

济宁市人民政府办公室

济政办字〔2023〕49号

济宁市人民政府办公室 关于印发济宁市建设全国儿童青少年近视 防控试验区提升方案的通知

各县（市、区）人民政府，济宁高新区、太白湖新区、济宁经济技术开发区管委会，市直有关部门、单位：

《济宁市建设全国儿童青少年近视防控试验区提升方案》已经市政府同意，现印发给你们，请认真贯彻执行。

济宁市人民政府办公室

2023年8月25日

（此件公开发布）

济宁市建设全国儿童青少年近视防控 试验区提升方案

为贯彻落实习近平总书记关于儿童青少年近视防控系列重要指示批示精神，按照《教育部等八部门关于印发〈综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》（教体艺〔2018〕3号）、《教育部办公厅等十五部门关于印发〈儿童青少年近视防控光明行动工作方案（2021—2025年）〉的通知》（教体艺厅函〔2021〕19号）、《山东省人民政府办公厅关于印发山东省建设全国儿童青少年近视综合防控省级改革示范区工作方案的通知》（鲁政办字〔2023〕44号）要求，结合我市实际，制定本方案。

一、总体要求

认真贯彻落实习近平总书记关于儿童青少年近视防控系列重要指示批示精神和中央“双减”工作决策部署，将儿童青少年身心健康放在更加突出位置，服务教育强国、健康中国建设，坚持综合防控、科学防控、精准防控、有效防控，构建济宁儿童青少年近视综合防控工作新格局，发挥先行示范和引领作用，为我省建设全国儿童青少年近视综合防控省级改革示范区提供“济宁路径”，为全国儿童青少年视力健康管理贡献“济宁经验”。

二、基本原则

（一）以人为本，健康第一。坚持正确教育理念，着眼人的全面发展和终生发展。坚持预防为主，重视防控关口前移，落实儿童青少年全人群、全方位、全覆盖的视力健康管理。

（二）创新举措，协同推进。实行政府、学校、医疗、学生、家庭、社会六方协同推进，完善优化近视防控“5C”（控防优先、宣教引领、专业矫正、合作共治、中医特色）工作模式。

（三）树立标杆，强化示范。发挥我市高校眼视光学科专业引领作用和山东省儿童青少年近视防控指导中心叠加优势，构建高水平、可复制的儿童青少年视力健康监测、预警和防控体系。

三、工作目标

通过实施儿童青少年近视防控“十大计划”，到2025年，全市儿童青少年总体近视率在2022年基础上保持逐年下降态势，总体近视率控制在50%以下。学生视力普查率、健康档案建档率、家长知晓率、护眼知识宣传率实现4个100%。全市儿童青少年视力健康管理工作的持续保持全省领先地位。

四、重点工作

（一）实施视力健康监测计划

1. 定期开展中小学生学习视力健康状况普查。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，及时将监测结果反馈至家长，指导做好视力异常就诊复查和干预。利用山东省儿童青少年近视防控平台，实现中小学生学习视力

健康档案建档率 100%，确保一人一档、档随人转。每年开展 1 次覆盖所有县（市、区）的学生常见病及健康影响因素监测，形成市、县学生视力情况、影响因素等分析报告。夯实学校卫生条件保障，按规定标准落实学生健康体检和视力监测。（责任单位：市教育局、市卫生健康委、市财政局；完成时限：长期坚持）

2. 前移干预关口。做好低龄儿童视力普查，做到早监测、早发现、早干预，0—6 岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达到 90%以上，逐步落实 0—6 岁儿童视力健康电子档案建档工作。（责任单位：市卫生健康委；完成时限：2023 年 12 月）

（二）实施试点示范带动计划

1. 用好科普场馆。发挥山东省儿童青少年近视防控指导中心（济宁市儿童青少年近视防控基地）优势，开展科普研学活动。用好医院、学校等眼科和视觉科普教育基地力量，开展近视防控科普干预。鼓励学校建设微缩版科普教育小屋，引导学生树立主动预防近视的理念。（责任单位：市教育局；完成时限：2023 年 12 月）

