

# 东至县综合防控儿童青少年近视工作 实施方案

为贯彻落实《安徽省教育厅等八部门关于印发〈安徽省防控儿童青少年近视工作实施方案〉的通知》(皖教体〔2019〕1号),经县政府同意,现提出以下实施方案:

## 一、目标

到2023年,力争实现全县儿童青少年总体近视率在2018年54.55%的基础上,每年降低0.5个百分点以上,近视高发的学校每年降低1个百分点以上。

至2030年,实现全县儿童青少年新发近视率明显下降,儿童青少年视力健康整体水平显著提升,6岁儿童近视率控制在3%左右,小学生近视率下降到38%以下,初中生近视率下降到60%以下,高中阶段学生近视率下降到70%以下,国家学生体质健康标准达标优秀率达25%以上。

## 二、主要任务

### (一)实施视力健康教育促进工程

推动全县各级各类学校广大师生深入学习、全面掌握和落实《实施方案》对学校、学生提出的防控要求。开足开好健康教育相关课程。充分利用媒体和宣传平台,开展近视防控科普教育,引导家长、家庭和社会重视近视防控,引导学生养成良好用眼行为和习惯。成立县级中小学健康教育指

导委员会，指导学校科学开展儿童青少年近视防控和视力健康管理等工作。充分发挥健康管理、公共卫生、眼科、疾病防控、中医药相关领域专家的指导作用，主动进学校、进社区、进家庭，宣传推广视力健康科普知识。

## （二）实施阳光体育运动促进工程

切实落实中小学校减负措施，保障体育锻炼和户外活动时间，确保中小学生在学时每天 1 小时以上体育活动时间。严格落实国家体育与健康课程标准，确保小学一二年级每周 4 课时，三至六年级和初中每周 3 课时，高中阶段每周 2 课时。中小学校每天安排 30 分钟大课间体育活动。有序组织和督促学生在课时到室外活动或远眺，防止学生持续疲劳用眼。全面实施寒暑假学生体育家庭作业制度，督促检查学生完成情况。进一步健全学校体育发展制度和体系，不断完善学校体育场馆设施，加快体育与健康师资队伍建设，聚焦“教会”“勤练”“常赛”，深化学校体育与健康教学改革，积极推进校园体育项目建设。

## （三）实施减轻过重课业负担工程

严格依据国家课程方案和课程标准组织安排教学活动，注重提高课堂教学质量，不得随意增减课时、改变难度、调整进度。强化年级组和学科组对作业数量、时间和内容的统筹管理。小学一二年级不布置书面家庭作业，三四年级书面家庭作业不得超过 40 分钟，五六年级书面家庭作业不得超

过 60 分钟，初中不得超过 90 分钟，高中阶段也要合理安排作业时间。寄宿制学校要缩短学生晚上学习时间。科学布置作业，提高作业设计质量，促进学生完成好基础性作业，强化实践性作业，减少机械、重复训练。加强考试管理。坚决控制义务教育阶段学校考试次数，考试内容严禁超出课程标准，学校要遵循教学规律，严格控制各学科测验次数，减轻学生课业负担和精神负担。减轻学生课外学习负担。家长要配合学校切实减轻孩子负担，不要盲目参加课外培训、跟风报班，应根据孩子兴趣爱好合理选择，避免学校减负、家庭增负。

#### （四）实施教室光环境达标工程

改善教学设施和条件，配备符合标准的可调节课桌椅，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境，严格按照普通中小学校、中等职业学校建设标准，落实教室、宿舍、图书馆（阅览室）等采光和照明要求，使用利于视力健康的照明设备。加快消除“大班额”现象。学校教室照明卫生标准达标率 100%。

#### （五）实施视力健康综合干预工程

通过多种方式，积极倡导家长陪伴孩子时尽量减少电子产品使用，有意识地主动控制孩子特别是学龄前儿童使用电子产品。落实学校教育本着按需的原则合理使用电子产品，教学和布置作业不依赖电子产品，使用电子产品开展教学时

