

最新幼儿园保护眼睛班会 爱护眼睛班会 教案(模板9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

幼儿园保护眼睛班会篇一

- 1、通过教学让学生知道每年的6月6日是全国爱眼日。
- 2、指导学生了解眼睛的基本结构，学会保护眼睛的常识以及掌握正确的眼保健操穴位和姿势。
- 3、使学生感受到眼睛的重要性，懂得保护眼睛从我做起，从现在做起。

教学准备：

相关的视频、媒体、快板、照片的搜集。

教学过程：

一、猜谜引出课题

师：1、上边毛下边毛中间一颗黑葡萄?这是什么?(眼睛)

2、眼睛是我们身上很重要的器官。谁知道眼睛的作用?

3、有了一双明亮的眼睛可以看清事物，这是多么的重要。今天让我们一起来了解我们的眼睛，保护我们的小眼睛。齐读课题：保护我们的小眼睛。

二、了解眼睛的结构

师：要想保护我们的小眼睛，首先让我们一起来了解一下眼睛的构造。

- 1、角膜：眼球最外面的一层透明体，用来收集图象。
- 2、虹膜：通俗点讲究是瞳孔周围，中国人是咖啡色，欧洲人是蓝色的部分。
- 3、晶状体：透明而有弹性，能收缩和舒张，使远近不同的物体准确成象在视网膜上。
- 4、瞳孔：在角膜和晶状体之间，中央有小孔，小孔能放大和缩小，从而调节进入眼睛的光线强弱。
- 5、视网膜：眼睛最里面一层，能呈现图像，信息，但是倒图像。
- 6、视神经：能把双眼获得的图像大小、形状、色彩、动与静等信息传递给大脑。

(生：挡住风沙和灰尘。)

师：是啊，眼睫毛也是用来保护我的眼睛的，你看造物主把一切美好的东西都给了我们，所以我们要……(齐读课题)

三、观看视频

1、师：可是有个孩子叫努努力，他的眼睛怎么啦?请看视频，播放视频《保护视力》。

2、看了录象，谁来说说他的眼睛怎么啦?

生：看不见了。

为什么会眼睛看不见了呢？

书写姿势不正确，眼睛离书本太近。看电视太近。躺着看书。

3、听听专家是怎么说的。继续看。

你听到了什么？

师总结：

1、看书写字眼睛要与书本保持一尺的距离。

2、看电视也不能太近，必须保持三米的距离。

3、也不能在完全黑暗的房间里看电视。

4、不能躺在床上看书。

师：我们知道了保护视力从身边小事做起，让我们来听听施羽菲等同学给我们带来的快板，《保护眼睛》有请。

师：谢谢他们精彩的快板，让我们再一次知道了如何去保护我们的小眼睛。

四、举例交流自己平时爱眼的做法

师：那么请大家说一说平时你是怎样爱护自己的眼睛的，举出例子。

生交流。

五、出示班中用眼不卫生的照片

生：我想对__说…… 说道的同学要呼应。

六、讨论如何保护视力

(学生讨论，交流)

师：同学们说得很好，老师把它总结如下：

学生齐读：

- 1、坚持做好眼保健操。
- 2、看书写字、做作业、看电视、玩电脑的时间不能过长，要使眼睛得到充分的休息。
- 3、不要在强光或其他不适宜的光线下看书或写字。
- 4、不玩尖锐的玩具，以免伤到自己或他人的眼睛。
- 5、不用脏手或脏毛巾揉眼睛，以免细菌进入眼睛伤到眼睛。
- 6、眼睛有了毛病要及时治疗。

