

邹政办发〔2022〕3号

**邹城市人民政府办公室  
关于印发邹城市儿童青少年近视防控适宜  
技术试点实施方案的通知**

各镇人民政府、街道办事处，市政府有关部门：

《邹城市儿童青少年近视防控适宜技术试点实施方案》已经市政府同意，现印发给你们，请结合实际认真组织实施。

邹城市人民政府办公室

2022年5月29日

（此件公开发布）

# 邹城市儿童青少年近视防控适宜技术 试点实施方案

为贯彻落实习近平总书记关于学生近视问题的重要指示和教育部等八部门印发的《关于印发〈综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》（教体艺〔2018〕3号）、国家卫生健康委办公厅印发的《关于开展儿童青少年近视防控适宜技术试点工作的通知》（国卫办疾控函〔2020〕784号）精神，以及省、济宁市有关要求，结合我市实际，制定如下实施方案。

## 一、总体目标

认真落实国家、省、市有关要求，建立“政府主导、社会参与、医教结合、医防融合”工作机制，健全儿童青少年近视监测、筛查、诊断、治疗全过程规范化管理模式。力争实现到2023年儿童青少年总体近视率在2020年的基础上每年降低0.5个百分点以上；明确承担儿童青少年近视防控工作的机构，设立示范基地；全市儿童青少年健康档案建档率达到100%；学生、教师和家长对近视防控知识知晓率达到100%。

## 二、重点工作

### （一）实施视力筛查监测

1. 开展视力筛查。推动建立“政府主导、社会参与、医教结合、医防融合”工作机制，充分发挥专业机构特长，对全市中小学校（职业学校）学生视力每年进行一次筛查，摸清学生视力

状况和变化，准确把握近视防控形势，制定应对措施，对视力异常的，提供个性化、针对性强的防控方案。把学生近视和眼疾病区别开来，认真做好防控、诊疗工作。

2. 做好 0—6 岁儿童眼保健。落实国家《关于开展 0—6 岁儿童眼保健和视力检查有关工作的通知》精神，认真组织，科学规划，精心安排。0—6 岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达 90%以上，并建立电子健康档案，随儿童青少年入学实时转移、动态管理。

3. 加强视力危害性因素监测和季节性眼疾病防控。建立学生健康档案，对普查数据进行统计、分析、上报。专业机构应会同学校，认真排查影响学生视力的危害因素，及时采取应对措施。要把学生季节性眼疾病防控作为一项重要内容，做好科普宣传、预防指导。

## （二）实施视力健康教育促进工程

1. 开发和拓展健康教育宣传资源。充分发挥健康管理、公共卫生、眼科、视光学、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，积极宣传推广预防儿童青少年近视的视力健康科普知识，向学校、学生、家长、教师等发放各种公益性的学生近视防控折页、手册、海报等。结合全国“爱眼日”开展保护眼睛宣传活动，在全社会营造高度重视近视、积极支持和参与儿童青少年近视防治的良好环境和氛围。

2. 加强学校卫生与健康教育。开足开好健康教育相关课程，向学生讲授保护视力的意义和方法，积极利用新生入学第一课、

学校校园网、广播、宣传栏等对学生开展科学用眼、护眼健康教育，提高其主动保护视力的意识和能力。培养健康教育教师，开发和拓展健康教育课程资源。支持鼓励学生成立健康教育社团，开展视力健康同伴教育。

3. 培养学生养成良好的健康习惯。教育学生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，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。

### （三）实施阳光体育运动促进工程

1. 强化户外体育锻炼。切实保证中小小学生每天1小时校园体育活动。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，上午大课间应安排在第2节和第3节课之间，小学阶段两节课之间的课间休息应不少于15分钟。按照动静结合、视近与视远交替的原则，有序组织和督促学生在课间到室外活动或远眺，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。

2. 增加适合儿童青少年户外活动和体育锻炼的场地设施。着力构建三级全民健身设施网络和城市社区15分钟健身圈，统筹建设全民健身场地设施，方便群众就近就便健身。继续做好大型体育场馆和学校体育场馆向儿童青少年免费或低收费开放工

