

爱护眼睛教案中班(通用5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

爱护眼睛教案中班篇一

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太长。

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？

爱护眼睛教案中班篇二

活动目标：

- 1、引导幼儿认识眼睛的构造，用途。
- 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。

活动重、难点：

教育幼儿爱护眼睛，学习保护眼睛的方法。学习眼保健操。

活动过程：

一、谜语导入

- 2、请幼儿闭上眼睛，感受一下看不到东西的感觉。

3、出示眼罩，让幼儿体验蒙眼睛走路的感觉。

小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛什么也看不到。

二、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的方法。

1、欣赏故事《眼镜和鼻梁》

提问：眼镜和鼻梁为什么吵架？最后他们怎么样了？

小结：眼镜在鼻子上很不舒服，明明得了近视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、欣赏图片

（1）揉眼睛图片

提问：这位小朋友做的对吗？为什么？应该怎样做？

小朋友的.手上有很多细菌，如果用脏手揉眼睛会得红眼病，如果感到眼睛不舒服，可以用干净的毛巾或卫生纸擦。

（2）趴桌子画画图片

这位小朋友做的对吗？为什么？应该怎么做？

画画时眼睛不能离纸太近，也不能趴着看书否则容易的近视，我们在画画时要抬起头，身体坐直，看书时间长了要向远方看一会。

（3）玩尖东西图片

这俩小朋友在干什么这样做好吗？为什么？

爱护眼睛教案中班篇三

活动目标：

1. 学习认识眼睛构造、用途。2. 保护眼睛，学习保护眼睛的方法。3. 学习缓解眼睛疲劳的眼保健操。

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

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。

爱护眼睛教案中班篇四

1、观察感知会说话的眼睛，知道我们的生活离不开眼睛。

2、知道保护眼睛的重要性，了解保护眼睛的方法。

3、喜欢游戏活动，能快速的指认自己的五官。

活动准备

采访几个戴眼镜的人，例如：爷爷、奶奶、老师、小朋友，

让他们说说，眼睛不好，看不清东西给自己带来的. 不便和感受，并用摄像机记录下来。

活动过程

一、猜谜语，引出眼睛。

老师：上边毛，下边毛。中间有颗黑葡萄，请小朋友猜猜是我们身上的什么器官？

二、了解眼睛的用途。

——教师：眼睛能帮助我们做什么？

——鼓励幼儿自由讲述和交流，知道眼睛能看书、写字、画画、看东西、走路等。

——教师：“眼睛除了能看东西，还能说话呢！”教师做相应动作，请小朋友猜一猜，眼睛告诉我们什么呢？（例如：做瞪眼睛——神奇的样子，做眯眼状——高兴的样子，垂下眼睛，流泪——伤心的样子，睁大眼睛——惊奇的样子，闭上眼睛——睡觉的样子，紧闭眼睛——害怕的样子。）三、观看录象，知道保护眼睛的重要性。

——教师：你在录象上看到了谁？他们的眼睛上都戴上了什么？你们听见他们说些什么？

——教师：你觉得眼睛不好，方便吗？

——教师小结：我们的眼睛能帮助我们做许多事情，没有眼睛什么也看不见，眼睛对我们每个人都非常重要，我们每个人都要好好的保护我们的眼睛。

四、讨论活动：怎样保护我们的眼睛。

师生共同小结：——不在强光、弱光下看书、写字和游戏。

——看电视要保持2米距离，不能连续看很长的时间。

——看书、学习要保持正确的姿势。

——不揉眼睛，使用自己的毛巾。

——多吃胡萝卜，多看绿色的物体，多向远处看看。

五、游戏：指五官。

——教师发指令，幼儿指相应的器官。幼儿将食指指着自己的鼻子，听指挥如：鼻子、鼻子，嘴。鼻子、鼻子，耳朵。幼儿快速的指相应的器官，还可以加快指令的速度，增强游戏的趣味。

——请个别幼儿上来指令，带领幼儿玩游戏。

爱护眼睛教案中班篇五

1. 学习认识眼睛构造、用途。
2. 保护眼睛，学习保护眼睛的方法。
3. 学习缓解眼睛疲劳的眼保健操。

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

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。

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。