

关于印发《陕西省综合防控儿童青少年近视实施方案》的 通知

陕教〔2019〕68号

设区市人民政府：

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，切实加强新时代儿童青少年近视防控工作，依据教育部等八部门制定下发《综合防控儿童青少年近视实施方案》，结合我省实际，省教育厅等八部门制定了《陕西省综合防控儿童青少年近视实施方案》。经省政府同意，现予印发，请遵照执行。

陕西省教育厅

陕西省卫生健康委员会

陕西省体育局

陕西省财政厅

陕西省人力资源和社会保障厅

陕西省市场监督管理局

陕西省新闻出版局

陕西省广播电视局

2019 年 3 月 26 日

陕西省综合防控儿童青少年近视实施方案

为综合防控全省儿童青少年近视，根据教育部等八部门印发的《综合防控儿童青少年近视实施方案》，结合我省实际，现提出以下实施方案。

一、目标

经过五年左右时间的努力，实现全省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，近视高发市（县、区）每年同比降低 1 个百分点以上。

到 2030 年，实现全省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、各相关方面的行动

（一）学校。

切实减轻学生课业负担。不得随意增减课时、改变难度、调



整进度。科学布置家庭作业，小学一、二年级不布置书面作业，三至六年级书面作业量确保完成时间不得超过 60 分钟；初中阶段的书面作业完成时间不得超过 90 分钟；高中阶段也要合理安排作业总量。寄宿制学校要缩短学生晚上学习时间。加强对家庭作业内容的设计和研究，提高作业内容质量，强化实践性作业，减少机械、重复训练，严禁变学生作业为家长作业。

科学合理使用电子产品。指导学生科学规范使用电子产品，特别是儿童青少年眼睛发育期（小学四年级前）尽量不使用电子产品。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%，家庭作业原则上采用纸质完成。

加强视力健康管理。落实《关于推进健康学校示范建设的实施意见》（陕教〔2018〕216 号），建立健全校领导、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、学校管理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，按标准配备校医和必要的药械设备及相关监测检查设备。



改善用眼环境。严格按照普通中小学校、中等职业学校建设标准安装配备利于视力健康的照明设备，落实教室、宿舍、图书馆（阅览室）等采光和照明要求。学校教室照明卫生 100% 达标。鼓励采购符合标准的可调节高度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。2020 年底前，全部消除 56 人以上“大班额”，努力推动中小学班额达到小学每班 45 人、初中每班 50 人的省定标准。学生座位一至两周调换一次，每学期对学生课桌椅高度根据学生身高进行个性化调整，使其适应学生生长发育变化。

坚持眼保健操等护眼措施。中小学校要认真执行眼保健操流程，严格组织全体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，监督并随时纠正学生不良的读写姿势。教师发现学生出现看不清黑板等迹象时，要及时了解其视力情况。

强化户外体育锻炼。保证体育课和课外锻炼时间，确保中小学生在学时每天有 1 小时以上体育活动时间，严禁以讲代练，挤占课外活动。严格落实国家体育与健康课程大纲标准，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。按照



动静结合、视近与视远交替的原则，中小学校要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。全面实施寒暑假学生体育家庭作业制度。

加强学校卫生与健康教育。依托健康教育相关课程，按照教育部《中小学健康教育指导纲要》和我省健康教育课程安排，开足开齐开好健康教育课程，向学生讲授近视形成的原因、危害，保护视力的意义和方法，树立学生爱眼、护眼意识，养成良好的用眼卫生习惯，提高其主动保护视力的意识和能力。积极利用学校闭路电视、广播、宣传栏、家长会、家长学校等形式对学生和家长开展科学用眼、护眼的健康教育，通过学校和学生辐射教育家长，增强家长的责任感和监督意识。培训培养健康教育教师，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。

定期开展视力监测。小学要建立从医疗卫生机构转来的儿童青少年视力健康电子档案，确保一人一档并随学籍变化实时转移。严格落实每学年1次的学生健康体检制度，积极联系医疗卫生机构每学期组织开展2次视力监测，及时向学生家长反馈检测结果，对于发生问题的学生要督促其到眼科医疗机构检查治疗。学校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。

加强考试与招生管理。全面推进落实义务教育学校免试就近入学。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，其他年级每学期不得超过2次，高中阶段每学期可进行期中和期末2次全校或全年级的学科考试。严禁以任何形式、方式公布学生考试成绩和排名；严禁将各类竞赛获奖证书、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。

