

2023年预防近视工作计划书(模板8篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

预防近视工作计划书篇一

为贯彻落实《亳州市综合防控儿童青少年近视工作实施方案的通知》文件要求，为全面实现素质教育，促进中小学生身心健康发展，有效降低近视率，阻止不良视力在青少年中的发展趋势，提高广大青少年科学用眼意识，形成良好的自我保健习惯，增强青少年眼睛保护能力，结合我校实际情况特制此方案。

通过开展第24个全国“爱眼日”活动，普及科学用眼知识，降低青少年近视率，提高青少年健康水平，树立“学校教育，健康第一”的指导思想，倡导预防近视从今天开始，从一点一滴做起，真正体会到明亮眼睛带来的幸福和快乐。

通过宣传标语、黑板报、班队活动、学校及班级qq群微信群等形式多样的宣传教育渠道，创设各种教育活动，介绍近视的危害，近视的预防，教育广大青少年在学习、生活中正确用眼、爱眼、护眼，掌握眼保健的基本知识和方法，达到保护视力，减少眼疾，普及康复知识，增强青少年真假性近视的科学防治方法，提高爱眼护眼意识。促进科教兴国战略的实施以提高全民素质的目的。

(一) 学校近视防控工作重中之重。

按照《亳州市综合防控儿童青少年近视工作实施方案的通知》

要求，做好防近宣传教育工作，每学期初为防近宣传月，将其列入学校工作计划；保证每天一次眼保健操；学生读写姿势正确率应到90%以上。并将班级检查结果与年终考核评比挂钩，并树立防近典型，优秀的班级将被评为校级典型。

（二）做好宣传、管理工作

1、利用广播，进行有关保护视力以及预防近视的保健知识讲座，开展丰富多彩的宣传活动的，如板报、知识竞赛、班队活动等，从而使学生懂得护眼常识，用眼卫生，自觉预防近视，提高视力水平。

2、建立健全眼保健操制度。将每天一次眼保健操时间纳入课表，组织学生认真做好眼保健操，以达到其预期的效果。

3、各班必须根据教室采光照明情况和学生视力变化情况，每周调整一次学生座位，每学期根据学生身高变化，及时调整课桌椅高度。

4、让学生坚持每天一小时的体育锻炼，保证体育课的质量，切实保证每位学生都能得到真正有效的体育锻炼。

5、保证教室内所有学生合理的用眼距离，黑板应与第一排课桌保持2米以上的距离，后排课桌后缘与黑板的水平距离：不超过8米。

（三）做好普查工作

开学第二周各班对学生进行视力普查工作，要求详细记录、及时统计，并将普查结果及时反馈给学校及家长，做好学生视力不良检测率、新发病率等各类指标的统计分析，对有视力下降趋势和轻度近视的学生进行分档分析与管理，通过爱眼活动，有针对性地实施相关防近措施。建立教师全员参与，学校、家长联动的机制，形成共同做好学生防近工作

的合力。

（四）将学生_防近_工作提上议事日程，严格规范_防近_工作。

1. 学校成立“防近”工作领导小组

以此形成学校领导、教师、学生人人重视，齐抓共管的_防近_工作机制。将学生视力保护工作纳入学校管理、教师管理和班级管理内容，落实各有关人员的职责。把“防近”工作作为提高我国人口素质，推动健康事业发展的重要工作列入议事日程，与学校的各项工作同研究、同部署、同实施。主要领导亲自抓，分管领导具体抓，责任落实到人，确保“防近”工作的顺利开展。

2. 制定科学合理的学生在校作息时间表。严格按照规定的课程计划，安排每周的课程和作息时间。根据学生学习习惯和生活规律，安排每天的课程与活动。联系和告知家长。保证学生每天有充足的睡眠时间。

3. 教师应将培养学生良好用眼卫生习惯，并把“防近”工作贯穿于整个课堂教学中，随时纠正学生不良读书、写字姿势，帮助学生建立良好的用眼卫生习惯和行为。同时做好减轻学生课业负担工作。改进教学方法，提高教学的质量和效率，切实做到不拖堂。严格控制课外作业量。不随意增加学科教学学时，不占用节假日、双休日和寒暑假组织学生上课。学校要统筹学生的家庭作业时间。小学一、二年级不留书面家庭作业，其他年级书面家庭作业控制在60分钟以内。