作，不断提升供给能力和服务水平。

#### （四）实施减轻过重课业负担工程

1. 减轻学生学业负担。严格依据国家课程方案和课程标准安排教学活动，不随意增减课时、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，三至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。

2. 加强考试管理。全面推进义务教育学校免试就近入学全覆盖。坚决控制义务教育阶段学校考试次数，小学一二年级每学期不得超过 1 次，其他年级每学期不得超过 2 次。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，克服以考代教。

3. 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。

#### （五）实施教室光环境达标工程

改善教学设施和条件，鼓励采购符合标准的可调节课桌椅和坐姿矫正器，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境。各学校严格按照《中小学校设计规范》等标准进行建设，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%。根据学生座位视角、教室采光照明状况和学生视力

变化情况，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，使其适应学生生长发育变化。

#### （六）实施视力健康综合干预工程

1. 科学合理使用电子产品。指导学生科学规范使用电子产品，养成信息化环境下良好的学习和用眼卫生习惯。严禁学生将个人手机、平板电脑等电子产品带入课堂，带入学校的要进行统一保管。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。家长陪伴孩子时应尽量减少使用电子产品。

2. 坚持眼保健操等护眼措施。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，做眼保健操之前提醒学生注意保持手部清洁卫生。教师要教会学生正确掌握执笔姿势，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，提醒学生遵守“一尺、一拳、一寸”要求，即眼睛与书本距离应约为一尺、胸前与课桌距离应约为一拳、握笔的手指与笔尖距离应约为一寸。

3. 定期开展中小學生视力健康状况普查。进一步完善儿童青少年健康档案，确保一人一档。学校配合医疗卫生机构认真开展中小學生视力筛查，将眼部健康数据及时更新到视力健康电子档案中，筛查出视力异常或者可疑眼病的，要提供个性化、针对性强的防控方案。在卫生健康部门指导下，严格落实学生健康体检制度和每学期 2 次视力监测制度，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。做好学生视力不良检出率、新发率等的报告和统计分析。

4. 加强视力健康管理。严格落实《学校卫生工作条例》，每 600 人配备 1 名校医。建立校领导、班主任、校医（保健教师）、家长代表、学生视力保护委员和志愿者等学生代表为一体的视力健康管理队伍，明确和细化职责。将近视防控知识融入课堂教学、校园文化和学生日常行为规范。加强医务室（卫生室、校医院、保健室等）力量建设，按标准配备校医和必要的药械设备及相关监测检查设备。

5. 规范近视诊疗工作，做好随诊评估。适时建立邹城市儿童青少年近视综合防控实践基地，根据儿童青少年视觉状况，进行科学验光及相关检查，明确诊断，按照诊疗规范进行矫治。对于儿童青少年高度近视或病理性近视患者，应充分告知疾病的危害。积极开展近视防治相关研究，加强防治近视科研成果及技术的应用。充分发挥中医药在儿童青少年近视防治中的作用，制定实施中西医一体化综合治疗方案，积极推广应用中医耳穴压豆、眼部穴位按摩等中医药特色技术和方法。

#### （七）实施家校联动工程

1. 引导家长共同开展近视防控。家长应当了解科学用眼护眼知识，以身作则，减少长时间看电视和看手机，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯，尽可能为孩子提供良好的居家视觉环境。

2. 增加户外活动和锻炼。家长要营造良好的家庭体育运动氛围，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。

3. 避免不良用眼行为。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。监督并随时纠正孩子不良读写姿势，应保持“一尺、一拳、一寸”，读写连续用眼时间不宜超过 40 分钟。

