

# 2023年学校近视防控工作总结 学校近视 防控宣传教育活动总结(模板5篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 学校近视防控工作总结篇一

为增强广大少年儿童爱眼护眼意识，促使其养成保护视力、预防近视的良好习惯，结合近视防控宣传教育月活动提出的具体要求，我市组织开展了内容丰富的宣传活动，现总结如下：

一、根据各学段的健康课大纲要求，要求班主任利用好班会课给同学们上了一节预防近视的健康课，从产生近视的原因、治疗和预防等方面对学生进行详细的讲解，重点对保护眼睛的基本常识(如坐姿、看书、眼保健操、眼部的调节等)进行示范指导，并通过形象生动的举例说明，让学生掌握科学用眼知识，培养他们良好的用眼习惯，降低近视的发病率。

二、结合本年“爱眼日”活动宣传主题，通过晨会、学校广播站、宣传栏等形式向全校师生进行了爱眼护眼常识的教育，提高广大师生的保护眼睛的意识。

四、根据相关文件标准，开展了一次自查自纠。即对照学生的身高，对学生的课桌及时进行了认真的检查和调整，并且教育学生采取正确的读写姿势，认真做好一天两次的眼保健操。

五、学校教育与家长教育的同步进行、紧密配合是各种健康教育的重要环节。我们积极与社会、家庭沟通协调，通过微信群、家长会、给家长的一封信等形式，对家长进行了爱眼护眼知识的宣传，传播眼保健知识，提高家长的健康意识，让他们加强教育子女，并为保护孩子的视力对家用灯光等进行调整。

六、呼吁学生共同参与，积极投入预防近视的活动中，教育学生保证充足的睡眠时间，鼓励他们多到室外活动，参加有益的体育锻炼，注意摄取有益于眼珠的营养食品。

总之，我们认真贯彻上级指示精神，通过多种形式，采取多种措施，引导学生爱眼护眼，为学生的全面发展打好坚实的基础。

## 学校近视防控工作总结篇二

6月6日是第x个全国“爱眼日”。为增强青少年爱眼护眼意识，促使其养成保护视力、预防近视的良好习惯，结合《关于开展xxxx年全国“爱眼日”活动的通知》提出的具体要求，我校组织开展了“‘目’浴阳光，预防近视”的主题宣传活动，现小结如下：

近视眼是学生当中的常见病、多发病，同时限制了学生的升学及就业，给学生的身心健康带来了严重危害。因此，我校利用早会、红领巾广播站、微信公众平台等进行宣传，各班还利用班会课给同学们上了一节预防近视的健康课，出了一期“爱眼日”活动宣传版报，进行有关爱眼知识卫生宣传，培养学生良好的用眼习惯，降低青少年近视率。

此外，学校为了保证学生眼操质量，组织劝导队学生，每天对眼操进行检查督促，做到一天两检查，一周一公布，提高了我校师生保护眼睛卫生知识水平。

学校与家长通力合作，要求家长在家学习时督促学生科学用眼，及时给近视眼学生配眼镜，切实保障学生眼睛的卫生。班主任定期给学生调整座位。通过以上方法实施，对我校近视眼发病情况有所控制，大大降低了近视眼发病率。

此外，我校每天安排跑操、体育课或大课间活动时间进行体育锻炼，老师们鼓励学生多到室外活动，参加有益的体育锻炼。注意眼睛的营养供给，呼吁学生共同参与，积极投入防近视的活动中。

