最新幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思（实用8篇）

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么教案应该怎么制定才合适呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇一

1、初步了解眼睛结构。

2、知道眼睛有什么用。

3、知道怎样爱护、关心自己的眼睛。

每人一面小镜子,“大大的眼睛”画面两幅。

二、让幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的?引导幼儿在镜子里仔细看看,或用手轻轻摸摸自己的眼睛,知道眼睛像一个小圆球。

三、提问:眼睛什么地方会动?幼儿边摸边感知眼球会动。

眼睛里有什么?是什么颜色的?

眼睛长在哪里?

四、让幼儿互相观察眼睛,并进行比较。进一步感知眼睛的结构。

五、引导幼儿讨论眼睛有什么用?(幼儿互相讨论、交流)六、出示画面并提问:

1、眼睛有什么用?

2、我们怎样爱护、关心自己的眼睛?

让幼儿知道画画时要坐端正,不用脏手揉眼睛,要用干净手帕擦眼泪等。

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇二

1、让幼儿初步了解自己的眼睛的结构、特点。

2、使幼儿懂得眼睛的用途、重要性，进而培养保护眼睛的.意识。

3、在轻松地氛围中，让幼儿获得知识的同时，获得快乐。

4、通过看眼睛、说眼睛，增进互相了解和交流。

每人一面小镜子，"大大的眼睛"画面两幅。

2、 让幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的？引导幼儿在镜子里仔细看看，或用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

3、 提问：眼睛什么地方会动？幼儿边摸边感知眼球会动。

（1）眼睛里有什么？是什么颜色的？

（2）眼睛长在哪里？

4、让幼儿互相观察眼睛，并进行比较。进一步感知眼睛的结构。

教师引导幼儿说出自己的想法，感受一下自己的眼睛和别人的有什么不同。

5、引导幼儿讨论眼睛有什么用？（幼儿互相讨论、交流）

教师小结眼睛对我们的重要性，强调在日常生活中要注意保护我们的眼睛。

6、 出示画面并提问：

（1）眼睛有什么用？

（2）我们怎样爱护、关心自己的眼睛？

让幼儿知道画画时要坐端正，不用脏手揉眼睛，要用干净手帕擦眼泪等。

对本次活动进行总结，表扬和鼓励在活动中变现积极的幼儿。

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇三

1.认识测光器

2.学习使用测光器测量光线。

3.感受光的强弱对眼睛的影响。

4.感觉舒适的光线。

指针式测光器、图书区、各学习区、学习单、笔、蜡笔。

一、引起动机

老师操作布偶以戏剧互动的方式和幼儿讨论：“小朋友好，我叫小花，告诉你们一件事喔，最近我的眼睛觉得很不舒服，妈妈带我去给医生检查，医生伯伯竟然说我近视了，要我戴眼镜耶!你们知道我为什么近视了吗?”

