2023年保护眼睛的健康教案大班(优秀5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

保护眼睛的健康教案大班篇一

幼儿园大班健康教案：保护眼睛设计意图：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。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》。过程建议：

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。)延伸提示：

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。

保护眼睛的健康教案大班篇二

现在我班有几个幼儿已经戴上了弱视镜，所以我想通过此活动引起孩子们的注意和家长们的重视。

活动目标

1.初步了解眼睛的作用，知道眼睛的重要性。

2.懂得保护眼睛的一些方法。

3.懂得保护眼睛的正确方法，知道保护眼睛的重要性。

4.积极参与讨论，结合生活经验大胆发表自己的意见。

5.培养良好的卫生习惯。

教学重点、难点

知道眼睛的重要性，并懂得如何保护。

活动准备

1.自制眼罩若干，幼儿熟识的玩具和图片若干。

2.影响视力的图片一组。

活动过程

一.猜谜导入

二.通过游戏帮助幼儿了解眼睛的作用及其重要性

1.游戏《是什么东西》

老师给一部分幼儿戴上眼罩，然后分别出示玩具和图片，再分别请他们说说是什么东西?通过对比从而了解眼睛的作用是看东西。

2.体验游戏-闭眼作画

(1)集体闭眼作画，体验一下看不见东西的感受。

(2)讨论交流刚才的感受。

(3)教师小结，让幼儿知道眼睛在生活中的重要性。

三.如何保护眼睛

1.出示用眼不良的图片，请幼儿说出对错，并说明原因

2.教师总结归纳，教给幼儿一些保护眼睛的方法。

3.学习保护眼睛的儿歌(自编的儿歌)

四.活动延伸

带幼儿到室外眺望远处的景物。

教学反思

1.设计活动时没考虑到幼儿的认知水平还很有限，导入环节用时稍长了点。

2.出示图画内容时应该要以儿歌内容相一致，这样有利于幼儿的接受与理解，还可以帮助记忆。

保护眼睛的健康教案大班篇三

1.懂得保护眼睛重要性，掌握更多保护眼睛(视力)的知识。

2.创编“眼保健操”.体验大胆表达的成功感。

3.发展手眼协调一致的能力及创造能力。

4.了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

5.初步了解健康的小常识。

活动准备

幼儿知识经验准备：具备一定的保护眼睛的常识;具备分组讨论的经验。

教师知识经验准备：事先充分了解保护眼睛的知识。

教具、学具准备：每人一副太阳镜，上面贴满胶带;幼儿自制的小老鼠指偶人手一个;音乐磁带《你的眼里有个我》;教师自己设计的护眼知识课件;每组一套不爱护眼睛及爱护眼睛的图卡。

活动过程

第一环节：黑暗体验.感受眼睛的重要性。

幼儿戴上自制的眼镜，体验看不见东西时的感受以及由此带来的困难，认识眼睛在我们生活中的重要性。

第二环节：同伴、师幼互动，掌握更多保护眼睛(视力)的知识。

1.让幼儿观察桌面上的图卡。围绕“如何爱护眼睛”进行讨论，在讨论中获得保护眼睛的新知识，教师观察幼儿、倾听幼儿，适时给予引导。

2.结合护眼知识教学课件，与幼儿一道小结各种保护眼睛的常识，关注不同幼儿的不同表达方式。

第三环节：创编“眼保健操”。

1.教师请幼儿取出小老鼠指偶，引导幼儿想象自己是黑猫警长，将指偶呈现在眼前，眼珠随着小老鼠上、下、左、右移动，不让老鼠逃跑。这一过程，轻松达到让幼儿手眼一致、活动眼球的目的。

2.教师鼓励幼儿随音乐节拍设计、创编运动眼球、放松眼睛的步骤。

3.幼儿分组设计、创编，选择方案，编成自创的眼保健操。

第四个环节：用图示方法记录“眼保健操”。

教师及时给予支持、引导、帮助，鼓励幼儿大胆表现，用自己喜欢的方式记录。最后，展示幼儿的记录。

活动延伸

1.将眼保健操作为一日活动中的常规活动。

2.幼儿将“眼保健操”设计图带回家，提醒自己和家长不忘保护视力。

保护眼睛的健康教案大班篇四

活动目标：

1、了解眼睛的作用，初步懂得保护眼睛的重要性。

2、学习保护视力的方法，注意用眼卫生，逐步养成好习惯。

3、培养幼儿对事物的好奇心，乐于大胆探究和实验。

4、发展幼儿的观察力、想象力。

5、激发幼儿乐于探索科学实验的乐趣。

活动准备：

自编故事图片4张。

活动过程：

一、猜一猜--引出眼睛的论题，说说眼睛的作用。

师：对，它就是我们的眼睛。眼睛有什么作用?

师：眼睛可以让我们看见这个美丽的世界。除了我们人身上有眼睛，动物身上也有，你看，小猫咪咪就有一双美丽的大眼睛，可是最近却碰上了大麻烦，我们去看看究竟发生了什么事。

二、听一听--听故事，说说保护眼睛的重要性。

提问：

1、小猫为什么会眼睛疼?

2、它后来怎么去做的?

3、如果我们没有好的眼睛将会怎么样?(变成近视眼，无法看清东西，没有办法看好书)

三、说一说--学习保护视力的方法。

注意用眼卫生出示图片，让幼儿说说这些保护视力的方法。

小结：″二要″——看书、看电视、看电脑姿势要端正，要保持一定的距离;(将胳膊肘撑在桌上，将小臂和手掌伸直，中指点到鼻尖或额头，即距离30厘米左右)--要定期检查视力，认真做眼保健操。

″二不要″——不要长时间的看电视、看电脑。

——不要在过亮或过暗的地方、晃动的车厢看书、画画。(看一看、找一找，教室的哪些部位光线过强、过弱，不宜看书画画)。

总结：小朋友，现在我们一起出去看看外面的风景，看看谁看的最远。

保护眼睛的健康教案大班篇五

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）

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

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。

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。

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！”