

小学生防近视班会记录 保护眼睛预防近视班会教案(汇总7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

小学生防近视班会记录篇一

- 1、懂得保护眼睛的正确方法，知道保护眼睛的重要性。
- 2、积极参与讨论，结合生活经验大胆发表自己的意见。

懂得保护眼睛的正确方法，知道保护眼睛的重要性。

知道眼睛的各种用处，愿意积极参与讨论，大胆说说自己的想法。

1. 通过提问，让幼儿说出眼睛的用处。

师：小朋友，我们的幼儿园漂亮吗？（漂亮）哪儿漂亮呢？
（幼儿回答）

你们怎么知道的呢？（用眼睛看出来的）

那你们的眼睛还能干什么呢？（让幼儿分别说出眼睛的许多用处）

那你们看老师的眼睛在说什么？（生气）

谁的眼睛也会说话？（请几个小朋友上来表演。）

师：谁能告诉大家他的眼睛说了什么？（例如：他的眼睛说了我很高兴等等。）

2. 通过游戏让小朋友感知眼睛看不见的滋味

师：眼睛除了能看以外，还能像刚才小朋友的表演一样传递感情。

那你们就一起戴上它吧！

老师拿出一个皮球，问：现在我手上有什么？（不知道）

摘下眼罩看一看是什么？它是什么颜色，什么形状？

再戴上眼罩来摸一摸老师在哪里？有没有摸到？

为什么我们戴上眼罩就不知道老师手上有什么，就摸不到老师呢？（因为眼睛看不见）

3. 教育小朋友如何关心帮助盲人。

我们知道眼睛看不见给我们的生活带来许多不便，可是有的人一出身就看不见，那是谁呀？（盲人）

那我们看到盲人该怎么办呢？（让小朋友各抒己见，说说如何帮助盲人）

4. 利用故事告诉幼儿患了近视眼也会给人带来不便。

让小朋友听故事录音。

听后提问：啄木鸟闹了那些笑话呢？（幼儿回答）

5. 让小朋友看情境表演，判断对错。

6. 告幼儿怎样保护眼睛。

刚才我们看到了有的小朋友做对了，有的小朋友做错了，那我们到底该怎样保护好我们的眼睛，使它不生病呢？（让幼儿回答）

- (1) 千万不要用脏手揉眼睛。
- (2) 看电视时要离电视机远点儿，而且时间不要太长。
- (3) 不要躺在床上看书。
- (4) 不要坐在行走的汽车上或者摩托车上看书。
- (5) 不要在光线太强或者太暗的地方写字、画画。
- (6) 写字、画画的时候，身体要坐正，胸脯离桌要一拳，眼睛离书本要一尺。
- (7) 要多吃新鲜的水果、蔬菜。
- (8) 最重要的就是不要玩尖锐的东西，以免伤害眼睛。

7. 让幼儿正确做出看书画画的`姿势并通过实物投影仪展示出来，让他们看到自己做得对不对。

今天老师还为你们准备了一些图书、纸、玩具。请你们自由的去玩，然后让我们来看看谁做得最好，谁最会保护自己的小眼睛。（让小朋友从电视上欣赏自己的样子）。

师小结：从电视上看到我们的小朋友做得真好。老师还要告诉你们每年的6月6日是爱眼日，下面让我们大家 一起做个保护眼睛的小卫士将保护眼睛的知识去告诉小班的小弟弟、小妹妹们吧！

