

## 臺南市下營區東興國民小學視力保健實施計畫

### 一、依據

- (一) 教育部公佈「加強學生視力保健計畫」辦理。
- (二) 本校健康促進學校實施計畫。

### 二、目的

- (一) 使學童體認視力保健的重要性，養成書寫、閱讀的正確姿勢。
- (二) 透過各項視力保健的具體策略，降低學童近視的比率與速度。
- (三) 使學童養成維護視力的好習慣，以減少社會醫療成本的支出。

### 三、實施對象：本校全體師生

### 四、實施內容

項目	內容	執行單位	實施期程
擬定視力保健政策	1. 訂定視力保健的行事曆 2. 將視力保健的相關課程內容加入學校課程規劃 3. 加強學生執筆姿勢及用眼習慣的指導。	學務處 教學組 健康中心	學期初
成立視力保健工作小組	由校長擔任召集人，各處室主任、體衛組長、各學年主任、護理師、家長代表等組成。	學務處 健康中心	學期初
健康教學與活動	1. 教導正確的執筆寫字姿勢及閱讀姿勢，並要求學生注意讀書寫字看電視打電腦應保持適當距離每30分鐘休息10分鐘 2. 利用升旗實施遠眺休息活動，課間活動時全部離開教室做跳繩和課間操 3. 教導學生能均衡飲食，不挑食。 4. 學校午餐規劃食譜注意對視力有幫助。	導師 學務處	學期中
學校宣導環境	1. 佈置視力保健看板加強宣導。 2. 張貼「愛護靈魂之窗」海報，鼓勵學生觀看。	學務處	學期中
學校社會環境	1. 各班張貼愛眼護目海報並向全班宣導內容 2. 視力異常者能在一個月內持通知單到合格眼科接受進一步檢	學務處	學期中

	查。		
健康服務	1. 視力異常者能在一個月內持通知單到合格眼科接受進一步檢查。 2. 教導有配鏡的學生如何正確配戴保護鏡片	健康中心	學期中
社區關係	1. 鼓勵家長下課或假日將學生帶到校園散步或運動並放鬆眼睛 2. 利用學校親子日，辦理社區愛眼宣導	學務處	學期中

五、預期效益：

全校視力不良率逐年下降，矯正視力不良率於降到3.5%以下。

六、經費來源：由學校相關經費項下勻支。

七、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：  顏瑞男

主任：  楊超雅

校長：  陳志強

## 視力保健不良學生改善實施過程紀錄

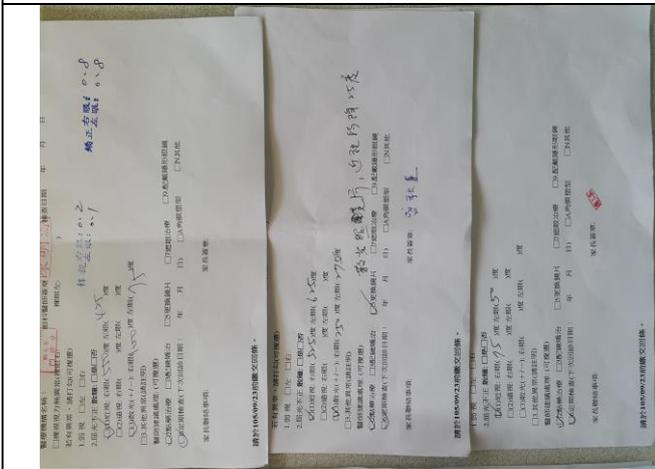


視力定期檢查

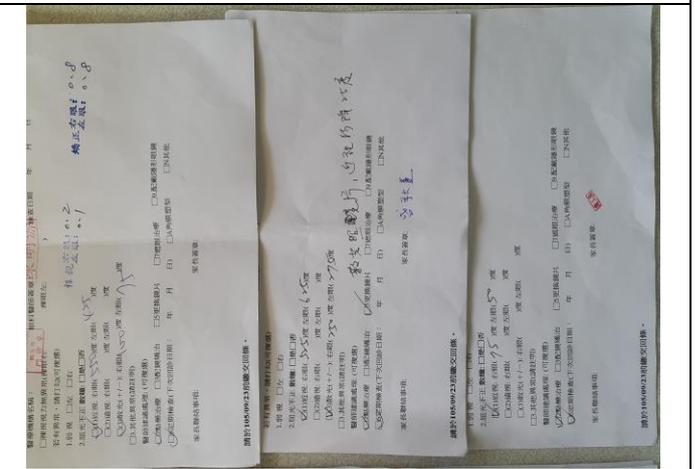
《每週英語》 Silence is gold. 沉默是金。

每日成語	親師交流	回家功課	每日							
座號	姓名	身高	體重	BMI	體位	裸視右	裸視左	月	日	星期
24	洪婷	155	42.5	17.7	體重適中	0.5	0.4			四
<p>事到臨頭，易如反掌，交給老師吧！</p> <p>（未交） 家長簽名 _____ 教師簽名 _____</p> <p>飛鷹圖 學作 _____</p>										

將學生視力告知家長



視力檢查回條



視力檢查回條



視力保健宣導



視力保健宣導



下課時不在教室



健康促進有獎徵答