2. 推进省、市试点县（市、区）、校建设。争创省级儿童青少年近视防控试点县（市、区）3 个、试点校 35 所；遴选建设市级儿童青少年近视防控试点县（市、区）3 个、试点校 70 所，树立一批先进典型，总结推广一批好经验、好做法。（责任单位：市教育局；完成时限：2025 年 12 月）

（三）实施用眼健康素养提升计划

1. 组建宣传队伍。组建市级儿童青少年近视防控专家、教育行政部门、校（园）长、家长、大学生等 5 支宣讲队伍，主动进学校、进社区、进家庭，开展百人千场集中宣讲活动，扩大儿童青少年近视防控宣讲范围，提高宣讲成效。（责任单位：市教育局、市卫生健康委；完成时限：2023 年 12 月）

2. 丰富教育途径。每年举办近视防控宣传月、“爱眼日”主题活动，通过开展近视防控知识竞赛、短视频大赛、主题研学等活动，营造爱眼护眼的浓厚氛围。利用报刊、广播、电视、互联网、户外大屏、交通站点屏幕等，开展全方位近视防控科普宣传。开足开好健康教育相关课程，向学生讲授保护视力的意义和方法，积极利用新生入学第一课、学校校园网、广播、宣传栏等对学生开展科学用眼、护眼健康教育，提高其主动保护视力的意识和能力。支持鼓励成立学生健康教育社团，开展视力健康同伴教育。（责任单位：市教育局、市卫生健康委、济宁广播电视台；完成时限：长期坚持）

3. 培养良好用眼习惯。教育学生增强“每个人是自身健康第一责任人”的意识，主动学习掌握科学用眼护眼等健康知识，养成良好的健康习惯。学校每学期至少开展 1 次视力健康教育活动，严格组织全体学生每天上下午各做 1 次眼保健操，认真执行眼保健操流程，做眼保健操之前提醒学生注意保持手部清洁卫生，设立学生“视保员”或成立学生健康教育社团。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

4. 保障孩子睡眠时间。广泛宣传充足睡眠对儿童青少年健康成长的重要性，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。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

5. 强化合理膳食。推进全国健康学校、省级营养与健康学校、省级学校星级食堂建设，开展学校食堂营养健康计划，合理搭配鱼类、水果、绿色蔬菜等有益于视力健康的营养膳食。（责任单位：市教育局、市卫生健康委、市市场监管局；完成时限：长期坚持）

6. 规范学生坐姿和执笔姿势。认真落实加强规范书写汉字工作的意见，开展规范写字小学联系点骨干教师培训，举办小学生规范书写大赛，推动规范写字姿势的普及。教师要教会学生掌握正确的执笔姿势，督促学生读写时坐姿端正，监督并随时纠正学生不良读写姿势，提醒学生遵守“一尺、一拳、一寸”要求。（责任单位：市教育局；完成时限：2023 年 12 月）

（四）实施阳光体育促进计划

1. 强化体育课程开设。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，逐渐增加体育课时，鼓励基础教育阶段学校每天开设 1 节体育课。按照动静结合、视近与视远交替的原则，有序组织和督促学生在课间到室外活动或远眺，开展视觉追踪类体育活动项目，防止学生持续疲劳用眼。落实日常和寒暑假

学生体育家庭作业制度，切实保证中小學生每天校内、校外各 1 小时体育锻炼时间。（责任单位：市教育局、市体育局；完成时限：2025 年 12 月）

2. 开展阳光体育活动。大力发展学校特色体育活动，中小學校每天安排 30 分钟大课间体育活动，在全市中小學校普及跳绳项目，推广篮球、足球及武术等传统体育项目，开展体育活动“一校一品”“一校多品”创建，保障学生充足的户外体育活动时间。（责任单位：市教育局、市体育局；完成时限：2025 年 12 月）

3. 增加适合儿童青少年户外活动和体育锻炼的场地设施。着力构建五级全民健身设施网络和城市社区 15 分钟健身圈，统筹建设全民健身场地设施，方便群众就近就便健身。做好大型体育场馆儿童青少年免费开放工作，不断提升供给能力和服务水平。（责任单位：市体育局；完成时限：2025 年 12 月）

