

臺南市 112 學年度大灣國民小學健康促進主推議題成果

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：本校持續推動視力保健議題，原因為

(一)近幾年裸視力不良率較全國與臺南市平均值高，不良率也持續上升，學童近視力高居不下，加強視力保健的推動及宣導。

(二)學校家庭大部份都是雙薪家庭，學生都可能被動到安親班上班，長時間的近距離用眼，造成學生的視力普遍不佳。

二、背景成因及現況分析：

(一)背景成因：本校是一所具有百年歷史的老校，位處於臺南市永康區大灣商圈中，全校共有67班（含幼兒園及特教班），學生數共1766人，教職員工共152人。學生家長分部各階層領域，對健康生活型態的認知觀念落差頗大。再加上近年來社會變遷快速，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童及外配家庭比例逐漸增加，學童之生活、學習與成長之差異性頗值得關切。現代人區於忙碌，對孩子的照護可能會因忙於工作而增加學生使用 3C 的機會，而對學生的飲食習慣、體能的訓練和視力的矯正，都會影響學生的近視成因，必須在學校的配合上增加更多的相關教學活動的宣導，減少學生的近視率。本校目前以

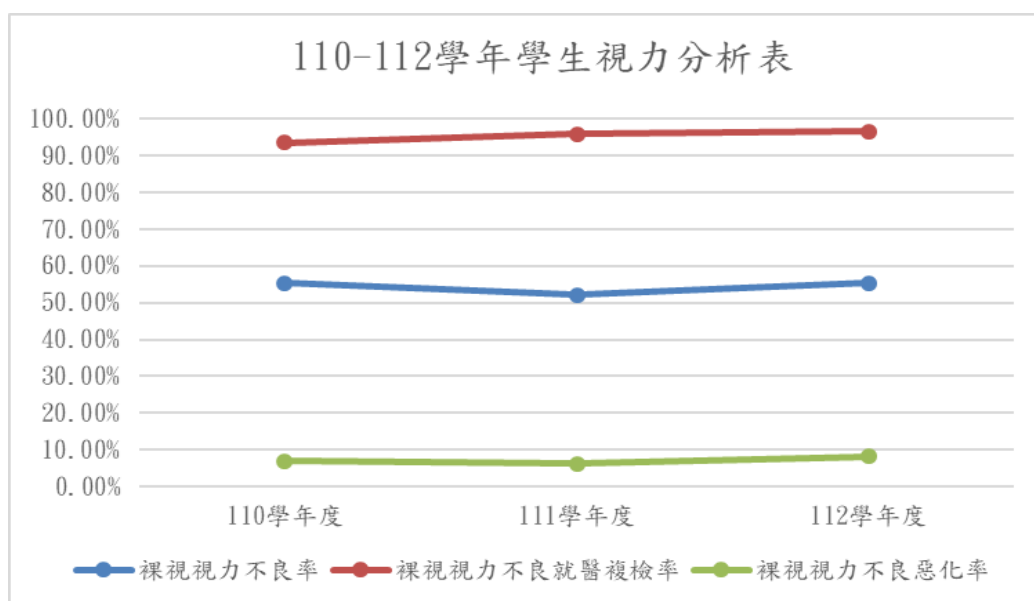
112 學年度平均之視力不良人數為 55.40%，近視率偏高，學生使用眼睛時間相對較多，無法活動或是戶外活動，相對用眼時間多容易產生視力問題。

(二)現況分析

1. 110-112 學年度學生視力狀況統計

110-112 學年度學生視力分析表

	110 學年度	111 學年度	112 學年度
裸視視力不良率	55.33%	52.20%	55.40%
裸視視力不良就醫複檢率	93.50%	95.80%	96.60%
裸視視力不良惡化率	6.99%	6.18%	8.24%



2. 學校健康問題分析

本校112學年度學童裸視視力不良率為55.68%，全校視力不良率高於市平均，造成此現象的原因可能與社會環境、生活型態、3C產品的普及，以及個人用眼習慣有關，而值此學齡階段的學童沒有足夠的用眼自主管理能力，更加需要父母師長的視力保健照護及學校的視力保健衛生政策及教育宣導，來減緩學童的視力惡化。

