

## 臺南市 112 學年度瑞峰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 111 學年度裸視視力不良比率 41.67%、視力惡化率 25.1%，臺南市視力不良率平均為 43.75%、視力惡化率為 7.9%，惡化率明顯高於市平均。

### 二、 背景成因及現況分析：

#### (一)背景成因：

1. 資訊時代與疫情，電腦、平板等 3C 用品使用時間增加。
2. 除了每位學生皆有有平板與手機外，放假休閒時間使用 3C 的機率也增加。
3. 家長大多農工業，陪伴小孩時間少，普遍運用 3C 滿足孩童需求

#### (二)現況分析

109-112 學年度視力不良狀況統計

學年 \ 年級	一	二	三	四	五	六	全校平均
109	0	66.67	*	0	50	50	33.33
110	0	50	66.67	*	0	50	45.45
111	33.3	100	25	66.67	*	0	41.67
112	100	50	100	50	66.67	*	63.64

	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
視力保健	1. 學校位於山裡，周邊視野遼闊，自然生態豐富。 2. 多元的戶外活動課程如攀樹、溯溪、國術課，促進視力保健。 3. 校地美化綠化完善。	1. 孩童長時間使用 3C 產品，近視孩童增加。 2. 3C 產品的年齡層下降。	1. 護理師及教師配合督促學生複檢眼睛，落實治療工作。 2.	1. 課後輔導班繼續習寫作業，減少眼睛休息的機會。 2. 家長忙於工作，無督促學童使用 3c 的時間。 3. 孩童使用電腦時數增加。	1. 每學期執行視力宣導 2. 檢查學童視力，追蹤回條情形。 3. 舉辦視力護眼操活動。 4. SH150 及飲食，融入視力保健。

參、改善策略及實施過程：(可依六大範疇條列說明並檢附佐證照片)

一、學校衛生政策：

- (1)每學期定期測量視力並完成複檢通知單。
- (2)訂立下課護眼活動，實施下課教室淨空，進行戶外活動。
- (3)布置校園愛眼守則與視力保健宣導語
- (4)召開校務會議，訂定第二節大下課為戶外活動時間。

	
<p>每學期視力通知單及回條繳交</p>	<p>第二節大下課戶外活動時間</p>
	
<p>視力保健宣導，時刻提醒學生</p>	<p>下課教室淨空</p>

二、學校物質環境：

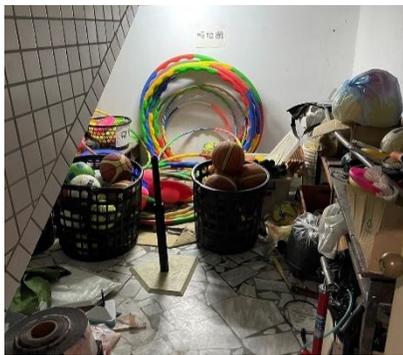
- (1)座位與電子螢幕維持兩公尺距離。
- (2)每班班級張貼班級健康公約。
- (3)綠化校園環境。
- (4)學校提供學生下課公共體育器材。
- (5)張貼宣導文宣。



課桌椅安排於兩公尺線後



班級健康公約



提供公用體育器材



定期枝葉修剪綠化校園環境



宣導視力保健張貼



張貼宣導圖畫

### 三、學校社會環境：

- (1) 學校發行健康護照，每週確實執行健康紀錄。
- (2) 學校定期進行視力活動，協助學生愛護、放鬆眼睛。
- (3) 每學年結合節慶活動，進行健康促進闖關活動。
- (4) 推動多元體能活動、下課教室淨空、舉辦運動會及推動戶外踏查等。



健康護照紀錄填寫



校內進行視力遠望活動



多元體能活動



舉辦視力保健活動+盲人體驗

四、健康生活技能教學與行動：

- (1) 健體課程融入護眼活動。
- (2) 指導學生書寫、閱讀坐姿。
- (3) 彈性課程融入視力保健。
- (4) 全校護眼操活動。
- (5) 製作個人書籤---視力保健標語。
- (6) 綠化校園活動與欣賞



