

2023年防近视班会教案(大全13篇)

教案是教学过程中的重要组成部分，能够有效地引导学生学习并促进他们的发展。接下来是一些初中教案的精选，希望对大家编写教案有所帮助。

防近视班会教案篇一

1. 通过活动，使学生了解更多的爱眼知识。
2. 引导学生正确对待眼保健操。
3. 培养正确的读书、写字姿势和良好的读写习惯。

眼罩一个，《爱眼健康歌》

一、游戏“蒙眼走直线”

采访体验者。你有什么想说的？

导入：同学们，眼睛对我们这么重要，我们是不是应该爱护呢？

出示班会主题：我有一双明亮的眼睛

二、眼睛的重要性

主持人a□

眼睛是人类感观中最重要器官，大脑中大约有80%的知识和记忆都是通过眼睛获取的。读书认字、看图赏画、看人物、欣赏美景等都要用到眼睛。眼睛能辨别不同的颜色、不同的光线。眼睛是我们获取大部分信息的源泉。

主持人b□眼睛不仅是重要的视觉器官，还是容貌的中心，是容貌美的重点和主要标志。

主持人a□人们对容貌的审视，首先从眼睛开始。

主持人b□一双清澈明亮、妩媚动人的眼睛，不但能增添容貌美使之更具魅力和风采，而且能遮去或掩饰面部其它器官的不足和缺陷。“一语道破”这句成语，体现了小学五级爱眼日主题班会教案小学五级爱眼日主题班会教案/，！。眼睛生理功能中的美学意义及其重要性。眼睛的形态、结构比例如何，对人类容貌美丑具有重要的`影响，因此美学家称人的双眼是“美之窗”。

主持人a□除了“一语道破”这个成语，关于眼睛的成语可多了，你还知道哪些？

主持人b□除了成语还有很多关于眼睛的名言警句，你知道有有哪些？

主持人b□眼睛如此重要，我们国家专门确定了全国爱眼日，你知道是哪一天吗？

三、讨论交流：怎样保护我们的视力呢？

(1) 小组讨论，选代表汇报。

(2) 交流：

四、“爱眼知识”小常识

(一) 消除眼疲劳

眼睛疲劳和眼睛充血，要立刻休息，然后做下面眼部保健操体验一下，可能会消除您的眼睛疲劳。

1、按压眼球法

闭着眼睛，用食指、中指，无名指的指端轻轻地按压眼球，也可以旋转轻揉。不可持续太久或用力揉压，20秒钟左右就停止。

2、按压额头法

双手的各三个手指从额头中央，向左右太阳xxx的方向转动搓揉，再用力按压太阳穴，可用指尖施力。如此眼底部会有舒服的感觉。重复做3~5次。

3、按压眉间法

拇指腹部贴在眉毛根部下方凹处，轻轻按压或转动。重复做3次。眼睛看远处，眼球朝右——上——左——下的方向转动，头部不可晃动。除此以外，用力眨眼，闭眼，也能消除眼睛疲劳。

（二）饮食养眼

应多吃些胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充人体内维生素a和蛋白质。平时多喝绿茶可起到一定的保护眼睛的作用。

五、实践活动：做眼操。

六、学唱《爱眼健康歌》

七、请五月阳光生演讲自己的阳光故事。

八、学习阳光报。

九、活动拓展：发倡议书、制作爱眼宣传手抄报。

班主任：通过这次活动，同学们又学到了很多爱眼常识，相信大家在今后的学习生活中一定能保护好自己心灵的窗户。

防近视班会教案篇二

针对本班近视眼人数与日剧增的现实，以游戏和知识竞赛的方式引发学生参与话题讨论，结合小学高年级学生能力水平，让学生从身边人、身边事入手进行有针对性的课前调查，充分发挥学生主动性，课上指导学生小组合作进行资料整理，从而在充分“自主”的前提下，使学生得出结论，加深认识，习得爱眼护眼的方法，并产生主动加入爱眼宣传的愿望，达到教育的效果。