參、改善策略及實施過程：

表 2 健康促進六大範籌

項次	六大範疇	實施項目	內容	對象
1	健康政策	視力篩檢及追蹤及矯治	<ol style="list-style-type: none"> 1. 擬定年度計劃。 2. 安排活動推動小組。 3. 行事曆列入視力宣導。 	全校學童
2	物質環境	改善學習硬體環境，提供良好照明設施及校園環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 定期檢測教室照明設施，詳實紀錄以作為改善依據。 2. 美化、綠化校園，利用藝術課佈置校園。 3. 視力教育的推動與宣導。 	全校學童
3	健康教學	設計課程及透過活動，提供學生增加學生正確健康促進的知識	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供視力保健教育宣導並利用朝會進行視力保健宣導。 2. 配合課程設計及定期辦活動讓學生課間活動達到離開教室到戶外活動的動機。 3. 班際活動與體能活動。 4. 規律用眼 3010 達成率宣導。 	全校學童家長
4	社會關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強視力保健知識 2. 矯正視物習慣 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強視力保健知識。 2. 指導閱讀、看電視、打電腦姿勢要正確。 3. 辦理各項宣導活動強化學生視力保健知能，進而轉化為行動能力。 4. 下課教室淨空，增加學生眼睛休息時間。 	全校學童
5	健康服務	提昇學生的保健知識，提昇學生的保健行為。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分年級辦理視力保健書籤繪畫比賽或融入各項競賽活動。 2. 每學期進行學生視力檢查，追蹤學生視力複診矯治情況，並給予高度近視學生個案管理。 	全校教師、全校學童

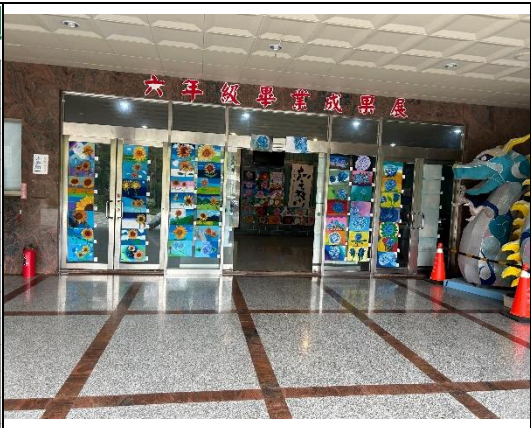
6	社區 關係	透過與社區團體 合作，帶入有趣 課程。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請荒野協會環境教育課程讓學生更加認識環境，增加離開書本.3C的世界。 2. 辦理戶外活動，帶領班級到其他地方去。 3. 視力保健活動，建立視力保健觀念，養成良好保健習慣。 	全校學童
---	----------	---------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------

