# 中小学校落实义务教育“双减”工作实施方案

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-06-27

*学校落实义务教育“双减”工作实施方案一、指导思想二、组织领导三、实施细则（一）严格执行课程计划。（二）加强有效教学研究。（三）提高师德修养（四）保障学生睡眠时间学校落实义务教育“双减”工作实施方案为贯彻落实《关于进一步减轻义务教育阶段学生作...*

学校落实义务教育“双减”工作实施方案

一、指导思想

二、组织领导

三、实施细则

（一）严格执行课程计划。

（二）加强有效教学研究。

（三）提高师德修养

（四）保障学生睡眠时间

学校落实义务教育“双减”工作实施方案

为贯彻落实《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》和XX省《关于进一步加强中小学生减负工作的实施方案》精神，有效减轻学生过重作业负担和校外培训负担，深入推进素质教育，切实减轻学生过重作业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展，结合我校实际，特制定本方案如下。

一、指导思想

根据《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》和文件要求，全面推进素质教育，切实减轻学生过重的课业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展；本着对学生未来负责的态度，进一步把上级关于“双减“的要求落到实处，科学把握“双减“的精神实质，特制定本方案。

二、组织领导

为统畴推进学校“双减”工作全面、高效、有序进行，学校成立“双减”工作领导小组，具体名单如下：

组长：XXX（校长）

副组长：XXX（副校长）、XXX（副校长）、XXX（副校长）

成员：全体教师

三、实施细则

（一）严格执行课程计划。

1.严格根据《市义务教育课程计划》，开齐开足课程。

2.教师严格按照各学科课时量安排教学，不得以任何理由增减课程和课时。

3.任课教师严格按课表上课，遵守课堂秩序和教学规范，不得随意调课、占课，不得随意剥夺学生上课权。

4.学校在校务公开栏上公布课表、作息时间表，主动接受社会、家长的监督。

5.各科教学要严格按照市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。

（二）加强有效教学研究。

1.提高教研活动质量

(1)各教研组认真制定教学计划和进度，确保日常教学活动的正常有序。

(2)由教研组长负责，各教研组围绕本学期教学重难点积极开展各项教研活动。

(3)本学期各学科以“向课堂教学要质量”为主题，组织教师上公开课、空对空等教学活动，促进教师专业发展和业务水平的提高。

2.提高课堂教学质量

(1)优选教学方法，提高课堂教学效率。教学方法是教学过程中最活跃的因素。教师善于启发，学生才能善于主动思考、愉快学习。在讲解过程中启发学生思考生疑，促进知识迁移。为了保证课堂的有效、高效，每位教师在课堂中必须精讲精练。尽可能多的把时间留给学生，让学生进行多读精练。教师的语言要简练，与课堂教学无关的话不说，保证课堂教学的高容量性。

(2)优化学习方式，提高学生学习效率。根据学生实际情况，引导学生掌握适合自己的学习方式。语文学科重基础规范的养成，重个性化体验感悟、表达；数学学科提倡独立探究与合作交流相结合，重视思维训练和实践能力的培养。

(3)落实导优辅差工作，促使学生

全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生”的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。这样既减轻了大部分学生的负担，也满足了不同层次的学生对学习的要求。

3.加强特色备课

(1)精心备课。采用集体备课与个人修改相结合的方式。教师以教研组为单位，在充分吃透课标、钻研教材、了解学生的基础上实行集体备课，形成教案。各教师在集体备课的基础上根据自己的教学特点、本班学生实际情况对教案进行调整和修改，努力提高课堂教学效果。

(2)精选教学内容。根据学生的实际需要，对所学教材的内容做出适当的调整与增删，以学生现有发展水平为出发点，着眼于学生将来的发展，使学生“满负荷“地学习，促使学生的潜能得到最大的发展。

4.精心设计练习

老师精心设计课内外练习，减轻重复性作业、避免机械性作业。在“练”字上下功夫，练习贵在得法，重在教会学生练习的方法与技巧，使减负真正落到实处。

根据学生的学情，分层设计作业，提倡设计可供学生自主选择的作业，使每个学生都得到不同的发展。

严格控制作业量和作业时间。一、二年级不布置课外书面作业，三至六年级学生书面作业时间平均每天不超过1小时。

5.加强教学质量监控

“减负”不是取消考试，而是要求改革考试的内容与方法，使考试不再变成“学生的敌人”，符合教学规律的检测是必须的、必要的。我校将严格控制考试次数和难度，少考多练，提高学生的学习积极性，增强学生的成功感。

6.积极开展各项竞赛

积极采取有效措施，努力做到减“负”不减“质”。通过认真的调查研究，制定切实可行的实施方案，并根据学生的需求，让学生自由选择，在各门学科间开展相应的活动，培养学生的兴趣爱好，丰富了学生的课余生活，让学生在活动中增长见识，拓宽知识面。

7.其他

养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对“双减”的理解和配合，避免从家庭角度增加学生过重的课业负担；主动征求来自家长的意见，交流教育学生自觉学习的有效方法。

（三）提高师德修养

关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，不得以粗暴的态度对待学生，不得讽刺挖苦学生，不得歧视差生。倡导教学民主，建立平等的师生关系，尊重学生的人格,对学生应坚持正面教育，肯定成绩和进步。不得体罚或变相体罚学生。关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

（四）保障学生睡眠时间

1.教师、学生、家长都要懂得充足的睡眠对孩子成长的重要性，学校建立学生睡眠质量监督机制。

2、教师不得占用学生休息和活动时间集中上课。

为贯彻落实《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》和XX省《关于进一步加强中小学生减负工作的实施方案》精神，有效减轻学生过重作业负担和校外培训负担，深入推进素质教育，切实减轻学生过重作业负担，提高课堂教学效率，促进学生全面、健康而有个性地发展，结合我校实际情况，特制定本方案如下。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找