

最新爱护眼睛的班会教案 爱护眼睛预防近视班会教案(实用10篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。写教案的时候需要注意什么呢?有哪些格式需要注意呢?以下是小编收集整理教案范文,仅供参考,希望能够帮助到大家。

爱护眼睛的班会教案篇一

- 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。

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

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、下面的肌肉、太阳眼镜等。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和老师一起做眼睛保健操。

爱护眼睛的班会教案篇二

眼睛是五种感官之一。无论是动物还是人，它的功能都非常重要。老虎没有眼睛，所以它们不能打猎。蜻蜓没有眼睛，所以它们既不能“用螳螂捕蝉”，也不能防止“黄雀在后”。

有些人不关心他们的眼睛，导致他们患有近视，例如在黑暗的地方阅读，书写姿势不好，在车里阅读，以及...所有这些都导致视力下降。更可恨的是，有些人故意让他们的眼睛近视，戴眼镜是为了凉快。事实上，戴眼镜不好。你戴眼镜的时间越长，近视程度就越深，鼻梁的两端就会凹陷。当你睁着眼睛打篮球时，如果你不小心被眼睛上的球击中，碎片可能会刺伤你的眼睛。如果你幸运的话，你必须再次比赛。当守门员不戴眼镜时，他只能近距离观察球。当他看到球时，他已经在球门里了。

事实上，保护你的眼睛并不难，只要你认真做好以下几点：

首先，远离屏幕看电视或玩电脑，注意不要花太长时间。在中间休息一下，看看远处。

第二，我们应该保持足够的睡眠。

第三，如果你已经患有近视，那么看看远处，看看附近，每天锻炼眼肌，防止近视加深。

第四，多做眼保健操。

五、多吃胡萝卜、苹果等对眼睛有益的食物；

六、在明亮的地方阅读，但不要太亮；

保持良好的写作姿势。

只要我们坚持以上几点，我们就能保持眼睛健康。天堂帮助那些关心的人。

爱护眼睛的班会教案篇三

1、父亲节快到了，幼儿能自发组成小组并选择某个主题进行商讨。

2、发展幼儿的动手能力。

3、培养幼儿敏锐的观察能力。

4、能根据需要自由地选择绘画材料进行作画，体验快乐的情感。

5、培养幼儿完整、连贯地表达能力和对事物的判断能力。

活动准备：

1、为幼儿准备各种颜色的彩色纸

2、记号笔若干

活动过程：

1、教师提出活动主题：

教师：父亲节快到了，作为小记者，你有什么打算呢？

2、幼儿分组商讨采访主题

效果分析：对于父亲节的话题，孩子的想法真是太多了。

他们的打算有：

- 1、采访爸爸，了解爸爸的有关信息。
- 2、采访爷爷奶奶，了解爸爸小时候的信息。
- 3、采访整个大班的爸爸，统计出爸爸“打呼噜”的有关情况。
- 4、采访妈妈，了解妈妈眼中的爸爸。
- 5、采访爸爸的工作，并进行统计。
- 6、采访小朋友，了解小朋友眼中的爸爸。
- 7、了解父亲节，孩子想送给爸爸的礼物。
- 8、收集爸爸的照片，并举行“爸爸照片展”。
- 9、比帅(把爸爸小时候的照片和小朋友比比，看谁帅。)

接着，孩子开始自由组合，分组并选择一个自己喜欢的话题，而后，小记者开始行动了。

爱护眼睛的班会教案篇四

大家好(敬队礼)!我是三(1)班的张xx[]今天是16周一，我代表我们班在国旗下讲话，我演讲的题目是：《爱护我们的眼睛》。

1996年，卫生部、教育部等12个部委联合发出通知，规定每年的6月6日为全国爱眼日。20__年6月6日是第20个全国爱眼

日。

一、养成良好的用眼习惯。保持正确的坐姿看书和写字，要做到三个一：眼离书本一尺，手离笔尖一寸，胸离桌子一拳；要在足够的光线下学习；不要长时间看书；写字看书应每隔45分钟休息一会，望一望远处，使眼睛得到充分的休息。每天一定要坚持做好眼保健操。

二、注意加强营养，多吃一些有益于我们眼睛的食物，如：含有丰富蛋白质的瘦肉、蛋类、豆类等；含有维生素a的鱼肝油、奶类；富含维生素c的蔬菜水果对眼睛也有益处，如胡萝卜、菜椒、橘子、梨子等。因此，我们要注意合理搭配，多吃一些有益于我们眼睛的食物。缺少了它们，眼睛就会暗淡无光，视力下降。