一、健康政策：視力篩檢及追蹤及矯治。

<p>臺南市永康區大灣國民小學 112 學年度健康促進學校實施計畫。</p> <p>一、計畫依據： <ul style="list-style-type: none"> (一) 學校衛生法 (二) 臺南市 111 學年度健康促進學校實施計畫 </p> <p>二、計畫摘要</p> <p>本學年度健康促進學校計畫必選議題為視力保健、口腔保健、健康體位、菸酒防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)及正向心理健康促進等七項議題；自選議題為安全教育與急救、藥物濫用防制、環境保護教育、傳染病防治等四項議題。本校主要推動議題為「視力保健」，以「安全教育與急救」為自選議題。</p> <p>透過問卷調查、健康服務等方式進行資料收集、現況分析及需求評估，據此發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，更凝聚社區力量，連結社區資源推行健康促進活動，以增進師生及社區家長之健康觀念與態度，建立良好的健康行為與生活習慣，最後進行成效評估與回饋調整之整體成效。</p>	<p>臺南市永康區大灣國民小學 112 學年度第二學期行事曆</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>日期</th> <th>一</th> <th>二</th> <th>三</th> <th>四</th> <th>五</th> <th>六</th> <th>教務處</th> <th>學務處</th> <th>總務處</th> <th>輔導室</th> <th>幼兒園</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一月</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> </tr> <tr> <td>二月</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> </tr> <tr> <td>三月</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>四月</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>五月</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> <td>31</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>六月</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>七月</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>八月</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>九月</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>十月</td> <td>29</td> <td>30</td> <td>31</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>十一月</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>十二月</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	日期	一	二	三	四	五	六	教務處	學務處	總務處	輔導室	幼兒園	一月	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	二月	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	三月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	四月	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	五月	25	26	27	28	29	30	31					六月	1	2	3	4	5	6	7					七月	8	9	10	11	12	13	14					八月	15	16	17	18	19	20	21					九月	22	23	24	25	26	27	28					十月	29	30	31									十一月												十二月																																																										
日期	一	二	三	四	五	六	教務處	學務處	總務處	輔導室	幼兒園																																																																																																																																																																																																	
一月	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																																																																																	
二月	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																																																																																	
三月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																	
四月	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																																																																																	
五月	25	26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																					
六月	1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																																																																																					
七月	8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																																																																																					
八月	15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																																																																																					
九月	22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																																																																																					
十月	29	30	31																																																																																																																																																																																																									
十一月																																																																																																																																																																																																												
十二月																																																																																																																																																																																																												
<p>說明：擬定年度計劃。</p>	<p>說明：行事曆列入視力宣導並積極舉辦班際競賽以及多樣性動態、靜態活動(紅框)。</p>																																																																																																																																																																																																											
<p>臺南市永康區大灣國民小學學生體適能獎章換發要點。</p> <p>查、依據：教育部臺(88)體字第 88068467 號辦理暨體適能推廣計畫辦理。</p> <p>貳、目的：協助學生了解自我體能狀況，並養成良好運動習慣。</p> <p>參、主辦單位：學務處體育組。</p> <p>肆、施測對象：本校三到六年級學生。</p> <p>伍、施測日期：113 年 3 月 04 日到 113 年 5 月 31 日。</p> <p>陸、體適能獎章換發截止日期：本學期體適能填報時間於 6 月 07 日下班前截止。</p> <p>柒、實測項目：(一) 身體質量指數 (二) 坐姿體前彎 (三) 立定跳遠 (四) 一分鐘仰臥起坐 (五) 800 公尺跑走。</p> <p>捌、活動辦法：體適能成就獎以本部最新公佈之臺南地區學生體適能常模(百分等級)為依據，其認定標準及獎勵如下：</p> <p>(一) 各項體適能成績均達百分等級五十(%)以上者核發銅質獎章。</p> <p>(二) 各項體適能成績均達百分等級七十五(%)以上者核發銀質獎章。</p> <p>(三) 各項體適能成績均達百分等級八十五(%)以上者核發金質獎章。</p> <p>玖、注意事項： <ol style="list-style-type: none"> 1. 各班導師請於 113.04.01-06.07 期間，利用校網-校務行政-班級報名系統上傳該班體適能後測資料；體適能獎章申請時，將依各班所上傳資料傳送至教育部。 </p>	<p>臺南市永康區大灣國民小學 112 學年度體適能獎章換發標準。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">年級</th> <th colspan="12">四、五、六年級(女生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準</th> </tr> <tr> <th rowspan="2">年級</th> <th rowspan="2">獎項</th> <th colspan="3">仰臥起坐 60 秒</th> <th colspan="3">坐姿體前彎</th> <th colspan="3">立定跳遠</th> <th colspan="3">800 公尺跑走</th> </tr> <tr> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">四年級</td> <td>9 歲</td> <td>18</td> <td>23</td> <td>29</td> <td>31</td> <td>23</td> <td>28</td> <td>34</td> <td>37</td> <td>107</td> <td>121</td> <td>136</td> <td>144</td> <td>6'06"</td> <td>5'25"</td> <td>4'43"</td> <td>4'21"</td> </tr> <tr> <td>10 歲</td> <td>19</td> <td>24</td> <td>28</td> <td>32</td> <td>24</td> <td>30</td> <td>35</td> <td>37</td> <td>110</td> <td>123</td> <td>136</td> <td>145</td> <td>5'53"</td> <td>5'14"</td> <td>4'41"</td> <td>4'25"</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">五年級</td> <td>10 