

广州市越秀区教育局文件

越教字〔2020〕62号

越秀区教育局关于印发《越秀区综合防控 儿童青少年近视实施方案》的通知

局属各单位，区辖内各民办学校、幼儿园：

为贯彻落实习近平总书记关于学生近视问题的重要指示批示精神，切实加强我区儿童青少年近视防控工作，根据教育部等八部委关于印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》的通知要求，区教育局制定了《越秀区综合防控儿童青少年近视实施方案》，现予以印发，请遵照执行。



（联系人：翁旭广，联系电话：83513448）

越秀区综合防控儿童青少年近视实施方案

为综合防控儿童青少年近视，根据教育部等八部委联合印发的《综合防控儿童青少年近视实施方案》（教体艺〔2018〕3号）要求，结合我区实际，制定本方案。

一、工作目标

到2023年，力争实现全区儿童青少年总体近视率在2019年的基础上每年降低0.5%以上，近视高发学校每年降低1%以上。

到2030年，实现全区儿童青少年新发近视率明显下降，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28%以上。

二、工作措施

（一）家庭

时刻关注孩子视力健康。0—6岁是孩子视觉发育的关键期，家长应积极了解科学用眼护眼知识，提供良好的居家和学习视觉环境。要随时关注孩子视力异常迹象，一旦发现孩子有视力问题，应及时带其到眼科医疗机构检查，遵从医嘱进行科学近视防控。

增加户外活动和锻炼。积极引导孩子进行户外活动，使其在家时每天接触户外自然光的时间达1小时以上。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。鼓励和支持孩子参加各种形式的体育活动，督促孩子完成寒暑假体育作业，使其掌握 1—2 项体育运动技能。

减轻课外学习负担，保障睡眠和营养。合理安排学习和锻炼时间，配合学校切实减轻孩子负担。确保小学生每天睡眠 10 小时、初中生 9 小时、高中阶段学生 8 小时。提供均衡饮食，引导养成健康饮食行为。

控制使用电子产品。家长陪伴孩子时应尽量减少使用电子产品，有意识地控制孩子特别是学龄前儿童使用电子产品，非学习目的的电子产品使用单次不宜超过 15 分钟，每天累计不宜超过 1 小时，使用电子产品学习 30—40 分钟后，应休息远眺放松 10 分钟。年龄越小，连续使用电子产品的时间应越短，6 岁以下儿童应避免接触使用电子产品。

养成良好用眼习惯，家长应以身作则，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯。监督并随时纠正孩子不良读写姿势，读写连续用眼时间不宜超过 40 分钟。

（二）中小学校（含中职学校）

加强视力健康管理。校长是学校近视防控的第一责任人，建立学校视力健康管理队伍，明确和细化工作职责。将近视综合防控工作贯穿教育教学全过程，加强医务室（卫生室、保健室等）力量，按标准配备校医和必要的药械设备、相关检查设备及电脑等信息化设备。

减轻学生课业负担。严格依据国家课程方案和课程标准组织安排教学活动，严格按照“零起点”正常教学，注重提高课堂教学效益，不拖堂，不得随意增减课时、改变难度、调整进度。加强作业管理，提高作业设计质量，强化基础性实践性作业，减少机械、重复训练，不得使学生作业演变为家长作业。小学一二年级不布置书面家庭作业，三至六年级书面家庭作业完成时间不得超过60分钟，初中不超过90分钟，高中阶段也要合理安排作业时间。寄宿制学校学生晚上学习时间，小学不得超过1小时，初中不超过2小时，高中阶段不应超过2.5小时，且应合理安排课间休息。

加强考试管理。义务教育学校实行免试就近入学。坚决控制义务教育阶段校内统一考试次数，小学一二年级每学期不得超过1次，三至六年级每学期不得超过2次。严禁以任何形式、方式公布学生考试成绩和排名；严禁以各类竞赛获奖证书、学科竞赛成绩或考级证明等作为招生入学依据；严禁以各种名义组织考试选拔学生。

改善视觉环境。严格按照学校建设标准落实教室、宿舍、图书馆、实验室等采光和照明要求。2020年，学校教室照明要100%达标。课室卫生符合有关标准，每月调整学生座位，每学期对学生课桌椅高度进行个性化调整，使学生课桌椅配套合格率达80%以上。