二、发展活动

1.请幼儿讨论各种引起近视的可能原因。

2.展示测光器，说明测光器的用途及介绍使用方式。

3.带领幼儿至教室的图书区，及各区域的书写桌实际操作测光器并观察仪器上的数字变化。

4.将各区所测到的光度数记录于学习单上(附件)。

5.请孩子分享测量的.结果及光线强弱对眼睛的影响。

6.与幼儿分享标准的光线度数是多少(一般室内的标准光线为350度、白板及图书区的标准光线为500度)。

7.请幼儿分享学习单上的各区域光线是否达到标准值，若未达标准值，则需增加光线。

三、结束活动

讨论保护眼睛的正确方法。

1.能使用测光器测量并记录测光器上的数字。

2.能说出保护眼睛的正确方法。

1.园所可备一台测光器，除了供园所检视灯光的的光线是否达到标准外，亦可作为教学资源的教材。

2.不同年龄层讨论的目标可不同。

3.提醒幼儿若眼睛出现疲劳，不舒服时;应多休息。或请医生检查视力，以保持眼睛的健康。

1.可于灯管下多加几盏台灯(或双管灯减少成单管灯)测试光的强弱及于测光器下是否会有不同的变化显示;让幼儿知道看书时需有足够的光线。

2.讨论看东西的距离及光线对眼睛的影响。

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇四

保护眼睛

了解眼睛的作用和如何保护眼睛

自编故事图片4张，乒乓球1个，纸一张

2、提问：小猫为什么会眼睛疼？

它后来怎么去做的？如果你是小猫，你会怎么样呢？

如果我们没有好的眼睛将会怎么样？

提示幼儿（无法看清东西，没有办法看好书，）

农民没有好眼睛怎么样？

解放军叔叔没有好眼睛怎么样？

工人叔叔没有好眼睛怎么样？

医生没有好眼睛怎么样？

眼睛的重要性，引出学习眼睛保健操的学习。

3、学习眼睛保健操。4节：1。揉天阴穴，2。挤按睛明穴3。揉四白穴

4、拢刮眼眶

小猫的眼睛

咪咪，是一个聪明的小猫，他已经从妈妈那里学会了捉老鼠的`本事，这一天，妈妈要出门去，让小猫咪咪看门，并对他说：你一定要好好看家，别忘了晚上去捉那些坏老鼠，小猫咪咪说：妈妈，你放心去吧！！〞

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇五

1、通过教学引导幼儿认识眼睛构造、用途。

2、教育幼儿保护眼睛，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。

眼睛的构造图，故事眼镜和鼻梁，幼儿不良行为的情景图（也可以是孩子和老师的情景表演）活动过程：

一、谜语导入上边毛，下边毛，中间夹颗黑葡萄。

上大门，下大门，关起门来就睡觉。

二、了解眼睛的构造，用途1、出示图片引导幼儿观察。

2、请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。

小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。

三、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》

提问：眼镜和鼻梁为什么吵架？最后发生了什么事情？

小结：眼镜带在鼻梁上很不舒服，明明得了近视眼，没有眼镜什么也看不到，所以我们一定要好好保护我们的眼睛。

2、欣赏情景表演或看图片（1）小朋友在用脏手揉眼睛。

提问：这个小朋友做得对不对？为什么？应该怎样做？

小结：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。

（2）小朋友头趴在桌子上画画。

提问：这个小朋友哪个地方做的不对？为什么？应该怎么做？平时还要注意什么事情？

小结：看书、画画时眼睛不能距离纸太近，也不要躺着看书，否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头，眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长，看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西，多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。

四、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

1、教师示范眼睛保健操眼睛向上和向下、向左、向右看，然后向上、左、下、右转动，用手指轻轻按摩眼睛周围的肌肉，按摩眼睛上面的肌肉、下面的肌肉、太阳穴等。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和老师一起做眼睛保健操。

附故事：眼镜和鼻梁夜深了，大家都睡得很香，只有明明脸上的鼻梁在轻轻地抽泣："疼，疼，疼死我了！"他边哭边揉着红肿的鼻梁，"谁在哭？"耳朵问，鼻梁哭泣着说"明明的眼镜整天压在我的身上，我的身上又红又肿。"耳朵气恼地

说：″讨厌的眼镜每天挂在我的身上，又沉又重，难受极了！我们找他评理去！″耳朵和鼻梁怒气冲冲地找到桌子上的眼镜：″眼镜！你为什么整天都要挂在我们的身上，又沉又重，难受极了！″眼镜理直气壮地说：″是主人把我戴在你们身上的，你们要为我服务，累也是应该的！″……他们你一言，我一语地吵起来，耳朵和鼻梁气急了，他们要报仇！

第二天，明明在放学的路上边走边看书，突然鼻梁一耸肩，耳朵连忙弯弯腰，明明的眼镜就哗啦一声掉在地上，打碎了。明明没有了眼镜什么也看不见，不小心撞在了树上，鼻梁肿了，流出很多血，耳朵也很心疼，眼睛说话了：″不要埋怨眼镜，都是明明不爱护眼睛让我们什么也看不见，才请眼镜来帮忙，大家要互相帮助，提醒明明爱护眼睛，天天做眼睛保健操，摘掉眼镜，大家都会很开心！″

