

## “双减”为学生双眼“减负”

### 近视防控措施更显细节

近日，江阴市南闸实验学校10月视力筛查汇总数据新鲜出炉，小学部总体近视率24.11%，其中一年级近视率为3.94%，较今年6月的数据稳中有降。近视率下降的背后是全市近视防控意识和力度的不断加强。把“双减”落实落细，是对儿童青少年近视防控最有力的保障。

#### 下降0.9个百分点，近视防控总体见效

近视防控效果如何？数据说话。10月26日，教育部召开新闻发布会，交出近视防控答卷：过去3年，儿童青少年近视防控工作取得了明显进展，总体近视率下降0.9个百分点，基本实现了《综合防控儿童青少年近视实施方案》中近视率每年下降0.5个百分点的防控目标，近视防控总体见效的基本局面初步展现。

根据教育部给出的数据，对于社会普遍关注的小学一年级学生近视率问题，从2018年到2020年，小学一年级的近视率约为14%，这3年基本持平，幼儿近视情况没有恶化。下一步，教育部将立足早发现早干预，确保0到6岁儿童每年眼保健和视力检查覆盖率达到90%以上，逐步推动视力健康电子档案建立和信息化建设。

全国近视防控工作持续深入推进，无锡也早已在行动。全市从视力普查、有效干预、环境改善等方面

入手加强学生近视防控工作，推动儿童青少年近视综合防控“八项工程”落地。今年9月是我国第3个近视防控宣传教育月，市教育局开设校园健康大家谈栏目，邀请无锡市第二人民医院眼科副主任医师李璐科普近视防控的关键点。

去年5月，江阴市被选为全国儿童青少年近视防控试点县(市、区)。江阴市教育局在2015年就联合江阴市卫健委发布《江阴市中小学生近视防控工作三年行动计划(2015-2018)》，成立江阴市中小学生近视防控中心，全面启动中小学生的近视防控工作。2018年再次出台《江阴市儿童青少年近视防控工作五年行动计划(2018-2023)》，建立预测、预防、科普、干预、追踪为一体的立体式儿童青少年近视防控工作体系。在多项举措的推动下，江阴市儿童青少年近视率呈逐年下降趋势。

#### 102所学校都有“健康校长”，加强专业力量支持

逐年下降的近视率背后是不断增强的近视防控意识和不断加大的近视防控力度。

“不仅学校方面要行动，更要加大宣传教育力度，让家长、社会了解近视防控的重要性。”江阴市教育局基础教育科科长史建青说。自江阴市中小学生近视防控中心组建“爱眼义务宣讲队”后，近视防控宣教活动广泛开展，全市组织校内近视眼防控专题讲座240余次。各校将近视防控纳入健康教育课程，师生的近视防控知识知晓率达90%以上。

严格的视力监测制度是近视防控工作的重要依靠。江阴各中小学校、幼儿园全面实施体质健康报告制度，每季度开展一次视力普查，并将数据上报到教育局。江阴市中小学生近视防控中心一年开展2次视力普查，截至今年5月，已有18万余人次在该市近防

中心完成视力健康医学检查。

102所学校，每所都配有“健康校长”，江阴各学校的卫生健康管理还有专业力量支持。史建青介绍，担任“健康校长”者均为属地医院专业人员，他们会按时进校园指导学校卫生工作和近视防控工作。

做好近视防控，南闸实验学校老师都是“细节控”。该校针对教师课件使用以及作业印刷均有明确规范，如课件页数、字体大小等，并要求学生连续看投影仪的时间不超过15分钟。“我们各班级均设有健康角，随时可以测视力，学校每月都会开展视力筛查，并做好统计。”南闸实验学校校长于新斌说。从该校的视力普查表可以看到，统计数据不仅有近视率还有视力不良率，这一分类方便学校开展视力保护分类指导和干预。

#### “双减”政策下，近视防控工作更要精而细

落实“双减”可有效推动儿童青少年近视防控。全国综合防控儿童青少年近视工作联席会议机制办公室主任、教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰提出，对学生全面发展和德智体美劳全面培养的片面认识，是儿童青少年近视防控面临的主要困难和问题。

本学期，不少学校的设施设备都提档升级，如可调节课桌椅、纳米黑板、护眼灯等。各校还在课程安排中为体育活动留足空间，为近视防控创造了良好条件。“5+2”课后服务的全面铺开在为学生和家长解决作业难题的同时，多类型活动“套餐”还帮助青少年拓展兴趣面，找到适合自己的“跑道”，减轻他们对电子产品的

依赖程度。

“‘双减’政策和五项管理的落地为近视防控工作提供了更好的实施空间。”于新斌表示，减轻过重的课业负担，就减轻了中小学生的用眼负担，多起来的体育、美术等多类课程和活动从侧面保护了视力。他认为，学生课业负担与近视防控并非不可调和的矛盾，关键在于提升各方的近视防控意识。“学生近视是一个过程，因此我们要在学习生活的细节里下功夫。各方面多注意一些，影响学生视力的因素就会少一些。”于新斌呼吁，近视防控仅靠学校努力还不够，家庭、社区都要加入这项重点工程，为学生的健康成长创造条件。

(杨涵)

## 锡城各校课后服务“有声有色”

开展中小学生课后服务是一项“顺民意、暖人心”的民生工程，作为落实“双减”工作的重要举措，锡城各校积极响应，从减负、增效、提质出发，努力打造“五育并举”的育人新模式，两个月来，3.0版课后服务在锡城校园开展得如火如荼。

江苏省无锡师范学校附属小学推出的“乐学”套餐别有一番风味。学校将课后服务和特色课程相结合，开启艺术类、管乐类、体育类、科创类等丰富多彩的社团课

程，开设九章玩吧、三味书屋、机械馆等室内外专用空间。针对高年级学生，课后服务课程还着眼于“未来人”发展，邀请专家进校园讲解物理工程、航天科技等热点话

题，将课后服务做成“梦想飞船”。

无锡市梅村实验小学精心打造“作业辅导+课外阅读+社团活动”三位一体的服务模式，建构“五趣三能”课程体系。在课

程实施上，创造性地实行“三走”策略，即订单式教师走班、主题式年级走班、菜单式校级走班。

“美，让每一个孩子适性发展”，是无锡

市蠡园中心小学实施“志美教育”的出发点和归宿。学校把提升课后服务质量纳入“志美教育”的整体框架中，篆刻、水墨画、陶笛等各类艺术社团，让孩子们在浓厚的艺术氛围中陶冶情操，感受艺术世界的“至美”。

这样的课后服务在锡城校园遍地开花，多元化的课程设计，丰富多彩的课程内容，满足了学生成长的多样化需求。

(素馨)



书海遨游

▲江苏省无锡崇宁路实验小学：阅读

阳光体育

▼尚贤教育集团：击剑



雅趣生活

▲无锡市太湖格致中学：茶艺体验



科学探秘

▼无锡市江南中学：创客课程



艺术熏陶

▲无锡市新洲小学：舞蹈