# 学生近视眼防控跟踪分析工作实施方案

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-08-09

*XXXX学校学生近视眼防控跟踪分析工作实施方案为促进学生身心健康、全面发展，全面贯彻落实上级各部门关于“中小学生作业管理、睡眠管理、手机管理、读物管理、体质管理”（以下简称“五项管理”）等工作通知精神，进一步规范学校办学行为，减轻学生过重的...*

XXXX学校

学生近视眼防控跟踪分析工作实施方案

为促进学生身心健康、全面发展，全面贯彻落实上级各部门关于“中小学生作业管理、睡眠管理、手机管理、读物管理、体质管理”（以下简称“五项管理”）等工作通知精神，进一步规范学校办学行为，减轻学生过重的课业负担，培养学生健康科学的生活方式，促进学生身心健康成长、全面发展，落实立德树人根本任务，结合本校实际，制定本工作方案。

一、指导思想

以上级各部门关于加强中小学生作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”相关文件精神为指导，结合有关文件精神，坚持育人方向，构建长效管理机制，深化育人方式改革，解决广大家长急难愁盼的问题，切实增强人民群众的教育获得感、幸福感、安全感。

二、成立小组，加强领导

近视眼防控工作领导小组：

组

长：XXX

副组长：XXX

组

员：全体班主任和体育老师

三、遵循原则，重视预防

（一）坚持预防为主的原则。把近视眼防控的重点放在预防工作上，要面向全体学生实施预防措施，有效预防近视眼的发生，降低学生近视眼新发病率。

（二）坚持综合防控的原则。针对导致近视眼发生的多种因素，采取综合防控措施。切实减轻学生课业负担，控制学生近距离用眼时间；普及视力保护知识，培养学生科学用眼习惯；落实学生体育活动时间，促进学生积极参加体育锻炼。

（三）坚持常抓不懈的原则。把近视眼防控工作作为学校日常工作，按照不同年龄、学段要求，将其贯穿教育教学各个环节中，坚持常抓不懈，促进近视眼防控工作经常化、制度化。

（四）坚持全员参与的原则。充分发挥全体教师和家长、社区的作用，建立教师全员参与，学校、家长、社区联动的机制，形成共同做好学生近视眼防控工作的合力。

四、具体落实，制定措施

（一）加强规章制度建设，规范管理近视眼防控工作。

1．将学生视力保护工作纳入学校管理、教师管理和班级管理内容，落实各有关部门和人员的职责，并作为年终考核、班级评优评先的依据，以此形成学校领导、教师、学生人人重视，齐抓共管的近视眼防控工作机制。

2．建立视力定期监测制度，健全《学生视力健康档案》。每学期在期初、期末两次对学生视力状况进行监测，做好学生视力不良检出率、新发病率等各类指标的统计分析，对有视力下降趋势和轻度近视的学生，有针对性地实施相关近视眼防控措施。

3．切实减轻学生课业负担。教师要改进教学方法，提高课堂教学的质量和效率，切实做到不拖堂。学校不得随意增加学科教学学时，不占用节假日、双休日和寒暑假组织学生上课。学校要统筹学生的家庭作业时间，小学一、二年级不留书面家庭作业，三、四年级书面家庭作业时间不超过40分钟，五、六年级书面家庭作业不超过1小时。

4．建立健全眼保健操制度。将每天两次眼保健操时间纳入课表，组织学生认真做好眼保健操。各班任课老师必须保证学生每天两次的眼保健操时间，不得私自占为他用。当班教师负责监督和指导学生的眼保健操指法。学校成立眼保健操检查小组，由学生每天上下午对各班学生的眼保健操是否做了进行记录，由组长汇总后，每周一由学生公示一次结果，对表现不好的班级提出批评。

5．根据教室采光照明情况和学生视力变化情况，每两周可调整一次学生座位，方式为列轮换，以免两边的学生总是处在斜眼视的位置。根据学生身高变化，及时调整其课桌椅高度。班主任还可以根据学生的实际情况进行调换，如按性格、听力、视力、学习互助组等特殊形式进行调换。

6．坚持学生每天一小时体育锻炼制度。保质保量上好体育课，认真开展大课间体育活动和丰富多彩的户外体育活动，切实保证学生每天参加一小时体育活动。

7．制定科学规范的学生在校作息制度。严格按照规定的课程计划，安排每周课程和作息时间。依据学生学习和生活规律，按照静动结合、视近与视远交替的原则安排每天课程与活动。

