# 近视防控宣传教育月活动总结

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2025-03-18

*近视防控宣传教育月活动总结（精选13篇）近视防控宣传教育月活动总结 篇1 今年的主题是“关爱青少年眼健康”，为了广大青少年的视力不受损害，\_\_小学团委响应上级号召，开展爱眼日的宣传和教育工作。 一、加强领导，明确分工，落实任务 在爱眼日宣传...*

近视防控宣传教育月活动总结（精选13篇）

近视防控宣传教育月活动总结 篇1

今年的主题是“关爱青少年眼健康”，为了广大青少年的视力不受损害，\_\_小学团委响应上级号召，开展爱眼日的宣传和教育工作。

一、加强领导，明确分工，落实任务

在爱眼日宣传和教育中，我校团委成立了爱眼日工作领导小组，由校长负总责，学校团委具体负责宣传和教育工作，各班班主任及团支部具体领导班级宣传和教育，体育教师负责做好眼保健操的指导和管理。

二、加强了爱眼日的宣传和教育建设

我们利用学校《晨星》广播、班报、橱窗、黑板报、手抄报等宣传阵地，加强爱眼日材料的学习和宣传。具体工作主要有：由学校悬挂“预防青少年近视，从一滴一点做起”的宣传条幅，学校还利用校园网进行公告，以做好校园眼睛保护的氛围;同时学校团委在学校校报和班报中进行具体宣传，教育学生如何保护视力，预防眼睛疾病;同时班级开展以“爱护眼睛，保护视力”为主题的主题班会活动。

总之，学校爱眼教育是一项长期的任务，我们争取使学校青少年视力教育工作的制度化、规范化，更好的保护好青少年的视力。

近视防控宣传教育月活动总结 篇2

6月6日是全国爱眼日。眼睛是心灵的窗户，一双干净澄澈的眼睛能够折射出内心的善良与美好。20\_\_年，世界卫生组织发布了第一份《世界视力报告》。报告中估计，全球至少有22亿人视力受损或失明。而在中国，仅是近视就有6亿人，不得不说保护眼睛刻不容缓。保护眼睛的同时，党员干部也不妨检视下自己的双眸，是否患了近视、老花、夜盲这样的眼睛疾病，别让它们损了我们心中的阳光。

近视眼，远处看不清。得此眼疾的同志，目光短浅，看不到远处，只会唉声叹气，苦大仇深，对国家的命运前途充满了怀疑。一些党员同志遇到点小小困难就觉得天塌地陷，看到点小小问题就放大百倍，听到点小小谣言就觉得前途黯淡，最终辜负了党和人民的信任。要治疗这种眼病，就需要树牢“四个意识”，坚定“四个自信”，坚决做到“两个维护”，勇于担当有作为。“为山九仞”，不能功亏一篑，实现中华民族伟大复兴的中国梦的道路是曲折的，前途是光明的，我们的眼中应该常怀希望之光。在中国共产党的领导下，我们比历史上任何时期都更接近中华民族伟大复兴的目标，比历史上任何时候都更有信心、更有能力实现这个目标，我们更应该坚定信心、不懈奋斗。

老花眼，近处看不清。得此眼疾的同志，只想着眼前的利益，心里只有自己的小算盘、没有人民群众的大利益。一些党员同志在工作岗位上做了一些事情，有了苦劳辛劳，就不把“人民至上”的理念放在心中，殊不知却慢慢走向腐化堕落的深渊。要治疗这种眼病，需要从近处着眼，从细节处改变，看看自己的工作和生活是否符合党纪国法，是否辜负了党和人民的信任。\_强调，我们的权力是党和人民赋予的，是为党和人民做事用的，姓公不姓私，只能用来为党分忧、为国干事、为民谋利。“大鹏之动，非一羽之轻也;骐骥之速，非一足之力也”，很多细枝末节的小事关乎党员的纯洁性、先进性以及党在人民群众心中的形象，这是万万大意不得的。

夜盲症，夜里看不清。得此眼疾的同志，手里没有金刚钻、揽不来瓷器活，没技术、没本领、也不加强学习，最终无作为、乱作为。一些党员干部工作就如黑夜行路一样，乱走一通，甚至还带着群众走进了沟沟里，遇到事情就好像盲人摸象一样看不清问题的本质、抓不到要点，常常捡了芝麻、丢了西瓜。要治疗这种眼病，还是要练就能够看到问题本质的火眼金睛，同时应该加强学习，提升节能、练就本领，能够真正的扛起身上的担子。\_曾就能力不足、本领恐慌提出：“本领大小不仅仅是干部自己的事情，而且是关乎党和国家事业发展的大事情。”世界面临百年未有之大变局，我们的国情、党情也在不断地发展变化，惟有不断学习、炼就本领才能行稳致远，看清前方的道路!