长原则上不超过教学总时长的 30%，原则上采用纸质作业。

中小学校要严格组织全体学生每天上下午各做 1 次眼保健操，认真执行眼保健操流程。教师要督促学生读写时坐姿端正，监督并随时纠正学生不良读写姿势。落实《安徽省幼儿园保教质量规范》，坚持科学保育保教，严禁“小学化”教学。保证儿童每天 2 小时以上户外活动，寄宿制幼儿园不得少于 3 小时，其中体育活动时间不少于 1 小时，为儿童提供营养均衡、有益于视力健康的膳食，促进视力保护。建立视力档案，定期开展视力监测。严格落实学生健康体检制度和每学期 2 次视力监测制度，学校和医疗卫生机构要及时把视力监测和筛查结果记入儿童青少年视力健康电子档案。县级及以上综合医院普遍开展眼科医疗服务，认真落实《近视防治指南》等诊疗规范，不断提高眼健康服务能力。

#### （六）实施家校联动工程

积极引导家长了解科学用眼护眼知识，以身作则，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯。家长要积极引导孩子进行户外活动或体育锻炼，使其在家时每天接触户外自然光的时间达 60 分钟以上。已患近视的孩子应进一步增加户外活动时间，延缓近视发展。鼓励支持孩子参加各种形式的体育活动，督促孩子认真完成寒暑假体育作业，使其掌握 1-2 项体育运动技能，引导孩子养成终身锻炼习惯。家长要引导孩子不在走路时、吃饭时、卧床时、晃动的车厢内、光线暗弱或阳光

直射等情况下看书或使用电子产品。监督并及时纠正孩子不良读写姿势。保障孩子睡眠时间，确保小学生每天睡眠 10 个小时、初中生 9 个小时、高中阶段学生 8 个小时。让孩子多吃鱼类、水果、绿色蔬菜等有益于视力健康的营养膳食。掌握孩子的眼睛发育和视力健康状况，一旦出现视力异常迹象，及时带其到眼科医疗机构检查，遵从医嘱进行科学的干预和近视矫治。

### **三、保障措施**

（一）加强组织领导。各校负责本校儿童青少年近视防控措施的落实。县级成立东至县综合防控儿童青少年近视工作联席会议，定期研究推进儿童青少年近视防控工作。

（二）逐级签订责任书。县政府授权县教育体育局、县卫生健康委与各校签订全面加强儿童青少年近视防控工作责任书，各校逐级签订责任书。

（三）设置专项资金。县级财政统筹现有专项资金安排儿童青少年近视防控经费，用于开展县级学校年度近视率核定、定期视力检查、建立视力档案、开展视力健康管理和健康教育、建设全县近视防控示范或特色学校。各校也要积极落实专项经费，开展本校儿童青少年近视防控工作。

（四）加强机构建设。成立县教育体育局、县卫生健康委、县财政局、县人力资源和社会保障局、县市场监督管理局、县文化和旅游局等六个部门联合组成的东至县儿童青少

年近视防控机构，负责全县近视防控推动和指导工作。加强妇幼保健机构、眼科医疗机构、综合医院眼科建设，提高服务能力。加强中小学校卫生室（校医室）、保健室建设，积极做好近视防控和视力健康管理。

（五）加强近视防治监管。推动县级市场监管部门联合卫生健康等部门加大近视防治行业监管力度，加强学校卫生监督检查，严厉打击虚假宣传、劣质产品和服务，公布本地区合规合格近视防治单位、企业目录和产品目录，供社会选择近视防治产品和服务时参考。

（六）加强评议考核。将儿童青少年近视防控工作、总体近视率和体质健康状况纳入各校绩效考核，严禁片面以学生考试成绩和学校升学率考核教育行政部门和学校。将视力健康纳入素质教育，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入义务教育质量监测评估体系，对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的学校依法依规予以问责。建立县级儿童青少年近视防控工作评议考核制度，从 2020 年起，每年开展各校儿童青少年近视防控工作评议考核，结果向社会公布。