

常州市教育局
常州市卫生健康委员会
常州市体育局
常州市财政局
常州市人力资源和社会保障局
常州市市场监督管理局
常州市文化广电和旅游局

常教体〔2019〕15号

关于印发《常州市综合防控儿童青少年近视
实施方案》的通知

各辖市、区教育局、卫生健康局、文体广电和旅游局（文化体育

和旅游局)、财政局、人力资源和社会保障局、市场监督管理局,各局属及有关学校:

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,落实教育部、国家卫生健康委员会等八部门联合印发的《综合防控儿童青少年近视实施方案》,进一步做好我市儿童青少年近视防控工作,市教育局、卫生健康委员会、体育局、财政局、人力资源社会保障局、市场监督管理局、文化广电和旅游局根据有关法规和文件要求联合制定了《常州市综合防控儿童青少年近视实施方案》,现印发给你们,请遵照执行。

附件:常州市综合防控儿童青少年近视实施方案

(此页无正文)



常州市教育局



常州市卫生健康委员会



常州市体育局



常州市财政局



常州市人力资源和社会保障局



常州市市场监督管理局



常州市文化广电和旅游局

2019年12月25日

(此件依申请公开)

附件

常州市综合防控儿童青少年近视实施方案

为有效遏制儿童青少年近视发生率逐年上升和低龄化趋势，为提高儿童青少年视力健康水平，构建政府、学校、医疗卫生机构、家庭、学生共同呵护学生视力的良好环境，结合我市儿童青少年视力防控工作实际，特制定本实施方案。

一、工作目标

建立政府主导、医教结合、体教融合、家校协同的近视防控工作机制，完善以学校、家庭、医疗卫生机构为基础，视力低下防控中心等社会力量为补充的近视防控服务体系，构建全市近视预防、干预立体防控网络。争取到 2023 年有效扼制儿童青少年近视检出率居高不下的趋势，力争完成国家近视防控总目标，实现儿童青少年近视率在 2018 年的基础上每年降低 0.5 个百分点以上。到 2030 年，实现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，各项指标不高于国家最低要求。

二、工作要求

（一）家庭

1. 重视孩子早期视力保护，加强科学用眼护眼知识的学习与运用，带动和帮助孩子养成良好的用眼习惯。

2. 营造良好的家庭体育运动氛围，引导孩子积极开展户外活动或体育锻炼，督促孩子积极参加校外体育锻炼，有效预防和控制近视。

3. 有意识地控制孩子特别是学龄前儿童使用电子产品，单次不宜超过 15 分钟，每天累计不宜超过 1 小时，避免孩子学习和娱乐活动过多使用电子产品，减轻学生用眼负担。

4. 切实减轻孩子学习负担，杜绝盲目参加课外培训，避免学校减负、家庭增负现象发生。

5. 引导孩子避免不良用眼行为，如，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；纠正孩子不良读写姿势，如，应保持眼睛与书本距离一尺、胸前与课桌距离一拳、握笔的手指与笔尖距离一寸，以及读写连续用眼时间不宜超过 40 分钟。

6. 保障孩子睡眠时间和合理营养，确保小学生每天睡眠 10 个小时、初中生 9 个小时、高中生 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。

7. 注意关注孩子视力异常的迹象，遵从医嘱进行科学的干预和近视矫治，做到早发现早干预，避免不正确的矫治方法导致近视程度加重。

（二）学校

1. 减轻学业负担。严格落实教育管理规范减负增效相关要求，严格控制学生作业量，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，初中不得超过 90 分钟。

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校内统一考试次数，小学一二年级每学期不得考试超过 1 次，其他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。

3. 改善视觉环境。严格按照普通中小学校建设标准，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，严格控制“班学额”杜绝“大班额”现象。

4. 落实护眼措施。严格落实学生每天上下午各做 1 次眼保健操制度，加强科学用眼教育与引导，提醒学生遵守“一尺、一拳、一寸”要求科学用眼。

5. 强化体育锻炼。加强学校体育，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。全面推进深化学校体育改革，鼓励学校每天一节体育课，确保中小学生在学时每天 1 小时以上体育活动时间。积极推进阳光体育夏令营和爸爸妈妈跟我去运动，实施寒暑假学生体育家庭作业制度，引导学生积极参加校外体育活动。

6. 科学使用电子产品。指导学生健康科学使用电子产品，养成信息化环境下良好的学习和用眼卫生习惯。学校需建立使用电子产品开展教学的管理制度，做到科学使用、有效使用、健康使用，各班级使用电子产品原则上不得超过教学总时长的 30%。

7. 定期开展视力监测。建立儿童青少年视力健康电子档案，确保一人一档。开展儿童眼保健和近视筛查工作，2019 年底完成全市幼儿园儿童建立视力健康电子档案。严格落实学生健康体检制度和视力监测制度，做好学生视力不良检出率、新发率等报告和统计分析。学校和医疗卫生机构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。