眼睛生病了不可怕，早看早治疗，眼睛就会澄澈，心灵也会干净。党员干部一定要好好保护眼睛，这样我们就能望得见远方、看得清近处、走得了夜路，我们的前途也会更加光明、道路也会更加宽广。

近视防控宣传教育月活动总结 篇3

为增进人们眼健康的保健意识，我院以第\_\_个全国爱眼日活动为契机，组织开展了内容丰富的宣传咨询、义诊及爱眼护眼活动，服务广大眼疾患者，进行20\_\_年近视防控宣传教育。

当天上午，我院组织眼科医生、护士及工作人员携带血压测量仪、视力表、眼科测试仪器及眼科宣传资料等，在谢家湾社区开展了咨询、义诊活动。据统计 爱眼日 期间共张贴宣传标语20多条，横幅1条，咨询人次达200多人次，为广大群众提供眼保健服务，普及低视力防治知识，对低视力患者详细讲解了正确的治疗和康复方法，达到了良好的宣传义诊效果。

此次开展 爱眼日 宣传咨询和义诊活动，进一步增强了人们爱眼护眼意识，意识到普及眼保健知识和防盲知识的宣传非常重要和及时，认清视力是个不容忽视的问题加强预防、保健，增强自觉爱眼护眼意识，逐渐养成良好的用眼卫生习惯。 爱眼日 活动的开展对推动防盲治盲工作起到了积极的作用，达到了预期的目的，收到了良好的社会效果。

近视防控宣传教育月活动总结 篇4

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，度速不是很深，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。

近视防控宣传教育月活动总结 篇5

青少年近视的防治工作越来越被学生、家长及社会所关注。在学校保护视力就是保护人才。因此我校举行了一系列防近宣传活动。现将防近宣传工作总结如下：

本学期我校防近宣传力度大大增加。学校领导对本项工作给予高度重视，防近工作纳入领导工作日程，并由主管领导定期检查总结。发挥班主任、保健教师的作用，有组织有计划地开展宣传教育活动。我校通过板报、广播、手抄报等多种方式进行宣传，使学生了解了很多近视眼预防及治疗的相关知识，让学生能够经常注意到对眼睛的保护。

我校认真做好眼保健操监督工作，力求按揉穴位要准确，手法要适当，用力不要过轻或过重，以穴位感到酸胀为宜。任课教师随时纠正学生不良用眼习惯。并培养学生良好的用眼卫生习惯：读写时保持正确的体位和姿势，做到“三个一”。

通过上述一系列工作，我们发现，学生不但掌握了预防近视的一些相关知识，爱眼的意识也增强了，眼保健操姿势逐步开始规范化。我校将继续努力，相信学生近视眼患病率会逐年下降。

近视防控宣传教育月活动总结 篇6

近日阳光小学开展了以“爱护眼睛，光明未来”为主题的系列20\_近视防控宣传教育月活动，收到较好成效。

1.高年级同学视力检测

阳光小学德育室联系了嘉兴市拾星者社工事务所，在高年级同学中免费开展了视力检测活动。嘉兴市朝聚眼科医院的医生亲自来到学校，为阳光小学五六年级的学生义务开展视力检测活动，并给当天参加视力检测的同学分发了爱眼知识小资料。活动结束后，医生们还将学生视力资料汇总，并反馈给每一个孩子。

2.低年级同学聆听爱眼讲座

6月10日中午，嘉北卫生院的马医生来到阳光小学校园，为三、四年级的学生做了一场爱眼日讲座。马医生从眼睛的构造、近视眼、远视眼的形成、如何爱护我们的眼睛等几方面着重进行了讲解。三、四年级的同学通过本次讲座，进一步加深了对眼睛的了解，增长了爱眼知识。

