

# 2023年小班防近视健康教案及反思中班(通用6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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 小班防近视健康教案及反思中班篇一

- 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。

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)。

### 一、谜语导入——《眼睛》

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。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和老师一起做眼睛保健操。

## 小班防近视健康教案及反思中班篇二

内容与要求：

- 1、初步懂得保护视力的重要性。
- 2、了解学习一些保护视力的有关常识，逐步养成好习惯。
- 3、愿意交流，清楚明白地表达自己的想法。
- 4、激发了学生的.好奇心和探究欲望。

活动过程：

引导学生感知、讨论有关“近视眼”的问题。

欣赏故事《倒霉的大近视眼》

教师：听听故事里的近视眼是遇到了些什么困难。

经验提升：

- 1、看书、画画坐端正。
- 2、看电视要保持一定的距离。
- 3、不要用脏手揉眼睛。
- 4、定期检查视力并进行治疗。

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。掌握后，可加快速度。

# 小班防近视健康教案及反思中班篇三

知识与技能：

- 1、体会眼睛在自己和他人生活中的重要作用。
- 2、认识近视的苦恼和造成近视的成因，掌握预防近视的方法。
- 3、向学生进行用眼的卫生保健教育，培养良好的用眼习惯。

过程与方法：

学生在经历调查、搜集、整理信息、汇报交流近视的危害和造成近视的成因过程中，合作探究出预防近视的方法。养成良好的用眼习惯。

培养学生珍爱眼睛，保护视力。掌握预防近视的方法并养成科学用眼卫生习惯。教学重难点：掌握近视的预防措施，养成良好的用眼习惯。

- 1、课前了解眼睛的结构，调查家人、邻居、同学等近视的原因以及近视带来的不便。

- 2、教学用课件。

- 1、卡片、脸形图、眼罩
2. 动画片《强强的眼睛怎么了》

- 3、课件

一、活动导入课题：

- 1、猜谜语：同学们，今天老师给你们猜一个谜语，愿意吗？“白天开门，晚上关门，仔细看看，里面有人，是什么呀？”（眼睛）（真聪明）。

## 2、游戏——《盲人画像》。

师：接下来，我们就来做一个与跟眼睛有关的游戏。谁来？

（一位学生上台表演）

听老师讲规则：在做游戏前戴好眼罩蒙住眼睛，在老师准备的脸形图上贴上眼睛、鼻子、嘴。听清了吗？拿好卡片，开始吧。打开眼罩看看贴得怎么样？其他同学可以评一评。

## 3、眼睛的作用

师：大家都觉得很好笑。其实，没有眼睛，我们的生活就会是这样子。这位同学的作品，也就告诉我们：眼睛是多么的重要。

生：有一双明亮的眼睛，我们能更顺利地做实验，

生：有了眼睛，我们能看很多很多的书，

生：有了眼睛，我们就能画出五x斑斓的图画

生：有了眼睛，我们吃饭、出行都更方便

（注意学生回答问题，要求完整表达）。

## 4、小结引入

师：是啊，我们正常的衣食住行，都离不开眼睛。没有一双明亮的眼睛，我们就不会感受到世界的美好。即使有了眼睛，不注意保护，近视了也会给我们的生活带来麻烦和不便，所以我们要保护眼睛，预防近视。板书：保护眼睛，预防近视（齐读课题）。

下面，请同学们先来看一部动画片，看一看《强强的眼睛怎

么了》。

设计意图：

活动导入，激发学生参与的积极xx□进一步认识眼睛的重要xx□

## 二、引导探究，合作学习

### （一）近视的原因

#### 1、看动画片《强强的眼睛怎么了》

提问：强强怎么了？（近视了）。

你是怎么判断他近视的？（生回答）。

师：是什么导致强强近视的？（也就是近视形成的原因是什么？）把你们课前收集到的知识在小组中交流，各小组进行比赛，看哪一组汇报得最好。（小组活动，组长记录、汇报）（以小组为单位汇报，）。

