

# 爱眼护眼教学反思中班 小班健康教案及教学反思保护眼睛(大全5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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 爱眼护眼教学反思中班篇一

1. 认识眼睛的基本构造，知道眼睛的用途。
2. 知道要爱护眼睛以及可能会伤害眼睛的危险行为，学习保护眼睛的方法。
3. 加强幼儿的安全意识。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

### 活动准备

1. 眼睛的特写图片
2. 情景图片五张
3. 眼保健操音乐

### 活动过程

#### 一、谜语导入活动。

- (1) 教师：谜语：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。

(2) 教师：小朋友们这个谜语的谜底是什么呢？

二、让幼儿观看眼睛的特写图片，了解眼睛的大概构造以及作用。

(1) 教师：这是什么？眼睛的上面有什么？眼睫毛有什么用处？中间的黑葡萄是什么？

(2) 教师：眼睛是用来干什么的？（请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。）

(3) 教师小结：眼睛对我们来说很重要，没有眼睛我们什么也看不到。

三、观看情景图片，了解可能会伤害眼睛的种种行为。

(1) 教育引导幼儿观察、理解情境1图片——看电视时离电视机很近，会伤害我们的眼睛，也不能看的太长时间。

(2) 教师引导幼儿观察、理解情境2图片——偷偷地戴大人的眼镜，眼睛有问题的时候才需要戴眼镜，不要随便戴别人的眼睛会伤害自己的眼睛。

(3) 教师引导幼儿观察、理解情境3图片——用脏手揉眼睛。脏手上有许多细菌，用脏手揉眼睛会让眼睛受伤。

(4) 教师引导幼儿观察、理解情境4图片——对着太阳看，盯着强光看。看很强的光线会伤害我们的眼睛。

(5) 教师引导幼儿观察、理解情境5图片——玩尖锐的物品，会不小心扎到眼睛。眼睛受伤了就什么也看不见了。

四、引导幼儿了解保护眼睛的方法。

(1) 教师：小朋友们，你们知道有哪些保护眼睛的方法吗？

(2) 教师小结：看书看电视时间长了要向远处眺望一下，看看远方的东西，还可以看看绿色的树林、草地，让眼睛休息、放松。也可以多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、鸭肝、猪肝等。以后我们还学会做眼保健操，这些都是保护眼睛的好办法。

五、师幼总结不让眼睛受伤害的方法，懂得有危害的行为不可以去做。

六、教师带领幼儿做眼保健操活动结束。

## 爱眼护眼教学反思中班篇二

- 1、学会保护眼睛的方法，懂得爱护眼睛。
- 2、尝试理解、体会有视力障碍的人的感受。
- 3、了解有关眼睛的常识。

### 活动准备

幼儿用书、电子大书、眼罩、鼓槌、鼓。

### 活动过程

一、猜谜导入。

师：上边毛、下边毛，中间一颗黑葡萄。猜猜这是什么？(眼睛)

二、了解眼睛的颜色。

请幼儿相互看看对方的眼睛，说说对方的眼睛是什么颜色。

教师让幼儿回忆爸爸妈妈眼睛的颜色。

展示电子大书，了解眼睛的不同颜色。

师：每个人都有一双漂亮眼睛，世界上各个地区的人眼睛的颜色都不一样，有的是棕色的，有的是蓝色的，有的是绿色的，而我们中国人大多数是黑色的。

三、了解关于眼睛的有关常识。

师：除了眼睛的颜色会有不同，你还发现什么有关眼睛的有趣的事情？

请幼儿阅读幼儿用书《用眼睛看一看》。

请幼儿说说自己的发现，鼓励幼儿提问。如有的人要戴眼镜、有人会有对眼、人伤心时会流泪等等。

四、学会保护眼睛。

1、体验盲人击鼓。

请个别幼儿蒙住眼睛，手拿鼓槌转三圈后，向前走1米左右，然后用鼓槌击鼓。

请幼儿交流游戏的体验，感受眼睛看不见东西的不便。

2、交流讨论。

师：眼睛看不见的人很辛苦，我们要学会关心他们，不嘲笑他们。

师：我们的眼睛用处真大，所以我们要好好保护我们的眼睛。怎么样才能保护好我们的眼睛呢？(请幼儿回答，教师做好记录)