强化户外体育锻炼。开足开齐体育与健康课，强化体育课

和课外锻炼，确保中小學生每天1小时以上校内体育活动。严格落实国家体育与健康课程标准，中小學校每天安排30—40分钟大课间体育活动。有条件的學校原则上每天上、下午各安排1次大课间。课间休息时间，學校要有序组织和督促學生到室外活动或远眺，防止學生持续疲劳用眼。鼓励學校每天布置适量的体育家庭作业；全面实施寒暑假學生体育家庭作业制度，确保节假日學生每天2小时以上户外体育活动。支持和鼓励學生参与各种体育赛事活动。

科学合理使⤵用电子产品。以致家長一封信的形式，倡议家長和學生科学合理使⤵用电子产品。學校应制定电子产品和教辅软件使⤵用管理细则，指导學生科学规范使⤵用电子产品。严禁學生将个人手机、平板电脑等电子产品带入课堂，带入學校的要进行统一保管。學校教育本着按⤵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。學生探究式学习使⤵用电子产品的时间应控制在每天30分钟内。

开展防近视健康教育。按⤵要求开齐开好健康教育课，多形式开展对學生和家長用⤵眼护⤵眼的健康教育。定期组织校内爱⤵眼护⤵眼活动。

坚持眼保健操等护⤵眼措施。學校每天上、下午各安排1次眼保健操，做操之前要提醒學生注意手部清洁卫生。教师要教会學生正确掌握握笔姿势，及时纠正學生不良读写姿势。教师

发现学生视力异常情况要及时向家长反馈。教师在书写板书时要清晰可辨，大小适当。

定期开展视力监测。将学生视力健康状况纳入学生健康档案，并随学籍变化实时转移。严格落实学生每年1次健康体检和每学期2次视力监测制度，配合医疗卫生机构开展视力筛查。对边缘视力，轻、中和重度视力不良学生进行分档管理、分类指导，对视力异常的学生进行提醒教育，及时告知家长带学生到眼科医疗机构检查。

（三）幼儿园

倡导科学保育保教。严格落实《3—6岁儿童学习与发展指南》《广东省幼儿园一日活动指引（试行）》等文件要求，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。幼儿园教师开展保教工作时要控制使用电视、投影等设备的时间。配合医疗卫生机构做好幼儿视力健康检查和建档工作，发现视力异常的幼儿，要及时告知家长。开展家长防近健康教育，普及科学护眼知识。

（四）学生

强化健康意识。每个学生都要强化“每个人是自身健康的第一责任人”意识，主动学习科学用眼护眼等知识，并向家长宣传。积极关注自身视力状况，自我感觉视力发生明显变化时，要及

时告知家长和教师，尽早到眼科医疗机构检查和治疗。

养成健康生活方式。遵守近视防控的各项要求，认真规范做眼保健操，保持正确读写姿势，积极参加体育锻炼和户外活动，每周参加中等强度体育活动3次以上，每天户外活动时间超过2小时。养成良好生活方式，不熬夜、少吃糖、不挑食，自觉减少电子产品使用。

（五）区教育局

把综合防控儿童青少年近视工作纳入工作规划。成立儿童青少年近视防控工作领导小组，指导学校科学开展近视防控和视力健康管理。按职责推动国家有关强制标准落实。

强化学校体育。健全学校体育卫生发展制度和体系，不断完善学校体育场地设施，积极推进学校体育特色项目建设。监督学校开足开齐体育与健康课程，保证中小学生在每天校内1小时体育锻炼的时间和质最，引导广大学生积极参加体育活动，养成自觉锻炼习惯和健康生活方式。

完善学校设施设备建设。推进实施学校体育卫生设施改造，新建和扩建的学校必须严格按照《国家中小学校体育卫生建设基本试行标准》要求进行建设。加强学校电教设备管理。加强卫生室（保健室）建设，按国家标准配置必要的药械设备及相关监测设备。

加强师资建设。加快体育与健康师资队伍建设，继续探索校医配置新模式，按要求配备学校医务人员。落实培训制度，

举办青少年近视眼防控培训班，普及推广近视眼防控相关卫生标准及防控适宜技术。

三、评估通报

（一）实行主要领导负责制。区教育局、各学校按职责负责儿童青少年近视防控措施的落实，将儿童青少年近视防控工作、总体近视率和体质健康状况等纳入绩效考核。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。

（二）实行评估通报制度。按国家有关规定制定越秀区防控近视工作评估制度，在核实各学校2019年近视情况基础上，2020年起，每年对各学校儿童青少年近视防控工作监测评估，结果向社会公布。对未实现年度学生防近工作目标的学校进行通报；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。

自2020年12月1日起实施，有效期5年。有效期满后将修订方案以完成国家有关目标任务限期要求。

公开方式：主动公开

越秀区教育局办公室

2020年12月9日印发