

104學年度宜蘭縣頭城鎮二城國小健康促進行動研究前後測結果

-視力保健教育介入對國小學童視力保健行為、態度及知識之成效

行動研究策略與成效摘要表

研究對象	四年級，共 2 個班		人數	39 人 (男:25，女:14)		
執行策略摘要	<ol style="list-style-type: none"> 1. 視力保健融入課程教學及定期辦理視力保健教育宣導：教導學童認識視力不良種類、了解日常生活視力保健行為、愛眼食物、了解視力不良治療及定期視力檢查的重要性，並利用有獎徵答加強學童學習過程動機。 2. 課間活動安排全校性戶外跳健身操、跳繩操及拳擊有氧操，鼓勵學童下課至戶外活動。 3. 利用大型海報於學校走廊進行宣導，並製作宣導衛教單，請家長共同守護學童視力保健行動。 4. 配合班親會向家長宣導視力保健重要性。 5. 每學期開學進行視力檢測，並製作通知單通知家長。 6. 於公開場合表揚明眸皓齒健康小天使。 					
量性分析成效重點摘要						
研究工具： 例:視力保健成效評量問卷					前後測時距： 二個月	
變項名稱	前測值 M(SD)	後測值 M(SD)	t 值	P 值	結果簡述	備註
視力保健態度	8.89(1.53)	9.09(1.34)	-0.980	0.33	未有顯著差異	
視力保健知識	8.34(1.43)	8.97(1.67)	-2.552	0.02*	後測顯著高於前測	
研究工具： 健康促進學校輔導與網站維護計畫-視力保健議題評量工具(中年級學童版)						
成效：						
<ol style="list-style-type: none"> 1. 視力衛生教育的介入，對學童視力保健態度並無明顯的改變。 2. 視力衛生教育的介入，學生的視力保健知識正確率平均數從8.34進步到8.97，且達顯著 ($p < .05$)。 						

本次視力保健教育介入二城國小學童之前後測結果，依視力保健行為、態度及知識分述如下：

一、視力保健教育介入前後之學童視力保健行為分析

如表3-1之統計結果所示，二城國小學童經過視力保健教育介入後，其視力保健行為皆呈現正向影響，在學童視力保健行為中，無論是介入前或介入後，達成情況最佳的項目是「我下課時間或放假時有到戶外運動、活動。」，介入前達成的人數為33人(84.6%)，介入後達成的人數則為36人(92.3%)；成長最顯著的項目是「我有要求家長帶我到眼科醫療院所進行複檢或矯治。」，人數從介入前的22人(56.4%)增加至介入後的33人(84.6%)。

表3-1 學童視力保健行為分析

題目	選項	前測(N=39)		後測(N=39)	
		人數(N)	百分比(%)	人數(N)	百分比(%)
1. 我看電視及打電腦每天不超過1小時。	有	24	61.5%	28	71.8
	沒有	15	38.5%	11	28.2
2. 我看書或做作業時，保持35公分以上的距離。	有	29	74.4%	35	89.7
	沒有	10	25.6%	4	10.3
3. 我每次閱讀、看電視、打電動或電腦30分鐘，一定讓眼睛望遠休息10分鐘。	有	27	69.2%	29	74.4
	沒有	12	30.8%	10	25.6
4. 我不趴著或躺著看書、畫圖、寫字或看電視。	有	24	61.5%	30	76.9
	沒有	15	38.5%	9	23.1
5. 我不在走路及坐車時閱讀。	有	30	76.9%	31	79.5
	沒有	9	23.1%	8	20.5
6. 我在室內光線充足下閱讀、做作業、看電視及打電腦。	有	31	79.5%	32	82.1
	沒有	8	20.5%	7	17.9
7. 我有吃愛護眼睛的蔬果。	有	30	76.9%	34	87.2
	沒有	9	23.1%	5	12.8
8. 我有常常遠眺望遠或做眼球運動。	有	25	64.1%	31	79.5
	沒有	14	35.9%	8	20.5
9. 我下課時間或放假時有到戶外運動、活動。	有	33	84.6%	36	92.3
	沒有	6	15.4%	3	7.7
10. 我有要求家長帶我到眼科醫療院所進行複檢或矯治。	有	22	56.4%	33	84.6
	沒有	17	43.6%	6	15.4

二、視力保健教育介入前後之學童視力保健態度分析

二城國小學童在視力保健態度前後測經統計並進行平均數差異檢定，結果如表 3-2 所示。「視力保健態度」之前測平均數為 8.89，後測平均數為 9.09。經進行相依樣本 t 檢定，未達顯著差異($p > .05$)，顯示二城國小學生「視力保健態度」在衛生教育介入後，並沒有顯著的差異。

表 3-2 學童在「視力保健態度分析」前、後測之相依樣本 t 檢定

項目	前測 (n=39)		後測 (n=39)		T 值	P 值
	平均數	標準差	平均數	標準差		
視力保健態度	8.89	1.53	9.09	1.34	-0.980	0.33

* $p < .05$ ** $p < 0.01$

三、視力衛生教育介入前後之學童視力保健知識分析

二城國小學童在視力保健知識前後測經統計並進行平均數差異檢定，結果如表 3-3 所示。「視力保健知識」之前測平均數為 8.34，後測平均數為 8.97。經進行相依樣本 t 檢定，達顯著差異($p < .05$)，顯示二城國小學生「視力保健知識」之後測結果顯著高於前測結果，即表示本次教學活動具有成效。

表 3-1 學童在「視力保健知識分析」前、後測之相依樣本 t 檢定

項目	前測 (n=39)		後測 (n=39)		T 值	P 值
	平均數	標準差	平均數	標準差		
視力保健知識	8.34	1.43	8.97	1.67	-2.552	0.02*

* $p < .05$ ** $p < 0.01$