

进一步加强小学生睡眠管理方案

关于进一步加强小学生睡眠管理方案

为了确保事情或工作能无误进行，就常常需要事先准备方案，方案是有很强可操作性的书面计划。那要怎么制定科学的方案呢？下面是小编帮大家整理的关于进一步加强小学生睡眠管理方案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 1

一、总体思想

为进一步做好龙泉街道中心小学小学生睡眠管理工作,确保学生享有充足睡眠时间,促进学生身心健康发展,根据教育部印发《关于进一步加强中小学生学习睡眠管理工作的通知》(以下简称《通知》),《通知》中明确了学生睡眠时间要求:小学生必要睡眠时间应达到 10 小时,就寝时间一般不晚于 21:20,结合我校实际,制定以下方案。

二、主要任务及措施

(一)保障学生睡眠时长,合理安排就寝时间

为保证学生充足睡眠时间,学校和班主任指导家长和学生制定作息时间表。

- 1.小学生每天睡眠时间应达到 10 小时。
- 2.小学生就寝时间一般不晚于 21:20。
- 3.宣传并引导家长督促学生按时就寝不熬夜,确保充足睡眠。

(二)科学安排学校作息时间表,加强学生作业管理

1.小学上午上课时间不早于 8:20,不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动,合理引导学生延后到校时间。

2.对于个别因家庭特殊情况提前到校学生,学校提前开门,安排学生在教室进行自习或室外体育活动。

3.学校在确保不取消阳光体育大课间和不压缩学生午时间的前提下,每天上午安排 4 节课,下午安排 3 节课,保证总体课时量的合理安排,确保全面完成教学任务。

- 4.在 4 月底前执行新的作息时间表。

5.加强学生作业的统筹管理,指导学生利用好自习或课后服务时间,使小学生在校内基本完成书面作业,不留家庭作业。

(三)加强宣传引导,强化督导检查。

1.学校采取多种形式广泛宣传充足睡眠对于学生健康成长的重要性,家校社共育,共同保障学生的良好睡眠。

2.将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,并及时向市教体局报送学生睡眠管理落实情况。

3.对于落实加强中小学生学习睡眠管理各项措施要求不到位、问题较多的班级,学校要对其班主任进行约谈,并形成规范的书面记录,作为绩效考核的重要依据。

(四)落实具体责任制

实行“加强中小学生学习睡眠管理工作”工作领导责任制。严格要求、严格管理、严格考核。

成立进一步加强小学生睡眠管理工作领导小组:

组长:王 玮

副组长:李 娜 王新伟

成员:王洪武、孙瑜、王培培、刘勇

由龙泉街道中心小学王玮校长监督并落实完善龙泉街道中心小学进一步加强小学生睡眠管理工作,成员具体负责进一步加强小学生睡眠管理工作的实施。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 2

为进一步贯彻落实《xxx 省教育厅关于进一步加强中小学生学习睡眠管理工作的通知》精神,抓好学生作业、睡眠、手机、读物、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、提高思想认识

推进小学生睡眠管理不仅直接回应广大学生家长及社会各方面对教育的广泛关注,而且直接关系到青少年学生的身心健康和全面发展,我校要深刻认识加强睡眠管理工作的重要性和迫切性,切实减轻学生

课业负担，积极营造有利于学生健康成长的育人环境，家校协同、综合施策，全面促进我校学生健康成长。

二、具体工作的布置与实施

1、立足学校作息时间表，整体考虑学生居家的作息时间表，确保学生每天睡眠时间在 10 小时。

2、系统、科学、合理制定学生的睡眠计划，引导学生自觉遵守，形成习惯。

3、学生早上到校不早于 8 点，晚休息不晚于 9 点。

4、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睡眠完成情况，及时了解学生睡眠动态。

5、开展专题讲座，教育学生养成良好作息习惯。

三、加强宣传引导

通过专题讲座做好睡眠宣传教育工作，广泛宣传充足睡眠对于小学生健康成长的极端重要性，提高学生思想认识，教育学生养成良好睡眠习惯。建立家校育人机制，通过家长会、发放致家长的一封信、家长微信群等多种途径，向家长做好宣传引导工作，取得家长的理解支持，督促家长履行监护职责，重视做好孩子睡眠管理，倡导家长主动用阅读、运动等正能量活动充实自己的生活，为孩子健康成长树立榜样。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 3