三、我们还要注意用眼的卫生，不要用不干净的手或毛巾擦揉眼睛，不要长时间的观看电视节目、操作电脑和玩手机。每周定时剪短指甲。每学期定期对眼睛进行检查，及时发现问题，治疗眼睛疾病。

四、课间的时候，同学们不要手里拿着文具打闹，比如拿着笔说笑，用尺子追打。平时也不能拿着棍子等尖锐的东西打闹，这样很容易伤到眼睛，一旦发生事故，后果不堪设想。

所以，我们一定要爱护好眼睛，保护视力，预防近视，让自己有一双明亮的眼睛。我的演讲完毕，谢谢大家！（敬队礼）

爱护眼睛的班会教案篇五

大家好！

今天阳光明媚，用我们的眼睛环视校园：一走进大门，右边有一棵俊美的香樟树笑眯眯地在迎接我们呢。几步一棵的棕榈树好似仪仗队舞动宛如红绿相间的彩带每天迎接同学

们的到来。

好了，睁开双眼后，是不是眼睛更湿润了，感觉更清爽了，我们的笑容也更灿烂了！同学们，你们平时繁忙的课业会让我们的眼睛很疲劳，再加上有些同学没有关注姿势，看书做作业时眼睛离书本太近，忽略了偶尔有意识地观看远景，我们的眼睛越来越疲劳，越来越走向近视或者加深近视度。

另外还有一些同学喜欢看电视或者用电脑，往往连续几个小时，造成用眼无节制，时间长了，自然就要付出患上近视、眼前模糊的代价。失去清晰的视力，我们就等于失去了80%的感觉，多么可怕！

三个要：一、读书、写字姿势要端正，眼睛和书本的距离保持一尺；二、连续看书一小时左右，要休息片刻，比如说看看我们校园、教室内的花草，或者向远处眺望一会儿；三要注意合理饮食，注意营养、不挑食。因为我们的眼球发育也需要充分、全面的营养，我们只要不挑食，都能吸收到眼球发育所需的养分。

还要记住三个不要：不要在光线暗弱和直射阳光下看书、写字；不要躺在床上和走路时或者在动荡的车厢内看书；不要长时间看电视、玩电脑。

同学们，你们记住了吗？

爱护眼睛的班会教案篇六

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，时常需要预先制定方案，方案是从目的、要求、方式、方法、进度等方面进行安排的书面计划。那么应当如何制定方案呢？以下是小编帮大家整理的明天,我们毕业主题班会方案，仅供参考，欢迎大家阅读。

1、通过活动引导学生重温往昔丰富多彩的学习生活，感受母校的温暖、同学的友谊、教师的关心。

2、培养学生尊敬老师、热爱母校，以实际行动维护学校荣誉，乐意为学校争光。

1、准备关于校园环境及名人、伟人尊师的影像。

2、每个学生准备一件最得意的作品或节目。

3、音乐播放器及相关歌曲。

第一板块——谈话揭主题

主持人：同学们，再过几天，我们就要离开母校，升入中学。面对将要分别的朝夕相处的同学、关心帮助我们成长的老师，我们不禁心潮起伏，为了表达依依不舍之情，我们来开展一次《明天，我们毕业》的主题班会。

第二板块——浓浓校园情

六年来，我们在这里留下了无数欢歌笑语，撒下了学习和劳动时的辛勤汗水。在这离别的时候，让我们再来看一看自己可爱的校园吧！

1、观看关于校园环境、教学设施的录像

2、谈观后感（从令人感到自豪骄傲，从感谢母校、从爱惜环境等方面谈）

3、学生齐诵诗歌《校园，亲爱的校园》

第三板块——恋恋同学心

主持人：母校是我们生活的乐园、成长的摇篮，让我们来一

起看看摇篮里记载着我们哪些成长的足迹。

1、课件演示班级六年来的校园生活照（比赛、春游、运动会、爬山等）

主持人：虽然时间可以冲淡一切，但是这一张张老照片，定然勾起了我们许多的回忆。六年来我们朝夕相处、晨昏相伴，在共同的学习生活中结下了深厚的友谊，我们亲如兄弟，爱如姐妹，在这即将离别之际，大家一定有万语千言要表达，下面请同学之间相互交流。

2、同学真情倾诉（从祝福、致歉、感谢、希望等方面进行）

主持人：言为心声，但精美的友谊之卡更承载着我们“此时无声胜有声”的深情厚意！下面让我们互赠友谊卡。

3、同学互赠名言卡（《友谊地久天长》响起）

主持人：为什么同学情直教人难以割舍，一生牵挂？那是因为这份情像玉壶冰心，似银色月光，让人心透明，让人生温馨。虽然课桌中间曾画起“三八线”，偶尔吵吵闹闹；虽然曾为竞争对手，暗自较劲，但面对毕业分别，女同学眼泪汪汪，男同学一夜长大。惜别，纯净了同学情！让我们齐声歌唱一曲《同学情》。

