

► 深度评论

# 近视防控没有捷径可走

杨三喜

近日,教育部等三部门联合印发了《关于切实抓好幼儿园和小学近视防控关键阶段防控工作的通知》,要求前移防控关口,抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段,有效减少幼儿和小学生近视发生,推动全国和各地儿童青少年近视率以更快速度下降。《通知》从创造条件保障充足户外活动、着力改变家长重治轻防观念、主动改善视觉环境等八个方面,明确了近视防控的具体要求。

减少“小眼镜”存量,遏制“小眼镜”增量,呵护儿童青少年的明亮双眸,越来越受到全社会的高度关注。特别是2018年《综合防控儿童青少年近视实施方案》印发以来,一系列举措陆续推出。系列举措有力推动了全社会共同防控近视良好氛围的形成,青少年近视率有所遏制。但也要看到,儿童青少年近视防控问题仍然任重道远,落实各项防控措施、多方协同构建近视防控良好生态,实现既定目标仍需要付出艰辛的努力。

让儿童青少年近视率以更快速度下降,有效减少幼儿和小学生近视发生,既是党和政府的心之所向、情之所系,也是事关儿童青少年身心健康的重要问题,是全社会共同关心的民生大事。从《2024年全国综合防控儿童青少年近视重点工作计划》

■ 近视率,是一块不会说谎的“试金石”,是衡量学校是否全面贯彻“五育”并举教育方针的重要标尺

■ 最关键的莫过于落实、再落实,在日拱一卒的落实中实现目标

印发,到启动实施“学生身心健康促进年”活动,提出“力争6岁幼儿和小学生近视发生率较上年下降2个百分点”,再到此番对抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段防控工作作出部署……从今年近视防控政策文件和重要举措的密集发布和出台中,我们就可以感受到国家有关部门对这项工作的重视程度。

为什么要前移防控关口,抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段?一方面,儿童的视觉发育有其独特的关键期和敏感期。0—6岁是儿童视觉发育的关键期,12岁前为敏感期。学龄前,儿童眼球结构和视觉功能仍在不断发展和完善,孩子对视觉环境的刺激非常敏感,需要特别的呵护,尤其需要营造良好的视觉环境,养成良好的用眼习惯。另一方面,小学是近视发生最多的学段,进一步强化幼儿园和小学近视防控,能够降低近视发生率,为后面的初中、高中阶段近视防控赢得时间和空间。抓牢幼儿园和小

学近视防控关键阶段,正是基于近视发病的原因、过程和规律,是对近视防控的突出矛盾和攻坚重点的精准把握。

如何抓好近视防控工作?这些年来,系列政策文件出台,一次又一次划出了重点。比如,保障儿童青少年有充足的户外活动时间,控制儿童青少年视屏类电子产品使用时长,防止学生持续疲劳用眼。又如,深入落实小学生手机、睡眠、作业、读物和体质管理。再如,改善视觉环境,严格按照幼儿园建设标准和普通中小学校建设标准,使用利于视力健康的照明设备。

近视防控有什么高深的秘诀吗?并没有!每一项举措都是最朴素的常识,是最朴素的常规操作。近视防控没有诀窍,更没有捷径可走。如果说有,那就是把这些最朴素的要求,扎扎实实地去落实。

然而,恰恰是这些看起来简单的常规操作,在落实过程中会受到各种各样的阻碍。问题在哪?关键就在于,近视防控不是一项

单独的工作,而是一项复杂的系统工程。拿保障充足户外活动来说,首先考验的是学校的办学育人理念,是否坚持“健康第一”原则,能否不为了成绩牺牲健康,能否保证体育课开齐开足,能否科学合理有序组织安排课间活动。学生的睡眠时间能否得到保证,同样是对学校落实“双减”政策、优化作业管理情况的综合考验。