七、学做眼保健操

1、师：在日常的生活中老师发现同学们做眼保健操的穴位还没有找准。今天让我们一起重温正确的姿势和穴位。请看眼保健操操法分解演示。

播放视频：

要求：仔细看，认真听，跟着学。

八、饮食调节

通过学习和实践，大家知道了正确的做法，希望每天的二次眼保健操大家都能认真做。保护眼睛是多方面的，我们还可

以从饮食上来调节。

第一类：维生素a和胡萝卜素

缺乏维生素a□人体从亮到暗的适应能力就会下降，还会导致眼睛干燥、转动不灵。

补充来源：肝脏、蛋黄和全脂奶。植物性食品当中的胡萝卜素可以在体内转变成维生素a□各种蔬菜颜色越深，胡萝卜素含量就越高。

第二类：维生素b族

补充来源：鸡蛋黄、牛奶、动物内脏、瘦肉、豆类、各种粗粮、全麦食品等。

第三类：钙和锌等矿物质

膳食中长期缺钙，会导致眼球转动不灵活，眼肌调节能力和恢复能力差，使近视度数加深。缺锌会造成弱光下视物不清。

补充来源：牛奶、豆腐等补钙佳品。贝类和软体类海鲜、动物运动部位的瘦肉、鱼类、黑芝麻、西瓜子、核桃等则含锌丰富。

第四类：维生素

维生素c□维生素e和类胡萝卜素等抗氧化物质 它们可以延缓眼球功能的衰老。

幼儿园保护眼睛班会篇二

1、使幼儿了解五一假期中应注意的安全和卫生，增强幼儿的自我保护意识。

2、通过讨论，激发幼儿过劳动节的情感，教育幼儿热爱劳动，坚持自己的事情自己做。

安全教育挂图。

放假的时候，孩子们一个个像出笼的小鸟；等到回幼儿园的时候经常有的孩子“伤痕累累”为此，我设计了本节活动。

一、让幼儿知道五月一日是国际劳动节，丰富幼儿的知识经验，激发幼儿过节的兴趣。

1、教师：“小朋友们，明天我们幼儿园就要放假了，知道为什么吗？启发幼儿动脑筋想问题。

2、教师讲述“五一”国际劳动节的来历，让幼儿了解。

二、组织幼儿讨论怎样安全、愉快的过好这三天的假期。

1、教师引导幼儿：“放假后你想做些什么事情呢？”

