

体卫科牵头
基教配合

中国人民政治协商会议第十一届沂源县委员会 第四次会议提案第 95 号

(社会类第 号)

案由：高效利用课后服务时间，培养强健身体和广泛兴趣爱好，
实现全面发展

提案者	通讯地址	联系电话
李俊华	沂源县农业农村局	13964430405
宋肖霞	沂源县城河东路 68 号	13053306299
李艾友	沂源县爱友农机服务合作社	15069324790
李民生	沂源县大张庄镇永顺果品保鲜库	13793330345
齐凯	沂源县齐鲁农产品交易中心	18560731291
牛继莲	沂源县鑫源果品包装厂	13561662916
朱庆梓	沂源县政协	18560269137

初审意见：主办单位：_____
会办单位：_____

审查意见：主办单位：_____
会办单位：_____
分别办理单位：_____

2025 年 1 月 日

中国人民政治协商会议第十一届沂源县委员会 第四次会议提案第 号

(2 类第 号)

案由： 高效利用课后服务时间，培养强健身体和广泛兴趣爱好，
实现全面发展

提案者	通讯地址	联系电话
李俊峰	沂源县中集中学	13964430405
宋加路	沂海路城沂东一路68号	13053306299
李友	沂源县大峪庄镇李村	18753327888
李友	沂源县大峪庄镇李村	13193330345
李友	沂源县鲁农农产品交易中心 沂源路199号	18560731291
李友	沂源县鑫鑫源果品包装厂	13521662916
李友	沂源县政协	18560269137

初审意见： 主办单位： _____
会办单位： _____

审查意见： 主办单位： _____
会办单位： _____
分别办理单位： _____

2025年1月

关于“高效利用中小学生学习课后服务时间”的提案

案由：高效利用课后服务时间，培养强健身体和广泛兴趣爱好，实现全面发展

提案人：李俊华，宋肖霞、李艾友、李民生、齐凯、牛继莲

内容：

一、背景及问题分析

近年来，随着“双减”政策的深入实施，中小学生学习课后服务已成为减轻学生课业负担、缓解家长接送难题的重要举措，学校跟老师为此也付出了很多努力，但是如何更高效利用课后服务时间，让学生在这段时间里既能完成作业，又能培养强健身体和广泛兴趣爱好，实现全面发展，是当前亟待解决的问题。

当前，我县部分学校的课后服务内容较为单一，主要以看护学生完成作业为主，缺乏多样化的活动安排；同时，师资力量不足也制约了课后服务质量的提升；此外，部分家长对课后服务的认识存在偏差，认为其只是学校提供的看护服务，缺乏参与和支持的积极性。

二、建议

1、高效利用课后服务1小时，提质控量尽量做到书面作业不出校（特别是小学生）：

一是学校根据学科不同加强作业设计研究，在充分考虑学生年龄和成长需要的基础上，让作业既巩固基础知识，也包含思维提升，同时兼具趣味探索；二是借助课后延时服务有针对性的开展作业辅导，特别对学习进度跟不上的学生进行针对性指导，夯实基础防止差生落队，对学有余力的学生

提供学科探索空间；三是学校每周调研作业质量及完成情况，持续推动课后服务提质增效，尽量确保学生书面作业利用课后服务时间完成。

2、开设丰富多彩的体育运动项目，培养强健身体：

2024年9月29日，山东省政府新闻办公室举行新闻发布会介绍山东推进“体重管理年”活动，其中学生是该活动关注的重点人群之一。保障中小學生每天综合体育活动时间不低于2小时，才能有效预防和控制中小學生超肥胖的发生发展，有效减少“小胖墩”问题的出现。目前我县城區內的中小學生除了每天的大課間半小時活動時間（包括跑操），加上每周的三節體育課時間，多餘的體育運動時間幾乎沒有，因此可以高效利用課後服務1小時時間拓展體育課程內容，發掘和弘揚體育的育人功能，是解決孩子每天運動2小時的最有效途徑。可以從以下幾項體育活動入手：開展傳統體育遊戲（如：踢毽子、跳皮筋、跳繩等）、學生體質訓練（如：太極拳、跆拳道、武術等）、培養運動技能（乒乓球、足球、籃球）等豐富多彩的傳統體育活動融入課後服務活動，既能增強學生體質，提高運動技能，又能培養學生集體榮譽感。

3、加強家校攜手，開辟育人新領域

學校加強與家長的溝通，通過多種形式向家長和社會宣傳課後服務的重要意義和作用，提高家長和社會的認知度和支持度。引導家長樹立正確的教育觀和育人觀，積極參與和支持課後服務工作，也可以及時將課後服務的訴求與改進建議反饋到學校和老師，進一步提高了課後服務的实效性。

通過上述措施的實施和打造多元化課後服務體系，可以豐富中小學生的課餘生活，培養學生的興趣愛好和特長，促進學生全面發展。同時，也可以緩解家長的接送難題，減輕

学生的课业负担，实现优势教育资源开放共享，延续教育温度，做到家长满意，学生幸福，社会认可，让温情的课后服务温暖每一个家庭。