歲</td> <td>19</td> <td>24</td> <td>28</td> <td>31</td> <td>24</td> <td>30</td> <td>35</td> <td>37</td> <td>110</td> <td>123</td> <td>136</td> <td>145</td> <td>5'53"</td> <td>5'14"</td> <td>4'41"</td> <td>4'25"</td> </tr> <tr> <td>11 歲</td> <td>20</td> <td>26</td> <td>30</td> <td>32</td> <td>24</td> <td>29</td> <td>34</td> <td>37</td> <td>117</td> <td>131</td> <td>146</td> <td>155</td> <td>5'29"</td> <td>4'56"</td> <td>4'22"</td> <td>4'09"</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">六年級</td> <td>11 歲</td> <td>20</td> <td>26</td> <td>30</td> <td>32</td> <td>24</td> <td>29</td> <td>34</td> <td>37</td> <td>117</td> <td>131</td> <td>146</td> <td>155</td> <td>5'29"</td> <td>4'56"</td> <td>4'22"</td> <td>4'09"</td> </tr> <tr> <td>12 歲</td> <td>22</td> <td>27</td> <td>31</td> <td>34</td> <td>23</td> <td>29</td> <td>35</td> <td>38</td> <td>120</td> <td>135</td> <td>150</td> <td>162</td> <td>5'15"</td> <td>4'44"</td> <td>4'15"</td> <td>4'03"</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">年級</th> <th colspan="12">四、五、六年級(男生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準</th> </tr> <tr> <th rowspan="2">年級</th> <th rowspan="2">獎項</th> <th colspan="3">仰臥起坐 60 秒</th> <th colspan="3">坐姿體前彎</th> <th colspan="3">立定跳遠</th> <th colspan="3">800 公尺跑走</th> </tr> <tr> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> <th>中</th> <th>銀</th> <th>金</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">四年級</td> <td>9 歲</td> <td>19</td> <td>25</td> <td>31</td> <td>33</td> <td>21</td> <td>26</td> <td>32</td> <td>35</td> <td>119</td> <td>135</td> <td>150</td> <td>158</td> <td>5'47"</td> <td>5'04"</td> <td>4'21"</td> <td>3'58"</td> </tr> </tbody> </table>	年級		四、五、六年級(女生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準												年級	獎項	仰臥起坐 60 秒			坐姿體前彎			立定跳遠			800 公尺跑走			中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	四年級	9 歲	18	23	29	31	23	28	34	37	107	121	136	144	6'06"	5'25"	4'43"	4'21"	10 歲	19	24	28	32	24	30	35	37	110	123	136	145	5'53"	5'14"	4'41"	4'25"	五年級	10 歲	19	24	28	31	24	30	35	37	110	123	136	145	5'53"	5'14"	4'41"	4'25"	11 歲	20	26	30	32	24	29	34	37	117	131	146	155	5'29"	4'56"	4'22"	4'09"	六年級	11 歲	20	26	30	32	24	29	34	37	117	131	146	155	5'29"	4'56"	4'22"	4'09"	12 歲	22	27	31	34	23	29	35	38	120	135	150	162	5'15"	4'44"	4'15"	4'03"	年級		四、五、六年級(男生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準												年級	獎項	仰臥起坐 60 秒			坐姿體前彎			立定跳遠			800 公尺跑走			中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	四年級	9 歲	19	25	31	33	21	26	32	35	119	135	150	158	5'47"	5'04"	4'21"	3'58"
年級		四、五、六年級(女生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準																																																																																																																																																																																																										
年級	獎項	仰臥起坐 60 秒			坐姿體前彎			立定跳遠			800 公尺跑走																																																																																																																																																																																																	
		中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金																																																																																																																																																																																															
四年級	9 歲	18	23	29	31	23	28	34	37	107	121	136	144	6'06"	5'25"	4'43"	4'21"																																																																																																																																																																																											
	10 歲	19	24	28	32	24	30	35	37	110	123	136	145	5'53"	5'14"	4'41"	4'25"																																																																																																																																																																																											
五年級	10 歲	19	24	28	31	24	30	35	37	110	123	136	145	5'53"	5'14"	4'41"	4'25"																																																																																																																																																																																											
	11 歲	20	26	30	32	24	29	34	37	117	131	146	155	5'29"	4'56"	4'22"	4'09"																																																																																																																																																																																											
六年級	11 歲	20	26	30	32	24	29	34	37	117	131	146	155	5'29"	4'56"	4'22"	4'09"																																																																																																																																																																																											
	12 歲	22	27	31	34	23	29	35	38	120	135	150	162	5'15"	4'44"	4'15"	4'03"																																																																																																																																																																																											
年級		四、五、六年級(男生) 體適能金、銀、銅質獎章常模標準																																																																																																																																																																																																										
年級	獎項	仰臥起坐 60 秒			坐姿體前彎			立定跳遠			800 公尺跑走																																																																																																																																																																																																	
		中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金	中	銀	金																																																																																																																																																																																															
四年級	9 歲	19	25	31	33	21	26	32	35	119	135	150	158	5'47"	5'04"	4'21"	3'58"																																																																																																																																																																																											
	<p>說明：體適能計畫建立獎章標準</p>	<p>說明：大灣國小體適能換發獎章標準</p>																																																																																																																																																																																																										

