



更多精彩内容
请登录本报新媒体平台
或拨打热线互动 报料
0551-65179666

孩子视力

网课低龄化趋势明显,向家长输出焦虑的同时
电子产品对孩子视力的影响也不容忽视

通读
览天下

11



随着儿童“触屏”年龄越来越小,三四岁上网课、五六岁成“小眼镜”的情况并不鲜见。教育部曾发布指引建议,0-3岁幼儿禁用手机、电脑等视屏类电子产品,3-6岁幼儿也应尽量避免接触和使用。但记者发现,随着网课市场不断拓宽,网课低龄化趋势明显,向家长输出焦虑的同时,电子产品对孩子视力的影响也不容忽视。



3岁开始上网课?

“小眼镜”出现低龄化趋势

A

低龄上网课 眼睛“伤不起”

趣味英语启蒙课、少儿音乐启蒙课、在家上的早教课……随着暑期到来,网络上各种幼儿线上课程宣传火热,不少课程更是打出“2岁就能上”“针对0-6岁儿童英语”等广告。

刘慧的儿子上月刚满6岁,已经戴上了眼镜。她告诉记者,去年幼儿园视力筛查中发现孩子近视,随后到医院检查发现近视已超过100度。“疫情以来给孩子报了3门网课,虽然也担心会对视力有影响,但不想让他输在起跑线上,只能坚持在网课之外不让孩子接触电子产品。”

国家卫健委公布数据显示,2020年我国儿童青少年总体近视率为52.7%,比前一年上升了2.5个百分点。天津市的调查数据也与此相近,截至去年底,全市中小学生在抽样调查中共检出近视25418人,总体近视率52.96%。其中,幼儿园6岁儿童近视率为12.01%。

专家认为,近视低龄化现象值得警惕。天津市眼科医院视光中心主任李丽华说:“近视低龄化的情况在增加,‘触屏’时间变长是重要的影响因素。”北京一所幼儿园的教师也告诉记者,“以前大班的孩子偶尔会有近视的情况,现在中班甚至小班的学生都有检出近视的”。

B

网课时间长 运动却没时间

为保护幼儿视力健康,我国已出台多项指引和意见。教育部发布的《关于大力推进幼儿园与小学科学衔接的指导意见》中建议,严格控制儿童使用电子产品的时间和频次,单次使用时间不宜超过15分钟。

但实际上,大多数儿童网课时间明显超出建议时长。记者拨打十多家网课品牌电话进行咨询,发现主流网课不论是直播还是录播,时长大多在15分钟到40分钟之间,有些课程会在中途休息一次。“儿童视力尚处于发育状态,这已明显超出儿童视力能够承受的范围。”李丽华表示。

有网课教师坦言,上网课的孩子年龄越来越小。为了适应市场需求,机构去年开始开拓3岁以下儿童网课。中国教育科学研究院研究员储朝晖认为,6岁以下儿童身心发育都未达到网课教学的程度。多名教师也认为,3岁以下幼儿网课学习效果不佳。

与网课的火热不同,儿童们的运动时间却难以保障。教育部等15个部门联合印发的《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021—2025年)》指出,强化体育课和课外锻炼,着力保障学生每天校内、校外各1个小时体育活动时间。去年10月国家卫健委发布的《儿童青少年近视防控适宜技术指南(更新版)》再次明确这一要求。但记者随机采访多位家长和老师均表示难以实现。

C

需共同守护 儿童的健康

“0到6岁是儿童视力发育的关键期。”李丽华强调,长时间使用电子产品、缺乏户外活动等都可能消耗儿童的远视储备,造成较早地出现近视。

天津体育学院体质检测与运动处方研究中心主任谭思洁建议,要适当加强儿童室外有氧运动的时间。“有氧运动在改善体质的同时,对缓解眼部肌肉疲劳会起到积极作用。多晒太阳也会促进维生素D、钙等营养元素的吸收。一般来说,户外运动20分钟左右就能起到一定效果。”她建议,儿童多进行球类、跑跳等有氧运动,低龄儿童可以投掷纸飞机或者掷沙包等。

专家还强调,除了对儿童视力的影响,上网课时如久坐且坐姿不正确,很可能会影响到儿童的脊柱健康。目前,脊柱侧弯已经成为继肥胖、近视之后,危害我国儿童青少年健康的第三大疾病。

“网课低龄化带来的不仅仅是对儿童身体的危害。”储朝晖认为,6岁以下儿童压力过大可能造成更多成长发育问题,过多参加超出孩子本身发展阶段的课程学习并不利于孩子身心健康。

健康中国行动实施以来,我国儿童眼保健和视力检查服务覆盖率达到91.7%。专家认为,未来我国儿童视力的健康,还需要社会、学校、家庭来共同守护。

据新华社电



今日彩票

(开奖公告)

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法

第2022185期

中奖号码: 01 05 11 12 13

奖等	六省市 中奖注数	安徽 中奖注数	每注奖额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	109	10	2045
二等奖	5369	936	10

六省市投注总额:657756元,安徽投注总额:121302元。奖池奖金:803571元。

中国福利彩票“双色球”玩法

第2022080期

红色球号码: 05 12 15 17 18 27
蓝色球号码: 04

奖等	全国中奖注数	安徽中奖注数	每注金额(元)
一等奖	9	0	6967330
二等奖	129	0	171569
三等奖	1380	53	3000
四等奖	70955	2680	200
五等奖	1389619	56954	10
六等奖	9442743	391707	5

全国投注总额:342797508元,安徽投注总额:13806718元,奖池奖金:1986021667元。

全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖结果公告

第22185期开奖公告

全国联网电脑体育彩票“排列5”第22185期于2022年7月14日开奖。全国销售金额:16472578元。

中奖号码: 5 4 5 1 7

奖级	中奖注数	单注奖金
一等奖	40	100000元

本期兑奖截止日为2022年9月13日,逾期作弃奖处理。
417454280.44元奖金滚入下期奖池。

中国福利彩票“3D”玩法

第2022185期

中奖号码: 8 5 1

奖等	中奖注数	每注金额(元)
单选	1181	1040
组选三	0	346
组选六	1892	173

本期投注总额:2287386元,奖池奖金:1631682元。

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖结果公告

全国联网电脑体育彩票“排列3”第22185期于2022年7月14日开奖。全国投注总额:38423218元。

第22185期开奖公告

中奖号码: 5 4 5

奖级	中奖注数	单注奖金
直选	11202	1040元
组选三	13391	346元
组选六	0	173元

本期兑奖截止日为2022年9月13日,逾期作弃奖处理。