通过开展“爱眼日”宣传活动，进一步增强了全体师生爱眼护眼的意识，推动我校预防近视的工作起到了积极的作用，收到了良好的效果。

### 学校近视防控工作总结篇三

20xx年9月是第4个“近视防控宣传教育月”，为深入贯彻上级“关于儿童近视问题”的重要指示精神，开学初，德化县第三实验幼儿园开展了“近视防控宣传月”活动。

老师根据孩子们的年龄特点，与孩子们一同创设并制作了“亮眼睛看世界”的近视防控宣传海报，把近视防控知识渗透于日常的操作活动中，让幼儿更直观地了解近视防控知识。

老师们还组织开展了近视防控宣传交流活动，孩子们自制护眼宣传旗，做起了“宣传大使”，通过分发宣传旗活动，增强幼儿保护视力的意识。

为了及时了解幼儿视力情况，我园保健医生定期为全体幼儿进行视力筛查活动，通过家园共育联动家长共同采取防控措施，做到早预防、早发现、早干预、早治疗。

为了让孩子感受保护眼睛的重要性，更加积极地讲卫生、爱

眼睛，老师们通过寓教于乐的方式，让幼儿体验了一回做“盲人”的感觉。通过亲身体验，孩子更加深切地感受到了养成良好习惯，保护眼睛的重要性。

拥有明亮的眼睛和健康的体魄，孩子们才能更好地学习与生活，享受无忧无虑的彩色童年。科学防控儿童近视问题任重道远，让我们共同携手，用心呵护孩子们的美好“视”界。

## 学校近视防控工作总结篇四

为增强幼儿的爱眼、护眼意识，促进幼儿健康成长，在第19个世界视力日来临之际，三兴幼儿园于2020年9月到10月开展了“预防近视，守护光明”专题教育活动，向幼儿宣传眼睛保健知识，进一步增强了全体师幼爱眼护眼的意识。

1、运用大屏幕进行爱眼护眼知识宣传。培养幼儿良好生活方式和读写习惯，学习科学的护眼常识，掌握正确的用眼方法。

2、坚持充足的白天户外运动。足够的白天户外活动是预防儿童青少年近视的重要措施。教师和家长密切合作，保证孩子每天2小时户外活动，帮助孩子养成科学锻炼的健康生活方式，有利于孩子的视力健康。

3、各班教师扎扎实实以“预防近视”为主题，教育幼儿从小养成爱护视力，爱护眼睛的好习惯。通过儿歌、故事、讨论等多种形式，让幼儿了解爱眼护眼的相关知识，培养幼儿从小养成保护视力，爱护眼睛的好习惯。

4、在我们和孩子一起学习爱眼知识后，孩子们纷纷拿起了画笔，把学到的爱护眼睛的知识用画笔表现出来。

5、养成健康用眼习惯。引导孩子掌握正确看书姿势，了解预防传染性眼病的相关知识，提高幼儿自我保护眼睛的安全意识。在画画、书写之后，孩子们还自主进行眼保健操。

6、定期测查幼儿视力，及时排查视力情况异常的幼儿，反馈给家长，让他们了解到幼儿视力发展情况。

7、利用微信群向家长宣传保护视力、预防近视知识，指导和督促家长为幼儿提供良好的居家视觉环境。

通过活动的开展，不仅让幼儿增长了爱眼护眼知识，提高了幼儿自我保护眼睛的意识，也让老师了解每位幼儿眼睛的健康状况，对幼儿的视力保健进行全面呵护，真正让幼儿知道“爱眼护眼，从我做起，从小做起”。

8、（1）保证幼儿有足够的睡眠时间。

睡眠不足，用眼时间过长，对视力的影响非常大。幼儿白天在幼儿园，见不到父母和家人，晚上回到家通常会要家里人陪他玩到很晚，或者会由于看电视节目很兴奋，而迟迟不肯睡觉。第二天早晨又要按时上幼儿园，这样一来睡眠时间就得不到保障。因此，父母要引导孩子早睡早起，幼儿园也会努力提高幼儿的午睡质量。

（2）限制幼儿玩电脑、看电视的时间。

这些电子产品的显示屏对孩子的辐射很大，对幼儿的视力有直接的伤害，所以要适当限制他们看电视及玩电脑的时间。

（3）增强幼儿营养。

幼儿生长发育阶段需要多种营养。营养均衡、保质保量，对幼儿整个身体发育非常重要。所以家庭和幼儿园在幼儿膳食搭配上要科学、合理。要培养孩子不偏食的习惯。针对孩子的视力保护，应当多让孩子吃动物的肝、鱼类、胡萝卜等含维生素a丰富的食物。