小学生防近视班会记录篇二

- 1、了解有关眼睛的构造和卫生方面的知识，预防眼病。
- 2、让学生懂得爱护自己眼睛的重要性。
- 3、掌握保护眼睛的基本方法。

教学准备：

- 1、收集有关眼睛方面的资料。
- 2、对班级学生视力进行事先了解。
- 3、若干幅涂上油脂的眼镜，使眼睛看东西模糊。
- 4、挂图《眼睛生病了》。

教学过程：

- 1、同学相互交流自己了解的有关眼睛的知识。
- 3、讨论：眼睛为什么会生病？

教师小结：用脏手帕擦眼睛、揉眼睛、眼睛看书太久、看电视太疲劳、坐姿不端正等都会引起眼睛生病。

- 4、请若干学生带上涂有油脂的眼镜，让幼儿体验视力不好的痛苦。
- 5、学生集体讨论：怎样才能保护眼睛的视力呢？

教师总结：

在看电视时，距离要电视2米以上的距离，看电视时间不能超

过2小时，要适当让眼睛休息；看书时要身体要坐正，不能趴着、仰着看书，看书时间过长，要让眼睛休息、向远处看、看绿颜色的植物；不能在太强、太弱的光线下看书；写字时要注意保持一拳、一尺、一寸的距离；多吃胡萝卜，胡萝卜中含有大量的胡萝卜素对保护视力有很大好处；小朋友的毛巾、脸盆等要和父母分开用，并定期对毛巾、脸盆进行消毒或清洗，防止相互传染；眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。

6、保护明亮的眼睛。请小朋友集体做一做看书、写字的正确姿势(教儿歌)带领学生做眼保健操。

7、教学延伸：教师带领学生去户外看东西，引导幼儿说说都看见了什么？自己看到最远的东西是什么？最喜欢的东西是什么？体会眼睛的重要。

小学生防近视班会记录篇三

6月6日

活动主题：

我们的口号：眼睛是心灵的窗户，我要用心爱护我的眼

活动目标：

- 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。

家长宣传：

以校讯通的方式，向家长宣传注意保护眼镜的一些方法与秘诀。

活动情况摘要：

开展教学活动内容：

一、了解眼睛的构造，用途

出示图片引导幼儿观察，说一说眼睛的大致轮廓。

二、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》

2. 回答相关问题，让幼儿懂得道理：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。

三、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

小学生防近视班会记录篇四

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。

二、教学重难点

预防近视的方法，促使学生养成良好的用眼卫生习惯

三、教学准备

课件、图片、红领巾

四、教学过程

(一)游戏导入，明白眼睛的重要性。(4分钟)

孩子们，今天上课前玩个游戏：《你会迷失方向吗?》

1、老师讲解游戏方法。

2、指一名学生到前面，先不蒙眼睛，老师点向那，该生快速走到那?然后蒙住眼睛，并原地旋转几周，老师再让生走到指定地点?看能否完成。

3、板图：出示课件“怎样预防近视”

(二)同桌合作，简单了解眼睛的结构及特点。(5分钟)

1、同桌互相观看对方的眼睛，看有那些组成。

2、指名说。

睫毛能阻挡灰尘、沙子、遮光、防水的作用，还能防止异物进入眼睛，眼皮起保护眼球的作用。

3、师小结：我们能看到的有眼珠、眼白、眼皮、睫毛。眼睛的每个部分都很重要，如果哪一部分受伤，眼睛都会生病：近视或者失明。

4、那么，什么是近视眼了?

(三)那些坏习惯会导致眼睛近视了?联系生活，了解不良习惯。(10分钟)

1、播放课件一动画片，师生交流

师：看了动画片你有什么感想？

2、指名说自己的看法

3、老师板书：近视眼是怎样形成的

(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。

(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、写字所需的照明度不能太强也不能太弱。特别是不能在强太阳光下看书。

(3)看书的姿势不正确，或看书的场所不恰当。

4、看电视时离电视机太近

5、不能吃太甜和太咸、太辣的食物。

(四)讨论并判断图片上的那些同学做的是对的？

(五)再次播放课件：怎样预防近视

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，连续看书、写字的时间达到40-55分钟时，就应该休息10分钟左右，走出去看看天空的云朵(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。眼睛和书本的距离保持30厘米左右，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：白天看书写字宜在室内进行，靠近窗户，但又不被阳光直接照射着。

