

最新幼儿园大班爱护眼睛教案(大全13篇)

二年级教案要注重培养学生的主动学习能力和合作意识。以下是一些经过实践验证有效的初一教案样例，希望能对教师们有所帮助。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇一

- 1、了解眼睛的作用以及眼睛各部分的名称。
- 2、创编“眼保健操”，体验大胆表达的成功感。
- 3、懂得保护眼睛的重要性，掌握更多保护眼睛(视力)的知识。
- 4、引导孩子乐于接受治疗。鼓励小朋友。
- 5、培养幼儿乐意在众人面前大胆发言的习惯。

1、每人一面小镜子。

2、眼睛的结构图，对视力有益的食物图片，挂图《眼睛生病了》。

3、每人一副自制的太阳镜。上面贴满胶带：幼儿自制的小老鼠指偶人手一个。

4、经验准备：活动前带幼儿玩《捉迷藏》的游戏。

一、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。认识眼睛在生活中的重要性。

二、初步了解眼睛的功能

1、谈谈眼睛被蒙住的感受。

师：在捉迷藏的时候，眼睛被蒙住你有什么感受？

2、师：我们的眼睛可以看到哪些东西？(拓展幼儿的思维空间)

三、了解眼睛各部分的名称

2、出示眼睛结构图，引导幼儿观察。

教师小结：眼睫毛对眼睛有保护作用，能遮住眼睛不被强光照射，也可防止尘土落入眼内。眼睛里面像黑葡萄的是眼珠，眼珠最中间的小黑点叫瞳孔。

四、讨论学习保护眼睛的方法

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？(如用脏手帕擦眼睛，用脏手揉眼睛，看书或看电视时间太长、坐姿不端正等。)

4、讨论：日常生活中_我们应怎样保护眼睛？

a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；画画、写字时要注意与桌子保持一拳、一尺、一寸的距离；平时毛巾、脸盆等要专人专用，并定期消毒和清洗，防止相互传染：眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。

b出示对视力有益的食物图片，如胡萝卜、虾、大豆、猪肝、鸡蛋、牛奶、水果、肉类等，引导幼儿每样菜都要吃，食品应多样化，荤素合理搭配，这样对我们的眼睛、身体有好处。

五、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、放松眼睛的方法。

3、幼儿分组设计、创编眼保健操。

4、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。

5、教师小结：今天我们知道了许多有关眼睛的秘密。老师希望每个小朋友都有一双明亮的眼睛。从现在起，改掉那些不好的习惯，好好地保护我们的眼睛。

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。

3、进一步开展有关如何保护眼睛的讨论。

整个活动通过幼儿的看一看、听一听、说一说、做一做，由浅入深地展开，激发了幼儿的求知欲望，使幼儿知道了眼睛的重要性，掌握了更多的保护眼睛(视力)的知识，提高了科

学认知能力。

在活动指导过程中，我注重“三个最”，即最大的观察（努力观察每位幼儿，适时提供帮助），最小的干预（教师不干预代替，突出幼儿为主体），最多的鼓励（肯定、鼓励幼儿的点滴进步¹。另外努力把握“玩中学”的度，让幼儿在体验、讨论、游戏、操作中获取新知，充分表现自己，较好地达成本次活动的目标。

小百科：眼（又称眼睛，目）是一个可以感知光线的器官。最简单的眼睛结构可以探测周围环境的明暗，更复杂的眼睛结构可以提供视觉。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇二

