

桃園市大園區溪海國民小學 108 學年度視力保健工作計畫

壹、前言

近年來，「近視病」併發症已成為台灣及東亞失明原因的首位，是國家安全及公共衛生嚴重問題，所以整體性預防近視病導致的視力不良問題是刻不容緩的。依據衛生署國民健康局 99 年學齡前兒童近視及每五年委託調查「台灣地區 6-18 歲屈光狀況之流行病學」研究結果顯示：小一近視盛行率於 75 至 99 年為 3% 上升至 21.5%，小六近視盛行率依序為 27.5% 上升至 65.8%，顯示小一學童近視比率有快速大幅上升現象，且尚未上國中，已有三分之二學童近視。由於學(幼)童近視產生之後，其度數每年以百度飆升，將來變成高度近視的機會愈大，高度近視易引起併發症導致失明，為公眾重要之健康問題。

貳、依據

- 一、教育部國民及學前教育署 106 年 9 月 11 日臺教國署學字第 1060100213 號函。
- 二、本校校務計畫『加強學童視力保健計畫』。

參、目標

降低學童近視比率。提高視力有問題學童之轉介、矯治比率。

肆、實施要點

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.提高戶外教育活動比率。
- 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. 成立視力保健工作小組。
2. 公開獎勵視力正常學生。
3. 獎勵推展視力保健熱心績優教職員、學生家長。

伍、本計畫經校長核示後同意實施，修正亦同。

承辦人：

衛生 顏毓嫻

單位主管：

學務主任 劉慧貞

校長：

溪海國小 蔡淑華
校長