近几年因为电子产品更多的普及和运用，孩子们从小就能接触和频繁使用手机、平板等，相应地近视也越来越多地出现在幼儿园阶段的孩子身上，他们自控能力弱，部分幼儿十分喜爱长时间近距离地看电视或玩电脑，不能够做到科学地保护眼睛，因此很有必要让孩子们一起了解眼睛的重要性和保护眼睛的相关方法。

今天我们通过故事《眼睛公主》，《眼镜公主》是一个非常有趣的绘本故事。因为近视，眼镜公主看错数字、搭错公交车，连吃东西和做运动也都很不方便！幸好公主的近视是假性的！只要改变用眼习惯，勤做眼睛体操和户外运动，就能找回健康好视力。它抓住了孩子们容易受示范影响的心理，以形象的画面，有趣的情节，把健康观念自然地传递给孩子，让他们有意并且从主观上知道眼睛对自身的重要性及如何保护好眼睛。

通过活动，孩子们了解到了眼睛很重要，所以我们要保护好自己的眼睛。平常要少看电视，少玩手机，要注意休息，不用脏手揉眼睛，还要不挑食，多吃保护视力的食物，做个不挑食的好宝宝。