

保护洱海班会教案(实用5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

保护洱海班会教案篇一

大家好！

动物是人类的好朋友，好朋友是不能杀害的，我们应该竭力保护它们，何况现在它们已经越来越稀少了。

世界上有许多野生动物都面临着灭绝的危险，这又是谁的错呢？人类，是人类！假如人类不去乱砍伐树木，动物们就不会“无家可归”；假如人类不对大自然下“狠手”，动物们也不会这么快消失的……人类吃野生动物，得了许多疾病；人类使一种动物灭绝，导致多种动物灭绝，人类也就受到印象。总之，肇事者是人类，最后的受害者也是人类。在xx大屠杀中，许多被保护的羚羊惨遭厄运；现在东北虎的生存空间已经不够，人类破坏了它们的家园；大熊猫是人类皆知的动物，虽然它们过着“衣来伸手，饭来张口”的生活，可有谁能预测它们还能活多久呢？……种种“案件”表明罪魁祸首就是人类。

动物们是保护地球的一根根链条，就算它们不是珍稀动物、国家级保护动物，我们都有责任去保护它们，而不是破坏它们的生存空间。它们是支撑地球生命的铁环，如果这根铁环中少了一种动物，那链条随时可能断裂，人类也就随时会灭亡。到了那时，就算你再怎么有钱，再怎么有权，也挽回不了你的生命呀！小xx说的对：“钱乃身外之物”，你用你的钱财去吃野生动物的原因就是让别人知道你是大富翁。这样

做就大错特错了，吃野生动物不仅对自己无利、对别人有害，国家还严刑惩罚呢！真是害人又害己呀！

倡议人□xxx

20xx年x月x日

保护洱海班会教案篇二

动物是人类的好朋友，好朋友是不能杀害的，我们应该竭力保护它们，何况现在它们已经越来越稀少了。

世界上有许多野生动物都面临着灭绝的危险，这又是谁的错呢？人类，是人类！假如人类不去乱砍伐树木，动物们就不会“无家可归”；假如人类不对大自然下“狠手”，动物们也不会这么快消失的……人类吃野生动物，得了许多疾病；人类使一种动物灭绝，导致多种动物灭绝，人类也就受到印象。总之，肇事者是人类，最后的受害者也是人类。

在南京大屠杀中，许多被保护的羚羊惨遭厄运；现在东北虎的生存空间已经不够，人类破坏了它们的家园；大熊猫是人类皆知的动物，虽然它们过着“衣来伸手，饭来张口”的生活，可有谁能预测它们还能活多久呢？……种种“案件”表明罪魁祸首就是人类。

动物们是保护地球的一根根链条，就算它们不是珍稀动物、保护动物，我们都有责任去保护它们，而不是破坏它们的生存空间。它们是支撑地球生命的铁环，如果这根铁环中少了一种动物，那链条随时可能断裂，人类也就随时会灭亡。到了那时，就算你再怎么有钱，再怎么有权，也挽回不了你的生命呀！小沈阳说的对：“钱乃身外之物”，你用你的钱财去吃野生动物的原因就是让别人知道你是大富翁。这样做就大错特错了，吃野生动物不仅对自己无利、对别人有害，国家还严刑惩罚呢！真是害人又害己呀！

倡议人：

20_年_月_日

保护洱海班会教案篇三

- 1、使学生了解近视的原因和保护视力的方法；
- 2、纠正学生不良用眼习惯和错误的做眼睛保健操动作；
- 3、教育学生养成良好的用眼卫生、认真做眼保健操和经常锻炼身体的习惯。

- 1、眼看东西的奥秘。
- 2、近视眼及其发生机制。
- 3、中学生患近视的原因。
- 4、科学用眼，预防近视。

俗话说：“眼睛是人的灵魂的天窗。”眼睛能使人获得丰富的知识材料，观赏大自然的壮丽景色，表达内心的情感，体现人的精神面貌，是人们认识客观世界的重要器官。眼睛是怎样看见东西的呢？眼睛好像一架照相机，其中角膜和晶状体相当于镜头，瞳孔相当于光圈，脉络膜相当于暗箱，视网膜相当于底片。眼睛可使自然界的物体成图像，其道理和物体在照相机形成倒像是一样的。当然，人体这双精巧的眼睛比照相机不知要复杂和精密多少倍，不是几句话就能把它的全貌讲清楚的。下面粗略介绍一下人眼成像的一段过程。眼睛看东西全靠眼球（即眼珠）。眼球四周那层眼白叫巩膜，巩膜是眼球的围墙，是不透光的。眼球前面开的那个透明的窗口叫角膜，光线就从这里射向眼球。从角膜往里看，有一层棕黑色的东西叫虹膜，它中间留有一个小孔叫瞳孔，让光

