# 减轻学生课业负担措施

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-06-27

*第一篇：减轻学生课业负担措施义务教育均衡发展规范办学及减负B减轻学生课业负担措施 鲍店小学减轻学生课业负担实施方案一、指导思想以科学发展观为指导，认真贯彻《义务教育法》和《未成年人保护法》，牢固树立正确的人才观、教育观、质量观，把“减轻学...*

**第一篇：减轻学生课业负担措施**

义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

减轻学生课业负担措施 鲍店小学减轻学生课业负担实施方案

一、指导思想

以科学发展观为指导，认真贯彻《义务教育法》和《未成年人保护法》，牢固树立正确的人才观、教育观、质量观，把“减轻学生过重课业负担”作为改善民生、办人民满意教育的重大举措来抓，切实把学生从过重的课业负担中解放出来，培养学生创新精神和实践能力，促进学生全面发展。

二、工作目标

（一）总体目标

经过三年努力，力求达到90%以上的学生认为无课业负担或课业负担不重，85%以上的学生家长认可减负工作效果。

（二）阶段目标

第一阶段：宣传发动阶段：2024年9月——2024年12月31日。根据教育局方案精神，制定实施方案，初步建立起减负工作制度和减负管理机制。

第二阶段：减负工作实施阶段：2024年1月1日——2024年12月。按减负工作制度和减负管理机制实施减负工作，边实验边完善。力争达到80%的学生家长对学生课业负担感到满意，85%的学生认为课业负担得到减轻。

第三阶段：深化完善阶段：2024年1月——2024年12月。力争使家长和学生的满意率分别达到85%和90%。

庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

三、制度措施

（一）严格执行课程计划，开齐学科，开足课程

学校严格按照教育部颁布的课时计划认真安排教学，组织教学活动，不以任何理由增减课程和课时；严格按照规定安排作息时间和周课时数，并将作息时间、班级课程表等对外公布，自觉接受家长监督。教师期初制定合理的教学进度，学校随时监督教师按进度授课，不得为应付考试搞突击教学，提前结束课程。

（二）严格控制学生在校时间

学生早上到校时间为8:00，全天在校活动时间为5小时20分，不超过6小时。任课教师按时下课，不得拖堂，学校不但不组织学生利用节假日进行集中文化课补习，更不易地进行收费集中文化课补习。

（三）规范教师管理，教师不得在校外兼职上课

严禁学校在职教师在校外组织学生补课或到社会办学机构举办的面向中小学生的文化课辅导班、补习班兼课；不得介绍学生到辅导班、补习班上课。违反规定者，按《违规办班补课责任状》相关规定处理。

（四）确保学生活动时间

除不削减、挤占体育课和体育活动时间，认真上好体育课和体育活动课外，每天早晨组织好学生晨跑，课间要鼓励学生走出教室参加健身活动，上午组织好半小时的大课间活庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

动，下午搞好乒乓球、篮球等体育二课训练，每学年做好各类体育活动，把“阳光体育”活动落到实处，确保学生每天至少1小时的体育活动时间。

（五）控制学生作业总量及批改质量

作业总量的具体要求是一、二年级不留书面家庭作业；

三、四年级各科书面家庭作业时间总和不超过45分钟，即语文、数学、英语每科每天作业时间最多不得超过15分钟；

五、六年级各科书面家庭作业时间总和控制在60分钟以内，即语文、数学、英语每科每天作业时间最多不得超过15分钟。坚决杜绝布置大量机械性、重复性、惩罚性的作业。如一至几课生字写几遍组几个词，把数学书或《自主学数学》练习册中已经做过的题抄下来再做一遍，单元检测95分以下的全部抄题再做一遍，违反纪律做多少题或抄几段课文等。教师必须根据教学要求和学生实际有选择性地布置一些趣味性、实践性、思辨性较强的作业。加强批改，切实提高作业批改质量。“凡是向学生布置的书面作业，教师本人都要及时认真批改，严禁把作业派给学生批改，批改后将信息反馈给家长”。学校以定期检查，对教师批改作业的情况进行督促。同时积极培养作业布置体现精选精编、数量适中且批改认真有效的典型教师，并在校内推广。

