

2023年健康爱护眼睛大班 大班健康活动 爱护眼睛教案(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

健康爱护眼睛大班篇一

作为一名优秀的教育工作者，时常需要编写教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。我们应该怎么写教案呢？下面是小编精心整理的大班健康活动爱护眼睛教案，欢迎阅读与收藏。

爱护眼睛每个小朋友都知道，但真正能做到保护自己眼睛的却很少。在日常生活中、各项活动中我经常发现有些小朋友用眼不正确，看书时，眼睛和书本距离太近，画画时，头低得太低而且还有许多家长反映，幼儿在家时经常长时间近距离的看电视，种种现象说明大多数幼儿在实际生活当中，并不能自觉得保护眼睛，所以我设计了这个课程，让幼儿进一步了解保护眼睛的重要性。

1巩固和加深对眼睛作用的认识，了解眼睛损伤给生活带来的影响。

2了解损伤眼睛的正确做法。

1特征较明显的几种物体（如球，积木等）

2视力表，眼镜。

3 《幼儿习的手册》（想一想，说一说）上学期1第2-3页

一、摸一摸猜一猜玩《瞎子说颜色》游戏，让幼儿体会眼睛的作用。教师提问：

1凭感觉猜一猜物体是什么形状？

2物体是什么颜色？

3教师小结：

我们用手能感觉出形状，但是不能感觉出颜色，只有眼睛才能看见周围的东西和美丽的色彩。

二、请出一名戴眼镜的幼儿说一说自己眼睛损伤后，给生活带来了那些不方便？

三、观察《幼儿习得手册》“小亮为什么戴上了眼镜？”

1. 让幼儿了解视力表

2. 请幼儿看图说出小亮戴上眼镜的原因：如：小亮躺着看书，离电视太近，在阳光下看书等。

3. 请幼儿自由发言，还有那些不良习惯能损坏眼睛。

四、幼儿讨论：如何爱护眼睛。

教师总结：不躺着看书，不离电视太近，读书写字要做正，不用脏手揉眼睛，不再光线弱的地方看书等。经常做眼睛保护操。

五、教幼儿一套简单的眼睛保护操。（教师自编）一二三，捋眉毛，四五六，揉一揉，七八九，换个地方再柔柔。

六、放一段轻松音乐幼儿结束活动课。

健康爱护眼睛大班篇二

- 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。

教育幼儿爱护眼睛，学习保护眼睛的方法。学习眼保健操。

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？

小结：小朋友不能玩尖地东西，不能拿着尖尖的东西对着眼睛，这样眼睛很容易受伤。

(4) 看电视图片

这位小朋友在干什么？为什么不能离电视这么近？

小结：看电视不能太近，也不能长时间看电视，让眼睛休息一下。

(5) 走路看书的图片

这位小朋友在干什么？为什么不能这样做？

小结：走路时不能看书，对视力不好。

小朋友我们除了要养成爱护眼睛的好习惯，还有那些方法可以保护我们的方法？别忘了还要多吃水果蔬菜营养均衡，这样我们的眼睛才会更亮，更有神。

三、引导幼儿作简单的眼睛保健操。

1、教师示范。

2、播放音乐，幼儿在教师的陪同下一一起做眼保健操。

健康爱护眼睛大班篇三

1、认识眼睛的基本构造，知道眼睛的用途。

2、知道要保护眼睛，学习爱护眼睛的正确方法。

3、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

4、初步了解爱护眼睛的小常识。

眼睛的图片，教学挂图和幼儿用书

1、谜语导入：

上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄，上边门，下边门，关起门来就睡觉（请小朋友们来说出谜底）

2、带领幼儿观看眼睛的图片，了解眼睛的大概构造及作用。

（1）这是什么？眼睛的上边是什么？中间的黑葡萄就是什么呢？

（2）如果我们的眼睛看不见东西了怎么办？（请大家一起闭上眼睛来体验看不见东西的感觉）

3、观看教学挂图，了解可能会伤害眼睛的种种错误行为。

4、引导幼儿了解保护眼睛的`方法。

教师提问讨论：眼睛对我们大家都很重要，但我们要怎么样才可以好好保护它呢？（幼儿自由讨论，教师再请个别幼儿代表发言）

教师小结：在平时生活中，看书看电视、玩电脑的时间都不可以过长，学会做眼保健操。

大部分孩子都已了解眼睛对我们的重要性，知道平时要保护好它。在今后还会和家长朋友做好家园共育，随时提醒幼儿用眼时间，养成用眼卫生的好习惯。

健康爱护眼睛大班篇四

- 1、通过教学引导幼儿认识眼睛构造、用途。
- 2、教育幼儿保护眼睛，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。

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

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。

提问: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?

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。

附故事：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！

第二天，明明在放学的路上边走边看书，突然鼻梁一耸肩，耳朵连忙弯弯腰，明明的眼镜就哗啦一声掉在地上，打碎了。明明没有了眼镜什么也看不见，不小心撞在了树上，鼻梁肿了，流出很多血，耳朵也很心疼，眼睛说话了：“不要埋怨眼镜，都是明明不爱护眼睛让我们什么也看不见，才请眼镜来帮忙，大家要互相帮助，提醒明明爱护眼睛，天天做眼睛保健操，摘掉眼镜，大家都会很开心！”

健康爱护眼睛大班篇五

1、初步了解眼睛结构。

2、知道眼睛有什么用。

3、知道怎样爱护、关心自己的眼睛。

每人一面小镜子，“大大的眼睛”画面两幅。

二、让幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的?引导幼儿在镜子里仔细看看，或用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

三、提问:眼睛什么地方会动?幼儿边摸边感知眼球会动。

眼睛里有什么?是什么颜色的?

眼睛长在哪里?

四、让幼儿互相观察眼睛，并进行比较。进一步感知眼睛的结构。

五、引导幼儿讨论眼睛有什么用?(幼儿互相讨论、交流)六、出示画面并提问:

1、眼睛有什么用?

2、我们怎样爱护、关心自己的眼睛?

让幼儿知道画画时要坐端正，不用脏手揉眼睛，要用干净手帕擦眼泪等。