《眼睛变红了》故事视频；“保护眼睛”组图。

镜子（每组一个）。

发放材料“镜子”，鼓励幼儿观察自己的眼睛，讨论眼睛的构成及作用。

1. 出示材料“镜子”，鼓励幼儿观察眼睛的构成。

——看一看你的眼睛，圆圆的部分是什么？（眼珠）

——白色的部分是什么？（眼白）

——闭上眼睛再睁开，想想是什么帮助我们完成这个动作的？（眼皮）

——眼皮上方，帮助我们挡住风沙的`是什么？（睫毛）

2. 引导幼儿自由讨论眼睛的作用。

——我们的眼睛是用来做什么的？

——如果没有眼睛，我们的生活会变成什么样？

小结：我们的眼睛是由眼珠、眼白、眼皮、睫毛组成的。眼睛是我们的视觉器官，没有眼睛我们就不能读书认字、看图赏风景，没有眼睛我们什么也看不见。

播放故事视频《眼睛变红了》，引导幼儿了解眼病发生的原因。

——小朋友飞飞有一双漂亮的眼睛，可是最近他的眼睛生病了，这是怎么回事呢？一起来看看吧。

——飞飞的眼睛得了什么病？

——你觉得飞飞为什么会得红眼病？（用脏手揉眼睛）

——为什么其他小朋友也得了红眼病？

小结：用脏手或脏手绢擦眼睛会把细菌带到眼睛里，引起红眼病、沙眼等眼部疾病。红眼病会传染，要及时治疗。

出示组图“保护眼睛”，鼓励幼儿判断图中小朋友的做法是否正确，并学习保护眼睛的方法。

——小朋友在做什么？

——他/她的做法是对的吗？为什么？

小结：眼睛对我们来说非常重要，我们要注意用眼卫生，学会用正确的方法保护它。

活动延伸

日常活动

日常活动中，要提醒幼儿的用眼卫生。

家园共育

家长陪同幼儿观看“宝宝巴士儿歌”——《谁爱揉眼睛》，进一步了解揉眼睛的危害，培养幼儿爱护眼睛的好习惯。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇三

- 1、指导幼儿认识眼睛的重要作用和保护眼睛的方法。培养幼儿良好的用眼卫生习惯。
- 2、懂得爱护眼睛，渗透对近视同伴的关爱、尊重。

录象

一、谈话导入

1、用一则生动的谜语引入活动主题：有趣有趣真有趣，小小两颗黑葡萄。白天躲在草丛里，晚上急忙盖被子。

是什么？（课件：眼睛）

2、说说是怎么猜出来的：你怎么知道的？

3、引导认识眼睛的重要性：我们的眼睛重要吗？为什么重要？

（讲到写字时）是呀，他能帮助我们写字。现在我们就来写一写：“黑眼睛，亮晶晶”

4、体验失去眼睛后的不便：这么重要的东西如果没有了会怎么样呢？

（闭上眼睛再写一遍，一起睁开眼睛，先自己欣赏再前后桌交流欣赏。）

5、挑选几份进行展示、交流：看到小朋友写的两次完全不同的字，你有什么想说的吗？

二、引导幼儿初步认识眼睛的作用

眼睛可真了不起，但他也是非常脆弱的，很容易受到伤害。听，是谁在哭……

1、以眼睛自述的形式引导幼儿了解不良的用眼习惯带来的严重危害。

2、通过交流感受带眼镜的麻烦

三、眼球操

1、原来，戴眼镜是一件这么麻烦的事情。你看，我们拥有一双灵活、明亮的眼睛多棒啊！让我们一起来活动活动我们的眼睛。（教师喊口令示范，学生跟）

在看书、打电脑、看电视，弄得两眼发酸、疲劳的眼睛时，可以做《眼球操》

抬起头，呼气，眼球向上看五秒，然后吸气，头回到原来位置。低下头，呼气，眼球向下看五秒，然后吸气，头回到原来位置。按着相同的动作要领，头部左右上下晃动，前后左右旋转。最后，用力闭上双眼，再把眼睛一下子睁开。

再跟着音乐做一做。

五、引导保护眼睛

集体讨论、交流保护眼睛的方法：

结束语：眼睛是心灵的窗户，让我们从现在起养成爱护眼睛的好习惯，让每一个人都有一双明亮的眼睛。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇四

通过给幼儿猜谜语,用讨论、说、看、亲身体验,使幼儿由感受到体验,由浅入深;由理解、认同、到实践。对眼睛在自己和他人生活中的重要作用有了较深刻的体会。学习了正确的用眼常识,了解了不良的用眼习惯对眼睛的损坏,达到了教学目标。

- 1、指导幼儿认识眼睛的重要作用和保护眼睛的方法。
- 2、懂得爱护眼睛。
- 3、培养幼儿良好的用眼卫生习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、了解五官的作用,掌握保护五官的方法,培养幼儿自我保护的能力。

- 1、怎样保护眼睛
- 2、如何培养幼儿良好用眼卫生习惯。

教学课件

- 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,晚上急忙盖被子。(眼睛)
- 2、说说是怎么猜出来的:你怎么知道的?
- 3、引导认识眼睛的重要性:我们的眼睛重要吗?为什么重要?