2、有哪些事情是不可以做的呢？引导幼儿说出有关安全知识的内容。

3、创设情境，提问幼儿：可以这样做吗？为什么不能这样做呢？

三、教师总结假期里要注意的安全事项。

（一）安全教育

1、不能玩家中的插座、开关、打火机、尖锐或易吞服的物品。

2、注意交通安全，不单独走出家门。若外出游玩时，不离开要牵着大人的手，不随便与陌生人说话，不要陌生人的东西。

3、独自在家时，不爬阳台、门窗或其他高处，把门关好，不给家长以外的人开门。

4、不能摸家中的药品，不到厨房去玩耍。

5、不能在危险地带玩耍，不做危险游戏；6、熟悉三个特殊电话号码的用法。

（二）卫生保健

1、教育孩子要少吃零食，多吃蔬菜水果，吃熟食，养成按时进餐和自己进餐的好习惯。

2、多喝白开水，不吃雪糕、不喝冷饮。吃东西以前要洗手。

3、勤洗澡洗脚，勤剪指甲。

四、活动延伸：请家长在假期中合理安排幼儿的一日活动，有条件的可带领幼儿去旅游等，丰富孩子的生活内容。

【延伸阅读】五一节安全教育

亲爱的同学们尊敬的各位家长朋友：

一、自觉遵守交通规则，注意交通安全。

1、路上靠右边走，过公路时走人行横道，不横穿马路在公路上不追逐打闹，注意行路安全。

2、不在公路上骑自行车、玩耍，追赶车辆，进县城不闯红灯。

3、外出不得乘坐农用三轮车、报废车辆和手续不全的车辆。

4、乘车注意文明礼貌，主动给老人、儿童和残疾人让座，乘车时不准将头、手伸出车外。在公共场所要遵守秩序，有礼

貌。

二、天气转暖转热，谨防溺水时间发生。

五一期间由于天气转暖转热，没有家长带领，不允许独自一人去水边、池塘、河流、沟、湖泊、游泳池，以防溺水事件的发生。

三、消防安全

不玩火、不触摸带电物体、不乱动煤气、汽油等易燃物和有危险的物品。

四、食品和卫生安全

1、不暴饮暴食，注意饮食卫生，不在剧烈运动后大量喝凉水。不随便在路边小摊、卫生不好的地方乱吃东西，不吃过期、有毒、腐烂、变质的东西，预防食物中毒。

2、特别要注意的是近期手足口病传染时期。因此，希望大家注意个人卫生，尽量不要外出，不要到人群集中的地方去。

五、外出活动安全

1、外出旅游要注意自身安全，注意保护旅游景点的公共设施及环境卫生，做一个文明的游客。

2、不和陌生人说话，不跟陌生人走路，不吃陌生人给的东西。

3、不爬高，不上树，不爬电线杆、栏杆、房屋、桥梁、土坡、不做危险性的活动等，不到铁路、施工重地等不安全的地方玩耍。

4、五一期间严禁外出上网吧、游戏厅等一些不利于青少年健康成长的场所，要预防意外事故发生。

5、不独自外出，外出时必须有家长带领，在无父母陪伴下，外出玩耍时要告诉父母：到哪里去、和谁一起、什么时间回来。严禁几个同学私自外出玩耍，未经家长允许不准在外过夜。

6、希望每位学生要认真遵守安全行为公约，要互相监督，互相约束。发现不良行为及时向家长报告，消除安全隐患。

最后，希望同学们认真完成假期作业，多看一些有益的书籍。总之，希望全校师生把“珍爱生命，安全第一”牢记在心，平平安安过“五一”，快快乐乐返校来！

幼儿园保护眼睛班会篇三

1、通过开学第一课教育活动，让幼儿感受到幼儿园的快乐生活。

2、引导幼儿体验“长大一岁”，做哥哥姐姐的快乐。

20xx年9月5日

幼儿园，后院

1、环境、场地的布置。

2、中大班幼儿节目准备。

幼儿园全体教师和幼儿

一、开场词

敬爱的园长、亲爱的老师、小朋友们：

大家好！

二、园长致辞

下面请我们的园长x老师代表群体老师，发表新学期对小朋友们的希望和希望！

可爱的小朋友们好！

首先欢迎新入园的小朋友们，你们将和哥哥姐姐、老师们一起开始你们在幼儿园的暂新的集体生活，希望你在幼儿园的每一天都健康、开心、快乐；其次恭喜升班的小朋友们，你们又长大了一岁，到了新的班级，开始学习新的课程，希望你们能学到更多的知识。

新学期新面貌，幼儿园为小朋友添置了新玩具、创设了优美的环境、老师们为小朋友设计了丰富多彩、妙趣横生的活动，厨房的叔叔阿姨为小朋友准备了营养丰富、味道鲜美的饭菜。希望小朋友每天高高兴兴地来幼儿园，吃得饱饱的、睡得香香的，开开心心地学习、游戏，你们将在这里学到很多很多的本领，成为聪明能干可爱的小博士！

