

## 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案

### 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案（通用 15 篇）

作为一无名无私奉献的教育工作者，时常会需要准备好教案，通过教案准备可以更好地根据具体情况对教学进程做适当的必要的调整。来参考自己需要的教案吧！以下是小编收集整理的《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案，仅供参考，欢迎大家阅读。

#### 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 1

##### 设计意图：

眼睛是我们身体的重要器官。随着孩子们年龄的增加，看书、画画的机会日益增多，保护眼睛就显得日益重要。此活动旨在让幼儿多方面收集资料，在充分的讨论和体验下，知道保护眼睛的重要性，掌握保护眼睛的基本知识，并在日常生活中注意保护自己的眼睛。

##### 活动目标：

- 1、了解有关眼睛的构造和卫生方面的知识，防止眼疾。
- 2、懂得爱护自己眼睛的重要性。
- 3、萌发从小珍爱生命的意识。
- 4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
- 5、培养良好的卫生习惯。

##### 活动准备：

- 1、收集有关眼睛方面的资料。
- 2、对班级幼儿视力进行事先了解。
- 3、在一副幼儿太阳镜上涂上油脂，使眼睛看东西模糊。
- 4、挂图《眼睛生病了》。

##### 活动过程：

- 1、交流自己收集的有关眼睛的资料。
- 2、出示挂图《眼睛生病了》，提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？他的眼睛怎么了？眼睛会生什么病呢？（近视眼、红眼病、沙眼、结膜炎、麦粒肿等。）
- 3、讨论：眼睛为什么会生病？（如：脏手帕擦眼睛、脏手揉眼睛、

眼睛看书或看电视太疲劳、坐姿不端正等。)

4、请幼儿带上涂有油脂的太阳镜，体验视力不好的痛苦。

5、讨论：怎样保护视力？

(看电视时，距离电视 2 米以上，看电视时间不能过长；看书时身体要坐正，不能趴着或仰着看书，看书时间长了，要休息或向远处看或看绿颜色的植物；不能在太强或太弱的光线下看书；写字时要注意保持一拳、一池、一寸的距离；多吃胡萝卜对保护视力有很大好处；平时毛巾、脸盆等要专人专用，并定期消毒或清洗，防止相互传染；眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。)

活动延伸：

1、在日常生活和学习中随时提醒幼儿注意保护自己的视力。

2、进一步开展有关眼睛的讨论。

活动反思：

通过活动的开展让幼儿明白眼睛的作用，通过合作研讨，得出保护眼睛的方法来，又经过课件的展示强化了幼儿的护眼意识，懂得眼睛的重要性。幼儿在活动中积极思考，讨论活跃，轻松的学到了护眼的方法。在整个活动中，幼儿表现积极，有很强的求知欲和兴趣。但在

## 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 2

活动目标

①学会保护眼睛的方法，爱护眼睛。

②养成良好的用眼卫生习惯，增强保护眼睛意识。

重点难点

活动重点：增强保护眼睛的意识，学会保护眼睛。

活动难点：学会保护眼睛的方法。

活动准备

不良用眼危害图片、故事《眼睛肿了》

活动过程

一、故事导入，激发兴趣。

师：晨晨今天早晨起床后发现眼睛肿的厉害，小朋友们猜猜他怎

么啦？

幼：他可能哭过了，被虫子咬了……还有的小朋友说“不对不对，我有一次，晚上很晚的时候睡不着一直看电视，然后第二天早上起来眼睛就肿了……”

（幼儿能够根据已有的经验大胆猜测）

师：小朋友们真聪明，一下子就想到了这么多的原因，你们刚刚说的呀，都有可能让我们的眼睛变得不舒服，但是晨晨的眼睛为什么肿起来了呢？是因为啊，他昨天晚上玩手机玩的可开心啦，就忘了时间……然后今天起来眼睛就肿起来了

教师总结：晨晨晚睡，并且在睡前一直玩手机导致第二天起来眼睛肿起来了，我们小朋友要养成早睡早起的好习惯，而且不能玩很久的手机，也不能看很久电视，这样都会伤害我们的眼睛。

二、回顾日常，哪些事情是在伤害眼睛。

图片逐一展示，这些伤害眼睛的做法都是日常随处可见的，很容易引起重视。如：不讲卫生用充满细菌的手去揉眼睛；边走边看书；长时间玩、看电子产品；近距离看书看电视；用别人的毛巾擦眼睛等

