**珍爱生命，呵护眼睛**

——薛家实验小学小记者爱眼护眼活动

　　2023年3月22日周三中午，薛家实验小学本部校区的小记者们在至真楼四楼多媒体教室，开展了一场有意义的爱眼护眼知识讲座活动。（图1-3）

　　本次活动，来自市眼科医院的医生，带来了一个眼球模型，通过逐步拆解与组装，科普了我们眼睛的构造，让小记者们知道了我们的的视觉系统，直观地了解了我们是如何看到世界的。（图4-7）

　　接着，医生从小记者们佩戴眼镜的情况说起，介绍了什么是近视，近视度数与裸眼视力的关系，介绍了目前中小学学生的近视情况，以及全国人口的近弱视的问题，指出了视觉健康的严重现状。（图8）

　　医生还介绍了近视对孩子的危害和影响，特别是会影响一些孩子的前途。例如有些优秀的近视学霸，将来在报考某些大学某些专业时会出现很多的限制。（图9）

　　医生还重点介绍了学生近视的防控。从坐姿、执笔、读写习惯、采光照明、户外活动、睡眠时间、少玩手机电脑、避免疲劳用眼等方面，要注意保护自己的眼睛。医生还从饮食上，介绍了有些食物有益于眼睛的保护，让孩子们知道了不偏食的重要。（图10）

　　会上，医生讲解生动，小记者们聆听认真，有些重要的护眼干货还及时进行了记录。最后，医生还与小记者们进行了互动问答。小记者们热情高涨，自信大方，多人完美地回答了医生的问题，开心地获赠了小礼品。（图11-17）

　　本次活动，小记者们收获颇丰。相信，薛小小记者们在今后的学习生活中，一定能珍爱生命，呵护眼睛。

摄影撰稿：殷老师　　审核：祝卫其