最后，送上我为幼儿园写的一首诗歌xx

万里青天染彩霞，柳风暖暖送归家。

笑声遍唱余心乐，到处阳光满院花。

我的讲话完了，谢谢大家！！

谢谢x老师！希望小朋友们能记住王老师的话，在幼儿园健康快乐的成长！

感谢中大班的小朋友给我们带来的精彩演出。接下来的时间请各班的老师带领小朋友们去熟悉自己的班级和新来的小朋友。开学第一课教育活动到此结束！

幼儿园保护眼睛班会篇四

(1) 这学期，由于运动会表现不理想，影响了班级建设。为培养同学之间互相关爱，召开本次班会。

(2) 通过班会，使同学们同学之间遇事互相关心，培养同学们关爱别人的意识，增强班级凝聚力。

班会形式：欣赏歌曲、竞赛、讨论等形式。

(2) 全班学唱《爱的奉献》以及布置竞赛；

(3) 布置会场（在课室前面黑板书写主题，准备音乐磁带，布置教室座位。）

1. 男女主持人发言

男：老师！

女：同学们！

男女：大家好！

女：首先，让我们以热烈的掌声对亲临领导的领导、老师表示热烈的欢迎。（掌声）

男女：“关爱别人——主题班会现在开始！（掌声）

女：首先，我们两位主持有一个小小的请求：希望全体同学合唱一首《爱的奉献》，为这次主题班会拉开序幕。全体起立！

（班级全体同学合唱《爱的奉献》）

女：同学们请坐。

男：我们都是同学，在班里应该互相帮助。

女：嗯，一点也不错，我们每个人都献出一点爱，我们的集体将会是个团结的集体。

男：好，下面进行我们班会课的第一个环节——“我说谁帮过我”。在这一环节中，我们主要是让同学们用心去发现我们班的关爱别人的优良传统；同时，也希望同学们能发扬这些优良传统，促使我们的集体更团结。（学生自由发言）

女：“我说谁帮过我”环节就到此为止，从刚才同学们的发言中，我们可以知道，我们高三（12）班的能关爱别人的同学还真不不少呢。下面，请欣赏一个我们班的同学自编自演的小品——《上课时》。请同学们一边看一边思考，小品中人物的做法哪些是正确的，哪些是错误的。

2. 通过演小品。

小品内容：上课时，因为一件衣服，两人打起来，课也没上好。

引入：

女：小品已经表演完了，让我们再次以热烈的掌声感谢这么多位“演员”的表演，谢谢！

男：非常感谢这些同学为我们表演了一个那么精彩的小品。同学们，下面请大家以四人为一小组进行讨论，评评小品中哪些人物的哪些做法是错误的？应该怎样做就避免这次冲突了。

3. 分组讨论

（全体同学以四人为一小组展开激烈讨论。后自由发言，谈

各自看法，批评遇事不冷静，鼓励大家遇事下课找老师，课上要先冷静上课。)

女：同学们刚才的发言都很好。我们班是一个优秀的班集体，这来自全体同学的共同努力。下面，我们进行班会的最后一个环节——“我要对你这样说”、主要是让同学们谈一谈以前的什么是我做的不对，以后我再遇到这样事会怎样处理。
(学生自由发言。)

男：同学们，我们的发言先到此为止。男女同学都积极地参与发言，希望全体同学听了之后，互相取长补短，共同进步。

女：这次班会的三个环节都结束了。

男：同学们，重要的是通过这次班会，大家能遇事互相关爱，共同进步，把我们班建设成为一个更加团结的班集体。好！班会到此结束！下面请班主任总结发言。

四、请班主任作总结性发言。

(班主任总结发言)

同学们，今天召开的班会非常成功，你们在班会上这样成功的表现，我非常高兴，在高兴之余，我也想希望同学们不要把这次班会当成游戏，而是要把它当成自己成长中的台阶，在以后的学习生活中，互相关爱，用到以后的实际生活中，这样下去你们会最终成为一个关爱别人的人。

幼儿园保护眼睛班会篇五

- 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。

4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

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——《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

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，按摩下面的肌肉，按摩太阳穴等。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和老师一起做眼睛保健。

幼儿园保护眼睛班会篇六

清明节来历和风俗等资料的介绍

引入：师朗诵：清明时节雨纷纷，

路上行人欲断魂。

借问酒家何处有？

牧童遥指杏花村。

主持人甲：同学们，你们知道今年的4月4日是什么节日吗？

主持人乙：对，那天是我们一年一度的清明节。清明节是我们中国人传统的纪念祖先的节日。说起清明节的来历，我们就会想起一个人——介子推。下面，让我们来听一听介子推的故事吧。