4. 保障睡眠和营养。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。

### 三、部门职责分工

#### （一）市教育和体育局

成立邹城市中小学健康教育和促进指导委员会，指导全市教育行政部门和学校科学开展儿童青少年近视防控和视力健康管理等学校卫生与健康教育工作，开展儿童青少年近视防控特色学校创建工作，强化示范引领。进一步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，加快体育与健康师资队伍建设，深化学校体育、健康教育教学改革，积极推进校园体育项目建设。推动中小学卫生保健机构建设，按照标准和要求强化人员和设备配备。加强校医和保健教师培训。会同有关部门每年对学校教室采光照明、课桌椅配备、电子产品等达标情况进行专项检查。

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。积极引导支持社会力量开展各类儿童青少年体育活动，有针对性地开展各类冬夏令营、训练营和体育赛事等，吸引儿童青少年广泛参加体育运动。

## （二）市卫生健康局

培养优秀视力健康专业人才，在有条件的社区设立防控站点。加强基层眼科医师、眼保健医生、儿童保健医生培训，提高视力筛查、常见眼病诊治和急诊处置能力。加强视光师培养，确保我市有合格的视光专业人员提供规范服务，并根据儿童青少年近视情况，选择科学合理的矫正方法。推广应用中医药特色技术和方法，充分发挥中医药在儿童青少年近视防治中的作用。会同教育部门组建全市儿童青少年近视防治和视力健康专家队伍，充分发挥卫生健康、教育体育等部门和群团组织、社会组织作用，科学指导儿童青少年近视防治和视力健康管理工作。会同相关部门按照采光和照明国家有关标准要求，对学校以“双随机”方式进行抽检、记录并公布。

## （三）市科技局

协同教育体育部门、卫生健康部门，加强儿童青少年眼健康科学技术研究，鼓励有发展潜力和应用价值的新技术、新方法申报省级科技计划；大力推进新技术的开发和转化应用，不断提高近视防控工作科技水平。

## （四）市财政局

合理安排投入，积极支持相关部门开展儿童青少年近视综合防控工作。

#### （五）市人力资源社会保障局

会同教育体育、卫生健康部门完善中小学校医、保健教师和健康教育教师职称推荐申报工作。

#### （六）市市场监管局

严格监管验光配镜行业，不断加强眼视光产品监管和计量监管，整顿配镜行业秩序，加大对眼镜和眼镜片的生产、流通和销售等执法检查力度，规范眼镜片市场，杜绝不合格眼镜片流入市场。加强广告监管，依法查处虚假违法近视防控产品广告。

#### （七）市融媒体中心

充分发挥报刊、广播电视、网络视听等作用，利用公益广告等形式，多层次、多角度宣传推广近视防治知识。

### 四、保障措施

（一）实行主要领导负责制。市政府成立市儿童青少年近视防控工作领导小组，负责我市儿童青少年近视防控措施的落实。各镇人民政府、街道办事处主要负责人为近视防控工作第一责任人。市政府授权市教育体育局、市卫生健康局与各镇街签订全面加强儿童青少年近视防控工作责任书。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。

（二）实行督办问责制度。加强督导检查，对未实现年度学生近视防控工作目标或排在后位的镇街，由市政府授权市教育体育局、市卫生健康局进行通报、约谈；对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的镇街和学校依法依规予以问责。

附件：邹城市儿童青少年近视防控工作领导小组

附件

## 邹城市儿童青少年近视防控工作领导小组

**组 长：**布方锋 副市长

**副组长：**宋泉涛 市政府办公室副主任  
梁富华 市教育体育局局长  
孟宪忠 市卫生健康局局长

**成 员：**黄 东 市教育体育局副局长  
肖炳连 市科技局副局长  
李新科 市财政局副局长  
付 强 市人力资源社会保障局副局长  
王妍领 市文化和旅游局副局长  
陈国良 市卫生健康局党委委员  
周 彬 市市场监管局副局长  
王振前 市疾病预防控制中心主任  
焦兴泉 市融媒体中心副主任

领导小组办公室设在市卫生健康局，承担领导小组日常工作。孟宪忠同志兼任办公室主任。

---

抄送：市委各部门，市人大常委会办公室，市政协办公室，市法院，  
市检察院，市人武部。

---

邹城市人民政府办公室

2022年5月29日印发

---