4、体验失去眼睛后的不便：这么重要的东西如果没有了会怎么样呢？

5、请幼儿用手遮住眼睛，说说感受。

引导幼儿初步认识眼睛的作用

眼睛可真了不起，但他也是非常脆弱的，很容易受到伤害。

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

3、播放教学课件引导幼儿判断哪些图是正确的，那些图是错误的，为什么？

讨论怎么样保护视力？

结束语：眼睛是心灵的窗户，让我们从现在起养成爱护眼睛的好习惯，让每一个人都有一双明亮的眼睛。

本次活动目标是：

1、指导幼儿认识眼睛的重要作用和保护眼睛的方法。

2、懂得爱护眼睛。

3、培养幼儿良好的用眼卫生习惯。

这节课我共分四方面来进行教学，首先让幼儿观察了解眼睛，了解它的用途。用亲身体会的方式，知道眼睛的重要性。用播放课件判断正误，了解不正确使用眼睛的坏处。在播放课件时，幼儿都能积极的举手告诉我这些行为的对错，从这里

可以看出幼儿对于这些东西是十分的熟悉的;并对它们的用途也是比较了解的,大多数的幼儿一次就把所有答案都说出来了,但是对于他们的共同之处幼儿的回答就不太完整,虽然知道但是不能用一个较好的词语来进行概括,从这里我发现我班幼儿在语言发展方面,词汇还是不够丰富需要加强。

在第二环节中主要让幼儿交流生活中使用眼睛不当造成伤害的一些体会。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,幼儿的知识经验还是较丰富的,有些我也没有马上想到,但是幼儿一下子就联想到了,还对我说了很多发生在他们自己或者周围人身上的一些伤害事故,从中不难看出现在的幼儿知识面还是比较广的,他们都能对这些事情做出自己的评价,并进行分析,了解受伤的原因。

第三环节是

不错的活动的**,幼儿积极讨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楚,但动作就很位,我就让一个幼儿做动作一个幼儿进行讲解,孩子们对这个方法很感兴趣,都举手想参加,课堂的气氛非常热烈。当中有的幼儿示范不够标准,或讲解不清楚的,其他幼儿还会进行指正,从这里可以看出幼儿已经基本掌握了正确的使用方法,活动的目标基本达到了!

通过上这节课,我知道我准备的还是不够充分,我听取了经验丰富的老教师的建议,积极吸取经验,谦虚请教,让我学到了不少知识,如果再让我上一次,我会努力学习,精心准备,把课上的更精彩!

小百科:眼(又称眼睛,目)是一个可以感知光线的器官。最简单的眼睛结构可以探测周围环境的明暗,更复杂的眼睛结构可以提供视觉。复眼通常在节肢动物(例如昆虫)中发现,通常由很多简单的小眼面组成,并产生一个影像(不是

通常想象的多影像)。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇五

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。

教案设计频道小编推荐： [幼儿园大班教案](#) | [幼儿园大班教学计划](#)

幼儿园大班爱护眼睛教案篇六

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。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇七

1、了解眼睛的构造及功能

2、掌握常见的保护眼睛的方法，会做眼球操。

眼睛模型、纸偶

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，这里哪些是你们认识的？

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，是因为他们的虹膜颜色不一样引起的。

玻璃体：维持我们眼睛的形状。

三、讲一讲——说说保护眼睛的办法

师：什么时候你们会觉得眼睛不舒服？我们怎样来保护它？

小结：不能长时间用眼；不能用脏手揉眼睛；不能在阳光强烈的地方看书；

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保护眼睛？

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。幼儿掌握后，可加快速度。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇八

学习

了正确的用眼常识，了解了不良的用眼习惯对眼睛的损坏，达到了

教学

目标。

活动目标

- 1、指导幼儿认识眼睛的重要作用和保护眼睛的方法。
- 2、懂得爱护眼睛。
- 3、培养幼儿良好的用眼卫生习惯。

4

教育

幼儿养成清洁卫生的好习惯。

- 5、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

重点难点

- 1、怎样保护眼睛
- 2、如何培养幼儿良好用眼卫生习惯。

活动准备：

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,晚上急忙盖被子。(眼睛)
- 2、说说是怎么猜出来的:你怎么知道的?
- 3、引导认识眼睛的重要性:我们的眼睛重要吗?为什么重要?
- 4、体验失去眼睛后的不便:这么重要的东西如果没有了会怎么样呢?
- 5、请幼儿用手遮住眼睛,说说感受。

引导幼儿初步认识眼睛的作用

眼睛可真了不起,但他也是非常脆弱的,很容易受到伤害。

- 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、讨论:眼睛为什么会生病?(脏手揉眼睛,擦眼睛,看书或看电视太疲劳,坐姿不端正)
- 3、播放教学课件引导幼儿判断哪些图是正确的,那些图是错误的,为什么?

讨论怎么样保护视力?

