

臺南市大成國民小學 107 學年度健康促進學校

視力保健工作計畫

一、依據：本校校務會議、衛生會議暨健康促進計畫辦理

二、目標：

- (一) 降低高度近視學童的比率。
- (二) 提高視力不良學童就醫率。
- (三) 提升學校教師、學童及家長的視力保健專業知能及健康行為。

三、組織：

(一) 推動視力保健計畫，其組織成員及執掌任務如下：

| 項次 | 成 員 | 執 掌 | 備註 |
|----|-------|--------------------|----|
| 1. | 校 長 | 督導實施學生視力保健計畫 | |
| 2. | 教務主任 | 視力保健教學業務 | |
| 3. | 學務主任 | 視力保健業務彙辦 | |
| 4. | 總務主任 | 視力保健環境、設備業務 | |
| 5. | 衛生組長 | 執行視力保健業務 | |
| 6. | 教 師 | 建立學生正確視力保健習慣 | |
| 7. | 護 理 師 | 協助推動整體學校視力保健計畫 | |
| 8. | 家 長 | 照顧學生日常生活全方位之視力保健事宜 | |

四、主辦單位：

(一) 承辦單位：學務處

(二) 協辦單位：教務處、總務處

五、本計畫期程：配合每年健康促進學校計畫書執行。

六、實施項目及內容：

| 實 施 項 目 及 內 容 | 負責單位 | 協助人員 | 備註 |
|---|------|-------|----|
| 一、學童視力保健行政與環境 | | | |
| 1-1 將視力保健活動納入學校校務計畫，並訂定執行計畫 | 學務處 | 學務主任 | |
| 1-2 強化視力保健工作小組，結合社區的行政資源，邀集補教業者進行座談視力保健觀念及推動策略 | 學務處 | 學務主任 | |
| 1-3 教室桌面照度不低於 350LUX，且燈光不閃爍；黑板照度不低於 500LUX，且黑板不反光 | 總務處 | 事務組長 | |
| 1-4 每位老師均能確實依學童身高提供合適的課桌椅 | 總務處 | 級任 | |
| 二、學童視力保健教學與行為實踐 | | | |
| 2-1 鼓勵學童走路上下學，以期達成每日戶外活動 120 分鐘的目標 | 學務處 | 學務主任 | |
| 2-2 依據教學活動需要及學生狀況，鼓勵室外教學或善用教 | 教務處 | 級任/科任 | |

| | | | |
|---|-----|-----------|--|
| 室採光、課桌椅配置，營造良好教學情境 | | | |
| 2-3 進行讀寫活動時能確實督導學生正確執筆及坐姿，且保持眼睛和課本、簿本之距離在 35 公分以上 | 教務處 | 級任/科任 | |
| 2-4 依國民小學學生作業簿規格，正確使用作業簿 | 教務處 | 級任/科任 | |
| 2-5 操作電腦時能遵守視力保健 3010 原則，且保持眼睛與螢幕距離 70-90 公分，眼睛與螢幕內框上緣同高 | 教務處 | 電腦科任教師 | |
| 2-6 下課時間鼓勵讓學童離開教室，到室外遠望休息 | 學務處 | 級任/科任 | |
| 2-7 每日利用第二節下課時間撥放護眼操音樂，每次 6 分鐘，指導學童落實大成護眼操活動，讓學童能學會正確運動眼球肌群並適當放鬆睫狀肌 | 學務處 | 級任 護理師 | |
| 2-8 辦理高度近視學童視力保健健康講座 | 學務處 | 護理師 | |
| 2-9 加強宣導電子白板使用原則及落實下課教室淨空政策 | 學務處 | 護理師 | |
| 三、學童視力保健服務與矯治追蹤 | | | |
| 3-1 每學期依標準化檢查方法，進行學童視力篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「視力狀況」欄位 | 學務處 | 護理師 | |
| 3-2 新生入學第一學期，以亂點立體圖進行立體感檢測，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡 | 學務處 | 護理師 | |
| 3-3 視力檢查結果及立體感檢測異常者通知家長一個月內帶往眼科醫師處複查，並提醒視力保健相關注意事項 | 學務處 | 級任 | |
| 3-4 將視力不良學童接受複查結果登錄於其健康檢查紀錄卡「視力狀況」、健檢（一、四年級）「眼科」項目欄位 | 學務處 | 護理師 | |
| 3-5 統計全校學生視力篩檢與矯治結果，製成報告書 | 學務處 | 護理師 | |
| 3-6 將視力篩檢、複檢及矯治結果提交校務會議中討論，並提出因應計畫 | 學務處 | 學務主任 | |
| 3-7 針對特定視力不良學童進行個別衛教指導 | 學務處 | 護理師 | |
| 四、家長與社區之配合 | | | |
| 4-1 善用視力保健居家生活檢核表，請家長共同關心及督導學童正確用眼行為 | 學務處 | 護理師 | |
| 4-2 利用家庭聯絡簿，聯繫學童視力保健實施情形 | 學務處 | 級任 | |

七、預期效果：

(一) 學童高度近視的比率下降，減少醫療開銷及合併症發生，增進學童健康，降低社會成本。

(二) 學童視力不良就醫率提升，以及早發現視力問題及早治療，發揮早期療癒之效果。

八、本案經校長核可後列入校務計畫施行，修正亦同。

護理師：**護理師胡雅菁** 衛生組長：**教師兼衛生組長陳怡君** 學務主任：**教師兼學務主任蘇睿琪** 校長：**大成國小校長王文玲**
 事務組長：**教師兼事務組長謝旭明** 總務主任：**教師兼總務主任尤韋翔**
 教務主任：**教師兼教務主任徐逸豪**