传说在两千多年以前的春秋时代，晋国公子重耳逃亡在外，生活艰苦。跟随他的介子推不惜从自己腿上割下一块肉让他充饥。后来，重耳回到晋国，做了国君(晋文公)，大肆封赏所有跟随他流亡在外的随从。惟独介子推拒绝接受封赏，带了母亲隐居绵山。

割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。柳下作鬼终不见，强似伴君作谏臣。

倘若主公心有我，忆我之时常自省。臣在九泉心无愧，勤政清明复清明。

为了纪念介子推，晋文公下令每年的这一天，禁止生火，家家户户只能吃生冷的食物，这就是寒食节的来源。寒食节在清明节的前一天，古人常把寒食节的活动延续到清明，久而久之，人们便将寒食与清明合而为一了。现在，清明节取代了寒食节。

同学们都搜集了哪些关于清明节习俗，能来介绍一下吗？

主持人甲：谢谢为我们做的介绍，现在，我又多了解了一些关于清明节的知识了。

主持人乙：自古以来，清明扫墓不光是纪念自己的祖先，对历史上为人民立过功，做过好事的人物，人民都会纪念他。清明节祭扫烈士墓和革命先烈纪念碑，已成为我们接受革命传统教育的一种形式了。

(1)到了清明节，最主要的一项活动就是祭祖扫墓了。这一习俗相沿已久，据史书记载，秦汉时，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。古人有描写清明扫墓的诗，唐代杜牧的名句：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”这些诗句都十分真切地反映了当时清明扫墓时的情景和氛围。

为什么要在清明扫墓呢？这大概是因为冬去春来，草木萌生。人们想到了先人的坟茔，在祭扫时，给坟墓铲除杂草，添加新土，供上祭品，燃香奠酒，烧些纸钱，或在树枝上挂些纸条，举行简单的祭祀仪式，以表示对死者的怀念。

(2)清明节的习俗是丰富有趣的，除了讲究禁火扫墓，还有踏青、荡秋千、蹴鞠、打马球、插柳等一系列风俗体育活动。相传这是因为清明节要寒食禁火，为了防止寒食冷餐伤身，所以大家来参加一些体育活动，以锻炼身体。因此，这个节日中既有祭扫新坟生别死离的悲酸泪，又有踏青游玩的欢笑声，是一个富有特色的节日。

我主要向大家介绍一个放风筝的习俗。放风筝也是清明时节人们所喜爱的活动。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也放。夜里在风筝下或在拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，象闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。

清明节来临，我们倡导从“无火不成祭”转变为“无火祭奠”，将“无火祭奠”这一方式变成一种风尚，还清明节以“清明”。因为这种风尚既寄托了哀思，又传播了文明，它不仅仅是一种祭奠方式的转变，更是一种观念的转变，它

需要我们的参与和维护，它需要走进寻常百姓家，为大众所认同。

防火教育：

1、不玩火。有的青少年对火感到新奇，常常背着家长和老师做玩火的游戏，这是十分危险的。玩火时，一旦火势蔓延或者留下未熄灭的火种，容易引起火灾。

防设施，还留有供火灾发生时人员疏散的安全通道，要自觉爱护消防设施，保证安全通道的畅通。

3、清明节祭祖上坟时，要采取文明简约的方式，做到不玩火，不燃放鞭炮，禁止携带火种上山游玩。一旦发现火灾，要及时报警，未成年人不得参与扑火和救火。

4、怎样报火警？

(1)、牢记火警电话119。没有电话或没有消防队的地方，如农村和边远山区，可以打锣敲钟、吹哨、喊话向四周报警，动员乡邻一齐来灭火。

(2)、报警时要讲清着火所在地址。

(3)、说明什么东西着火，火势怎样。

(4)、讲清报警人姓名、电话号码和住址。

(5)、报警后要安排人到街道口等候消防车，指引消防车去火场的道路。

(6)、遇有火情，不要围观。有的同学出于好奇，喜欢围观消防车，这既有碍于消防人员工作，也不利于同学们的安全。注意：不能随意乱打火警电话。假报火警是扰乱公共秩序、妨碍公共安全的违法行为。如发现有人假报火警，要加以制

