

教師校園視力保健知識與行為調查問卷

親愛的老師，您好：

本問卷是想了解您對校園視力保健的看法及做法，請根據您真實的感受與經驗確實作答，本團隊對您的意見非常重視，並作為校園視力保健計畫推動的重要參考；您所填寫的資料絕不做個人分析且絕對保密，由衷感謝您的協助。

112學年度教育部校園視力保健計畫團隊 敬上

第一部份：校園視力保健知識

作答說明：請圈選出正確的答案，如確實不知道答案者，請圈選不知道。		對	錯	不知道
1.	配戴一般眼鏡就可以控制近視度數加深惡化。	1	2	3
2.	近視能透過雷射近視手術治癒。	1	2	3
3.	下課時，教室淨空，讓學生離開教室到戶外，加總達到天天120分鐘可以預防近視。	1	2	3
4.	近視是一種疾病，500度以上的高度近視容易導致失明。	1	2	3
5.	長時間近距離用眼是長時間鬥雞眼看近，而導致近視的主因之一。	1	2	3
6.	學童一旦有近視，平均每年加深度數約 100 度，須至眼科醫療院所接受散瞳檢查才能取得正確度數。	1	2	3
7.	缺乏戶外活動是導致近視的主因之一。	1	2	3
8.	近視發生年齡越小，演變成高度近視的機會越大。	1	2	3
9.	學生使用 3C 產品一天不超過 1 小時，且 30 分鐘要中斷休息 10 分鐘以上，螢幕所發出的藍光對眼睛可能造成傷害。。	1	2	3
10.	遠視儲備若不足，例如小學低年級不足100度，中高年級不足50度，則容易發生近視。	1	2	3

第二部份：校園視力保健行為

作答說明：請您依照個人在 <u>上個學期(111學年度上學期)</u> 的作法，圈選最符合您自己現況的選項。		從未 0 %	很少 25 %	有時 50 %	時常 75 %	總是 100 %
1.	我主動關心近視學生每學期度數增加狀況，以及沒近視學童遠視儲備情形。	1	2	3	4	5
2.	我協助健康中心回收視力不良複檢單。	1	2	3	4	5
3.	我要求學生遵守視力保健 3010 原則（用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘）。	1	2	3	4	5
4.	我讓所有學生在下課時間都走出教室到戶外活動。	1	2	3	4	5
5.	我把課程中使用電子白板(3C 產品)的時間，控制在每堂課 20 分鐘之內。	1	2	3	4	5
6.	我有機會就將戶外活動融入教授課程中。	1	2	3	4	5
7.	我在課程中融入視力保健的教學。	1	2	3	4	5
8.	我與家長溝通有關學生視力保健的重要性。	1	2	3	4	5
9.	我配合學生的近視情形去安排合適教學活動，例如：有點用散瞳劑的學生，囑咐到戶外戴帽或太陽眼鏡、調整體育活動至樹蔭下、調整前後座位等。	1	2	3	4	5
10.	我隨時提醒與督促學生看書、寫字時維持適當距離(大於35公分)	1	2	3	4	5

第三部份：校園視力保健的執行情形

填答說明：此部份是想瞭解貴校上個學期(111學年度上學期)推動視力保健的執行情形與影響，請您依據學校的執行狀況及對學校的影響圈選適合的選項。

	貴校推動校園視力保健的執行情形				
	(5) 總是做到 100%	(4) 大部分做到 75%	(3) 有做到 50%	(2) 少部分做到 25%	(1) 幾乎沒做到 0%
1. 推動正式課程戶外化(除體育課外)	5	4	3	2	1
2. 鼓勵活動形式之家庭作業	5	4	3	2	1
3. 強化戶外活動時的護眼措施(如戴帽、墨鏡等)	5	4	3	2	1
4. 推動增進走路上下學之相關策略	5	4	3	2	1
5. 落實下課教室淨空	5	4	3	2	1
6. 將「護眼123」融入教學課程	5	4	3	2	1
7. 建立學生戶外活動自主管理與獎勵機制	5	4	3	2	1
8. 成立戶外活動之社團	5	4	3	2	1
9. 將「學生參與與正向心理」融入視力保健教學課程	5	4	3	2	1
10. 建立視力不良複檢單回收之配套措施	5	4	3	2	1
11. 針對視力不良複檢之檢討與追蹤	5	4	3	2	1
12. 辦理高度近視學生衛生教育活動	5	4	3	2	1
13. 辦理高度近視學生家長衛生教育活動	5	4	3	2	1
14. 與視力保健相關社區眼科資源結盟	5	4	3	2	1
15. 建立校本視力不良率之自主管理機制(含個案管理)	5	4	3	2	1
16. 落實學校電子白板使用規範	5	4	3	2	1
17. 建立學童 3010 自主管理與獎勵機制	5	4	3	2	1
18. 建立學童 3C 產品使用之自主管理機制	5	4	3	2	1
19. 辦理教師視力保健增能活動	5	4	3	2	1
20. 與安親班協調學童視力保健策略	5	4	3	2	1
21. 辦理視力保健家長或社區座談會	5	4	3	2	1
22. 使用太陽日記卡作為自主管理指標	5	4	3	2	1

第四部份：個人基本資料

1. 縣市：_____；學校名稱：_____
2. 現任職務： (1) 教師兼任衛生保健組長 (2) 教師兼任行政工作(組長)
 (3) 導師兼任行政工作(組長) (4) 學校護理人員 (5) 導師 (6) 其他(請說明)：
3. 目前擔任導師年級：_____年級 (未擔任導師免填)
4. 服務學校班級數：_____
5. 性別： 男 女
6. 出生年：民國_____年
7. 教師年資：_____年
8. 視力保健增能研習參加年度(可複選)： 未參加過 108學年度 (含) 之前 109學年度
 110學年度 111學年度
9. 知道或使用過的校園視力保健資源：
 太陽日記卡 散瞳 Q&A 視力保健相關 APP
 國健署視力保健宣導衛教文宣(遠視儲備足、護眼123 等)
 眼科醫學會-e版近視病衛教文宣海報 眼科醫學會-角膜塑型Q & A
 臺北市高度近視防治網-近視100問
 孩子可以不近視 (書籍)
學童視力保健宣導影片：
 近視來防治，世界更美好 高度近視宣導 高雄長庚紀念醫院-近視防治中心 Youtube視
視力保健衛教影片
 國健署視力保健宣導短片 (遠視儲備足、愛眼動起來3010120等)
視力保健教學模組：
 eye 讓世界更美麗 乘坐時光機，對抗惡「視」力 氣球模擬近視 以上皆無

您的回覆對於推動校園視力保健有莫大助益，感謝您的填答！