（二）开展视力保护宣传教育，培养学生良好的用眼卫生习惯。

1．在全校师生及家长中，广泛、深入开展视力保护宣传教育。每月利用广播、宣传栏等多种形式，经常性宣传科学用眼、预防近视等眼保健知识，培养学生爱眼、护眼意识，养成正确的读写姿势和用眼卫生习惯。每学期要上好一节视力健康教育课，每个学生完成一份保护视力手抄报并组织评比。

2．培养学生良好的用眼习惯，即：看书、写字姿势要端正，眼睛与书本的距离要有一市尺，胸离桌子一拳，手离笔尖一寸；看书、写字一小时后要休息片刻，并适当远望；不要躺在床上看书；不要歪着头或身子看书；不要在走路或乘车时看书；不要在强光或弱光下看书。

3．教师应将培养学生良好用眼卫生习惯贯穿于整个课堂教学中，随时纠正学生不良读书写字姿势，帮助学生建立良好的用眼卫生习惯和行为。课间督促学生到室外活动或远眺。

4．教师认真备课，向四十分钟要效率，做到心中有数，杜绝拖堂，保证课间休息10分钟，以减轻学生视觉疲劳。上课板书时要有条理，字迹工整，不写连笔字，字体大小要合适，以保证学生能轻松辨认。

5．每学期开学初和学期结束放假前，通过品德与生活课或体育与健康课、主题班队会等，集中对学生进行一次保护视力教育，使之与经常性近视眼防控宣传教育有机结合，促使近视眼防控宣传教育经常化、制度化。

6．通过家长会、致家长一封信等多种形式向家长宣传保护视力、预防近视的知识和方法，指导和督促家长为学生提供有利于视力保护的学习环境、控制学生近距离用眼时间（看书、写字、看电视、用计算机时间达45分钟，应休息10-15分钟时间）、及时纠正不良的用眼卫生习惯、视力下降时要及时到正规医院就医。

7．每年6月6日的“全国爱眼日”，开展内容丰富、形式多样的近视眼防控宣传活动，扩大宣传的效果。组织好“爱眼周”（6月1日—7日）专题教育宣传活动，提高学生的爱眼意识。

（三）积极改善教学条件，为学生创建良好的视觉环境。

1．保证教室内所有学生合理的用眼距离，教室前排课桌前缘与黑板应有2米以上距离，后排课桌后缘与黑板的水平距离不超过8米。

2．按国家规定的标准要求，提供与学生身高相符合的课桌椅，每间教室内应预置1-3种不同型号的课桌椅（有条件的学校应配置2种以上型号的课桌椅），或配备可调试课桌椅。

3．教室黑板应完整无破损、无眩光，挂笔性能好，便于擦拭；黑板下缘与讲台地面的垂直距离小学为0.8～0.9米。

4．教室采光应符合国家相关卫生标准。双侧采光的教室主采光窗应设在左侧；教室墙壁和顶棚为白色或浅色，窗户应采用无色透明玻璃。

5．教室照明应配备40瓦荧光灯9盏以上，且灯管应垂直于黑板；教室照明应采用配有灯罩的灯具，不宜用裸灯；黑板照明应另设2盏横向40瓦荧光灯，并配有灯罩；自然采光不足时应及时辅以人工照明。

（四）积极宣传用眼知识，提高教师、学生、家长爱眼意识。

1.利用校内广播、橱窗、卫生知识讲座等宣传形式，对学生进行保护视力，预防近视知识宣传。各班要利用班会、班报或宣传画等方式，经常对学生进行预防近视方面的教育，鼓励学生多吃蔬菜和水果，做到不挑食，在班上营造一个爱眼护眼的良好氛围。

2.向学生及学生家长下发宣传材料，扩展宣传面。要求家长控制学生看电视和电脑时间，教育孩子看电视距离和时间要适当，根据调查发现由于过度看电视和电脑导致的近视其发展速度和近视程度比学习引发的近视还要严重。

3.继续做好每年度两次视力检查工作，对已经近视的学生，通知家长及时到正规医院进行检查，做及时治疗或矫正，以减缓下降的速度。对处于边缘视力的学生，及时向家长反馈信息，同该学生进行谈话，共同找出视力下降的原因，针对原因进行纠正。同时，对他们做重点教育和监测，不要再使视力继续下滑。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找