

100 學年度健康促進學校輔導與網站維護計畫

「行動研究成果報告」回饋表

中央輔導委員	劉俐蓉
回饋學校	屏東縣(市)立忠孝國小
推動議題	視力保健
開放性 意見欄	<p>針對忠孝國小視力保健行動研究結果的建議如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請列印出研究報告的封面頁(包括研究題目、機構、研究者、日期)。 2. 請撰寫「研究摘要」：內容應包括，研究背景、目的、方法、研究發現、關鍵字(3-5個)與聯絡人(包括：姓名 e-mail 地址) 3. 前言：建議前言內容應包含：a. 研究動機 b. 現況分析、研究問題及需求評估 c. 國內外執行該策略的成效說明。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 本研究前言已呈現研究背景與動機說明，然未針對本校視力保健議題進行現況分析、研究問題及需求評估，故建議增加這些部分的描述和探討。 (2) 並進行學校 SWOT 評估，再依據結果分析學校的處境與優勢，以做為學校健康促進計畫擬定的參考。 (3) 研究目的：建議「研究目的」，應包含校本指標或成功標準，量性或質性研究方式皆可。 (4) 文獻引用：正文內引用文獻時，建議註名出處或作者。例如，本研究第二章文獻探討之一、近視視力的成因—「台大醫院眼科林隆光主任表示：依國外動物實驗的結果顯示，早期視覺環境對網膜的適當刺激是預防眼軸變長的不二法門。」

以及以下引文同樣未標示出處，例如：「據研究人員在台灣山地鄉的實地觀察，經常與青山綠水為伴的孩子，無論是山地學生或平地學生，大多有很好的視力(2.0或以上)，很少有近視眼。」

正確的書寫方式如下：「陳政友(2000)在教育部八十九年度委託研究計畫中公佈一項「學童視力保健效果實驗研究」指出，「望遠凝視」對學童近視的防範有明顯的效果。」

(5) 建議加強文獻探討內容：本研究呈現的介入方法為：比較本校羽球隊(社)學生及其他非羽球隊(社)學生在視力表現上是否有差異，並進行前後測。但在文獻探討部分未呈現有其他相關的研究應用該介入方法的成效，故讀者不明瞭為何本研究要採用此介入方法，抑或是否還有其他更有效的研究設計可應用。

4. 研究設計：建議修正第三章研究方法之研究設計之書寫方式。本研究原文為：「本研究主要目的在探討比較本校羽球隊(社)學生及其他非羽球隊(社)學生在視力表現上是否有差異…」，建議修正為：「本研究採『準實驗設計』，實驗組、對照組前後測方式進行，實驗處理是實驗組接受身體活動介入，對照組則不接受任何的實驗處理。活動介入前後，二組分別接受視力檢測」將更為完備。

5. 研究方法：

a. 研究樣本：本研究選取35名羽球隊(社)學生為實驗組另選取35名非羽球隊(社)學生為控制組。建議增加樣本數更能顯現常態分佈與觀察介入成效為佳。同時請說明各組研究對象1-6年級，各年級人數分佈的情形。

- b. 研究過程或介入方法：建議採用「甘特圖」呈現研究期程與研究修正過程。並應清楚說明介入安排與實施內容，例如校內羽球隊每天練球及運動的時間為何？是否還配合其他健康促進學校六大範疇的介入活動？
 - c. 研究設計：本研究設計為，比較本校羽球隊（社）學生及其他非羽球隊（社）學生在視力表現上是否有差異，並進行前後測，請說明為何採取本介入策略及研究設計，其優、缺點及緣由。
 - d. 研究工具：本研究以視力檢測結果為依變項，建議以眼屈光度數及散瞳後驗光度數取代視力檢測結果做為依變項，以更準確判斷視力變化與介入成效。
 - e. 建議呈現研究架構圖以便更清楚說明研究設計架構。
 - f. 建議說明資料處理方法，包括統計方法。
6. 研究結果：
- a. 表4-4是非羽球校隊在101年2月及101年6月所測的視力情形，以下內文紅字斜體的部分可能是文字輸入的錯誤，建議修正為「非羽球校隊」以免讀者混淆：「表示羽球校隊在101年2月與101年6月所做的視力情形有差異，經比較前後測平均數後，將後測視力平均減前測視力平均值，其值為-.141，後測成績低於前測成績。此結果代表羽球校隊在101年6月的視力平均比101年2月的視力平均惡化。」
 - b. 本研究結論指出，「常從事羽球運動的學童較不從事運動的學童在視力方面有較佳的表現。」與「不常從事運動的學童在視力方面惡化情形較嚴重。」，然研究設計並未詳述實驗組羽球隊每天練球及運動的時間為何？建議日後研究設計能更週延考量運動介入設計及活動內容的安

排，以利日後運用統計方法分析，釐清變項間的關聯及差異性。

7. 研究建議：「研究建議」應依據研究發現與結果做撰寫，基於本研究結果發現：「一、常從事羽球運動的學童在視力方面惡化情形較緩和，甚至有改善的空間。二、常從事羽球運動的學童較不從事運動的學童在視力方面有較佳的表現。三、不常從事運動的學童在視力方面惡化情形較嚴重。」，故建議針對如何提升運動行為以落實視力保健的議題進行相關的建議。

換言之，「研究建議」切忌提出與本研究無關或不必做研究就知道結果的普遍性概念，卻任意提出做為研究建議，如此將導致研究不具存在的意義了。故而對學校的建議的第四點建議「視力篩檢有助於及早發現視力不良的問題」即與本研究較無相關，應避免列出。

8. 建議本研究最後能夠呈現研究介入教案內容、照片或學習單則為更佳。
9. 對於本研究整體的感想與建議：
 - a. 學校人員齊力且辛苦努力地推動有意義的視力保健工作，研究也獲得顯著成效，實驗組學生的視力結果，後測優於對照組，並完成論文，確實難能可貴。相信凡走過必留痕跡，努力會有成效的，大家繼續共勉之。
 - b. 建議加強實證研究方法學理論，研究設計應更加嚴謹，最後更能產生結果效益。事先充分的探討相關文獻很重要，並進行學校SWOT評估，再依據結果分析學校的處境與優勢，以做為擬定全面性及有效益的健康促進計畫的參考。
 - c. 健康行為改變涉及人們的知識、情意、技能及相關的心理

學變項（知覺障礙、利益、自我效能…），建議日後的介入研究設計能加入上述的教育介入活動內容以達到健康行為改變的目的。

上述個人的各項淺見，希望能做為學校未來做健康促進議題研究時的參考，期望日後的研究經上述修正，更能達事半功倍的功效。

填寫日期

101 年 11 月 13 日