（六）严格学校考试管理

建立健全与素质教育相一致的考试评价制度：在教与学庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B 的关系上，强调帮助、引导学生，不把考试成绩作为评价学生及教师的唯一尺度，不但强调知识与技能的学习结果，更要重视习得知识的过程与方法以及积极的情感、正确的态度与正确价值观的形成；改善师生关系，强调尊重、赞赏学生，禁止慢待、排挤、歧视和侮辱学习暂时有困难的学生；不组织参加未经教育局批准的各种竞赛活动；保护学生的隐私权，不公布学生的考试成绩和名次；不得诱导甚至胁迫学习成绩差的学生及其家长放弃参加考试的权利（同时教育主管部门也要求师校教研部门把握好命题的导向性，逐步减少机械记忆性试题，把学生从死记硬背的沉重负担中解救出来）。

（七）加强学生用书管理

严格按照上级教育部门要求使用教学用书，严禁教师擅自向学生推荐、推销或组织学生集体购买各类学习辅导资料，违反规定者按绩效工资实施方案中的相关条例处理。

（八）加强有效课堂研究

我校实施“减轻学生课业负担”课题研究，把加强有效课堂和减轻学生负担工作落到实处。有效课堂以“先学后教，当堂训练”为切入点，数学学科牵头，语文、科学等其他学科跟进，探讨如何把孩子内在的向上发展的欲求激发出来，把学习的主动权如独立思考、动手试错、自我纠正等等完全交还给学生，把学生扔到知识的海洋中让他们自己去吸纳、去搏斗乃至去吃苦，一句话，就是给学生创造主动求知、自庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

我发展的自由与空间，打造高效课堂，减轻学生课业负担。本学期的公开课课堂考核，特别是数学、语文、科学学科就要体现“先学后教，当堂训练”的教学理念。具体实施通过以下措施体现:

1、组内教研磨课：本学期各教研组都要开展一次“先学后教，当堂训练”“磨课”活动，由各教研组集体备课共同完成。研讨教材，大家齐思共议；搜集材料，制作课件，大家分工合作；一人主讲，大家听后评议，各抒己见、思维碰撞、灵感涌现；反复修改，换人再上；再度修改，再次试上……渐臻完善，直至满意为止。整理出来的最后教案，作为集体备课、磨课的成果教案，进行交流，实现教师资源共享。

2、公开课课堂考核：本学期学校二、三、六年级所有任课教师都进行课堂教学考核，每人出一节体现“先学后教，当堂训练”的教学理念公开课，以当堂打分的形式确定课堂教学得分。公开课各教研组在教研组长的带领下，采取个体备课与集体备课相结合的方式进行，力求人人做到既能认真听取他人的建议，又能毫无保留地为他人献计献策。公开课中，被听课领导老师认可的、教学效果好的课例，授课教师进行教案整理后，供大家学习借鉴，实现资源共享。

3、不定时推门听课：校领导深入课堂随机听老师们的常态课，成绩作为课堂考核的一部分计入总分。并且听后找老师座谈交流，让老师谈谈自己的设计思路，哪里是体现“先庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

学后教，当堂训练”教学理念的闪光点，哪里在这方面还有不足，然后听课领导提出自己的见解，可取之处，需要改进之处，与老师交换意见，达成共识，鼓励老师积极记录自己教学中闪光点或失败之处，积极撰写教育教学案例、教学反思。实践证明：这种形式对提高老师的课堂教学水平能起到事半功倍的好效果。

4、实施“特色名师工程”。即在保证学校创建统一特色的前提之下，学校把自主申报参与发展实践，按照“教师自主发展”的职业定位，进行“个人课题”研究的教师的发展目标分为“合格级、骨干级、名师级”，力争让这些基础处于不同层次的教师，都能在原有的基础上通过自身的努力向上一级迈进，做到一年见成效，三年上台阶，五年打造出首批特色名师五至十人。现在各地各校都致力于争创特色学校，口号是“一校一品”，我们这一做法就是在此基础上提前一步，最终致力于实现变“一枝独秀，千人一面”为“一班一亮点，一师一特色”的百花争艳、千花竟放春满园的大好局面。

