

2023年近视防控心得体会(通用5篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

近视防控心得体会篇一

各省(区、市)人民政府负责本地区儿童青少年近视防控措施的落实，主要领导要亲自抓、负总责，国务院与各省级人民政府签订全面加强儿童青少年近视防控工作责任书，地方各级人民政府逐级签订责任书。将儿童青少年近视防控工作、总体近视率和体质健康状况纳入政府绩效考核指标，严禁地方各级人民政府单纯以学生考试成绩和学校升学率考核教育行政部门和学校。将视力健康纳入素质教育，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入国家义务教育质量监测评估体系，对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的地方政府和学校依法依规予以问责。

建立全国儿童青少年近视防控工作评议考核制度，评议考核办法由教育部、国家卫生健康委员会、体育总局制订，在国家卫生健康委员会、教育部核实各地2020年儿童青少年近视率的基础上，从2020年起，每年开展各省(区、市)人民政府儿童青少年近视防控工作评议考核，结果向社会公布。

近视防控心得体会篇二

根据《省教育厅办公室转发教育部办公厅关于开展第4个近视防控宣传教育月活动的通知》(鄂教体艺办函〔2022〕1号)和《教育部办公厅关于开展第4个近视防控宣传教育月活动的通知》(教体艺厅函〔2022〕5号)文件要求，为全面提高我校学生视力健康管理水平，降低学生的视力不良率、控制新发病

率，学校努力营造学生视力健康保护工作的浓厚氛围，关心和重视学生视力保护工作，切实认真抓好近视防控工作，强化责任领导，明确职责分工，经常抓、反复抓，抓落实。我校开展了以“科学防控近视，共筑光明未来”为主题的宣教月活动，具体情况总结如下：

学校成立了视力健康领导小组，强化了责任，明确了部门处室的职责分工；大力开展近视防控宣传教育活动，学校积极组织近视防控线上线下家校共育，全员联动，密切配合，进一步增强了师生爱眼护眼意识；切实减轻学生学业负担，加强考试管理；严格落实两操检查制度、课桌椅定期调换制度，改善教室环境，强化户外体育锻炼等，通过多种渠道、多形式，切实做好学生爱眼护眼近视防控工作。

1、加大爱眼护眼近视防控宣传教育，构建学生视力健康教育“防线”。

为进一步加强学生爱眼护眼近视防控宣传教育，学校利用升旗仪式开展了“爱眼护眼宣传周”启动活动，向广大师生大力宣传爱眼护眼的重要性，让学生真正掌握保护眼睛的方法，正确保护好眼睛。利用周三班队会课在一、二年级学生开展了进行了眼保健操规范教育，三、四年级进行预防近视的视频宣传教育，五、六年级则开展“爱眼护眼专题知识讲座”。学校体育组利用体育健康课向学生宣传科学用眼知识，强化学生积极参加户外体育锻炼，一二年级每周4节体育课，3—6年级每周3节体育课，同时每天严格落实一小时体育大课间活动，每周开展全校学生体育健康社团，鼓励学生走进户外锻炼身体，保护视力。学校利用班级黑板报、电子屏为全体师生播放爱眼主题教育资料，进一步增强了大家爱眼护眼的意识，自觉将保护视力，近视防控落实到日常的行动中。

2、各部门处室加强联动，共同为学生视力健康筑牢“防线”。

为了增强学生爱眼、护眼的实效性，我校德育处每学期积极

组织开展丰富多彩的系列活动，如办爱眼护眼主题班会、板报手抄报，晒晒我的护眼操等，让学生真实体验爱护眼睛的重要性，引起师生对眼睛保护的重视。爱眼周期间教师对学生读写姿势、眼操动作进行检查，对学生不良的读写姿势和做操动作及时纠正不规范的姿势。

自去年“双减”政策落地以来，学校教务处进一步减轻了学生的课业学业负担，每周实行作业公示制度，提高布置作业的科学性与有效性，一二年级每天不布置书面家庭作业，3—6年级书面家庭作业完成时间不超过60分钟，不布置电子产品的作业，均采用纸质化作业，同时坚决杜绝机械性、无效性、重复性、惩罚性作业，科学规范加强考试管理。每学期以区教育主管部门组织的学科考试为检测形式，不以任何形式对学生考试成绩排名。课堂上各科教师合理使用电子白板开展教学活动，督促家长切实管理好学生在家使用电子产品的频率和时间。班主任定期组织学生进行座位轮换，每天上下午督促学生做好眼保健操，加强学生用眼护眼的指导，德育处将红领巾监督岗眼保健操常规检查纳入班级考核之中。

3、强化学校、家庭、学生综合干预管理“防线”，落实早期预防控制。

学校配合市区教育局推进学生近视防控视力健康管理示范学校建设，建立校领导、班主任、校医（保健教师）、家长代表、学生视力保护委员和志愿者等为一体的视力健康管理队伍，明确和细化了相关职责。学校通过线上线下家长会、共同观看爱眼护眼视频、致家长一封信等形式，向全校家长宣传了保护视力、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、用电脑时间达30分钟，应休息10-15分钟时间），及时关注孩子书写阅读姿势，纠正孩子不良的用眼卫生习惯等。学校每年定期两次联系爱尔眼科、东风总医院等定点医院为全体学生进行健康视力检测和“青少年爱眼护眼”专题培训，建立学生视力健康档案。若发现