倡导科学保育保教。严格落实3—6岁儿童学习与发展指南，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，结合地区、季节、学龄阶段特点合理调整。为儿童提供营养均衡、有益于视力健康的膳食。幼儿园教师开展保教工作时要最大可能少用、不用电视、投影等设备。

（二）医疗卫生机构。

完善视力档案。严格落实国家基本公共卫生服务中关于0-6岁儿童眼保健和视力检查工作要求，从2019年起，0-6岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达90%以上。依据检查情况建立、更新儿童青少年视力健康电子档案，并将电子档案在儿童青少年



入学实时向学校转移。在学校配合下，认真开展中小學生視力篩查，將眼部健康數據（包括屈光度、眼軸長度、屈光介質參數等）及時更新到視力健康電子檔案中。篩查出視力異常或可疑眼病的，要提供個性化、針對性強的防控方案。

規範診斷治療。縣級及以上綜合醫院要開展並不斷提高眼健康服務能力。根據兒童青少年視覺症狀，進行科學驗光及相關檢查，明確診斷，按照診療規範進行矯治。對於兒童青少年高度近視或病理性近視患者，還應充分告知疾病的危害，提醒其及時採取治療措施避免併發症的發生或降低危害。制定跟蹤干預措施，檢查和矯治情況及時記入兒童青少年視力健康電子檔案。積極開展近視防治相關研究，加強防治近視科研成果與技術的應用。充分發揮中醫藥在兒童青少年近視防治中的作用，制定實施中西醫一體化綜合治療方案，推廣應用中醫藥特色技術和方法。

加強健康教育。以公共衛生服務為抓手，發動兒童青少年和家長自主開展健康教育行動。發揮健康管理、公共衛生、眼科、視光學、疾病防控、中醫藥相關領域專家的指導作用，主動進學校、進社區、進家庭，積極宣傳推廣預防兒童青少年近視的視力健康科普知識。加強營養健康宣傳教育，因地制宜開展營養健康指導和服務。



（三）家庭。

家庭对孩子的成长至关重要。家长要了解科学用眼护眼知识，了解近视的形成原因与危害，以身作则，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯，尤其重视 0-6 岁孩子的视力保护与健康，及时预防和控制近视的发生与发展。

增加户外活动和锻炼。孩子在家时每天通过户外活动接触自然光的时间要超过 60 分钟，已患近视的孩子应进一步增加户外活动时间。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。

控制带电子屏幕产品的使用。学龄前儿童应尽可能不使用电子产品，儿童青少年日常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，应休息远眺放松至少 10 分钟，年龄越小，连续使用电子产品的时间应越短。家长在陪伴孩子时应尽量不使用电子产品。

减轻课外学习负担。应根据孩子兴趣爱好合理选择，不盲目参加课外培训、跟风报班。

避免不良用眼行为。教育引导孩子不在走路、吃饭、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”，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，读写连续用眼时间宜不超过 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。平衡膳食，改变饮食习惯，让孩子多吃鱼类、水果、绿色蔬菜。

改变“重治轻防”观念。改善家庭室内照明状况，注重培养孩子的良好用眼卫生习惯。做好孩子在家庭时的用眼监督，随时关注孩子视力发展情况，发现问题及时到眼科医疗机构检查，做到早发现早干预。遵从医嘱进行科学的干预和近视矫治，避免不正确的矫治方法导致近视程度加重。

（四）学生。

树立健康意识。学生要主动学习掌握科学用眼护眼等健康知识，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，以便尽早接受眼科医疗机构的检查和治疗。

养成健康习惯。认真规范做眼保健操，保持正确读写姿势，按要求参加校内体育锻炼和户外活动，每周参加自己喜爱的课外体育活动 3 次以上，养成良好生活习惯，不熬夜、不挑食，少吃



糖、自觉减少电子产品使用。

（五）有关部门。

省教育厅：严格落实《学校卫生工作条例》和《中小学健康教育指导纲要》等相关要求。成立全省中小学和高校健康教育指导委员会，指导各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综合防控试点工作，强化示范引领。深化学校体育、健康教育教学改革，确保学校开好上好体育与健康课程，不断完善学校体育场地设施。以校园足球和学校其他传统体育项目为重点，推进项目教学，加强体育特色学校建设，开展多级赛事活动，完善学校体育场地设施设备。加快体育与健康师资队伍建设，加强中小学卫生保健所和校医室（卫生保健室）建设，按照标准和要求强化人员和设施配备，会同有关部门开展专项督导检查，着力解决专职卫生技术人员数量及相关设施配备不足问题，充分发挥各级中小学卫生保健所在儿童青少年近视防控工作的作用。加强校医和保健教师的培训工作，每年定期开展近视防治知识与技能专项培训，不断提高校医和保健教师的业务水平。认真做好学生年度健康体检和视力筛查协调管理工作，进一步完善全省学生健康体检数据分析平台，及时更新数据库，做好基线数据调查，



