

「105 年度視力保健績優學校遴選」學校自我檢核表

檢核項目	檢核指標	達成率配分					小計	佐證資料說明
		0	25 %	50 %	75 %	100 %		
戶外活動 防近視 40%	(1)彈性調整學校作息時間	0	1	2	3	4	4	每日均有 20 分鐘的主題式課間活動，如跑步、間歇運動、跳繩、體育競賽活動...等，培養學生規律的運動習慣與健康的視力，藉以增加每日戶外活動的時間，以達到視力保健、眼睛放鬆之效果。
	(2)正式課程戶外化情形(除體育課外)	0	1	2	3	4	4	1.增強體適能且達到戶外遠眺效果-仁義潭大壩路跑。 2.藝文課程戶外化-彩繪圍牆。 3.體驗戶外求生與野營技能-參加同濟中學於本校舉辦之童軍露營活動。 4.效學習防災 119 教育課程-邀請消防隊到校教導實際操作。 5.登革熱防治教學-老師帶領孩子清除孳生源。 6.配合自然與生活科技領域課程及環境教育-辦理縣內微旅行，參訪故宮南院及太陽館。 7.推動戶外閱讀課程-邀請行動書車到校。

								<p>8.加強學生外語能力-邀請英國考文垂大學外籍志工到校，融入戶外課程教學。</p> <p>9.配合政策推動校本課程，鼓勵教師將課程戶外化，除了認識課本上的圖文解說，同時也能親臨現場認識環境，有效達到戶外授課與視力保健的雙重目標。</p>
(3)活動形式之家庭作業	0	1	2	3	4	3	<p>1.各年級校本課程學習單</p> <p>2.縣內微旅行學習單</p>	
(4)戶外活動防曬(護)措施(如戴帽)	0	1	2	3	4	4	<p>1.於操場升旗時，要求務必戴帽防曬。</p> <p>2.於操場進行體適能跑步訓練時，要求務必戴帽防曬。</p> <p>3.於進行戶外課程教學時，要求務必戴帽防曬。</p>	
(5)增進走路上下學之相關策略	0	1	2	3	4	4	<p>本校位於山坡上，為分層式校地，自校門口進入校園即開始爬坡，首先到達的第一層是停車場，第二層是司令台、操場及遊樂設施等，第三層才是學校校舍建築。每日上下學時要求家長接送地點為第一層停車場。上學時學生於停車場下車，步行爬坡進入教室；放學時由導護老師集合整隊，步行下坡至停車場。</p>	
(6)落實下課教室淨空	0	1	2	3	4	4	<p>每日請老師務必於下課時讓學生至教室外跑跑跳跳，可以讓眼睛獲得</p>	

								適當的休息。
	(7)校園內之多元化戶外活動	0	1	2	3	4	4	安排課程外的各項戶外課程活動，以達到視力保健、眼睛放鬆之效果。
	(8)「戶外活動預防近視」融入教學課程	0	1	2	3	4	3	依學校行事曆排入宣導課程，由學校護理師向全校師生進行宣導。
	(9)學生戶外活動之自主管理與獎勵機制	0	1	2	3	4	3	不定期安排戶外課程活動，如英語闖關活動、體育趣味競賽等，並於活動完畢後由校長於全校性集會時給予獎勵。
	(10)戶外活動之課後社團	0	1	2	3	4	4	1.配合學生課務與發展學校特色，本校有跆拳道社團、二胡社團、低年級陶笛社團。 2.依教育部政策，本校現與民和國小實施實驗教育共伴學校，共同性社團有律動舞蹈與太鼓打擊。
定期就醫 來防盲 20%	(1)協助視力不良複診單回收之配套措施	0	1	2	3	4	4	1.於每學期初檢查完畢後，分發檢查通知單，請導師聯繫、護理師持續與家長聯繫。 2.於校務相關會議例如親職講座、家長日、班親會等，向家長宣導視力不良複診的意義與目的。
	(2)每年視力不良複診之檢討與改善分析	0	1	2	3	4	4	1.於校內會議時向全校教職員工報告學校學童視力狀況，教師了解班級學生視力狀況，適時提醒學生坐姿與用眼習慣，並調整教學與作業方式。 2.於親師座談會時向家長們報告學