健體課程融入護眼活動



彈性課程融入視力保健



綠化校園活動與欣賞



全校護眼操活動



指導學生書寫坐姿



製作書籤標語

### 五、社區關係：

- (1) 每學期親師座談宣導視力保健觀念。
- (2) 邀請劇團演出，融入視力保健重點與對生活的影響。
- (3) 學校網站定期宣導視力保健知識供親師生增能。
- (4) 南化衛生所到校宣導。



班親會家長宣導



南化衛生所到校宣導



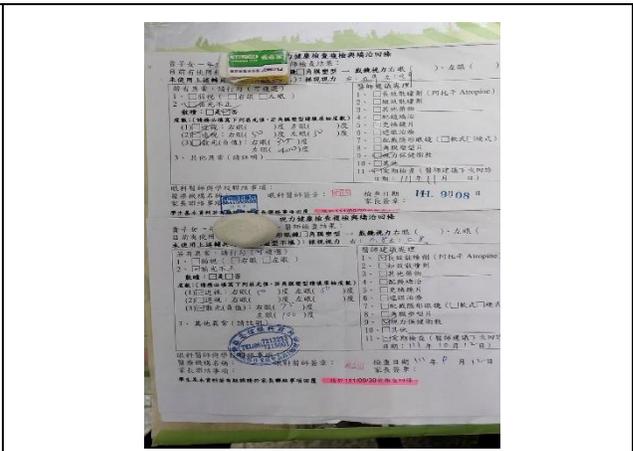
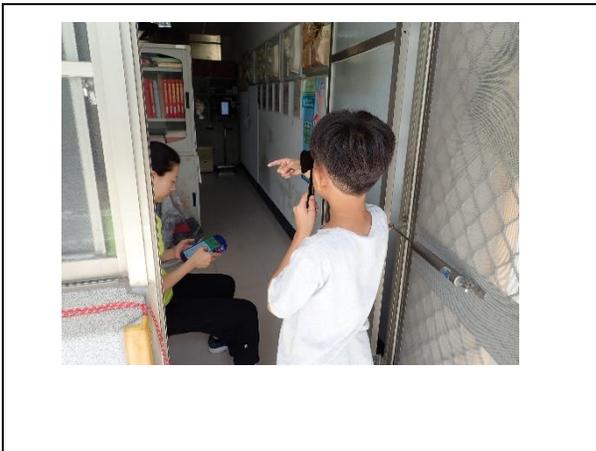
(3) 學校網站定期宣導視力保健知識

劇團演出視力保健議題

六、健康服務：

(1) 每學年辦理一、四年級健康檢查，經由醫師檢查與指導，讓學生瞭解自己的視力情形、保護眼睛的方法。

(2) 視力檢查結果通知家長，就醫矯治通知單交回健康中心。



每學期定期視力檢測

通知書—視力追蹤



醫師定期檢查

健康檢查行前宣導

#### 肆、成效：

一、112 學年度學生視力不良比率為 63.64%，視力不良就醫率 100%。

#### 伍、分析改進：

一、視力不良率 41.67% 升至 63.64%，上升約 21%，視力不良惡化率由 25% 降低至 18.75%，降幅達 6.25%。分析其原因，不良率有所上升，但其惡化率有明顯的下降，可能因學校持續推展視力保健相關措施，且線上教學比例降低，學生接觸 3C 時間有明顯減少有關。再者，對於視力不良學童就醫率能全面達成，對此，應繼續加強學生及家長重視視力的態度與養成良好的用眼習慣。

#### 二、改進策略：

1. 視力不良就醫率還有很大的空間要加強，將持續與家長溝通及叮嚀，讓家長了解學校重視學生視力並將正確觀念潛移默化家長及學生心中。
2. 學校社群平台及學校網站多做相關知識宣導，讓學生與家長能透過平台吸收相關知識。
3. 請導師協助學生在教室使用平板的狀態、時間、距離……等。