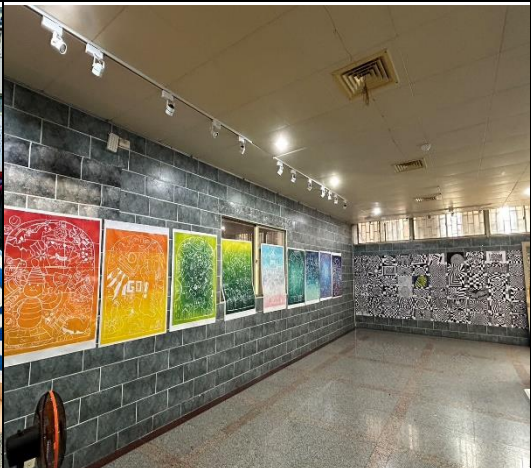
二、物質環境：改善學習硬體環境，提供良好照明設施及校園環境。

大灣國小 112 學年度教室採光測量及建議表																		
測量日期：112 年 8 月 14 日 天氣：雨																		
	黑板部分						課桌部分											
	右		中		左		右		中		左		右		中		左	
	上	下	上	下	上	下	前	後	前	後	前	後	前	後	前	後	前	後
6-1	1655	1444	973	450	567	632	2000	1225	966	1025	623	552	584	778	574	835	881	781
6-2	1749	989	709	398	491	514	1607	1188	750	561	586	546	248	483	513	508	593	566
6-3	1212	884	641	595	428	481	1854	1138	700	695	625	516	500	504	537	614	544	576
6-4	1377	854	540	300	405	457	1706	998	560	619	507	539	406	429	445	440	660	506
6-5	882	971	802	600	745	705	1610	909	700	568	565	567	479	470	467	575	504	511
6-6	840	846	604	456	650	558	1225	1013	634	500	554	571	500	509	500	506	539	611
6-7	916	977	933	660	704	645	1386	1078	694	616	724	628	264	439	406	550	612	570
6-8	893	883	646	583	709	630	1090	950	785	457	534	644	470	432	501	625	544	555
6-9	839	628	476	559	601	638	1027	918	663	504	503	525	508	545	584	401	457	420
6-10	601	65	510	811	764	676	750	620	503	633	500	571	617	500	509	502	516	502
6-11	510	517	460	865	719	595	729	573	500	562	559	590	500	501	520	538	597	622



說明：定期檢測教室照明設施。

說明：六年級畢業畫展。



說明：校園中的靜態展覽。
(母親卡展覽)

說明：利用藝術課佈置校園



說明：視力教育-視力保健律動操。

說明：課程-穴道按摩舒緩痠痛。

三、健康教學：設計課程及透過活動，提供學生增加學生正確健康促進的知識。



說明：參與全市普及化-跳繩接力賽



說明：參與全市普及化-班際樂樂棒球賽



說明：參與全市普及化-馬拉松接力賽



說明：加強視力保健宣導教育活動



說明：規律用眼 3010 達成率宣導。



說明：健康小主播宣導健康飲食。

四、社會關係：加強視力保健知識、矯正視物習慣。



說明：透過舉辦活動鼓勵學生走出教室-下課教室淨空。(兒童節)