（五）实施学生课业减负计划

1. 减轻学生学业负担。持续推进“双减”工作，严格依据国家课程方案和标准组织安排教学活动，不随意增减课时、改变难度、调整进度。强化年级组和学科组对作业数量、时间和内容的统筹管理。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不得超过 60 分钟，初中不得超过 90 分钟，高中阶段也要合理安排作业时间。寄宿制学校要缩短学生晚上学习时间。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

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学校考试次数，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。学校要遵循教学规律，严格控制各学科测验次数，减轻学生课业负担和精神负担，克服以考代教。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

3. 坚持科学幼小衔接。幼儿园要遵循幼儿身心发展规律，树立科学保教理念，培育幼儿良好的卫生和用眼习惯。坚持以游戏为基本活动，合理安排幼儿一日生活，保证充足的睡眠和户外活动时间。小学要强化衔接意识，实施入学适应教育，起始年级合理安排内容梯度，采取游戏化、生活化、综合化等方式，强化儿童的探究性、体验式学习。幼儿园要坚决克服和纠正“小学化”倾向，小学起始年级必须按国家课程标准坚持零起点教学。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

4. 减轻学生课外学习负担。家长要配合学校切实减轻孩子负担，不要盲目参加课外培训、跟风报班，应根据孩子兴趣爱好合理选择，避免学校减负、家庭增负。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

（六）实施视觉条件改善计划

1. 改善视觉环境。严格执行山东省中小学校教室照明改造达标计划，完成教室、宿舍、图书馆（阅览室）等采光和照明改造。配备符合标准的可调节课桌椅，根据学生座位视角、教室采

光照明状况和学生视力变化情况，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。严格把关，规范使用符合视力健康要求的教科书、教辅材料、课业簿册、学龄前读物等学习用品。学校每月监测教室采光照明条件，确保教室照明条件符合国家标准；市、县采用“双随机、一公开”方式每年开展采光照明、课桌椅、多媒体显示等专项检查，发现问题并督促整改。（责任单位：市教育局、市卫生健康委、市市场监管局；完成时限：2023 年 12 月）

2. 科学合理使用电子产品。指导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%，布置作业不依赖电子产品，原则上采用纸质作业。（责任单位：市教育局；完成时限：长期坚持）

3. 加强行业监管。加大近视防控行业监管力度，开展眼科医疗服务行为监管，严厉打击虚假宣传、劣质产品和服务，加强验光配镜计量监管和眼视光等产品质量监管。严防相关验光配镜机构和其他商家进入校园开展商业宣传。（责任单位：市教育局、市卫生健康委、市市场监管局；完成时限：2025 年 12 月）

（七）实施家校联动普及计划

1. 引导家长共同开展近视防控。组织家校联动活动，开设近视防控家长课堂，发挥专家的指导作用，引导家长注重科学防控近视和儿童青少年良好行为习惯的养成。家长应当主动了解科

学用眼护眼知识，以身作则，减少陪伴时电子产品使用，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯。（责任单位：市教育局、市卫生健康委；完成时限：长期坚持）

2. 营造良好的居家视觉环境。为孩子提供符合国家标准、地方标准、行业标准的灯光照明和写字桌椅，桌椅摆放和照明安装符合孩子用眼健康需求；认真观察孩子用眼习惯，发现视力异常的，及时带孩子到正规医疗机构就诊。（责任单位：市教育局、市卫生健康委；完成时限：长期坚持）

3. 增加户外活动和锻炼。家长要营造良好的家庭体育运动氛围，积极引导孩子进行户外活动或体育锻炼，使其在家时每天接触户外自然光的时间达 60 分钟以上。鼓励支持孩子参加各种形式的体育活动，督促孩子认真完成体育家庭作业，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。（责任单位：市教育局、市体育局；完成时限：长期坚持）

（八）实施中医特色干预计划

1. 发挥中医药防治作用。推广具有中西医结合特色的省、市、县“三级监测、三级预警和三级防控”技术体系，落实《儿童青少年近视中西医结合防控诊疗指南》《儿童青少年近视治未病干预方案》，到 2025 年建设不少于 20 个小儿推拿视力康复基地，开展中医适宜技术防控近视试点工作。（责任单位：市卫生健康委；完成时限：2025 年 12 月）

