

见习记者 乔一萌

近年来,我国中小学生近视呈现高发、低龄化趋势,学生的近视问题,已成为一个关系国家和民族未来的大问题。2018年,习近平总书记对学生近视防控工作作出重要批示,强调要“共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来”。今年,教育部发布《全国儿童青少年近视防控光明行动倡议书》,提倡关注儿童青少年视力。

上海高度重视近视防控工作,出台行动方案,打响“视力保卫战”——持续加大对儿童近视防控的力度:改造学校教室灯光、建立儿童屈光发育档案、改善课桌椅配置和制订实施簿册新标准、增加学生户外活动时间等,各校为此作出诸多探索,有165所学校被评为上海市儿童青少年近视防控示范校。

为了给孩子们一个明亮的未来,上海,正努力让他们“目”浴阳光、“视”界明亮。



# 许孩子一个明亮的未来

## ——上海各级学校开展“视力保卫战”态势良好

### 静安区广中新村幼儿园

#### 成立近视干预组,线上线下相结合



面对近视率逐年增长的现象,幼儿园应该如何做?静安区广中新村幼儿园作为上海市儿童青少年近视智慧精准综合干预学校,在近视防控工作上,及时发现,从园长到教师,动足脑筋,让孩子们的问题可防、可控。广中新村幼儿园经过统计,2018年至2020年,幼儿近视率每年都有微量增长。

针对该问题,幼儿园总结出如下原因:一是家长宣传工作质量力度不够,家园合作欠缺。二是课余时间孩子参与过多培训,造成用眼疲劳。三是疫情暴发期间过度使用电子产品,户外运动不足。

有反思,就有对策。幼儿园认真调研,采取了诸多对策。

首先,成立了园级近视干预工作组——由园长领导,将保健指导、课程配置和资源保障等各项近视防控工作分解,下放至各位教师和保育员。工作组内

部从上而下,人人各司其职,集思广益,全方位保护孩子们的双眼。

除此以外,幼儿园有计划地开展主题春秋游、周末亲子运动会等亲近相关主题活动,让孩子们在活动的同时,放松双眼。在环境、饮食上,也进行了调整:在每个班级设置了植物角,让孩子们看见绿色;根据膳食平衡的原则,每月为幼儿提供食材不少于120种,每周安排一次护眼营养餐。

值得一提的是,幼儿园还利用线上APP,进行家校联动,让家长也参与到近视防控工作中:在“掌通家园”APP上,幼儿园开设了“天天运动打卡”行动,让家长与孩子在家共同运动,如每天散步半小时,周末走进大自然等。完成后,教师在APP上进行统计,打卡满足一定数量,便可换取“棋宝护眼勋章”。

近视虽不可逆,但可防可控。广中新村幼儿园希望通过努力,让每位孩子拥有一双明亮的眼睛。

### 普陀区上河湾幼儿园

#### 推送微信公众号,篇篇授护眼妙招

在特殊的“抗疫”时期,孩子们不能到户外享受大自然的拥抱,势必增加了在家与电视机、手机、平板电脑等电子产品接触的时间。长时间在室内不良光线环境下使用双眼,会加深用眼疲劳,导致视力异常的发生。

普陀区上河湾幼儿园想家长所想,急家长所急,精心推出了“明眸‘EYE’眼、‘睛’彩童年”系列微信推送,从不同角度入手,细致介绍了孩子护眼常识。

在微信推送中,幼儿园教给家长许多护眼小妙招。例如,通过教家长识别光线,让家长在家为孩子创设正确的阅读、游戏等用眼环境。再如,改编“眼球操”,让幼儿园教师录制做操视频并推送到微信公众号,呼吁孩子们在家坚持锻炼,放松眼部肌肉。

上河湾幼儿园也密切关注幼儿的膳食。在微信推送中,幼儿园介绍多种儿童的护眼营养素及其



功效,通过健康、营养的膳食补充,为孩子们视力和身体的健康加分。

在推出了6款护眼菜肴后,幼儿园还向幼儿家长发起厨艺比武倡议书。家长们纷纷发挥创意,以护眼元素为主题,设计在家中简单

易行,易于推广的菜肴,通过录制视频展示制作过程,介绍设计思路,为幼儿的护眼工作出谋划策。

家园联动,齐心协力。上河湾幼儿园与家长一起帮助孩子们健康护眼。

### 松江区中山小学

#### 近防工作写进学校计划,护眼知识融入创新项目



防控学生近视是一项系统工程,需要持续不断推进,才能保证防控视力取得成效,让每个孩子都有一双明亮的眼睛和光明的未来。松江区中山小学坚持“预防为主,防治结合”的原则,开展“我与好习惯同行”主题活动,并把学

生卫生习惯养成教育作为学生德育的一个重要方面,专门进行了项目化专项研究,收到了一定成效。

学校首先成立了以校长为组长,分管校长为副组长及各个职能部门、年级组长、班主任和保健

教师为组员的“学校卫生工作领导小组”,学校卫生工作有制度、有计划、有总结,把视力防控工作写进年度卫生工作计划。

另外,学校将跨学科融合融入“亮眼看世界,共筑护眼墙”主题项目。意在为学生们创设一种情境,让他们可以缩小并到人类的眼睛里去进行一次主题派对。学生们根据自己的喜好结成小组,根据眼睛的功能、眼睛的疾病、眼睛的保护措施等类别进行探究,并用自己喜欢的方式来向大家介绍探究的成果。在学习的过程中,学生们会经历微课学习、采访眼科医生、调研戴眼镜的人、去药店实地考察、感受失明后的状态等实践——学校认为,只有进行对眼睛相关主题问题的探究,学生们才愿意改变,学校的最终目的,是想让学生懂得对眼睛的保护,对近视的防护。

眼睛是心灵的窗户,为了呵护学生的这扇“窗”,上海市教育委员会出实招、抓细节、强推广,各学校意识强、方法多、措施实,家长学生积极配合、全员参与,全市学生“视力保卫战”有效推进,呈现了良好态势,也必将取得决定性胜利。