說明：宣導閱讀、看電視、打電腦姿勢要正確。



說明：透過舉辦活動鼓勵學生走出教室-下課教室淨空。(園遊會)



說明：班際體育競賽-足球。



說明：親師躲避球賽。



說明：食農教育結合校訂課程定向越野活動，走出戶外。

五、健康服務：提昇學生的保健知識，提昇學生的保健行為。



臺南市永康區大灣國民小學
由 [name] 於 5月15日 下午5:36 發佈

112學年度「EYE的叮嚀」書籤競賽成績出爐!!!
*評分標準：
主題表現30%、圖文表現30%、設計與編排20%、創意表現20%。
*由於五、六年級件數不足，故合併為高年級(五、六年級)共同評分。..... 查看更多

班級	班級人數	複檢人數	自覺視力人數	應交率	醫院就醫	就醫率	眼鏡行	角膜類型	未處理	導師簽名
5-1	27	19	19	100.0%	19	100.0%				
5-2	28	20	20	100.0%	19	95.0%	1			
5-3	28	22	20	90.9%	19	86.4%	1		2	
5-4	27	16	14	87.5%	14	87.5%		1	2	
5-5	28	21	18	85.7%	18	85.7%			3	
5-6	28	22	21	95.5%	21	95.5%			1	
5-7	27	15	14	93.3%	14	93.3%			1	
5-8	28	18	17	94.4%	16	88.9%	1		1	
5-9	27	20	18	90.0%	18	90.0%		1	2	
5-10	28	20	20	100.0%	20	100.0%		1		
5-11	27	15	14	93.3%	14	93.3%		1	1	
五年級	303	208	195	93.8%	192	92.3%	3	2	13	
6-1	26	20	20	100.0%	19	95.0%	1			
6-2	25	17	16	94.1%	16	94.1%		1	1	
6-3	26	18	17	94.4%	17	94.4%		1	1	
6-4	25	17	15	88.2%	15	88.2%			2	
6-5	27	20	17	85.0%	17	85.0%		2	3	
6-6	25	17	17	100.0%	16	94.1%	1	1		
6-7	25	20	20	100.0%	18	90.0%	2	1		
6-8	26	21	19	90.5%	18	85.7%	1		2	
6-9	25	15	15	100.0%	15	100.0%		1		
6-10	25	16	16	100.0%	13	81.3%	3			
6-11	26	16	16	100.0%	16	100.0%		1		
六年級	281	197	188	95.4%	180	91.4%	8	8	9	

說明：舉辦視力書籤比賽。

說明：每學期進行學生視力檢查。



說明：活動開始校長鳴槍。

說明：參加健康小學堂-健康知識大挑戰。



說明：師生大隊接力。

說明：視力繪本宣導。

六、社區關係：透過與社區團體合作，帶入有趣課程。



說明：荒野協會課程-種子妙妙妙(低年級)



說明：荒野協會課程-下雨的森林(三年級)



說明：荒野協會課程-無拘無束綠生活
(四年級)