#### （4）保证幼儿户外活动时间。

适度接受阳光照射，对于人体吸收维生素a有促进作用。周末时有时间的家长可以带孩子到公园或开阔地去活动，使孩子神清气爽，对视力有好处。另外，陪孩子在阳台上或楼顶远眺也是不错的休息方式，看云、观察天空中的小鸟，都可以帮助孩子有机地运动眼部调节肌，这种保护幼儿视力的方法真的是既简单又方便。

#### （5）引导幼儿注意个人卫生。

幼儿活泼好动，手容易脏，用手揉眼，就容易造成视力伤害。所以，家长和老师都要注意引导孩子养成良好的卫生习惯。饭前便后洗手，平时玩玩具和画画后用肥皂洗手，不和大人及其他小伙伴共用毛巾，多喝开水避免上火伤神等等。

#### （6）教育幼儿养成良好的用眼习惯。

看书、写字时姿势要端正，眼睛和书本应保持30厘米左右的距离，且时间不宜过长，每隔40—50分钟，应休息10—15分钟，闭眼或向远处眺望数分钟或做眼保健操，以防止眼睛过度疲劳。另外，室内光线应适度，不宜过强或过暗，灯光应从左前方射来，以免手的阴影妨碍视线。告诉孩子不要趴在桌子上歪着头看书或写字，不要躺在床上看书或吃饭时看书，也不要再在强光下或暗淡的灯光下看书，以及不要在开动的车

上及走路时看书等，这些不良习惯都会使眼睛过度疲劳，降低视力的敏锐度。

## 学校近视防控工作总结篇五

保护视力，预防近视，必须了解预防近视眼的基本知识，树立爱眼、护眼意识，养成良好的用眼卫生习惯。下面是小编为大家整理的关于学校开展近视防控宣传教育月活动总结，希望对您有所帮助。

### 学校开展近视防控宣传教育月活动总结1

传说中的“小四眼”，我们班上可有不少。曾经听过医生说，环境污染对眼睛视力有相当恶劣的影响。其实是因为缺乏锻炼、挑食、营养不良才引起近视的原因，而且长时间玩电脑游戏、看电视等一些有辐射的交通工具也是导致近视的主要原因。

经过我最近在班上观察，罗、冯都是假近视，度数不是很深，不要长时间玩电脑，80%的可以不用戴眼镜。因为深圳环境很好、绿化多，我看环境应该不是近视的主要原因，应该是自立能力那一块。主要是学生做作业时照明不足，迫使学生把书本移近，长时间来，近视就会加深。

过量使用电脑，眼睛疲劳。而且千万不要把电脑放在卧室里，因为电脑有辐射，对身体不好，特别是眼睛。当有灰尘的时候，千万别用有细菌的手擦拭眼睛，要不细菌进入眼睛，眼睛会红肿，恶化，特别是别揉眼睛。

我曾经调查过一位近视的同学，他的写字姿势是：曲着腰、头死劲网下低，桌子和眼睛的距离没有一尺，所以导致他近视，但是他的睡眠时间很足、每天早上都出去运动，我相信只要把坐姿改好，眼睛就可以恢复健康。

大家记住几条预防近视的规则：

- 1、不要用有细菌的手擦拭眼睛；
- 2、少接触电脑和电视；
- 3、坐姿，桌子和眼睛的距离要有一尺；
- 4、不要让眼睛过度疲劳，要适当调整好睡眠时间，早睡早起。记住啦！一定要勤洗手。

保护眼睛，人人有责。

## 学校开展近视防控宣传教育月活动总结2

幼儿阶段是视力发育的重要时期，促进幼儿眼睛健康发育是幼儿园卫生保健工作的重要内容。为了让孩子们知道保护眼睛的重要性，养成正确用眼、爱眼和护眼的好习惯，园积极响应教育部门精神要求，将近视防控工作重点落实，结合本园实际情况开展了一系列预防近视教育宣传的主题活动。