线通过。虹膜的作用跟窗户上的窗帘差不多，光线强烈刺眼睛的时候，虹膜就遮上一点；光线看不清东西时候，虹膜就打开一点。光线通过瞳孔后继续往里前进，穿过晶状体射到眼底上，晶状体无色透明，呈扁圆形，像一个两面凸的镜片，如同放大镜一般，有很强的聚光作用，能把物体射进来的光线集中成影像。眼底上有一层薄膜叫视网膜，它能感受光的刺激，并和视神经相联系。从角膜射进来的光线过了几关，通过晶体集中成影像后，影的光刺激了视网膜，视网膜立即把这个消息通过视神经报告给大脑。人就感觉到这个影像的亮光，看清楚了物体。

1、正常眼的调节。正常人的眼通过调节作用，既能看清远方的物体，也能看清近处的物体。看远方的物体时，眼睛不需作任何调节，物像主很清楚；而看近处的物体时，只有通过调节，使晶状体变凸、增厚，屈光度增大，才能看清物体。晶状体变凸是由于限内睫状肌收缩，使悬吊晶状体的韧带(即晶状体小韧带)放松而产生的。

2、近视眼及其发生机制。近视眼能看清近和物体，在看远处的物体时，由于物像落在视网膜的前方，因此看不清楚。近视可分为两种，一种叫调节性近视，也叫假性近视，另一种叫轴性近视，也叫真性近视。中小学生的晶状体弹性强，调节力大，当物体(如书本)距离眼睛很近时，也能看得清楚。由于他们的读书习惯不好，或由于采光、照明条件不好，总是把书本放得离眼睛很近，睫状肌总是处于收缩状态。久而久之，睫状肌发生持续痉挛，一旦看远方物体时，睫状肌不能放松，晶状体也不能恢复到原来的扁平状态，这种情况就是调节性近视。中、小学生的近视，绝大部分属于这一类型。这时，如果注意保护视力，消除引起调节紧张的因素，视力可以好转或恢复到正常。

3、患近视的原因

(1)眼睛与书本的距离太近，看书和写字姿势不正确，用眼时

间过长。我们知道，眼睛看近物体就需要调节，要使晶状体的凸度增加，以增大屈光能力。如果看物体的时间太久，会使晶状体长时间处于高度调节状态，引起睫状肌的疲劳。

(2) 光线太弱或太暗，照明度不适合眼睛的要求。一般说来，看书、写字所需的照明度应不低于100勒克斯。

(3) 看书的姿势不正确，或看书的场所不恰当。有些少年儿童喜欢躺着看书、坐车看书、走路看书。躺着看书，往往照明不足，姿势歪斜，书本不易放正。为了看清字迹，必然把书本放得较近，这就要加强眼睛的调节，增加眼睛的负担。如果长期有这种不良的看书习惯，就容易造成近视。

(4) 遗传倾向的存在，一般高度近视(6屈光度以上，俗称600度)大都是由遗传因素引起的。但是，遗传因素引起的近视占近视眼总数的比例较小。

近视眼是中小学的常见病，是造成视力不良的主要原因。预防少年儿童近视眼，须从多方面着手，采取综合措施方能生效。

1、控制看书时间一般说来，年龄越小，连续看书、写字的时间应该越短。每当连续看书写字达到40-55分钟时，就应该休息10分钟左右，看看天空的云朵(白天)或星星(晚上)，看看远处的树木或建筑物，或者到室外散散步、做做游戏，让眼睛得到休息。