說明：荒野協會課程-生活節電(五年級)。



說明：荒野協會課程-走在水面上
(六年級)。



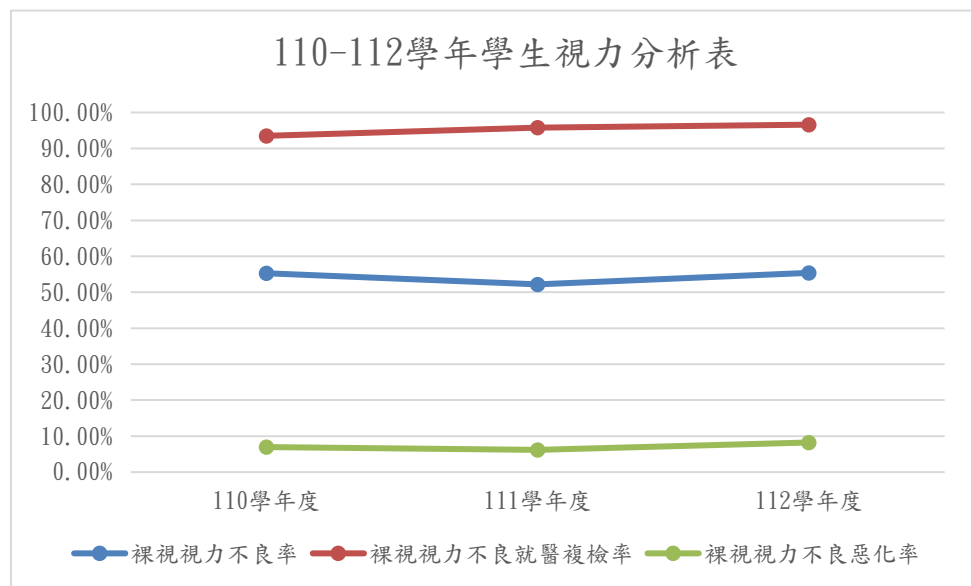
說明：荒野協會課程-建造生態系(六年級)。

肆、成效分析：

1. 110-112 學年度學生視力狀況統計

110-112學年度學生視力分析表

	110學年度	111學年度	112學年度
裸視視力不良率	55.33%	52.20%	55.40%
裸視視力不良就醫複檢率	93.50%	95.80%	96.60%
裸視視力不良惡化率	6.99%	6.18%	8.24%



2. 學校健康問題分析

本校112學年度學童裸視視力不良率為55.68%，全校視力不良率高於市平均，造成此現象的原因可能與社會環境、生活型態、3C產品的普及，以及個人用眼習慣有關，而值此學齡階段的學童沒有足夠的用眼自主管理能力，更加需要父母師長的視力保健照護及學校的視力保健衛生政策及教育宣導，來減緩學童的視力惡化。

伍、分析改進：

在視力檢測部份，本校積極舉辦活動提升下課淨空率、視力保健行為、視力保健知識、正向心理健康指標-樂動、正向情緒及樂活

有提升，視力不良率卻沒有降低，進一步探討原因如下：

(一)3C 少於 1 達成率未明顯提升：在有學生使用 3C 產品為放學

後主要的休閒娛樂，使用 3C 產品的吸引力大於閱讀，主要前者是執行自己喜歡的事物，容易忘記對時間的掌控性，此結果也呼應國內研究，當學生在視力保健行為的自覺障礙性愈高，其執行度會愈低。此部份在家庭中為安撫學生的情緒更不容易配合，仍是加強宣導的項目。

(二)規律用眼 3010 達成率仍應加強宣導：老師與家長大多強調

使用 3C 產品對視力的影響，由於學生除了課堂上教師使用電視外，比較容易有休息時間，但是在課後輔導機構比較會有問題，除了要完成在校作業外，會使用其他的評量花更多間，不易達成 3010 的達成。學生在自主管理這部份比較難以達到，需要家長與師長的協助會有比較的功效。

(三)天天戶外活動 120 達成率再加強：現況是學生在校時間八小

時，如算下課時間外，仍然鼓勵學生多找時間運動及戶外活動，多數學童鼓勵放學後多參與體育性才藝班，增加運動機

會，在此項目仍然需要更多的鼓勵，提高戶外活動，減少近距離使用眼睛，故在操場整修的過程時，多規劃其他活動場域的簡單設施。

二、改進：

(一)持續舉辦活動(下課淨空率): 落實視力保健的課程介紹外，健康促進視力保健的工作部份，強化學生的用眼之外，課業及安親會的學生數越多，都會對視力的影響，故鼓勵多進行戶外活動，或是運動性社團，可以減少學生的近距離用眼。

(二)轉被動為主動:利用各種不同方式加強宣導，讓學生知道眼睛保養方法與眼睛的重要性，在各個用眼情況下主動提醒自己眼睛休息的重要。

(三)改變生活:空汙及3C充斥著生活是造成視力不良的最大因素，家庭生活及習慣藉由親職講座、FB、校網……等宣導，期待家長在家庭教育中能做些小小改變。而在校協助孩子增進人際關係，鼓勵完桌遊或其他不需動眼而動腦及動身體的遊戲，從中慢慢改變。