阳光小学历来重视卫生健康教育，此次爱眼日主题活动的有序开展，进一步提升了学校卫生健康教育水准，也加强了共建单位之间的联系。

近视防控宣传教育月活动总结 篇7

为贯彻落实习总书记关于学生近视问题的重要指示批示精神，根据《教育部等八部门关于印发〈综合防控儿童青少年近视实施方案〉的通知》(教体艺〔20xx〕3号)和《省人民政府办公厅关于做好儿童青少年近视综合防控工作的通知》(晋政办发〔20xx〕19号)文件要求，进一步加强全县儿童青少年近视防控工作，努力降低我县儿童青少年近视新发病率，结合我县实际，特制定本方案。

一、工作目标

到20xx年，实现全县儿童青少年总体近视率在20xx年的基础上每年降低0.5个百分点以上;到20xx年实现全县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，初中近视率下降到60%以下，高中阶段学生近视率下降到70%以下，国家学生体质健康标准达标率达25%以上。

二、工作措施

(一)落实条件保障

1.改善视觉环境。严格落实教室、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，教材、考试试卷等用品卫生标准达标率100%;优化布局，消除“大班额”现象;根据学生座位视角、教室采光照明情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。

2.配备人员设备。加强中小学卫生室、保健室建设，加强学校近视防控基础设施设备、技术指导和专业培训，每学期开展近视监测筛查。

(二)强化近视干预

1.推进健康教育。加强学校健康教育主阵地建设，学校、家庭、学生和全社会重视近视防控，积极宣传、解读、落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》，重视近视防控科普宣传，组织开展“全国爱眼日”等爱眼护眼活动，积极利用媒体和宣传平台，广泛开展宣传教育，营造良好氛围。

2.减轻学业负担。切实落实教育部等九部门印发的《中小学减负措施》，小学一二年级不留书面作业，三至六年级书面家庭近视化实践性作业，减少机械、重复训练，确保中小学生睡眠充足。控制考试次数，小学一二年级每学期不超过1次，其他年级不超过2次，严禁以成绩作为选拔和排名依据。

3.加强体育锻炼。严格落实国家体育与健康课程标准。确保中小学生在校时每天1小时以上体育活动时间，确保小学一二年级体育课每周4课时，三至六年级和初中每周3课时，高中阶段每周2课时。规范开展眼保健操，实施学生体育家庭作业制度。加强体育与健康教师师资队伍建设，完善学校体育、健康教育场地设施，深化学校体育与健康教学改革，推进校园体育项目建设，落实学校健康教育内容和要求。

4.实施家校联动。加强宣传教育，提升家庭近视防控知识和意识，倡导家长增加陪伴孩子时间，科学合理使用电子产品，养成信息化环境下良好的学习和用眼卫生习惯。

(三)提升服务水平

1.加强机构建设。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。加强近视防控机构建设，加强眼科医疗机构、中小学卫生保健室建设，开展儿童青少年近视危险因素监测和防控科学研究，加强技术指导和推动学校近视防控工作。

2.建立健康档案。0—6岁儿童每年眼保健操和视力检查覆盖率达90%以上。充分利用信息系统，为儿童青少年建立视力电子档案，并随儿童青少年入学实时转移。开展近视防控大数据监测，指导科学防控近视。

3.加强市场监管。加大对近视防控行业的卫生健康、市场监管力度，开展眼科医疗服务行为监管，严厉打击近视防治虚假宣传、劣质产品和服务。坚决杜绝近视防控广告进校园开展商业宣传等服务。

(四)严格评议考核

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学校工作考核，严禁片面以考试成绩和升学率考核学校。将视力健康教育纳入学校素质教育，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入教育质量评估体系，每年开展评议考核，结果向社会公布。

三、部门职责

教科局：推动学校开展儿童青少年近视综合防控和视力健康管理等学校卫生与健康教育工作。健全学校体育卫生发展制度和体系，不断完善学校体育场地设施，加快体育与健康师资队伍建设，聚焦“教”(教会健康知识和运动技能)“赛”(广泛开展班级、年级和跨校体育竞赛活动)“养”(养成健康行为和健康生活方式)，深化学校体育、健康教育教学改革，积极推进校园体育项目建设。推动学校加强现有中小学卫生保健机构建设，按照标准和要求强化人员和设备配备。