以此来看,近视率,是一块不会说谎的“试金石”,是衡量学校是否全面贯彻“五育”并举教育方针的重要标尺。如果学校只在乎学生的分数和成绩,导致课间学生无法走出教室去参加户外活动,体育课经常被挤占,课后作业又多得出奇,在这样的学校上学,学生的近视率会下降吗?这显然是很难想象的事。再比如,如果幼儿园不遵循幼教核心理念,搞“抢跑”“超前教学”。这样不仅可能会损害孩子的大脑,也会对正处于视觉发育关键期的孩子视力造成伤害。

坚持治未病的思路,从小抓起,从娃娃抓起……《通知》的出台,做好前移防控关口,抓牢幼儿园和小学近视防控关键阶段提供了科学指引,对于凝聚共识、形成合力、构建良好生态具有积极的意义。接下来,最关键的莫过于落实、再落实,在日拱一卒的落实中实现目标。

(作者系本报记者)

► 一家之言

## 大学生,你真的会“玩梗”吗

王新刚

一项调查显示,95.67%的受访大学生表示有过在网上“玩梗”的经历,38.16%的受访大学生表示自己经常在网上“玩梗”。此外,还有超六成受访大学生期待有趣的“梗文化”。

大学生在网络环境中成长,擅长通过拆解字词、重构句义、拼组图像、拟态声音等方式,制造出一种独属自己所在圈层的轻松感和满足感。“人生就是要充满passion”“city不city”“那咋了”“包的”……这些在网络空间不断被复制、传播、再创造,具有青春气息的“流行梗”,是社交语言,是文化符号,更是生活的调味剂。

“玩梗”既是对情绪恰如其分的表达,还是面对压力和困难不懈不畏惧心理的释放,更是人际交往中缓解尴尬、破除藩篱、打破孤岛的利器,“抛梗”能够破冰,“说梗”可以解压,何乐而不为呢?

但需要注意的是,“玩梗”也可能造成冒犯。歪曲音、形、义,编造网络黑话烂梗,滥用隐晦表达等行为,会削弱语言的严肃性和权威性,不仅可能严重影响人们正常使用语言,更会对汉语的规范化产生不良影响。那么,大学生,又如何合理规范地用好梗呢?

“玩梗”先辨“梗”。弄清楚“梗”所表达的真实语义,了解交流的具体对象,坚决避免用低俗、粗俗或者带有侮辱性的“梗”,避免因地域文化差异而对交流对象造成伤害的用“梗”。对于低俗的“没有营养”的“烂梗”,要共同抵制。对于积极向上的“热梗”,要定期推送并加大传播力度,让有趣有价值的“梗”能被大学生看到和使用。

“玩梗”须得体。用“梗”是青年人优化自我表达的一种方式,幽默也好、流行也罢,主要是营造一种友好的交流氛围。如果用“梗”不注意场合,就会带来尴尬、冷场乃至交流障碍。特别是正式场合,面对严肃话题,更要精选用“梗”,宁可不用,也不可乱用。

“玩梗”要有分寸。有些人为了过度追求个性表达而“玩梗”,沉溺于这种短平快的信息形式之中,却无视“梗”自身表达的内容。在交流中用一些“烂梗”,这些“梗”没有什么营养,交流中忽略了他人的感受,甚至冒犯到别人。这种没有边界感的“玩梗”,会造成沟通的隔阂和误解,催生网络暴力和刻板印象。因此,要规范和合理使用,明确其尺度、分寸和边界。

“梗文化”反映了大学生的心理和需要。这提醒我们,要关注和倾听青年大学生的所思所想、所困所惑,增强主流价值观在大学生中的感染力、凝聚力和引导力。《人民日报》曾评“禁止蕉绿”这个“梗”,认为这虽然只是玩个“热梗”、讨个口彩,但有助于排解青年的负面情绪,达到了较好的效果。这也启示我们,要善于营造符合青年大学生自身需求的“梗文化”,开拓优秀网络文化阵地,造就出创作精巧、思想健康、传播广泛的“好梗”。(作者系河南理工大学马克思主义学院副院长、教授)

## 谨防“谷子”在校园野蛮生长

杨婷

最近,中小校园掀起一阵“谷子热”,一些被称为“谷子”的特色小物件深受中小学生的追捧。这也让诈骗分子有机可乘,有学生在浏览某社交平台寻找排球少年徽章时,被骗近万元。

