

# “目”浴阳光 点亮“睛”彩

## ——聊城市实验小学近视防控教育工作纪实

张超 通讯员 苏传博  
聊城报道

聊城市实验小学以启文书院的“启”为校魂，始终坚持“党建引领，文明践行”的理念，立足“生命成长”，做“有意义，有意思，有温度，有品位”的教育。

百年实验，百年传承。聊城市实验小学作为山东省儿童青少年近视防控试点学校，基于生命成长的全人教育目标，牢固树立“健康第一”的教育理念，坚持科学防控、精准防控、有效防控，形成社会、政府、学校、家庭、个人共同推进的工作合力，整体提升学校儿童青少年近视防控工作，全面促进学生身心健康发展。

学校严格执行山东省中小学教室照明改造计划，基础设施完备，所有教室、功能教室等学习场所的采光情况符合国家相关标准，教室照明达标率达到100%。教室统一安装浅蓝色遮光窗帘。每个班级配备视力表。各班按学生身高坐高标准选择相应型号的课桌椅。班主任根据学生座位视角、教室采光照明状况和学生视力变化情况，每2周调整学生座位。

校内设有室内外运动场，其中包括300米环形跑道、足球场1个、羽毛球场3个、篮球场4个、“跳房子”14个、乒乓球台20余个等多种活动场域，每天有150分钟开展室外体育活动，接受自然光，减轻学生眼睛疲劳。

学校主楼大厅内精心打造了爱眼护眼科普长廊，向全校学生科普眼健康知识，将保护眼视力纳入学生课间活动空间。长廊内容包括爱眼护眼的艺术创作、有关眼睛的趣味知识、防近视小游戏、合理膳食介绍等，实现寓教于乐，从而达到最佳的近视防控宣教效果。

学校坚持常规管理与近视防控相结合，在日常学习生活中注重培养规矩意识，要求每位学生做到“三净”（个人净、教室净、校

园净）“三正”（读姿正、写姿正、坐姿正）“三平”（课本平、试卷平、作业本平）“三齐”（卫生工具齐、书洞齐、桌凳齐）“五序”（间操有序、课间活动有序、接水有序、路队有序、上下楼梯有序）。一年级入学前两周进行立规养习教育，尤其是训练学生正确掌握“三姿”，各学科教师监督并随时纠正学生不良读写姿势。这样，从小事着手，让近视防控成为一种习惯。学期末，各年级进行三姿评比。

切实减轻学生课业负担。严格控制考试的科目与次数，限制课外作业量。学校统筹学生的家庭作业时间，小学一、二年级不留书面家庭作业，小学其他年级书面家庭作业总量控制在60分钟以内，减少学生课业用眼时间，保障学生充足睡眠。

学校坚持课程建设与近视防控相结合，学校构建了“三维四本五元”课程体系，“启健”课程是其中最重要的一个课程群，充足的户外运动不仅可以改善儿童青少年的健康状况，对于儿童青少年的近视防控也起着至关重要的作用。

学校严格组织全体学生每天上午下午各做1次眼保健操，切实保证每位学生每天不少于1小时校园体育活动时间。

学校坚持家校社协同与近视防控相结合，积极创新教学模式，近视防控教育课程不仅在课堂上讲，也在社会生活中讲。开展专业医护人员进校园、家长进课堂、专家开讲等，预防和控制孩子近视的发生与发展。学校保健教师也会利用家长会、公众号宣传和健康讲座，倡导家长控制孩子电子产品的使用时间，改善孩子居家视觉环境，纠正不良用眼卫生习惯等，同时利用温馨提醒帮助孩子养成良好的饮食锻炼习惯；指导和监督孩子养成正确的读写习惯；定期带孩子到专业机构进行视光学检查，做到早发现早干预。

营养管理是保障青少年近视防控不可或缺的重要工作。学校



从关爱学生生命成长的高度出发，为每个学生形成健康画像。

聊城市实验小学真正践行“家、校、社”三位一体的协同育人模式。专业医疗机构每年三次到学校开展视力监测、筛查，给学生

建立个人档案，做好学生视力不良检出率、新发率等报告和统计分析。做到早监测、早发现、早预警、早干预，有效控制了小学阶段近视新发率。

儿童青少年近视防控，不仅

是一个卫生问题，也是一个教育问题，更是一个社会问题。在政府、学校、医疗机构、家庭等共同努力下，进一步营造近视防控宣传教育氛围，培育视力健康文化，一定能够取得好的防控效果。

# 书香撷英 演绎经典

## ——香江小学同读一本书展演活动纪实

张超 通讯员 韩保德  
聊城报道

读红色经典，传承革命精神；阅童话故事，照亮心灵之窗；赏四大名著，感悟人生道理。翻开书页，一个个鲜活的人物跃然纸上，轻嗅书香，一个个精彩故事发人深省，走进故事，与经典人物来一场穿越时空的邂逅，扮起妆容，徜徉文字世界，演艺舞台人生。

为全面落实国家“双减”政策，进一步推进书香校园建设，使学生养成爱读书、读好书的习惯，东昌府区香江小学于2024年11月21日上午开展了“第三届同读一本书课本剧展演”活动。

课本剧展演在主持人激情

洋溢的开幕词中拉开了序幕。小演员们配合默契，表演逼真，低年级段的《狐假虎威》《小狗的小房子》童趣十足；中高年级段机智勇敢的《小英雄雨来》，时空对话的《新世界》，墨守成规的《郑人买履》，持之以恒的《铁杵成针》，以及《真假美猴王》的奇幻，《三打白骨精》的多变……令整场演出异彩纷呈，掌声不断。

整个表演从台词到舞台设计，从微妙表情到神韵动作都精益求精，展现了导演和演员们的匠心独具。每一个细节都被精心处理和展现，充满了趣味性，引人入胜。演员们的出色演绎让观众们沉浸在故事中，

将其带入了剧本的世界中。他们的表演让每一个角色都变得鲜活而立体。

本次课本剧展演内容丰富多彩，形式不拘一格，表演栩栩如生。它们跨越时空，从古代文学到现代故事，从童话寓言到历史故事，每一部都承载着深厚的文化底蕴和积极的人生哲理。这些剧目不仅是对经典原著的一次致敬，更是对这些经典故事新时代解读的一次尝试。

香江小学党支部书记荣佑忠表示，这场演出让大家看到了香江小学的孩子们无限想象力和创造力，真是一场视觉和心灵的盛宴。今后，香江小学将继续大胆探索“双减”背景下的有效



育人模式，让学生在享受学习的过程中，在活动中体验快乐，在快乐

中得到教育，在教育中不断成长。