4. 通过召开家长会的形式向家长宣传保护视力、预防近视的知识和方法，指导和建议家长为学生提供有利保护视力的学习环境，控制学生近距离用眼时间，例如看书、写字、看电视、用计算机等，及时纠正不良的用眼卫生习惯。

预防近视工作计划书篇二

以学校为单位，以保健所20xx-20xx学年度中小学生体质检测统计数据为基础，遏制学生视力不良新发率的上升趋势。

(一)策略

1、全方位地开展保护学生视力的宣传教育、使保护视力工作成为学校、家庭、学生个体齐抓共管的系统工程。

2、做好保护学生视力工作，是实施素质教育的重要组成部分。切实减轻学生课业负担，保证学生身心健康发展。

(二)措施

1、加强保护视力的宣传教育。

(1)将发生近视眼的原因、近视眼的危害、近视眼的预防和矫治等方面的卫生知识，对不同年龄段的学生，各有侧重的进行教育，以增强学生的自我保健能力，培养良好的用眼习惯。

(2)教师要懂得防治近视眼的知识，熟悉学校的有关规章制度和措施，人人担负起教育和培养学生养成正确用眼卫生习惯的责任。建议学校应将此作为奖励教师的考核条件之一。

(3)加强宣传工作，使全社会特别是家庭广泛地重视保护学生视力的工作。加强家庭的督促作用，建议学校每月都要进行防近工作宣传，每学期开学都要进行集中宣教，深入开展保护视力的宣传活动。每年6月6日为“爱眼日”，学校能组织相关活动。

2、制度的制定与实施(各校要制定本校的防近工作计划，抓落实，抓实效，学年末做好经验总结)。

(1)每学期至少进行视力监测一次，并将检查结果通知家长。认真做好患病率、发病率、恢复率等各类情况的统计分析，进行分档管理。

(2)定期进行用眼卫生检查，随时纠正学生读写姿势，与家长取得联系，建议家长对学生多督促，促使学生培养良好的读写习惯，使他们自觉的注意用眼卫生习惯。

(3)做好眼保健操的检查工作。

(4)依据教育过程卫生的原则，按照动静结合，视近与视远交替的原则安排好课程与活动。

(5)采取多种形式广泛开展课外体育活动，保证学生每天有一小时的体育活动时间，保证每周3学时体育课不能随意占用。

(6)对教学环境进行定期监测，及时检修照明设备，黑板，规定板书要求(字体大小、整齐等)，制定每月轮换学生座位的制度，及时调整课桌椅高度。

3、积极创造条件，改善学习环境条件。

(1)按照教育部《中小学学生近视眼防控工作方案》的要求，努力改善校舍环境及教室的采光照明条件。

(2)逐步配齐和调整符合标准的课桌椅。

4、疾病预防控制机构加强视力监测和技术指导

(1)根据国家疾病控制报表的要求，做好定点监测及报表的汇总、分析、上报和反馈等工作。

(2)定期监测与评估学校对学生视力不良的预防干预工作。

5、卫生监督部门加强监督与指导。保健所结合体质监测和下

校视导和科研工作，及时与学校交流经验，共同做好防近工作。

预防近视工作计划书篇三

儿童青少年是祖国的未来和民族的希望。近年来，由于手机、电脑等带电子屏幕产品（以下简称电子产品）的普及，中小学生课内外负担加重等因素，我国儿童青少年近视率居高不下、不断攀升，近视低龄化、重度化日益严重，已成为一个关系国家和民族未来的大问题。防控近视需要政府、学校、医疗卫生机构、家庭、学生等各方面共同努力，需要全社会行动起来，共同呵护好孩子的眼睛。根据_、_部署，为综合防控儿童青少年近视，现提出以下实施方案。