图片有助于孩子们深刻认识不良用眼习惯给眼睛带来的危害

三、保护眼睛，我知道。

针对以上出现的问题，逐一商讨对策，学会自己保护眼睛

四、判断对错，增强认识。

教师扮演不爱卫生，不懂保护眼睛的宝贝，由孩子们对教师的行为进行判断指正，进一步增强自我保护意识。

五、安全小卫士。

“安全小卫士”评比活动，教师对一周内用眼保护最好的小朋友进行表扬、鼓励！

《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇3

教学目标：

- 1、让幼儿了解眼睛。
- 2、保护眼睛——正确用眼。
- 3、区分用眼好习惯，坏习惯。

教学重难点：

引导幼儿正确用眼，保护好自己的眼睛。

教具准备：

图片（好习惯，坏习惯对比图，戴眼镜不戴眼镜的区别）纸、书、笔、口罩（游戏蒙眼用）板书儿歌

教学方法：

表演、游戏互动，快乐学习

教学过程：

一、谈话导入

刚张老师弹琴了，我听见小朋友们在唱“小眼睛呀，看老师。”

现在我请小朋友，小眼睛看着我！哇！小朋友们的眼睛亮晶晶的，我想请小朋友说说，你的小眼睛看见了什么？（发言，调动积极性）

小结：小眼睛亮晶晶，样样东西看得清。（请小朋友侧过身子，看看旁边小朋友的眼睛是怎样的？）（观察、动脑思考眼睛是什么样的？）

（肯定幼儿的回答）小手跟我做：上边毛，下边毛，中间夹颗黑葡萄。

二、表演小故事、图片找不同

《熊猫弟弟戴眼镜》（出示图片熊猫哥哥，熊猫弟弟）

表演互动两只熊猫看书，写字，看电视的各种动作。

小结：我们要向熊猫哥哥学习，养成用眼的好习惯。（出示戴眼镜的熊猫弟弟图片）熊猫弟弟为什么会带眼睛呢？（幼儿总结，我复述。）

延伸：眼睛看了很多的东西，会很累。所以眼睛也需要休息，上边门，下边门，合起门来就睡觉。中午我们小朋友睡午觉让眼睛好好休息，就要闭上眼睛。（就要闭上。放慢语速让幼儿迫不及待的说出眼睛。）

三、游戏互动：找朋友

分别请 2 名小朋友（先说出自己好朋友的名字，找到朋友，接着用口罩蒙住眼睛找朋友。）

全体小朋友闭上眼睛，感受看不见。（体会眼睛的重要，突出保护眼睛也很重要。）

#### 四、儿歌（总结）

保护眼睛——保护眼睛真重要，读书写字要坐好。走路坐车和睡觉，千万不要把书瞧，你对眼睛好，眼睛对你笑。（引导幼儿读一读，配上动作）

#### 教学感想：

抓住幼儿自身特点，用表演，游戏互动调动孩子的积极性，使孩子在课堂上自由、自在、快乐学习！玩中学，学中乐！

#### 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 4

#### 活动目标：

- 1、了解有关眼睛的构造和卫生方面的知识，预防眼病。
- 2、让学生懂得爱护自己眼睛的重要性。
- 3、掌握保护眼睛的基本方法。

#### 活动准备：

- 1、收集有关眼睛方面的资料。
- 2、对班级学生视力进行事先了解。
- 3、若干幅涂上油脂的眼镜，使眼睛看东西模糊。
- 4、挂图《眼睛生病了》。

#### 活动过程：

- 1、同学相互交流自己了解的有关眼睛的知识。
- 2、出示挂图《眼睛生病了》，教师提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？他的眼睛怎么了？眼睛会生什么病呢？
- 3、讨论：眼睛为什么会生病？

教师小结：用脏手帕擦眼睛、揉眼睛、眼睛看书太久、看电视太疲劳、坐姿不端正等都会引起眼睛生病。

- 4、请若干学生带上涂有油脂的眼镜，让幼儿体验视力不好的痛苦。
- 5、学生集体讨论：怎样才能保护眼睛的视力呢？

教师总结：在看电视时，距离要电视 2 米以上的距离，看电视时间不能超过 2 小时，要适当让眼睛休息；看书时要身体要坐正，不能

趴着、仰着看书，看书时间过长，要让眼睛休息、向远处看、看绿颜色的植物；不能在太强、太弱的光线下看书；写字时要注意保持一拳、一尺、一寸的距离；多吃胡萝卜，胡萝卜中含有大量的胡萝卜素对保护视力有很大好处；小朋友的毛巾、脸盆等要和父母分开用，并定期对毛巾、脸盆进行消毒或清洗，防止相互传染；眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。