4。齐唱歌曲《同学情》

第四板块——拳拳老师意

主持人：在母校的六年里，除了这份浓浓同学情，我们还收获了累累硕果，它是我们刻苦攻读、奋力拼搏的结晶。下面请同学把自己最得意的硕果展示给大家。

1、学习成果展示

2、学生交流教师帮助、关心自己的事例（从生活、学习、思想等方面）

主持人：老师对我们的爱实在是太深太深了，望着生活了六年的母校，望着日渐憔悴的恩师，此时此刻，就让我们用一首诗来表达对他们的感激之情吧！

3、诗朗诵：《谢谢您，老师！》

主持人：“十年树木，百年树人”，老师的谆谆教诲，我们没齿难忘。离开学校后我们应如何对待自己的老师和母校呢？请看录像。

4、播放影像材料《名人尊师录》，激发学生的爱师之情

主持人：看了以上录像，我们一定会深受启发。谁能说一说？

5、同学谈观后感（不忘教师恩、母校情，维护学校、老师荣誉，乐为学校、老师争光）

主持人：是啊！参天大树忘不了根须，浩荡江河忘不了源头，我们又怎能忘记与自己朝夕相处的恩师呢？让我们向敬爱的老师表示最崇高的敬意和最衷心的感谢吧！（全体起立，向所有老师鞠躬示谢）师恩难忘，母校的恩情更难忘。让我们对老师说一声：谢谢您，敬爱的老师！（齐说）让我们对养育我们六年的母校说一声：谢谢你，亲爱的母校！（齐说）让我们把对母校和老师的感谢，化成我们的实际行动吧！

第五板块——殷殷期盼情

主持人：也许我们永远无法再一起聆听老师的教诲了。在临别母校之际，让我们最后一次聆听老师对我们的教诲吧！

主持人：亲爱的老师啊，您对我们的谆谆教导让我们受益终

身，我们绝不会辜负您对我们的殷切期望，明天，您一定会听见，万水千山，都传来了我们的歌声。（齐诵）明天，您一定会看见，天涯海角，都树起了我们的丰碑！（齐诵）亲爱的母校啊，请相信，有我们，就有东方的巨龙！有我们（齐诵），有我们，就有腾飞的中国！（齐诵）

爱护眼睛的班会教案篇七

二、班会重点：

三、班会形式：

四、班会准备：

五、班会过程：

主持人：朋友之间也常常出现矛盾，该如何处理呢？请大家以小组为单位，谈一谈自己与朋友之间发生矛盾的事，或是在交友时遇到了哪些问题，大家共同讨论，该如何解决？然后请各组选派代表进行交流，寻找解决矛盾的方法与技巧。

主持人：通过同学们讲述的一个个生动的小故事，我们看到在那艰苦的岁月中，他们互相帮助，互相勉励，同甘共苦，共同为新中国的解放而奋斗。

(七)主持人：同学们让我们共同演唱周华健的《朋友》，在歌声中结束我们的班会。

六、班会效果

爱护眼睛的班会教案篇八

1. 通过活动，使学生了解更多的爱眼知识。

2. 引导学生正确对待眼保健操。

3. 培养正确的读书、写字姿势和良好的读写习惯。

活动准备：

眼罩一个，《爱眼健康歌》

班会过程：

一、 游戏“蒙眼走直线”

采访体验者。你有什么想说的？

导入：同学们，眼睛对我们这么重要，我们是不是应该爱护呢？

出示班会主题：我有一双明亮的眼睛

二、 眼睛的重要性

主持人a□

眼睛是人类感观中最重要的器官，大脑中大约有80%的知识和记忆都是通过眼睛获取的。读书认字、看图赏画、看人物、欣赏美景等都要用到眼睛。眼睛能辨别不同的颜色、不同的光线。眼睛是我们获取大部分信息的源泉。

主持人b□眼睛不仅是重要的视觉器官，还是容貌的中心，是容貌美的重点和主要标志。

主持人a□人们对容貌的审视，首先从眼睛开始。

主持人b□一双清澈明亮、妩媚动人的眼睛，不但能增添容貌

美使之更具魅力和风采，而且能遮去或掩饰面部其它器官的不足和缺陷。“一语道破”这句成语，体现了眼睛生理功能中的美学意义及其重要性。眼睛的形态、结构比例如何，对人类容貌美丑具有重要的影响，因此美学家称人的双眼是“美之窗”。