“谷子”是goods(商品)的谐音,是指由漫画、动画、游戏等ACG领域版权作品衍生出来的周边产品,包含徽章、亚克力制品、彩色卡通、游戏等二次元文化及其衍生品。粉丝们通过线上线下的活动进行物品交换、分享创作、交流看法,渐渐形成了一个“谷圈”。“谷圈”之所以能吸引如此多的青少年,就在于它提供了一个独特的社交平台,让拥有相似兴趣爱好的人能够聚集在一起,彼此分享、相互支持,引起情感共鸣。青少年在“谷圈”里可以自由地表达自己的情感和想法,能够找到归属感和认同感。

不可否认,“谷圈”里的内容创作和分享为青少年提供了一个展示自我、实现个人价值的空间,但其负面影响也不可忽略。一方面,青少年一旦迷恋上“二次元”卡通虚拟人物,就可能花大量的时间去追“星”,会一掷千金购买“谷子”,甚至陷入诈骗的圈套,耗费父母的金钱。另一方面,一些青少年沉溺在虚拟的世界里,轻则对学习失去了兴趣,成绩直线下降,重则威胁到身体健康。“谷子热”现象反映了当下青少年对精神文化生活的渴望与追求,也引发了教育工作者、家长和社会各界的思考:如何防范“谷子”在中小校园野蛮生长?

封杀“谷圈”、铲除“谷子”,看起来是釜底抽薪的解决办法,但实际上,这种不分青红皂白一禁了之的方法是不可取的。对于“谷子热”,学校和教师应当理性看待这一现象,合理引导青少年参与“谷圈”活动。首先,要充分了解青少年内心的真实想法,而不是简单粗暴地加以禁止或批评。其次,帮助青少年建立正确的时间观念,引导他们合理安排日常生活,确保有足够的精力投入到学习和其他有益的活动中去。此外,学校可以通过开设相关选修课程,如动漫鉴赏、游戏设计等,既满足学生的兴趣需求,又能提高他们的综合素质。加强对青少年的网络安全教育也很必要,有助于教会在享受网络便利的同时保护个人信息,警惕网络诈骗等潜在风险。

家庭是青少年成长过程中最重要的环境之一,家长的教育引导也不容忽视。家长应该积极参与到孩子的兴趣爱好中来,了解他们在“谷圈”中的所思所想,给予适当的支持和建议。当发现孩子有过度沉迷的倾向时,要及时与之沟通,寻找解决问题的方法。可以一起制定合理的时间规划,鼓励孩子参加户外活动和社会实践,拓宽视野、增长见识。

“谷子热”是当下青少年文化生活的一个缩影,反映了他们对美好事物的向往和追求。老师和家长作为成年人,应该用更加宽容和理解的态度去看待这一现象,通过有效的引导和支持,帮助青少年在享受“谷圈”带来的快乐的同时,实现健康成长、全面发展。(作者系湖南省武冈市光明小学教师)

► 青年说

## 在行动中摸索职业发展方向

王新瑞(华中科技大学新闻与信息传播学院2023级本科生)

为大学生高质量就业寻良策,很多大学都在将端口前移,把当下“火热的秋招季”当成就业启蒙课、职业规划训练场。从“职业体验周”到“简历加油站”,采取多种形式引导学生进行职业规划,让学生在求职路上少点盲目、少走弯路、多点从容。就业不是毕业了就能顺其自然的事,一份理想的工作,需要这样谋事在先的就业教育。

你有什么“职业规划”?人们常将“职业规划”看成一个名词,认为就是“一张关于自己未来会做什么的蓝图”。实际上,职业规划

不是名词,不是定一个蓝图,然后朝那个方向努力。它是一个动词,需要在积极的行动、积极的尝试、积极的试错中去规划,找到兴趣和现实的契合点,形成对职业方向的直觉,并在行动中不断调适。如果没有这种积极行动意识,不把规划当成一个动词,所谓“规划”就会容易休眠,成为一种自欺的形式。谋事在先,关键在“谋”,这个“谋”不是空想,不是给自己画饼,而是做事情,在“做”中摸索到适合、适配自己的职业方向。

