

# 学校预防近视眼工作计划

## 篇1：学校预防近视眼工作计划

为了贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，切实加强学生视力保护工作，针对当前学生视力日趋下降的状况，根据上级要求，特制定防近工作计划和措施如下：

### 一、计划

1、成立以校长为组长的防近领导小组，组织全体教师学习《中小学学生近视眼防控工作方案》《中小学学生近视眼防控工作岗位职责》和《中小学学生预防近视眼基本知识与要求》，并结合学校实际情况，向师生和家长进行保护视力的宣传教育。同时，将近视防控工作中各相关责任人的职责要求下发到每个人手中，形成人人参与、齐抓共管的近视防控氛围。

2、班主任、任课教师要时刻对学生开展“防近”教育，教育学生保持正确读写姿势和合适的执笔角度，养成良好的用眼卫生习惯，注重选择良好的用眼视觉环境。学校购置新的眼保健操图解，悬挂于各教室，班主任和体育教师严格督促学生每天上下午做一次眼保健操。同时，督促学生保证作息、睡眠时间、均衡营养，开展阳光体育运动，加强锻炼。

### 二、措施

1、学校后勤部门要及时检查、修理及更换老化的灯管，确保教室采光照度符合国家标准，照明度分布均匀。同时配合班主任及时根据学生身高，调节课桌椅高度。

2、每学期定期对学生进行视力检查，发现下降，动员学生尽快到医院眼科做进一步检查和纠正。

3、课桌椅符合卫生标准，桌凳高度与学生身高的比例相称，每两周调换学生座位一次。

4、认真做好眼保健操，任课教师在课堂上能随时纠正学生不良用眼习惯。

5、要求教师做到“三不”：（1）上课板书工整、字迹不要过小；（2）充分发挥课堂教学效率，不拖堂；（3）严格执行课表，不变相占用学生的活动课时间。

## 篇2：学校预防近视眼工作计划

### 目标

本工作计划的目标是帮助学校预防近视眼问题，保护学生的视力健康。

### 概述

近年来，近视眼在学生中的发病率呈上升趋势，对学生的学习和生活产生了负面影响。为了解决这一问题，学校制定了以下的工作计划。

### 1.提高学生对近视眼的认识

-开展近视眼知识教育活动，包括在班级和学校范围内开展宣传活动，介绍近视眼的病因、症状以及预防方法。

-邀请专业医生或眼科专家进行讲座，向学生和家长普及相关知识。

### 2.优化教学环境

-检查课室照明设施，确保光线充足而无眩光。

-设置合适的课桌椅高度和距离，提供舒适的学习环境。

-鼓励学生每隔一段时间休息眼睛，进行眼部放松运动。

### 3.引导正确用眼行为

-开展眼保健操和眼部按摩活动，帮助学生缓解长时间用眼带来的不适。

-呼吁学生适度使用电子产品，限制长时间近距离使用电子设备的时间。

-鼓励学生进行户外活动，增加户外视觉刺激和远视训练。

### 4.配合家庭共同关注眼健康

-发放近视眼防护知识手册给学生家长，引导他们与学校共同关注学生眼健康。

。

-鼓励家长定期带孩子到专业眼科机构进行眼健康检查。

### 5.监测和评估工作效果

-定期进行学生近视眼的调查和统计分析，监测工作效果。

-根据调查结果，及时调整工作计划，改进工作方法。

### 结论

通过学校防止近视眼工作计划的实施，我们将提高学生对近视眼的认识，优化教学环境，引导正确用眼行为，并与家庭共同关注眼健康。相信这些措施能有效降低学生近视眼发病率，保护他们的视力健康。