四、保障机制

1、组织保障：为确保我校“减负”工作落到实处，促进学生全面、主动、和谐、健康发展，决定成立建平县第三小学减轻学生过重课业负担领导小组：

组

长：阳孝武

庐江县罗河镇鲍店小学 义务教育均衡发展

规范办学及减负

B

二、副组长：阳光远、张满富

成 员：各班班主任、各授课教师

2、机制保障：⑴实行教师“减负”工作学期报告制，每学期结束前，教师在期末业务总结中详细总结“减负”工作情况；⑵开展“减负”工作专项检查，学校减负工作领导小组分期初、期中、期末三次对任课教师进行全面的“减负”工作检查。⑶学期末教师“减负”工作情况向家长及社会通报；⑷实行“减负”工作责任追究制，对“减负”工作不得力，学生及家长意见较大的，要追究责任，并与责任人的评先选优挂钩。

3、责任追究：各位教师要认真执行“减负”工作的有关规定要求，做到有令必行、有禁必止，教育局将对加重学生负担的违纪违规事件及时通报、曝光，进行严肃处理，必要时对有关责任人给予行政处分；对不严格执行课程计划和违反作息时间的学校和个人，一经核实，在各类评先选优中实行“一票否决”；对组织学生进行校外收费补课的、到社会力量办学机构举办的面向中小学生的文化补习班兼课的教师，两年内不得参与各类评先选优、职称低聘一级。”

2024.9

庐江县罗河镇鲍店小学 7

**第二篇：减轻学生课业负担措施**

费县抗大中学减轻学生课业负担措施

为了充分贯彻上级减轻学生课业负担的精神，我校制定了以下措施。

（一）加强对课程的管理。学校严格按照课程标准和国家课程计划组织教学，任何年级和个人不得随意增删课程和增减课时，不得任意提高或降低教学难度。

（二）积极改进教学方式和学习方式。摒弃满堂灌、“填鸭式”等落后的教学方法，倡导主动参与、启发式的学习方式。尊重和调动学生的学习积极性，注重培养学生的学习能力。教师要认真研究改进教学方法，提高教学水平，做到精讲精练，把问题解决在课堂上，最大限度地提高教学效率。

（三）加强对学生用书的管理。任何年级和个人不得以任何形式强迫学生购买或向学生摊派教辅资料。学生只采用市统编教辅材料《同步学习》。

（四）控制学生家庭作业的份量和难度。双休日原则上不留书面作业。若有书面家庭作业应分必作和选作，以使学习程度不同的学生在规定时间内能够基本完成，提倡布置活动性、实践性家庭作业。严禁用增加作业量的方式惩罚或变相惩罚学生。

（五）认真加强学生在校学习时间的管理。年级组和老师不得随意增加或减少学生在校的时间。要保证学生每天9小时以上睡眠时间。

在法定节假日、双休日和寒暑假任何人不得组织学生到校上课或进行其他形式的集体补课，更不得收费上课和有偿补课。

（六）认真落实“两课（体育、活动课）、两操（广播操、眼保健操）”等活动。要保证学生每天1小时的体育活动时间（含体育课），不准挤占体育活动时间和场所。要开展丰富多彩的文化艺术活动，培养学生欣赏美和创造美的能力。

（七）严格考试管理。要控制任何年级的考试方式、科目和次数。只进行县局组织的阶段检测和期末考试。

（八）在减轻学生过重课业负担的同时，强化学生的发展性评价，充分利用 好成长档案的评价作用。

**第三篇：多项措施减轻学生课业负担**

多措并举减轻学生课业负担

为进一步规范办学行为，减轻学生过重的课业负担，促进学生全面健康和谐发展和教师的专业发展，洋湖乡中学进一步完善强化管理措施，努力提高管理水平，真正将《山东省普通中小学管理基本规范（试行）》落到实处。

