

**教育部 发展改革委 公安部 财政部 人力资源
社会保障部 市场监管总局 广电总局 全国妇联**
关于印发中小学生减负措施的通知

教基〔2018〕26号

一、规范学校办学行为

1.坚持正确办学方向。全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，以凝聚人心、完善人格、开发人力、培育人才、造福人民为工作目标，坚持德智体美劳全面培养，发展素质教育，促进学生健康成长。

2.严格依照课标教学。严格执行国家课程方案和课程标准，开足开齐规定课程，努力提高教学质量，促进学生全面发展。不得随意提高教学难度和加快教学进度，杜绝“非零起点”教学。

3.均衡编班配置师资。义务教育阶段学校严禁以任何名义设立重点班、快慢班、实验班，规范实施学生随机均衡编班，合理均衡配备师资。

4.严控书面作业总量。小学一二年级不布置书面家庭作业，三至六年级家庭作业不超过60分钟，初中家庭作业不超过90分钟，高中也要合理安排作业时间。

5.科学合理布置作业。作业难度水平不得超过课标要求，教师不得布置重复性和惩罚性作业，不得给家长布置作业或让家长代为评改作业。

6.坚决控制考试次数。小学一二年级每学期学校可组织1次统一考试，其他年级每学期不超过2次统一考试。不得在小学组织选拔性或升学挂钩的统一考试。

7.采取等级评价方式。严格依据课程标准和教学基本要求确定考试内容，命题要符合素质教育导向，不出偏怪考题。考试成绩实行等级评价，严禁以任何形式、方式公布学生考试成绩及排名。

8.限制竞赛评优活动。不得组织学生参加社会上未经教育行政部门审批的评优、推优及竞赛活动。

9.合理使用电子产品。规范学生使用电子产品，养成信息化环境下良好的学习和用眼卫生习惯，全面提升信息素养。严禁学生将手机带入课堂。

10.建立弹性离校制度。提供丰富多彩的课后服务内容，合理确定学生离校时间。安排学生参与各种兴趣小组或音体美劳活动。对学有困难的学生加强帮扶，对学有余力的学生给予指导。严禁将课后服务变为集体教学或集体补课。

11.培养良好学习习惯。引导学生端正学习态度，课前主动预习，上课专心听讲，积极发言、不懂就问，课后主动复习巩固，学习时精力集中、提高效率，不做“刷题机器”。鼓励同学

间互帮互助、共同成长。

12.指导_{学生}实践锻炼。组织_{学生}参加文体活动，培养运动兴趣，确保每天锻炼1小时，条件允许的情况下尽量安排在户外。教育_{学生}坐立行读写姿势正确，认真做好广播操和眼保健操。加强劳动生活技能教育，指导_{学生}参与社会实践，乐于科学探索，热心志愿公益服务。

二、严格校外培训机构管理

13.依规登记诚信经营。培训机构取得办学许可证及营业执照（或事业单位法人证书、民办非企业单位登记证书）后方可开展培训。培训机构必须诚实守信经营，严禁虚假宣传，误导、欺骗_{学生}和_{家长}，严禁夸大培训效果。

14.严禁超标培训。开展语文、数学、英语及物理、化学、生物等学科知识培训的内容、班次名称、招生对象、培训进度、上课时间等要经所在地县级教育行政部门备案审核并向社会公布；培训内容不得超出国家课程标准，培训班次必须与_{招生对象}所处_{年级}相匹配，培训进度不得超过所在县（市、区）中小学同期进度。杜绝机械训练、强化应试等不良培训行为。不得留作业。

15.严格教师聘用。培训机构必须有相对稳定的师资队伍，从事学科知识培训的教师应具有相应教师资格，并接受社会监督。严禁聘用在职中小学教师到培训机构任教，一旦发现，坚决吊销办学许可证，并对教师本人予以严肃处理，情节特别严

重的，取消教师资格。

16.严禁与升学挂钩。严禁将培训结果与中小学招生入学挂钩，严禁作出与升学、考试相关的保证性承诺，严禁组织举办中小学生学习类等级考试、竞赛及排名。

17.控制培训时间。培训时间不得与当地中小学教学时间相冲突，培训结束时间不得晚于 20:30。

三、家庭履行教育监护责任

18.树立科学育儿观念。家长要正确认识孩子成长规律，尊重孩子个体差异和天性，保护孩子的想象力、创造力，把培养孩子的好思想、好品行、好习惯作为家庭教育的首要目标。切实履行家庭教育职责，严格对孩子的教育管理，支持学校和教师正确行使对学生的教育管理权利。要理性设置对孩子的期望值，鼓励孩子尽展其才。根据孩子的兴趣爱好选择适合的培训，避免盲目攀比、跟风报班或请家教给孩子增加过重课外负担，有损孩子身心健康。

