

八部委出台《综合防控儿童青少年近视实施方案》 明确各自防控职责

## 青少年近视率纳入政府绩效考核

本报讯(记者 雷嘉)习近平总书记近日就我国儿童青少年近视高发问题作出重要指示,要求有关方面结合深化教育改革,拿出有效的综合防治方案,共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来。为贯彻落实习近平总书记重要指示精神,教育部、国家卫健委等八个部委在公开征求意见后,于昨天正式公布《综合防控儿童青少年近视实施方案》。《实施方案》提出了家庭、学校、医疗卫生机构和学生等方面应采取的防控措施,明确了八个相关部委在防控儿童青少年近视方面的职责和任务,并首次明确:青少年近视率将纳入政府绩效考核。

制定《实施方案》的八个部委包括教育部、国家卫健委、国家体育总局、财政部、人社部、国家市场监督管理总局、国家新闻出版署和国家广电总局。《实施方案》确定的目标是:到2023年力争实现全国儿童青少年总体近视率在2018年的基础上每年降低0.5个百分点以上,近视高发省份每年降低1个百分点以上。到2030年6岁儿童近视率控制在3%左右,小学生下降到38%以下,初中生下降到60%以下,高中生下降到70%以下。

《实施方案》对八个部委的防控职责做出了明确规定——  
教育部负责加快修订《学校卫生工作条例》和《中小学健康教育指导纲要》等。聚焦“教”(教会健康知识和运动技能)“练”(经常性课余训练和常规性体育作业)“赛”(广泛开展班级、年级和跨校体育竞赛活动)“养”(养成健康行为和生活方式),并会同有关部门开展全国学校校医等专职卫生技术人员配备情况专项督导检查,着力解决专职卫生技术人员数量及相关设备配备不足问题。会同有关部门坚决治理规范校外培训机构,每年对校外培训机构教室采光照明、课桌椅配备、电子产品等达标情况开展全覆盖专项检查。

国家卫健委要在2019年年底,会同有关部门出台相关强制性标准,严格规范儿童青少年的教材、教辅、考试试卷、作业本、报刊及其他印刷品、出版物等的字体、纸张,以及学习用具等,使之有利于保护视力。

体育总局负责增加适合儿童青少年户外活动和体育锻炼的场地设施,持续推动各类公共体育设施向儿童青少年开放。

财政部负责合理安排投入,支持相关部门开展儿童青少年近视综合防控工作。  
人社部要会同教育部、国家卫健委完善中小学和高校校医、保健教师和健康教育教师职称评审政策。

市场监管总局要杜绝不合格眼镜片流入市场。

新闻出版署要实施网络游戏总量调控,控制新增网络游戏上网运营数量,探索符合国情的适龄提示制度,采取措施限制未成年人使用时间。

广电总局等部门负责多层次、多角度地宣传推广近视防治知识。

对地方政府,《实施方案》强调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政府绩效考核,严禁地方各级政府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。对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的地方政府和学校依法依规予以问责。从明年开始,将每年开展各省(区、市)政府儿童青少年近视防控工作评议考核,结果向社会公布。

《实施方案》还明确了家庭、学校、医疗卫生机构和学生等方面应采取的防控措施。

调查

## 新学期“护眼”新招

昨天,教育部等八部委发布关于印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》的通知,通知中对中小学学校学生近视防控提出具体要求,北京青年报记者对本市中小学在开学之际的视力保护准备工作进行调查。

## 新招一

## 教室灯泡换成“护眼型” 课桌椅高低随时调

今年新学期开学前,石油附属实验小学每间教室的黑板和屏幕大都被换成“护眼型”。据介绍,新的黑板和屏幕能让学生从教室各个角度轻松看到老师的板书,且不伤害眼睛。北京教科院丰台学校张广利校长介绍,为了保证孩子们的用眼健康,该校所有教室灯泡全部用的都是护眼灯。