止。

交通安全：

注意在清明节假日期间路上的安全，要遵守交通规则。

班主任总结：通过今天的班会活动我们深刻理解了清明节的来历和节日含义，中国人历来注重情感，不忘本，因此我们对先人的祭祀是发自内心的感恩与缅怀。我们相信亲人、先祖能够感受到我们的情意与祭奠，我们华夏儿女也一定会一代代延续而这种温情。我们还要沿着革命先烈走过的足迹，树立榜样，树立正确的人生观、价值观。清明节有它深刻的文化内涵，我们不仅要热爱它，过好它，还要更好地传承它。

幼儿园保护眼睛班会篇七

元宵花灯喜乐会

二、活动时间：

20__年2月24日

三、活动目标：

1. 幼儿充分感受正月十五元宵节的乐趣，激发幼儿对元宵节的兴趣。
2. 通过活动，收纳周边幼儿名单，扩大幼儿园招生宣传。

四、活动地点：

可选择公园、幼儿园操场、幼儿园各班活动室。

五、活动人员：

全体师生、家长、周边社区的幼儿及家长。

六、活动前沿

一)前期准备:

1. 给本园家长发放活动通知及邀请函，园外幼儿到现场领取邀请函参加活动。
2. 幼儿登记表(用于现场领取邀请函时登记)。
3. 如在公园里，须提前和有关人员联系好场地。
4. 活动需要准备的背板。
5. 制作条幅：__幼儿园元宵喜乐会。
6. 准备许愿树(幼儿园可自制、也可用幼儿园的较大棵的盆栽树，数量可根据情况，准备1—2棵)，许愿卡片。
7. 制作花灯的材料(皱纹纸、彩色卡纸、宣纸、剪刀、胶棒、胶水、塑料瓶、多色毛线、彩笔等)。
8. 班级内提前向家长收集花灯图片、花灯、饮料瓶(矿泉水瓶、露露瓶等)、多色毛线/细绳，将其中收集的图片做成展板进行展示。
9. 准备音响设备，准备欢快的音乐，幼儿园早操或课间操音乐、广场舞音乐、节日的歌曲等。

二)场地布置:

公共场地用气球、彩带、彩旗、灯笼、彩灯装饰，在突显的地方挂好条幅。

幼儿园保护眼睛班会篇八

- 1、掌握近视的发病原因和预防。
- 2、要求学生能做到预防近视的“六不要”“四注意”以及“三个一”。
- 5、培养学生形成良好的用眼卫生习惯，并且持之以恒。

二、教学重点和难点

近视的预防以及用眼卫生习惯的养成教育。

三、教学过程

生：谜底是眼睛。

2. (出示一些学生戴眼镜的图片)师：这些人有什么特点？

生：他们都近视了，戴眼镜。

师：对了，人们在形容一样东西非常宝贵和重要时，总喜欢打这样的比方，像爱护你的眼睛一样去爱护你所珍惜的东西，所以我们从而得知眼睛之宝贵决不亚于生命。而往往，你在拥有珍贵的东西时却不懂得珍惜，就好像眼睛一样，当你视力不好的时候，后悔已来不及了。今天我们就来学习保护视力的重要方面《预防近视》。(出示课题)

(二)新课讲授：(游戏)下面，我们一起来做一个游戏，通过做这个游戏你从中得到什么启示。

教师请一位学生上讲台，用事先准备好的红领巾蒙住他的眼睛，然后让他去找一很熟悉的同学，看看他用多少时间。(同学们可以给他记时)

