**2月家园共育：保护视力**

幼儿在日常生活中，每天都可以见到不少戴眼镜者。但是他们并不了解"近视患者”在工作、学习和生活中的不便与困难，也不懂得“近视眼”必须从小预防，更是缺乏保护视力的应有常识。而随着幼儿年龄的增长，大班孩子参加各类用眼要求较高的活动的比率有所增加，时间也相应延长。此时，有意识地对他们进行保护视力的教育十分必要。

现代社会科技发达，对于幼儿来说，电视机，电脑，游戏机已经是平常物件，而经常看电视、打电脑、打游戏是非常容易使眼睛疲劳的，再加上幼儿看书、写字姿势不正确，很可能引起近视，对他们今后的学习、工作带来影响，为此，要从小使幼儿懂得“保护视力”的重要性，更好地激发其保护视力的自觉性。要运用各种方法手段，引起幼儿对“近视眼”的工作学习和生活情况做关注。比如，可以启发幼儿观察调查身边的“近视眼”，从而了解他们的困难,然后开展讨论“近视眼是否有苦恼"“他们不能干哪些工作，不能参加哪些运动”等问题，使得幼懂得“保护视力”的重要性，更好地激发他们保护视力的自觉性。预防近视保护视力的常识所涉及的内容较多，既有空间距离方面的要求，也有时间方面的要求。因此，要切忌用"几要几不要”的枯燥说教，而应根据幼空间知觉、时间知觉发展的水平与特点，结合日常活动，如一些用眼要求较高的活动，向幼儿介绍一些看书、写字、绘画、剪纸等活动中保护视力的常识，让幼儿在活动中进行实践。看书、写字或绘画时，要有正确的坐姿和握笔姿势，眼睛离视物30厘米左右。可运用一些幼儿能感知的事物作为“参照物”。如视物距离30厘米左右，可让幼儿用自己的手臂测量。看电视的距离要离电视机两米以上，可让幼儿用小脚来测量。控制时间长短，可教幼儿学用计时工具——手表、闹钟，以此来激发其保护视力的自觉性。

通过以上一系列的活动，使幼儿知道"近视"会给人的生活、学习和工作带来不方便。初步懂得保护视力的重要性。了解一些保护视力的有关常识，学会保护视力的方法并养成相应的好习惯。