卫体局：加强眼科医生、眼保健医生培训，提高视力筛查、常见眼病诊治和急诊处置能力。加强视光师培养，确保我县有合格的视光专业人员提供规范服务，并根据儿童青少年近视情况，选择科学合理的矫正方法。增加适合儿童青少年户外活动和体育锻炼的场地设施，持续推动各类公共体育设施向儿童青少年开放。积极引导支持社会力量开展儿童青少年体育活动，有针对性开展体育赛事，吸引儿童青少年广泛参加体育运动。

财政局：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。

人社局：会同教育科技局、卫体局完善中小学校医、保健教师和健康教育教师职称评审制度。

市场监管局：严格监管验光配镜行业，不断加强眼视光产品监管和计量监管，整顿配镜行业秩序。加强广告监管，依法查处虚假违法近视防控产品广告。

文旅局：加强对网络游戏出版运营企业的监督管理，引导儿童青少年科学适度使用游戏出版物，对全县网络游戏防沉迷系统实施情况进行监督。

融媒体中心:充分发挥广播电视、网络、新媒体等作用，利用公益广告等形式，多层次、多角度宣传推广近视防治知识，引导社会各界共同关注并参与防控儿童青少年近视工作。

四、保障措施

县政府负责本辖区儿童少年近视防控措施的制定，各相关部门负责具体落实，全面加强儿童青少年近视综合防控工作。将视力健康纳入素质教育，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入义务教育质量检测评估体系，进行督导评估。对儿童青少年体质健康水平评估中连续三年下降的责任单位和学校依法依规予以问责。

近视防控宣传教育月活动总结 篇8

为了全面贯彻党的教育方针，以《中小学生近视眼防控工作方案》为依据，积极认真开展以“防近”为中心的卫生保健工作，切实做到领导抓，人人抓、经常抓、抓落实。在不断增强学生体质，保护与提高学生的视力的同时，促进学生在德、智、体、美、劳全面发展。

具体措施：

(一)成立领导小组

成立“防近”工作领导小组，由校长任组长，体育教师和各班主任为小组成员，具体地贯彻、执行防近视工作规划与实施办法。

确立班级卫生员负责督促同学们下课后到室外散步，看看绿色树木，青草或远眺，并负责班级卫生的监督检查。

(二)加强全体教师督促学生的读写姿势及眼保健操的巡视工作。

(1)把是否重视培养学生正确的读写姿势，注意保护学生的视力列为听课，评课的重要内容。

(2)“防近”工作是班主任工作的一个重要组成部分，对视力有所提高的班级同等条件下优先考虑评优。

(三)建立制度，加强宣传教育

(1)加强宣传教育制度，形成“保护视力重要，珍惜眼睛光荣”的舆论。通过健康教育课、黑板报及定期进行防治近视眼的广播，对各年级学生进行教育，以增强学生的自我保护能力。