1. 从学生生活体验入手，使学生了解近视的成因和危害，激发学生保护眼睛的意识。

2. 培养学生的保护眼睛的意识。从我做起，从现在做起，关注眼睛健康，学会用眼卫生。

触动学生心灵，使之切身感受到保护眼睛，预防近视的重要性。

教师：搜集相关资料；设计表格，布置学生课前调查任务；制作游戏挂图、多媒体课件。排练小品《近视闹出的笑话》和诗朗诵《呵护心灵之窗》两个节目。

学生：进行两个调查：一是《五年级（4）班学生戴眼镜情况调查》，二是《五年级（4）班戴眼镜学生日常行为习惯调查》。

一、激情导入引话题

师：（唱）轻轻敲醒沉睡的心灵，慢慢张开你的眼睛……人们常说，眼睛是心灵的窗口，一双明亮的眼睛，可以让我们

看到世界的精彩，感受心灵的碰撞，交流心中的情感。今天，就让我们一起来（课件出示活动主题）

生齐：——呵护心灵的窗口。

二、近视知多少

1、游戏：《给我一双慧眼》

游戏规则：请每组一个同学上台，蒙上眼睛，为课前准备好的没画眼睛的孩子贴眼睛，贴正确的为胜利。

小结：从大家的笑声里，我们感受到游戏的快乐。但是请大家想一想，是什么让你发笑？你对自己的眼睛又有多少了解呢？下面我们进行一次小竞赛。

2、近视小知识竞赛（各组抢答，每题10分，得分高的组为优胜。）

1. 人的眼睛为了看清远近物体，起调节作用的是（ ）

a.房水 b.晶状体 c.玻璃体

2. 小学生10岁前已经近视以（ ）居多。

a.轴性近视 b.混合性近视 c.调节性近视

3. 近视的症状为（ ）。

a.远视力正常，近视力减退 b.远视力减退，近视力正常 c.近视力远视力均减退

4、以下哪种做法不会引起近视？（ ）

a.趴在桌上看书写字b.躺在床上看书c.连续看书1小时休息片刻或远眺

5、下列哪一种维生素有保护眼睛的作用（）

a.维生素ab.维生素ec.维生素c

6、保持充分的睡眠、营养与体育锻炼有助于预防近视，小学生每天睡眠时间应不少于（）

a.8小时b.9小时c.10小时

7、下列有关视力保健的叙述，错误的是？（）

a.近距离用眼每40分钟休息。

b.不可以在强太阳光下看书。

c.看书累了就看电视，看电视累了就打电脑。

d.看电视要保持适当距离。

8、。红眼病传染性很强，夏秋季节比较容易发生，为预防红眼病，应该做到（）

a.戴口罩出门b.常开窗通风c.常洗手、剪指甲

9、书写、阅读时，眼和书本的距离应是多少：（）

10、为了预防近视，看电视时眼与屏幕的高度最好是（）

a.眼比屏幕稍高一些b.屏幕比眼稍高一些c.两者等高

防近视班会教案篇三

向学生宣传保护眼睛的重要性，使学生了解近视的成因和危害，培养学生的保护眼睛的好习惯。从我做起，从现在做起，关注眼睛健康，注意读书写字姿势，同时每天认真做好眼保健操。

学生查找一些关于眼睛的各方面的资料，做眼睛保健操的正确动作，并获得一些有关眼睛保健方面的知识。

班主任我们之所以能看到自己的亲人、朋友，看到如此缤纷的大自然，正是因为我们每个人都拥有一双明亮的眼睛。我们交流时它可是表情达意的好帮手，因此它也被人称做是心灵之窗。可是，如果我们不重视眼睛，就会看不到身边的一切，必须戴上眼镜，严重的还会失明，多可怕！所以今天我们一起来召开一个主题班会，说说心灵之窗——我们的眼睛。《卫生用眼预防近视》主题班会，现在开始！

班主任我想先请同学们说说：眼睛在人们的生活中有什么作用？（看书、写字、打电脑、看电视、走路……可以给我们带来光明，可以让我们观察很多东西……）班主任眼睛对我们是这么的重要，可是如果我们不爱护好它，就会让它受到伤害，形成近视。

学生眼睛如果不保护，就会很快得近视。请同学们说说看，会致使眼睛近视的原因还有哪些？（读书写字姿势不正确，长时间看电视、打电脑，在过强或过暗的光线下看书、躺着和乘车时看书，躲在被子里看书，用脏手揉眼睛，贪玩电子游戏机）

班主任眼睛是心灵的窗户，拥有一双明亮的眼睛是一件多么幸福的事情。可是如果我们不注意保护，就会形成近视，只好戴上眼镜。请看童话剧《眼镜找朋友》。班主任戴眼镜是多么不方便啊！我们班有几位小朋友也已经戴上了眼镜，我

们请他们来谈谈自己的感想。（戴眼镜不好，甚至为生活添加了烦恼与麻烦，如：吃饭时，热气把眼镜弄糊了什么也看不清；夏天，汗很多，眼镜会从鼻梁上掉下来。容易碎，运动、游泳不方便）