除了更换黑板大屏和灯泡之外,丰台五小同学们的课桌椅全部为可调节的课桌椅,每学期开学学校都会根据同学们的身高进行调整,还会定期请校医给同学们进行检查,对课桌椅进行调整。北京教科院丰台学校的桌椅每学期都会根据学生的身高情况调整两次,而且同学们的座位平均一个月也会进行两次调整。

## 新招二

## 建学生视力档案 专业眼科团队进校

石油附属实验小学老师表示,9月开学的第一周就将组织全校学生去检查视力,并为每个学生都建立视力保护档案。花家地实验小学学校的卫生室里还建立了视力检测追踪机制,每个楼层均安装了视力测试仪。各班级的爱眼小卫士组织学生进行追踪自测,增加学生责任感的同时,也无形中影响全体学生重视保护视力。

黄城根小学每学期对学生们进行定期的视力检查,对出现视力下降较快或者视力下降总量超过一定比例的班级,会进行特别关注和跟踪监控,找到问题后制定一些防护近视的策略。新学期开学,学校除了继续做好学生们的日常防护措施外,还准备请专业的眼科团队到学校,对每一个学生进行眼睛视力的监测。

## 新招三

## 买坐姿矫正器 养成“一尺一拳一寸”习惯

在常规教育的基础上,花家地实验小学通过五项措施多角度开展护眼活动。一是为一年级新生购买坐姿矫正器(也叫视力架),方便学生熟悉“一尺一拳一寸”的感觉。二是为四年级学生配备坐姿矫正绳,让学生可以自发施力,拉直绳子,慢慢养成良好的坐姿习惯。

“小学生上学校,保护视力很重要:手离笔尖一寸远,胸离桌子一拳远,眼离书本一尺远。三个一都做到,眼睛亮亮学习好!”在崇文小学里,为了让同学们保护眼睛有一个正确的写字姿势,特别编写了眼保健的儿歌教给所有同学,让同学们在读儿歌的过程中学会正确的读写姿势保护眼睛。

## 新招四

## 每月一次眼保健操大赛

西城区育翔小学每个月都举办一次眼保健操比赛。比赛前,学校下发了眼保健操的比赛方案及评分细则,对眼保健操提出了明确要求。每位班主任老师带领学生认真学习了眼保健操的动作要领,并进行了精心的训练。比赛分年级进行,从“预备姿势”、“做操动作”、“个人卫生”等方面进行评价。比赛过程中,评委组老师将深入到每个班级,通过对学生个人卫生、预备姿势、做操穴位、手法、节拍、精神面貌等项目的评比,最后评选出一、二、三等奖。在丰台五小的班级里,眼保健操情况已经纳入到班级评比之中。灯市口小学优质教育资源带在国家规定每天两次眼保健操的基础上,增加一次。

