

保护眼睛 预防近视

谜语

上边毛，
下边毛，
中间有颗黑葡萄。



你猜对了吗？

游戏

《盲人画像》

- 请两位学生上讲台，用事先准备好的红领巾蒙住其中一位学生的眼睛，在老师准备的脸型图片上贴上眼睛、鼻子、嘴，然后打开红领巾看看贴得怎么样？（其他同学评一评）

💎眼睛的用处大

💎蓝蓝的天空，白白的云、绿油油的草地；
这些都需要用眼睛才可以看。所以眼睛的作用可大了。同学们，一定要保护好自己的眼睛。



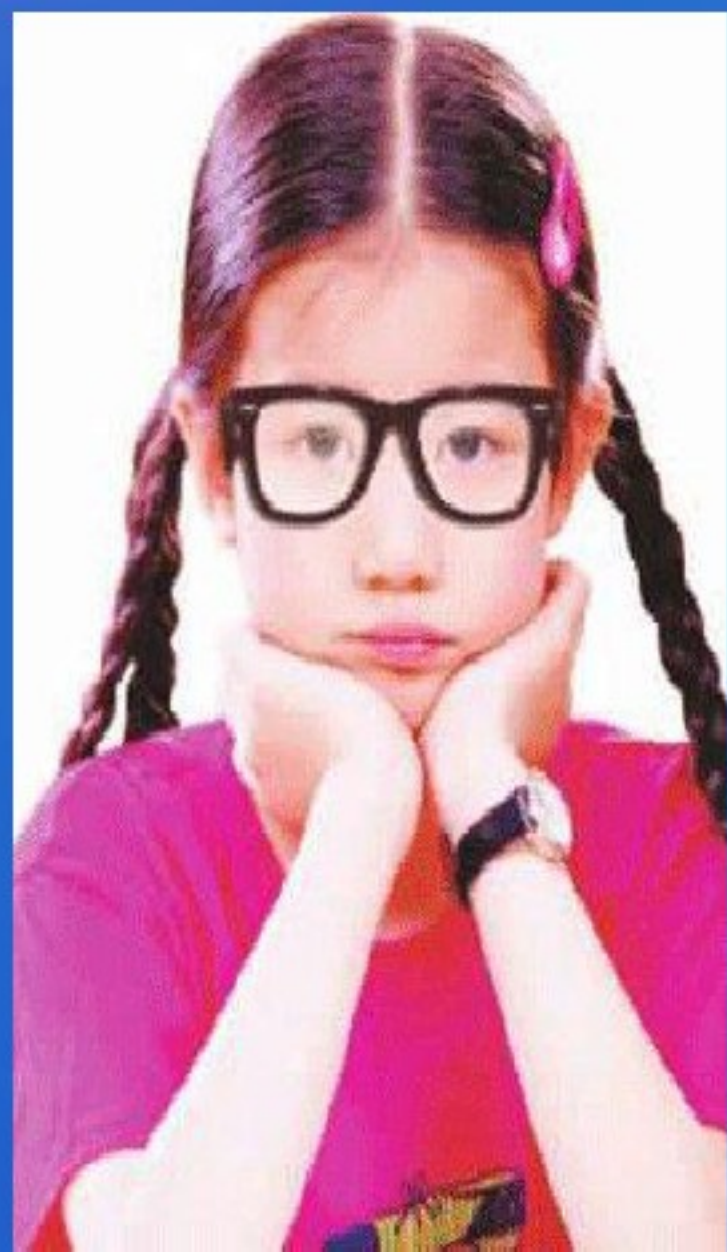


眼睛的作用

大家来说说，有了一双美好的眼睛，我们能干什么？



他们的眼睛怎么了？

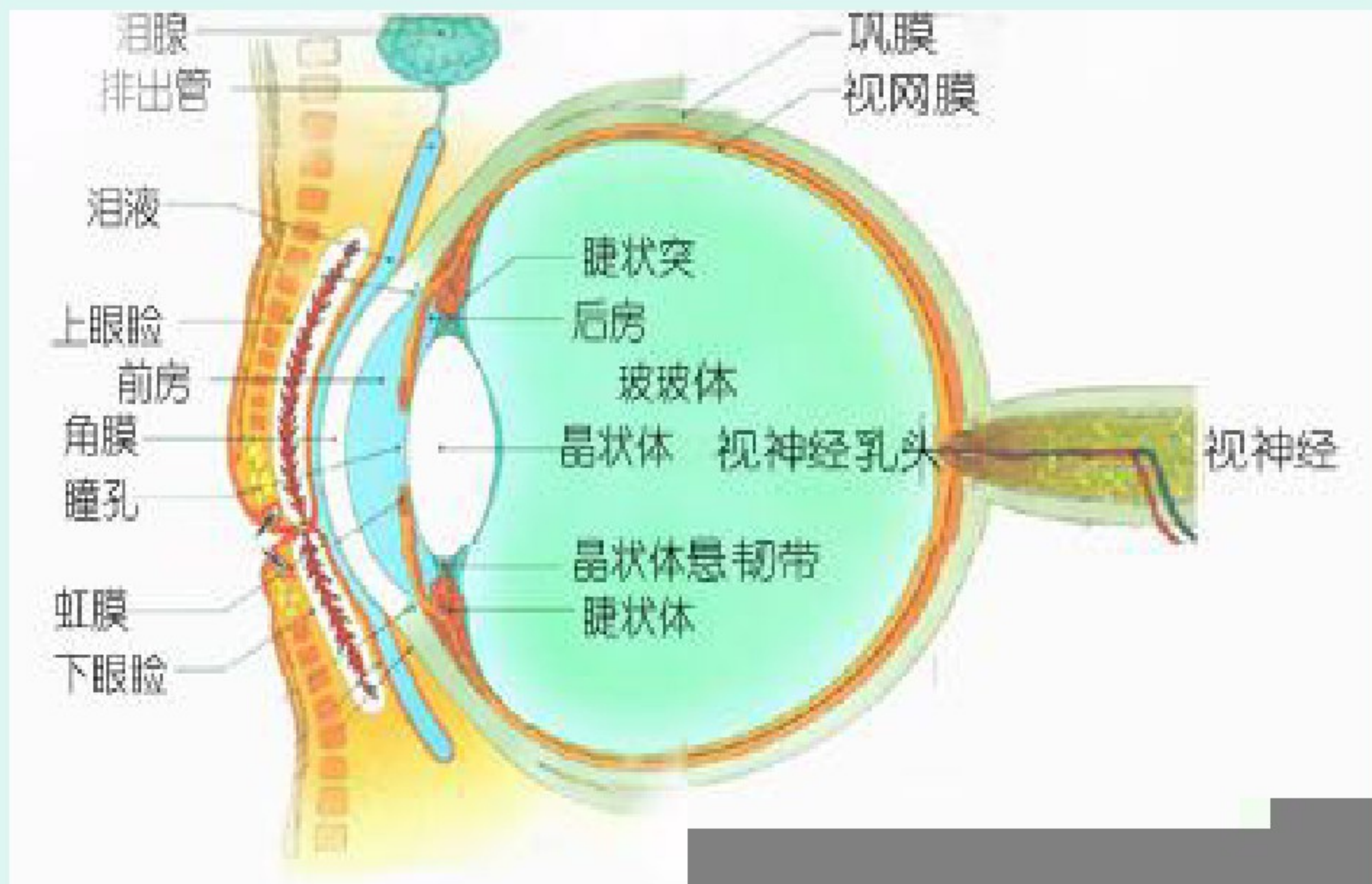


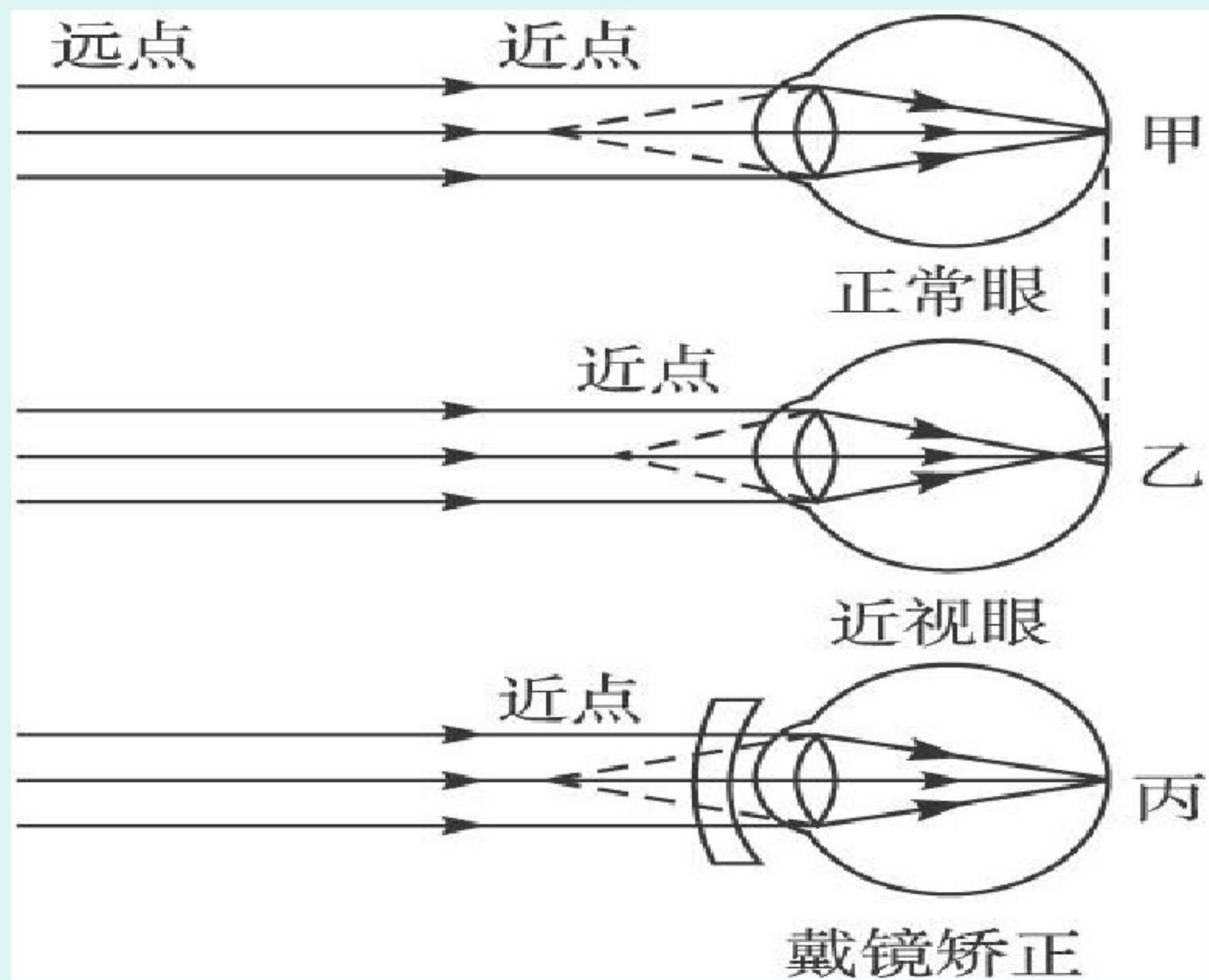
💎 近视形成的原因

💎 产生近视眼的原因很多，除了遗传因素、环境因素、营养素缺乏之外，更多的是不良的用眼卫生行为习惯所造成的。

LOREM
Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipisicing elit,
sed do eiusmod tempor
incididunt ut labore et dolore
magna aliqua.

