

保护视力

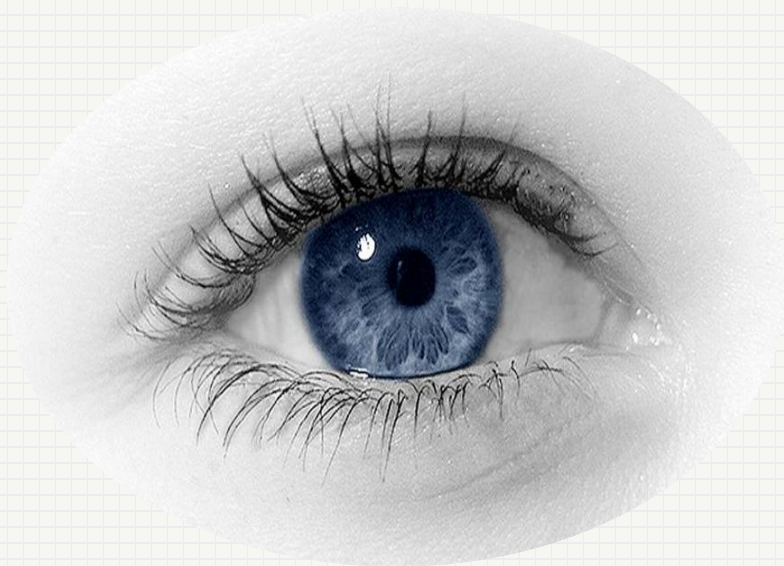
谜语：

上边毛，

下边毛，

中间有颗黑葡萄。

白天躲在草丛里，晚上急忙盖被子。



眼睛的作用



他们的眼睛怎么了？





①



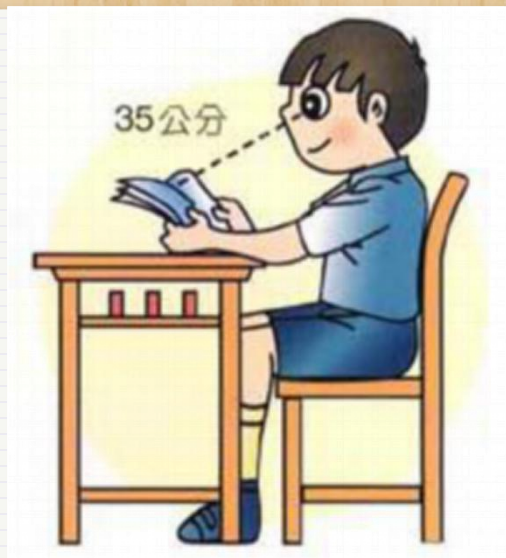
②



③



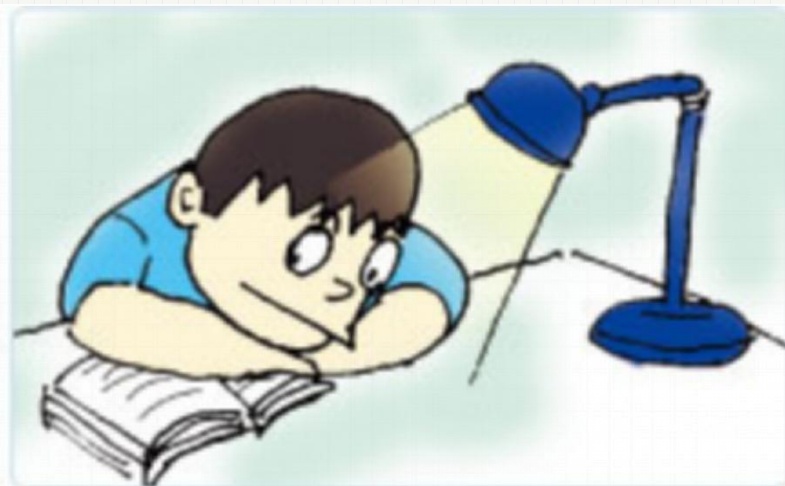
④



⑤



⑥



⑦

怎样保护眼睛

- 玩耍时不要伤害眼睛
- 不用脏手擦眼睛
- 不躺着看书
- 不近距离看电视
- 保持正确的读写姿势

玩耍时不伤害眼睛



不用脏手擦眼睛



不躺着看书



不近距离看电视



保持正确的读写姿势



“三个一”

- 1、眼离书本一尺远；
- 2、胸离书桌一拳远；
- 3、书离笔尖一寸远。



“二 要”

- 1、读书写字的姿势要端正。
- 2、连续读书写字一小时左右要休息片刻。

