

梅州市教育局  
梅州市卫生健康局  
梅州市体育局  
梅州市财政局  
梅州市人力资源和社会保障局  
梅州市市场监督管理局  
梅州市文化广电旅游局  
梅州市新闻出版局

文件

梅市教〔2021〕62号

---

## 梅州市教育局等八部门关于印发《梅州市综合 防控儿童青少年近视实施方案》的通知

各县（市、区）人民政府，市有关单位：

根据广东省八部门关于印发《广东省综合防控儿童青少年近视实施方案》的通知要求，市教育局会同市卫生健康局等 7

部门制订了《梅州市综合防控儿童青少年近视实施方案》，经市人民政府同意，现予以印发，请遵照执行。



梅州市教育局



梅州市卫生健康局



梅州市体育局



梅州市财政局



梅州市人力资源和社会保障局



梅州市市场监督管理局



梅州市文化广电旅游局



梅州市新闻出版局

2021年9月14日

# 梅州市综合防控儿童青少年近视实施方案

为贯彻落实习近平总书记关于学生近视问题的重要指示批示精神和《教育部等八部门关于印发〈综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》（教体艺〔2018〕3号）、《广东省教育厅等八部门关于印发〈广东省综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》（粤教体〔2019〕14号），切实加强我市儿童青少年近视防控工作，结合我市实际，经市人民政府同意，特制订本方案。

## 一、工作目标

到2023年，力争实现全市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，近视高发县（市、区）每年降低1个百分点以上。

到2030年，实现全市儿童青少年新发近视率明显下降，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28%以上。

## 二、各相关方面的行动

### （一）家庭

时刻关注孩子视力健康。按照《中小学（幼儿）家庭用眼卫生监督手册》要求，积极了解科学用眼护眼知识，提供良好的居家视觉环境，以身作则，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯。家长应重视孩子早期视力保护与健康，做到早发现早干预。

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。尽量在眼科医疗机构验光，避免不正确的矫治方法导致近视程度加重。

增加户外活动和锻炼。积极引导孩子到户外阳光下进行活动或体育锻炼，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。

控制使用电子产品。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。

减轻课外学习负担。合理安排学习和锻炼身体的时间，配合学校切实减轻孩子课业负担。

避免不良用眼行为。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。

保障睡眠和营养。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。提供均衡膳食。

## **(二) 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。加强卫生室、保健室等力量，按标准配备校医和必要的药械、检查及电脑等设备。

减轻学生课业负担。严格按照国家、省关于“双减”工作的部署，坚持学生为本，着眼学生身心健康成本，进一步健全作业管理机制，全面压减作业总量和时长，提高作业设计质量，加强作业完成指导，切实减轻学生作业负担。

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，小学一二年级不进行纸笔考试，其他年级由学校每学期组织1次期末考试。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）、实验室等采光和照明要求。2023年，学校教室照明要100%达标，教室采光和照明按《中小学校教室采光和照明卫生标准》（GB7793-2010）严格执行。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。加快消除“大班额”现象。

坚持眼保健操等护眼措施。学生每天上下午各做1次眼保健操。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，及时纠正学生不良读写姿势。教师应及时了解和发现学生的视力异常情况。

强化户外体育锻炼。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。不得挤占体育课时间安排与体育锻炼无

关的内容。中小学校每天安排 30—40 分钟大课间体育活动，确保中小学生在学时每天 1 小时以上体育活动。有序组织和督促学生在课间时到室外活动或远眺，防止学生持续疲劳用眼。鼓励学校每天布置适量的体育家庭作业；全面实施寒暑假学生体育家庭作业制度，确保假期学生每天 2 小时以上户外体育活动。支持、鼓励学生积极参与各种体育赛事活动。

加强学校卫生与健康教育。寄宿制学校或 600 名学生以上的非寄宿制学校，配备卫生专业技术人员（按 600：1 配备）。600 名学生以下的非寄宿制学校，配备保健教师或卫生专业技术人员。开齐开好健康教育课，多形式开展对学生和家长用眼护眼的健康教育。培训和培养健康教育教师，开发和拓展健康教育课程资源。定期组织校内爱眼护眼交流活动。

科学合理使用电子产品。学校应制定电子产品和教辅软件使用管理细则，指导学生科学规范使用电子产品。严禁学生将个人手机、平板电脑等电子产品带入课堂，带入学校的要统一保管。学校教育本着按需的原则合理使用合格的电子产品。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。学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。

定期开展视力监测。在卫生健康部门指导下，严格落实学生每年 1 次健康体检制度和每学期 2 次视力监测制度，配合医疗卫生机构开展视力筛查。对视力不良学生进行分档管理、分类指导，并及时告知家长带学生到眼科医疗机构检查。小学要接收医疗卫生机构转来的新入学儿童视力健康电子档案。要将

学生视力健康状况纳入学生健康体检档案，确保一人一档，并随学籍变化实时转移。做好学生视力不良检出率、新发率等的报告和统计分析。

### **（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》和《广东省幼儿园一日活动指引（试行）》，重视生活和游戏对3—6岁儿童成长的价值，严禁“小学化”教学。要保证儿童每天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主动控制使用电视、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。

### **（四）医疗卫生机构**

建立视力档案。严格落实国家基本公共卫生服务的工作要求，0—6岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达90%以上；在学校配合下，认真开展中小學生体检和视力筛查工作，检查出眼部和视力异常的，要提供科学的防控方案。上述工作形成的儿童青少年视力健康电子档案，需随儿童入学转学实时转移。

