

臺南市111學年度博愛國民小學健康促進主推議題成效說明

壹、 主推議題：視力保健

貳、 主推原因、背景成因及現況分析說明：

一、 主推原因：本校學生的視力不良比率逐年攀升，連三年增加到43.4%，已接近至50%，所以本校選定視力保健議題進行分析，希望能獲得改善，讓視力不良比率減少。

二、 背景成因及現況分析：

(一) 背景成因：

1. 長時間的用眼：現在學生需要長時間閱讀、寫作業，用眼睛的時間增加，再加上多為近距離的使用，容易對眼睛造成極大的極大負擔。
2. 數位化時代：學生普遍多會使用手機、電腦、平板電腦等3C產品，長時間看螢幕，眼睛就容易產生疲勞、近視等問題。
3. 環境與遺傳：眼睛長時間在光線不足處工作，或是遺傳等因素，如遠視。

(二) 現況分析

108-110學年度視力保健狀況統計

學年度	裸視視力不良率	學生視力不良就醫率
108	35.2%	100%
109	39.6%	100%
110	43.4%	100%

參、 實施過程：(可依六大範疇條列說明並檢附佐證照

片)

- 一、 下課時間清空教室：推動每日下課時間離開教室，鼓勵到校園進行各項運動，如跳繩、跑步、球類運動等。
- 二、 視力保健宣導：定期於兒童朝會進行視力保健宣導。
- 三、 入班衛教宣導：護理師入班對學生進行加強衛教。

佐證資料



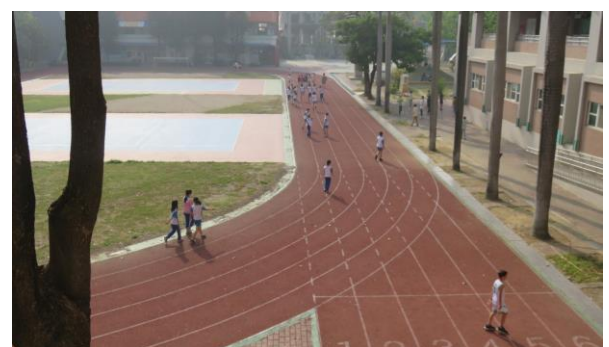
下課時間清空教室進行運動



下課時間清空教室進行運動



下課時間清空教室進行運動



下課時間清空教室進行運動



下課時間清空教室進行運動



下課時間清空教室進行運動



護理師入班宣導



護理師入班宣導

肆、成效：

- 一、學生視力不良比率108學年度為35.2%，109學年度為39.6%，上升4.4%，110學年度為43.4%又上升3.8%，與兩年前相比較，上升幅度更高達8.2%，故近三年視力保健成效不佳，學校、學生與家長需更多加努力。

伍、分析改進：

一、學生視力不良比率上升，分析原因為：

- (一)因近年學校推行數位化學習政策，造成學生更長時間的使用眼睛。
- (二)更多不當的用眼習慣，如近距離低頭看書、使用3C產品，趴著或躺著使用3C產品等。
- (三)營養攝取或許不均衡，亦可能導致維生素的缺乏。

二、改進策略：

- (一)學校在能不用數位化教學情況下，減少使用3C產品。
- (二)於兒童朝會或健康課時，進行視力保健的衛教宣導。
- (三)多於兒童朝會時進行均衡飲食的宣導，也於親職教育講座時對家長宣導均衡飲食的觀念。