

臺南市大甲國小與課後照顧及課輔機構合作推動視力保健計畫

壹、依據：

臺南市大甲國民小學健康促進學校實施計畫。

貳、現況

現代學童的課餘時間常有過度使用眼睛的情況，例如：看電視、使用電腦、玩三C產品…等；加上學童也常有寫字及閱讀姿勢的不正確，因此可以預見學童視力會每況愈下。另外，本校學童於放學後或者假日期間，約有 1/2-1/3 的比例會待在安親班及補習班，該處的用眼限制及視力防護亦是一大隱憂。

參、目的

(一)學校與課後輔導機構合作，推動規律用眼 3010 習慣，增加假日戶外活動時間 120，以減少眼睛過度疲勞。

(二)建構學校與課輔機構合作平台，由護理師協助視力保健諮詢服務。

(三)加強學校與課輔機構師生之視力保健知能與見聞。

肆、實施地點 國小課後照顧及課輔機構。

伍、實施辦法

1.辦理校內各項健康促進學校活動、研習及會議時，將正確用眼 3010 教育議題結合健康促進學校活動宣導與推廣。

2.協助課輔機構推廣視力保健，並提升全面實施之動機。

3.調整課後作息：鼓勵課後照顧及課輔機構，增加戶外活動及運動設計。

4.課輔機構安排寒暑假作息：鼓勵多安排非近距離用眼的活動並設計多元之運動項目。

5.課後照顧教室進行光度測量。

陸、預期效益

(一)透過實地到訪課輔機構宣導，藉由衛教、實務經驗等多元方式分享，推動視力保健觀念普及化，增進正確用眼健康觀念。

(二)提升師生視力保健的生活技能，讓正確用眼的概念落實於生活，並能將正確觀念延伸至家庭。

(三)提升教師正確用眼 3010 及戶外活動 120 知能，將正確用眼教育落實於教學與課程中，教導學生養成正確用眼觀念與實踐能力。

柒、本辦法經校長核准後實施，修正後亦同。

護理師

護理師李偉禎

學務組長

教師兼學務組長王慈雅

教導主任

教師兼教導主任王沛晴

校長

臺南市大甲區大甲國民小學校長白政弘