

愛眼健康操

演唱者：水果奶奶

藍藍的天

我愛看藍藍的天

青山綠水

我愛看青山綠水

看近看遠看近看遠

看看美麗的

不要太累

讓眼睛休息一下會

不要懷疑

若是你覺得好累

閉上眼睛閉上眼睛

做做深呼吸

看上看下看左看右邊

眼睛轉一圈

舉手彎腰深呼吸幾遍

放鬆你的眼

遠視近視還有散光眼

離我遠一點

青菜水果不要忽略

做好視力的保健