

“学校天天安排网课，任务量还不小，孩子一天到晚盯着电脑，有时还看看电视，孩子的视力真令人担忧啊！”

“我家孩子本来就近视了，现在除了上网课以外，户外的活动也少了，几个月过去了，估计孩子的度数又涨了……”

受新冠肺炎疫情的影响，长春市的中小学开学的时间都推迟了，从上到下都在贯彻“停课不停学”的政策，学校的网课，网络上教育机构的免费线上课程，就连作业都需要借助电子产品来完成，许多家长真的开始担心了，“网课”会成为孩子近视的帮凶吗？孩子的视力到底应该怎么办？

近日，记者对网课下的中小学生视力情况进行了调查，而调查的结果令人忧虑！



资料图片

近日，记者对网课下的中小学生视力情况进行了调查，而调查的结果令人忧虑！

“上网课一个半月，孩子近视加深150度！”

家长一：“一天两小时网课，女儿看东西眯眼了！”

“我家孩子学校安排的网课与其他学校安排的网课相比要少一些，但即使是这样，我也十分担心孩子的视力会下降，度数会增长……”长春市民李女士称。

李女士的女儿读小学五年级，如果按照以往，今年2月末，孩子就已经开学了，可是受到新冠肺炎疫情的影响，学校的开学时间一再后延，现在也没有一个确切的开学时间表。为了不让孩子的课程落下，学校从3月份开始给学生上网课。

“我家孩子的网课内容是，学校老师将数学、语文和英语等课程提前录制成视频发给学生家长，学生家长按照老师规定的时间给孩子播放，孩子可以利用ipad、手机和电脑上网课，从周一到周五，上课的时间为上午9点到11点……”李女士说。

女儿本来就对手机和电脑“情有独钟”，现在上网课，孩子可乐坏了，如果没有家长在旁边监督，她会时不时地在上课之余偷偷地看点别的喜欢的东西。因为这种情况的存在，两个小时的网课，可能会延长一段时间。

李女士说，除了上网课以外，女儿的课外辅导班也“搬”到了网上授课，上课外班是通过QQ，用视频现场互动着上，“这样的课基本是在周末上，也就是说，孩子从周一到周日，眼睛没有休息的时间，每天都会对着电脑、手机和ipad！”

这段时间，李女士发现孩子看东西时眯眼睛了，女儿本来就近视，戴着200度左右的近视镜，“我担心孩子的近视度数可能又涨了，估计在开学之前还得重新配一副眼镜……”李女士叹气道。

家长二：“上网课一个半月，孩子近视加深150度！”

对于李女士的担忧，市民张先生更是深有体会，因为他的儿子因为上网课的原因，近视度数已经加深了150度。

张先生的儿子读小学四年级，他和妻子工作都很忙，特别是复工复产以后，夫妻二人的单位经常会加班，没有办法，儿子都是由双方老人轮流照顾。

张先生说，儿子学校的网课负担要重一些，老师会在周一到

周五通过QQ视频互动上课，“孩子有些小，注意力不集中，老师上课时，必须有家长陪同才能上好，否则，孩子经常会走神儿，听不好课！”

“我和爱人都是近视眼，可能因为遗传因素的原因，儿子上小学二年级就已经戴上了小眼镜，当时，我就有一个目的，希望儿子的近视度数能少涨一些！”

张先生说，可是，因为目前学校网课的存在，孩子的近视可能会

老师：“学校已尽量压缩网课的时间！”

对于家长们对孩子视力的担忧，长春市一所小学不愿意透露姓名的老师表示，其实在学校开网课之前，学校已经意识到了网课对孩子视力的影响，因此也在一直想办法，尽量将网课对孩子视力的影响降到最低。

眼镜店：周末来验光的学生增一倍 多数都应该换眼镜了

15日下午，记者来到了长春市朝阳区桂林路上一家眼镜店，店内来验光配镜的人不算多，但仍然有几名学生在。

店内工作人员告诉记者，自从眼镜店复工复产以后，人流不断增多，特别是前来验光的学生流。周末的时候人更多，至少是

以往人流的两倍。

“从我们检查的结果上看，学校网课的确对孩子们的视力产生了很大的影响，很多不近视的孩子都出现了视疲劳，有近视的可能性，而一些已经戴眼镜的孩子，他们的近视度数普遍加深，这个问题值得关注！”工作人员说。

眼科医生提醒：注意坐姿多远眺 多进行户外运动

世界卫生组织最近的研究报告显示，目前我国近视患者达6亿，青少年近视率居世界第一。数据称，2018年全国儿童青少年总体近视率为53.6%，其中6岁儿童、小学生、初中生、高中生近视率分别为14.5%、36.0%、71.6%、81.0%。近视问题，尤其是青少年近视问题已经刻不容缓。

吉林大学白求恩第一医院眼科医生表示，抛开先天遗传因素等客观不可控因素，目前公认“近距离长时间用眼”和“缺乏

进一步加深。

“前两天的一个周末，我带儿子到医院查了一下，儿子的双眼在一个半月的时间内加深了150度，我真的吓坏了！”张先生无奈地表示，但他也实在没有办法，因为在疫情的影响下，全国的中小学生都在这样上网课，他又能怎么办呢！只能购买一些缓解视疲劳的眼贴之类的护眼产品给儿子用，希望能对儿子的眼疲劳有所缓解吧！

时间，加强户外运动等。

“对于目前出现的这种状况，学校和老师也是没有办法的，只能提醒孩子和家长，做到劳逸结合，经常做一些户外运动，以此来缓解孩子的视疲劳，防止孩子近视加深！”这位老师表示。

一家眼镜店的吴老板表示，已经有多名家长和他或者店员进行了预约，找时间到店里复查孩子的视力。“一名家长在电话里表示，孩子的近视度数肯定是加深了，孩子总揉眼睛，看东西时，戴着眼镜还在眯眼睛，估计眼镜片又要更换了！”

甚至一天，大大超过了每日用眼的安全时限，因此对眼睛的伤害也是加倍的。

这名眼科医生表示，为了孩子视力，同时也要保证孩子的线上学习效果，家长的监督其实是重中之重。居家上网课，家长们一定要引导孩子科学用眼，如在时间上严格限制，上40分钟网课，要休息10分钟，做做远眺，同时要调整坐姿，注意环境灯光调整，多做一些户外活动等。

/城市晚报记者 陆续 报道



眼镜店验光师给孩子检测视力陆续摄