8. 加强学校卫生与健康教育。加强健康教育课程建设，拓展健康教育课程资源，丰富科学用眼护眼健康教育的形式与内容，提高学生保护视力的意识、知识和能力。

9. 加强视力健康管理。建立校领导、班主任、校医（保健教师）、家长代表、学生视力保护委员等为一体的视力健康管理队伍，明确职责，细化分工。将近视防控学校教育教学日常活动管理和校园文化建设相融合。加强医务室（卫生室、校医院、保健室等）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。

10. 倡导科学保育保教。严格落实 3—6 岁儿童学习与发展指南，保证儿童户外活动一般幼儿园每天 2 小时以上、寄宿制幼儿

园不少于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。

（三）医疗卫生机构

1. 建立视力档案。严格落实国家基本公共卫生服务和省相关文件要求，规范开展0—6岁儿童眼保健和视力筛查工作，做到早监测、早发现、早预警、早干预，0—6岁儿童眼保健和视力检查覆盖率达90%以上。在检查的基础上，依托现有资源建立、及时更新儿童青少年视力健康电子档案，并随儿童青少年入园、入学实时转移。在幼儿园、学校配合下，认真开展幼儿园儿童、中小学生视力筛查，将眼部健康数据（包括屈光度、眼轴长度、屈光介质参数等）及时更新到视力健康电子档案中，为筛查结果为视力异常或可疑眼病的儿童、学生提供个性化、针对性强的防控方案。

2. 规范诊断治疗。承担视力筛查和建档工作的机构应具备有效的医疗机构执业许可证和符合要求的筛查人员。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，不断提高眼健康服务能力。根据儿童青少年视觉症状，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。叮嘱儿童青少年近视患者应遵从医嘱进行随诊，以便及时调整采用适宜的干预和治疗措施。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，提醒其采取预防措施避免并发症的发生或降低危害。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。

3. 加强健康教育。儿童青少年近视是公共卫生问题，必须从健康教育入手，以公共卫生服务为抓手，发动儿童青少年和家长自主健康行动。针对人们缺乏近视防治知识、对近视危害健康严重性认识不足的问题，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。加强营养健康宣传教育，因地制宜开展营养健康指导和服务。

（四）学生

1. 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，并向家长宣传。积极关注自身视力状况，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。

2. 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，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、工作任务

(一) 开展用眼知识宣传

1. 发挥在托幼机构和中小学校在近视防控知识宣传教育中的主阵地作用,广泛开展视力健康教育活动。提高眼保健操质量,增加体育课时或室外活动时间。利用黑板报、宣传栏、家长会(信)等形式向家长宣传保护视力、预防近视的知识和方法。

2. 充分利用各种传播媒体,开展多层次、多角度、全方位的宣传活动,普及儿童青少年近视防控和健康用眼知识,营造全社会关心、重视青少年近视防控的良好氛围。

3. 夯实健康知识培养。开展“关爱眼睛、珍惜视力”教育,定期组织开展“关爱眼睛、珍惜视力”系列知识讲座和宣传活动,营造良好的社会氛围,促进中小學生养成良好的用眼习惯,保护中小學生视力。卫生健康部门利用每年的“全国爱眼日”,组织专业医务人员对托幼机构和中小學校儿童青少年开展近视防控的重点宣传。成立眼视力防控知识市、区级宣讲团,走进中小學校,开展“视觉健康校园行”巡讲活动。组织爱眼护眼知识竞赛、邀约“护眼小卫士”手牵手活动等提高儿童青少年及其家长的预防保健意识,倡导儿童青少年科学用眼,培养良好用眼习惯。

(二) 加强人员队伍培训

1. 卫生健康和教育部门联合制订培训计划,加强保健校医眼科知识培训,提高视力筛查、近视防控能力。健全教育、卫生、体育多部门联动的儿童青少年视力防控工作机制,对托幼机构、

中小学校长、校医（保健教师）和班主任进行眼健康知识和近视防控工作要求的专项培训，增强教育机构对儿童青少年近视预防的重视程度。

2. 开设预防近视“教育大讲堂”，举办近视眼防控知识及技术培训，普及儿童青少年近视眼防控适宜技术，提高校医（保健教师）的业务能力，努力实现儿童青少年近视防控知识知晓率 $\geq 98\%$ ，教师及家长近视防控知识知晓率 $\geq 95\%$ 的宣传教育目标。

（三）改善学生学习环境

1. 优化学校教学环境卫生建设。从课桌椅高度、黑板、教室采光、照明等入手，加强学校用眼环境卫生规范化建设，完善学校教学环境卫生达标检查制度。到 2030 年，确保 95%以上学校设施和条件达国家标准。

2. 市、区疾控机构要按照《江苏省学校卫生监测工作方案》要求，认真做好学校教学环境卫生监测。并联合医疗机构、妇幼保健服务机构等积极开展针对儿童青少年近视预警、防控等研究，为防控近视提供科学有效的技术和方法，不断提高防控质量，有效改善儿童青少年视力不良状况。

（四）培养学生良好用眼习惯

1. 强化学习习惯养成。开展“卫生用眼、保护视力”系列活动，加强中小學生眼睛卫生防控工作指导。全市托幼机构和中小學校要按照静动结合、视近与视远交替的原则合理安排课程与活

