

大班健康教案《保护眼睛》（9篇）

大班安康教案《爱护眼睛》 篇 1

活动目标：

- 1、了解眼睛的构造及功能
- 2、把握常见的爱护眼睛的方法，会做眼球操。

活动预备：

眼睛模型纸偶

活动过程：

一猜谜语——引出活动主题

谜语：上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄；

上大门，下大门，关上大门就睡觉。

师：请小朋友们猜一猜，这个谜语的答案是什么？

二看一看——讲讲眼睛的构造

师：请小朋友们看看这个眼睛模型，这里哪些是你们熟悉的？

小结：眼睛有虹膜、角膜、结膜、玻璃体。

虹膜：不同国家的人，虹膜的颜色是不一样的，所以你们看到的不同国家的小朋友他们的眼睛的颜色是不一样的，是由于他们的虹膜颜色不一样引起的。

玻璃体：维持我们眼睛的外形。

三讲一讲——说说爱护眼睛的方法

师：什么时候你们会觉得眼睛不舒服？我们怎样来爱护它？

小结：不能长时间用眼；不能用脏手揉眼睛；不能在阳光剧烈的地方看书；

四做一做——一起学做眼球操

师：我们不能长时间用眼，要让眼睛休息，休息时可以做些什么来爱护眼睛？

小结：休息时可以看看绿色植物；可以做眼保健操；还可以做眼球操，我们今日一起来做眼球操好吗？

方法：伸出食指作向上、向下，顺时针和逆时针移动，眼球跟手指做各种方向的移动，头不能动。幼儿把握后，可加快速度。

大班安康教案《爱护眼睛》 篇2

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、画画的时机日益增多，爱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，在充分的争论和体验下，知道爱护眼睛的重要性，把握爱护眼睛的根本学问，并在日常生活中留意爱护自己的眼睛。

活动目标：

1、了解有关眼睛的构造和卫生方面的学问，防止眼疾。

- 2、懂得爱惜自己眼睛的重要性。
- 3、萌发从小珍爱生命的意识。
- 4、了解主要病症，懂得预防和治疗的自我爱护意识。
- 5、培育良好的卫生习惯。

活动预备：

- 1、收集有关眼睛方面的资料。
- 2、对班级幼儿视力进展事先了解。
- 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、沟通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、争论：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惫、坐姿不端正等。）
- 4、请幼儿带上涂有油脂的太阳镜，体验视力不好的苦痛。
- 5、争论：怎样爱护视力？

（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；写字时要留意保持一拳、一池、一寸的距离；多吃胡萝卜对爱护视力有很大好处；平常毛巾、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展治疗。)

活动延长：

- 1、在日常生活和学习中随时提示幼儿留意爱护自己的视力。
- 2、进一步开展有关眼睛的争论。

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，得出爱护眼睛的方法来，又经过课件的展现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索，争论活泼，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

大班安康教案《爱护眼睛》 篇 3

活动目标

- 1、学习做幼儿眼保健操，培育自理力量。
- 2、初步养成良好的卫生习惯。
- 3、了解主要病症，懂得预防和治疗的自我爱护意识。
- 4、初步了解安康的小常识。
- 5、积极的参加活动，大胆的说出自己的想法。

活动预备

- 1、男孩手偶。
- 2、幼儿眼保健操图卡（见材料制作）。
- 3、轻快的音乐。

活动过程

- 1、出示男孩手偶，告知幼儿男孩已用了一个小时的电脑，眼睛感到很累。请幼儿说说他应当怎样做。
- 2、播放音乐，出示幼儿眼保健操图卡，让幼儿熟悉做眼保健操的步骤。
- 3、教师念口诀与幼儿一起做眼保健操。

眼保健操

眼睛左看 123，数三下后回中间；

眼睛右看 123，数三下后回中间；

眼睛上看 123，数三下后回中间；

眼睛下看 123，数三下后回中间。

闭上眼睛再睁开，光明眼睛人人爱。

- 4、待幼儿把握眼保健操后，请幼儿四人一组，给小班弟弟妹妹示范做眼保健操，宣传爱护眼睛的学问。

提示幼儿做眼保健操时，只需转动眼睛，头不要动。

- 5、鼓舞幼儿回家与家人一起做眼保健操。

活动反思

本次活动由于眼睛是身体的重要部位，不能让幼儿亲身体会眼睛痛苦是什么感觉，因此个别幼儿可能记忆不太深刻，所以我会日常生活中留意标准他们的用眼卫生，尽量使幼儿在以后的生活中养成良好的生活习惯。

大班安康教案《爱护眼睛》 篇 4

活动目标

- 1、指导幼儿熟悉眼睛的重要作用和爱护眼睛的方法。
- 2、懂得爱惜眼睛。
- 3、培育幼儿良好的用眼卫生习惯。
- 4、了解主要病症，懂得预防和治疗的自我爱护意识。
- 5、初步养成良好的卫生习惯。

重点难点

- 1、怎样爱护眼睛
- 2、如何培育幼儿良好用眼卫生习惯。

活动预备

教学课件

活动过程

- 1、用一则生动的谜语引入活动主题：上面毛，下面毛，中间有颗黑葡萄。白天躲在草丛里，晚上赶忙盖被子。（眼睛）
- 2、说说是怎么猜出来的：你怎么知道的？
- 3、引导熟悉眼睛的重要性：我们的眼睛重要吗？为什么重要？

