 日前报区教育体育局审核通过后实施。

附件:《莱山区义务教育学校作息时间表（试行）》

莱山区教育和体育局

2021 年 4 月 26 日

附件:

城区小学春夏季作息时间表

（4 月 1 日至 9 月 30 日）

上　　午	
到校	不早于 7:50
预备	8:10
第一节	8:20—9:00
第二节	9:10—9:50
大课间	9:50—10:20
第三节	10:20—10:50
第四节	11:00—11:30
下　　午	
预备	2:00
第一节	2:10—2:50
第二节	3:00—3:40
课外活动	3:50—4:30

城区小学秋冬季作息时间表

（10 月 1 日至次年 3 月 31 日）

上　　午	
到校	不早于 8:00
预备	8:20
第一节	8:30—9:10
第二节	9:20—10:00
大课间	10:00—10:30
第三节	10:30—11:00
第四节	11:10—11:40
下　　午	
预备	1:40
第一节	1:50—2:30
第二节	2:40—3:20
课外活动	3:30—4:10

城区初中春夏季作息时间表

（4 月 1 日至 9 月 30 日）

上　　午	
到校	不早于 7: 30
预备	7: 50
第一节	8: 00—8: 40
第二节	8: 50—9: 30
大课间	9: 30—10: 00
第三节	10: 00—10: 40
第四节	10: 50—11: 30
下　　午	
预备	1: 50
第一节	2: 00—2: 40
第二节	2: 50—3: 30
第三节	3: 40—4: 20
课外活动	4: 30—5: 10

城区初中秋冬季作息时间表

（10 月 1 日至次年 3 月 31 日）

上　　午	
到校	不早于 7:40
预备	8:00
第一节	8:10—8:50
第二节	9:00—9:40
大课间	9:40—10:10
第三节	10:10—10:50
第四节	11:00—11:40
下　　午	
预备	1:20
第一节	1:30—2:10
第二节	2:20—3:00
第三节	3:10—3:50
课外活动	4:00—4:40

烟台市莱山区教育和体育局办公室　　2021 年 4 月 26 日印发