结束语:眼睛是心灵的窗户,让我们从现在起养成爱护眼睛的好习惯,让每一个人都有一双明亮的眼睛。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇九

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、自由交流视力测查结果，并正确认读。

3、谈话，理解眼睛与视力的关系，激发保护眼睛的主动性。

——表格中的数字表示什么意思呢？

——讨论：为什么有的人眼睛看东西清楚，有的人眼睛看东西不清楚？

——怎样保护自己的眼睛呢？

4、智力游戏“谁做得对”

——教师先后出现4张图片：你认为图片上的行为正确吗？为什么？

幼儿园大班爱护眼睛教案篇十

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。

科学认知活动

35分钟

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。

眼睛的作用、保护眼睛的挂图。

（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）

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。

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。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇十一

在教育孩子如何爱护保护眼睛的时候，虽然有让孩子们自由讨论，但是孩子们的回答都比较局限，只能说：“不用手揉眼睛”等等，而老师也没有进一步的去引导。教师为孩子们提供了眼睛的图片让幼儿观察，虽然能够从整体到局部、从成人到孩子来进行展示，可是在选择图片上来看，所选择的个别图片眼睛部分比较的不明显。因此在选择教具的时候需要更加的谨慎。总的来说，今天的这个活动效果还是很不错的，整个活动气氛比较好，虽然在活动过程中仍有些许的不足，但是有反思有改正才会有进步，相信我们班的健康活动一定能开展的更好的。

幼儿园大班爱护眼睛教案篇十二

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）。

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！

幼儿园大班爱护眼睛教案篇十三

1、认识眼睛构造、用途。（认知）

2、想要保护眼睛，愿意学习保护眼睛的方法。（情感）

3、学会缓解眼睛疲劳的方式。（技能）

教学重难点：经过学习知道并愿意自发地学习保护眼睛的方

法，养成良好的用眼习惯

物质准备：眼睛的构造图，故事《眼镜和鼻梁》，幼儿用眼的情景图、神秘礼物

一、谜语导入：

老师：1234567，我们一起来游戏。点点头，插插腰，我的表现最最好。

师：宝贝们，昨天开心吗？

幼：开心

师：昨天呀，莹老师也很开心，因为莹老师看了一本很有趣的书，有个谜语要和大家一起分享，大家也来猜猜看老师说的是什么东西，让我看看谁最聪明。

师：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。

宝贝儿们猜猜看老师说的是什么？

幼：眼睛

师：宝贝儿们真聪明，小手转一转，你棒，我棒，大家棒。

二、了解眼睛的构造，用途、

1、出示图片引导幼儿观察。

师：这是什么？

幼：眼睛

师：眼睛的上面有什么？

幼：眼睫毛

师：眼睫毛有什么用处？

幼：……

师：中间像黑葡萄的是什么？

幼：……

师：瞳孔

师：眼睛是用来干什么的？

幼：看书、看报、看电视、看电脑、看路……

师：哇，眼睛有这么多的用处

2、请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。

师：现在呀，你们试一下闭上眼睛走一下路。然后你们跟老师说说你们有什么感觉。

幼：……

幼：重要

三、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法。

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清，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清，才请眼镜来帮忙，我们大家要互相帮助，提醒明明爱护眼睛，天天做眼睛保健操，摘掉眼镜，大家就都会很开心了！”

1、欣赏故事《眼镜和鼻梁》

师：眼镜和鼻梁为什么吵架？

幼：因为眼镜压在鼻梁上面，很沉，鼻梁被压痛了

师：明明哪里做错了？

幼：……

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。

师：眼睛那么重要，那么我们就一定要好好保护它吧，下面我们来看看其他小朋友是怎么对待眼睛的，他们做的对不对。小眼睛，看，看，看黑板。

2、欣赏情景表演、看图片

(1) 小朋友在用脏手揉眼睛。

师：这个小朋友做得对不对？

幼：不对

师：为什么？

幼：因为他用很脏的手揉眼睛

师：那我们眼睛不舒服，应该怎样做？

幼：用毛巾擦……

幼：去看医生……

师：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病，我们如果感到眼睛不舒服可以用干净的毛巾、手绢擦，叫爸爸妈妈给我们看，还不好的话，就去医院看医生。

(2) 小朋友戴着泳镜在游泳

师：这个小朋友做得对不对？

幼：对的

师：……宝贝是不是也是戴着泳镜去游泳的呀

幼：是的。

幼：……

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，背挺直，身体离桌子有一个拳头的距离。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、师：除了上面莹老师说到的方法，还有一种方法可以保护和锻炼眼睛哦，我们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。

五、通过游戏《小小抢答赛》来巩固保护眼睛的知识

1、教师先把幼儿分成两组

2、通过抢答赛巩固护眼知识

1、必须要举手才算抢到

2、莹老师点到的组才可以回答问题

3、最后赢的组可以得到奖品

听明白了吗

幼：恩

.....

师：老师宣布.....组赢了，我们一起祝贺他们吧，你的表现好，你的表现棒，你的表现no.1☺

师：在教室待得久了让我们出去放松放松眼睛吧

幼儿园大班健康教案《保护我的小眼睛》