

【附件1】

臺南市113學年度北門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：本校學生裸視視力不良比率達54.4%，度數0.5-0.8為25%，度數0.1-0.4為25%，度數0.1以下為6.3%。

112學年度較111學年度有上升趨勢，且參考113學年度第一學期高中（職）暨國民中小學校長會議學府校安科提案單之附件3「各校視力保健與本市行政區、本市及全國數值對照一覽表」，本校百分比為43.59%，行政區百分比39.21%，本市百分比43.88%，全國百分比45.11%，對照建議為待改善。綜合上述原因，加上健康體位仍為本校持續加強議題，兩者策略有相輔相成之效，因此擇定視力保健為113學年度健康促進推動主推議題。

二、背景成因及現況分析：

（一）背景成因：

1. 近年社區發展觀光，學生家長大多屬於勞工階層，平時忙於工作，對於健康生活知識較無察覺或積極的作為，因此在無瑕照顧子女的同時，學生多會利用手機、平板等打發時間。
2. 年輕人口外移，家庭結構改變，單親家庭、隔代教養比例高健康相關知識不足。
3. 科技已經成為現代生活不可或缺的元素，在課堂上生生用平板亦會增加學生使用電子產品時間，用眼時間大幅提升。
4. 網路世界多元的資訊吸引學生長時間使用手機、社群媒體等，網路成癮以及正確使用3C用品也是重要的課題，在推動視力保健的過程中也能協助預防。

(二)現況分析

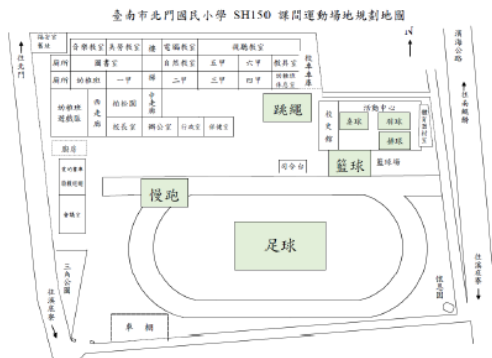
110-112學年度裸視視力不良狀況統計

學年度	0.5~0.8	0.1~0.4	0.1以下	合計
110	0%	6.7%	5.3%	51.45%
111	25%	7.1%	0%	40%
112	25%	25%	6.3%	54.4%

參、實施過程：

一、提供多元的戶外運動場地

本校配合 SH150 計畫，在校內規劃不同運動項目之區域，如足球、羽球、桌球、籃球等，使學生有多元的選擇，避免因場地不足造成學生缺乏運動動機而待在教室。另外也提供毽子、扯鈴、體育器材籃供學生自由選擇有興趣的體育活動，提升戶外活動動機。



二、堆動多項運動社團

推動戰鼓、扯鈴、武術等，並參與校外比賽，讓學生對於生活有明確的目標，而不把重心放在使用手機上，例：學生會自行攜帶跳繩、扯鈴回家練習。



三、落實下課教室淨空

下課時禁止使用平板，導師督導學生到戶外進行活動。本校運動樂活時間固定為第二節大下課20分鐘時間，學生在養成戶外活動的習慣後，每節下課皆會離開教室活動。



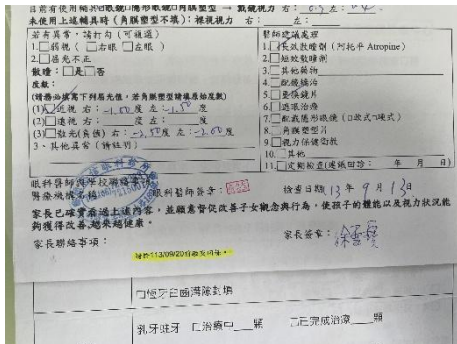
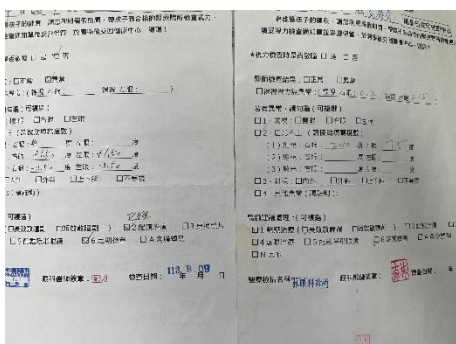
四、營造充滿運動氛圍的校園

為了鼓勵且養成學生用眼休息的習慣，透過前述三項實施策略以及老師陪伴學生運動的過程中，營造充滿運動氛圍的校園環境，促使學生養成健康行為及習慣。



五、健康中心追蹤矯治

每學期健康檢查後，護理師皆發放通知單提醒家長帶學生進行治療，並持續追蹤治療狀況。另外於暑假期間家長較有時間時提升家長攜帶學生治療的意願，提供檢查單配合學校榮譽制度，提早至診所檢查，開學後繳回就診回條。



六、導師積極溝通

導師積極與家長溝通學生課堂狀況，關心在家是否過度使用手機、平板，提醒家長過度使用的危害，若有配鏡需求，亦一併與家長溝通，確保學生在校學習能有健康的身體狀態。

肆、成效：

- 一、 本校113學年度學生裸視視力不良比率為**37.9%**，較112學年度下降16.5%。
- 二、 113學年度學生裸視視力不良比率低於112學年度市平均43.88%。
- 三、 113學年度第一學期學生裸視視力不良比率41.4%，113學年度第二學期學生裸視視力不良比率34.5%，下降6.9%。

學年度	0.5~0.8	0.1~0.4	0.1以下	合計
110	0%	6.7%	5.3%	51.45%
111	25%	7.1%	0%	40%
112	25%	25%	6.3%	54.4%
113	9.1%	0	0	37.9%

伍、分析改進：

- 一、 學生裸視視力不良比率數據皆呈現下降趨勢，持續推動。
- 二、 改進策略：
 - (一) 教師與家長合作，密切溝通學生用眼或後續治療情形。
 - (二) 於聯絡簿張貼視力保健相關資訊，提供健康行為資料讓家長與學童有正確的觀念，並能落實至家庭教育中。
 - (三) 於在校上學期間，持續鼓勵學生參加多元活動，為生活設定目標，避免沉迷於使用3C產品。
 - (四) 辦理視力保健之藝文活動、宣導講座，在視力不良率穩定下，加深對眼睛、用眼相關知識。
 - (五) 於暑假期間辦理夏日樂學與體育相關課程，健康活動不中斷。
 - (六) 持續落實每週學生下課之健康樂活時間，鼓勵學生戶外活動、下課教室淨空，以達用眼休息。