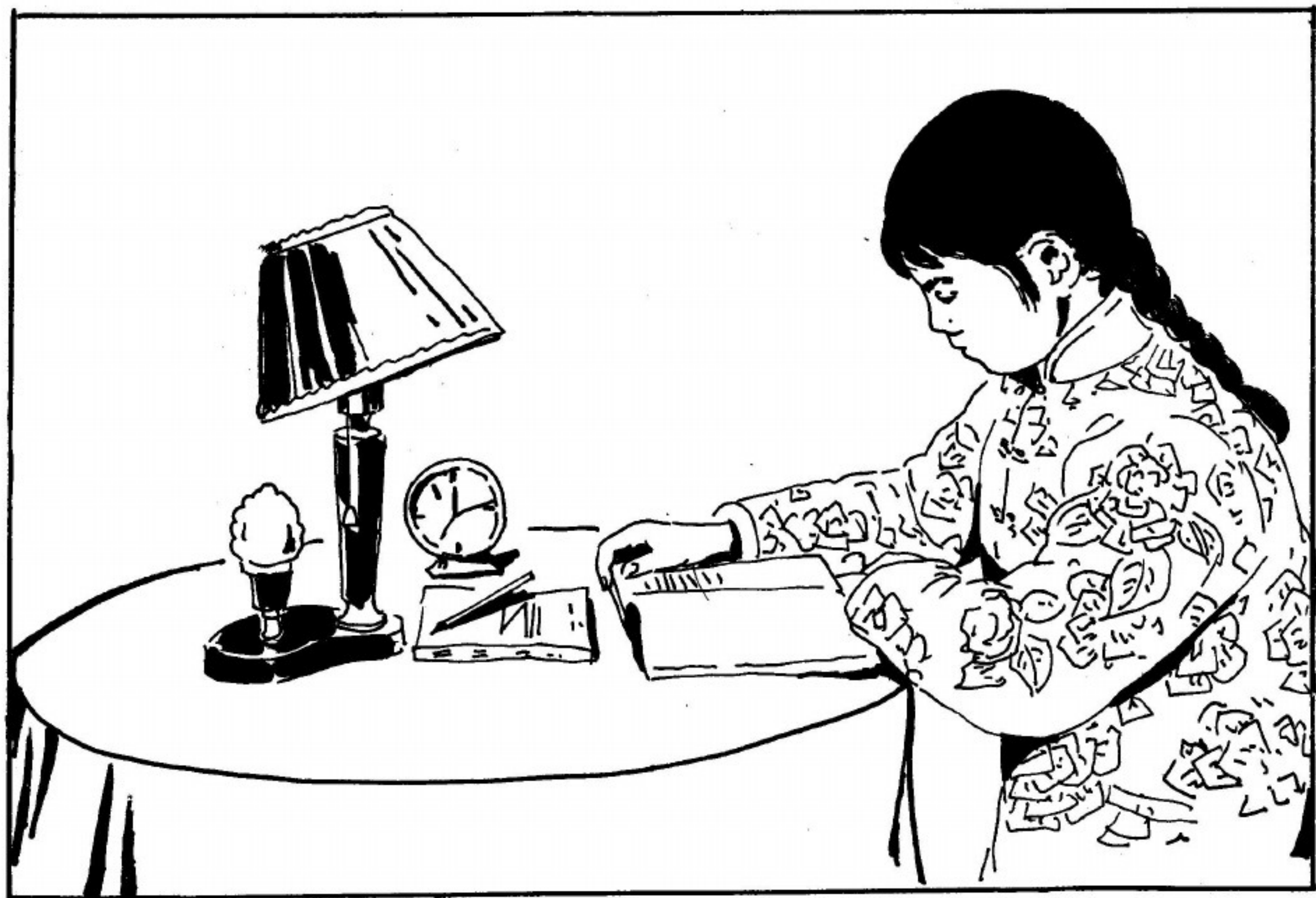
眼睛的结构



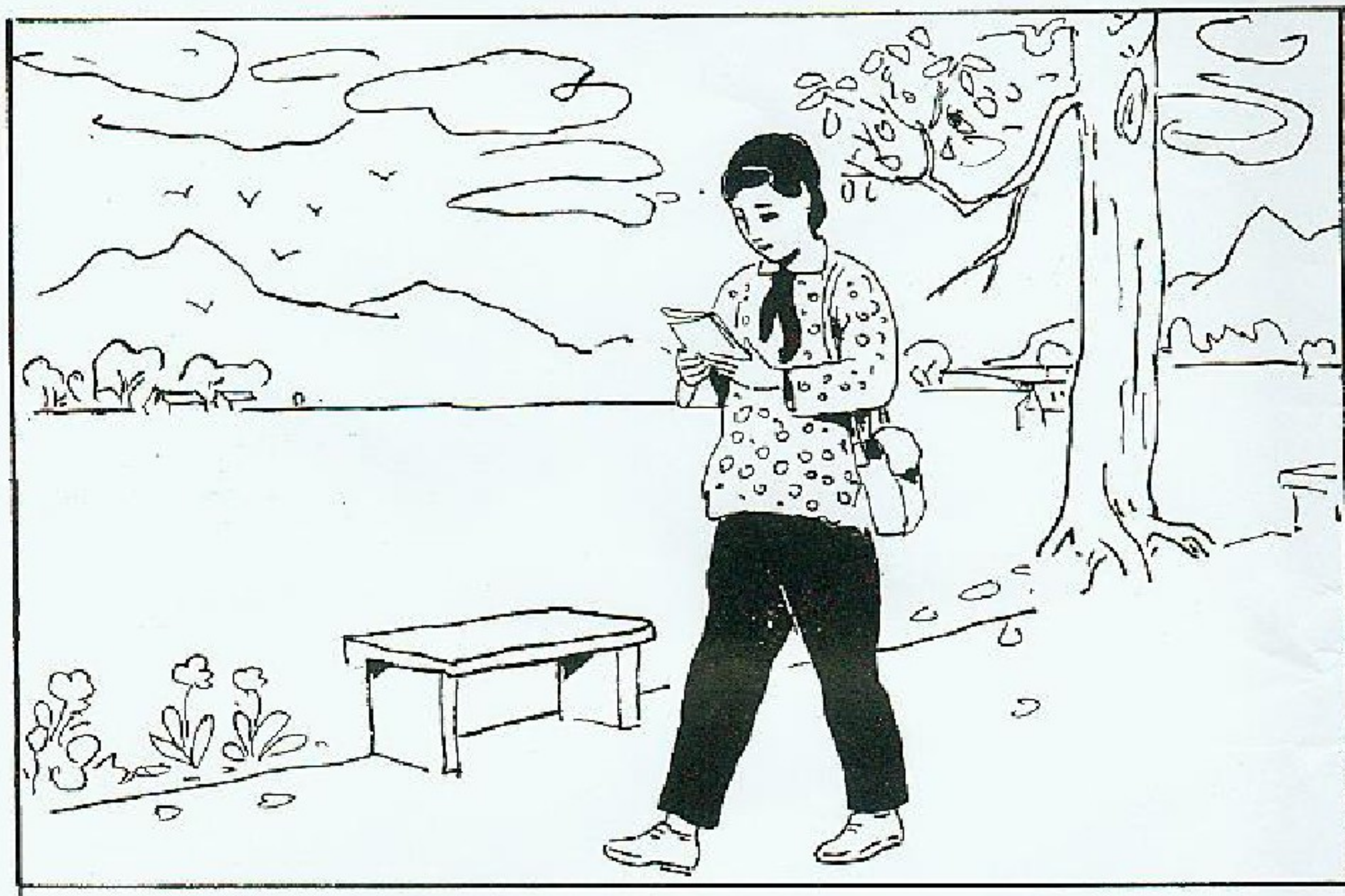