主持人b除了成语还有很多关于眼睛的名言警句，你知道有哪些？

三、讨论交流：怎样保护我们的视力呢？

(1) 小组讨论，选代表汇报。

(2) 交流：

四、“爱眼知识”小常识

(一) 消除眼疲劳

眼睛疲劳和眼睛充血，要立刻休息，然后做下面眼部保健操体验一下，可能会消除您的眼睛疲劳。

1、按压眼球法

闭着眼睛，用食指、中指，无名指的指端轻轻地按压眼球，也可以旋转轻揉。不可持续太久或用力揉压，20秒钟左右就停止。

2、按压额头法

双手的各三个手指从额头中央，向左右太阳方向转动搓揉，再用力按压太阳穴，可用指尖施力。如此眼底部会有舒服的感觉。重复做3~5次。

3、按压眉间法

拇指腹部贴在眉毛根部下方凹处，轻轻按压或转动。重复做3次。眼睛看远处，眼球朝右—上—左—下的方向转动，头部不可晃动。除此以外，用力眨眼，闭眼，也能消除眼睛疲劳。

(二) 饮食养眼

应多吃些胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充人体内维生素a和蛋白质。平时多喝绿茶可起到一定的保护眼睛的作用。

五、实践活动：做眼操。

六、学唱《爱眼健康歌》

七、请五月阳光生演讲自己的阳光故事。

八、学习阳光报。

九、活动拓展：发倡议书、制作爱眼宣传手抄报。

班主任讲话：通过这次活动，同学们又学到了很多爱眼常识，相信大家在今后的学习生活中一定能保护好自己心灵的窗户。

爱护眼睛的班会教案篇九

教学目的：

2、使学生明白幸福是在他人的赞美、尊重、认同、关爱、欣赏等行为中产生的。

3、培养学生良好的行为习惯，让“爱与责任”促进他们高尚人格的形成。

教学重点：

引导学生层层深入地理解怎样做才能“让爱成为一种力量”。

教学难点：

如何让学生深刻理解这句话的含义并成为自己学习的动力。

教学方法：讲授法、讨论法、多媒体教学法等

课时：1课时

教学过程：

一、播放歌曲《爱的奉献》（上课前）

二、授课：

（一）做一个好孩子，让家长幸福

同学们，迈入三年级，我们已经是三年级的学生了！在成长过程中，小学是一个具有童真又充满快乐的时期，人们把这一时期又称为少年时期，这是人生的黄金时期，许多人都是在这个阶段学习“爱与责任”以及“幸福”的深刻含义。

后汉时期有个叫黄香的孩子，他的父母很疼爱他。

在他9岁的时候，慈爱的母亲突然染病去世了。

黄香一时接受不了这个事实，日夜思念母亲，变得非常憔悴。

因为母亲不在了，黄香小小年纪就做起家务。

他还恭敬地照顾父亲，天天给父亲洗衣做饭，千方百计让父亲吃好穿暖。

夏天天气炎热，为了让父亲睡个安稳觉，每次父亲睡觉前，他都要用扇子帮父亲把席子扇凉；冬天气候寒冷，他总是先钻进被子，用自己的体温暖热父亲的被窝，才叫父亲上床歇息。

黄香的故事被编入了《三字经》，供后人学习。

投影：我国古代“黄香温席”的故事。

老师：黄香长大以后，人们说，能孝敬父母的人，也一定懂得爱百姓，爱自己的国家。

事情正是这样，黄香后来做了地方官，果然不负众望，为当地老百姓做了不少好事，他孝敬父母的故事，也千古流传。

(二)做一个好学生，让老师幸福；

做一个好伙伴，让同学幸福；

做一个好少年，让社会幸福；

提问：怎样才是一个好学生？

怎样才是一个好伙伴？

怎样才是一个好少年？

学生讨论——发言。

老师小结：*12岁立志“为中华崛起而读书”，这是多么远大的理想和抱负啊！最后他实现了理想。

残疾少年周炜顽强勤奋，不仅生活能自理，还是一名品学兼优的学生。

我们身边有很多很多同学，他们性格开朗，乐于助人，把欢

乐带给周围的人。

他们让老师觉得幸福。

投影：

投影：品德高尚，立志勤学，自立自强，乐于助人，健康快乐。

老师：我们要发展多种兴趣爱好，使自己学有所长，将来做一个对社会有用的人……养成良好的学习、行为习惯，做一个让老师幸福的好学生，做一个让同学幸福的好伙伴，做一个让社会幸福的好少年。

