

习近平会见国际工商界代表
相信中国就是相信明天 投资中国就是投资未来

市委常委会举行会议

深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神
研究部署整治群众身边不正之风和腐败问题等工作

市委书记袁家军主持并讲话

今要闻 02版

重庆中小學生每日两次眼保健操

使用电子屏幕教学时长不超过总时长30%

小学一二年级书面家庭作业清零
小学其他年级平均不超过60分钟
初中书面作业平均不超过90分钟

本月是第10个全国近视防控宣传教育月。3月27日,全市近视防控宣传教育月暨儿童青少年近视防控改革试验成果展示活动在南岸区珊瑚鲁能小学校举行。记者从活动中获悉,我市就儿童青少年近视防控提出系列要求,中小學生每天上下午各做一次眼保健操,使用电子屏幕教学时长不超过总时长的30%。

“当前,儿童青少年近视呈现出高发、低龄化、重度化的趋势。”市教委相关负责人称,今年,市教委统筹部署“学生身心健康提升年”行动,推动儿童青少年近视防控提质增效。

“推动近视防控从‘治已病’向‘防未病’转变,从‘短期攻坚’向‘长效治理’跃升。”该负责人表示,降低中小學生近视率,一要高效推进体质强健计划。刚性落实中小學生每天综合锻炼时间不少于2小时要求,

创新开展每天上、下午各30分钟大课间活动,高质量开展体育课后服务,每节课间学生走出教室不少于10分钟适量活动或放松。推行体育家庭作业制度,引导中小學生走上操场、沉浸自然、感受美好,让学生脸上有笑、身上有汗、眼里有光、肩上有责、脚下有力。

其次,严格落实每年1次学生健康体检和每学期2次视力监测,建立健全学生视力健康电子档案,做好学生视力不良检出率、新发率等的报告和统计分析,及时将视力监测结果反馈给学生和家长,引导视力不良学生及时检查和矫治。

该负责人还提出,近视防控不是“亡羊补牢”的被动应对,而是“未雨绸缪”的主动防御。幼儿园是近视防控的“第一道关口”,小学低年级是近视防控的关键阶段,必须抓早、抓小、抓源头,前移防控关口。

基于此,既要让没有近视的学生不近视、晚近视、缓近视、低近视,也要注意让已经近视的学生延缓近视增长速度,降低高度近视和高度近视致盲的发生率。坚决纠正幼儿园“小学化”倾向,避免使用电子屏教学,保证幼儿每日户外活动2小时以上,保障幼儿膳食营养均衡,每天睡眠10小时以上,定期监测视力和屈光发育情况。

市教委相关负责人还表示,为保护好学生视力,要坚定不移向“过度课业”亮剑。深入落实“双减”政策,坚持小学一二年级书面家庭作业清零,小学其他年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟,初中每天书面作业完成时间平均不超过90分钟,周末、寒暑假、法定节假日控制书面作业时间总量。

全面实施“学校明亮工程”,大力改善学校照明条件,各地各校要把这一重要民生工程抓好。配备可调节课桌椅,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。

市教委还特别提出,要加强电子教学设备使用监管,严格执行“使用电子屏幕教学时长不超过总时长的30%”规定。严格组织全体学生每天上下午各做1次眼保健操。

据新重庆-重庆日报

民生调查

翻护栏、爬陡坡、穿铁路……
冒险钻进游乐园步步惊心

03版

看天下

缅甸发生7.9级地震
云南多地震感强烈

05版

黄葛树人文

当几分钟侄儿
救了个游击队政委

06版