对学生个体和群体健康趋势进行科学研判和分析。鼓励高校特别是医学院校、高等师范学校开设眼视光、健康管理、健康教育相关专业，培养近视防治、视力健康管理专门人才和健康教育教师，积极开展儿童青少年视力健康管理相关研究。设立近视防控专项科研课题，积极开展儿童青少年视力健康管理相关研究。建立眼视光学（医疗）相关专业师生指导中小学制度。会同有关部门开展全省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。监督学校改善照明环境。加强督导检查，会同有关部门对学校和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。监督市县加强改善教室照明环境建设，确保实现学校全部达标。医教配合，发挥好我省现有医疗卫生机构和学校视力监测点筛查、监测及防控指导作用，继续扩大试点范围，规范防控规程，提高防控水平，发挥引领示范作用。

省卫生健康委员会：加强全省儿童青少年视力健康及其相关危险因素监测网络、数据收集与信息化建设。建立全省学生近视动态数据库，依据每年普查情况定期更新。确立学生近视筛查标准、检查方案，确定各市县符合标准的检查机构，确定全省统一的数据传输路径。会同省教育厅核定我省各市每年儿童青少年近



视率数据，掌握学前、小学、初中、高中各学段近视情况。县级以上综合医院拥有专业眼科设备、具备开展眼科医疗服务能力，在有条件的社区设立防控站点。培养优秀视力健康专业人才，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，确保每个县（市、区）均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。会同省教育厅组建全省儿童青少年近视防治和视力健康专家库，加强儿童青少年近视防治和视力健康管理科学指导工作，开展学校防近视工作评估，充分发挥卫生健康、教育、体育等部门和群团组织、省眼科研究所等社会组织作用，科学指导儿童青少年近视防治和视力健康管理相关工作。严格落实《中小学生健康体检管理办法》等国家有关强制标准。2019 年底前，落实国家有关部门出台的相关强制性标准，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，以及学习用灯具等，使之有利于保护视力。会同省教育厅、市场监督管理局等有关部门按照国家有关规定，对学校、托幼机构和校外培训机构教室（教学场所）的采光和照明等指标以“双随机”（随机抽取卫生监督人员，随机抽取学校、托幼机构和校外培训机构）方式进行抽检



并将结果向社会公布。

省体育局：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，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。

省财政厅：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。

省人力资源和社会保障厅：会同省教育厅、省卫生健康委等部门，按照国家规定要求完善我省中小学和高校校医、保健教师和健康教育教师职称评审政策。

省市场监督管理局：加强配装眼镜产品质量抽查和制配场所计量器具专项检查，不断提升产品质量，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。加强近视防控产品违法广告监管工作。

省新闻出版局：落实国家网络游戏总量调控，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。会同有关部门监督管理全省儿童青少年的教材、教辅、考试试卷、作业本、报刊及其他印刷品、出版物等的质量。

省广播电视局等部门：充分发挥广播电视、网络、新媒体等作用，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。

防控儿童青少年近视是一项系统工程，各相关部门都要关心、支持、参与儿童青少年视力保护，在全社会营造政府主导、部门配合、专家指导、学校教育、家庭关注的良好氛围，共同呵护好每个孩子的眼睛，让他们都有一个光明的未来。

三、考核评价

做好儿童青年近视防控工作，要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，自觉提高政治站位，强化履职尽责能力，以高度的政治责任感，以着眼长远的战略定力，以改革创新的精神状态，以求真务实的工作作风，高质量的贯彻落实工作，切实回应党中央、国务院的关心和广大人民群众关切。

（一）实行主要领导负责制。各市、县（区）人民政府负责本地区儿童青少年近视防控措施的落实，主要负责同志亲自抓近视防控工作，统筹领导。省政府授权省教育厅、省卫生健康行政



部门与各市人民政府签订全面加强儿童青少年近视防控工作责任书，市人民政府与县（区）级政府签订责任书。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，严禁各级人民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。

（二）实行评价考核公示制度。按照国家儿童青少年近视防控工作评议考核办法，实施防近工作评议年度考核。在核实各地2018年近视率基础上，从2019年起对各市人民政府儿童青少年近视防控工作评议考核，结果向社会公布。

（三）实行督办问责制度。将视力健康纳入素质教育，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入国家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地方政府和学校依法依规予以问责。