在这些大学的职业规划课程中,看到最

多的正是行动。有老师说:“大家要做的,是行动起来,充分利用学校提供的各类资源。”有学长说:“本以为自己会成为硬件工程师,但在很多行动后,对于未来一下打开了思路。”有学生反思:“与他人缺乏交流,很容易局限在个人想法中出不来,行动中才能找到方向。”是的,职业规划需要经验的传授、系统的课程、前瞻的意识,但最重要的还是行动起来,明确自我认知和职业方向,努力做好专业本分,做好田野实践,在擅长的方向做到极致,理想的工作才会顺其自然。

增强职业规划的适用性。

当然,充分利用高校提供的就业指导、实习机会以及企业宣讲活动等,也是大学生做好职业规划的不二选择。通过这些资源,大学生可以深入了解不同企业的用人标准和行业趋势,减少信息差,识别出哪些技能需求紧缺,从而有针对性地提升自己。

在课堂上提升自己的能力,在实践中找寻与自己的职业兴趣的匹配点,打通课堂学习与就业方向之间的“最后一公里”。只有这样,大学生才能够在激烈的就业市场上胜出。

## 知己知彼 增强职业规划适用性

秦克峰(重庆大学新闻学院2023级硕士研究生)

面对复杂多变的就业环境,具备敏锐的市场洞察力,能够灵活应对外部变动,才能为自己的职业生涯奠定坚实基础。

主动探索市场需求,关注行业变化和职业发展态势,是打好就业攻坚战的重要步骤。技术快速变革的当下,各行各业都在快速迭代,企业越来越倾向于寻找拥有创新思维和跨学科能力的复合型人才。因此,大学生在规划职业时,不仅要从自身的兴趣和优势出发,还要结合热门行业的发展趋势,不断调整方向,确保所学知识与市场需求保持同

步。例如,随着生成式人工智能的迅猛发展,许多行业已经深度融合了AI技术,懂得驾驭AI的人才在求职中更具竞争力。

此外,观察行业动态后及时调整自己的技能与知识储备,在就业时就能不打无准备之仗。在做职业规划时,面对兴趣与专长应作何选择?是应考虑当下还是做更长远的职业规划?许多大学生对这些问题并无思考,待到求职时才发觉前路一片茫然。因此,只有尽早对自身优势和兴趣方向进行梳理,明确学习与职业发展方向,才能避免盲目选择,

## 走出教室 提升职业规划教育有效性

刘彦彤(北京建筑大学马克思主义学院2022级硕士研究生)

职业规划教育课程是高校人才培养工作和毕业生就业工作的重要组成部分,不仅直接影响毕业生顺利求职,也会对他们未来的职业生涯产生深远的影响。当前,部分高校的职业规划教育课程仍存在设计不合理的情况,导致大学生在求职过程中自我认知不足、专业能力不强,不仅无法形成正确的就业观,也难以很好地适应职场的生活。帮助大学生科学系统规划职业生涯进程,进而实现高质量就业,走好走稳职业发展之路,高校职业规划教育必须强化理论与实践的结合。

职业规划有着很强的实践性,理论知识固然重要,但是没有实践的支撑,学生很难对职业生涯进行科学规划。此外,当前行业发展变化加速,新行业、新职业层出不穷,不仅对毕业生的工作技能提出了更高的要求,也对科学制定职业发展规划提出了严峻的挑战。这种变化之下,高校职业规划教育的课程更要从教室“小课堂”走向职场“大课堂”,要及时掌握行业发展趋势,以此引导学生更好地适应行业发展变化。学生只有走出教室,进行一定的实习、兼职或者社会实践,才能够