到20xx年，力争实现全国儿童青少年总体近视率在20xx年的基础上每年降低个百分点以上，近视高发省份每年降低1个百分点以上。

到2030年，实现全国儿童青少年新发近视率明显下降，儿童青少年视力健康整体水平显著提升，6岁儿童近视率控制在3%左右，小学生近视率下降到38%以下，初中生近视率下降到60%以下，高中生近视率下降到70%以下，国家学生体质健康标准达标优秀率达25%以上。

（一）家庭

家庭对孩子的成长至关重要。家长应当了解科学用眼护眼知识，以身作则，带动和帮助孩子养成良好用眼习惯。0—6岁是孩子视觉发育的关键期，家长应当重视孩子早期视力保护。

增加户外活动和锻炼。让孩子到户外阳光下度过更多时间，能够有效预防和控制近视。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，使其每天接触自然光的时间达60分钟以上，已患近视的孩子应进一步增加户外

活动时间，延缓近视发展。鼓励支持孩子参加体育冬夏令营等各种形式的体育活动，掌握1—2项体育运动技能，引导孩子养成终身锻炼习惯。督促孩子认真完成寒暑假体育家庭作业。

控制电子产品使用。家长陪伴孩子时尽量减少使用电子产品。有意识地控制孩子特别是学龄前儿童使用电子产品，单次不宜超过15分钟，每天累计不宜超过1小时，避免孩子学习和娱乐活动过多使用电子产品。

减轻课外学习负担。配合学校切实减轻孩子负担，根据孩子兴趣爱好合理选择课外培训，杜绝盲目参加培训。坚决避免学校减负、家庭增负，不问兴趣、跟风报班。

避免不良用眼行为。不让孩子在走路时、吃饭时、床上、晃动的车厢内、光线暗弱或阳光直射下看书或电子产品。监督并随时纠正孩子不良读写姿势，应保持“一尺、一拳、一寸”，即眼睛与书本距离应约为一尺、胸前与课桌距离应约为一拳、握笔的手指与笔尖距离应约为一寸，读写连续用眼时间不宜超过40分钟。

保障睡眠和营养。保障孩子睡眠时间，确保小学生每天睡眠10个小时、初中生9个小时、高中生8个小时。让孩子多吃鱼类、水果、绿色蔬菜等有益于视力健康的营养膳食。

做到早发现早干预。注意关注孩子视力异常的迹象，了解到孩子出现需要坐到课堂前排才能看清黑板、看电视时凑近屏幕、抱怨头痛或眼睛疲劳、经常揉眼睛等迹象时，及时带其到眼科医疗机构检查。遵从医嘱进行科学的干预和近视矫治，尽量到眼科医疗机构验光或采取其他矫治措施，避免因不正确的验光配镜导致近视加重。经常关注家庭室内照明状况，根据相应标准选购和使用照明产品。

（二）学校

减轻学生学业负担。严格落实国家课程方案和课程标准，严格按照“零起点”正常教学，注重提高课堂教学效益，不得随意增减课时、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。小学一二年级不留书面作业，三至六年级书面作业完成时间不得超过60分钟，初中不得超过90分钟，原则上采用纸质作业。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。全面推进义务教育学校免试就近入学全覆盖。严格控制义务教育阶段校内考试次数，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。严禁以各种形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；严禁以各种名义组织考试选拔学生。

改善视觉环境。改善教学设施和条件，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境，严格按照普通中小学校建设标准，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。学校教室照明卫生标准达标率100%。根据教室采光照明状况和学生视力变化情况，每月调整一次学生座位，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。加快消除“大班额”现象。

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。教师要督促学生读书写字时身体坐正，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。

强化户外体育锻炼。强化体育课和课外锻炼，确保中小學生每天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，高中每周2课时。中小学校每天安排30分钟大课间体育活动。学校和教师要按照动静结合、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。

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。控制使用电子产品开展教学时长，原则上不得超过教学总时长的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。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警示教育，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。学校和医疗卫生机构要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。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。

加强视力健康管理。建立校领导、班主任、校医（保健教师）、学生视力保护委员和志愿者等学生代表为一体的视力健康管理队伍，明确和细化职责。将近视防控知识融入课堂教学、学生日常行为规范和校园文化。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。积极利用学校闭路电视、广播、宣传栏、家长会等形式对学生和家长开展科学用眼护眼健康教育。

