

# 臺南市東區裕文國小103學年度健康促進視力保健議題成果

一、活動項目：視力保健

二、活動日期：103年10月21日

三、融入領域與單元：健康與體育第一單元健康有一套：愛護五官

四、活動地點：二年級教室

五、活動對象：二年級學生



說明：觀看eye護眼操影片



說明：按壓眼睛外圍的穴道



說明：眼睛對焦，由遠到近



說明：壓一壓鼻樑的穴道