

新竹市富禮國民中學 110 學年度

健康促進計畫自選議題成果發表:視力保健

一、依據

- (一) 依據新竹市新竹市 110 年 10 月 20 日府教體字第 1100157943 號函辦理。
- (二) 依據本校 110 學年度行事曆規劃辦理。

二、學校特色

本校位於新竹市的邊陲濱海區，全校僅有九班，學生人數為 130 人，是新竹市最小的國中。學區家長大多社會地位不高，從事勞力性工作居多，由於家庭結構改變，雙薪家庭比率高，家長忙於就業，加上近年手機使用率提高以及手遊普及率的升高，學生近視比率逐年提升，故更需透過學校教育來建立其知識。

本校師生相處融洽，是一所小巧精緻、充滿活力且溫馨的學校，本校教職員工亦具有教學熱忱與經驗，在眾多有利條件配合下，盼藉於推動視力表健議題亦能發揮家庭之影響力與教育功能，也因應十二年國教，本校以「精緻教育」、「創新轉型」、「藝術環境」、「開放共榮」、「前瞻視野」為努力的目標，盼能落實全人教育。

三、現況分析

(一) SWOTS 情境評估 (背景分析) 及行動策略

S【優勢】	W【劣勢】
1. 學校位於邊陲濱海區環境，全校僅為九班較為單純。 2. 本校師生相處融洽，是一所小巧精緻、充滿活力且溫馨的學校。 3. 教職員工亦具有教學熱忱與經驗，因應十二年國教，本校以「精緻教育」、「創新轉型」、「藝術環境」、「開放共榮」、「前瞻視野」為目標。	1. 學區家長大多社會地位不高，從事勞力性工作居多，對於孩子課後手機使用率較無管控。 2. 因小校師資配置不足，部分健康老師由非科任教師擔任。
O【轉機】	T【威脅】

<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校定期召開健康促進委員會。 2. 教務處規劃各年級的視力保健觀念融入課程。 3. 健教領域召集人定期召開領域會議 討論視力保健防治課程。 4. 與處室合作，辦理視力保健宣導，並融入校慶闔關活動，增加學生基本護眼知識。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 手遊盛行，學生容易沉迷其中。 2. 網路及聊天社群軟體使用率高，常忘記 3010 休息時間。 3. 家長對學生手機使用率會影響視力保健的成果。
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(二)『視力保健』現況分析

本校定期實施視力檢查，以 110 學年度上下學期為例，裸視不良率的比例上升約 4%，但矯正視力不良率有下降的趨勢，顯示學校持續推動視力保健小有成效，學生的回診率也一直是我們實施的重點，希望孩子在這日新月異的環境下，能盡量做到護眼 3010、定期視力檢查等健康守則。

四、計畫內容

依據 WHO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、健康教育與活動、學校物質環境、學校社會環境、健康服務與社區關係等六項，並回歸於教育本質：學校健康教育與活動，以此六項為主軸歸納出本校視力保健健康促進學校之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

項 次	推動 策略	實施內容	推動時間 (預計)	評價項目	佐證方式
一	健康政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校健康促進推行委員會推動小組運作。 2. 定期召開工作會議，掌控執行進度，分析討論計畫、實施策略。 3. 健康促進學校計畫活動納入行事曆。 4. 由課發會擬訂視力保健融入本位課程。 	110. 09	組織架構 工作會議內容 行事曆 課發會	健促委員會人 力資源 會議記錄單、簽 到單 健促活動行事 曆 會議記錄單、簽 到單

