**中科院上海实验学校“无书面回家作业日”实施方案**

依据《上海市教育委员会关于优化上海市义务教育学校作业管理提高作业育人水平的通知》精神和嘉定区教育局有关工作要求，遵循教育规律，减轻学生过重课业负担，更好促进学生全面发展和健康成长，特制订本方案。

1. **领导小组**

组长：校长（夏红梅）

组员：教学副校长（孙兰兰）、德育副校长（刘宏佳）、教学处主任（蔡丹）

德育处主任（滕会敏）、年级组长（王焕文、陈佳、蔡健、曹雪）、校家委会主任（沈力）

**二、实施目标**

1. 切实减负。保障学生休息、活动时间，缓解学业压力。

2. 激发内驱。引导学生自主规划时间，培养学习兴趣与责任感。

3. 拓展成长。鼓励学生参与阅读、实践、运动、艺术、劳动及家庭互动。

4. 协同育人。推动家校社协同，形成科学育人观。

**三、实施原则**

1. 全年段覆盖。在六至九年级中同步实施。

2. 刚性执行。明确时间节点，确保制度落地。

3. 内涵提升。“无书面回家作业日”≠“无学习日”，重在引导有意义的活动。

4. 家校共识。加强沟通，争取家长理解支持。

**四、具体安排**

2025年6月起每周三为学校“无书面回家作业日”。

1. 不布置需带回家完成的书面作业。

2. 任课教师当日设计布置一定量的课堂作业，确保最迟在课后服务时段能全部完成。

3. 适当布置非书面形式的预习、复习、听说、实践、探究等学习任务，确保符合“轻量、启思”原则。

**五、关键举措**

**（一）教师层面**

1. 优化课堂效率。强化课堂主阵地作用，提升教学效果。

2. 创新作业设计。优选精编校本作业，严格控量提质，设计分层、弹性、实践性作业，积极探索有价值的非书面学习建议。

3. 加强教研协同。备课组、年级组统筹协调作业内容与总量，确保“无书面回家作业日”要求落实。

**（二）学生层面**

1. 开展时间管理、自主学习主题班会、讲座，引导学生科学安排无作业日时间。

2. 学校图书馆、各类专用教室、运动场馆等在规定时段开放，供学生使用。

3. 组织分享与展示活动，推广发布学生在无作业日的阅读、实践、创作成果。

**（三）家长层面**

1. 政策宣传解读。通过公众号、家长会等方式，清晰传达政策意义与学校方案，消除疑虑。

2. 家庭教育引导。提供“无书面回家作业日”家庭活动建议（如亲子运动、家务共担、深度交流、参观实践等），鼓励陪伴与沟通。

3. 畅通反馈渠道。及时回应家长疑问与建议。

**（四）管理保障层面**

1. 成立专项小组。由校长牵头，教学、德育、年级组长组成，负责推进、监督与评估。

2. 纳入考核评价。将“无书面回家作业日”执行情况纳入教师绩效考核、教研组评优及班级管理评价。

3. 严格监督检查。教学处通过学生问卷、座谈、作业记录抽查等方式监督执行。

4. 监测评估效果。通过调研，分析对学生学业成绩、身心健康、综合能力、师生关系、家校关系的影响，动态优化方案。

**六、生效日期**

2025年6月起为探索期；2025年9月1日起全面实施。

本方案将根据市教委最新精神及学校实施情况动态修订完善。

**中科院上海实验学校**

**2025年6月**

**附件：**

**上海市义务教育学校作业管理负面清单**

1.作业内容不得超出课程标准要求，不得布置超量作业，不得随意拔高作业难度。

2.不得布置无效的重复性作业，不得布置形式化的作业。

3.不得强制要求学生、家长对作业本、作业成果等进行包装。

4.不得使用带有侮辱性、嘲讽性的言语或符号批改、反馈作业。

5.不得根据作业完成情况对学生进行不当惩戒。

6.不得要求学生利用课间完成作业，不得占用学生体育、艺术、劳动等课程时间对学生进行作业辅导。

7.不得给家长布置或变相布置作业，不得要求家长检查、批改作业，不得要求或变相要求家长给学生布置作业。

8.不得要求学生、家长打印学校布置的作业或违规收取相关费用。

9.不得以作业辅导等名义利用双休日、寒暑假时间进行集体补 课或变相集体补课。

10.不得以教学用书目录以外的教辅材料代替日常作业或寒暑 假作业，不得将寒暑假作业完成情况与新学期学籍能否注册等相挂钩。