								校學童視力狀況，請家長協助監督孩子在家以及假日用眼習慣。 3.加強改善教室環境，例如測光、教室燈光改善、學生座位等，等物理環境。
	(3)高度近視學生或家長之衛生教育活動	0	1	2	3	4	4	1.定期向孩子們宣導高度近視的危險與視力保健的重要性。 2.於校內舉辦各項節慶活動或是親師座談會時向家長宣導視力保健的重要性。
	(4)視力保健相關社區眼科資源結盟	0	1	2	3	4	3	每學年由嘉義長庚醫院賴麗如醫師率領眼科醫療團隊到本校進行義診，除了進行各項視力檢查，同時也給予學生做直接的視力保健方法與建議。
	(5)校本視力不良率之自主管理機制(含個案管理)	0	1	2	3	4	3	1. 於每學期初檢查完畢後，分發檢查通知單，請導師聯繫、護理師持續與家長聯繫。 2. 針對視力不良個案，每三個月發追蹤矯治通知單，提醒家長定期追蹤檢查的重要性。
3010 眼安康 16%	(1)學校 3010 相關策略與方案	0	1	2	3	4	4	依學校健康促進計畫擬定視力保健實施計畫。
	(2)學校電子白板使用規範	0	1	2	3	4	4	1.學校只有特定教室有電子白板設備，提供相關使用說明。 2.於教師研習時宣導投影機使用方式與時間，增加教師多媒體使用

								知能。
	(3)學童 3010 自主管理與獎勵機制	0	1	2	3	4	3	每生一張檢核表，請家長共同監督，完全落實者可以獲得榮譽卡點數。
	(4)學童 3C 產品使用之自主管理機制	0	1	2	3	4	3	1.學校上課期間禁止攜帶 3C 產品。 2.宣導每天 4 電少於 2 小時，請家長協助監督。

105 年度視力保健績優學校遴選「學校自我檢核表(續)」

檢核項目	檢核指標	達成率配分					小計	佐證資料說明
		0	25 %	50 %	75 %	100 %		
實證指標 6% (每項最高 2 分)	(1)連續三年視力不良率呈現穩定控制趨勢	0	0.5	1	1.5	2	1.5	1.異常人數逐年減少。 2.視力不良率增加百分比逐年下降，於 104 學年度達到穩定控制趨勢。
	(2)連續三年複診率呈現增加趨勢	0	0.5	1	1.5	2	2	連續三年複診率呈現增加趨勢。
	(3)連續三年小四生小五之視力不良增加比率低於縣市增加比率(國中七年級升八年級增加<5%)	0	0.5	1	1.5	2	1.5	於 103、104 學年度低於縣市增加比率。
整體性策略 12%	(1)教師視力保健增能	0	1	2	3	4	3	1.每學年度指派教師參加縣府舉辦之視力保健增能研習。 2.校內由護理師進行之視力保健宣導請老師陪同學生參與。
	(2)安親班策略	0	1	2	3	4	0	無
	(3)視力保健家長或社區座談會	0	1	2	3	4	4	於校內舉辦各項節慶活動或是親師座談會時向家長宣導視力保健的重要性。
其他加分(6%)	其他有利於視力保健之活動與策略(1)	0	0.5	1	1.5	2	2	設計視力保健體驗活動讓學生體驗眼

每項最高不超過2分								睛的重要，將視力保健的知識、技能與行動融入，提高學生愛護眼睛的意願與認知，進而養成良好的正確用眼習慣。
	其他有利於視力保健之活動與策略(2)	0	0.5	1	1.5	2	0	
	其他有利於視力保健之活動與策略(3)	0	0.5	1	1.5	2	0	
	總計得分						83	

「105 年度視力保健績優學校遴選」

受推薦學校審查資料繳交辦法

項目	繳交資料	說明	備註
書面資料	封面	請參照下頁附表之格式	
	內容	繳交資料請依序下列規定裝訂 1.「104 年度視力保健績優學校遴選」學校自我檢核表，佐證資料說明請務必繕打佐證資料名稱，並簡略說明該項指標達成方式。 2.各指標佐證資料依序裝訂成一冊，並以側標註記。	
以上資料請裝訂成冊乙式三份並製作電子檔光碟乙式三份，於 105 年 11 月 11 日以前(以郵戳為憑，逾期不予受理)將審查資料郵寄至： 嘉義縣溪口鄉溪北村中山路 53 號溪口國小陳嫩慈校長收			

教育部國民教育及學前教育署
「105 年度視力保健績優學校遴選」

嘉義縣番路鄉內甕國民小學 送審資料