

爱眼日教案

爱眼日教案（精选 12 篇）

作为一名无私奉献的老师，时常需要用到教案，编写教案有利于我们弄通教材内容，进而选择科学、恰当的教学方法。那么应当如何写教案呢？以下是小编帮大家整理的爱眼日教案，仅供参考，希望能够帮助到大家。

爱眼日教案 篇 1

一、设计思考：

眼睛是心灵的窗户，是人体最宝贵的感觉器官，在“全国爱眼日”到来之际，通过向家长发放宣传材料，将爱眼知识落实到每个家庭和幼儿。通过儿歌、讨论等形式让幼儿了解近视眼是怎样形成的，教育幼儿讲究用眼卫生，带领幼儿一起学习眼保健操。通过“盲人敲锣”“什么东西不见了”等有趣的游戏，引导幼儿亲身体验眼睛的重要作用，懂得要爱护眼睛。让护眼行动从小做起，从现在做起。

二、主题目标：

1、知道 6 月 6 日是世界爱眼日，了解眼睛的重要性，增强爱眼、护眼的意识。

2、愿意争做小小宣传员，会大胆地进行爱眼知识的宣传。

3、培养幼儿良好的用眼卫生习惯。

三、活动方案：

1、眼睛真灵(谈话活动)

2、我的眼睛看到(美术活动)

3、假如我看不见(体验活动)

4、医生老师进课堂(家长资源活动)

5、我是小小宣传员(社区宣传活动)

四、护眼儿歌：

儿歌：保护眼睛

1、儿歌一：小眼睛，亮晶晶，样样东西看得清。好孩子，讲卫生，不用脏手揉眼睛。

2、儿歌二：看书太近眼不好，时间长了眼疲劳。躺在床上不看书，不在车上看画报。看电视、真高兴，坐的距离要记清。娃娃有双好眼睛。

3、儿歌三：眼睛眼睛用处大，读书写字都靠它。坐在桌旁要注意，胸口离桌一拳距。看书画画要牢记，眼睛离书别太近。要想视力保护好，可别忘了做眼操。

4、保护视力拍手歌

你拍一，我拍一，保护视力很重要。

你拍二，我拍二，光线不强也不弱。

你拍三，我拍三，书离眼睛一尺远。

你拍四，我拍四，行走坐立好姿势。

你拍五，我拍五，走路躺着不看书。

你拍六，我拍六，读书时间别太久。

你拍七，我拍七，眼睛卫生要牢记。

你拍八，我拍八，视力定期要检查。

你拍九，我拍九，锻炼身体要持久。

你拍十，我拍十，做保健操要坚持。

五、家园共育：怎样保护孩子的眼睛：

家长要从以下几方面注意保护孩子的眼睛。

1、注意看书写字的正确姿势。

孩子看书写字姿势很重要，尤其是刚刚上学的孩子，必须养成一个好的习惯。身体坐直，书或要写的笔记本离开孩子眼睛的距离是 33 厘米，不能太近或趴在桌子上看书、写字。否则时间长了容易造成驼背，还会影响视力。

2、收看电视要注意保持一定的距离。收看电视节目，是调剂神经、消除疲劳、增进知识、欣赏艺术的一种正当的娱乐活动。如果看得时间过长，电视距离不适当，也会影响孩子的视力。特别是玩电子游戏机比看电视更能损害孩子的眼睛，家长必须提高警惕。看电视若想不损坏视力，人与电视机的距离保持在电视屏幕尺寸的 6~8 倍，并以看不清屏幕上横向细线条为好。同时还要注意孩子的坐位，使眼睛与屏

幕尽量保持在水平位置，并让孩子坐在中间。电视机的亮度、对比度应调节适宜，使图像清晰、柔和，而不能开得过亮或过暗。室内开一个 3 瓦左右的小电灯，可防止眼睛疲劳。

3、注意照明条件。孩子看书或写字时，要注意室内的照明条件让光线从左边射来，光线不要太强、太弱，防止刺眼，台灯效果比较好。

4、正确选择近视矫正眼镜。对患了近视眼的孩子，配带适度的矫正眼镜。在青少年近视眼中，治疗时首先要进行充分的散瞳验光。目的是解除睫状肌的紧张度，使眼的调节力完全松弛，这样才能测得准眼球轴真正的屈光度，即由遗传因素决定的真正近视度。如果不散瞳验光，随意选购，直接配镜，眼睛由睫状肌的过度收缩造成的调节紧张不能解除。真性、假性近视混杂在一起，必然对眼正月有直接的损害，久而久之，睫状肌持续过度收缩，将眼球轴逐渐拉长，假性近视也就成了真性近视。因此，散瞳验光是十分重要的环节，切不可忽视，验光后配的眼镜才是最合适的。