2. 加强近视防控中医适宜技术推广。落实《儿童青少年近

视防控适宜技术指南》《山东省儿童青少年近视防控适宜技术推广技术指导手册》要求，推广经皮穴位电刺激、耳穴压豆等中医药适宜技术，探索开展中医适宜技术干预效果监测评估。（责任单位：市卫生健康委、市教育局；完成时限：长期坚持）

3. 开展近视中医防控宣传。加强中医防控近视宣教专家库建设，深入开展中医综合防控儿童青少年近视专家宣讲。（责任单位：市卫生健康委、市教育局；完成时限：长期坚持）

（九）实施健康队伍培养计划

1. 强化专业人才培养。支持济宁医学院、济宁职业技术学院等学校完善眼视光医学、眼视光学、眼视光技术、视觉训练与康复等专业设置，扩大相关专业招生规模。支持视光师培养，确保每个县（市、区）均有合格的视光专业人员提供规范服务。在有条件的社区设立近视防控站点。（责任单位：市教育局、市卫生健康委；完成时限：长期坚持）

2. 加强校医配备。切实发挥校医在近视防控工作中的作用。按照《学校卫生工作条例》标准配齐中小学校医，鼓励各县（市、区）通过公开招聘、协调医疗机构派驻专业人员等方式配齐中小学校医，或通过政府购买服务方式提供相关服务。健全完善校医职称评审政策，畅通校医发展通道。（责任单位：市委编办、市教育局、市人力资源社会保障局、市卫生健康委按照职责分工开展工作；完成时限：2025 年 12 月）

3. 开展专业人员培训。建立全市学校卫生专业技术人员电

子档案。开展近视防控能力培训，2024 年年底前实现全市中小学校卫生专业技术人员培训全覆盖。对眼科医生、儿童保健医生、社区医生和校医等进行近视防控适宜技术培训。（责任单位：市教育局、市卫生健康委按照职责分工开展工作；完成时限：长期坚持）

（十）实施科技创新建设计划

1. 强化专业机构力量。各县（市、区）加强疾控机构学校卫生科所、眼科医疗机构、区域中小学校卫生保健机构、近视防控专门机构、中医医疗机构、妇幼保健机构和综合医院眼科建设，开展儿童青少年近视及危险因素监测和干预。（责任单位：市卫生健康委、市教育局；完成时限：2023 年 12 月）

2. 强化创新平台建设。支持争创省、市视力健康重点实验室。积极争创省眼视光与青少年视力低下防控临床医学研究中心、省眼科疾病临床医学研究中心等平台。鼓励争创国家临床医学研究中心（分中心）或国家工程研究中心等国家级平台。（责任单位：市科技局、市发展改革委、市卫生健康委；完成时限：2025 年 12 月）

3. 推进视力健康科学研究。全面开展近视基础、临床和工程技术研究，以及防控新技术、新器械、新药品研发，形成重大研究成果。安全、科学推进低浓度阿托品、角膜塑形镜等延缓近视发展手段的使用。利用近视防控大数据资源，开展全市儿童青少年近视防控影响因素研究，每年形成全市儿童青少年近视情况分析报告。（责任单位：市科技局、市教育局、市卫生健康委按

照职责分工开展工作；完成时限：2025 年 12 月）

五、保障措施

（一）加强组织领导。建立健全工作协调配合机制，定期研究近视防控工作，统筹推进各项工作落实。各县（市、区）政府（管委会）负责本地儿童青少年近视防控措施的落实，主要负责人要亲自抓近视防控工作。

（二）加大经费投入。各县（市、区）要加大对儿童青少年近视防控经费投入力度，做好视力检查设备更新、办学条件改善、眼健康科普、学生体检等各项工作，确保试验区建设工作有序推进。

（三）强化督导考核。将儿童青少年近视防控工作纳入对县级人民政府履行教育职责评价的重要内容，将近视防控成效纳入学校、班级、教师评价体系。开展近视防控督导检查，进一步夯实属地、教育行政部门、学校、学生及家长四方责任。

抄送：市委各部门，市人大常委会办公室，市政协办公室，市监委，
市法院，市检察院，济宁军分区。

济宁市人民政府办公室

2023年8月25日印发