## 新招五

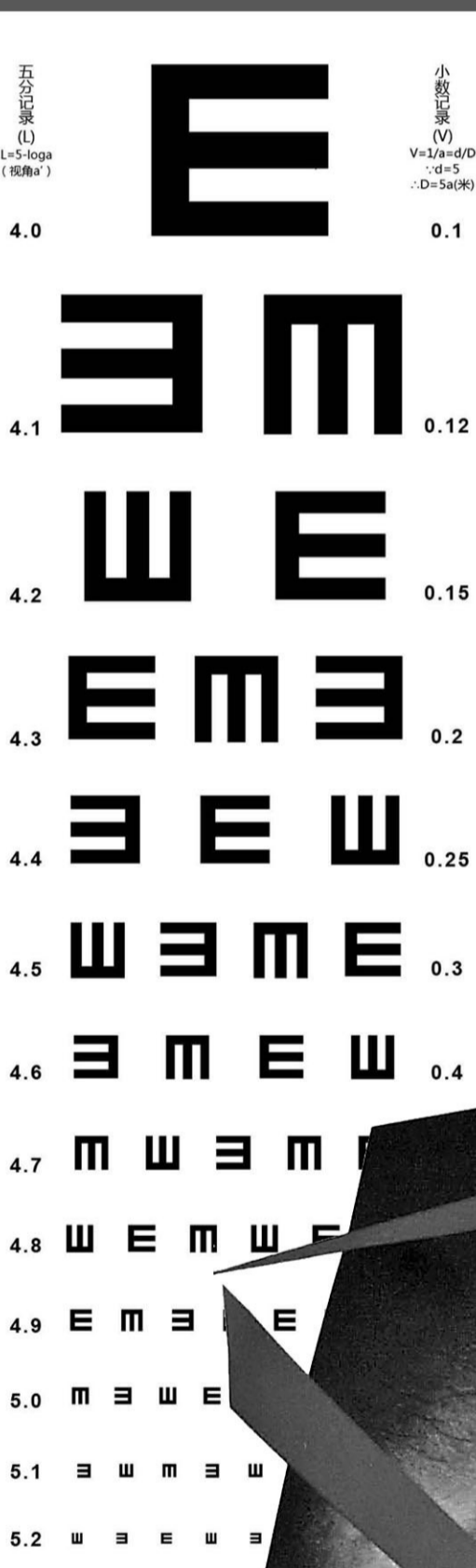
## 布置家庭健康作业

北青报记者还了解到,学校还通过与家长的配合,进一步防控学生视力的下降。北京十九中在暑假放假时就提前以《致家长一封信》的形式请家长配合学校做好学生假期眼保健工作,为学生和家长布置了“家庭健康作业”。北青报记者看到,在十九中给家长的《致家长一封信》同时配有一张记录表,明确提出要求家长每天协助和督促孩子做一次眼保健操,给孩子做一次家庭护眼按摩。带领孩子进行不少于0.5小时的体育锻炼,每周对孩子的视力进行一次检测,并及时登记在记录表上,总记录时间不少于1个月。

文/本报记者 武文娟 郑颖 林艳 刘婧  
图示制作/沙楠

## 政府部门近视防控八大举措

- 多层次宣传近视防治知识
- 实施网络游戏总量调控
- 杜绝不合格眼镜片流入市场
- 完善健康教育教师职称评审
- 合理安排近视防治资金投入
- 增加户外体育锻炼设施
- 2019年出台青少年出版物字体字号强制标准
- 《中小学健康教育指导纲要》和《学校卫生工作条例》和



亮点

## 社会各方力促“护眼”

昨天公布的《实施方案》对家庭、学校、医疗卫生机构和学生自身的近视防护责任进行了明确规范,北京青年报记者对各方防护责任的要点进行了梳理归纳。

## 家庭7大责任

## 配合减负不盲目参加课外班

1. 接触自然光:每天接触自然光60分钟以上
2. 增运动技能:督促孩子掌握1—2项体育运动技能
3. 控制电子产品:单次不宜超过15分钟,应休息远眺放松10分钟
4. 不盲目报班:应该根据孩子兴趣爱好合理选择
5. 良好读写姿势:“一尺”“一拳”“一寸”
6. 保障睡眠时间:小学生10小时/天,中学生9小时/天,高中生7小时/天
7. 及时干预四种现象:坐到教室前排才能看清黑板、看电视时凑近屏幕、抱怨头痛或眼睛疲劳、经常揉眼睛等

## 学校7大责任

## 一二年级不留书面家庭作业

1. 切实减负:“零起点”教学;一二年级不留书面家庭作业,初中生作业不得超过90分钟
2. 考试管理:严禁以各种名义组织考试
3. 视觉环境:每学期对学生桌椅高度进行调整
4. 眼保健操:每天做两次
5. 户外锻炼:每天1小时以上
6. 健康管理:严禁手机等进课堂
7. 定期监测:建立每学期两次视力监测制度,建立“视力健康管理制”

## 医疗机构3大责任

## 推广应用中医药防治近视

1. 视力档案:认真开展中小学生视力筛查,将学生眼部健康数据及时更新到电子档案中
2. 视力治疗:实施中西医一体化综合化方案,推广应用中医药特色技术方法
3. 健康教育:从公共卫生问题的高度开展健康服务

## 学生2大责任

## 强化自我护眼意识

1. 关注视力:感觉视力变化,及时告知家长
2. 生活习惯:不熬夜、不吃糖、不挑食、少用电子产品