#### 2、师总结近视形成的原因（出示课件）。

师：同学们回答的都很好。（相及打开课件）其实产生近视的原因很多，除了遗传因素、环境因素、营养素缺乏之外，更多的是不良的用眼卫生行为习惯所造成的。

（1）读书、写字等学习习惯不好。

（2）书本放得离眼很近。

（3）采光、照明条件不好（过强、过弱、光源的光谱与太阳的相差太大）。

（4）持续用眼的时间太长。

(5) 课桌椅的高度搭配不合适。

师：由于以上这些原因，导致了近视的人越来越多。但从正常的眼睛变成近视眼是有一定的过程的。我们先来看眼球结构图。

3、课件演示“正常眼睛视觉形成示意图”和“近视眼视觉形成示意图”，明确近视的定义。

4、从正常眼变为近视眼的过程。（看课件，听解释）。

一旦近视了，我们的生活学习都会受影响。下面有请小记者出场，请他采访一下我们班里近视的同学。

（意图：这一环节旨在让学生了解近视的成因，从而懂得用眼卫生是保护眼睛，预防近视的有效方法。

（二）近视会给你带来哪些危害及烦恼呢？

1、小记者采访，请近视的学生回答。

2、师总结近视给人带来的危害及烦恼。（出示课件）。

师：是的，近视会给人带来很多危害及烦恼。老师做了一下总结，请看大屏幕。（指名读）视力低下，眼睛经常干x和疲劳，影响学习、生活和工作质量□xxxx戴眼镜，会导致生活、工作的不便。

## 小班防近视健康教案及反思中班篇四

1、练习投掷的动作，自由探索，迁移同伴的经验，努力投准目标。

2、能积极参与投掷活动，体验团结力量大，分享打败大灰狼

的成功喜悦。

废旧报纸制成大小、重量不一的彩色石头、大灰狼和各种野兽的头像、兔姐姐头饰、椅子、圈、垫子若干。

### 一、热身运动：

过渡：小兔子们，和兔姐姐一起做运动吧！（动物模仿操）

### 二、学习投掷：

1、过渡：最近森林里常常有大灰狼不爱劳动，来其他小动物的抢食物，所以我们小兔子们要练习本领，保护自己的劳动果实，引出投掷动作。

2、幼儿集体空手练习若干次。

3、幼儿自由选择合适自己的“石头”自由分散练习。

4、请几位幼幼儿示范动作，提示幼儿要抓紧“石头”，教师讲解动作的要领：

眼睛看着前方，从肩上用力的投出去。

5、幼儿集体再次拿“石”练习若干次。

6、再次分散练习：要求幼儿站在线上投，提醒幼儿不要将“石头”投到同伴的身上。

### 三、投准练习：

（音乐起）“大灰狼来抢食物了”由一名教师手持“大灰狼”盾牌出现，幼儿围追在“大灰狼”旁边用“石头”把大灰狼大跑。

### 四、游戏活动：



- 1、以森林里还有怪兽，森林里的小动物请小兔帮忙的形式游戏：打怪兽。
- 2、小兔子带着“石头”爬上高山、钻山洞、走小桥、来到遥远的森林，帮助森林里的动物打怪兽。
- 3、提醒小兔子到森林里先躲起来，等同伴到齐后一起用“石头”把怪兽打死，体验团结的力量大。

## 五、小结讲评：

今天我们用投掷石头的方法打跑了大灰狼，而且还学会了怎样投的准，投的远，以后再也不怕大灰狼来抢食物，欺负小动物了。

培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。活动“勇敢的小兔”就是根据幼儿的年龄特点，以幼儿最喜欢的游戏方式发展其基本动作，提高动作的协调性、灵活性，发展体能；在练习的过程中，充分让幼儿进行自主选择活动，以提高幼儿学习的自觉性和主动性。同时也培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度。

学本领时先复习进行跳的技能，然后进行障碍进行跳的练习，最后在进行游戏，这样的安排使幼儿的学习由浅入深，大多数幼儿都能学会此技能。小班的孩子非常需要教师情感上的沟通，以满足孩子的心理需要，所以我在教学中非常注重与孩子的交流，对孩子的表现及时给予鼓励和肯定。活动中我始终以“兔妈妈”的身份拉近与孩子的距离，“兔宝宝”们当然也是个个融入到了游戏中来。在孩子活动的过程当中，我也总是不断地鼓励孩子，“宝宝们真勇敢；宝宝们真能干”，这样的语言是非常符合小班孩子的年龄特点的，所以一直能感觉到孩子很开心、很满足，情感体验很愉悦。

在活动中幼儿的表现都比较好，各个环节都能依据老师的要求进行活动。幼儿基本能掌握障碍行进跳的技能，个别能力弱的幼儿也能在老师的帮助下完成这一动作技能。

1、最后的游戏可以多玩几次，因为幼儿此时的兴趣还是比较高的，可以满足他们玩的需求，适当的玩几次。

2、活动结束后放松时可以放些轻音乐，感觉会更好些。

健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作。从小激发幼儿的运动兴趣，养成坚持体育锻炼的习惯，形成勇敢顽强和坚忍不拔的意志品质，促进幼儿在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展，从而为提高国民的整体健康水平发挥重要作用。