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇六

1、了解眼睛对人的重要性。

2、懂得如何保护眼睛。

3、培养幼儿关心、帮助残疾人的情感。

录音机、磁带、眼罩与幼儿人数相等、三幅头像画、盲人图片、一些关于保护眼睛的图片、“眼睛”六个。

1、游戏：指五官

轿是说一个五官的名称，幼儿必须又快又准得指出来。

2、以猜谜语的形式，引出活动内容，激发幼儿学习的兴趣。

谜面：上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄。

1、幼儿听歌曲《五官歌》师：小朋友，听了这首歌谁能说说我们的眼睛可以帮我们做什么？（幼儿自由回答）那我们如果没有眼睛将会怎么样呢？好，现在请小朋友一人拿一个眼罩戴好，亲身感受一下，你可以站起来慢慢得走两步。（幼儿亲身感受后回答问题）

2、出示盲人图片师：那个小朋友来说说这个叔叔为什么带着一个墨镜，手里还拿着一根木棍在马路上走？（幼儿回答）教师引出盲人一词，刚才我们小朋友也亲身感受了眼睛看不见东西是什么滋味，所以盲人叔叔做事情很不方便，我们小朋友应该怎样呢？（使幼儿懂得关心、帮助残疾人）

师：眼睛对我们这么重要，那我们是不是应该保护自己的双眼呢？怎么保护呢？老师给小朋友带来了几幅图，请你们来做裁判，看看说做的对。（将幼儿分成两组，教师出示一幅，幼儿作出判断，并说明原因，答对的一组获得一朵小红花）

最后，教师与幼儿一起小结在生活中如何保护眼睛。

幼儿手里拿着两个“眼睛”，站在距头像一米处，把眼睛蒙上，向前走给头像贴眼睛，看说贴得准。活动自然结束。

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇七

老师们，同学们：

大家好!

今天我讲话的主题是“防治近视，还自己一个清晰世界”。

环顾四周，现在患近视的学生越来越多了，为什么会这样呢?大部分同学是学习中用眼不当造成的。学习是我们学生的天职，每天繁忙的课业，令我们的眼睛几乎没有休息的时间，我们也没有很好地关注坐姿是否正确，看书做作业时眼睛是

否离书本太近，我们忽略了偶尔有意识地观看远景，于是，我们的眼睛越来越疲劳，越来越走向近视或者加深近视度。另外还有一些同学喜欢看电视或者用电脑，往往连续几个小时，造成用眼无节制，时间长了，自然就要付出患上近视、眼前模糊的`代价。失去清晰的视力，我们就等于失去了80%的感觉，多么可怕!

我们经常说眼睛是心灵的窗户，我们只有好好地保护它、呵护它，才能利用它清晰地去了解、观察我们所生活、所热爱的这个世界。所以，我们要时刻提醒自己：“我爱护我的眼睛了吗?”预防近视，从下面做起吧：

一、读书、写字姿势要端正，眼睛和书本的距离要保持一市尺。

二、连续看书一小时左右，要休息片刻，或者向远处眺望一会儿。

三、不要在光线暗弱和直射阳光下看书、写字。

四、不要躺在床上和走路时或者在动荡的车厢内看书。

五、不要长时间看电视、玩电脑。

六、认真做好眼保健操。

对于已经近视了的同学，不仅要做到以上六点，还可以从采取一些补救措施：

一、膳食疗法。多食用富含蛋白质、钙、锌的食物如黄豆、杏仁、紫菜、海带、羊肉、黄鱼等。

二、眼呼吸凝神法。选空气清新处，或坐或立，全身放松，二目平视前方，徐徐将气吸足，眼睛随之睁大，稍停片刻，

然后将气徐徐呼出，眼睛也随之慢慢微闭，连做9次。

三、熨眼法。端坐，全身放松，闭上双眼，快速相互摩擦两掌，使之生热，趁热用双手捂住双眼，热散后两手猛然拿开，两眼也同时用劲一睁，如此3～5次，能促进眼睛血液循环，增进新陈代谢。

让我们行动起来，一起保护视力、防治近视，还自己一个清晰世界，感悟美好生活!

幼儿园保护眼睛预防近视教案及反思篇八

教学目标：

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。

教学准备：

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》。

教学过程：

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3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、一尺、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。)

延伸活动：

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。