

# 为幼儿园和小学近视防控提供科学指导

——专家解读《关于切实抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段防控工作的通知》

儿童青少年是国家和民族的未来与希望，儿童青少年的视力健康和近视问题是当前全社会关注的焦点问题。近日，教育部等三部门联合印发了《关于切实抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段防控工作的通知》(以下简称《通知》)。

《通知》中的针对性举措将如何助力儿童青少年近视防控?为什么要抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段?应当怎样落实《通知》精神?记者采访了有关专家。

## 凝聚共识 抓牢近视防控关键阶段

《通知》明确“前移防控关口，抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段”。前移防控关口有何意义?如何抓牢近视防控关键阶段?

“小学是近视发生最多的学段，是打赢近视防控攻坚战、持久战的最重要阶段。要紧紧抓住幼儿园和小学阶段学生课业负担轻、可塑性强的关键窗口期，进一步强化幼儿园和小学近视防控，大幅降低近视发生率，为后面的初中、高中阶段近视防控赢得时间和空间。”教育部体卫艺司负责人说。

全国综合防控儿童青少年近视宣讲团成员、北京洁如幼儿园园长于艳萍认为，《通知》要求遵循了近视发病的原因、过程和规律，抓牢抓准了近视防控的突出矛盾和攻坚重点，是有效遏制儿童近视低龄化、推动科学防控的重要举措。

“儿童的视觉发育有其独特的关键期和敏感期。0—6岁是儿童视觉发育的关键期，12岁前为敏感期。学龄前，

儿童眼球结构和视觉功能仍在不断发展和完善，孩子对视觉环境的刺激非常敏感。营造良好的视觉环境，养成良好的用眼习惯，对保护儿童视力、维持好儿童足够的远视储备、有效预防近视发生至关重要。”于艳萍说。

“近视成因是久视近物和疲劳用眼，是远视聚焦能力退化的结果。”全国综合防控儿童青少年近视宣讲团成员、浙江省湖州市南浔区善琏学校校长张乾坤说，近视发生率一般随着近距离用眼时间的增加而提高，近视发生往往有个渐进的过程，要十分重视预防。《通知》将近视防控关口前移到幼儿园和小学，从源头上进行了科学把控。

落实《通知》精神，幼儿园须做到科学衔接不“抢跑”，坚持幼教核心理念，坚决做到“以游戏为基本活动”。于艳萍认为，要通过丰富多彩的游戏，满足幼儿多方面发展需要，在游戏中适时引导幼儿注意保持正确姿势和用眼习惯，让保护视力的观念潜移默化地融入孩子的日常行为习惯。

## 多措并举 构建近视防控良好生态

有效降低儿童青少年近视率是一项系统而复杂的工程。

《通知》提出：“创造条件保障充足户外活动时间。要鼓励幼儿园老师和家长带领孩子参加以游戏为主的户外活动和适宜的体育运动，确保幼儿每天户外活动时间不少于2小时，其中体育活动时间不少于1小时。要严管教师拖堂或占

用课间休息时间，有序组织和督促小学生课间到室外活动或远眺，防止学生持续疲劳用眼。”

“户外活动是预防近视的‘天然良药’，不仅能让眼睛得到充分放松和休息，更能有效锻炼眼睛的聚焦能力。”张乾坤认为，教师要引导学生和家长正确认识户外活动对近视防控的重要性。

“强调户外活动对防控儿童青少年近视有着极端重要性。据统计，每天2小时、每周10小时以上的户外活动，可以使儿童青少年近视发生率降低10%以上。”全国综合防控儿童青少年近视宣讲团副团长、温州医科大学附属眼视光医院集团总院长瞿佳说。

《通知》同时明确：“各地教育行政部门要深入落实‘双减’政策，强化教学管理，严禁小学超前教学和超纲教学。”

对此，瞿佳认为，这是落实儿童青少年健康成长的必然要求。“进一步强调落实‘双减’政策，不仅彰显了教育部门的决心和行动，更体现了对儿童青少年健康成长的高度重视和切实保障。要通过狠抓政策落实，从根本上减轻学生过重课业负担，避免学生因长时间、高强度的学习而影响眼健康。”瞿佳说。

## 多方协同 共筑近视防控绿色屏障

防控儿童青少年近视，需要家校社医形成合力。

家庭是儿童青少年成长的港湾。《通知》指出：“面向家长开展有针对性的宣

传教育，提升家庭近视防控意识，逐步改变家长‘重治轻防’观念。”

“《通知》将通过学习掌握科普知识、改变‘重治轻防’观念、树立正确意识作为近视防控的重点。”瞿佳认为，家长是孩子近视防控的“守门人”，应充分认识近视的危害，了解近视成因和预防方法，合理安排孩子的作息时间，主动定期监测孩子的视力。发生近视后，要带孩子到正规的医疗机构就诊，并遵从医嘱进行科学干预和矫正，控制近视发展。

学校作为近视防控的重要阵地，应当如何将近视防控纳入日常教学管理?

《通知》要求深化落实“五项”管理。各地教育行政部门要深入落实小学生手机、睡眠、作业、读物和体质管理。幼儿应尽量减少使用电子产品，引导小学生科学规范使用电子产品，养成信息化环境下良好的学习和用眼卫生习惯。

“学校和家长要携手合作，将科学的用眼习惯潜移默化地融入孩子的学习生活中，贯彻落实《通知》明确的‘六个一’要求，加强视力健康教育，引导孩子遵循‘一拳、一尺、一寸’的原则保持正确坐姿，严格监管孩子使用电子产品的时长，避免过度用眼。”瞿佳说。

“《通知》坚持预防为主的大健康理念，抓牢抓准近视防控关键环节和核心要点，从多角度、多方位、多阶段、多层次、多环节入手综合施策，推动教育、卫生健康、疾控等部门明确责任、合力攻坚。”于艳萍认为，有效预防近视是综合性系统工程，唯有全社会广泛参与、协同共治，方能取得良好效果。(中国教育报)

欢迎订阅  
Welcome to subscribe to

2025年 蒙古贞日报

守正为本 创新为要 离您最近 伴您同行

家乡人读家乡报

全年定价198元

订阅热线：8817007 15304189805  
地址：县融媒体中心（县城区胜利路3号）