禁止幼儿园“小学化”。严格落实3—6岁儿童学习与发展指南，重视生活和游戏对3—6岁儿童成长的价值，严禁“小学化”教学。要保证儿童每天2小时以上户外活动，寄宿制幼儿园不得少于3小时，结合地区、季节、学龄阶段特点，为儿童提供有益于视力健康的营养膳食，促进视力保护。

（三）医疗卫生机构

建立视力档案。严格落实国家基本公共卫生服务中关于0—6岁儿童眼保健和视力检查工作要求，做到早发现、早干预。20xx年起，0—6岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达90%以上。在检查的基础上，依托现有资源建立并及时更新儿童青少年视力健康电子档案，并随儿童青少年入学实时转移。在学校配合下，认真开展中小學生视力筛查，筛查出视力异常或可疑眼病后，及时更新视力健康电子档案。

规范诊断治疗。县级及以上综合医院普遍开展眼科医疗服务，认真落实《近视防治指南》等诊疗规范，不断提高眼健康服务能力。根据儿童青少年视觉症状，进行科学验光及相关检查，明确诊断，按照诊疗规范进行规范矫治。叮嘱儿童青少年近视患者应遵从医嘱进行随诊，以便及时调整采用适宜的预防和治疗措施。对于儿童青少年高度近视或病理性近视患者，应充分告知疾病的危害，提醒其采取预防措施避免并发症的发生或降低并发症的危害。制定跟踪干预措施，检查和矫治情况及时记入儿童青少年视力健康电子档案。积极开展近视防治相关研究，加强防治近视科研成果与技术的应用。充分发挥中医药在儿童青少年近视防治中的作用，制定实施中西医一体化综合治疗方案，推广应用中医药特色技术和方法。

加强健康教育。针对人们缺乏近视防治知识、对近视危害健康严重性认识不足的问题，发挥眼科、视光学、疾病防控、中医药相关领域专家的指导作用，主动进学校、进社区、进家庭，积极宣传推广预防儿童青少年近视的视力健康科普知识。加强营养健康宣传教育，因地制宜开展营养健康指导和服务。推进健康城市建设。

（四）学生

强化健康意识。每个学生都要强化“每个人是自身健康的第一责任人”意识，主动学习掌握科学用眼护眼等健康知识，并向家长宣传。积极关注自身视力状况，自我感觉视力发生

明显变化时，及时告知家长和教师，尽早到眼科医疗机构检查和治疗。

养成健康习惯。自觉遵守学校近视防控的各项要求，认真规范做眼保健操，保持正确读写姿势，积极参加体育锻炼和户外活动，每周参加中等强度体育活动3次以上，培养良好生活方式，不熬夜、少吃糖、不挑食，减少电子产品使用。

（五）有关部门

教育部。加快修订《学校卫生工作条例》。成立全国中小学和高校健康教育指导委员会，指导地方教育行政部门和学校科学开展儿童青少年近视防控和视力健康管理等学校卫生与健康教育工作，开展儿童青少年近视综合防控试点工作，强化示范引领。进一步健全学校体育发展制度和体系，不断完善学校体育场地设施，加快体育师资队伍建设，聚焦“教”（教会健康知识和运动技能）“练”（经常性课余训练和常规性体育作业）“赛”（广泛开展班级、年级和跨校体育竞赛活动），深化学校体育教学改革，积极推进校园体育项目建设。推动地方教育行政部门加强中小学卫生保健所等机构建设，按照标准和要求强化人员和设备配备。鼓励高校特别是医学高校开设眼视光、健康管理等相关专业，培养近视防治和视力健康管理专门人才，积极开展儿童青少年视力健康管理相关研究。会同有关部门开展全国学校校医等专职卫生技术人员配备情况专项督导检查。会同有关部门坚决治理规范校外培训机构，每年对校外培训机构教室、采光照明、课桌椅配备、电子产品等达标情况开展全覆盖专项检查。

