# 新眼保健操被指“翻白眼”

**人民网北京10月23日电(记者 罗旭)** 近日,中国校园健康行动公益项目台州办公室和光明天使学生视力保护中心推出了新型健眼操,一时间在网友间风靡。该套眼保健操由一名小女孩做示范,虽然省去了手部动作,但眼部动作包括各种“翻白眼”,令网友忍俊不禁,大呼“以前的眼保健操弱爆了”。

该套眼保健操具体包括以下动作:第一节,双眼向左上左下看;第二节,双眼向右上右下看;第三节,双眼向左向右看;第四节,双眼顺时针转着看,二拍转一圈;第五节,双眼逆时针转着看,二拍转一圈;第六节,用力闭眼再用力睁眼。令网友吐槽不已的是做示范的小女孩毫无压力地完成各种动作。

有网友在跟着做眼保健操后告诉人民网记者,眼睛“真的受不了”,但小女孩“真的很可爱”。

新眼保健操被不少网友称作“翻白眼”。 视频截图

## 我省多地推广新眼保健操

# 试点学校:新操挺管用

本报记者 徐洁

**被网友吐槽的新眼保健操,我省济南、临沂、聊城等多个城市已在校园内推广。试点学校老师称,新眼保健操效果挺好。**

**我省最早在近视眼防控试点的济南市市中区、临沂、聊城冠县部分学校,试点亮眼操、无眩光护眼灯等防控近视新措施。从今年年初开始,济南加大了青少年近视防治力度,已在全市中小学推广亮眼操。**

### 开始做时笑声不断

与传统眼保健操不同的是,亮眼操不需要穴位按摩,主要通过加强眼肌的训练,缓解视疲劳,从而达到预防假性近视、控制真性近视的发生和发展。

“亮眼操的动作有点逗,有一个动作有点像练斗眼,刚开始同学们做起来还有点难为情,教室里笑声不断,但习惯就好了。”济南历下区一位小学老师说,整套做下来约9分钟。还有的学校对亮眼操进行了改良,与肢体运动结合起来,让学生在户外做亮眼操。

济南市南上山街小学是最早试点亮眼操的学校之一。该校保健老师说,做亮眼操一个学期后,学生近视眼比例明显下降,比如,6年级学生近视率下降了9%。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。”

我省最近发布的学生体质健康调研报告显示,小学1至3年级学生视力不良率已达44.2%,大学生这一数字更上升到92.27%。中小学生近视率不断升高,低龄化问题突出。

### 眼保健操排入课表

2012年,我省落实国家中小学生近视眼防控工作方案,把学生从游戏机、电脑前拉回来是防控近视的主要工作。教育管理者和低视力防治专家都认为,导致近视的因素很多,预防近视,亮眼操、眼保健操只是一个方面。

济南市教育局副局长朋星说,近视防治需要家庭、学校和社会配合,前期调研发现,课业负担、电子产品普及、饮食结构以及城市高楼大厦影响视线,都是导致青少年近视的因素。

我省近视眼防控工作方案明确要求,学校应每学期对学生视力状况进行两次监测,将上下午眼保健操时间排入课表,每月至少调整一次学生座位,每位老师都有责任及时纠正不正确的读、写姿势,督促学生课间到户外活动或远眺,保证户外运动时间。

◓新闻链接

### 是否改善视力,老保健操引争议

此前,网友“直播上海”在微博中称:眼保健操残害中国青少年49年了,全世界仅中国做眼保健操,按摩毫无作用的穴位……做眼保健操无法改善视力,许多学生用脏手按摩导致红眼病、眼部感染等……做了近50年的眼保健操是有益还是有害?

北京市疾控中心学校卫生所所长段佳丽表示,眼保健操起到的是舒缓眼部疲劳、眼睛保健的作用,在一定程度上可以预防近视,但不是网友理解的治疗近视眼,不是“天天做就能摘掉眼镜”。

中国中医科学院眼科医院眼视光门诊副主任医师杨晓桦则认为,许多学生用脏手按摩导致红眼病、眼部感染等的可能性是非常大的,容易使细菌入眼。

据《京华时报》

## 好客山东牵手度假租赁巨头

**本报北京10月23日讯(记者 乔显佳)** 23日,省旅游局在北京与国内度假租赁业巨头途家网签约,共同打造“好客山东到途家”品牌,以创新的休闲旅游营销模式,在线销售山东的好山、好水、好美食。

今年中秋、国庆“双节”有一个“怪现象”:一面是胶东滨海各市景区异常火爆,游客忍受“一房难求”的住宿苦恼;另一方面,大量处于旅游地的“旅游地产”、“度假公寓”等,因为销售困难等原因,处于长期空置状态。