接着，可以将蒙眼睛的布去处，然后在让这位同学去找人，看看要用多长时间。（请全班同学记时）

请这位同学自己说说两次找人在时间上有什么不同，原因是什么？（说明了，失去了眼睛就等于失去了光明，失去了光明就等于失去了世界）。

1. 介绍视力不良的概念，以及为学生介绍关于学生视力不良调查率。

师：视力不良是指裸眼视力低于1.0，近视、远视、散光、弱视以及其他眼病都是引起视力不良的原因。据国家体育总局公布的第二次国民体质报告显示，20__年，我国小学生视力不良率为31.67%，初中生58.07%，高中生和大学学生的视力不良率分别高达76.02%，82.68%，北京医科大学儿童青少年卫生研究所季成叶教授日前透漏：“中国学生近视发病率在全世界的排名从1998年的第4位上升到目前的第2位，仅次于日本。”这节课，我们主要介绍近视的预防。

2. 近视的危害

(1) 影响正常生活

(2) 影响学生升学、就业

(3) 影响学生体质健康 近视可致盲

3. 近视的原因。

师：那么究竟哪些坏习惯会导致近视的产生呢？（请学生表演）同学们不要用语言回答，把你的想法用动作表演出来。

生：用表演的形式逐一将生活中感悟的近视的原因表演出来。

师：（每一个学生表演完以后，请全班同学说出这位同学表演

的内容)老师最后总结近视的原因。

(1)遗传因素

(2)环境因素：采光、照明、课桌椅、印刷品

(4)饮食习惯：挑食、偏食

4. 近视的预防

生：学生举手回答

师：老师课件出示“六不要”的内容。

预防近视“六不要”

- 1、不要在光线暗的地方看书。
- 2、不要在耀眼的强光下或日光下看书。
- 3、不要在走路或乘车时看书。
4. 不要躺着看书。
5. 不要歪着头写字。
6. 不要天天长时间看电视。

生：学生齐读‘六不要’。

师：现在让我们来看看“四注意”指的又是什么内容。

预防近视“四注意”

1. 读书一小时，要注意休息几分钟。

2. 注意读书写字的姿势。
3. 注意认真做眼保健操，积极参加体育锻炼。
4. 注意营养均衡，不挑食，不偏食。

师：除了我们刚刚学习的“六不要，四注意”，还要做到什么呢？

生：要做到“三个一”。

师：有没有同学知道“三个一”指的是什么？(看现场反应)

我们看屏幕(播放课件“三个一”)

一尺、一拳、一寸

眼睛距书本一尺，胸口离课桌一拳，握笔距笔尖一寸。

师：一尺和一寸分别是多长？有同学知道吗？(看现场反应)一尺相当于 $100/3$ 厘米，即33.33厘米，一寸相当于 $10/3$ 厘米，即3.33厘米。现在，老师希望同学们按照“三个一”的要求，把读书写字姿势做出来。

生：(学生做出姿势)

师：(巡查学生姿势情况)

师：同学们都做得很好，希望不只是现在做得好，在以后的学习中，也可以严格按照这样的姿势，养成良好的习惯。

(三)巩固知识

师：刚才我们学习预防近视‘六不要、四注意’以及‘三个一’，下面我们一起来回顾齐读一下这三方面的内容。

生：齐读

四、小结

行为教育训练：

节约水电(洗手、做大扫除时及时关闭水龙头，到专用教室上课或出操教室电灯及时关闭。)

活动反思：今天我们学习了近视的有关知识，明白了近视的危害和原因，掌握了近视了预防措施，在以后的学习、生活中，一定要身体力行努力保护好眼睛。通过活动，老师衷心祝愿同学们不要因为今天的近视而影响明天的远征，希望同学们拥有一双明亮而健康的眼睛。