预防近视工作计划书篇四

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。

学校将按照教育部《中小学学生预防近视眼基本知识与要求》，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、宣传单等多种形式，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。

为了加强对这项工作的领导，学校成立了 预防近视 工作领导小组，领导小组的组成如下：

组长□xx

副组长□xx

成员□xx

预防近视工作计划书篇五

引起近视眼的原因，归结起来不外乎遗传和环境两大因素。青少年阶段，由于眼球尚未发育成熟，如果处于卫生条件不好的学习环境，又从事长久而紧张的.近距离作业，则环境因素就成为形成近视眼的主要原因。近视眼在学生中发病率相对较高，因此，学校把此项工作作为学校卫生保健工作的重点，特制定本学期防治近视工作计划如下：

一、领导重视，切实抓好学生的眼保健操工作：本学期和分管卫生的领导配合抓学生的眼保健操工作，开学初由班主任统一教一遍眼保操，医务室进行不定期检查，对做的不正确的进行扣分并及时纠正。

二、做好宣传工作：充分利用学校的黑板报、画廊、健康教

育课等形式向学生宣传近视眼的发病原理、病因以及预防知识等。使他们养成良好的用眼卫生习惯，读写姿势端正，眼与书本一市尺，连续看书一小时要休息片刻，不在太强或太暗的光线下看书、写字。节制看电视、用电脑时间，现在电视、特别是电脑进入家庭，它们光线强、图象有闪动感，看的时间过长就会损害视力，教育学生时间一般不超过一小时，一天不超过4小时，连续用眼中间要休息10—15分钟。

三、在防近宣传周，加大宣传力度，加强眼保健操的检查，让学生受到高度重视，自觉防近。

四、改善学生的学习环境，由于本学期迁到一所新的学校，开学初协助总务处人员一起对教室的采光、照明、黑板、课桌椅等进行一次全面检查，对不符合要求的要进行改进。

五、建议教导处人员合理安排学生的作息時間，最少要有一个小时的课外活动时间，并督促学生走出教室进行活动，控制作业量，以减轻学生的作业负担。

六、利用家长学校向学生家长宣传近视的预防知识，以便在家里控制学生的用眼时间，学校、家庭配合共同做好学生的近视眼防治工作。随时检查并纠正孩子不良的读写习惯和现象；为孩子创造良好的读写作业环境，以配合学校做好防近工作。营养对学生近视的发生也起着一定的作用，教育学生平时注意营养的平衡。

预防近视工作计划书篇六

为了贯彻落实《_中央_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：

1、按照《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》的要求，结合学校实际情况，成立以校长为组长的防近领导小组，组织全体教师学习方案及相关内容，预防近视眼工作计划。利用学校的德育沙龙、家长讲坛、主题班会、校园广播、黑板报、宣传栏、家长会、家教通等各种形式向师生和家长进行保护视力的宣传教育。学校还将近视防控工作中学校领导、各职能部门、班主任及科任教师的职责要求下发到每个相关责任人手中，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；教育学生养成良好的用眼卫生习惯；教育学生从读书写字视觉环境、看电视视觉环境、操作电脑视觉环境等几个方面，注重选择良好的用眼视觉环境；本学期，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；切实执行《中小学办学行为规范》相关要求，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。

1、学校后勤部门及时检查、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、定期检查视力，配戴合适的眼镜。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，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。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。

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”。

- (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。

(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。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、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。

9、为加强监督学生认真做好眼保健操，特制定眼保健操检查评比标准：

- (1) 全体学生都做眼保健操，一人不做扣1分。
- (2) 安静、整齐，有讲话、做作业者扣1—2分。

(3) 注意力集中，两眼轻闭，全身肌肉放松，有开小差者扣1—2分。

(4) 穴位要正确，手法要轻缓，有5人以上不规范的扣1—2分。

(5) 两手清洁，剪短指甲，有5人以上手不清洁或留长指甲扣1—2分。每周一汇总眼操的情况，所得分数跟班级的量化管理挂钩。

预防近视工作计划书篇七

青少年近视的防治越来越为学生、家长及社会所关注。近视眼是学校中最常见病之一。在学校中保护视力，就是保护人才，防治学生近视是关系到青少年一代的健康成长和“四化”建设的重要而艰巨的任务。因此，我们特制定了以下一些预防措施：