1、每学期卫生橱窗有“防近”角。

2、每学期进行一次防近知识广播。

3、每学期家长会要有“防近”内容。

4、期末工作总结要有“防近”内容。

(2)视力检查制度

每学期全校检查视力一次，以进行视力监测，抓好“临界视力”和“轻度近视”的矫治、降低发病率和患病率。对新发病的学生发告家长书。

(3)明确品社学科作为要求落实本条例的学科，一年级品社学科认真完成《眼保健》，各年级品社学科教师加强指导。

(4)眼保健操的检查评比制度

做眼保健操时要求该课任课老师要在班级中进行巡视，随时矫正学生的动作，力求学生按准穴位，保证质量。

(5)学生座位的调整制度

各班主任每周调整学生的座位一次，以避免学生的斜视与近视。

(四)减轻学生的学习负担，增强学生的体质。

(1)保证学生的课间休息时间，教师要按时下课，做到不拖堂。

(2)认真执行《学校卫生工作条例》中“小学生每天学习时间不超过六小时”的规定。严格控制学生的课外作业量，严格控制测验和考试次数。

(3)加强体育活动的锻炼，坚持“三课”，“两操”“三活动”保证学生每天有一小时的体育活动时间，坚持不懈，持之以恒，以增强学生的体质，提高学生的抗病力。

(五)采取措施，培养学生良好的用眼卫生习惯。

(1)要求全体老师课堂教学贯彻教学卫生要求，注意学生用眼卫生“三个一” (眼书距离一尺，胸与桌缘一拳远，手距笔尖一寸)的执行情况。

(2)课间组织学生到室外活动或远眺。

(3)教育学生读书看报看电视时间不要过长，每半小时要做眼保健操一次或望远。

(4)教育学生要保证充足的睡眠时间。

(六)积极争取家校沟通，有效控制学生看电视时间，保证双休日、假期活动时间。

(七)上好健康教育课，每学期至少有两节关于“眼保健和预防近视”的内容

(八)贯彻预防为主和防治方针，改善学习条件

(1)改善采光设备。

(2)保证教室的墙壁洁白。

(3)绿化、美化、净化校园，为学生创造一个优美舒适学习环境，开阔学生的视野。

(4)按卫生标准给学生配备适度的课桌椅。

(5)对已患上假性近视的学生认真进行矫治。对已患上近视眼病的则通知家长带到医院检查配戴眼镜。

(九)学校、家庭密切配合

(1)老师利用家访或家长会向家长反映学生的视力情况，指导家长做好学生的视力保护工作。

(2)给家长印发学生用眼卫生及保健操宣传单，使家长能更好地配合学校近视眼的防治工作。

(3)每次视力检查后对近视眼病患者要发给家长报告书，通知家长配合治疗。

近视防控宣传教育月活动总结 篇9

一、我校结合健康课大纲要求，利用广播给同学们上了一节近视防控的健康课，依据“儿童青少年近视防控适宜技术指南”对学生进行详细的讲解，重点培养“每个人都是自身健康第一责任人”的意识。

培养健康用眼行为，如何发现自身视力异常，认真做眼保健操，保持正确的读写姿势，控制使用电子产品的时间，保证充足睡眠，养成良好的饮食习惯。

二、结合本年“科学防控近视，共筑光明未来”活动宣传口号，开展一次主题队会，加强学生的保护眼睛的意识。

三、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。学校校医杨柳老师逐班对学生进行眼保健操检查，发现问题及时纠正。

四、各班根据学生年龄特点出一期“爱护眼睛，从我做起”板报。

五、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，注意眼睛的营养供给，呼吁学生共同参与，积极投入防近的活动中，进一步增强了全体师生爱眼护眼的意识，尤其是广大学生知晓了爱护眼睛、预防近视的重要性。活动的开展对推动我校预防近视的工作起到了积极的作用，达到了预期的目的，收到了良好的效果。

总之，我校认真贯彻上级指示精神，加强爱眼的教育，通过多种形式，采取多种措施，切实做好了小学各年级学生的爱眼工作，为学生的全面发展打好坚实的基础。

近视防控宣传教育月活动总结 篇10

一、活动目的：

深入贯彻落实“关爱青少年眼健康”的活动主题，开展系列活动提高青少年眼健康水平，指导和教育学生正确保护视力，树立眼睛保健的长远意识。

二、活动内容

1、学校利用校园网、悬挂宣传条幅及印制宣传单、校园广播、校报报刊等形式在学校内部广泛宣传《全国防盲治盲规划(\_～\_年)》，结合世博会，迎书博，宣传爱眼、护眼和视力残疾康复知识。

2、班级开展“爱护眼睛，保护视力”的主题班会，班级团支部通过出班报、黑板报等形式对眼保健进行宣传和教育。

3、学校体育教研组加大对学生眼保健操的指导和管理工作，帮助青少年掌握科学用眼知识，培养学生良好的用眼习惯，降低青少年近视率。

三、开展活动时间

\_\_月31日至\_\_月6日。

四、组织领导

学校成立“爱眼日”宣传教育工作领导小组，由学校团委具体负责宣传和教育工作活动结束后，请于6月8日前将活动总结和图片上报镇教管办。

近视防控宣传教育月活动总结 篇11

我校对“20\_近视防控宣传教育月”活动十分重视，成立了以校长为组长，有关班主任为组员的“爱眼日”活动领导小组，全面负责具体活动事宜，根据《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》有关文件要求，进一步加强青少年防治近视工作，普及科学用眼知识，改善学生视力状况，切实提高学生体质健康水平。以今年全国“爱眼日”活动主题“明亮眼睛迎亚运”为主线，开展了以下活动：

