

2023年全国爱眼日主持词(模板5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

全国爱眼日主持词篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

本周的6月6日是“全国爱眼日”。为什么要设立这样一个节日呢？

因为眼睛是“心灵的窗户”，每个人都想拥有一双明亮的眼睛。然而，统计结果表明，我国约有盲人500多万，低视力者600多万，儿童斜弱视者1000多万。目前我国学生近视发病率接近60%。这意味着，在我们中间，每10个同学差不多就有7个要成为近视患者。

正因为如此，1996年，卫生部、教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

在爱眼日到来之际，我们应该做些什么呢？

我们应该多了解一些关于眼睛的常识，比如，眼睛是怎样看见东西的？人为什么要经常眨眼？眼珠为什么会灵活转动？眼泪是从哪儿来的？眉毛和眼睫毛有什么作用？了解了这些常识，对于我们接下来掌握保护眼睛的知识和方法很有用。

保护眼睛，先要养成良好的用眼习惯。

不要长时间看书写字、看电视、上网，以防眼睛过度疲劳，

影响视力。眼睛感到劳累、酸涩时应闭目休息，或向远处眺望一会。每天课间做眼保健操时，同学们都要认真，不要应付了事。平时在家里做功课，也要隔一段时间就做做眼保健操。

不合理的饮食习惯也会导致眼睛疾病。过多地吃糖和高糖类食品，会使眼内组织弹性降低，微量元素缺少，直接引发近视。所以，我们要合理饮食，讲究营养，多吃粗面、糙米，少吃糖果和高糖类食品。

希望同学们记住这些保护眼睛的知识和方法。祝愿你们都能拥有星星一样明亮的眼睛，让“心灵的窗户”永远清澈透亮！

全国爱眼日主持词篇二

各位老师、同学们：

你们好。每年的6月份是全国爱眼月，我们要懂得要爱护眼睛，让护眼行动从小做起，从现在做起。今天有冠县微风公益志愿者协会和冠县精益眼镜店联合携手，在我们学校举行“第xx个全国爱眼月”活动启动仪式。

参加活动有我们热烈的掌声欢迎他们的到来。

近几年来我国学生近视发病率明显上升，据统计，其中小学生为40%，这说明绝大多数的近视眼是在青少年时期形成和发展的，而在这期间正是孩子用眼最多的时期，包括长时间地看书、过多地看电视、用电脑等。

验光一次；并为需要配镜、家庭贫困、品学兼优的小学生

免费

赠送配镜卡一张。在这里我们用热烈的掌声向精益镜店的爱

心活动表示衷心感谢！

同时我也号召同学们从小养成良好的学习生活习惯，预防近视眼的发生。培养良好的阅读书写习惯，养成正确的读书、写字姿势。

首先请xxx发言，

下面请xx代表发言，

请学生代表发言，并宣誓。

最后预祝本次爱眼、护眼活动献爱心活动取得成功！

全国爱眼日主持词篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家上午好。我是今天升旗仪式的主持人王宁，本次升旗仪式由（四年一班）负责。旗手有xx□

眼睛是“心灵的窗户”，每个人都想拥有一双明亮的眼睛。然而，统计结果表明，我国约有盲人500多万，低视力者600多万，儿童斜弱视者1000多万。目前我国学生近视发病率接60%。这意味着，在我们中间，每10个同学差不多就有7个要成为近视患者。

每年的6月6日是全国爱眼日，希望通过本周的升旗仪式，能让大家关注到爱护眼睛的重要性，养成良好的用眼习惯，拥有一双健康明亮的眼睛。

我宣布：“爱护心灵的窗户”主题升旗仪式现在开始！

第一项：出旗。

第二项：升国旗，奏国歌，全体敬礼！礼毕！

第三项：全体师生齐唱国歌。

第四项：有请四年一班同学作国旗下讲话，大家掌声欢迎。

眼睛是心灵的窗户，我们一定要好好爱护它！同学们，让我们从现在做起，从培养自身良好的用眼习惯做起。共同保护好我们的眼睛。我相信只要大家努力，每个人都会有一双明亮，清澈，有神的大眼睛。