眼睛是人们了解世界的窗口，为使幼儿从小养成保护眼睛的良好习惯，请让我们行动起来。

爱眼日教案 篇 2

活动目标

掌握预防近视眼和眼病的一般方法，懂得要爱护眼睛。

准备材料

录音机磁带图片

活动过程

一、欣赏与讨论

1、请小朋友欣赏美丽的鲜花，漂亮的裙子，可爱的布娃娃，美丽的图画。

2、问题与讨论：你是用什么看到这些东西的？假如没有了眼睛会怎样？请小朋友用双手把眼睛蒙上 1 分钟，说出有什么感觉。

二、观察

请幼儿互相观察对方的眼睛，说说人的眼睛是有哪几部分组成的（眼睑、睫毛、眼球），每个小朋友眼睛张的有什么不同（圆的、长

的、双眼皮、单眼皮、大眼睛、小眼睛等）。

三、听故事

听故事《眼镜找朋友》《红眼咪咪》，然后回答以下问题：

- 1、眼镜都找谁做朋友？为什么？
- 2、咪咪的眼睛为什么红了？
- 3、咪咪妈妈的眼睛为什么也红了？

四、谈话

请幼儿说说怎样预防近视和红眼病。组织幼儿讲述。

五、讨论

眼睛需要哪些营养，常吃哪些食物能保护眼睛。

六、学儿歌

要把眼睛保护好

春风吹，阳光照，小朋友呀点头笑，
老师微笑来上课——要把眼睛保护好，
看书画画坐端正，做做眼睛保健操，
自己手巾自己用，天天勤换要记牢，
手帕一脏病菌多，会把眼睛损坏了，
眼睛红，眼睛痛，得了眼病真难熬，
脸盆、毛巾分开放，预防传染快治疗。

爱眼日教案 篇3

活动目标

- 1、有爱护眼睛的意识和行为；
- 2、知道保护眼睛的方法，懂得保护眼睛的重要性。

教学重点、难点

重点：知道保护眼睛的方法，了解哪些食物吃了能明亮眼睛；

难点：能辨别出对眼睛有宜的动作、姿势和食物等。

活动准备

课件《眼睛生病了》，眼罩，眼保健操音乐，各种蔬菜水果图片

活动过程

一、游戏：《我的朋友在哪里》，启发幼儿思考眼睛的重要性。

1、游戏规则：请一位幼儿说说自己的朋友是谁，并找到他，然后用眼罩蒙上眼睛，看还能不能轻松的找到自己的朋友。

2、老师提问，引发幼儿思考并总结

(1)、当眼睛被蒙上看不见的时候，你还能一下就找到自己的朋友吗？为什么？

(2)、眼睛看不见的时候心里是什么感觉？害怕吗？你还敢像以前一样跑步吗？从而让幼儿知道眼睛的重要性。

二、故事《眼睛生病了》

1、播放课件：故事讲述了小女孩可可是个不听话的小朋友，她有很多不好的习惯，喜欢在走路的时候看漫画书，也喜欢躺着、趴着看书，特别喜欢看动画片，玩电脑，而且总是盯着看很久都不休息，最后眼睛发红，而且看不清东西了，到医院一检查，医生说她的眼睛由于长期的用眼不当生病了，成了近视眼，可可不得不戴上一副眼镜，眼镜戴起来很不方便，但可可没办法，做什么事都必须戴上眼镜了。

2、老师提问启发幼儿思考可可的眼睛为什么会生病等等，让孩子们分组可可哪些地方做得不对，你是怎么做的，保护眼睛我们应该怎么做。

三、食物分类：哪些食物吃了对眼睛有好处。

老师逐一出示食物图片，请幼儿说一说，每种食物吃了对眼睛有无好处，并对有无好处的食物进行分类，让孩子明白为了让自己眼睛变得更明亮，我们还可以用多吃蔬菜水果的方法。

四、做一做：亮亮眼睛操。

老师指导幼儿一起做眼保健操。

教学反思

通过本次活动的学习，引起了孩子们对自己眼睛的关注，大部份孩子能熟练的掌握保护眼睛的各种方法，基本达到了教学目标。

在教学过程中，我通过游戏和故事讲述，来引起孩子们对眼睛的重视，并通过分组讨论，让幼儿先根据自己的生活经验来做出判断，再通过老师的引导来掌握正确的方法，这让孩子对教学内容更加深刻。