### 一、建章立制人员到位

园长为全体教职工传达会议精神并开展预防近视工作会议，成立幼儿园近视防控工作小组，制定《幼儿园幼儿近视防控工作方案》。形成园领导、教师、幼儿、家长人人重视，齐抓共管的“防近”工作机制。

### 二、爱眼护眼家园宣传

在园内师生及家长中，广泛、深入开展视力保护宣传教育。通过led显示屏、微信群、倡议书等途径，让家长了解近视、弱视、斜视形成的原因，了解伤眼的不良习惯，普及科学护眼常识，加强大家对爱护眼睛知识的重视和学习，指导督促



家长为幼儿提供有利于视力保护的环境，控制幼儿近距离用眼的时间，发现幼儿不良的用眼卫生习惯、视力下降要及时到正规医院就医，家园配合一起为保护幼儿明亮的双眼尽心尽力。

### 三、作息规范“目”浴阳光

依据幼儿年龄特点、学习和生活规律，按照动静结合、视近与视远交替的原则安排每天的游戏活动，保证幼儿每天2小时户外活动时间以及不少于2小时的午睡时间。在游戏活动中，注重幼儿与自然的亲密接触，在大自然中积极探索，愉悦身心，同时开展与爱护眼睛保护视力相关的活动，引导幼儿养成良好的用眼习惯。

### 四、科学进食合理营养

根据幼儿年龄特点、科学合理制定幼儿食谱，少糖少盐，日常饮食做到营养均衡。从色香味营养全方面保证幼儿饮食质量，通过积极的师幼互动和各类趣味活动，引导幼儿养成不挑食，不偏食，不暴饮暴食，少吃糖，多吃新鲜水果和蔬菜的良好生活习惯，为视力的健康发展打下坚实基础。

### 五、爱眼护眼寓教于乐

老师们根据本班幼儿的年龄特点，通过生动的图片、有趣的故事、儿歌、游戏等方式与幼儿一同探讨关于眼睛的话题，引导幼儿在生活和学习时正确用眼，帮助幼儿养成良好的爱眼习惯。

- 1、爱眼护眼，国旗下的讲话
- 2、爱眼护眼，保健教师进课堂
- 3、护眼环境成习惯

4、舒适的光线可以得到良好的视觉信息，幼儿园教室里提供健康舒适的光源，保证教室充分采光。每个教室设备齐全，标准规范，合理座位，巧用屏幕。同时创设各种有益于视力发展的护眼教育环境，让护眼行动在环境中说话，时刻提醒和监督幼儿健康用眼。

## 5、童心“视”界亲子合作

幼儿园孩子们拿起画笔，和爸爸妈妈一起认真地勾勒着或粗或细的线条，他们发挥自己的想象，用画笔制作出了关于“爱眼护眼”的手抄报。作品洋溢着儿童的特色，构思奇特，童趣盎然，呼吁大家保护好自己的眼睛，让心灵之窗永远闪亮！

## 6、爱眼护眼我知晓

眼睛是心灵的窗户，是人体最重要的视觉器官。护眼小达人们，我们一起来：“向右转，向左转，向下看，向上看，闭上眼，睁开来；揉一揉、捏一捏、按一按”。爱护眼睛不是一日之功，我们每天会在规定时间(早晚)带领孩子做眼保健操，帮助幼儿养成良好的护眼习惯。

## 六、爱眼护眼科普知识

在家看电视，要保持3米以上距离。看电视时间控制：小班10分钟，中班15分钟，大班20分钟。其他电子产品尽量不要使用，如果需要，请保持30cm以上的观看距离，同时控制好时间。看完电视后，可以看看绿植。

## 学校开展近视防控宣传教育月活动总结3

为增强学生的爱眼、护眼意识，促进学生健康成长，在第4个近视防控宣传教育月来临之际，\_\_小学于2022年3月开展了相关教育活动，向学生宣传眼睛保健知识，进一步增强了全体

