

桃園市 111 學年度健康促進學校視力保健校際聯盟成果表

學校名稱	桃園市立中興國民中學					
健康評估		七年級	八年級	九年級		
	111 學年度下學期	70.96%	78.87%	77.65%		
	111 學年度上學期	72.81%	77.98%	77.04%		
	110 學年度下學期	74.9%	74.64%	82.88%		
	110 學年度上學期	74.95%	74.59%	83.33%		
	109 學年度下學期	74.22%	78.43%	84.18%		
	109 學年度上學期	65.93%	74.69%	79.66%		
※健康情形(視力不良率、齲齒率、體位情形等)可逕至學生健康資訊管理系統查詢						
內容 (可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 問題診斷/需求評估 <input checked="" type="checkbox"/> 依據問題/診斷結果擬定策略與指標，討論資料蒐集方法 <input checked="" type="checkbox"/> 發展健康教學策略 <input checked="" type="checkbox"/> 發展互動式或參與式家長活動 <input checked="" type="checkbox"/> 發展社區結盟活動 <input checked="" type="checkbox"/> 成果分析或報告撰寫諮詢 <input type="checkbox"/> 其他（請填寫）：					
辦理情形	<input checked="" type="checkbox"/> 教師或家長研習 <input checked="" type="checkbox"/> 數據分析 <input checked="" type="checkbox"/> 成效評估 <input type="checkbox"/> 到校訪視 <input type="checkbox"/> 其他（ ）					
前後測 成效評估	研究對象	人數	指標	前測	後測	介入方式，如：活動、 課程...
	8 年 4 班 8 年 6 班	55	下課走出教室比率	68%	100%	鼓勵到操場活動或參與 運動性社團
	8 年 4 班 8 年 6 班	55	3010 達成率	64%	92%	透過健康教育課程及講 座進行視力保健宣導
說明： 1. 下課走出教室比率：計算每天每堂都走出教室達成人數除以施測總人數*100 % 2. 說明每日課後 3010：計算每天課後達成 3010 人數除以施測總人數*100 %						

3.知識與行為若無施測可刪除，若分析假日戶外 120，亦可填入表格分析

前測時間：112 年 3 月 6 日

後測時間：112 年 3 月 31 日

對象：七~九年級學生

策略：視力保健知識教學及操作，減少眼部肌肉的壓力

成效：

3010



說明：視力保健講座



說明：視力保健教學



說明：視力保健教學



說明：眼壓舒緩按摩

對象：七~九年級學生

策略：宣導下課走出教室，鼓勵學生到室外活動，提高下課教室淨空率

成效：

下課走出教室



說明：宣導前學生多數下課仍留在教室



說明：下課時教室淨空



說明：下課提供運動器材借用



說明：雨天走廊跳繩

對象：七~九年級學生
 策略：辦理班際運動競賽、參與體育性社團
 成效：

戶外活
 動 120



說明：參加運動性社團-籃球社



說明：戶外活動社區服務



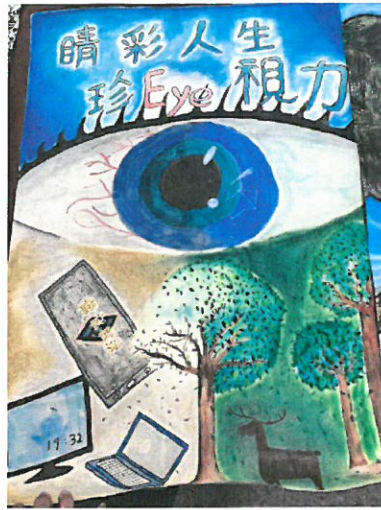
說明：體育課程飛盤投擲練習



說明：班際拔河比賽

其他

對象：七~九年級學生
 策略：視力保健海報比賽
 成效：校內張貼及宣導



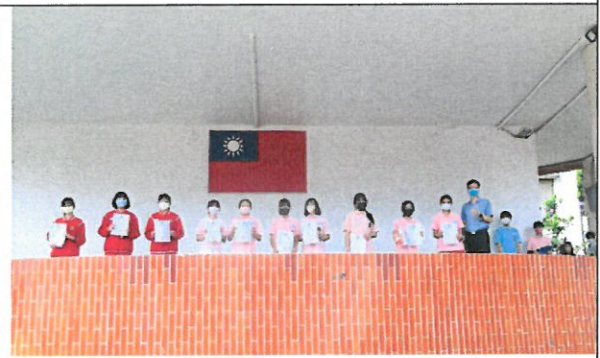
說明：海報製作比賽



說明：海報比賽評選



說明：視力保健海報展覽



說明：優秀作品接受表揚


個人省思、學生作品或心得、親師生回饋：


近年由於新冠疫情的變化，學生透過線上教學媒介進行學習的機會變多，用眼時間超過 30 分鐘及距離少於 35 公分閱讀行為增加，都是影響學生視力惡化的因素。希望透過校內視力保健的宣導、教學課程的配合、舉辦校內體育競賽及視力保健比賽，能有效降低學生近視的比例。

建議：

國中階段的學生有著升學的壓力，需要透過大量的閱讀來因應繁重的課業及會考，學生的視力保健除了學校的宣導及教育，家長的支持及配合也很重要，建議家長能在平日督促學生的用眼習慣，陪同學生至眼科診所進行檢查，並且定期回診，一同維護學生的眼睛健康。

※請於 112 年 4 月 17 日前，以電子郵件傳送已核章版的電子檔，至 c001@mail.dyes.tyc.edu.tw 大有國小學務處蔡主任彙整

承辦人 

主任 

校長 