第五项：接下来有请值周教师总结上周工作。

有请王校长为获得流动红旗的班级颁奖，他们是xx□

让我们用热烈的掌声对获得流动红旗的班级表示祝贺！请同学们归队！

有请值周教师公布本周工作重点，大家掌声欢迎！

xx小学“爱护心灵的窗户”主题升旗仪式到此结束，请各班有序带回！

全国爱眼日主持词篇四

各位老师、同学们：

你们好，每年的6月份是全国爱眼月，我们要懂得要爱护眼睛，让护眼行动从小做起，从现在做起。今天有冠县微风公益志愿者协会和冠县精益眼镜店联合携手，在我们学校举行“第xx个全国爱眼月”活动启动仪式。

参加活动有我们热烈的掌声欢迎他们的到来。

近几年来我国学生近视发病率明显上升，据统计，其中小学生为40%，这说明绝大多数的`近视眼是在青少年时期形成和发展的，而在这期间正是孩子用眼最多的时期，包括长时间地看书、过多地看电视、用电脑等。

为进一步普及小学生健康教育，引导采取切实有效的科学方法预防和治疗近视眼，在社会上广泛宣传防治近视眼的科学知识，冠县微风公益志愿者协会联合精益镜店开展了这次“爱眼、护眼、守护光明”为主题的爱心助学活动。冠县精益眼镜店将为我们小学生赠送预防近视宣传知识手册和免费验光一次；并为需要配镜、家庭贫困、品尝兼优的小学生免费赠送配镜卡一张。在这里我们用热烈的掌声向精益镜店的爱心活动表示衷心感谢！

同时我也号召同学们从小养成良好的学习生活习惯，预防近视眼的发生。培养良好的阅读书写习惯，养成正确的读书、写字姿势。

首先请xxx发言。

下面请xx代表发言。

请学生代表发言，并宣誓。

最后预祝本次爱眼、护眼活动献爱心活动取得成功！

全国爱眼日主持词篇五

尊敬的各位领导，老师，亲爱的少先队员朋友们：

大家早上好

本次升旗仪式由我们六二xxx中队主持，我是主持人xxx

我是主持人xx

我是主持人xx

我是主持人xx

诶，我先给你们出一个谜语，看你能不能猜上来：上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄，有它可以看书报，有它可以看世界。

当然知道，谜底是“眼睛”吧。

对，相信大家也都知道，那就是眼睛。我们之所以能看到自己的亲人、朋友，看到如此缤纷的大自然，正是因为我们每个人都拥有一双明亮的眼睛。

我们交流时，眼睛可是表情达意的好帮手，因此它也被人称做是心灵的窗户。可是，如果我们不重视保护视力，就会容易患各种眼疾，严重的还会失明。

人人都希望自己拥有一双水灵灵的、会说话的眼睛，希望通过本周的升旗仪式，能让大家关注到爱护眼睛的重要性，养成良好的用眼习惯，拥有一双健康明亮的眼睛。

合：宣布：“爱护心灵的窗户”主题升旗仪式现在开始！

担任本次升旗仪式的升旗手是我中队的朱靖涵、程曼菲两名少先队员。

护旗手是宋宪宇、李京璋两名少先队员。

下面请我中队的、两名少先队员介绍升旗手、护旗手事迹。

朱靖涵是我中队的组织委员，她上课认真听讲，积极发言，

成绩也是名列前茅。每次她准备的班会既充分又有教育意义，受到大家的一致好评。并且，她还是区“四好少年”，希望今后她还会取得更大的进步。

程曼菲是我中队的一名小队长，她用自己的实际行动在小队内起到了很好的带头作用。她乐于助人，也是老师的好助手。在寒暑假期间，她积极参加实践活动，每次她的实践活动手册上都记录得详细而工整。

宋宪宇是我中队的小队长，他把小队管理得井井有条，他为中队做了许多贡献，被评为“学雷锋小标兵”。在运动会的拔河比赛中，他竭尽全力用自己的实际行动为集体争光。

李京璋是我中队的一名普通少先队员，他上课跟着老师的思路走，积极发言，学习成绩优异，不论多难的题，他都能不断探究，找到答案。在学校的各项体育比赛中也总能看见他的身影。