一、以“讲文明和科学用眼预防近视”及学生优秀征文为内容的健康教育宣传栏，大力宣传今年全国“爱眼日”的主题，营造爱眼氛围。

二、在升旗仪式上向学生发出了《师生们行动起来，爱护自己的眼睛》为主题的倡议书。

三、举办了一期以“爱眼、用眼、护眼”知识为内容的黑板报或手抄报。高年级学生办了黑板报，中年级学生办了30份手抄报。

四、班会课，举办了“明亮眼睛迎奥运”主题班队会。讨论近视的危害和成因、如何预防近视、如何爱护自己的眼睛等问题。

五、印发了“致家长的一封信”，向家长汇报了我校近视眼预防的工作进展，及需要家长配合的地方，并向家长提出了若干建议。

六、举办了一期以《亮眼睛，好视力》、《爱眼护眼我能行》、《我的亮眼计划》、《预防近视从小做起》为题目的征文。

近视防控宣传教育月活动总结 篇12

近年来，近视已成为我国儿童的高发眼病之一，据统计，目前我国近视患者达6亿，青少年近视率居世界第一。高中生和大学生的近视率均已超过七成并逐年上升，小学生的近视率也接近40%。在新闻中看到，2岁孩子近视300度，6岁孩子近视1400度的案例。新闻报道称：由于手机、电脑等电子产品普及，用眼过度、不科学用眼、户外活动缺乏等因素，导致我国儿童及青少年近视率居高不下且不断攀升，近视低龄化、重度化日益严重，现在儿童近视的特点是，从2、3岁开始近视，3到4岁特别敏感，8到12岁发展最迅速。所以，预防近视从娃娃抓起，虽然没有近视但要有防控意识，近视一旦发生就像决口的河堤一样一发而不可收。预防近视要注意一下几点……

一、避免让孩子过早的接触电子产品!3岁时就需要做眼科体检，排查眼部疾患(比如：弱视斜视)。

二、多做户外活动，行阳光沐浴，尽量有足够的远眺时间(建议每天大于2小时)户外阳光中的紫外线及远眺都是防止近视的好方法。

三、读书写字要保持良好坐姿，遵守三个一，既距课本一尺，握笔一寸，离课桌一拳。

四、晚上写作业要有良好照明，或用专业护目照明灯，并保障充足睡眠，晚上睡觉不作文吧开灯。

五、长时间近距离用眼，要定时放松远眺，按国际20’20’20’法则，既看近20分钟后，要转移注意力看20英尺(6米)以外的物体，并保持20秒。

六、合理膳食多样化，少吃膨化食品，碳酸饮料高糖类食物。

七、定期复查视力，近视要早发现，早矫正;一旦确诊为近视，应尽早在视光医生指导下配戴眼镜，并定期复查!近视并不可怕，可怕的是高度近视，所以防控近视发展很重要，避免形成高度近视。

八、预防近视“七个不”

九、坚持做眼保健操

每天上午要做一次眼保健操。做眼保健操应注意双手干净，做到穴位准确、手法正确、力度适当。

十、定期检查视力，配戴合适的眼镜

1、每学期要检查两次视力，出现视力下降时，要尽快到医院眼科做进一步的检查。

2、如果确认已患近视，要及时到医院验光配镜。不要到不正规的眼镜店配镜。不追求过高的矫正视力，矫正视力达到5。0即可。

3、不要互相借戴眼镜。每个人的屈光度数、瞳孔距离不相同，互相借戴眼镜会出现眼疲劳等症状，影响视力，有害无益。

4、16岁以下的儿童少年配戴隐形眼镜要慎重。

科学预防近视，规范矫正近视，提高视觉质量，共享清晰世界，呵护光明未来!

近视防控宣传教育月活动总结 篇13

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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！