		5. 召開健康教學模組融入課程計畫會議。 6. 推行電子白板及投影機使用原則。		融入教學課程會議 落實遵行政策規定	會議記錄單、簽到單 問卷，抽樣調查
二	物質環境	1. 校園多處綠色植物植栽。 4. 提供學生營養均衡的午餐。 5. 設置健康促進宣導專欄，張貼各項相關健康促進議題宣導與資訊。 6. 設置健康促進宣導佈告欄，張貼各項健康宣導及資訊。		健促宣導活動計畫 午餐均衡飲食 80%學生能宣導建立正確觀念。 80%學生能經由宣導建立正確觀念。	執行健康促進計畫 菜單、均衡食公告 正確知能問卷統計 知能問卷調查
三	社會環境	1. 健康促進議題融入健康教育課程。 2. 朝會時間加強視力保健的宣導活動。 3. 推行下課淨空活動 4. 校慶闔關活動		健促納入課程 參與學生數達 80%)	課程記錄 照片 活動成果 成果照片
四	健康技能 (教學)	1. 辦理全校師生健促議題-視力保健相關宣導活動。 2. 運用本市健康種子教師設計之各健康議題教學模組，進行各學年		80%學生能建立正確技能。 80%班級有融入教學課程。	活動計畫、照片 融入教學成果

		<p>彈性及本位課程融入教學。</p> <p>3. 結合本校體育季及校慶推行各項體能及體育競賽。</p> <p>4. 結合校慶活動推行『健康促進活動-視力保健』。</p>		<p>各年級健促結合體育季活動</p> <p>80%學生參與活動</p>	<p>各級體育季活動計畫、照片</p> <p>學習單、領域會議記錄、照片</p>
五	健康服務	<p>1. 定期實施視力檢查工作，並建立全校師生視力資料檔案。</p> <p>2. 本校新竹市健體輔導團種子教師辦理校內健康授課教師教學精進工作坊及教學諮詢服務。</p> <p>3. 收集並分析健康檢查資料、相關的調查統計，以了解學校成員之健康狀況及改善情形。</p> <p>4. 追蹤裸視視力不良學生</p>		<p>100%學生完成健康檢查並建立資料</p> <p>70%健康教育教師參加工作坊。</p> <p>完成學生健康資料收集分析</p> <p>視力不良追蹤率達90%以上</p>	<p>健康資料建立</p> <p>學生健康收集分析資料</p> <p>視力不良追蹤名冊及記錄</p>
六	社區關係	<p>1. 利用家長會日或校慶活動辦理健促建議題宣導，建立家長正確觀念。</p> <p>2. 加強親師聯絡活動，如家庭聯絡簿、宣導單張、寒暑假檢核表、親</p>		<p>80%家長能建立正確觀念。</p> <p>80%家長學生由宣導建立正確觀念</p>	隨機家長問卷

		子檢核表及校園刊物。 1. 結合醫療機構或社區團體辦理各項健康篩檢及促進活動。.		參與活動人數50人以上	參與篩檢活動簽到表
--	--	---------------------------------------------	--	-------------	-----------

五、預定進度（以甘梯圖表示）

工作項目 月 次	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月
1.組成健康促進工作團隊											
2.進行現況分析及需求評估											
3.決定目標及健康議題											
4.擬定學校健康促進計畫											
5.活動設計及編製活動教材											
6.執行健康促進計畫											
7.資料分析											
8.成果撰寫											

六、人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會團隊成員及工作團隊之成員，各成員之工作項目如下表。

職稱	姓名	編組任務
計畫主持人-校長	涂靜娟	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	彭淑華	協助處理推行健康促進學校相關事務，協調相關處室配合相關活動。

協同主持人-教務主任	葉明智	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。
協同主持人-總務主任	曾文慧	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	曾蘭英	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-訓育衛生組長	郭婉君	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行，協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-生教體育組長	李承祐	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-護理師	陳淑雯	負責健康促進相關活動的推動及統籌，社區及學校資源之協調整合。
研究人員-會計主任	陳雅莉	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-學年導師	劉豈菱	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年導師	李昆穎	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年導師	邱燕玉	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請。
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

七、成果照片

	
<p>每學期定期視力檢查</p> 	<p>每學期定期視力檢查</p> 
<p>視力保健宣導—陳祐瑜院長</p>	<p>視力保健宣導—陳祐瑜院長</p>

七、成果照片

	
<p>校慶視力保健宣導暨有獎徵答</p> 	<p>校慶視力保健宣導暨有獎徵答</p> 
<p>校慶視力保健宣導暨有獎徵答</p>	<p>校慶視力保健宣導暨有獎徵答</p>