

臺南市112學年度嘉南國小健康體適能與飲食護照活動成果

議題名稱	學校召開健康促進相關會議邀請社區重要人士參加		
日期	112學年度	實施班級	全校
內容簡述	健康促進學校視力保健議題與課後照顧計畫		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
	<p style="text-align: center;">臺南市嘉南國民小學健康促進學校視力保健議題與課後照顧計畫</p> <p>壹、依據： 本校 112 學年度健康促進實施計畫。</p> <p>貳、目的： 一、提昇課輔機構正確的用眼觀念，讓其環境符合學童用眼標準，讓學童不近視，延後發生近視的年齡，降低視力不良率。 二、在課輔視力不良的學生近視度數能得到控制，加深的速度要慢下來，透過就醫來控制度數，防止未來失明的機率。</p> <p>參、計畫內容與實施策略： 一、校內自設的課輔教室環境照度要夠，黑板要 500 燭光以上，桌面要有 350 燭光以上。 二、增加孩子戶外運動時間每天至少 2 小時，建議課間活動由導師帶孩子們到操場運動，並鼓勵家長帶著孩子至戶外活動。 三、避免長時間近距離用眼，實行 3010 策略，寫功課 30 分鐘要休息 10 分鐘，並減少 3C 產品的使用。 四、於校內進行視力保健預防宣導，幫助課輔學童控制度數及預防。 五、利用教育部或教育局相關視力保健多媒體短片教學。 六、落實執行教師與家長在視力保健措施的策略。</p> <p>肆、預期效益： 一、希望沒近視的孩子保持不近視並能遵守 3010 策略及戶外 120 分鐘運動。 二、已近視的孩子能就醫並控制度數，並與其他孩子遵守 3010 及戶外 120 運動愛護自己的眼睛。 三、對高度近視學童給予追蹤管理及指導複診。</p> <p>伍、本實施計畫經校長核准後實施、若有未盡事宜得隨時修正之。</p>		

臺南市112學年度嘉南國小健康體適能與飲食護照活動成果

議題名稱	學校召開健康促進相關會議邀請社區重要人士參加		
日期	112學年度	實施班級	全校
內容簡述	課後照顧機構		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
為校內舉辦的模範兒童選舉做選前規則說明			
			

臺南市112學年度嘉南國小健康體適能與飲食護照活動成果

議題名稱	學校召開健康促進相關會議邀請社區重要人士參加		
日期	112學年度	實施班級	全校
內容簡述	課後照顧機構		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
為校內舉辦的模範兒童選舉做選前規則說明			
			