学生爱眼护眼的意识。运用电子屏、国旗下讲话等进行爱眼护眼知识宣传。培养学生良好生活方式和读写习惯，学习科学的护眼常识，掌握正确的用眼方法。

学校认真组织好上下午大课间活动，保证学生每天1小时的在校活动时间，帮助孩子养成科学锻炼的健康生活方式，有利于孩子的视力健康。

各班扎扎实实以“预防近视”为主题开展教育，教育学生养成爱护视力，爱护眼睛的好习惯。让学生了解爱眼护眼的的相关知识，培养学生从小养成保护视力，爱护眼睛的好习惯。

各班还引导孩子掌握正确看书姿势，了解预防传染性眼病的相关知识，提高学生自我保护眼睛的安全意识。同时，认真指导督促学生做好眼保健操。

利用微信群向家长宣传保护视力、预防近视知识，指导和督促家长为孩子提供良好的居家视觉环境。

通过这次的活动，孩子们更加深刻的体会了眼睛的重要，并且学会了保护眼睛的方法。同时也增强了预防近视的意识。

#### 学校开展近视防控宣传教育月活动总结4

近年来，由于学生不能正确地预防近视，防治近视已越来越为老师、家长及社会所关注。保护视力，预防近视是关系到下一代的健康成长。因此。我校根据上级文件精神，为减轻学生的课业负担，切实做好防治近视工作，开展了护视力月活动，现在活动总结如下：

#### 一、认真落实有关精神，高度重视预防近视月活动。

首先，我们召开了各村小校长会议，传达了卫生保健所学初会议精神，要求各村小要高度重视，认真开展预防近视月活

动。主要做好以下几点：

1. 每天必须做两次眼保健操，上午一次下午一次。
2. 每班下发视力表，要求裱上不能弄脏弄坏，贴时要注意距离与高度的要求。
3. 每班要选一名“视力监督员”随时检测学生的视力情况。时时提高学生的防近意识，纠正自己的读写姿势。
4. 学校每学期对学生视力检测一次，严格控制新发病率。
5. 张贴标语，加大宣传力度，提高师生认识。对保护视力“三个一，四个不要，五个注意”定期抽检。
6. 按上级精神要给学生减负，一二年级不能留书面作业。在校时间不能超过六小时。不能压堂。

## 二、加大宣传力度，营造良好氛围

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。在师生及家长中，广泛、深入开展视力保护宣传教育。充分利用校园板报、墙报、班会、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。

- 1、利用预防近视月活动，开展预防近视卫生知识讲座一次；
- 2、把预防近视宣传标语张贴在宣传板内。
- 3、利用宣传板等多种形式，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。

4、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。

### 三、规范眼保健操，培养良好习惯。

眼操这项活动是学生在校期间不可缺少的一项重要工作，这项工作做的好坏关系到学生的切身利益。如果做的不好，会直接影响学生的学习及身体健康、因此，我们就怎样做好眼保健操为主题，每天做两次眼操，向学生讲解如何正确做眼操的重要性，推动眼操的广泛开展，目的就是进一步推动这项活动，引起学生们的高度重视，养成良好的习惯，纠正错误的做操方法，使自己有一双明亮的眼睛，更好的投入到学习中去。

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。每天播放两次眼保健操的音乐，学生随音乐节拍做操，卫生教师指导、纠正穴位不够准确的学生。为了做好这项防近视的活动，使这项工作真正落实到实处，而且每天都检查各班的眼操情况。

### 四、加强与家长沟通，完善监督机制。

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。为学生提供有利于视力保护的学习环境、控制学生近距离用眼时间(看书、写字、看电视、用计算机时间达45分钟，应休息10-15分钟时间)、及时纠正不良的用眼卫生习惯、视力下降时要及时到正规医院就诊。