学生有视力下降等迹象，班主任及时联系家长督促其带领孩子到正规医院就医检查。

4、想方设法改善学生视觉环境。

自2021年以来，我校积极筹措资金，想方设法陆续为全校20个教室全部安装了护眼灯，教室照明度大大提高，有效改善了学生们学习生活的视觉环境。本学期学校已将所有教室的无尘书写白板均更换为对学生视力有帮助的水溶性无尘绿板，这些硬件实施均为学生们的视力健康起到了极大地促进作用。

5、加大对电子产品的管理。

根据学校手机、电话手表等电子产品的管理规定，学生原则上不得将个人手机、电话手表带入校园，如学生确有需求，须经学生家长同意，提前向班主任提出书面申请，经学校同意，进校后交由班主任统一保管，禁止将其带入课堂，家长有特殊情况的可与班主任或任课教师电话联系。学生离校后确需上网查阅与学习有关资料等，经家长同意后可使用，使用期间家长需要严格监督，每次使用时间不得超过20分钟。家长应切实履行教育职责，加强对孩子使用手机的督促管理，严格控制孩子居家使用电子产品，以防沉迷网络。

6、突出的经验做法。

学校想方设法筹措资金为20个教室配备了护眼灯，大大提高了教室照明度，灯光柔和，视觉感强，极有利于促进学生的视力健康，为预防学生们的近视提供了科学规范的硬件设施；本学期所有教室均更换为水溶性无尘绿板，对保护学生们的视力有进一步促进作用；学校校园文化布置精美，绿树成荫，鲜花开放，教学楼各层廊道均摆放了绿植，为孩子们提供了课下用眼护眼的良好视觉环境；积极组织教师、学生、家长进行观看十堰市教育局、十堰教育电视台联合摄制以“科学防控近视，共筑光明未来”为主题的近视防控宣传片，推动

全社会行动起来，共同关注孩子们的视力健康，呵护好孩子的眼睛，让他们拥有一个光明的未来。

学校部分教室采光度不够、中低年级课桌椅配置不达标。按照《中小学校设计规范》、《中小学校教室采光和照明卫生标准》等国家标准的要求，我校存在中低年级课桌椅与学生身高不匹配，目前学校课桌椅有三种规格，不能很好地满足中低年级学生年龄、身高的特点配置标准的课桌椅。学生在校学习生活大部分时间在课桌椅上度过，长期使用与其身高不符合的课桌椅，将影响学生良好坐姿的养成，易引起脊柱弯曲异常和视力不良，对学生学习能力和身体功能状态造成不利影响。部分教室采光从学生左侧进入，光线不足，是造成学生视力不良一个重要环境因素，长期在这样的环境下学习，也可能影响到学生学习效率。

学校将积极通过多种形式向上级有关部门反映上述影响学生视力健康的实际问题，多方并举筹措资金，克服困难，想方设法进一步改善现状，希望上级给予支持与帮助，共同改善学生的学习生活环境，切实加强做好近视防控工作，共同促进我校学生视力健康工作再上一个新的台阶！

近视防控心得体会篇三

教育部。加快修订《学校卫生工作条例》。成立全国中小学校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。

国家卫生健康委员会。全面加强全国儿童青少年视力健康及其相关危险因素监测网络、数据收集与信息化建设。会同教育部组建全国儿童青少年近视防治和视力健康专家队伍，充分发挥卫生健康、教育、体育等部门和群团组织、社会组织作用，科学指导儿童青少年近视防治和视力健康管理工作。2020年年底，会同有关部门出台相关强制性标准，适用对象为儿童青少年的教材、教辅、报刊及其他印刷品、出版物等的字体、纸张要有利于保护视力。卫生健康部门会同相关部门按照采光和照明国家有关标准要求对学校、托幼机构和校外培训机构教室(教学场所)以“双随机”(随机抽取卫生监督人员，随机抽取学校、托幼机构和校外培训机构)方式进行抽检、记录并公布。

体育总局。积极引导支持社会力量开展各类儿童青少年体育活动，有针对性地开展各类冬夏令营、训练营和体育赛事等，吸引儿童青少年广泛参加体育运动，动员各级社会体育指导员为广大儿童青少年参与体育锻炼提供指导。持续推动各类公共体育设施向儿童青少年开放。

财政部。合理安排投入，积极支持相关部门开展儿童青少年近视综合防控工作。

人力资源社会保障部。会同教育部、国家卫生健康委员会完善中小学和高校校医、保健教师和健康教育教师职称评审政策。

广播电视总局等部门。利用广播电视、报刊、网络、新媒体

等作用，多层次、多角度宣传推广近视防治知识。

防控儿童青少年近视是一项系统工程，各相关部门都要关心、支持、参与儿童青少年视力保护，在全社会营造政府主导、部门配合、专家指导、学校教育、家庭关注的良好氛围，让每个孩子都有一双明亮的眼睛和光明的未来。

近视防控心得体会篇四

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。

近视防控心得体会篇五

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%。根据教室采光照度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。