#### 6、保护明亮的眼睛。

请小朋友集体做一做看书、写字的正确姿势（教儿歌）

带领学生做眼保健操。

#### 7、活动延伸：

教师带领学生去户外看东西，引导幼儿说说都看见了什么？自己看到最远的东西是什么？最喜欢的东西是什么？体会眼睛的重要。

### 《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 5

#### 设计背景

由于中班的幼儿年龄比较小，他们只知道自由自在的玩耍和游戏，对生活中的一些常识了解并不多。而眼睛的好坏却关系到孩子的一生。让孩子从小学会保护眼睛，养成良好的卫生习惯，会让孩子终生受益。

#### 目标

- 1、使幼儿知道眼睛的功能，知道我们的生活离不开眼睛。
- 2、使幼儿初步掌握保护眼睛的方法。
- 3、使幼儿能够同情、尊重盲人并帮助他们。

#### 重点难点

教学重点：保护眼睛的方法。

教学难点：牢记并理解保护眼睛的方法。

#### 准备

小镜子、图片若干。

#### 活动过程

一、开始环节。

教师说谜语，幼儿猜一猜，从而引出眼睛的话题。

二、基本环节。

1、小朋友照照小镜子，然后说说眼睛的作用。（能看到东西，能表达感情等）

2、小朋友蒙眼走路，体验没有眼睛的痛苦。

3、适时教育小朋友学会帮助盲人。

4、听故事《小猫的眼睛》

5、小朋友出主意帮帮生眼病的小猫。

6、看图片，判断小朋友做得对不对。

三、结束环节。

读儿歌，理解并学会保护眼睛的方法。

四、延伸环节。

让小朋友在爸爸妈妈的帮助下学会做“眼保健操”。

《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇6

活动设计背景

每个幼儿时时刻刻都在与自己的身体打交道，但他们对自己的身体并没有充分的认识。因此，引导幼儿了解自己的身体，养成良好的健康行为习惯，减少意外伤害的发生，是幼儿健康教育的重要任务之一。活动“保护眼睛”就是在上述前提下设计的“探索我自己”系列活动之一，旨在通过谈话交流、欣赏故事、情境表演等形式，使幼儿了解眼睛的功能和保护眼睛的方法，学会正确应对一些突发意外，同时通过激发幼儿交流、表达，发展他们大胆自信的表达能力和与同伴的交往能力。

活动目标

1、了解保护眼睛的基本常识。

2、不长时间看电视，看书、画画姿势正确。

3、初步了解眼睛的结构，知道眼睛的功能。

4、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的保健操。

5、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：让幼儿掌握保护眼睛的一些方法。

难点：让幼儿知道日常生活中正确与不正确的用眼行为。

## 活动准备

- 1、幼儿活动前向家长了解保护眼睛的有关常识。
- 2、教学挂图。

## 活动过程

- 1、猜谜语，引起幼儿的兴趣。

教师讲谜面：黑黑亮亮两颗珠，一开一合像窗户。白天开门夜关闭，能看电视能看书。（谜底：眼睛）。

请幼儿互相看对方，猜出谜底。

- 2、讲故事《保护眼睛》，了解长时间看电视对眼睛的伤害。

教师：咪咪的视力为什么减退啊？引导幼儿讨论咪咪视力减退的原因。

教师：你们每天在家看电视吗？看电视时间时间长吗？知道咪咪的烦恼后，你们看电视适应注意什么？

- 3、引导幼儿了解造成视力减退的其他原因及保护眼睛的有关常识。

（1）请园内一位戴眼镜的教师向小朋友介绍自己近视的原因和戴眼镜后感到的不方便。

（2）结合幼儿日常生活，讨论其他对眼睛造成伤害的原因。

（3）结合挂图，教师告诉幼儿保护眼睛的方法。

（4）听指令做动作，强化幼儿对不正确行为的认识。

如教师说看书、画画、看电视，幼儿做相应的正确姿势。

## 教学反思

这个活动是以保护眼睛为线索，让幼儿了解眼睛的重要性，从而产生保护的意识。这个活动以猜谜语的形式引出主题——眼睛。完整欣赏故事，提问回答能更好的帮助幼儿理解故事内容。产生保护眼睛的意识。在第二环节中，对幼儿的答案没有做到先肯定再来分析幼儿的答案。第三个环节请戴眼镜教师介绍自己近视的原因和戴眼镜和感觉感到的不方便时应注意策略以保护我们班戴眼镜幼儿的心理。另外在结合挂图讲保护眼睛方法的一些姿势是我的动作不太标准。在今后，我会不断努力，让我的教学不断提升。

《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 7



活动目标：

- 1、引导幼儿知道眼睛的重要性。
- 2、教育幼儿保护眼睛，学习保护眼睛的方法。
- 3、培养幼儿大胆发言，说完整话的好习惯。
- 4、培养幼儿动脑思考问题、解决问题的能力。