总之，我校由于领导重视，措施具体，采取多种防近措施，对保护视力、预防近视有一定的促进作用。

## 学校开展近视防控宣传教育月活动总结5

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。

### 具体工作

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

2、学校把保护学生视力纳入学校工作计划，召开班主任会议把保护学生视力预防近视作为班主任工作职责之一，学校每天播放两次眼保健操的音乐，学生随音乐节拍做操，卫生委员指导、纠正有的学生穴位不够准确。

3、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、科任教师和卫生教师的作用。防近工作纳入领导工作日程。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。班主任教师落实防近措施，卫生教师要经常监督和指导。

4、课外作业量适当，保证学生每日睡眠时间。

6、我校已陆续更换了三个年级的课桌，均可随着孩子的身高调整座椅高度。课桌椅符合卫生标准，桌凳高度与学生身高的比例相称，每周调换学生座位一次。

7、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。

8、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。

9、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”

(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。

10、保证体育活动的时间和质量。学校安排每周两次集中体育活动时间，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。

12、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(5.0)的指导和预防的工作。

13、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。

14、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教室内；

(3)、每月利用广播、宣传栏等多种形式，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。

通过家长会、家长信等多种形式向家长宣传保护视力、预防近视的知识和方法，指导和督促家长为学生提供有利于视力保护的学习环境、控制学生近距离用眼时间(看书、写字、看电视、用计算机时间达45分钟，应休息10-15分钟时间)、及时纠正不良的用眼卫生习惯、视力下降时要及时到正规医院就医。

本学期我校学生的视力不良率有所下降，今后将加大宣传力度，确保学生的身心健康。

## 学校开展近视防控宣传教育月活动总结6

### 一、成立组织，健全制度，近视防控工作制度化

学校成立了以校长为组长的预防近视工作领导小组，分工明确，责任到人，近视防控工作学期列入学校工作计划，制定详细工作方案和明确任务目标，争取用3年左右的时间，使学生近视率控制在50%以下，确保近视发生率每年以3%递减。

学校把预防学生近视工作作为学校卫生工作的重要内容，从提高学生健康素质的高度出发，结合本校实际，先后制订了《我校学生近视防控实施方案》《我校学生近视防控工作考评细则》《我校关于减轻学生各科课业的细则》《我校学体育卫生制度》《我校健康教育实施方案》等，落实近视眼防控工作规划和实施办法，确保我校近视防控工作目标的实现。

### 二、加大投入，改善环境，近视防控工作保障化

学校主动加强与卫生院、防疫站的协调合作，根据上级规定的中小学教室采光与照明、课桌椅配置、黑板及教室布局等



教学条件要求，对现有学校的卫生设施设备逐一对照检查，对存在的问题及时加以解决。一时难以解决的，列出具体的解决方案和时间表，逐年加大资金投入，保证学校的教学条件和设施配备符合相关卫生标准。一是保证每个教室内。光线充足。二是每个教室都安装暗色遮光的窗帘，以防黑板反光。三是每学年初调试桌椅高度，各班按学生身高坐高标准选择相应型号的课桌椅，以坐着舒服为准。四是学校规定至少每两周调换一次座位，方式为列轮换，以免两边的学生总是处在斜眼视位置。五是每间教室张贴视力表，供学校定期检测和学生随时检测。

### 三、培训师资，提升能力，近视防控工作专业化

学校每年遂请相关医院眼科和卫生防疫部门来校培训教职工，要求校医、班主任(兼眼保健教师)和生物教师掌握必要的眼保健知识。通过培训，我校大部分教师掌握了基本的眼保健知识。如眼保健法：眼珠运动法、眨眼法、热冷敷交替法：眼睛体操：多维视觉操、常规眼保健操、看远看近法、眼呼吸凝神法等；增强视力的营养元素：蛋白质、钙锌、维生素等；指导电脑设置：调节窗口颜色、调节网页颜色、在电脑屏幕上贴一张黑客防蓝光保护膜，避免视网膜细胞受到蓝光伤害，造成近视等视力疾病。

；