一学校班子首先组织全体教师认真学习了《规范》，吃透要求，读懂精神实质。要求教师每人建立一本读书笔记，写出心得体会。

二是根据《规范》要求及时修改《洋湖中学专任教师考核办法》，调整指挥棒，进一步细化教师考核细则，使每一位教师真正从思想上转变观念，坚决杜绝那种靠延时加班，增加师生过重课业负担和工作量来提高质量的行为。

三是坚决落实课程标准、方案，开足课时，开全课程。严格控制学生作息时间。中学不超过8小时，晚间、双休日和其他法定节假日不上课。学生每天集体体育锻炼不少于1小时。睡眠时间义务教育阶段学生不少于9小时。特别是学校明确规定：所学课程除语、数、外布置书面作业外，其他学科一律不准布置书面作业，任课教师布置课外作业要填写《洋湖中学课外作业安排表》，由班主任安排，作业总量由班主任严格控制。

四是实施素质教育，在建立“兴趣小组”方面寻找突破。到目前为止，各校分别成立了多个兴趣小组，使全校30%以上的学生加入到“兴趣小组”中来，使他们在小组活动中张扬、绽放个性，发现和发展特长。五是学校开展“绿化校园行动”，通过教师对学生、学生对学生的绿色意识、绿色语言、绿色行为，使学生能够在学校里快乐学习，感受到大集体的温暖，健康成长，使校园真正成为他们全面健康和谐发展的乐园。

（通讯员：付亮金强新顺）

**第四篇：减轻学生课业负担的措施**

亢阜小学减轻学生课业负担的措施

一、低年级学生“减负”措施

为了贯彻落实“减负精神”，根据低年级学生的年龄特点，我们必须摒弃陈旧的作业样式，创造开拓出各种新颖的，能激发学生求知欲望的“新型作业”，使学生乐于开动脑筋，这样既减轻了学生过重课业负担，又有效地培养了学生的能力，发展了学生的智力。

1、加强集备，认真钻研教材，彻底领会教学大纲的意图。用课改的新理念组织教学，提高课堂教学效率，掌握基础知识。

2、利用自习课，对学生进行书写的指导，指导学生正确的书写习惯。对数学知识，及时地进行查漏补缺，掌握所学知识。

3、精心设计家庭作业 ：

（1）设计多样化的自主型作业，让学生针对自身情况进行自主选择，有利于培养学生学习的自主精神，充分张扬学生的个性。

(2)为了提高学生各种能力，可以适当布置一些操作型作业，让学生动手操作，多种感官协同活动，能使学生对所学的知识理解得更深刻。

(3)可以布置创编型作业，在家长的帮助下，引导学生根据已有知识，适当地对课文中的人物进行心理剖析，对文中情境进行想象，或把课文改编为课本剧进行表演、为课文续编故事等。

(4)可以布置调研型作业，让学生在家长的帮助下进行社会调查，从而进一步认识我们周围的世界。如可以让学生尝试着了解小区里环境的现状，通过调查了解垃圾的去向，学着设计环保宣传画等。

二、中年级学生“减负”措施

1、严格控制作业量，不能布置机械重复和大量的抄写作业。在基础知识类的作业中应让学生自主地选择。（自己会的基础知识少写，自己对一些基础知识还没有巩固的，就多练习几遍。）

2、作业的形式要多种多样。

3、要布置一些学生感兴趣的，启发思维的作业。

4、作业要做到少而精。

结合以上几条基本因素，特制定详细的语文、数学、英语措施：

（一）语文方面：

1、由于中年级生字词还是比较多，所以应布置相应的字词作业等基础作业。在这方面应以两三遍为宜，而且布置生字词作业的形式要多样。如：抄一抄、背一背、用词语说话、选词填空、近义词、反义词、回家听写等形式。