请中队辅导员赵岩老师和校外辅导员为升旗手、护旗手佩戴光荣的升旗手、护旗手授带。

请升旗手、护旗手步入光荣的升旗台

升国旗，奏国歌，唱国歌

有一首歌飘荡在我们的心头，成为童年最美好的回忆，唱校歌。有请指挥：

合：我们的校风是：乐学、创新、求美、健体。

我们的学风是：学会做人、学会学习、学会生活、学会合作、学会发展。

我们的校训是：求真、求实、求新、求特、发展特色、创建。

提到爱眼，我们都会不由自主的想到每年6月6日的全国爱眼日，下面请我中队的为大家介绍“全国爱眼日”的由来。

1992年9月25日，天津医科大学眼科教授王延华与流行病学教授耿贯一首次向全国倡议，在国内设立爱眼日，并在天津召开了全国爱眼日第一次研讨会。这一倡议受到眼科学界和眼科专家们的响应，决定每年5月5日为“全国爱眼日”。1996年，国家卫生部、国家教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并重新确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

光知道爱眼日是不够的，我们还应该知道怎样爱护眼睛。下面请我中队的、为大家介绍爱眼常识。

眼睛是人体最重要的感觉器官之一，90%的外界信息来自眼睛。进入学校大门的小学生，开始了人生最为基础和漫长的学习生活，同时眼睛的负担也开始加重，学会如何爱护眼睛是每一个学生的必备常识。

青少年眼睛的调节力很强，当书本与眼睛的距离达7-10厘米时仍能看清物体，但如果经常以此距离看书、写字就会使眼睛的调节异常紧张，从而可形成假性近视。如果长期调节过度，使睫状肌不能灵活伸缩，眼球壁受压渐渐延伸，眼球前后轴变长，就形成了真性近视。

不少青少年看书、写字、做作业、看电视等连续3-4小时不休息，甚至到深夜才睡觉休息，这样不仅影响身体健康，而且使眼睛负担过重，久而久之也会形成近视。

如果光线太强，如阳光照射书面等，会引起强烈反射，刺激眼睛，使眼睛不适，难以看清字体，相反，光线过弱，书面照明不足，眼睛不能清晰地看清字体，头部就会向前，凑近书本，以上两种情况均能使眼睛容易疲劳、眼睛的调节过度或痉挛而形成近视。

对策：在家中，用25至40瓦，可调节明亮度的白光桌灯。如果是用吊灯，位置应该是在座位的正前方，1公尺远用60瓦，2公尺远用100瓦。

有的青少年充分利用时间，边走路边看书或在行走的车厢里看书，这样对眼睛很不利。因为车厢在震动，身体在摇动，眼睛和书本距离无法固定，加上照明条件不好，加重了眼睛的负担，经常如此就可能引起近视。

对策：改变不良习惯。

许多青少年喜欢躺在床上看书，这是一种坏习惯。因为人的眼睛应保持水平状态看书，减少眼睛的疲劳。如果躺着看书，眼与书本距离远近不一致，会使眼的调节紧张而且容易把书本移近眼睛，这样可加重眼睛负担2-3倍，日久就形成近视。

对策：改变不良习惯。

若桌椅太低，使头前倾，脊柱弯曲，胸部受压，眼睛调节相对紧张。或桌椅过高，双脚悬空，下肢容易摆动，不能保持正确姿势，都能使眼睛发生疲劳，久而久之就容易发生近视。

对策：根据实际身高选择高矮适宜的课桌椅。

为了帮助同学们更加方便的记住科学爱护眼睛的方法，我中队又为大家创作了一首好记的爱眼拍手歌。下面有请我中队的、来告诉大家吧！

你拍一，我拍一，保护视力是第一。

你拍二，我拍二，学习姿势保持好。

你拍三，我拍三，电脑电视少少看。

你拍四，我拍四，不戴眼镜不近视。

你拍五，我拍五，光线明暗要控制。

你拍六，我拍六，天天眼操不要漏。

你拍七，我拍七，户外运动天天去。

你拍八，我拍八，不用脏手来揉眼。

你拍九，我拍九，营养全面才长久。

你拍十，我拍十，大家一起来护眼。

下面有请卫生老师刘红老师做国旗下的讲话

谢谢刘红老师的教育讲话。

眼睛，是我们最重要的伙伴；眼睛，是我们一生的依赖。如果我们失去了最重要的伙伴，失去了一生的依赖，我们将要如何度过余生呢？所以我们一定要了解用眼卫生的重要性，时刻关注保护自己的视力。

没错，而且爱护眼睛一定要从小做起，养成良好用眼习惯，同时还要注意做到“持之以恒”。

合：宣布“爱护心灵的窗户”主题升旗仪式到此结束！谢谢大家！