## 篇3：学校预防近视眼工作计划

### 1.背景和目标

随着社会的发展和科技的普及，近视眼问题在学生群体中日益突出。为了保障学生的视力健康，本方案旨在制定一系列的预防近视眼工作措施，减少学生近视眼的发生率。

### 2.措施和计划

#### 2.1提高学生的视力保护意识

-在学校的宣传栏、班级公告板等明显位置张贴视力保护宣传海报，提醒学生注意保护视力的重要性。

-组织学生参加近视眼防控知识讲座和宣传活动，增强他们对近视眼危害的认识。

-在每年的开学季和假期前，向学生和家长发放近视眼防控知识手册，提供视力保护的实用建议。

#### 2.2建立科学的课堂用眼环境

-定期检查学校教室的照明设施，确保光线明亮、稳定，避免过强或过弱的照明对学生眼睛造成伤害。

-对学生的座位和黑板之间的距离进行合理规划，确保学生在课堂中能够保持适当的离焦距离。

-鼓励教师采用多种教学方式，如投影仪、幻灯片等，减少学生长时间盯着书本和黑板造成的视力负担。

#### 2.3加强户外活动和眼部锻炼

-定期组织学生进行户外运动活动，如晨跑、球类运动等，增加阳光暴晒时间，有助于预防近视眼。

-在每节课或每天上下学时，设置眼部放松操或眼保健操，帮助学生缓解眼部疲劳，促进眼球运动和血液循环。

#### 2.4健康用眼提醒和辅导

-每个学期定期组织学生进行视力检查，及时发现和跟进学生近视眼情况。

-学校建立用眼健康档案，记录学生的视力情况和健康指导意见，为学生提供

个性化的用眼保健方案。

-学校医务室定期开展视力保健指导，向学生和家长提供近视眼防控知识和实施建议。

### 3.资金和资源支持

学校将从校内预算中拨专项资金用于视力保护工作。同时，充分发挥社会资源，如社会捐赠、专家支持等，提供技术指导和知识支持。

### 4.评估和改进措施

每学年末，学校将对近视眼预防工作进行评估和总结，根据评估结果对工作方案进行适当的调整和改进，以不断提高近视眼预防工作的效果。

以上是学校近视眼预防工作方案的大致内容和计划，希望能够借此减少学生近视眼的发生率，为他们提供一个良好的视力保护环境。

## 篇4：学校预防近视眼工作计划

### 一、计划背景

随着科技的迅猛发展，电子产品的普及使得学生的用眼负担日益加重，近视眼的发病率逐年上升。根据国家卫生健康委员会的统计数据，2020年我国青少年近视率已达到53.6%，其中小学生近视率为36.5%，初中生为71.4%，高中生为81.0%。这一现象不仅影响了学生的学习和生活质量，也给家庭和社会带来了沉重的负担。因此，制定一项切实可行的预防近视眼工作计划显得尤为重要。

### 二、工作目标

本计划旨在通过一系列有效的措施，降低学生近视眼的发生率，提高学生的用眼健康水平。具体目标包括：

- 1.在三年内将学生近视率降低5%。
- 2.提高学生对用眼卫生知识的认知率，达到90%以上。
- 3.增强家长对近视预防的重视程度，开展相关知识宣传活动，覆盖率达到80%。

### 三、实施步骤

- 1.建立组织机构

成立学校近视预防工作领导小组，负责统筹规划、组织实施和监督评估。小组成员包括校领导、班主任、健康教育教师、心理辅导教师及家长代表。定期召开会议，讨论工作进展和存在的问题，确保各项措施的落实。

## 2.开展宣传教育

通过多种渠道开展近视预防知识的宣传教育活动。利用校园广播、宣传栏、班会等形式，向学生普及用眼卫生知识和近视预防的重要性。定期邀请眼科专家进行讲座，增强学生和家长的认知。

## 3.规范用眼行为

制定《学生用眼卫生规范》，明确学生在课堂、课间及课外活动中的用眼要求。鼓励学生在学习过程中保持正确的坐姿，保持适当的阅读距离，避免长时间近距离用眼。班主任应定期检查学生的用眼习惯，并给予指导。

## 4.增加户外活动

研究表明，增加户外活动时间有助于预防近视。学校应制定户外活动计划，确保每天至少有1小时的户外活动时间。鼓励学生参加体育锻炼，增强体质，减少近视发生的风险。

## 5.定期视力检查

建立学生视力健康档案，定期组织视力检查。每学期至少进行一次视力筛查，及时发现视力问题并进行干预。对视力不达标的学生，及时通知家长，并建议就医。

## 6.家校合作

加强与家长的沟通，定期召开家长会，宣传近视预防知识。鼓励家长关注孩子的用眼习惯，配合学校的工作，共同营造良好的用眼环境。发放《家长用眼卫生指南》，帮助家长了解如何在家庭中预防近视。

## 7.评估与反馈

建立评估机制，定期对近视预防工作进行总结和反思。每学期对学生的视力情况进行统计分析，评估各项措施的有效性。根据评估结果，及时调整和优化工作方案，确保预防工作持续有效。

## 四、数据支持

根据相关研究，户外活动时间与近视发生率呈负相关关系。每增加2小时的户外活动，近视发生率可降低10%。此外，良好的用眼习惯能够有效降低近视的风险。通过对

学校近视预防工作的实施，预计在三年内可实现近视率降低5%的目标。

## 五、预期成果

通过本计划的实施，预期将实现以下成果：

- 1.学生近视率显著降低，达到预定目标。
- 2.学生对用眼卫生知识的认知水平显著提高，形成良好的用眼习惯。
- 3.家长对近视预防的重视程度提升，积极参与到孩子的用眼健康管理中。

## 六、总结

学校预防近视眼工作计划的实施，将为学生的健康成长提供有力保障。通过多方合作、科学管理和持续努力，力争在未来的工作中取得更好的成效，为学生创造一个更加健康的学习环境。