2、在提高学生能力方面要求大声朗读课文，随笔记下自己的感悟，多积累，多应用。

3、建立自己的读书卡，能在学期末达到一定的阅读量。

（二）数学方面：

1、在基础知识方面，每天给学生布置3-5竖式计算类型的题。因为中年级的数学主要以计算为主。应让学生做到每天少做多练，做到熟能生巧。

2、在提高能力方面找一些学生感兴趣的、有一定难度的。每天一道。（可做可不做）

3、可以布置一些让学生在生活中寻找数学现象的作业，让数学回归生活。

（三）英语方面：

1、多布置一些听力作业，让学生做到多听、多读、多说、多练。

2、也可布置一些模仿性的作业。鼓励学生自己进行对话的创编。

3、加强家校合作，有能力的家长也可参与到学生的作业活动中来。

三、高年级学生“减负”措施

小学生课业负担过重，不仅影响了学生的身心健康，而且也阻碍了素质教育的落实。要落实素质教育，必须首先减轻学生过重的负担，使学生有时间、有精力参加各种有益的活动，全面提高他们的素质。“减负”是一个系统工程，全社会都应该关心和支持。作为我们教师，更是义不容辞的职责。近日，我们双埠小学高年级教研组，根据上级文件精神，专门与我们各位任课老师、与学生进行座谈，制定了以下几条减负措施：

1、端正思想，树立轻负高质的教学观念，坚持素质教育。

2、向课堂四十分钟要质量。认真备课，认真上课，增强学生课堂学习的趣味性、参与度，充分调动学生课堂学习的积极性，从而达到课堂教学的实效性。

3、不布置重复作业，在校作业能当堂完成的决不留到课后。

4、严格控制作业量，精心设计作业，不做多余的练习。根据学生学力层次，设计一些弹性作业，满足不同层次学生的发展需要。

5、保证学生在校的活动量，引导学生积极参加课外活动。让每个学生每个星期都能快乐。

6、注重培养学生良好的学习习惯，积极贯彻我校高年级《小学生养成细则》，提高学生自身学习的效率。

语文：

7、鼓励学生课外自主学习，引导学生积极主动地进行课外阅读活动，坚持每天阅读一篇《小学生课外阅读》中的文章，坚持读读、画画、写写、诵诵。坚持积累式阅读，建立阅读笔记，扩大阅读量，开拓视野，增长知识。

8、鼓励学生坚持写灵感日记，每周最少两篇，多者不限。

9、利用下午第三节课开展班级特色活动，六年级每周两次《配乐朗诵》；五年级每周两次《粮食贴画》。开发、发展课余兴趣爱好，全面发展。?

数学：

10．在课前预习中指导学困生。

11．让学生当主角，让学困生上台“多唱戏”。

12．挖掘学习内容的趣味性，增强实用性。

13．练习分层设计，作业弹性布置。

14．实行订正奖励制。

以上是本教研组制定的

14条减负措施，今后我们必将努力付诸于实践。当然，我们教师在当前的减负工作中，也将正确处理好三个关系：一是“减负”与提高教学质量的关系；二是“减负”与培养学生顽强意志、刻苦学习精神的关系；三是“减负”的落实与防止工作片面性的关系。

四、学校采取的措施

1、学校成立专门的学生“减负”实施情况监督领导小组，通过课堂听课，检验教师课堂教学效率，通过“决胜课堂”意识减轻学生过重的课后负担。

2、定期检查教师备课，通过“布置作业”环节的设置，检查教师的意识落实情况。

3、定期找学生座谈，对教师上课、作业布置、检查落实的措施及学生的满意率进行调查。

4、通过检查教研组教研情况，检验各教研组是否对“减负”措施进行认真地研究、尝试。

5、通过丰富多彩的学生能力测试，检验“减负”的成果。

**第五篇：“减轻学生课业负担”措施和制度**

平潭综合实验区城东小学

“减轻学生课业负担”措施和制度

贯彻落实国家教育部和省、市、区教委关于“减负”工作的指示精神，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，结合我校实际情况，特制定出“减负”工作实施措施和奖惩制度。