学生原来眼睛不好有这么多不方便，看来我们真该格外爱护自己的眼睛了。班主任接下来，我们有问题要考考大家。

同学们，你们知道全国爱眼日是几月几号吗？（6月6日）

“爱眼日”活动宣传口号有六条，一是预防青少年近视，人人有责；二是爱护眼睛，世界等你去发现；三是预防近视，从今天开始；四是预防青少年近视，从一点一滴做起；五是迎奥运，迎残奥，我看见，我参与；六是人人享有看见的权利。

班主任要知道一件东西的重要性只有在失去它以后。下面，让我们做一个游戏，感受一下眼睛的重要性。（请几位同学蒙上眼睛，为黑板上没画眼睛的小孩画眼睛。）

学生是啊，保护眼睛，要从平时的学习、生活中注意，那除了这些呢，还有一件很重要的事，就是要做好眼保健操。

班主任我们班很多同学眼保健操的穴位找不准，动作不够标准，下面老师给我们详细讲解一下。

（老师介绍评分标准：闭好眼睛、穴位正确、节奏正确、动作到位、坐姿正确等）

（出示视频讲解，并跟着做一遍。）（出示“眼保健操总要领歌”，齐读）

不知不觉中，今天的活动已进入尾声，同学们，通过这次活动，我想大家对眼睛的重要性一定有了更进一步的认识。眼

保健操是一种科学原理的预防近视跟的方法，只要坚持下去，持之以恒，做到做操穴位正确就可以起到预防近视眼的作用。希望同学们今后能从小事做起，认真完成每天的眼保健操，护眼、爱眼。愿我们每一位同学都能在今后的学习生活中拥有一双明亮健康的眼睛。

让我们一起学唱《护眼歌》。

保护眼睛很重要，预防工作要做好。

看书本，眼离一尺保持好。看电视，三米之外不可少。写作业，坐姿端正要确保。眼睛累，适当休息要做到。弱光中，多费眼力并不好。做眼操，节节做好视力保。眼睛全力保护好，生活幸福哈哈笑。

防近视班会教案篇四

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，哪些图是错误的，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。用亲身体会的方式，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！

防近视班会教案篇五

1. 从学生生活体验入手，使学生了解近视的成因和危害，激发学生保护眼睛的意识。

2. 培养学生的保护眼睛的意识。从我做起，从现在做起，关注眼睛健康，学会用眼卫生。

触动学生心灵，使之切身感受到保护眼睛，预防近视的重要性。

教师：搜集相关资料；设计表格，布置学生课前调查任务；制作游戏挂图、多媒体课件。排练小品《近视闹出的笑话》和诗朗诵《呵护心灵之窗》两个节目。

学生：进行两个调查：一是《五年级（4）班学生戴眼镜情况调查》，二是《五年级（4）班戴眼镜学生日常行为习惯调查》。

一、激情导入引话题

师：（唱）轻轻敲醒沉睡的心灵，慢慢张开你的眼睛……人们常说，眼睛是心灵的窗口，一双明亮的眼睛，可以让我们看到世界的精彩，感受心灵的碰撞，交流心中的情感。今天，就让我们一起来（课件出示活动主题）