“好客山东到途家”品牌,有望让上述难题得以破解。今后,在省旅游局的大力支持下,途家将与山东省内房地产开发企业、旅游企业等进行合作,盘活旅游地不动产,降低空置率,提升旅游业服务标准。此举将形成“旅游目的地+酒店+居住+商业”的度假公寓新模式,既可解决旅游住宿供给不足,又可实现游客、业主、旅游目的地的多方共赢。

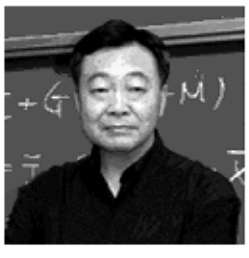
## 我省新增两处国家级地质公园

**本报济南10月23日讯** 日前,国土资源部批准命名山东诸城恐龙国家地质公园和山东青州国家地质公园。至此,我省获国家正式命名批准的国家级地质公园已达7处。

诸城恐龙国家地质公园范围内发掘出土了巨型山东龙、巨大诸城龙等世界上最高大的鸭嘴龙类化石,是世界上规模最大的恐龙足迹群。青州国家地质公园以仰天山、云门山为主体,覆盖了青州境内主要地质遗迹资源。 本报记者

山东大学 SHANDONG UNIVERSITY | EDP 高层管理培训中心

山东大学管理学院EDP中心特邀黄卫平教授作《中国宏观经济政策与走势解读》专题论坛



◆黄卫平

中国人民大学教授、博士生导师,中国人民大学经济学博士。

研究方向:世界经济,经济发展,国际贸易金融与投资,亚太地区经济合作,中国改革与开放,国际政治经济学。黄卫平教授为原中国人民大学经济学院院长,为中共中央政治局集体学习做过经济学报告,受国过伟清主席的接见,国务院体改委高评委委员,中国人民大学校务委员,学术委员会委员,中国社科院美国所、亚太所学术委员会委员,中英经济学教育交流委员会执行主任。曾作为富布赖特高级学者在美国新泽西大学作访问,国务院特殊津贴获得者。

金融危机以来,全球经济持续低迷,对于中国而言,经济面临多重困境:今年上半年GDP同比增长7.8%;三季度GDP同比增长7.6%,下半年乃至2013年经济增长下行的压力非常大。欧美经济复苏导致出口下降,国内需求短期内无法大幅提振;劳动力、原材料成本上涨,融资困难、销售不畅、回款困难。中国经济出现减速增长的条件下,我们应该如何应对这种复杂的形式和环境?

为了更加准确地把握中国经济走势,参看中央政府采取的各种财政政策、货币政策、汇率政策,思考如何寻找成长型企业的发展机遇,山东大学管理学院EDP中心特邀原中国人民大学经济学院院长黄卫平教授为山东的企业家们作《中国宏观经济政策与走势解读》专题讲座!

邀请对象:企业中高层管理者
讲座时间:11月4日(周日)09:00–17:00
讲座地点:中心校区(请预约)
预约电话:0531—86361352
主办单位:山东大学管理学院EDP中心
地址:山大南路27号知新楼B座20室
网址:www.edp.sdu.edu.cn

中国商界领袖境界提升高级研修项目

十大高校教授,将授课近10人,
百名商界领袖,各大商学院精英班;
纵横古今中外,领略商道智慧;
全国领袖同窗,共创商业高点;
跨省政商联谊,整合顶级资源;
全球高端游学,对话国际精英。

本项目是由中国EDP联盟发起的为企业高层提供最身临其境的顶级品牌课程。山东大学、浙江大学、厦门大学、中山大学、南开大学、西安交大等十所EDP联盟高校强力合作,开创中国高端商界课程教育之先河。

招生对象:大型企业董事级以上领导;金融机构品牌的CEO;具有课题调研的企业董事长;具有高成长性的企业高管;中国机关、各省市厅级以上领导。现已开始招生,请登陆山东大学EDP中心。

办公电话:0531-86361169
网址:www.edp.sdu.edu.cn

山东大学管理学院首届国学与管理哲学总裁研修班开始招生!

充分发挥山东大学文史见长优势,
以主为鉴,学礼孟之仁义礼智;
参禅悟道,提升企业家人文情怀;
承青春相中国千年文化的深厚内涵,
成就非凡领导。

充分发挥山东大学文史见长优势,利用山东儒家文化发源地的独特条件,精选一流的师资队伍,为寻求优秀传统文化智慧的企业家与社会精英提供与国学大师交流的平台。

招生对象:企业董事长、总裁、总经理及其他高层管理人员;政府机关部门高级官员;致力于弘扬中国传统文化的爱国爱心。现已开始招生,请登陆山东大学EDP中心。

办公电话:0531-86362294 86361352
地址:山大南路27号知新楼B座20室
网址:www.edp.sdu.edu.cn