规范诊断治疗。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。对近视儿童青少年制定跟踪干预措施，检查和矫治情况及时记入儿童青少年视力健康电子档案。积极开展近视防治相关研究，加强防治近视科研成果与技术的应用。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，推广应用中医药特色技术和方法。

加强健康教育。发挥卫生健康相关领域专家的指导作用，开发儿童青少年视力健康教育资源。依托医疗机构和学校创建儿童青少年眼健康科普基地。开展多种形式的儿童青少年眼健康教育。

### **（五）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，主动学习掌握科学用眼护眼等健康知识，自觉做到爱眼护眼，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，及时告知家长和教师，尽早到眼科医疗机构检查和治疗。

养成健康习惯。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，用眼时注意视近与视远间隔调节，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。

### **（六）有关部门**

**教育行政部门：**把综合防控儿童青少年近视工作纳入工作规划，严格落实《学校卫生工作条例》《中小学健康教育指导纲要》等相关要求，成立市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学校卫生与健康教育工作，推进儿童青少年近视综合防控试点工作，强化示范引领。按职责推动国家有关强制标准落实。

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，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”（养成健康行为和健康生活方式），深化学校体育、健康教育教学改革。结合学校自身条件，积极推进校园体育特色项目建设。监督学校开足开齐上好体育与健康课程，保证中小小学生每天校内 1 小时体育锻炼的时间和数量。

推动中小学卫生保健所和校医室（卫生保健室）建设，按国家标准配置必要的药械设备及相关监测设备，充分发挥各级中小学卫生保健所在儿童青少年近视眼防控工作的作用。加强校医和保健教师的培训工作。

会同有关部门对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。坚决治理规范校外培训机构。会同有关部门定期对学校教室采光照度、课桌椅配备、电子产品等达标情况开展全覆盖专项检查。监督、指导县（市、区）教育局和学校改善教室照明环境，确保 2023 年实现学校教室照明全部达标。加强学校电教设备管理。

**卫生健康部门：**监督县级及以上综合医院普遍开展眼科医疗服务，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（含托幼机构保健医生）培训，提高视力筛查、常见眼病诊治和急诊处置能力。加强视光人员的在职培训，确保每个县（市、区）均有合格的视光专业人员提

供规范服务，能为儿童青少年近视患者提供科学合理的矫正方法。加强全市儿童青少年视力健康及其相关危险因素监测网络建设与数据收集。会同教育部门建立儿童青少年视力健康指导的协同工作机制，指导近视防治管理工作。严格落实《广东省中小学生健康体检管理办法》等文件。会同相关部门按照采光和照明国家有关标准要求，对学校、托幼机构和校外培训机构教室（教学场所）以“双随机”方式进行抽检、记录并公布。

**体育部门：**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。积极组织各类冬夏令营和体育赛事等活动。广泛开展青少年阳光体育和家庭体育活动。积极引导支持社会力量开展、动员家庭参与各类儿童青少年体育活动。动员各级社会体育指导员为广大儿童青少年参与体育锻炼提供指导。按职责推动国家有关强制标准落实。

**财政部门：**合理安排投入，积极支持相关部门开展儿童青少年健康体检、儿童青少年视力监测、学生体育竞赛、学生近视防控干预、学校教室照明及视觉环境改善等近视综合防控工作。

**人力资源社会保障部门：**会同教育、卫生健康部门，调研指导我市中小学校医、保健教师和健康教育教师职称评审和职业发展工作，按照国家规定完善细化相关政策，大力支持人才队伍建设。

**市场监督管理部门：**强化验光配镜行业监管，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，防止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。按职责推动国家有关强制标准落实。

**文化广电旅游部门：**积极动员广播电视和网络视听媒体主动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。引导儿童青少年健康、节制的观看电视节目。按职责推动国家有关强制标准落实。

**新闻出版部门：**充分发挥报刊等出版物的宣传作用。按职责推动国家有关强制标准落实。

### 三、加强考核

**（一）加强组织领导。**建立由市政府主要领导为总召集人，相关单位主要负责同志为成员的综合防控儿童青少年近视工作联席会议制度，负责全市儿童青少年近视防控工作统筹协调。

各县（市、区）人民政府负责本地区儿童青少年近视防控措施落实，主要负责同志要亲自抓。结合本地区实际，统筹全县（市、区）中小学生视力健康管理，组织对中小学生视力状况进行全面筛查。各县（市、区）要按照本方案的要求，切实将综合防控儿童青少年近视工作抓实、抓细、抓出成效。

**（二）加大投入力度。**各县（市、区）人民政府要切实改善中小学教室采光和照明、课桌椅配置、黑板等教学条件，为学生建立良好的视觉环境。

**（三）加强协作联动。**防控儿童青少年近视是一项系统性工程，各相关部门要关心、支持、参与儿童青少年视力保护，

加强沟通协作，营造出政府主导、部门配合、专家指导、学校教育、家庭关注的良好氛围。

**（四）加强工作考核。**将儿童青少年近视防控工作、总体近视率和体质健康状况等纳入政府绩效考核。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。严禁各县（市、区）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。

根据国家和本省制订的相关规定，建立市防控近视工作评估制度，定期对各县（市、区）儿童青少年防控近视工作进行监测评估，其结果向社会公布。对未实现年度学生防近工作目标的县（市、区）人民政府和学校进行通报；对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的县（市、区）人民政府和学校依法依规予以问责。

**（五）强化宣传总结。**要充分利用传统媒体和新媒体，全方位深入报道儿童青少年近视防控知识。各县（市、区）人民政府要及时总结推广落实本工作方案的典型经验和做法，通过发挥先进典型的示范作用，以点带面，推动学校综合防控儿童青少年近视工作深入有效开展。

本方案自印发之日起施行，有效期5年。