爱眼日教案 篇 4

活动目标

1、引导幼儿认识眼睛的构造、用途。知道 6 月 6 日是世界“爱眼日”。

2、教育幼儿爱护眼睛，学习保护眼睛的方法。

3、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的保健操。

家长宣传：

以校讯通的方式，向家长宣传注意保护眼镜的一些方法与秘诀。

活动情况摘要：

开展教学活动内容：

一、了解眼睛的构造，用途，出示图片引导幼儿观察，说一说眼睛的大致轮廓。

二、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法。

1.欣赏故事《眼镜和鼻梁》

2.回答相关问题，让幼儿懂得道理：小朋友的脏手上有很多的细菌，如果用脏手揉眼睛会让眼睛生红眼病，我们如果感到眼睛不舒服可以用干净的毛巾、手绢或者卫生纸擦。

三、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

爱眼日教案 篇 5

设计背景：

中高年级的学生不再像低年级学生那么听话，做眼操时调皮学生常不好好做，班主任费尽口舌收不到大效果；不少学生的读写姿势不正确。

班会目标

1.通过活动，使学生了解更多的爱眼知识。

2.引导学生正确对待眼保健操。

3.培养正确的读书、写字姿势和良好的读写习惯。

课前准备：

排练生活场景：《眼操时间“偷眼”》

《爱眼健康歌》（网上可搜到）

印制调查问卷

班会过程：

一、游戏导入“蒙眼走直线”

采访体验者。你有什么想说的？

导入：同学们，眼睛对我们这么重要，我们是不是应该爱护呢？

出示班会主题：明亮的眼睛我保护！

二、讨论交流：怎样保护我们的视力呢？

（1）小组讨论，选代表汇报。

（2）交流：

（学生可能列举到的内容：做眼操、不长时间看电视、注意休息眼睛、不在光线过强或过暗的地方看书报等。教师随机引导。）

三、“爱眼知识”调查问卷：

1）学生填。

2）交流，及时指导。

3）补充：饮食养眼法。

四、角色扮演：眼操时间“偷眼”

爱眼日教案 篇6

一、主题背景

目前，中小学生学习课务较重，课后除了完成作业之外，不是玩游戏就是看电视，眼睛的负担很重，平时参加体育活动又较少，学生的视力情况不容乐观。为此，设计召开“预防近视珍爱光明”的主题班会。

二、活动目的

在6月6日“全国爱眼日”来临之际，通过本次主题班会，对全班学生进行爱眼教育，切实加强学生对视力的保护，降低学生近视发生率，提高学生对眼保健的重视，让学生体会到预防近视、保护眼睛的重要性。

三、活动形式

歌曲，诗歌朗诵，知识竞赛等多种形式组合。

四、活动准备

主题班会幻灯片制作；全班合唱歌曲；组诗。

五、活动时间

周五班会课

六、活动步骤

（一）由曲《爱眼健康歌》导入本次班会。

（二）播放视频资料，让学生明确眼睛的重要性。

（三）伴乐诗朗诵

先由班主任朗诵《爱眼诗歌》，再由五组学生分别朗诵《小眼睛，大世界》《心灵的窗户》《保护眼睛》《爱眼诗》《眼睛》。（这五组诗都是学生自己创作而成）

（四）“爱眼知多少”知识问答。（课前，已经给每个小组发放了有关爱眼资料，知识问答题目就是这些资料之中。）

（五）播放视频资料（学生读书、写字姿势不正确，学习、看电视、上时间过长，不注意眼睛卫生等相关的不爱护眼睛的资料），让学生谈感受（学生先在小组内交流，统一认识，然后再全班交流）。

（六）在日常生活中，我们应该怎样爱护眼睛？（学生小组交流后再集体交流，并统一认识）

1、读书写字姿势要端正；

2、不再强光和弱光下看书；

3、不能长时间看电视、玩电脑，看时保持一定的距离；

4、认真做眼保健操。

（七）全班合唱《深深爱眼操》。

（八）班主任老师作。

同学们，通过这次活动，我想大家对眼睛的重要性一定有了更进一步的认识，眼睛如同一扇展示心灵的窗户，也如同照亮我们道路的明灯，愿我们每一位同学都能在今后的学习生活中拥有一双明亮健康的眼睛。