2、保持正确的读写姿势少年儿童看书、写字要养成正确的姿势。要坐得端正用本不要竖立或平放，最好与桌面成30度-40度角，使书本与视线垂直。眼睛和书本的距离保持一尺左右，前胸与桌沿保持一拳距离。眼睛不要向左、右斜视，不要歪扭着头写字，不要趴伏在桌上看书写字，更不要躺在床上看书。

3、调节看书的光线家长和老师应给少年儿童创造良好的看书写字的条件。在教室里集体晚自习，宜采用日光灯。在家中个人晚自习，灯泡不应小于25瓦；最好采用局部照明，例如安装台灯，灯口宜配有浅色灯罩，以免眼睛受白灯光的刺激。光线应从左前方射来，避免被其它物体挡住或减弱光线。白天看书写字宜在室内进行，靠近窗户，但又不应该被阳光直接照射着。

4、走路、乘车不要看书走路或乘车看书是引起近视的原因之一。

5、加强营养和锻炼，增强体质。表面看来，加强营养的锻炼身体，增强体质，似乎与视力无关。其实，这是预防近视的重要措施之一。

6、坚持做眼保健操眼保健操，是采用祖国医学中的推拿、针灸、穴位按摩等方法的原理而科学地制定的。通过近按摩穴位，使弱的刺激引起条件反射，从而消除眼睛调节和集合的紧张状态，并能加强眼部的营养和组织的新陈代谢，改善和增进血液循环，维持眼睛的正常生理功能。

7、看电视时要注意保护视力看电视时，最好坐在电视机正中前方，如坐在旁侧，其观察角度不应小于45度；人与电视机的距离应是电视屏幕尺寸的5-7倍，一般宜在2米左右；电视机放的高度宜与眼睛的水平线等高；要保持电视图像清晰和稳定，不要太亮或太暗；看电视时室内最好开一支3瓦或5瓦的荧光灯，其位置宜在观众后方，使场所不会太暗；每看40或60分钟电视，要有一个短时间的闭目休息，或在电视节目交换的间歇时间里，将视线挪开，看看周围的东西，起身做做别的事情，活动一下身体，让眼睛得到休息。

8、多看绿色物体对眼睛有益当我们经过一阵紧张而繁忙的学习之后，在窗口旁或走出室外，抬头眺望一下远处青绿色的庄稼和树木，紧张的神经顿时觉得缓和下来，疲劳的眼睛随

之感到十分轻松。这不仅是因为望远使眼睛的调节放松，而且还在于青绿色对眼睛有缓和作用。

保护洱海班会教案篇四

当你漫步在绿树荫荫的森林，当你行走于青色一片的绿茵，当你辗转于层峦叠峰之间……你是否想到如果能远远的听到“百啭千声随意移，山花红紫树高低”的鸟鸣，如果能看见到穿梭于树中的小猴的身影，如果能遇到溪边饮水的小鹿……那么，大自然会多么灵动，多么迷人。

谁不向往静谧的田园生活？谁不渴望每天看见蓝天白云？谁不期待身边有鸟语花香？听着松涛低语，鸟鸣啾啾，看着苔藓绒绒，树叶飘飘，伴着流水潺潺，鱼儿嬉戏，人都会陶醉其中。

伸出我们的双手，每年种上一棵树；

做一名保护野生动物的积极宣传者；

提倡不食用野生动物，树立饮食新风尚；

劝说、阻止伤害野生动物的人和事；

让我们行动起来，从我做起，从小事做起；

让家乡的树更绿、天更蓝、水更美；

让大地处处充满生命的绿色；

让野生动物与我们人类在同一片蓝天下和谐地生活；

让我们携手共创21世纪人类与野生动物和谐共存的美好家园！

保护洱海班会教案篇五

通过给幼儿猜谜语,用讨论、说、看、亲身体验,使幼儿由感受到体验,由浅入深;由理解、认同、到实践。对眼睛在自己和他人生活中的重要作用有了较深刻的体会。学习了正确的用眼常识,了解了不良的用眼习惯对眼睛的损坏,达到了教学目标。

- 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、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。
- 5、了解主要症状,懂得预防和治疗的自我保护意识。

- 1、怎样保护眼睛
- 2、如何培养幼儿良好用眼卫生习惯。

教学课件

- 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。

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坏处。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！