

学校减负工作实施方案范文

一、指导思想

以《_____减轻中小学生学习过重课业负担的若干意见》为指导，贯彻落实市教委《减轻义务教育阶段学生过重课业负担，深入推进素质教育十项规定》，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，提高教育质量，特制定本方案。

二、组织机构

(一)领导小组

组长：潘宁 副组长：吴小丹

成员：黄洁霞 马泽艳

(二)工作责任

组长：全面引领督促学校“减负提质”工作

副组长。分工合作，全面协调学校“减负提质”工作，制定相关规章制度，并指导工作的督促贯彻落实。

成员。积极进行“减负提质”工作宣传，带头并指导全体教师具体落实“减负提质”各项措施，对“减负提质”具体过程进行的督促，并及时收集、反馈工作信息。

三、实施细则

(一)严格执行课程计划，严禁违规补课。

1、学校要按照《教育课程计划》，开齐课程，上足课时。每周开设4节体育课，合理安排大课间体育活动，保证学生在校期间体育锻炼时间每天不少于_____小时。

一、二年级每周安排 2 节写字课；一至六年级每周安排音乐、美术课各 2 节；三至六年级综合实践活动课按课程计划上足课时。

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、各科教学要严格按照国家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。

5、学校不得占用节假日和休息时间组织或者变相组织学生集体补课，不得将校舍、设施设备等租(借)给社会机构和个人举办各类补习班、培训班。

6、严禁在职教职工举办或者参与学生有偿补习活动，严禁组织、介绍、强迫或变相强迫学生参加有偿补习活动。

(二)、控制学生在校学习时间，保证学生周活动总量。

1、学生上午上课时间，小学不得早于 8。20。学生每天学习时间(包括自习)，小学不超过____小时。

2、严禁教师“拖堂”或采取其他方式挤占学生课间休息时间。

3、严禁组织学生上早自习、午自习。

4、严禁占用节假日、双休日和寒暑假组织学生上课和进行全班性集体补课。

5、课程表内的自习课应由学生自己支配，不得用于上课和集体补课。

6、要保证学生每天有____小时阳光体育活动时间，落实“2+1”活动要求。

(三)加强有效教学研究，切实提高教育质量。

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)在教科室的引领下由教研组长负责，各教研组围绕学期教学重难点积极开展各项教研活动。

(3)积极参加，认真开展教委和进修校下达的各项教研活动。

2、提高课堂教学质量

(1)优选教学方法，提高课堂40分钟教学效率。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

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。

(四)精心设计练习，合理布置与指导学生作业。

1、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。

2、提倡

一、二年级不留书面课外作业，三至六年级每天课外作业总量原则控制在____小时以内。

3、教师必须切实履行自主设计作业、合理布置作业、批改作业及反馈指导的职责，优化作业内容，创新作业形式，提倡布置口头性、差异性作业，注重作业的实践性、探究性。

4、教师不得布置大量机械重复的作业，不得布置午间作业，不得以任何理由惩罚学生做作业。

5、规范使用教辅资料。使用教委规定，学校统一订购的教参教辅，不得组织学生统一购买教材和各种读本，任何领导和教师不得组织小学生统一购买教材以外的教辅资料、图书、报刊、音像制品和其它学习用品，增加学生学习负担，更不能以此作为考核、评奖的依据。特殊情况需由学校领导讨论批准。

(五)控制学生考试次数和难度，建立科学评价制度。

1、严格按教育局要求组织期中、期末考试(考查)，不盲目增加考试(考查)次数。

2、教育局统考、抽考使用进修校统一命题。其他情况使用学校自命题时，所有考试试题都不得超出课程标准要求，严格控制考试试题难度。

3、小学生学业成绩评定实行等级分制，使用素质发展评价报告书。

4、学校和教师不得排名公布学生的学业成绩。

5、要严格执行义务教育阶段取消留级以及不得办重点班、快慢班的规定。

6、入学、招生不得举行或变相举行选拔性的书面考试。

(六)保证学生参加课外活动和社会实践活动。

1、学校要建设好音乐、美术、科技、劳作、图书(阅览)及实验室等各种功能室和体育场馆，按标准配齐设施设备。

2、要加强实验、实作等课程内容的教学。下午课后安排1节课外活动，组织学生参加体育、艺术、科技、生活技能训练、礼仪训练等课外活动及社会实践活动，培养学生创新精神和实践能力，确保每位学生在义务教育阶段掌握两项体育技能、一项艺术特长，培养一项科技爱好。

3、学校和个人不得挤占学生参加课外活动和社会实践活动的时间。

4、培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。

(八)其他

1、努力提高师资队伍水平。要提高师德水平，教师要爱护每一个学生，严禁歧视、讽刺、挖苦后进生，体罚或变相体罚学生。优化课堂教学，提高课堂教学质量。

2、做好家长工作。为取家长的配合，共同努力，减轻学生过重的课业、身体、心理负担。

3、加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对减负提质的理解和配合，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。