准确找到自身的特点和优势所在,才能更好地理解职业要求、行业动态,从而有针对性地提升自己,并不断优化职业规划方向。对此,高校既要加强课程设计和实施,形成系统化的课程体系,也要同企业建立职业发展平台,提供职业测评、招聘信息和行业动态等资源,让学生在真实的工作环境中了解行业发展动态。同时,要建立多元化的评估方式和反馈机制,通过项目报告、实习表现、职业规划书等对学生的实践能力进行科学评估,提高职业规划教育的有效性和针对性。

► 热评

# 管理服务并重 促“优师计划”师范生顺利就业

明确履约要求、强化履约管理、加强就业服务和条件保障,有利于提升“优师计划”毕业生就业管理工作成效,确保实现政策初衷

周秀平

日前,教育部印发《关于做好“优师计划”师范生就业工作的通知》(以下简称《通知》)。从优化就业服务、加强“优师计划”师范生的履约管理、强化政策保障等方面,要求做好“优师计划”师范生就业工作。

“中西部欠发达地区优秀教师定向培养计划”,简称“优师计划”,是面向中西部欠发达地区定向补充和培养高质量、优秀教师的专门计划,是深化教师教育供给侧结构性改革、促进教育公平、保障教育事业公共价值实

现的国家行动。2025年是第一批“优师计划”师范生的就业年,明确履约要求、强化履约管理、加强就业服务和条件保障,有利于提升“优师计划”毕业生就业管理工作成效,确保实现政策初衷。

“优师计划”是专门面向欠发达地区,专门补充和提高薄弱乡村学校师资力量、“定向”政策,是承载国家教育公平和质量意志的政策手段。“优师计划”毕业生必须回到编制计划区域内学校任教,不履约的毕业生不仅要补缴培养的补偿金,还将被社会信用体系记录,还可能影响到所在地方教育部门的“优师计划”招生范围和年度计划指标。培养单位要加强政策宣讲,引导师范生们认识到履约的重要性和违约的后果。实践证明,师范生对政策的内在精神理解越准确,履约率越高,扎根乡村教育的稳定性越高,职业价值和成就感也就会越强。

“优师计划”实施的目标区域基本是原国家脱贫县,主要分布在边远山区、库区、海岛

等地区,与师范生们就读大学所在的城市相比,这些地区的基础设施和教学条件相对落后。对此,要帮助毕业生熟悉将要执教的区域的自然历史地理和文化环境,做好应对乡村教育环境相对艰苦的心理和物质准备。培养单位还要进一步加强理想信念教育和师德师风养成教育,引导动员广大“优师计划”师范生树立正确的人生观、价值观、成才观,弘扬教育家精神,坚定从教初心,到欠发达地区为党育人、为国育才,做新时代文明乡风的塑造者,振兴乡村教育的“大先生”。

优化就业服务,是确保毕业生履约的重要内容。《通知》从统筹制定招聘计划、及时推送就业信息、优先安排专场招聘等方面提出了具体的要求,明确了确保“优师计划”师范生离校前全部落实任教学校的目标。确保全部落实岗位,各地要统筹本地区中小学教师岗位需求和各类定向培养计划,按照招生当年定向范围,做好“优师计划”毕业生履约任教招聘计划。另外,则是要做好“优师计划”

师范生就业岗位选择与中小学教师岗位需求的有效衔接工作,要强化信息发布,促进培养单位、毕业生和用人单位间的信息共享,打通就业信息堵点,做实做细就业服务。

《通知》要求强化政策保障,落实乡村教师生活补助、艰苦边远地区津贴等政策,支持职后发展。这些举措,是让毕业生下得去、留得住的关键。教育部门可以借力发展改革、文化旅游、乡村振兴等部门的政策东风,提前系统部署“优师计划”师范生就业的支持保障工作。比如,将乡村教师纳入乡村人才振兴项目,将教师周转房纳入地方政策性住房计划。此外,还要支持“优师计划”师范生职后发展,坚定其长期从教的决心和信心。可以将“优师计划”师范生适度优先纳入各级教师培训规划,加强新入职培训和岗位胜任能力培训。通过落实学历提升倾斜性政策等,加强“优师计划”师范生的专业发展激励。

(作者系北京师范大学中国教育政策研究院副研究员)