湖北省中小学生视力健康管理

学校行动处方

（本处方适用于小学、初中和高中学校）

**加强视力健康管理。**按照教育部《中小学学生近视眼防控工作岗位职责》要求（教体艺〔2008〕7号），建立健全校领导、班主任、校医（保健教师）、家长代表、学生视力保护志愿者代表为一体的视力健康管理队伍，进一步加强领导，明确和细化工作职责。将近视防控知识融入课堂教学、校园文化和学生日常行为规范。加强医务室（卫生室、校医院、保健室等）力量，按标准配备校医和必要的药械设备及相关监测检查设备。

**减轻学生学业负担。**严格依据国家、省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，不得随意增减课时、改变难度、调整进度，不断提高课堂教学效益。统筹管理年级组和学科组作业数量、时间和内容。小学一、二年级不布置书面家庭作业，其他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，高中阶段合理安排作业时间。寄宿制学校要缩短学生晚上学习时间。科学布置作业，提高作业设计质量，促进学生完成好基础性作业，强化实践性作业，减少机械、重复训练，不得使学生作业演变为家长作业。

**加强考试管理。**义务教育学校实行免试就近入学。义务教育阶段校内统一考试次数，小学一、二年级不举办任何形式的统一考试，其他年级每学期可举办1次语文、数学、外语学科全校统一考试。高中每学期可进行期中和期末2次全校或全年级的学科考试。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；严禁假借各种名义擅自组织考试选拔学生。

**改善视觉环境。**严格按照《学校安全与健康设计通用规范》和《中小学校教室采光和照明卫生标准》相关规定，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。学校教室照明卫生未达标的，要实现100％达标；鼓励采购符合标准的可调节课桌椅和坐姿矫正器，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境。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。

**坚持眼保健操等护眼措施。**中小学校要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。教师要教会学生正确掌握执笔姿势，提醒学生遵守“一尺、一拳、一寸”要求，督促学生读写时坐姿端正，及时纠正学生不良读写姿势。教师发现学生出现看不清黑板、经常揉眼睛等迹象时，要了解其视力情况。

**强化户外体育锻炼。**强化体育课和课外锻炼，确保中小学生在校每天1小时以上体育活动时间。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。中小学校每天安排30分钟大课间体育活动。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时到室外活动或远眺，防止学生持续疲劳用眼。全面实施寒、暑假学生体育家庭作业制度，督促检查学生完成情况。

**加强学校卫生与健康教育。**按照教育部《中小学健康教育指导纲要》（教体艺〔2008〕12号）要求，开齐开好《体育与健康》课程，向学生讲授保护视力的意义和方法，提高其主动保护视力的意识和能力，积极利用学校闭路电视、广播、宣传栏、家长会、家长学校等形式对学生和家长开展科学用眼护眼健康教育，通过学校和学生辐射教育家长。培训培养健康教育教师，开发和拓展健康教育课程资源。支持鼓励学生成立健康教育社团，开展视力健康同伴教育。

**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。学校教育本着按需的原则合理使用电子产品，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%。

**定期开展视力监测。**小学要接收医疗卫生机构转来的儿童青少年视力健康电子档案，确保一人一档，并随学籍变化实时转移。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，对视力异常的学生进行提醒教育，为其开具个人运动处方和保健处方，及时告知家长带学生到眼科医疗机构检查。做好学生视力不良检出率、新发率等报告和统计分析，配合医疗卫生机构开展视力筛查,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。