教师小结：保护眼睛要注意：不用脏手揉眼睛、看电视不能离太近，看书不能离太近、不能躺在床上看书、不让强光照眼睛等等。

3、学习保护眼睛的儿歌《小眼睛》。

《保护眼睛》幼儿园小班健康教案4

活动目标：

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。

活动准备：眼睛模型纸偶

活动过程：

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。

## 爱眼护眼教学反思中班篇三

活动目标

1. 学习做幼儿眼保健操，培养自理能力。
2. 初步养成良好的卫生习惯。
3. 了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

活动准备

1. 男孩手偶。

2. 幼儿眼保健操图卡（见材料制作）。

3. 轻快的音乐。

### 活动过程

1. 出示男孩手偶，告诉幼儿男孩已用了个小时的电脑，眼睛感到很累。请幼儿说说他应该怎样做。

2. 播放音乐，出示幼儿眼保健操图卡，让幼儿认识做眼保健操的步骤。

3. 老师念口诀与幼儿一起做眼保健操。

### 眼保健操

眼睛左看123，数三下后回中间；

眼睛右看123，数三下后回中间；

眼睛上看123，数三下后回中间；

眼睛下看123，数三下后回中间。

闭上眼睛再睁开，明亮眼睛人人爱。

4. 待幼儿掌握眼保健操后，请幼儿四人一组，给小班弟弟妹妹示范做眼保健操，宣传保护眼睛的知识。

提醒幼儿做眼保健操时，只需转动眼睛，头不要动。

5. 鼓励幼儿回家与家人一起做眼保健操。

### 活动反思

本次活动由于眼睛是身体的重要部位，不能让幼儿亲身体会眼睛疼痛是什么感觉，因此个别幼儿可能记忆不太深刻，所以我会日常生活中注意规范他们的用眼卫生，尽量使幼儿在以后的生活中养成良好的生活习惯。

## 爱眼护眼教学反思中班篇四

活动目标：

1萌发幼儿从小保护眼睛，学习保护眼睛的方法。

2通过教学引导幼儿认识眼睛的构造，用途。

3引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的眼保健操。

活动准备：

眼睛流泪图片眼睛图片手绢情景图-手揉眼睛、趴在桌子上画画眼保健操音乐

活动过程：

1、谜语导入

上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄。-----（眼睛）

2、认识眼睛

出示图片---眼睛流泪

师：看看，今天老师请来了眼睛宝宝，可是他怎么了？---哭了

眼睛宝宝怎么了，原来他生病了？



师：眼睛为什么生病了呢？今天我们就来认识一下我们的眼睛。

### 3、了解眼睛的构造，用途

#### （1）观看图片，认识眼睛结构名称

师：眼睛上面有什么？——眼睫毛

眼睫毛有什么用处？————能遮住眼睛避免强光照射，也可防止尘土落入眼内

中间像黑葡萄的是什么？——虹膜，控制瞳孔大小

#### （2）请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感受。

总结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。下面就让我们一起来听一个有关眼睛的故事。

### 4、故事欣赏

#### 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！

总结：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。

## 5、保护眼睛

(1) 小朋友在用脏手揉眼睛。

师：这个小朋友做得对不对？为什么？应该怎样做？

总结：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。

师：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？

总结：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。

## 6、眼保健操

师：为了让我们的眼睛更加健康，在课程的最后，我们一起来做眼保健操，给我们的眼睛做做操！

# 爱眼护眼教学反思中班篇五

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、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
- 5、初步养成良好的卫生习惯。

### 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。

教学反思

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。用亲身体验的方式，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`害处。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！