## 篇5：学校预防近视眼工作计划

为了贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，切实加强学生视力保护工作，使我校学生近视的发生率明显下降的工作目标，依据教育部特制定《中小学学生近视眼防控工作方案》及《中小学学生近视眼防控工作岗位职责》、《中小学学生预防近视眼基本知识及要求》。针对当前我校实际情况，特制定防近视工作计划：

### 一、加强领导，提高认识。

学校成立了预防近视工作领导小组，校长任组长，副校长由德育副校长和教学副校长及工会主席担任，成员包括科室主任、年级组长和班主任、团委书记等。分工明确，责任到人。形成了从上到下，从领导到教师到学生，齐抓共管的防治体系。全校师生要充分认识做好保护视力、预防近视工作的重要性。要把预防近视工作作为推进素质教育，促进学生身心健康的重要内容之一，高度重视这项工作。

### 二、加大宣传，普及知识。

学校将按照教育部《中小学学生预防近视眼基本知识及要求》，在师生及家长中，广泛、深入开展视力保护宣传教育。充分利用校园广播、板报、墙报、班会、宣传栏、国旗下讲话等多种形式，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。教师要懂得防治近视眼的知识，熟悉有关制度和措施，培养学生良好用眼卫生习惯。向家长宣传保护视力的重要性和预防方法，积极争取和动员家长及社会的参与，扩大宣传效果，形成全社会都来重视并参与预防近视工作的良好局面。

### 三、建立制度，强化保健。

学校制订预防近视工作实施方案和相应的规章制度，强化预防近视工作深入开展。建立眼保健操的检查评比制度，强化对学生眼保健操的检查，随时纠正学生读写姿势，促使学生培养良好的读写习惯和用眼卫生习惯。合理安排好课程与活动，组织形式多样的课外体育活动，保证学生每天有一小时的体育活动时间。建立定期视力监测制度。建立家校联系制度，把每学期视力检测结果通知家长，督促家长一起教育与培养学生注意用眼卫生，形成良好习惯。每天眼保健操检查结果纳入班级一日常规考核之中。做眼保健操应注意双手干净，做到穴位准确、手法正确、力度适当。建立学生课桌椅调整制度，每学期初专人检查各班落实情况，从根本上保证近视得到有效预防。

学校按照《中小学学生近视眼防控工作方案》中关于用眼卫生对环境的要求，切实改善学校教室采光与照明、课桌椅配置、黑板等教学条件。保证教室内所有学生合理的用眼距离，提供符合标准的教室采光要求以及照明设备，提供与学生身高相符合的课桌椅，教室黑板做到完整无破损、无反光。

#### 四：具体措施：

1、学校确保教室采光照明符合国家标准，照明度分布均匀。同时配合班主任及时根据学生身高，调节课桌椅高度。

2、定期检查视力，校医室每学年对学生视力状况进行两次检查，做好登记。对有视力下降趋势和轻度近视的学生进行分档管理，并有针对性地实施相关防近措施。发现下降，及时向家长反馈信息，督促学生尽快做进一步检查和纠正。

3、课桌椅符合卫生标准，桌凳高度与学生身高的比例相称，每月调换学生座位一次。

4、认真做好新版眼保健操，积极推广家庭护眼按摩操，力求按揉穴位要准确，手法要适当，用力不要过轻过重，以穴位感到酸胀为宜。教师随时纠正学生不良用眼行为及习惯。

5、要求教师做到“三不”：（1）上课板书工整、字迹不要过小；（2）充分发挥课堂教学效率，不拖堂；（3）严格执行课表，不变相占用学生的活动课时间。

6、培养学生良好的用眼卫生习惯：读写时保持正确体位和姿势，做到三个“一”（眼书距离一尺，胸与桌后缘一拳，手距笔尖一寸），坚持“二要，二不要”，“二要”是：（1）读写姿势要端正，眼离书本距离一尺；（2）连续读书1小时应休息或远眺10分钟。“二不要”是：（1）不要在光线暗或直射阳光下看书、写字，不要边吃饭边看书；（2）不要在走路、躺卧和晃动的车上看书，看电视要有节制。

7、保证体育活动的时间和质量。坚持学生每天一小时体育锻炼制度。保质保量上好体育课，认真开展丰富多彩的户外体育活动，切实保证学生每天参加一小时大课间阳光体

育活动。强健的体魄不仅可以避免全身性疾病，而且也有利于眼球的正常发育。另外，要加强营养，防止过劳，生活要有规律。

8、劳逸结合，按时作息。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。保证学生每天至少有8小时睡眠。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。严格控制考试的科目与次数，限制课外作业量。每科每天的作业量不超30分钟。

9、做好家长与社会宣传工作，向家长宣传保护视力的重要性和方法，使家长能为学生创造良好的学习条件，督促学生合理安排时间。