四、奖励评优，推广经验

1、对“减负”工作中取得显著成绩教师要给予表彰，评选“减负增效”模范教师。

2、开好“减负增效”经验交流会。

3、对违反规定的教师要点名批评，两年内不能评为先进教师；直接责任人(包括教师)当年不能评为先进个人；严重的要酌情给予行政处分。

学校减负工作实施方案范文（二）

一、指导思想

以《____减轻中小学生学习过重课业负担的若干意见》为指导，贯彻落实市教委《减轻义务教育阶段学生过重课业负担，深入推进素质教育十项规定》，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，提高教育质量，特制定本方案。

二、____机构

（一）领导小组

组长：潘宁副组长：吴小丹

成员：黄洁霞马泽艳

(二) 工作责任

组长：全面引领督促学校“减负提质”工作

副组长。分工合作，全面协调学校“减负提质”工作，制定相关规章制度，并指导工作的督促贯彻落实。

成员。积极进行“减负提质”工作宣传，带头并指导全体教师具体落实“减负提质”各项措施，对“减负提质”具体过程进行的督促，并及时收集、反馈工作信息。

三、实施细则

(一) 严格执行课程计划，严禁违规补课。

1、学校要按照《教育课程计划》，开齐课程，上足课时。每周开设____节体育课，合理安排大课间体育活动，保证学生在校期间体育锻炼时间每天不少于____小时。

一、二年级每周安排____节写字课；一至六年级每周安排音乐、美术课各____节；三至六年级综合实践活动课按课程计划上足课时。

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、各科教学要严格按照国家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。

5、学校不得占用节假日和休息时间____或者变相____学生____补课，不得将校舍、设施设备等租(借)给社会机构和个人举办各类补习班、培训班。

6、严禁在职教职工举办或者参与学生有偿补习活动，严禁____、介绍、强迫或变相强迫学生参加有偿补习活动。

(二)、控制学生在校学习时间，保证学生周活动总量。

1、学生上午上课时间，小学不得早于 8。20。学生每天学习时间(包括自习)，小学不超过____小时。

2、严禁教师“拖堂”或采取其他方式挤占学生课间休息时间。

3、严禁____学生上早自习、午自习。

4、严禁占用节假日、双休日和寒暑假____学生上课和进行全班性____补课。

5、课程表内的自习课应由学生自己支配，不得用于上课和____补课。

6、要保证学生每天有____小时阳光体育活动时间，落实“2+1”活动要求。

(三)加强有效教学研究，切实提高教育质量。

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)在教科室的引领下由教研组长负责，各教研组围绕学期教学重难点积极开展各项教研活动。

(3)积极参加，认真开展教委和进修校下达的各项教研活动。

2、提高课堂教学质量

(1) 优选教学方法，提高课堂____分钟教学效率。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，____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

精心备课。采用____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____备课，形成教案。各教师在____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。

(四) 精心设计练习，合理布置与指导学生作业。

1、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____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。

2、提倡

一、二年级不留书面课外作业，三至六年级每天课外作业总量原则控制在____小时以内。

3、教师必须切实履行自主设计作业、合理布置作业、批改作业及反馈指导的职责，优化作业内容，创新作业形式，提倡布置口头性、差异性作业，注重作业的实践性、探究性。

4、教师不得布置大量机械重复的作业，不得布置午间作业，不得以任何理由惩罚学生做作业。

5、规范使用教辅资料。使用教委规定，学校统一订购的教参教辅，不得____学生统一购买教材和各种读本，任何领导和教师不得____小学生统一购买教材以外的教辅资料、图书、报刊、音像制品和其它学习用品，增加学生学习负担，更不能以此作为考核、评奖的依据。特殊情况需由学校领导讨论批准。

(五)控制学生考试次数和难度，建立科学评价制度。

1、严格按教育局要求____期中、期末考试(考查)，不盲目增加考试(考查)次数。

2、教育局统考、抽考使用进修校统一命题。其他情况使用学校自命题时，所有考试试题都不得超出课程标准要求，严格控制考试试题难度。

3、小学生学业成绩评定实行等级分制，使用素质发展评价报告书。

4、学校和教师不得排名公布学生的学业成绩。

5、要严格执行义务教育阶段取消留级以及不得办重点班、快慢班的规定。

6、入学、招生不得举行或变相举行选拔性的书面考试。

(六)保证学生参加课外活动和社会实践活动。

1、学校要建设好音乐、美术、科技、劳作、图书(阅览)及实验室等各种功能室和体育场馆，按标准配齐设施设备。

2、要加强实验、实作等课程内容的教学。下午课后安排_____节课外活动，_____学生参加体育、艺术、科技、生活技能训练、礼仪训练等课外活动及社会实践活动，培养学生创新精神和实践能力，确保每位学生在义务教育阶段掌握两项体育技能、一项艺术特长，培养一项科技爱好。

3、学校和个人不得挤占学生参加课外活动和社会实践活动的时间。

4、培养学生良好的课外阅读习惯，促进课外的知识积累。

(八)其他

1、努力提高师资队伍水平。要提高师德水平，教师要爱护每一个学生，严禁歧视、讽刺、挖苦后进生，体罚或变相体罚学生。优化课堂教学，提高课堂教学质量。

2、做好家长工作。为取家长的配合，共同努力，减轻学生过重的课业、身体、心理负担。

3、加强家校联系，培养学生良好作业习惯，取得家长对减负提质的理解和配合，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。

四、奖励评优，推广经验

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/635102103023012011>