4、体验失去眼睛后的不便：这么重要的东西假如没有了会怎么样呢？

5、请幼儿用手遮住眼睛，说说感受。

引导幼儿初步熟悉眼睛的作用

眼睛可真了不起，但他也是特别脆弱的，很简单受到损害。

1、观看教学课件。提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？她的眼睛怎么了？

2、争论：眼睛为什么会生病？（脏手揉眼睛，擦眼睛，看书或看电视太疲惫，坐姿不端正）

3、播放教学课件引导幼儿推断哪些图是正确的，那些图是错误的，为什么？

争论怎么样爱护视力？

（看电视要保持2米以上，看书，电视时间不能太长；坐姿要端正，看书时间长了要休息，向远处看看绿色植物，不要在强光下看书；写字要保持一拳、一尺、一寸的距离；多吃胡萝卜，毛巾，脸盆专人专用，定期消毒

完毕语：眼睛是心灵的窗户，让我们从现在起养成爱惜眼睛的好习惯，让每一个人都有一双光明的眼睛。

教学反思

本次活动目标是：

1、指导幼儿熟悉眼睛的重要作用和爱护眼睛的方法。

2、懂得爱惜眼睛。

3、培育幼儿良好的用眼卫生习惯。

这节课我共分四方面来进展教学，首先让幼儿观看了解眼睛，了解它的用途。用亲身体验的方式，知道眼睛的重要性。用播放课件推断正误，了解不正确使用眼睛的害处。在播放课件时，幼儿都能积极的举手告知我这些行为的对错，从这里可以看出幼儿对于这些东西是非常的熟识的；并对它们的用途也是比拟了解的，大多数的幼儿一次就把全部答案都说出来了，但是对于他们的共同之处幼儿的答复就不太完整，虽然知道但是不能用一个较好的词语来进展概括，从这里我发觉我班幼儿在语言进展方面，词汇还是不够丰富需要加强。

在其次环节中主要让幼儿沟通生活中使用眼睛不当造成损害的一些体会。幼儿都积极的说了一些自己使用过的不正确方法。有躺着看书，在光线暗的地方看书等，幼儿的学问阅历还是较丰富的，有些我也没有立刻想到，但是幼儿一下子就联想到了，还对我说了许多发生在他们自己或者四周人身上的一些损害事故，从中不难看出消失的幼儿学问面还是比拟广的，他们都能对这些事情做出自己的评价，并进展分析，了解受伤缘由。

第三环节是不错的活动的，幼儿积极争论正确使用眼睛的方法。在说起做眼保健操时有些幼儿口语表达不清晰，但动作就很位，我就让一个幼儿做动作一个幼儿进展讲解，孩子们对这个方法很感兴趣，都举手想参与，课堂的气氛特别热闹。当中有的幼儿示范不够标准，或讲解不清晰的，其

他幼儿还会进展指正，从这里可以看出幼儿已经根本把握了正确的使用方法，活动的目标根本到达了！

通过上这节课，我知道我预备的还是不够充分，我听取了阅历丰富的老教师的建议，积极吸取阅历，虚心请教，让我学到了不少学问，假如再让我上一次，我会努力学习，细心预备，把课上的更精彩！

大班安康教案《爱护眼睛》 篇5

活动目标：

- 1、知道爱护眼睛的重要性，懂得爱护眼睛的`正确方法。
- 2、积极参加争论，结合生活阅历大胆发表自己的意见。
- 3、了解生病的病症，知道眼睛不舒适要准时告知大人。
- 4、让幼儿知道开心有益于身体安康。

活动预备：

- 1、每人一张视力测查记录表。
- 2、进展幼儿视力测查，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——以正确姿态看书。

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、自由沟通视力测查结果，并正确认读。
- 3、谈话，理解眼睛与视力的关系，激发爱护眼睛的主动性。

——表格中的数字表示什么意思呢？

——争论：为什么有的人眼睛看东西清晰，有的人眼睛看东西不清晰？

——怎样爱护自己的眼睛呢？

4、智力嬉戏“谁做得对”

——教师先后消失 4 张图片：你认为图片上的行为正确吗？为什么？

活动反思：

在教育孩子如何爱惜爱护眼睛的时候，虽然有让孩子们自由争论，但是孩子们的答复都比拟局限，只能说：“不用手揉眼睛”等等，而教师也没有进一步的去引导。教师为孩子们供应了眼睛的图片让幼儿观看，虽然能够从整体到局部、从成人到孩子来进展展现，可是在选择图片上来看，所选择的个别图片眼睛局部比拟的不明显。因此在选择教具的时候需要更加的慎重。总的来说，今日的这个活动效果还是很不错的，整个活动气氛比拟好，虽然在活动过程中仍有些许的缺乏，但是有反思有改正才会有进步，信任我们班的安康活动肯定能开展的更好的。

大班安康教案《爱护眼睛》 篇 6

活动目标：

- 1、通过教学引导幼儿熟悉眼睛构造、用途。
- 2、教育幼儿爱护眼睛，学习爱护眼睛的方法。
- 3、引导幼儿学习缓解眼睛疲惫的保健操。

活动预备：

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/988143024001007005>