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、看电视时要注意保护视力(3分钟)

7、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。

8、坚持做眼保健操(10分钟)

播放课件：纠正做眼保健操的一些错误动作，让生跟着做

(六)自我判断是否近视(2分钟)

(1)看远处的物体经常眯细眼睛，否则就看不清楚。

(2)看书和看电影、电视的距离近了，尤其看电视总喜欢靠近电视机。

(3)看物体时容易产生紧皱眉头现象。

(七)总结：(3分钟)

小朋友们是祖国的未来，眼睛是我们的“侦察兵”，有一双明亮的眼睛才能在今后做好各行各业的工作，不管走上哪个岗位都要有一双明亮健康的眼睛才能给生活带来美好，为了我们更好的生活，请你保护好你们的眼睛，不让眼睛生病。

小学生防近视班会记录篇五

让学生明确好习惯的重要性，知道哪些是好习惯哪些是不良习惯，从而达到培养学生好习惯的目的。

班级照片、搜集儿歌、编排小品、写倡议书、搜集名人故事。

a□学习是动力，好习惯引领我们不断前行。

b□知识像海洋，等待我们张开臂膀去遨游。

a□我宣布，二年级一班《好习惯伴我成长》主题班会现在开始。

b□同学们，你们知道，良好的学习习惯都包括哪些方面吗？

(自由回答)

a□同学们说的真好，平时我们是这样做的吗？

请看小记者拍的照片，谁做的对，谁做的不对呢？

(大屏幕播放照片，请同学们评论)

b□同学们，良好的学习习惯是我们取得好成绩的基础，它将帮助我们健康成长。

a□良好的习惯不仅仅表现在学习上，还表现在生活中，生活中要养成哪些好习惯呢？就让这些儿歌告诉你吧！（儿歌串联）

b□如果你觉得这些儿歌还不够全面，那就把你的想法写在今天的日记中吧！

a□廖迎春，刚才我们谈到了学习习惯生活习惯，我觉得良好的品行习惯也很重要呀□b□刘雨杰，别急别急，你看演出已经开始了。

（小品：明明的一天）

a□刚才的小品可真有意思，看来我们班的表演人才大有人在呢？

b□热闹归热闹，看完后要反思才行呀！

a□刚才的小品中有哪些错误，正确的品行习惯应该是怎样的？

（自由发言）

b□良好的行为习惯是一个人成功的基础，它体现了个人的修养和素质。历史有许多人取得成功，就是因为从小养成了好习惯。

请听名人小故事。

毛泽东小时候非常喜欢读书，为了锻炼自己能集中精力做事情，他专门来到城门洞读书。城门洞是交通要道，路窄人多，各式各样的人来来往往，谈论着各自的话题，奇人新事特别

多。毛泽东端着书本，目不转睛地盯着书里的文字，无论身边发生什么情况，他都毫不动心。刚开始的时候，看来一会儿，毛泽东就有点坚持不住了。但后来，凭着顽强的毅力，他每天都强迫自己比前一天多看10分钟。习惯成自然，久而久之，就养成了专心致志的好习惯了。

由于他专心读书，知道的事情特别多，小伙伴们都叫他“万事通”，长大以后，毛泽东做出了惊天动地的大事情。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

一、维护校园整洁，增强保护环境意识，不乱扔垃圾，不随地吐痰，不在墙面、桌面乱涂乱画，不损坏花草树木。

二、举止文明，尊重师长，言行得当。使用文明用语，不说脏话、谎话，不打架斗殴，不在走廊楼梯上追跑哄闹。

三、讲究个人卫生，常洗澡，勤换衣，保持衣服和手脸的卫生。

四、自觉遵守纪律，不迟到，不早退，不抄袭作业，课间活动不要大声喧哗。

五、自己的事情自己做，自己收拾书包或其他物品。

六、吃饭有规律，不挑食。多吃蔬菜和水果。

b□好习惯让人终身受益，习惯就象雏鹰的一双翅膀，能让我们在高高蓝天上翱翔。习惯就是我们成长中最好的伙伴，能让我们在阳光下茁壮成长。让我们把好习惯放在心里，让它在心中生根发芽！