一、指导思想

根据《教育部 20xx 年工作要点》关于中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质五项管理要求，全面落实立德树人根本任务，促进青少年身心健康发展，确保学生每天在校时间将不超过 6 小时，保证学生每天有 9 小时的睡眠时间，结合省、市、县文件精神和学校实际情况，制定本办法。

二、具体实施办法

（一）严禁教师“拖堂”侵占学生课间休息

按照学校相关规定，全面落实课程计划的各项要求，开齐课程，开足课时。严格按照课程计划组织教育教学活动，未经批准，不得随

意更改教育教学计划、随意增加教学内容、随意提高课程内容难度和要求、随意停课放假。严禁教师“拖堂”侵占学生课间休息、锻炼和活动时间，不得以任何理由减少体育与健康课时和其他体育锻炼时间。

（二）严禁学校利用双休日等组织学生补课

1、统一实行国家规定的每周 5 天工作制。其中，严禁学校利用周六、周日、寒暑假和法定节假日组织学生进行任何形式的教学活动。不得利用中午休息时间组织学生进行任何形式的集体上课、补课和做作业。要采取措施保证学生每天有 9 小时的睡眠时间。

教师布置作业必须坚持“难易适度、数量适当”的原则，以中等学业水平的学生为参照，并精选习题。

2、七年级书面作业当堂课内完成，不布置课外作业；八年级的书面作业一般应在课内完成，每天的课外作业(按学业成绩中等学生测算，下同)完成期间不超过 30 分钟；九年级每天的课外作业完成时间不超过 45 分钟；音乐、美术、信息技术等课程原则上不布置课外书面作业。

3、提倡布置活动性、实践性、探究性课外作业，严禁布置简单重复和惩罚性的作业。学校应对老师安排的作业量及学生完成作业的时间进行跟踪调查，定期回收分析。

4、睡眠管理上，要把家庭和学校的边界划出来，通过家长培训会等线上和微信、美篇等线下方式将国家政策和学校制度告知家长，要求家长必须站在关注孩子身心健康的角度，严格孩子睡眠时间，保证达到国家标准，保证学生每天有 9 小时的睡眠时间，确保孩子们睡眠充足。

此项工作列入学校工作计划，按中国孩子成长过程中、生理发育过程中平均睡眠时间标准来考核，对违反本办法的教师纳入教师师德师风考核，计入个人考核。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 4

为进一步贯彻落实教育部 20xx 年全国教育工作会议精神，抓好学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理等工作要求，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、加强领导,明确睡眠管理的重要意义

睡眠是学生健康成长的重要环节,学校注重学生德智体美劳全面发展的重要体现。提高课堂的效率,需要学生有个良好的精神状态。可见学生的睡眠情况是高效课堂的关键,要积极做好和改善学生的睡眠情况,引导学生家长关注学生的睡眠质量并宣传睡眠重要性和睡眠不足的危害性,从而达到家校共识,共同促进学生的健康成长。

睡眠管理小组

组长:孙廷菊

副组长:李鼎海

成员:冯美铭各班班主任

二、睡眠的布置与实施

1.立足学校作息时间表,整体考虑学生居家的作息时间表,确保小学生就寝时间一般不晚于 21:00 学生每天睡眠时间为 10 小时。

2.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睡眠完成情况,及时了解学生睡眠动态。

3.教师要引导家长帮助孩子制定出系统、科学、合理制定学生的睡眠计划,引导学生自觉遵守,形成习惯。

4、全校班级开展睡眠主题班会,教育学生养成良好的作息习惯。

三、睡眠的管理与监督

加强学生睡眠时间的监督。班主任通过家长加强对学生睡眠情况的监控,把好关,定期开展有关睡眠情况的调查问卷,及时发现学生存在的问题,提出相应的整改意见。

四、坚强监管,优化睡眠管理保障措施

1.建立小学生睡眠常规检查制度,进行规范管理。形成以班主任和家长协调配合的管理机制,注重对学生睡眠质量的反馈,确保学生每天的睡眠时间达到要求。

2.强化督查,完善评价。学校将班级睡眠开展情况作为班主任工作的考核内容之一,学生纳入到综合素质评价中,切实将学生睡眠工作的

开展落到实处。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 5

一、指导思想

为进一步落实《教育部办公厅关于进一步加强中小学生学习睡眠工作的通知》（教基厅函[20xx]11 号）文件要求，科学合理安排学生上学时间，保证学生充足睡眠，促进学生身心健康和全面发展，结合我校实际特制定本方案。