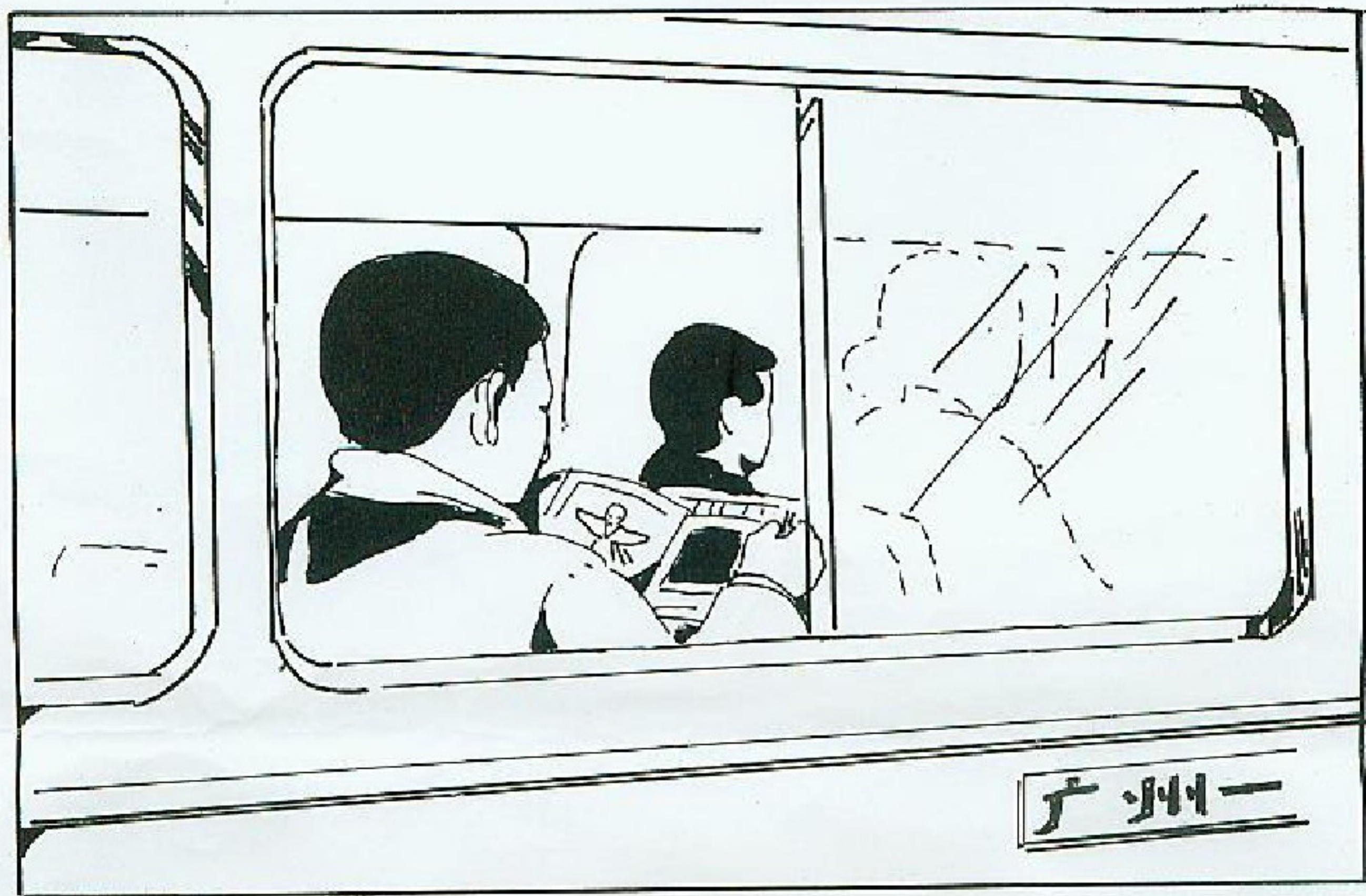
①读书写字姿势不正，眼睛离书本太近。



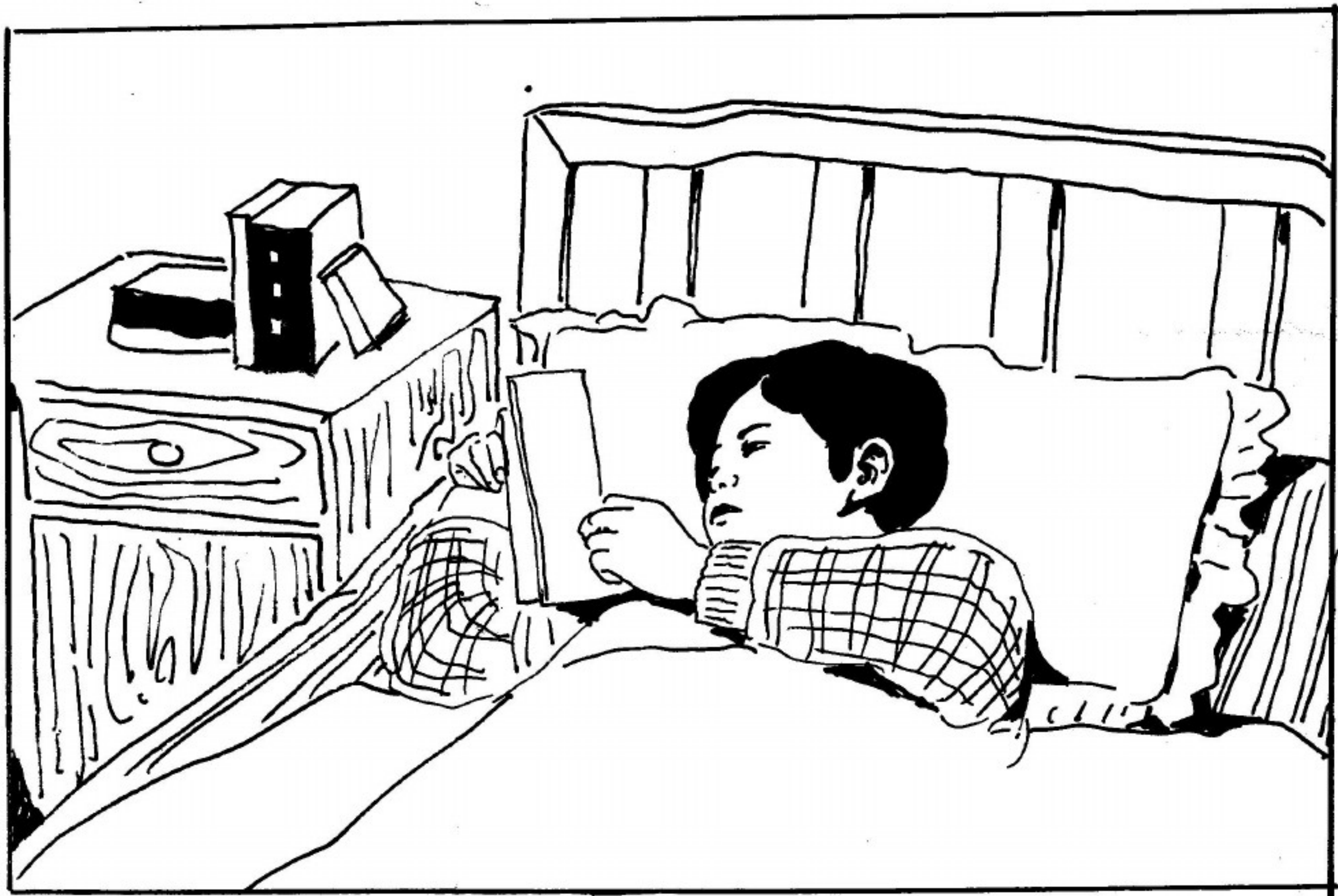