a□最后请同学们大声跟我说：

播下一个行动，你将收获一种习惯。

播下一种习惯，你将收获一种性格。

播下一种性格，你将收获一种命运。

b□下面，请辅导员老师讲话。

同学们，良好的行为习惯是我们成功的基础，但一节课不可能把好习惯展现的面面俱到，在以后的班队会中我们还要坚持开展此项活动，我希望通过今天的队会，同学们能够取长补短，改掉自己在学习生活品行以及其他方面的不良习惯，争取做一名百分百合格的小学生。老师期待着！

a□我宣布，二年级一班好习惯伴我成长主题班会到此结束。

小学生防近视班会记录篇六

因现在许多学生看电视或玩电脑时间过长，对孩子的眼睛造成极大伤害，为帮助学生改正这一不良习惯而设计本次活动。

活动目标

- 1、了解保护眼睛的基本常识。
- 2、不长时间看电视、看书、画画时姿势正确。
- 3、初步了解健康的小常识。
- 4、初步了解预防疾病的方法。
- 5、初步养成良好的卫生习惯。

教学重点、难点

- 1、让学生了解长时间看电视对眼睛的伤害
- 2、强化学生对正确行为的认识

活动准备

- 1、学生活动前向父母了解保护眼睛的有关常识
- 2、教学挂图

活动过程

一、开始环节

猜谜语，引起学生兴趣。师：黑黑亮亮两颗珠，一开一合像窗户。白天开门夜关闭，能看电视能看书。请小朋友相互看对方，猜出谜底。

二、基本环节

讲故事《保护眼睛》，了解长时间看电视对眼睛的伤害。

(故事)小猫咪咪是个电视迷，一天到晚坐在电视机前。遇到特别喜欢的节目，就坐在离电视很近的地方。有时，还躺在床上看电视。有一天，咪咪。后来，咪咪再也不当小电视迷了。

师：咪咪的视力为什么减退啊?引导学生讨论咪咪视力减退的原因。

学生：因为，咪咪看电视时间太长;因为，咪咪离电视太近;因为，咪咪还躺着看电视。

师：你们每天没在家看电视吗?看电视的时间长吗?知道咪咪的烦恼后，你应该注意什么呢?(让学生展开讨论)

学生：看电视时间一定不要太长，也不能离电视太近，更不要躺着看电视。

引导学生了解造成视力减退的其他原因及保护眼睛的有关常识。

请园内一位带眼影的教师给小朋友介绍自己近视的原因和戴眼镜后感觉到的不方便。结合学生的日常生活、结合挂图，讨论其他对眼睛造成伤害的原因，告诉学生保护眼睛的方法。如：户外活动时不要扔沙子；眼睛进脏东西后要找成人帮忙，看电视、玩电脑时间不超过半小时；看书、写字、画画距离不能太近等。

三、结束环节

强化学生对正确行为的认识，听指令做动作。

老师说：看书、画画、看电视等，学生做出相应的正确姿势。

四、延伸环节

指导学生将保护眼睛的注意事项用绘画形式表现出来，并粘贴在相应的活动区。

教学反思

本节是中班的健康课，根据中班学生的年龄特点，在活动中运用引导、演示、讨论等方式，强化了学生对正确行为的认识，了解了长时间看电视、玩电脑，对眼睛的伤害。由于眼睛保护涉及较多专业知识，对中班孩子不宜过多直接传授。但在引导学生了解造成视力减退的其他原因及保护眼睛的有关常识方面，讲得不够细腻，如果，本次活动的重点再把与学生日常行为的有关内容进一步延伸，这样就使学生更加丰富了相关知识，进一步增强保护眼睛的意识。

小学生防近视班会记录篇七

- 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。