一、坚持贯彻落实中央和国家教委关于减轻学生学习负担的通知精神，根据《学校卫生工作条例》中的有关规定执行。

二、学校把保护学生视力纳入学校工作计划，把保护学生视力预防近视作为列为班主任工作职责之一。

三、加强领导，开展宣传教育。加强领导，广泛宣传教育，发挥班主任、教师和卫生教师的作用。防近工作纳入领导工作日程，并由主管领导经常检查总结。有组织有计划开展宣传教育，使师生都知道保护视力的重要性，培养学生养成良好的用眼习惯。教师要落实防近措施，卫生教师要经常监督和指导。

四、课外作业量适当，保证学生每日睡眠时间。

五、改进教学方法，提高教学质量，向课堂要质量，做到不

拖堂，不占用学生自习课，不随意补课。

六、教室内布置朴素大方、整洁、美观明亮（地面清洁，墙壁不贴过多的图片，玻璃光亮），黑板平整、无裂缝、不反光。

七、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。

八、认真做好眼保健操，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。任课教师在课堂上能随时纠正学生不良用眼习惯。

九、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，不要拖堂；
- （3）严格执行课表，不变相占用学生的活动课时间。

十、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，胸与桌后缘一拳远，手距笔尖一寸），坚持“二要，二不要”。“二要”是：

- （1）读写姿势要端正，眼书距离一方尺；
- （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。此外，看电视要

有节制。

十一、保证体育活动的时间和质量。

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。

十二、定期检查视力。每学期检查2次，建立视力档案，加强对边缘视力（）的指导和预防的工作。

十三、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。

十四、为加强监督学生认真做好眼保健操特制定眼保健操检查评比标准：

- 1、全体学生都做眼保健操，一人不做扣1分。
- 2、安静、整齐，有讲话、做作业者扣1-2分。
- 3、注意力集中，两眼轻闭，全身肌肉放松，有开小差者扣1-2分。
- 4、穴位要正确，手法要轻缓，有5人以上不规范的扣1-2分。
- 5、两手清洁，剪短指甲，有5人以上手不清洁或留长指甲扣1-2分。

十五、加强防近的宣传力度：

- 1、利用全国“爱眼日”活动，开展预防近视卫生知识讲座；
- 2、把预防近视卫生知识张贴在宣传窗内；

3、在卫生课上，利用眼睛模型、电脑教学软件直观展示眼睛的视物原理和眼睛的基本构造，了解近视的发病原因，了解保护眼睛的重要性，让学生对近视引起足够的重视。

预防近视工作计划书篇八

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、按照《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》的要求，结合学校实际情况，成立以校长为组长的防近领导小组，组织全体教师学习方案及相关内容，预防近视眼工作计划。利用学校的德育沙龙、家长讲坛、主题班会、校园广播、黑板报、宣传栏、家长会、家教通等各种形式向师生和家长进行保护视力的宣传教育。学校还将近视防控工作中学校领导、各职能部门、班主任及科任教师的职责要求下发到每个相关责任人手中，形成人人参与、齐抓共管的近视防控氛围。

二、措施

1、学校后勤部门及时检查、修理及更换老化的灯管，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，配戴合适的眼镜。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，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。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。

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。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、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。

9、为加强监督学生认真做好眼保健操，特制定眼保健操检查评比标准：

(1)全体学生都做眼保健操，一人不做扣1分。

(2)安静、整齐，有讲话、做作业者扣1-2分。

(3)注意力集中，两眼轻闭，全身肌肉放松，有开小差者扣1-2分。

(4)穴位要正确，手法要轻缓，有5人以上不规范的扣1-2分。

(5)两手清洁，剪短指甲，有5人以上手不清洁或留长指甲扣1-2分。每周一汇总眼操的情况，所得分数跟班级的量化管理挂钩。

2022年学校预防近视工作计划