(三)做一名好公民，让祖国幸福。

老师：现在请同学们自己谈谈，要做一个什么样的公民。

学生发言，谈谈自己的观点。

1、视频：杨利伟着陆后走出分离舱说的第一句话：我为我的祖国感到骄傲！

杨利伟从小就是一个懂事、顾大体的人。

无论做什么，小利伟非做明白不可，决不中途放弃。

小利伟还是个节俭的孩子，别说是买玩具，就是爸爸给他一毛钱，让他买两根冰棍，他也只买一根，剩下的五分钱，舍不得花，攥出汗来，给母亲，让母亲给弟弟也买一根。

教师：“爱国守法”中的“爱”，是一种“情感”，这种“爱”的情感来源于“亲情”的“孝”。

“孝”乃德之本，在亲情“爱”的基础上，才逐步形成：爱

人、爱地、爱天，爱己、爱群，爱家、爱国、爱天下。

从个体道德品质形成来看，讲”爱”必先讲”孝”。

3、投影：朗读以下格言名句。

团结就有力量和智慧，没有诚意实行平等或平等不充分，就不可能有持久而真诚的团结。

——英。

欧文

单个的人是软弱无力的，就像漂流的鲁滨逊一样，只有同别人在一起，他才能完成许多事业。

——德。

叔本华

不管努力的目标是什么，不管他干什么，他单枪匹马总是没有力量的。

合群永远是一切善良思想的人的需要。

——德。

歌德展。

万夫一力，天下无敌。

——刘基

三个臭皮匠，顶个诸葛亮。

——中国谚语

一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。

——中国谚语

天时不如地利，地利不如人和。

——《孟子》

教师：“团结友善”体现了中华美德的“宽”与“恕”。

这是“多元”社会与国际环境所需要。

4、投影：周总理的小故事。

1962年夏，周总理到辽宁省视察工作，刚一住下，他就从口袋里掏出一张纸，交给负责接待的同志，说：“上面写的东西都不能做。

”原来，这张单子开着20多种禁吃的菜名，鸡鸭鱼肉之类都包括在内。

正是这一桩桩、一件件小事，铸就了他们伟大的人格魅力，使之成为中华民族传统美德和我党我军光荣传统的化身！

教师：“勤俭自强”，体现了“勤”、“俭”、“廉”与“耻”四种美德。

因为“勤以养廉”，“俭以养德”，“知耻近乎勇”。

”耻”是个人的“脸”，是人的尊严，也是国家和民族的尊严。

无耻，何谈自尊、自强。

5、投影：全国文明出租车驾驶员——王涛。

教师：“敬业奉献”，体现了“忠”与“义”。

“忠”的本质是“责任”，尽职尽责，忠于职守。

“责任”，是“敬业”灵魂。

“义”是追求、是气节、是利他，奉献是“重义轻利”，“见义勇为”，“杀身成仁，舍生取义”。

教师小结：做一个好公民，爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献，让自己成为一个对社会有用的人，让祖国幸福的人。

投影：忠——尽己报国的责任孝——生生不息的爱心

诚——求真务实的品质信——立身兴业的基点

礼——人际文明的规范义——人间正道的向导

廉——清白正气的根基耻——人之为人的底线

三、班主任结语

“爱的力量是伟大的！”做一个好孩子，让家长幸福；做一个好学生，让老师幸福；做一个好伙伴，让同学幸福；做一个好少年，让社会幸福；做一个好教师，让学生幸福；做一个好校长，让师生幸福；做一名好公民，让祖国幸福！

这样，当我在的时候，人们的感受就象如逢春雨，当我远去的时候，人们的思念就会如风悄悄地传递。

我的存在是他们幸福的源泉，伴随他们的是安全、愉悦和无穷的动力。

四、欣赏歌曲《让世界充满爱》。

班会结束。

同学们对小故事非常感兴趣，在讨论过程中，也能对自己做得不好的地方进行反省。

当老师说到“幸福不仅仅是一种美好的物质的生活，更是一种愉悦的精神体验。

而且，这种愉悦的精神体验有时是仅仅来自一声普通的问候或一个细小的行为”的时候，同学们都觉到很惊讶，深深感受到应从小处做起，培养自己优秀的品质。

爱的力量是伟大的，是啊！倘若每位教师都能用心灵赢得心灵，以人格塑造人格。

让教育充满更多的人情、人道和人性。

那么我们的学生能不可爱吗？他们能不为了使自己的同学，使整个集体也因为有了自己而想到温暖、感到自豪、感到幸福，而作出自己不懈的努力和奋斗。

爱护眼睛的班会教案篇十

- 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：小朋友的脏手上有非常多的细菌，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。