二、作息时间及课程安排。

1.根据上级文件要求小学生上午上课时间不早于 8:20，要求学生睡眠时间每天达到 10 小时。我校将上午第一节课上课时间定为 8：20 分。

2.保证开齐课程、开足课时，上午三节课，下午三节课，课后服务两节课。学生中午离校时间为 11：40 分，下午离校时间为 17：50 分。

三、早到学生管理及活动安排

1.作息时间实行以后，要求学生无特殊情况不允许提前到校。

2.因天气影响、学校活动等特殊因素允许学生提前进入校园时，必须通知值周教师和班主任提前到岗，避免因无人管护出现安全事故。

3.对于因伤病残障等原因行动不便的学生，允许在家长的陪护下适当提前进入校园，但家长必须与学生所在班级班主任做好交接方可离开，确保学生在校有人管护。

4.对早到学生在校内活动的管护，必须做到无时无刻，无处不在，“零空隙”。

四、健全工作制度，保障学生睡眠

1.学校根据学生作息时间的安排，建立家长接送制度，进一步健全学校安全管理制度、教师值周制度、学生一日常规检查制度等管理制度。

2.在学校各项管理制度中进一步明确了学校领导班子、班主任、科任教师、后勤服务人员、门卫保安等在校工作人员的岗位职责，确保学校管理无盲区，保障学生到校有事做，做事有指导，全程有管护。

3.提升课堂教学实效，加强作业管理，严格按照学校的规定，合理调控各学科书面作业的总量。利用课后服务时间，让学生在校内基本完成书面作业。对于不能按时完成作业的学生，进行有针对性的帮助、辅导，也可适当减少作业量。节假日每天作业不超过60分钟，坚决不挤占学生的正常睡眠时间。

4.教师课堂上要关注学生的上课状态，发现睡眠不足的，应及时提醒学生并与家长沟通。指导学生劳逸结合，指导家长营造舒适的就寝环境，确保学生身心放松，按时安静就寝。

五、预估问题及解决措施

学校作息时间的安排得到了学校制度上的保障，工作安排上的调整，但是仍有部分家长质疑作息时间的可行性。但我们还是坚持以学生为本的育人理念、遵循教育教学规律和学生健康成长规律的重要改革举措。确保学生有充足睡眠，促进学生身心健康；保证学生精力充沛，提高学习效率。我校将认真执行这一能够提高教育服务能力的民生之举。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案6

为进一步贯彻落实教育部《关于进一步加强中小学生学习睡眠管理工作的通知》和20xx年全国教育工作会议精神，抓好学生作业、睡眠、手机、读物、体质管理等工作要求，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，对促进中小学生学习大脑发育、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，确保中小小学生充足睡眠时间。

三、统筹安排学校作息时间表。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。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 7

为避免学生课业负担过重，学生睡眠时间不足，影响学生的健康成长和课堂教学质量，违背素质教育倡导的“全面发展的教育理念，根据沈阳市教育局、法库县教育局《进一步加强中小学生学习睡眠管理工作的通知》要求，结合我校实际，制定以下方案。

一、保障学生睡眠时长，合理安排就寝时间

1、为保证学生充足睡眠时间，学校指导家长和学生制定作息时间表（建议学生 20:30——21:00 入睡，早上 6:30——7:00 起床），每天睡眠时间应达到 10 小时。

2、做好学生家长的宣传教育工作。通过家委会、微信平台、致学生家长一封信等形式宣传并引导家长督促学生按时就寝不熬夜，确保充足睡眠。家长做好督促，保证孩子的睡眠时间和睡眠质量。

3、学校加强对作息制度实施情况的监督和指导，坚决制止违反规定擅自提早开展集体教育教学活动的行为，对违反规定的班级或教师予以教育，校领导将不定期对此项工作进行检查。

二、科学安排学校作息时间表，加强学生作业管理

1、学生上午上课时间固定为 8:20，第一趟校车 7:10 前不得入校，叶茂台村等走读学生 7:30 前不得入校。各个班级不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动。

