

學校社會環境-

全校推行「天天愛眼紀錄表」強化學生正向態度與行為

臺南市學甲區學甲國小天天愛眼得分表104年01月 四年乙班

親愛的家長：為了讓您的孩子養成良好的用眼習慣，保護孩子的眼睛健康請您與孩子一同配合下列親愛的小朋友們：保護眼睛自己來，每天幫眼睛檢查囉！有做到打「V」沒做到打「X」，自評分數後請在當日項目欄內打勾

評分項目	1月	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27
1.我看書或做作業時，會自然挺胸保持35公分以上的距離，不趴在桌上或躺在床上看書、寫字或看電視並且光線充足	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.我每次閱讀、看電視或電腦30分鐘，一定會讓眼睛輕鬆望遠休息10分鐘。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3.我不會在走路和晃動的車上閱讀，不看字體小、印刷模糊、會反光的圖書。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4.四電少於二，每天看電視、打電腦、玩電動、用電話時間少於二小時。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5.每天戶外活動達2小時(含下課及體育戶外課時間)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
自評分數(1-5項中每做一項得1分;將分數填入此欄)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
家長簽章	[Handwritten signatures]																

親愛的老師：每月月底請各班導師協助收回此表；並依據自評分數及平時落實執行情形篩選3位心以便換取榮譽貼紙，辛苦了！

臺南市學甲區學甲國小天天愛眼得分表104年01月 四年乙班

親愛的家長：為了讓您的孩子養成良好的用眼習慣，保護孩子的眼睛健康請您與孩子一同配合下列親愛的小朋友們：保護眼睛自己來，每天幫眼睛檢查囉！有做到打「V」沒做到打「X」，自評分數後請在當日項目欄內打勾

評分項目	1月	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27
1.我看書或做作業時，會自然挺胸保持35公分以上的距離，不趴在桌上或躺在床上看書、寫字或看電視並且光線充足	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.我每次閱讀、看電視或電腦30分鐘，一定會讓眼睛輕鬆望遠休息10分鐘。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3.我不會在走路和晃動的車上閱讀，不看字體小、印刷模糊、會反光的圖書。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4.四電少於二，每天看電視、打電腦、玩電動、用電話時間少於二小時。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5.每天戶外活動達2小時(含下課及體育戶外課時間)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
自評分數(1-5項中每做一項得1分;將分數填入此欄)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
家長簽章	[Handwritten signatures]																

親愛的老師：每月月底請各班導師協助收回此表；並依據自評分數及平時落實執行情形篩選3位表現優心以便換取榮譽貼紙，辛苦了！

臺南市學甲區學甲國小天天愛眼得分表104年01月 二年乙班

親愛的家長：為了讓您的孩子養成良好的用眼習慣，保護孩子的眼睛健康請您與孩子一同配合下列親愛的小朋友們：保護眼睛自己來，每天幫眼睛檢查囉！有做到打「V」沒做到打「X」，自評分數後請在當日項目欄內打勾

評分項目	1月	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27
1.我看書或做作業時，會自然挺胸保持35公分以上的距離，不趴在桌上或躺在床上看書、寫字或看電視並且光線充足	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.我每次閱讀、看電視或電腦30分鐘，一定會讓眼睛輕鬆望遠休息10分鐘。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3.我不會在走路和晃動的車上閱讀，不看字體小、印刷模糊、會反光的圖書。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4.四電少於二，每天看電視、打電腦、玩電動、用電話時間少於二小時。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5.每天戶外活動達2小時(含下課及體育戶外課時間)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
自評分數(1-5項中每做一項得1分;將分數填入此欄)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
家長簽章	[Handwritten signatures]																

親愛的老師：每月月底請各班導師協助收回此表；並依據自評分數及平時落實執行情形篩選3位表現優心以便換取榮譽貼紙，辛苦了！

臺南市學甲區學甲國小天天愛眼得分表104年01月 二年乙班

親愛的家長：為了讓您的孩子養成良好的用眼習慣，保護孩子的眼睛健康請您與孩子一同配合下列親愛的小朋友們：保護眼睛自己來，每天幫眼睛檢查囉！有做到打「V」沒做到打「X」，自評分數後請在當日項目欄內打勾

評分項目	1月	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27
1.我看書或做作業時，會自然挺胸保持35公分以上的距離，不趴在桌上或躺在床上看書、寫字或看電視並且光線充足	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.我每次閱讀、看電視或電腦30分鐘，一定會讓眼睛輕鬆望遠休息10分鐘。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3.我不會在走路和晃動的車上閱讀，不看字體小、印刷模糊、會反光的圖書。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4.四電少於二，每天看電視、打電腦、玩電動、用電話時間少於二小時。	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5.每天戶外活動達2小時(含下課及體育戶外課時間)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
自評分數(1-5項中每做一項得1分;將分數填入此欄)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
家長簽章	[Handwritten signatures]																

親愛的老師：每月月底請各班導師協助收回此表；並依據自評分數及平時落實執行情形篩選3位表現優心以便換取榮譽貼紙，辛苦了！