

9月1日起中小学将执行新政策：家长必知的五大变化

从9月1日起，全国多地中小学将正式实施新一轮教育管理政策调整。这一轮改革并非局部微调，而是涉及课程设置、作业管理、课后服务、心理健康支持等多个维度的系统性更新。尤其值得关注的是，教育部明确要求各地学校在新学期落实“双减”深化措施，同时加强学生综合素质评价体系建设。对于广大家长而言，最关心的莫过于孩子在校时间是否更合理、作业负担有没有减轻、课后活动是否更丰富。这些变化直接影响家庭作息安排与亲子关系，因此提前了解政策细节，比盲目焦虑更有意义。

课程结构优化：体育与劳动教育权重提升

新政策明确要求，义务教育阶段学校每周至少安排3节体育课，且必须保证学生每天校内锻炼不少于1小时。与此同时，劳动教育被纳入必修课程体系，每学期需完成不少于8课时的实践任务，内容涵盖校园清洁、种植养护、手工制作等基础项目。这意味着孩子的课表将不再以语数英为主轴，而是增加更多动手与体能类课程。部分城市已试点将劳动成果纳入学生档案，作为评优参考依据之一。家长需注意，这类课程虽不计入考试成绩，但长期来看对培养责任感和生活能力有显著作用。

作业管理新规：分层设计与总量控制并行

根据最新要求，小学一至三年级不得布置书面家庭作业，四至六年级书面作业总量不得超过60分钟，初中生不超过90分钟。更重要的是，作业必须实行分层设计，避免“一刀切”。例如，同一班级中，学有余力的学生可获得拓展性任务，而学习困难者则以巩固基础为主。教师需在批改时标注完成情况与建议，而非仅打对错。一些学校已启用电子作业平台，自动统计各科作业时长，防止超量。家长若发现孩子每日写作业超过规定时间，应主动与班主任沟通，必要时可申请个性化调整。

课后服务升级：从“看管”走向“育人”

过去“5+2”课后服务模式（每周5天、每天2小时）已基本普及，但新政策强调服务质量提升。各地正推动课后服务内容多元化，除自习辅导外，增设艺术、科技、体育、阅读等兴趣类课程。部分学校引入第三方专业机构参与，如书法老师、编程教练、心理辅导员等。值得注意的是，课后服务费用由政府补贴承担，家长无需额外支付。然而，个别地区仍存在资源分配不均问题，优质课程集中在重点校，普通校选择有限。家长可根据实际情况，关注学校发布的课程清单，合理为孩子报名。

心理健康支持机制全面铺开

新政策特别强调建立常态化心理健康筛查机制。所有中小学须配备专职或兼职心理教师，每学期至少开展一次全员心理测评，并建立学生心理健康档案。对筛查出有情绪困扰或行为异常的学生，学校将启动“一人一策”干预方案，包括个别咨询、家校联动、转介专业机构等。此外，班主任需接受基础心理培训，提升识别早期信号的能力。尽管这项工作尚在推进中，但其核心目标是早发现、早干预，避免小问题演变成严重危机。

| 政策要点 | 小学阶段 | 初中阶段 |

|-----|-----|-----|

| 书面作业总量 | 不超过60分钟 | 不超过90分钟 |

| 每日锻炼时间 | 不少于1小时 | 不少于1小时 |

| 劳动教育课时 | 每学期不少于8课时 | 每学期不少于8课时 |

| 心理健康筛查频率 | 每学期至少1次 | 每学期至少1次 |

家长常见误区与应对建议

不少家长误以为“作业减少=学习放松”，实则不然。新政策下的作业更注重质量而非数量，强调思维训练与实践应用。另一误区是认为课后服务只是“延长托管”，忽视其育人功能。事实上，丰富的课后活动有助于激发兴趣、发展特长。此外，部分家长担心心理筛查会泄露隐私，但政策明确规定，学生心理档案属内部管理信息，严禁外泄。真正需要警惕的是过度干预——当孩子表现出轻微情绪波动时，不必立即寻求专业帮助，可先通过沟通、陪伴等方式观察。

> 常见问答

> 问：孩子作业写不完怎么办？

> 答：先确认是否超出规定时长，若属实，应及时向老师反馈，请求调整任务难度或延长时间。

>

> 问：课后服务能否请假？

> 答：原则上应参加，确有特殊情况可提前向学校提交书面说明，经批准后可缺席。

>

> 问：心理测评结果会告诉家长吗？

> 答：仅对存在明显风险的情况进行预警式告知，一般不会直接反馈具体评分。