2、对于个别因家庭特殊情况提前到校学生，由家长提出书面申请，待批准后，学校提前开门，安排值日教师看护，学生在教室进行自习或安排在操场开展足球、健身等活动。

3、因错时就餐，所有班级每天上午均安排 4 节课，下午安排 3 节课，保证间操和大课间的活动时间，每天保证一节体育课或者体活课，全面完成教学任务。

4、学校督促各年级各班级严格控制学生的课业负担量，提高课堂效率和质量。小学一、二年级不留书面作业，其他年级课外作业总量控制在 1 小时之内(以中等水平学生完成作业时间为准)教师指导学生利用好自习或课后服务时间，使学生在校内基本完成书面作业。家长配合学校要及时督促学生认真完成作业，发现问题及时与老师沟通。

5、叶茂台小学将在 5 月前执行新的作息时间表。

严禁学生带手机进校园，教师定期进行检查。告诉学生和家长不得带手机的原因，不用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。在家家长要教育、监督学生完成作业后可进行课外阅读、家务劳动和适当的体育活动。如果一定要用手机查询资料，要在家长监督下完成。

三、建立科学安排中小学作息时间的长效机制

1、强化职责。切实履行落实中小学生学习时间的管理职责，完善工作机制，从实际出发合理安排作息时间。校长是第一责任人，要切实履行好规范办学行为、加强学校管理的责任。

2、增强沟通。学校要通过家长委员会、家长学校等积极搭建家校交流平台，引导家长树立正确教育观念，做好对学生科学作息的指导。小学生要尽可能在晚饭前完成家庭作业，学校要将作息时间通过校务公开栏、微信平台等渠道向社会予以公布。

3、抓好落实。学校要制定具体的方案。对于少数学生因特殊情况，确需提前在学校统一规定的作息时间之外提前到校或延迟离校的，学校要安排工作人员做好值班工作，加强管理和服 务，确保学生在校安全。

关于进一步加强小学生睡眠管理方案 8

为全面贯彻落实《教育部办公厅关于进一步加强中小学生学习管理工作的通知》（教基厅函〔20xx〕11号）和自治区教育厅印发《关于促进中小学生学习身心发展的十条措施（试行）》的通知（宁教基〔20xx〕44号）等文件精神和工作要求，促进中小学生学习身心健康发展，结合我县实际，制定本方案。

一、主要目标

以问题为导向，坚持系统思维，综合施策，努力破解中小学生学习睡眠不足难题；建立健全中小学生学习睡眠管理工作体系，切实提高中小学生学习管理工作的科学性、针对性和实效性，促进学生身心健康发展。

二、工作措施

（一）加强宣传教育，提高思想认识。睡眠是机体复原整合和巩固记忆的重要环节，对促进中小学生学习大脑发育、骨骼生长、视力保护、

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，广泛宣传充足睡眠对于中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“三个时间”，切实保障学生充足睡眠。一是保证学生每天充足的睡眠时间。学校、家庭及有关方面要共同努力，指导家长和学生合理确定就寝时间，促进学生自主管理，规律作息，养成良好的作息习惯，保证小学生每天睡眠时间不少于10小时，初中生每天不少于9小时，高中生每天不少于8个小时。二是统筹安排学校作息时间表。按照教育部和自治区教育厅相关规定，从保证学生充足睡眠需要出发，各学校要严格控制学生在校统一集中教学时间，严格落实中小学作息时间安排，小学生不超过6小时，初中生不超过7小时。学生早晨到校时间，小学控制在7:50以后，上课时间不早于8:20；初中控制在7:30以后，上课时间不早于8:00。高中学校控制在7:10以后，上课时间不早于8:00。学校不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动，严禁以组织晨读等形式变相提前上课时间。对于个别因家庭特殊情况临时性或经常性提前到校的学生，学校应安排好早上执勤教师，强化对提前到校学生的管理服务，切实负责好学生到校后的秩序维护、安全管理；要合理安排课间休息和下午上课时间，有条件的学校应保障学生必要的午休时间；寄宿制学校要合理安排作息时间表，确保学生达到规定睡眠时间要求。各学校要认真贯彻落实《自治区教育厅等七部门关于做好中小学生（幼儿）课后服务工作的指导意见》（宁教基〔20xx〕243号），高质量组织实施课后延时服务，切实解决“放学早、接送难”问题。三是指导学生合理安排就寝时间。学校要指导家长和学生，制订学生作息时间表，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。要保证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