爱眼日教案 篇7

目标：

1、懂得保护眼睛的正确方法，知道保护眼睛的重要性。

2、积极参与讨论，结合生活经验大胆发表自己的意见。

重点：

懂得保护眼睛的正确方法，知道保护眼睛的重要性。

难点：

知道眼睛的各种用处，愿意积极参与讨论，大胆说说自己的想法。

准备：

1. 通过提问，让幼儿说出眼睛的用处。

师：小朋友，我们的幼儿园漂亮吗？（漂亮）哪儿漂亮呢？（幼儿回答）

你们怎么知道的呢？（用眼睛看出来的）

那你们的眼睛还能干什么呢？（让幼儿分别说出眼睛的许多用处）

师小结：眼睛能够看见许多许多的事和物，能帮我们写字、画画。也就是说不管干什么事都要有眼睛。那眼睛除了这些以外，它还会说话呢，你们信不信？

那你们看老师的眼睛在说什么？（生气）

谁的眼睛也会说话？（请几个小朋友上来表演。）

师：谁能告诉大家他的眼睛说了什么？（例如：他的眼睛说了我很高兴等等。）

2. 通过游戏让小朋友感知眼睛看不见的滋味

师：眼睛除了能看以外，还能像刚才小朋友的表演一样传递感情。

今天，老师给你们每人带了一个自做的眼罩，想不想戴上它来跟老师做游戏？

那你们就一起戴上它吧！

老师拿出一个皮球，问：现在我手上有什么？（不知道）

摘下眼罩看一看是什么？它是什么颜色，什么形状？

再戴上眼罩来摸一摸老师在哪里？有没有摸到？

为什么我们戴上眼罩就不知道老师手上有什么，就摸不到老师呢？（因为眼睛看不见）

3. 教育小朋友如何关心帮助盲人。

我们知道眼睛看不见给我们的生活带来许多不便，可是有的人一出身就看不见，那是谁呀？（盲人）

那我们看到盲人该怎么办呢？（让小朋友各抒己见，说说如何帮

助盲人)

4. 利用故事告诉幼儿患了近视眼也会给人带来不便。

眼睛看不见很不方便，那眼睛生病了也会很难受。有一只啄木鸟没有保护好眼睛结果闹了许多笑话，你们想知道它闹了那些笑话吗？

让小朋友听故事录音。

听后提问：啄木鸟闹了那些笑话呢？（幼儿回答）

5. 让小朋友看情境表演，判断对错。

师：不好好保护眼睛，使眼睛近视了不小心就会闹出许多笑话，那我们平时应该如何保护好我们的眼睛呢？让我们先来看看他们做得对不对？如果做得对我们一起送他一个五角星好不好？

6. 告幼儿怎样保护眼睛。

刚才我们看到了有的小朋友做对了，有的小朋友做错了，那我们到底该怎样保护好我们的眼睛，使它不生病呢？（让幼儿回答）

师小结：小朋友真聪明，一下子说了这么多保护眼睛的好方法。今后我们一定要记住了：

（1）千万不要用脏手揉眼睛。

（2）看电视时要离电视机远点儿，而且时间不要太长。

（3）不要躺在床上看书。

（4）不要坐在行走的汽车上或者摩托车上看书。

（5）不要在光线太强或者太暗的地方写字、画画。

（6）写字、画画的时候，身体要坐正，胸脯离桌要一拳，眼睛离书本要一尺。

（7）要多吃新鲜的水果、蔬菜。

（8）最重要的就是不要玩尖锐的东西，以免伤害眼睛。

7. 让幼儿正确做出看书画画的姿势并通过实物投影仪展示出来，让他们看到自己做得对不对。

今天老师还为你们准备了一些图书、纸、玩具。请你们自由的去玩，然后让我们来看看谁做得好，谁最会保护自己的小眼睛。（让小朋友从电视上欣赏自己的样子）。

师小结：从电视上看到我们的小朋友做得真好。老师还要告诉你

们每年的 6 月 6 日是爱眼日，下面让我们大家一起做个保护眼睛的小卫士将保护眼睛的知识去告诉小班的小弟弟、小妹妹们吧！

爱眼日教案 篇 8

活动目标：

- 1、知道保护眼睛的重要性，懂得保护眼睛的正确方法。
- 2、积极参与讨论，结合生活经验大胆发表自己的意见。

活动准备：

- 1、每人一张视力测查记录表。
- 2、进行幼儿视力测查，每人自己记录左右眼睛的测查结果。
- 3、图片 4 张：

图一——躺着看书；

图二——在很暗的光线下看书；

图三——在晃动的车上看书或长时间看电视；

图四——以正确姿势看书。

活动过程：

- 1、引导幼儿说说眼睛与我们生活的关系，眼睛有什么用处。
- 2、自由交流视力测查结果，并正确认读。
- 3、谈话，理解眼睛与视力的关系，激发保护眼睛的主动性。

表格中的数字表示什么意思呢？

讨论：为什么有的人眼睛看东西清楚，有的人眼睛看东西不清楚？

怎样保护自己的眼睛呢？

- 4、智力游戏“谁做得对”。

教师先后出现 4 张图片：你认为图片上的行为正确吗？为什么？

爱眼日教案 篇 9

一、教学目标：

知识目标：

- 1、指导学生认识眼睛的重要作用和保护眼睛的方法。
- 2、知道养成正确的读写姿势才能保护视力，教会学生读书、写字、听课等正确学习姿势，初步养成良好的学习习惯

能力目标：

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/917122015121006163>