②长时间看书写字，眼睛得不到应有的休息。



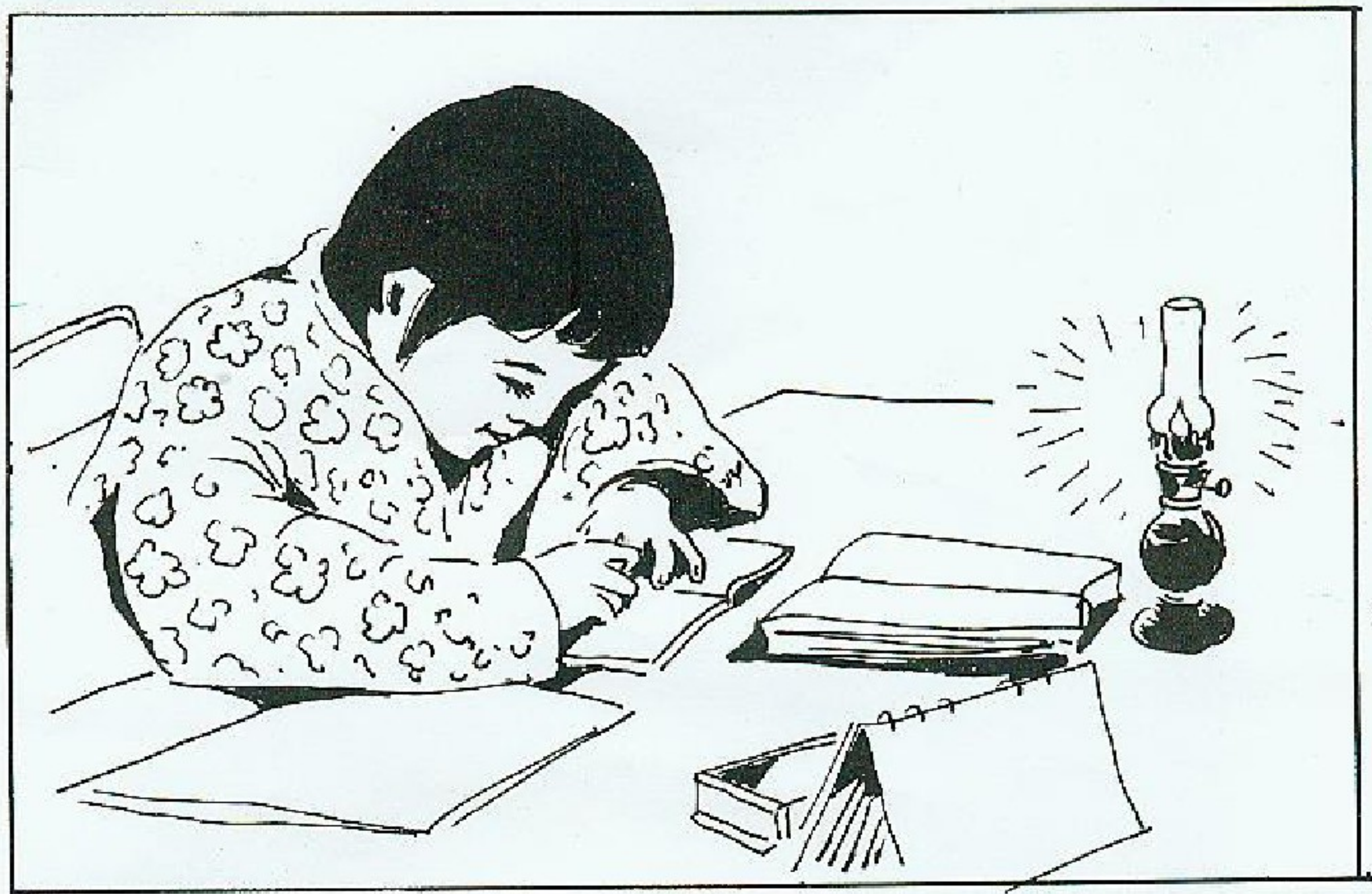
③走路时看书。



④乘车时看书。



⑤躺在床上看书。



⑥在暗淡的光线下看书。

近视给人带来的危害及烦恼

- 视力低下，眼睛经常干涩和疲劳，影响学习、生活和工作质量。长期戴眼镜，会导致生活、工作的不便。
- 中高度近视，会导致眼球突出，眼睑松弛，影响容貌。
- 升学、参军、考公务员和找工作会受到限制。
- 最主要的危害是，中高度近视，特别是高度近视容易引起玻璃体混浊、视网膜出血和脱离而致盲。