

城里"小眼镜" 多于农村娃追踪

学校发倡议:让孩子多出去玩

本报报道引起关注,学校和家长纷纷想办法保护孩子视力

本报济南3月22日讯(记者 实习生 韩静静)《城里 娃49%诉视,乡村娃仅8%》的报道 (22日A13版报道)在学校和家长 中引起共鸣。3月22日,济南市甸 柳第一小学向学生和家长发出倡 议,家长们多带孩子走出家门,多 点户外活动时间,有节制地使用 电子产品,让孩子们的眼睛更明

站不下来就有晕倒的,体力和身体

本报报道后表示,一是自己工作忙,

没时间陪着孩子户外运动,孩子自

己也不注意,才四年级眼镜就到200

度了,"孩子三年级时配的眼镜,当

时的度数是150度,真不敢想以后会

健康和视力很重要,然而,孩子太

忙了,在家的时候,做完作业就看

电视,而周末两天,孩子要去上培

训班,根本没有时间去玩、去休息。 不少家长表示,别的孩子都上

辅导班,自己的孩子没法做到"淡

定"地出去玩。一位不愿具名的家

长说,她为孩子报了五个辅导班,

周六周日全程陪同。"有的孩子放 了学还要去上辅导班,因为周六周

日的班根本报不上。"济南某热点

市公园、运动场所少,孩子户外

运动没地方也是造成这种现状

易克服的,恰恰意识问题是最大的

拦路虎。"许多家长认为素质就是

学习成绩+特长,其实意志品质、身

体协调性、与他人的融洽程度,却

期以来被忽视。"王晓炜说,户外运

动不仅能预防近视,而且对培养孩

此外,还有的家长认为,城

王晓炜认为,客观条件是最容

个人最重要的素质,而这些长

她坦言,户外运动确实对孩子

3月22日,济南家长李女士读过

协调性都较差。

我们城市的小学生近视率高达 49%,而乡村小学生仅为8%。数数 看,我们身边有多少同学都戴上 了眼镜,不得不为这扇心灵的窗 户安上厚厚的玻璃,和这个五彩 缤纷的世界有了距离,成了近视 眼。"甸柳一小在给学生的"爱眼

在倡议书中,甸柳一小为学 生和家长提了5点建议:请父母监 督,控制使用电子产品的时间和 次数,做言而有信的人;紧张用眼 时,望远、转动眼珠缓解视疲劳; 坚持做眼保健操,不应付;连续看 书0.5-1小时要休息片刻或向远 处眺望一会;该校格外倡议,学生 和家长应尽可能地走出教室、家 门,经常参加体育活动,如打篮 球、踢足球、踢毽子、跳绳等项目。 "多去户外、大自然玩耍,比如爬 山、郊游、野餐……你会觉得世界 原来如此美妙!"

"相比城里的孩子,放了学 就呆在房子里,实在不利于身心 的健康成长。"3月22日,读者李 燕打来电话说,看来我们城里的 家长们也该更新一下观念了。但 她同时感慨,要是城里有更多的 绿地、公园及活动场地就更好

济南市第五人民医院眼科主 任鹿萍说,如今,小学二三年级开 始佩戴眼镜已不是个例,真正遗

传因素导致的很少。鹿萍认为,近 视眼的发生与个人体质有很大关 系,因此"户外活动"对近视预防 有重要作用。"眼睛虽小,但周围 肌肉特别多,缺乏锻炼、体质不好 的孩子,眼睛周围的肌肉也不会 很强壮。"鹿萍说,长时间近距离 用眼使眼球周围的睫状肌长期处 于紧张状态,失去灵活伸缩的能 力,眼球前后轴变长,因而直接导

学校倒苦水:

没有场地 给学生活动

到户外运动,不仅能让孩子 的眼睛得到休息,还能锻炼孩子 们的体魄和意志品质。明明是学 校和家长都明白的道理,为什么 在城市里这么难做到?记者采访 了济南市多所小学,听到校长们 倒了一大堆苦水。

每当上学、放学以及大课间 等集体活动,济南东部某热点小 学3000多名学生就会让老师们绷 紧神经。做早操时,狭小的操场容 不下如此多的学生,六年级学生 得到四楼顶部平台做操,学校在 楼顶平台周围安装了栅栏,保证

户外运动,对位于市区的学 校来说不是件容易的事。

"不要抬腿就跑,在楼道以及 楼梯,走路要贴着墙根,以免 与高年级学生发生碰撞受伤。"这 是济南市市中区一所热点学校对 低年级学生反复嘱咐过的"安全 准则"。据了解,学校每个学期都 会发生学生碰撞后受伤的事件,

在中小学校,"安全"一直是 每个校长最担心的问题,有校长 无奈地称为,身边的"火药桶"。

记者调查了解到,在城市中, 有的热点学校蜗居闹市,众多的 学生超出了校园面积承受能力。

在一年一度的冬季长跑中, 因为操场面积难以容纳全校班级 同时跑操,有的学校发明了"零距 离跑",学生同时迈步,可谓"摩肩

在有些学校,老师一下课就 把学生赶到操场上运动,而我们做 不到,担心太拥挤,学生安全无法保 障。"济南某热点学校负责人坦言, 由于操场站不开,连大课间都是各

家长很无奈: 没有时间 让孩子玩耍 共青团山东省委下属的山东 省青少年活动中心一项调查问卷 认为,近半数学生户外活动时间不 足。在组织中小学生进行户外拓展 运动中,山青世界执行主任王晓炜 看到,"有些城市孩子10分钟军姿

