

江 门 市 教 育 局
江 门 市 卫 生 健 康 局
江门市文化广电旅游体育局
江 门 市 财 政 局
江门市人力资源和社会保障局
江 门 市 市 场 监 督 管 理 局
江 门 市 新 闻 出 版 局

江教办〔2021〕42号

关于印发《江门市综合防控儿童青少年近视眼 实施方案》的通知

各市（区）人民政府，市直各学校（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，有效加强我市儿童青少年近视防控工作，根据教育部等 8 部委关于印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》和广东省教育厅等 8 部门关于印发《广东省综合防控儿童青少年近视实施方案》的要求，市教育局会同市卫生健康局等 6 个部门制订了《江

门市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。



江门市教育局



江门市卫生健康局



江门市文化广电旅游体育局



江门市财政局



江门市人力资源和社会保障局



江门市市场监督管理局



江门市新闻出版局

2021年8月19日

公开方式：主动公开

江门市综合防控儿童青少年近视实施方案

近年来，我市儿童青少年近视率居高不下、不断攀升，近视低龄化、重度化日益严重。为综合防控儿童青少年近视，根据教育部等 8 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）广东省教育厅等 8 部门关于印发的《广东省综合防控儿童青少年近视实施方案》（教体艺〔2019〕14 号），结合我市实际，制订此方案。

一、指导思想

深入贯彻落实党的十九大精神，以习近平新时代中国特色社会主义思想 and 习近平总书记关于学生近视问题的重要指示批示为指导，落实广东省教育厅等 8 部门关于印发的《广东省综合防控儿童青少年近视实施方案》（教体艺〔2019〕14 号）精神，改革创新体制机制，加强部门协同配合，营造全民关注和积极参与的儿童青少年视力健康管理良好环境，全面提升全市儿童青少年视力健康水平，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，实现立德树人根本任务。

二、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，近视高发县级以上市每年降低 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。

三、工作原则

坚持预防为主、部门协同、多方参与的儿童青少年近视综合防治干预模式。

四、任务与措施

（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。在课外校外活动中安排劳动实践，将劳动教育与学生的个人生活、校园生活和社会生活有机结合起来。中小学每周课外活动和家庭生活中劳动时间，

小学 1 至 2 年级不少于 2 小时，其他年级不少于 3 小时。

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）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。加强卫生室、保健室、校医院等力量，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。统筹管理作业数量、时间和内容。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，以中等学习水平学生为标准，小学其他年级每天书面家庭作业完成时间不得超过 60 分钟，初中每天不得超过 90 分钟，高中阶段也要合理安排作业时间。寄宿制学校学生晚上学习时间，小学不应超过 1 小时，初中不应超过 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。

保障中小學生充足的睡眠時間。統籌安排學校作息時間，小學上午上課時間一般不早於 8:20，中學一般不早於 8:00；合理安排課間休息和下午上課時間，有條件的地方和學校應保障學生必要的午休時間；寄宿制學校要合理安排作息時間，確保學生達到規定的睡眠時間要求。要指導家長和學生制訂學生作息時間表，合理確定學生晚上就寢時間，促進學生自主管理、規律作息、按時就寢。小學生就寢時間一般不晚於 21:20；初中生一般不晚於 22:00；高中生一般不晚於 23:00。

加強考試管理。義務教育學校實行免試就近入學。堅決控制義務教育階段校內統一考試次數，小學一二年級每學期不得超過 1 次，其他年級每學期不得超過 2 次。嚴禁以任何形式、方式公布學生考試成績和排名；嚴禁以各類競賽獲獎證書、學科競賽成績或考級證明等作為招生入學依據；嚴禁以各種名義組織考試選拔學生。

改善視覺環境。嚴格按照普通中小學校、中等職業學校建設標準，落實教室、宿舍、圖書館（閱覽室）、實驗室等采光和照明

要求。要对教室照明和课桌椅进行改造和更换，2023 年学校教室照明和课桌椅要 100% 达标（2021 年 30%，2022 年 60%，2023 年 100%）。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。按照要求，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要主动控制使用电视、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，认真开展中小学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。

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，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，保证中小學生每天校内 1 小时体育锻炼的时间和质量。

加强中小学卫生保健所和校医室（卫生保健室）建设。强化现有的区域性中小学卫生保健机构建设，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。认真做好学生年度健康体检和视力筛查的协调管理工作，配合做好学生近视率数据调查。

加强监督检查。会同有关部门对区域内涉及到儿童青少年近视防控工作的教育部门、学校和校外培训机构等单位 and 部门开展检查督查，定期对学校教室采光照明、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、指导下级教育部门和学校改善教室照明环境，确保 2023 年实现学校教室照明和课桌椅全部达标。加强学校电教设备管理。坚决治理规范校外培训机构。开展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。

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。会同相关部门对学校、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。

文化广电旅游体育部门：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性标准落实。

落实国家网络游戏的总量调控、控制新增网络游戏上网运营数量的要求，落实国家制定的适龄提示制度，采取措施限制未成年人使用时间。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性标准落实。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性标准落实。

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、课桌椅更换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。

新闻出版部门：落实国家网络游戏的总量调控、控制新增网络游戏上网运营数量的要求，落实国家制定的适龄提示制度，采取措施限制未成年人使用时间。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。

六、评估通报

（一）实行主要领导负责制。各市（区）人民政府负责本地区儿童青少年近视防控措施的落实，主要负责同志要亲自抓。各级人民政府逐级签订责任书。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。严禁市（区）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）实行评估通报制度。按国家有关规定，由市教育局、市卫生健康局、市文广旅体局共同制订市防控近视工作评估制度，每年对各各市（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

下降的市（区）人民政府和学校依法依规予以问责。

自 2021 年 9 月 1 日起实施，有效期 3 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。