动，健全眼保健操制度，将每天 2 次眼保健操时间纳入课程表，组织学生认真做好眼保健操。

2. 加强中小學生科学用眼教育，引导学生保持正确的读写姿势，减少近距离长时间用眼，减少使用电子视频产品，保证充足睡眠和均衡营养，及时纠正不良的用眼习惯。

3. 要切实减轻学生课业负担，督促各级各类学校严格规范教学行为，不占用节假日、双休日和寒暑假时间组织学生上课，严格控制每日作业总量和时间，小学一、二年级不布置书面家庭作业，小学中高年级、初中和高中学生每天书面家庭作业总量，分别控制在 1 小时、1.5 小时和 2 小时以内。

4. 学校应遵循“健康视野，本土行动，特色发展”的发展要求，积极推进阳光体育运动，确保学生在校每天体育锻炼一小时，立足学校实际开展丰富多彩的体育特色活动，力争做到两点：一是学校建有学生体育俱乐部或体育社团，丰富学校课外文体活动形式和内容；二是学校体育运动会改为体育节，增加集体性和趣味性体育竞赛项目，学生参与率不低于 90%，做到人人有体育项目、班班有体育活动。

（五）开展近视防控实验与监测

1. 基层医疗卫生机构按照《儿童眼及视力保健技术规范》和《国家基本公共卫生服务规范》要求，做好国家基本公共卫生服务项目中 0-6 岁儿童视力检查工作，对有视力问题的儿童建立档案，实行分档管理。通过家庭医生签约服务等方式，有针对性地

实施相关措施，使儿童青少年能够及时、便捷的享有包括近视防控在内的、可持续的健康管理。帮助学校每年组织 1 次学生健康体检，确保体检质量。

2. 各级妇幼保健机构要联合托幼机构，按照《托儿所幼儿园卫生保健管理办法》要求，定期为幼儿检查视力，发现视力异常的幼儿，及时告知家长到医疗机构做进一步诊治。二级以上综合医院眼科和眼科专科医院应提供近视门诊服务，开展近视康复矫治工作，努力降低因低视力与屈光不正导致的可避免盲。各中小学校要按照《中小学学生近视眼防控工作方案》要求，建立视力定期监测制度，每学期开展 2 次视力监测。对视力低下及有下降趋势的学生有针对性地实施相关措施。

3. 建立融合健康教育、监测预警、综合干预、跟踪管理等内容的长效防控机制，建立视力定期监测制度，建立初一新生学生体质健康（含视力）按入学生源地抽测排名制度，建立幼儿园、小学和高中学生体质健康（含视力）抽测排名制度，建立儿童青少年屈光发育档案，对有视力下降趋势和轻度近视的学生进行分档管理，并制订跟踪干预措施。开展青少年近视防控实验工作，建立市级防近视工作实验区和市级防近视工作实验学校，探索青少年近视防控科学干预措施，尽最大努力减少近视特别是高度近视。

四、组织保障

（一）加强组织领导

市卫生健康、教育、体育等部门密切协作，成立常州市儿童青少年近视防控工作领导小组，建立分工协作机制，依托常州市第三人民医院成立常州市儿童青少年近视防控中心，加强视力健康研究，共同做好儿童青少年视力防控工作。

（二）明确职责分工

教育局：指导各地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；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；加强现有中小学卫生保健机构建设，按照要求强化校医人员和医务室设备配备；积极开展儿童青少年视力健康管理相关研究，有关部门坚决治理规范校外培训机构，每年对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

卫健委：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。全面加强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。会同教育部门组建本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。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”（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、记录并公布。组建由眼科、眼视光等专家组成的专家组团队，运用有效的医学技术，服务防控工作科学开展；

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体育冬夏令营、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。

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。

人力资源和社会保障局：按照有关规定会同教育、卫生健康委完善中小学校医、中职教师、中小学教师专业领域内的保健教师和健康教育教师职称评审政策。

市场监督管理局：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。

文化广电和旅游局：充分发挥广播电视、报刊、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。

（三）建立考核评估机制

1. 将儿童青少年近视防控工作纳入基本公共卫生服务和学校素质教育综合考评体系，建立督导考核制度。

2. 市卫生健康、教育、体育部门将组成联合督导组，定期对托幼机构、中小学校，特别是义务教育阶段学校的教学环境、生活设施以及近视防控措施落实情况开展监督检查，对设施条件不符合要求的，及时提出整改要求。对学生体质健康水平低于当地同类学校平均水平或学生近视率增加比例高于平均水平的进行通报。对学生近视率增加比例高于平均水平的学校实行不得申报年度先进单位和体育类特色校，确保儿童青少年近视防控措施落到实处。

（四）探索综合防控模式

积极探索儿童青少年近视防控工作模式，探索建立融健康教育、监测预警、综合干预、跟踪管理等内容为一体的长效防控机制和市、区、街道联动的分级防治模式，以点带面，推动工作全面开展，切实做到“早发现、早干预、早矫正”，强化综合防控效果。各级学生体质健康监测点学校要积极探索把健康融入所有

教育教学工作的有效方法和途径，全面促进学生体质健康。鼓励企业和社会力量积极参与预防儿童青少年近视防控工作。