1、实行“减负”工作领导责任制。由校长任第一责任人，严格要求、严格管理。

2、成立学生“减负”工作领导小组，召开小组会议，研究本校“减负”工作的实施方案，制定出切实可行的奖惩制度。

3、召开学校全体教师会议，积极组织教师学习、贯彻各级领导部门关于“减负”工作的文件、规定等，宣布我校的具体实施措施和奖惩制度。

4、学校对“减负”工作定期检查，并将结果存入资料档案，并实行奖惩兑现。

5、通过家长委员会，定期听取家长对“减负”工作的建议和要求，结合实际按上级规定改进。建立由各个层面学生和学生家长代表参加的学生课业负担听证委员会，每学期开学两周后举行听证会，听取学生和家长意见，并建立备查录，确保学生课业负担符合学生的实际。

6、根据上级指示精神，结合我校实际情况，制定出切实可行的奖惩制度：

（1）法定开设的所有课程，每门只准使用一本经审查通过的教科书。任何教师不得组织学生购买辅助读物。

（2）任何老师不得占用节假日、双休日和寒、暑假组织学生上课，在家庭或社会办任何形式的补习班、辅导班，加重学生负担，更不得收费上课、有偿补课。

（3）任何人不得以任何理由随意延长学生在校时间。

（4）严格执行课程计划，开足课时，开全课程，落实巡课制度。学校行政领导和业务领导要认真组织教师改革教学方法，提高课堂教学效率，不断提高教育质量。对在教改方面做出重大贡献的教师，给予奖励，并在评先、晋级等方面提供优厚条件；对不认真钻研业务，教学质量平平，在教改方面无甚贡献者，除提出批评外，取消其评先、晋级资格。

“减负”的关键在于优化教学模式，提高课堂教学的质量。要提高教学质量，必须提高自身素质，加强教研活动。

1、每学期有工作计划、教学计划、工作总结等材料，内容具体，切实可行。按时保质量完成。

2、加快教师备课制度改革，倡导实行集体备课制度。针对学校的特点，教务处探索在教研组组织下，以年级为单位，集体备课或者电子备课，资源共享，备精每一堂课，优化教学设计和课堂教学过程，减轻教师负担。规范集体备课制度，要求教师利用好课堂40分钟时间，向课堂要效益，做到“学生减负不减质”，切实减轻学生过重的课业负担。严格控制好学生在校活动时间，实行路队出校制度，切实杜绝“拖课”现象。

3、按时上下课，教务处负责组织抽查，每日不得少于2次。

4、严格控制练习资料。学校必须按省、市、区教育行政部门有关规定征订教材、教辅读物、练习资料，禁止学校和教师向学生推荐未经省中小学教材审定委员会审定或教育行政部门审定的练习资料和复习用书。教师印发的学生练习卷必须经学校教务处审批。

5、各科作业要按造教务处要求处置，严禁作业量超出规定。作业批改要及时，无漏批错改，改写字迹工整，符号准确规范。

6、要保证学生的课间、午休和自由活动时间，教师不准拖堂，不准在学生自习课和休息时间或自由活动时间上课，保证学生每天有1小时的体育活动及室外活动时间。

7、教师在教学、班主任工作等方面经常和其它教师交流、探讨，取长补短，共同提高教学质量，切实 减轻学生负担，并馔写体会、论文。

8、改革教育教学评价方法，加强随堂评价研究，以激励性评价为主，区别对待，多尺度量，作业、试卷等评价均因材施评，千方百计激发学生的学习自信心，增强学习内驱力。全学期只设半期考，学期考2次全科教学评价，单元教学评价以“小测”作业评价为主。半期考学期考试卷命题在学校组织下，由本年段老师自己合作，研考进行。

9、学校将把“减负”工作作为教师岗位考核、师德考核的重要内容。情节严重、影响恶劣的，在聘任、评优、晋级、考核中实行一票否决，甚至分流、待岗。

10、学校、教师要向社会发表公开声明，做出“减负”承诺，并自觉接受社会监督。学校要设立学生课业负提过重的举报电话、信箱和网址，接受学生、家长和社会的举报。

学校设立举报电话：24337464

平潭城东小学

2024年3月

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