幼儿园保护眼睛班会篇九

通过了解清明节的来历及传说故事，提升学生对清明的认识，并能够在生活中逐步践行经典，做一个有根基的中国人。

参加人：全体学生

时间：4月1日

地点：各班教室

参加人：全校师生

主持人：曹博栋、王祎雯

活动内容及过程：

男1：亲爱的同学们！

女1：亲爱的同学们！

女1：别光顾着吟诗，你知道清明节是怎样的一个节日吗？

男1：我知道，清明节是纪念家中逝去亲人的日子。

女1：那你知道清明节的来历吗？

男1：恩——这个还真不知道！

女1：幸亏我早有准备，请竖起耳朵仔细听！

男2：我国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。

女2：清明最早是二十四节气中一个很重要的节气。

男2：清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜种豆”，“植树造林，莫过清明”的农谚。

女2：后来，由于清明与寒食的日子接近，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，而“寒食”既成为“清明”的别称。

男1：寒食？是个什么节日？怎么能和清明搅在一起呢？

女1：别急呀，关于寒食还有一个非常感人的故事呢！

男1：什么故事？快说来听听——

相传春秋战国时代，晋献公的妃子骊姬为了让自己的儿子奚齐继位，就设毒计谋害太子申生，申生被逼自杀。申生的弟弟重耳，为了躲避祸害，流亡出走。在流亡期间，重耳受尽了屈辱。有一次，重耳饿晕了过去。介子推为了救重耳，从自己腿上割下了一块肉，用火烤熟了就送给重耳吃。十九年后，重耳回国做了晋文公，晋文公执政后，对那些和他同甘共苦的臣子大加封赏，唯独忘了介子推。有人在晋文公面前

为介子推叫屈。晋文公猛然忆起旧事，心中有愧，马上差人去请介子推上朝受赏封官。可是，差人去了几趟，介子推不来。晋文公只好亲自去请。介子推不愿见他，背着老母躲进了绵山，就在我们山西省介休县东南。晋文公便让他的御林军上绵山搜索，始终找不到。于是，有人出了个主意说，不如放火烧山，三面点火，留下一方，大火起时介子推为了活命会自己走出来的。于是晋文公下令举火烧山，谁料大火烧了三天三夜，始终不见介子推出来。上山一看，介子推母子俩抱着一棵烧焦的大柳树已经死了。晋文公非常难过，为了纪念介子推，晋文公下令把绵山改为“介山”，在山上建立祠堂，并把放火烧山的这一天定为寒食节，晓谕全国，每年这天禁忌烟火，只吃寒食。

男1：噢——原来寒食是专门为了纪念介子推啊！真感人！

女1：是啊，那你们有谁知道古人在清明节时都做些什么呢？

男2：这个我知道，每逢寒食，人们从不生火做饭，只吃冷食。

女2：每到清明，人们就和家人一起去逝去亲人的墓前培土、打扫、供奉水果佳肴，或植树、献花圈、致祷词等，这就是我们常说的扫墓。

男2：还有的人把柳条编成圈儿戴在头上，或者把柳枝插在房前屋后，表示怀念。

女2：他们除了祭祖、扫墓外，还踏青、荡秋千、放风筝、踢蹴鞠、打马球呢！

女1：大家说得都很对！那在清明时我们小学生应该做什么？

男1：清明那天，我可以和父母一起为逝去的长辈上坟。但一定要注意文明祭扫。如果要点燃纸钱等物，要等火完全燃尽之后，再离开，不要造成火灾隐患。

女2：还可以和爸爸妈妈一起去郊外踏青，欣赏郊外美好的风景。

男2：我觉得健康幸福地活着，就是对已故亲人最好的纪念。

女1：对，清明不仅仅一个抒发情感的机会，更是一个展望未来的机会！只要我们健康幸福地活着，就是对已故亲人最好的纪念。

男1：同学们，让我们把握现在的美好时光，幸福生活，快乐成长，

女1：在美好的时光中走近清明，践行经典。

合(小)：祝大家过一个充满情谊，充满幸福的清明！

合(大)运师附小“践行经典 走近清明”主题班会到此结束！

男1：请各班主任自行安排。