

## 嘉義縣番路鄉內甕國民小學 105 學年度視力保健實施計畫

### 一、依據：

本校健康促進議題實施計畫辦理

### 二、目標：

1. 降低學童近視比率，避免學童過早近視。
2. 提高學童斜弱視篩檢率。
3. 提高視力不良學童的複檢及矯治比率。
4. 提升國小學童、教師、家長視力保健知能

### 三、實施內容：

1. 開學後一個月內學童視力篩檢完成並發視力異常通知單告知家長。
2. 各班調整新型課桌椅座位。
3. 指導學生閱讀、寫字姿勢端正，能符合教育部頒訂之執筆及寫字姿勢圖解，且保持眼睛和課本、簿本之距離達 35 公分以上。
4. 依課程標準實施正常教學，並於每天課間活動時間，集體實施輕鬆遠眺活動。
5. 減少作業量。
6. 設計增加用耳學習並減少近距離用眼的教材及教學活動，以及利用教學參觀日辦理學童視力保健相關之宣導活動，或加強溝通視力不良學童追蹤矯治事宜。
7. 善用傾聽、觀察、實作、討論，將動、靜態學習活動交叉安排。
8. 提高戶外教學活動比率以及下課時間確實讓學童離開教室走出室外。
9. 依國民小學學生作業簿規格，正確使用作業簿。
10. 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。
11. 關懷且輔導接受眼科藥物治療及配戴眼鏡矯治之學童。
12. 利用家庭聯絡簿，聯繫學童視力保健實施情形。
13. 舉辦視力保健宣導。

### 四、預期效益：

1. 能貫徹正常化教學，靈活運用課程統整，達成視力保健教育目標。
2. 創造優質生活教育，俾利視力保健活動推行，提升學童及家長重視視力保健意義。
3. 結合學校、家長、衛生單位，共同推展視力保健教育。
4. 達到視力異常學生矯治複檢率 100%，視力不良率降低 2% 以上。
5. 下課時間確實讓學童離開教室走至戶外達到 100%。

### 五、本計劃經校長核可後實施。