生齐：——呵护心灵的窗口。

二、近视知多少

1、游戏：《给我一双慧眼》

游戏规则：请每组一个同学上台，蒙上眼睛，为课前准备好的没画眼睛的孩子贴眼睛，贴正确的为胜利。

小结：从大家的笑声里，我们感受到游戏的快乐。但是请大家想一想，是什么让你发笑？你对自己的眼睛又有多少了解呢？下面我们进行一次小竞赛。

2、近视小知识竞赛（各组抢答，每题10分，得分高的.组为优胜。）

1. 人的眼睛为了看清远近物体，起调节作用的是（ ）

a.房水b.晶状体c.玻璃体

2. 小学生10岁前已经近视以（ ）居多。

a.轴性近视b.混合性近视c.调节性近视

3. 近视的症状为（ ）。

a.远视力正常，近视力减退b.远视力减退，近视力正常c.近视力远视力均减退

4、以下哪种做法不会引起近视？（ ）

a.趴在桌上看书写字b.躺在床上看书c.连续看书1小时休息片刻或远眺

5、下列哪一种维生素有保护眼睛的作用（ ）

a.维生素ab.维生素ec.维生素c

6、保持充分的睡眠、营养与体育锻炼有助于预防近视，小学生每天睡眠时间应不少于（）

a.8小时b.9小时c.10小时

7、下列有关视力保健的叙述，错误的是？（）

a.近距离用眼每40分钟休息。

b.不可以在强太阳光下看书。

c.看书累了就看电视，看电视累了就打电脑。

d.看电视要保持适当距离。

8、红眼病传染性很强，夏秋季节比较容易发生，为预防红眼病，应该做到（）

a.戴口罩出门b.常开窗通风c.常洗手、剪指甲

9、书写、阅读时，眼和书本的距离应是多少：（）

10、为了预防近视，看电视时眼与屏幕的高度最好是（）

a.眼比屏幕稍高一些b.屏幕比眼稍高一些c.两者等高

小结：从大家的答题情况看，我们每天都在享受着眼睛给我们的服务，可是我们却对它不够了解和关心。下面我们就从身边的人和事说起，加深对眼睛的了解吧！

三、近视大家谈

板块一：说说近视生

1、交流汇总课前调查一的情况。

2、观察调查数据，得出结论：随着年级升高，班里戴眼镜的同学越来越多。

3、小结：是的，这就是我们身边现实的近视情况。相信大家看了下面的小品会有更大的触动。

板块二：看看近视人

1、小品表演《近视闹出的笑话》

梗概：学生淘淘因为眼睛近视在语文学习中常常把字写得七零八散，丢撇少捺；在数学学习中老被“小数点”戏弄，生活中不是认错人，就是认不清人，不断出丑，对自己眼睛近视十分烦恼。

2、看了这个小品，你有什么感想？

板块三：想想近视因1、小组交流汇总课前调查二的情况。

2、各组汇总调查情况，得出结论。

3、全班交流调查结论。

从大家观察可以发现，近视的同学大部分有以下行为习惯：

1. 看电视距离太近

2. 看电视的时间太长

3. 所看电视的画面浓度太深

4. 写作业时的姿势不正确

5. 在光线太强的阳光下看书
6. 在光线太弱的光下看书
7. 长时间的在电脑前
8. 不合理饮食
9. 在车厢里看书
70. 遗传因素
11. 不认真做眼保健操

板块一：护眼常识我知道

1、看书“五个不”

不能在光线很暗的地方看书。不能在太阳光下看书。不能走在路上看书。不能坐在车上看书。不能躺着或趴着看书。

2、眼操要注意

勤剪指甲，手干净，节拍准确，姿势对。

3、吃上有讲究

嚼硬食：咀嚼就被誉为另类的“眼保健操”。多吃胡萝卜、土豆、黄豆、水果等耐咀嚼的硬制食品，增加咀嚼的机会，预防近视眼的发生。

多吃柑橘和绿色蔬菜：营养学家建议，每天应多吃柑橘类水果和绿色蔬菜，增加叶黄素的摄入量，防止视力退化。

补锌：有研究表明，青少年近视患者的发锌和血清锌含量明

显低于正常视力者，补锌可提高近视患者的视力。

补钙：不仅仅是对骨骼系统，钙对眼睛也很重要，钙的缺乏可导致眼球壁弹性降低，眼肌容易疲劳，使近视加深。

4、小结：同唱《护眼歌》

板块二：爱眼宣传我参与

1、“眼情”介绍：

如今，近视眼的发病率越来越高，上海、北京等大中城市近视率可达50%——60%，在医学院校，近视率甚至高达70%——80%，小学3、4年级的近视率也达到30%——40%。最近的一份调查显示：我国小学生的近视发病率为22.78%，中学生为55.22%，而大学生高达76.74%。我们每一个人都有责任、有义务加入到爱眼宣传活动中来。

2、6月6日是世界爱眼日，希望我们保护好自己眼睛的同时，人人争当爱眼宣传员。

防近视班会教案篇六

活动名称：

大班安全《保护我们的大眼睛》

活动目标：

认知：了解眼睛的作用，懂得保护眼睛的重要性；

能力：创编眼保健操，掌握更多的保护眼睛的知识。

活动重点：

知道保护眼睛的重要性；

活动难点：

创编眼保健操。

活动准备：

ppt课件《保护我们的大眼睛》、百宝箱

活动过程：

一、游戏导入，激发幼儿兴趣小朋友们，我们一起来玩个游戏，老师需要请三位小朋友上来，我要把他们的眼睛蒙起来，其他的小朋友不可以告诉他问题的答案。

小结：我们闭着眼睛可以猜出物体的形状，也可以猜出是什么东西，可是为什么猜不出这个东西的颜色呢？因为只有眼睛才能看见周围美丽的东西和美丽的色彩。

二、基本部分，听故事，体会眼睛的重要性。

接下来，我们来听一个和眼睛有关的故事。

讨论：

- 1、大眼猫是一只什么样的小猫？它学会了什么本领呢？
- 2、大眼猫的眼睛为什么会疼呢？它后来是怎么去做的？
- 3、如果你是大眼猫，你会怎么样做呢？
- 4、如果我们没有好的眼睛会怎么样呢？