。寄宿制小学、初中、高中学校晚熄灯时间原则上分别不迟于20:50、21:30、22:30。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。

（三）落实“三个规范”，防止挤占学生睡眠时间。一是规范作业管理。要建立作业管理制度。学校是作业管理的基本单位。各学校要制定作业管理制度，建立以校长为第一责任人的工作机制，明确相关部门职责及教师工作要求，加强对作业来源、设计、布置、批改、分析、反馈、辅导的全过程管理，加强作业与备课、上课、辅导、评价等教学环节的系统设计。学校要定期检查和统计各年级作业的总量及批改情况，分析作业质量，每学期开展一次有关作业情况的问卷调查，并形成调查报告。要严格控制作业总量。中小学校要提升课堂教学实效，严格按照有关规定要求，加强作业统筹管理，实行学生作业总量调控责任制。班主任负责调控班级的作业总量，年级组和教务处分别负责全年级和全校学生作业总量调控，确保作业总量控制在合理范围内。小学一、二年级可适量布置适合儿童年龄特点的实践体验类作业，如课外阅读、口语交际、探究活动、手工制作等，不得布置书面家庭作业；三至六年级书面家庭作业每天不超过60分钟，初中不超过90分钟。教师要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、中学生在校内完成部分书面作业，避免学生回家后作业时间过长。防止在节假日、期中（末）或毕业复习期间集中布置作业，挤占学生正常睡眠时间，影响学生身心健康。学生午休期间不得布置作业，不得布置重复性和惩罚性作业，不得使用手机布置作业或要求学生利用手机完成作业。要切实提高作业效度。作业设计、布置与评价要基于课程标准，关注学科核心素养，充分尊重学生的身心发展特点、认知规律和个体差异，促进学生学习品质的养成和学习能力的提高。学校要以教研组、备课组为单位建立作业设计与实施研究团队，结合校本研修自主培训，提高教师作业设计的能力。建设作业资源库，杜绝作业布置的随意性，禁止将各种练习册、复习

业。要加强县域作业设计和共享机制。县、乡教研员要建立作业设计的教研、培训、评选机制，指导教师开展作业设计的研究与实践，提高县域教师的作业设计能力。要建立优秀作业共享机制，引导学校开展作业设计研究，引导教师开展基于课程标准、指向核心素养培育的'学科作业设计与实施。要深入挖掘提炼学校作业管理的典型经验和做法，加强宣传推广，扩大示范引领。要强化作业督导监测。县教研室要建立健全符合本县实际的学校作业长效管理机制，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。政府教育督导室要根据作业管理相关要求，研究制定督导指标，指导开展县域学校作业管理效能监测，形成定期抽查发布县域监测通报的工作机制。要落实责任追究制，对作业管理中问题较多、监管不力的学校将通报批评、诫勉谈话直至给予学校年度考核降等处罚，以确保作业管理各项措施落到实处。二是规范校外培训。要联合相关部门，共同规范线上线下校外培训机构管理，为加强中小学生学习睡眠管理营造良好环境。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。三是规范游戏管理。要会同相关部门切实加强对辖区内注册登记或备案的线上培训网课平台、网络游戏的规范管理，采取技术手段进行监管，确保线上直播类培训活动结束时间不得晚于21:00，每日22:00到次日8:00不得为未成年人提供游戏服务。要教育引导学生合理使用电子产品，帮助孩子从小明晰使用界限和要求，养成合理使用电子产品的习惯。

（四）强化“三个管理”，促进学生健康成长。一是强化手机管理。学校要通过多种形式加强教育引导，让学生科学理性对待并合理使用手机，避免简单粗暴管理行为。要疏堵结合、对症下药，直面差异、分类管理，禁止将手机带入课堂，同时通过多种方式满足学生应急通话需求。要防止学生因沉迷手机影响正常睡眠，损害身心健康。二是强化读物管理。贯彻教育部《中小学生课外读物进校园管理办法》，学校要做好学生阅读书目的推荐工作，注重内容管理和推荐方式的管理，切实履行进校园课外读物推荐的主体责任。落实好教育部

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/756130214021010055>