

贺兰县教育体育局

关于进一步优化中小学课间时长 促进学生身心发展的通知

各中小学:

为贯彻落实党的教育方针，深化义务教育“双减”政策，促进学生身心健康发展，现就调整贺兰县中小学校课间时长有关事项通知如下:

一、调整课间时长。自2024年10月8日开始，结合冬季作息时间，各校将原有的课间10分钟延长至15分钟（大课间时长保持不变），引导师生走出教室，缓解学生的学习压力，促进身体健康，提升团队合作与沟通能力。课间时长调整不搞“一刀切”，各校依据校情、学情需要，统筹做好作息时间安排。

二、丰富课间内容。各校要切实促进教育教学工作由管理导向向育人导向转变，学校要组织教师主动设计、积极参与学生课间活动，引导学生利用课间走出教室，在室外进行放松休息、有益社交及适量活动，为后续课堂学习做好充分的身心准备。学校应在校园内开辟学生课间休息、活动空间，补充必要的体育器材，为学生创造更加适宜的课间休息、活动环境。

三、稳妥落实推进。各校严禁拖堂和提前上课，不得随意缩短学生课间活动时长，不得对学生课间活动设置不必要的约束，坚决杜绝课间禁止学生出教室现象。各校结合实际逐步落实优化安排，因校制宜做好课间安排，将优化调整作息时间表报县教体局基教办 703 室备案。

四、做好宣传引导。各校要进一步提高对优化课间时长的认识，深刻理解对促进学生全面发展的重要意义。通过多种形式做好家长宣传解释工作，要建立学生课间时长调整反馈机制，及时收纳整理学生和家長提出的意见，适时根据需求调整作息时间安排。

贺兰县教育体育局
2024年9月29日