## 小班防近视健康教案及反思中班篇五

1、幼儿能发现所吹的泡泡有大有小。

2、透过泡泡来观察身边的事物，体验发现和游戏的快乐。

3、幼儿可以用完整的普通话进行交流。

4、发展幼儿的动手能力。

物质准备：每人一小罐肥皂水，一根吸管；几张泡泡的图片。

经验准备：课前让幼儿玩吹泡泡的游戏。

发现所吹的泡泡有的大，有的小。能透过泡泡观察身边的事物。

一、教师出示图片，让幼儿观察泡泡的形状、颜色。

教师示范，让幼儿观察泡泡的大小和老师吹泡泡的方法。

## 二、吹泡泡。

- 1、为每位幼儿一罐肥皂水和一根吸管，尝试吹泡泡。
- 2、请吹的大、小不同的幼儿介绍自己吹泡泡的方法。
- 3、幼儿再次尝试吹泡泡。
- 4、幼儿两两结伴，比一比谁吹的泡泡大，谁吹的泡泡小。

## 三、看泡泡

- 1、请幼儿观察肥皂泡在阳光下变成什么颜色了。（七彩的）
- 2、请幼儿尝试在瓶口吹一个大泡泡，把这个大泡泡做为照相机，透过它观察周围的世界。

## 四、抓泡泡

- 1、教师吹泡泡，小朋友们抓泡泡。
- 2、请幼儿看看泡泡抓到后有什么变化。

本次活动是体育活动，通过玩泡泡发展幼儿的观察能力和想象能力。一开始，我是出示图片让幼儿仔细观察泡泡的形状、颜色，从而激发幼儿对这节活动产生兴趣。教师示范吹泡泡的过程中，调动孩子们对活动的兴趣及参与的积极性，孩子们高兴地连跳带说使劲拍手，有的. 幼儿还说：“老师我拍的好不好。”“真好，你真棒。”

在看泡泡这个环节中，幼儿的兴趣更高。张光跑过来对我说：“老师我吹的泡泡像气球，真漂亮。”哲宇跑过来说：“老师我吹出了许多泡泡，一层一层的真好看。”每位幼儿都说出自己

不同的观点。最后，在和孩子们玩泡泡的过程中，幼儿你追我赶的玩的非常尽兴，小思琦跑过来说：“老师看，泡泡在我手里破了，真好看。”喜欢抢镜头的张玉莹说到，老师我的泡泡落在身上都把我的衣服弄湿了。整个活动完成的非常成功。

小百科：泡泡，泛指某些液体内部空气散发，鼓起的圆形或者半圆、椭圆形的汽泡等等。

## 小班防近视健康教案及反思中班篇六

在孩子进餐中我发现孩子有不少碰到爱吃的菜就得很多，不爱吃的菜就少吃或者干脆不吃，有的孩子甚至将吃的菜吐出来。通过家访我们了解到，孩子在家中也有很多菜不吃，挑食，偏食的现象比较严重。针对这种现象，我设计了本教学活动。

1. 初步理解故事内容。
2. 培养不挑食的习惯。
3. 知道人体需要各种不同的营养。
4. 了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
5. 初步了解健康的小常识。

要求幼儿理解故事内容，知道挑食、偏食是不好的。

1. 故事图片
2. 内放胡萝卜、西红柿、黄瓜等的一次性小碗、牙签每人一份
3. 音乐磁带《红苹果》

1. 导入活动. 播放歌曲《红苹果》，说说爱吃的食物，引起幼儿兴趣，集中幼儿注意力。

2. 老师讲述故事《多多什么都爱吃》

1) 老师边讲述故事边引导幼儿观察图片，让幼儿自然地进入故事情境，把握故事发展的顺序，幼儿在老师引导下理解故事内容并尝试表达。

2) 与幼儿讨论，引导幼儿思考小狗多多长大后的情形，鼓励幼儿从不同方面进行想像并交流自己的想法。

3. 品尝蔬菜。鼓励幼儿勇于尝试，产说吃这些菜的感受，鼓励幼儿克服不良习惯，像多多一样什么都爱吃。

活动开始部分，我以幼儿熟悉的歌曲《红苹果》引出有关食物的话题：多吃苹果身体好，那我们还吃什么食物呢？这种开放式问题抛出要求幼儿结合自己的生活经验进行回答。讲述故事部分，我边讲述边带领幼儿观察图片，联系平时吃饭时的经验来理解故事要表达的内容。活动结束部分，采用吃一吃，说一说的形式鼓励幼儿多吃蔬菜类食物。以此来改变幼儿存在的挑食、偏食的现象。在活动中对于自己提出的问题，在幼儿没有充分表达或者没有表达时就急于给出答案。