



# 视健携手“眼力运动会” 共创明眸“睛”彩未来

## ——2024年上海市儿童青少年近视防控主题之 爱眼护眼体育赛事活动成功举办

在这个充满活力的六月首日，适逢第29个全国爱眼日，上海市体育局、上海市眼病防治中心、儿童青少年近视防治技术中心、长宁区体育局、百联西郊购物中心强强联合，共同策划了一场别开生面的青少年爱眼护眼体育赛事活动——“眼力运动会”。本次活动作为上海市儿童青少年近视防控主题活动的重要一环，旨在通过趣味横溢的体育竞技与互动体验，提升青少年对眼睛健康的认识与保护意识，寓教于乐，共筑明亮视界。

在阳光明媚的活动现场，一系列集竞技性、趣味性与教育性于一体的赛事与活动精彩纷呈，吸引了众多家庭的参与。其中，“射击挑战赛”与“射箭挑战赛”不仅考验了参赛者的精准

眼力，还让他们在运动中体会到了眼与身体协调的重要性。这些传统项目以新颖的激光射击等形式呈现，成为孩子们探索视力潜能独特舞台。

除此之外，活动还精心设计了“眼力大挑战”、“眼手脚综合协调反应”、“九洞动作稳定”等互动环节，巧妙融合了视觉训练与体能锻炼，让青少年在游戏中锻炼眼手协调能力，培养专注力，提高视觉追踪能力及反应速度。而“脑控赛车”则是一大亮点，通过科技手段展现眼与脑的紧密联系，用“专注力”控制赛车速度，激发青少年儿童对未来科技的兴趣与想象。

为了确保孩子们在活动中得到充分的放松与恢复，“让EYE休息一下”互动环节提供了专业的蒸汽熏眼设备与放松指导，教会孩子们如何在日常学习生活中有效缓解视疲劳。“能

量补给站”供应营养均衡的光明小食，强调了健康饮食对于视力保护的作用。“好眼力测试站”则借助百联集团旗下三联公司茂昌眼镜先进视觉训练系统，开展VTS视觉互动打卡趣味游戏，为每位小选手提供了全面的视觉性训练，通过科学方法有效锻炼眼部肌肉，提升眼睛的自我调解能力。

这一系列丰富多彩的“眼力运动会”，不仅是一场体育竞技的盛宴，更是一次关于视力健康教育的生动实践。通过这些集趣味性、参与性和教育性于一体的活动，期望能够有效提高儿童青少年对近视防控的重视，培养他们良好的用眼习惯，从而在全市乃至全国范围内营造关注视力健康的良好氛围。让我们携手并进，在全国爱眼日这特殊的日子，以“眼力运动会”为契机，关爱眼睛，守护未来！



眼力运动会

上海市儿童青少年近视防控主题活动