19.加强家庭交流互动。家长要注重言传身教，培育好家风，传承好家训。多与孩子沟通交流，引导其勤奋学习，开朗自信，乐观向上；教育孩子遇到挫折不灰心、不气馁，遇到困难勇于面对、努力克服；帮助孩子树立学习信心，增强学习动力；提醒孩子有事要及时告诉家长，主动寻求帮助。

20.增强孩子身心健康。安排孩子每天进行户外锻炼，鼓励支持孩子参加各种形式体育活动，培育 1—2 项体育运动爱好，

引导孩子从小养成良好锻炼习惯。经常关注孩子情绪变化和心理健康，采取措施进行有效疏导。有意识安排力所能及的家务劳动，教育孩子自己的事情自己做、家里的事情帮着做。

21.引导孩子健康生活。引导孩子合理使用电子产品，上健康网站，不沉迷网络游戏，不用手机刷屏。不让孩子长时间看电视，保证小学生每天睡眠时间不少于10个小时，初中生不少于9个小时，高中阶段学生不少于8个小时。按时作息、不熬夜，少吃零食、不挑食，不攀比吃喝穿戴。

四、强化政府管理监督

22.克服片面评价倾向。地方各级人民政府严禁给教育行政部门和学校下达升学指标，或片面以升学率评价教育行政部门和学校；不得将升学情况与考核、绩效和奖励挂钩。

23.加强舆论宣传引导。严禁各类新闻媒体炒作考试成绩排名和升学率，不得以任何形式宣传中高考状元；多层次多角度宣传科学教育理念，引导家长和社会转变观念，努力破除“抢跑文化”“超前教育”“剧场效应”等功利现象，营造良好育人氛围。妇联组织要做好家庭教育指导，促进家长做好学生减负有关工作。

24.严格活动竞赛管理。不得随意要求学校组织学生参加与教育教学无关的活动，不得随意要求学校增加专题教育内容。教育行政部门要强化面向中小生活活动竞赛的日常监管，对未经批准违规举办的活动发现一起查处一起。公安机关和民政部

门要对“山寨社团”“离岸社团”举办以营利为目的的所谓“国际”“全球”“大中华”赛事，坚决予以查处。

25.规范培训机构监管。健全工作机制，严格培训机构审批登记，落实年检年报制度。有关部门要加强对线上培训的监管。地方社会综合执法部门每年不少于两次对培训机构进行执法检查，对违法违规的培训机构，要依法依规严肃处理并列入黑名单，直至吊销办学许可证，追究有关人员的法律责任。

26.深化考试招生改革。深入推进义务教育学校免试就近入学全覆盖，严禁以各种名义组织考试选拔学生，严禁将培训机构培训结果作为招生入学依据。全面实施基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，将优质高中招生名额合理分配到普通初中并完善实施规则。民办中小学校招生纳入学校审批地统一管理，与公办中小学同步招生。强化高考育人导向，深化考试内容改革，普通高中学业水平等级性考试和高考命题要以普通高中课程标准和高校人才选拔要求为依据，促进教、学、考相一致。创新试题形式，增加综合性、开放性、应用性、探究性试题，加强情境设计，杜绝偏题怪题，注重紧密联系社会生活实际，克服命题结构固化和学生机械刷题的倾向，引导学生提高分析问题、解决问题的能力。

27.支持做好课后服务。各地可根据课后服务的性质，采取财政补贴、收取服务性收费或代收费等方式筹措经费。有关部

门在核定绩效工资总量时，应当适当考虑学校和单位开展课后服务因素；学校和单位在核定的绩效工资总量内，对参与课后服务的教师给予适当倾斜。

28.广泛接受社会监督。各级教育行政部门要公布举报电话和信箱，畅通社会反映情况渠道，引导广大学生家长共同监督减负工作，对造成中小学生学习负担过重的行为，实行零容忍，举报一起查处一起。

29.开展减负督导检查。严格按照“双随机、一公开”原则开展督导检查。从2019年起，国务院教育督导委员会每年通过各省自查、跨地区交叉检查、随机抽查、实地督查等多种方式对地方各级人民政府开展减负工作督导，并向社会公布结果。地方各级人民政府教育督导部门要逐级开展减负工作评议考核，落实督学责任区制度，每学期向社会公布督导结果。对减负工作不力、群众反映强烈的依法依规予以严肃问责。

30.切实抓好贯彻实施。2019年5月底前，地方各级人民政府要针对行政区域内中小学生学习负担情况完成摸底分析，并制定详细减负实施方案，抓好组织实施。省级实施方案要于2019年6月底前报教育部。