

上海市浦东新区教育局文件

浦教办〔2024〕55号

对浦东新区政协七届三次会议 第267号提案的答复意见

朱燕飞委员：

您提出的《关于倡导中小学生午睡的建议》（第267号）已收悉，经研究，现将办理情况答复如下：

一、关于建议加强宣传，提高认识

为深入贯彻落实教育部和上海市教育委员会关于中小学生睡眠管理的相关精神，我局于2021年8月6日发布了《浦东新区教育局关于进一步加强本区中小学生“睡眠管理”工作的实施方案》。该方案旨在通过多方面的举措，确保学生拥有充足的睡眠时间，从而促进他们的身心健康。

方案明确，一是加大中小学生睡眠管理专业资源供给力度。组织教育、卫生等方面的专家力量，推广市教委编制的科普读物和健康睡眠系列视频微课程，丰富中小学生睡眠管理和睡眠教育专业资源。二是举办中小学生睡眠科普宣传进家庭、进社区活动。

针对家庭睡眠方式、屏幕管理等内容开设专题课程，通过家长学校等形式加强宣传指导，引导家长提升帮助孩子养成良好睡眠习惯、确保充足睡眠时间和及时调适睡眠问题的意识和能力。在社区街道广泛开展“关注学生睡眠，促进健康成长”的宣传活动，提高社区街道对学生健康睡眠宣传标语的张贴率。

二、关于建议升级改造，满足需求

方案明确要求优化学校空间布局，结合义务教育“五项标准”修订和高中建设标准颁布，因地制宜推进学校空间改造和设施设备配置。科学利用图书馆、剧场、音乐教室、室内体育馆等公共场所，提供午睡垫、午睡枕、眼罩等设施，创设学生午休条件。

下一步，我局将继续指导学校挖掘存量场地，在有条件的学校试点设立“午休区”，发挥现有功能场室和闲置场地效能，并指导学校公用经费购置相关午睡物品，提供给有午休需求的学生。

三、关于建议典型示范，以点带面

自方案颁布以来，各校积极响应，结合实际情况细化管理措施，落实学生午睡管理工作。例如，大团小学通过优化“舒心午休”工作，为学生创造了更加舒适的午休环境；明珠迎桥小学则实施了午休管理，配备了午睡枕，并制定了详细的方案与时间表，确保学生午休时间与质量；周浦实验学校将睡眠管理纳入了学校课程体系。

浦东新区教育局将持续关注各学校的实施情况，及时总结经验，树立典型。定期组织学校之间的交流研讨活动，分享午睡管

理经验和成功案例，促进全区中小学午睡管理工作的全面提升。通过媒体、社交平台等多种渠道宣传推广午睡管理工作的优秀经验和做法，提高社会对中小学生学习问题的关注度和认识。推动全区中小学全面实施午睡管理，确保每一个学生都能享受到健康、科学的午休时光。

感谢您对浦东新区中小学生学习工作的关注，也真诚地期望您能够继续为新区教育的优质发展建言献策。浦东新区将全面践行“人民城市人民建，人民城市为人民”重要理念，充分发挥新区作为上海市教育综合改革示范区和社会主义现代化建设教育引领区的叠加效应，着力推进浦东教育高质量发展。

感谢您对浦东新区教育工作的支持和关心！

上海市浦东新区教育局

2024 年 6 月 7 日

联系人姓名：马云海

联系电话：20742707

联系地址：锦安东路 475 号 3 号楼

邮政编码：201204

抄送：区政协。

上海市浦东新区教育局党政办公室

2024 年 6 月 17 日印发

(共印 7 份)