

## 桃園市笨港國小 106 學年度加強學童視力保健實施計畫

### 壹、依據：

- 一、教育部加強學童視力保健五年計畫。
- 二、笨港國小 106 學年度健康促進計畫。

### 貳、目的：

- 一、推廣學童視力保健常識，培養兒童正確閱讀、寫字姿勢。
- 二、落實學童視力檢查工作，加強視力矯正情形之追蹤，有效預防學童視力持續惡化。
- 三、落實校園視力保健活動、降低學童近視罹患率。

### 參、實施內容：

#### 一、成立「視力保健推廣小組」：

1. 成員：由校長擔任主任委員，邀集各處室主任、訓導組長、各年級級任、校護、家長會、社區義工共同組成。

#### 2. 職責分配表：

職務	成員	工作內容
主任委員	校長	督導小組成員執行任務。
執行秘書	輔導主任	訂定工作目標，協調各組工作內容及執行時間表
課程組	教導主任	督導視力保健議題融入教學課程
教育組	各班導師	教育學童視力保健常識，設計視力保健教學活動。
文宣組	學生事務組長	製作視力宣導海報、手冊，籌畫視力保健教育推廣研習活動。
設備組	總務主任	採購視力檢查儀器及教具、教室光線測量儀器，及負責學童課桌椅分配工作。
檢測組	校護	測量學童視力及視力不良學生矯正情形，視力檢查統計。
義工組	社區家長	協助推廣視力保健活動相關事宜。

### 肆、實施要項：

#### 一、辦理學童視力保健相關活動

1. 將視力保健活動納入學校校務計劃。
2. 每年至少舉辦一次教師視力保健研習。
3. 舉辦學童視力保健教學觀摩。
4. 舉辦視力保健相關學藝競賽。
5. 分發視力保健宣導資料。

6. 每位老師均觀看新型課桌椅使用錄影帶。
7. 學童視力保健知識、態度及行為問卷調查表。

## 二、學童視力保健生活與環境

1. 老師瞭解各型課桌椅適用身高範圍。
2. 各班確實執行對號入座。
3. 老師輔導學生依身高選用合適之課桌椅。
4. 調查學生身高後決定採購課桌椅型號套數。
5. 每間教室張貼對號入座表。
6. 張貼新型課桌椅宣導海報。
7. 每學期檢測教室桌面照明，桌面照度不低於 350LUX，燈光不閃爍。
8. 每學期檢測黑板照明，黑板照度不低於 500LUX，黑板不反光。
9. 校園植樹綠化。
10. 輔導學童正確閱讀姿勢，閱讀寫字時眼睛和課本之距離在 35 公分以上。
11. 學童執筆姿勢正確，寫字時身體與頭頸部能保持自然端正，不歪斜。
12. 實施集體望遠凝視。
13. 指導學童看電視、閱讀、打電玩或電腦時不要持續達四十分以上。
14. 轉發「部長致學童家長一封信」。
15. 減少一、二年級需用眼之課業。
16. 設計增加用耳學習並減少用眼的教材及教學活動。
17. 提高戶外教學活動比率。
18. 落實體育課及課外活動教學。
19. 嚴禁利用下課時間考試。
20. 鼓勵學童下課走至室外。

## 三、學童視力保健服務

1. 每學期依標準化檢查方法，進行視力篩檢乙次。
2. 學童視力檢查結果通知家長。
3. 視力不良學童接受眼科專科醫師複查。
4. 一年級新生開學後一個月內，以 NTU 亂點立體圖進行斜弱視篩檢。
5. NTU 立體圖異常者通知家長。異常者接受眼科專科醫師複查。
6. 輔導、鼓勵視力不良學童進行矯治。
7. 統計全校學生視力篩檢與矯治結果並製成報告。

## 四、家長與社區之配合

1. 舉辦家長視力保健宣導座談會。
2. 家長視力保健觀念問卷調查。
3. 結合家長組成學童視力保健義工等組織。
4. 聯繫家長規範學童在家看電視、打電玩或電腦時，每三十分鐘休息十分鐘。
5. 家長發現子女眼睛有眯眼、斜眼、視力異常等現象，應帶往眼科醫師檢查。
6. 聯繫社區相關機構辦理家長視力保健系列活動。

## 五、其他

1. 公開獎勵視力正常學生。
2. 獎勵推展視力保健熱心績優教職員、學生家長。

### 伍、實施策略：

- 一、建立共識，規劃本校視力保健教育推展方針。
- 二、強化教師視力保健的教育能力。
- 三、營造視力保健教學的學習環境。

### 陸、評鑑與改進：實施成果檢討。

### 柒、預期效益：

- 一、降低學童近視比率，避免學童過早近視。
- 二、落實視力保健教育。

### 捌、本實施計畫經校長核可後實施。

學生事務組長：

主任：

校長：