活动过程：

1、提问导入。

教师通过提问，导入活动主题：小朋友，刚刚我们升国旗时，你是用什么看国旗的呢？（幼儿回答：眼睛）

2、了解眼睛的重要性。

请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。教师继续引导幼儿对眼睛这一话题进行提问，引导幼儿深入地了解和思考眼睛的重要性。（小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。）

3、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法。

教师引导幼儿思考：爱护眼睛，我们应该做些什么？（幼儿自由回答，教师进行小结。）

教师总结，活动结束。

教师：保护我们的眼睛，我们要做到三点：一是少看电脑和电视，注意休息，让眼部的肌肉有机会放松；二是不用脏手揉眼睛；三是平衡膳食，多吃对保护视力有保护的食物，做个不挑食的好宝宝！

教学反思：

安全教育是一个长期的过程，我们将继续探讨和努力，将安全教育渗透到幼儿的一日生活中，不断增强孩子们的安全意识和自我保护能力，为每位幼儿撑起一把安全的保护伞！

《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 8

活动的'目标：

- 1、让幼儿认识保护好自己眼睛的重要性；
- 2、指导幼儿养成用眼卫生的好习惯。
- 3、初步了解健康的小常识。
- 4、初步了解预防疾病的方法。

活动的性质：

科学认知活动

活动的时间：

35 分钟

活动涉及的知识和方法背景：

眼睛是人体的视觉器官，我们看东西全靠它。眼睛的用处大极了！如果眼睛丧失了视力，我们就什么东西也看不见了。

活动的工具和材料准备：

眼睛的作用、保护眼睛的挂图。

活动的过程：

（一）谜语游戏导入

两颗葡萄黑又亮，长在人脸上，白天开窗四处望，黑夜要关窗。

（打一人身体的部分）

小朋友猜出谜底，是眼睛。（见图 1）

（二）分组讨论

1、眼睛的重要作用（见图 2）

小结：看书写字、走路、运动、做工作，处处都离不开眼睛。

2、怎样保护眼睛

（1）正确坐姿（见图 3）

（2）看书稍久，要望远或休息一会（见图 4）

（3）眼保健操（见图 5）

（三）加强认知

1、他们的做法对吗？（见图 6）

2、游戏巩固：捉迷藏（见图 7）

活动评析：

经济的发展，脑力劳动越被人所重视。而在人们的学习、工作、生活中，忽略了对眼睛的保护，特别是在儿童期尤为突出。为此从小让孩子了解一些正确用眼知识，提高保护眼睛的意识，明确眼睛的重要性是非常必要的。

本课首先以谜语的形式导入，创设情景，激发幼儿求知欲望。然

后采用分组讨论的形式让幼儿体会眼睛的重要性，如何保护好眼睛，培养幼儿的合作、分析、想象能力、语言表达能力及科学的思维方法。最后采取游戏的形式强化幼儿认知，使幼儿进一步明确科学的用眼方法，自觉地养成良好的用眼卫生习惯，提高幼儿的科学素养。

教学反思：

整个活动过程，思路比较清晰，教态自然，能够根据教案的流程来上课。但是整个活动过程的气氛有点沉，不能够体现幼儿对活动的乐趣。

《保护眼睛》幼儿园学前班健康教案 篇 9

一、活动目标：

- 1、了解眼睛进入异物后的简单处理方法。
- 2、知道红眼病会传染，教育幼儿不用别人的手帕或用脏水揉、擦眼睛。

二、活动准备：

情境表演：“排除眼中的异物”。

三、活动过程：

- 1、以情境表演引入。
- 2、引导幼儿讨论。
  - (1) 明明的眼睛怎么啦？（进了灰尘或是沙子）
  - (2) 眼睛进了灰尘或沙子应该怎么办？
- 3、讨论：眼睛除了进了异物后不舒服外，还有什么时候不舒服？（得了红眼病的时候）
  - (1) 得了红眼病有什么感觉？（很难受。眼睛会流泪、怕光，还有轻微的疼痛，眼睛冲血、肿胀、结眼屎等）
  - (2) 得了红眼病该怎么办？（因为红眼病会传染。得了红眼病就不能同小朋友在一起，更不能用别人的手帕、毛巾，或用脏手去碰眼睛，也不能牵别人的手，不能使用别人的东西等。）
  - (3) 红眼病的预防。（得了红眼病要及时治疗。）
- 4、师小结：告诉幼儿要爱清洁、讲卫生，严格保护自己眼睛。在红眼病流行的时候，不到公共场所去玩。

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/766215121042011005>