

# 2023年爱护眼睛教案小班健康 爱护眼睛 健康小班教案(优秀5篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。那么问题来了，教案应该怎么写？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。

## 爱护眼睛教案小班健康篇一

爱护眼睛每个小朋友都知道，但真正能做到保护自己眼睛的却很少。在日常生活中、各项活动中我经常发现有些小朋友用眼不正确，看书时，眼睛和书本距离太近，画画时，头低得太低而且还有许多家长反映，幼儿在家时经常长时间近距离的看电视，种种现象说明大多数幼儿在实际生活当中，并不能自觉得保护眼睛，所以我设计了这个课程，让幼儿进一步了解保护眼睛的重要性。

- 1、巩固和加深对眼睛作用的认识，了解眼睛损伤给生活带来的影响。
- 2、了解损伤眼睛的正确做法。
- 3、了解生病的症状，知道生病后身体不舒服要及时告诉家长和老师。

4、初步了解健康的小常识。

1、特征较明显的几种物体（如球，积木等）

2、视力表，眼镜。

3、《幼儿习的手册》（想一想，说一说）上学期1第2—3页

一、摸一摸猜一猜玩《瞎子说颜色》游戏，让幼儿体会眼睛的作用。教师提问：

1、凭感觉猜一猜物体是什么形状？

2、物体是什么颜色？

3、教师小结：

我们用手能感觉出形状，但是不能感觉出颜色，只有眼睛才能看见周围的东西和美丽的色彩。

二、请出一名戴眼镜的幼儿说一说自己眼睛损伤后，给生活带来了那些不方便？

三、观察《幼儿习得手册》“小亮为什么戴上了眼镜？”

1、让幼儿了解视力表

2、请幼儿看图说出小亮戴上眼镜的原因：如：小亮躺着看书，离电视太近，在阳光下看书等。

3、请幼儿自由发言，还有那些不良习惯能损坏眼睛。

四、幼儿讨论：如何爱护眼睛。

教师总结：不躺着看书，不离电视太近，读书写字要做正，不用脏手揉眼睛，不再光线弱的地方看书等。经常做眼睛保护操。

五、教幼儿一套简单的眼睛保护操。（教师自编）一二三，捋眉毛，四五六，揉一揉，七八九，换个地方再柔柔。

六、放一段轻松音乐幼儿结束活动课。

## 爱护眼睛教案小班健康篇二

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。

颜色是不一样，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。

## 爱护眼睛教案小班健康篇三

通过学习，使学生知道眼睛牙齿是很重要的，并使学生懂得用眼卫生，懂得怎样爱护牙齿。知道眼睛牙齿是很重要的。养成良好的卫生习惯，爱护眼睛和牙齿。

眼睛、牙齿模型 多媒体课件 白板

一、 同学们，我们已经知道眼睛是人体重要的器官，

我们怎样爱护眼睛呢？

1、 我们要在光线充足的地方看书、写字。

2、 不要在走路或坐车时看书。

3、 看电视和玩游戏机时间不要过长。

二、 看图。

请同学说说图中的小朋友哪些做法不正确。

三、 请戴眼镜的同学说说视力不好对学习、生活有什么不便。

四、 请同学说说牙齿有什么作用。

五、 怎样保护牙齿呢？

- 1、 早晚刷牙，饭后漱口；
  - 2、 少吃糖果；
  - 3、 不咬硬物；
  - 4、 要多吃对牙齿有益的蔬菜和水果。
  - 5、 定期做口腔检查。
- 六、 请同学说说是怎样爱护牙齿的。
- 八、 请有龋齿的同学说说呀童的经验。
- 九、 图中的小朋友谁做得对，谁做得不对？

## 爱护眼睛教案小班健康篇四

- 1、 了解眼睛对人的重要性。
- 2、 初步学会指认视力表。

眼睛示教图，小眼睛贴纸，儿童脸蛋图片，眼罩，视力表等。

### 一、我的大眼睛——认识眼睛

师：我请小朋友一起来猜个谜语，谜面是：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。

师：嗯，谜底就是：我们的眼睛。（出示图片引导幼儿观察。）

提问：

- 2、 请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。

总结:眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。

## 二、大眼睛的功能——眼睛的重要性

师: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)

游戏:幼儿手里拿着两个“眼睛”，站在距儿童脸蛋图片一米处，把眼睛蒙上，向前走给头像贴眼睛，看谁贴得准。

## 三、我的大眼睛——学会指认视力表

师:今天我要考考小朋友的眼力，看看谁的眼力最好。(出示视力表)这个图案像什么呀?

师:小朋友很聪明，陈老师现在来变一下，看看会变成什么?

师:现在我请小朋友闭上一只眼睛，用另外一只眼睛来看陈老师手中的图片。

总结:开口向上像座山(皇冠……)，开口向下像桌子，开口向左像跑道，开口向右像英语e□用一只眼睛看图片有点费劲，所以我们要保护好自己的大眼睛。

## 爱护眼睛教案小班健康篇五

爱护眼睛每个小朋友都知道，但真正能做到保护自己眼睛的却很少。在日常生活中、各项活动中我经常发现有些小朋友用眼不正确，看书时，眼睛和书本距离太近，画画时，头低得太低而且还有许多家长反映，幼儿在家时经常长时间近距离的看电视，种种现象说明大多数幼儿在实际生活当中，并不能自觉得保护眼睛，所以我设计了这个课程，让幼儿进一步了解保护眼睛的重要性。

1、巩固和加深对眼睛作用的认识，了解眼睛损伤给生活带来的影响。

2、了解损伤眼睛的正确做法。

1、特征较明显的几种物体（如球，积木等）

2、视力表，眼镜。

一、摸一摸猜一猜玩《瞎子说颜色》游戏，让幼儿体会眼睛的作用。

教师提问：

1、凭感觉猜一猜物体是什么形状？

2、物体是什么颜色？

3、教师小结：我们用手能感觉出形状，但是不能感觉出颜色，只有眼睛才能看见周围的东西和美丽的色彩。

二、请出一名戴眼镜的幼儿说一说自己眼睛损伤后，给生活带来了那些不方便？

三、观察图片“小亮为什么戴上了眼镜？”

1、让幼儿了解视力表

2、请幼儿看图说出小亮戴上眼镜的原因：

如：小亮躺着看书，离电视太近，在阳光下看书 等。

3、请幼儿自由发言，还有那些不良习惯能损坏眼睛。

四、幼儿讨论：如何爱护眼睛。

教师总结：不躺着看书，不离电视太近，读书写字要做正，不用脏手揉眼睛，不在光线弱的地方看书等。经常做眼睛保护操。

五、教幼儿一套简单的眼睛保护操。（教师自编）一二三，捋眉毛，四五六，揉一揉，七八九，换个地方再揉揉。

六、放一段轻松音乐幼儿结束活动课。

活动反思：通过游戏的形式让幼儿亲身体会了解眼睛的作用，感受到保护眼睛的重要意义，并初步掌握了解简单的自我保护眼睛的方法。