济南南上山街小学试点亮眼操一个学期后,学生近视率明显下降。 本报记者

推亮眼操,保证锻炼时间

保护孩子视力,有关部门已出招不少

本报济南3月22日讯(记者 徐洁 实习生 韩静静) 中

小学生近视不良率近年连续上 涨,教育部门也非常重视。去年9 月,山东省教育厅发文要求,中 小学校除了保质保量上好体育 课外,还应保证每天一小时锻炼 时间。刚刚开始的这个学期,济 南市教育局在全市中小学中推 广亮眼操,提出开展"阳光体育 运动",保证学生户外运动时间。

目前, 亮眼操在济南市南上 山街小学试点后,正在济南市所 有中小学校推开。为保护视力,南 上山街小学每天近20分钟的眼保 健操和亮眼操早已成为孩子们大 课间的重要活动,学校还在部分 教室安装了无眩光护眼灯。

记者在亮眼操教学视频中 看到,"亮眼操"分六节,主要通 过上下左右转动眼球,锻炼和放 松眼部周围肌肉,达到预防近视 的效果,整套做下来约花9分钟。 甸柳一小相关负责人说,学校正 在组织学生练习,他们打算,让 学生在户外做亮眼操,与四肢运 动结合起来。

南上山街小学在试点了一 个学期的亮眼操后发现,学生的 近视率有所下降,比如,六年级 学生近视率下降了9%。此外,该 学校还印发了预防保健手册,发 到家长手中,"预防近视需要学 校和家长一起努力。"该校有关

去年9月份开始,山东省教 育厅要求学校,严格执行每天一 小时校园体育活动规定,体育课 小学1-2年级每周4课时,小学3 -6年级和初中每周3课时,高中 每周2课时;没有体育课的当天, 学校必须在下午课后组织学生 进行一小时集体体育锻炼;每天 上午统一安排25-30分钟的大 课间体育活动。

办理地址: 经十路16122号

8 5 1

子素质至关重要。

- ◆省直律师团18653151489
- ◆专土地拆迁13335109068
- ◆经济执行15905410339
- ◆省资深律师13605314889

综合转让

◆注塑机转让13515385399

文教招聘

◆老师兼职15066661150

综合招聘 ◆招加工户05388339167

医院招聘

- ◆诚聘外科医生、护士。 电话: 15553118937
- ◆济南中医康复医院高薪 聘:医师康复师药师影像 金验网络客服企划礼仪会
- 计收银13255699687 ◆招妇科大夫、业务院长

及合作科室18678679687 招生培训

◆岗位建造师培训代报名

053181180212

◆熟食培训13645318850

牌技娱乐

售炸金花绝技麻将

扑克认牌仪13066028000

扑克麻将绝技牌九

批售牌具13791149993

厂家批发扑克牌具 行业最低价18764316737

售分析扑克麻将机

牌具高科技13589018831 售普通牌仪器眼镜

友情提醒:使用信息请交易双方认真检验对方有效证件,谨慎交易,请勿直接汇款,本广告不作为任何法律依据

用广告效果说话!

◆售绝技眼镜13645311119

5966678625 , 13793103436

拖拉机绝技13280025880 |◆限期返岗公告:常家|育局2012年3月22日

◆上门售牌具13792288222 镇北齐学校徐春华: 已 经 连 续 多 日 无 故 旷 台牟平支行不慎将《保险兼

> 为严肃工作纪律 业代理业务许可证》遗失, 限你于公告之日起15天 机 构 代 码 为

制事业单位辞退专业技

平出租 13905477016 某医药公司对外整体 规定》(人调发【1992】 8号)对你做出辞退处

非诚勿扰! 18663689383 学电力专业 到电厂工作 理。北齐学校庆云县教 国家级重点学校—临沂电力学校招生 招收发供电专业大、中专班。享受国家

曲阜门头出租 曲阜鼓楼南街门头200

助学金、入学后签订就业协议。毕业后全 部安置到电厂、供电单位工作. 人社局 签发《就业报到证》. 保证全部就业。 电话: 0539-8532618 8530909

房产公司城聘

联系人: 刘经理 电话13864616689 宁鸿投资诚聘

高薪诚聘市县分公司经理数名,具 有良好的社会人脉关系,较强 3702027207745000,特此声明的语言表达及沟通能力, 富的客户资源,年龄性别 学历不限 电话: 025-89603301

> 济南哮喘病医院诚聘 呼吸内科医生8名、住院 医师10名、护士16名、电 话网络咨询员各20名。 电话: 15905315360, 温先生

购 房 办 户 口

购房快速办理来津户口缩 短您的孩子与名牌大学的距离,2室80㎡ 经典小户型,10 万水景房, 高层。 022-28899933 18602679155