小结：读书写字要坐直；眼睛要和书本保持一定的距离；眼

睛有病要看医生；不用眼睛看强光；不在光线暗的地方看东西。

防近视班会教案篇七

眼睛是我们身体的重要器官。随着孩子们年龄的增加，看书、画画的机会日益增多，保护眼睛就显得日益重要。此活动旨在让幼儿多方面收集资料，在充分的讨论和体验下，知道保护眼睛的重要性，掌握保护眼睛的基本知识，并在日常生活中注意保护自己的眼睛。

- 1、了解有关眼睛的构造和卫生方面的知识，防止眼疾。
- 2、懂得爱护自己眼睛的重要性。
- 3、萌发从小珍爱生命的意识。
- 4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
- 5、培养良好的卫生习惯。

- 1、收集有关眼睛方面的资料。
- 2、对班级幼儿视力进行事先了解。
- 3、在一副幼儿太阳镜上涂上油脂，使眼睛看东西模糊。
- 4、挂图《眼睛生病了》。

- 1、交流自己收集的有关眼睛的资料。
- 2、出示挂图《眼睛生病了》，提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？他的眼睛怎么了？眼睛会生什么病呢？（近视眼、红眼病、沙眼、结膜炎、麦粒肿等。）

3、讨论：眼睛为什么会生病？（如：脏手帕擦眼睛、脏手揉眼睛、眼睛看书或看电视太疲劳、坐姿不端正等。）

4、请幼儿带上涂有油脂的太阳镜，体验视力不好的痛苦。

5、讨论：怎样保护视力？

（看电视时，距离电视2米以上，看电视时间不能过长；看书时身体要坐正，不能趴着或仰着看书，看书时间长了，要休息或向远处看或看绿颜色的植物；不能在太强或太弱的光线下看书；写字时要注意保持一拳、一池、一寸的距离；多吃胡萝卜对保护视力有很大好处；平时毛巾、脸盆等要专人专用，并定期消毒或清洗，防止相互传染；眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。）

1、在日常生活和学习中随时提醒幼儿注意保护自己的视力。

2、进一步开展有关眼睛的讨论。

防近视班会教案篇八

1、初步懂得保护视力的重要性。

2、了解学习一些保护视力的有关常识，逐步养成好习惯。

活动准备

1、提供一本可供教师讲故事用的大图书《倒霉的大近视眼》

2、提供做游戏用的眼罩。

3、“幼儿看电视时间”记录卡。

4、与幼儿共同制作保护视力安全图或“公约”图。

活动过程

1. 引导幼儿感知、讨论有关“近视眼”的问题。

建议教师根据班级实际,循序渐进地开展以下一些活动。

活动一:在图书区内摆放一本自制的大图书《倒霉的大近视眼》,并提供录音,供幼儿阅读。

活动二:启发幼儿观察、了解周围一些“近视患者”的生活,学习和工作有哪些不方便,有哪些困难,以及形成“近视眼”的原因。

活动三:带领幼儿共同访问几位“近视患者”,或请他们来到幼儿园,讲讲自己的“苦恼”。

活动四:择时开展讨论活动:

设问:

2. 以集体或分组的形式,开展操作实践活动。

防近视班会教案篇九

1、引导幼儿说说眼睛与我们生活的关系,眼睛有什么用处。

2、自由交流视力测查结果,并正确认读。

3、谈话,理解眼睛与视力的关系,激发保护眼睛的主动性。

——表格中的数字表示什么意思呢?

——讨论:为什么有的人眼睛看东西清楚,有的人眼睛看东西不清楚?

——怎样保护自己的眼睛呢？

4、智力游戏“谁做得对”

——教师先后出现4张图片：你认为图片上的行为正确吗？为什么？

防近视班会教案篇十

眼睛是我们身体的重要器官。随着孩子们年龄的增加，看书、画画的机会日益增多，保护眼睛就显得日益重要。此活动旨在让幼儿多方面收集资料，在充分的讨论和体验下，知道保护眼睛的重要性，掌握保护眼睛的基本知识，并在日常生活中注意保护自己的眼睛。

防近视班会教案篇十一

活动目标：

- 1、萌发从小保护眼睛的情绪情感。
- 2、认识眼睛，并学习保护眼睛的手指操。
- 3、通过活动知道保护眼睛的方法。

活动准备：

图片、视频

活动过程：

我们先来看一张图片吧！

这就是我们的眼睛。

眼睛是用来看东西的，没有眼睛，你就什么都看不到了！

请大家闭上眼睛，感受一下没有眼睛会怎么样？

小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到，做什么都会很不方便。

那快来看一看如何保护我们的眼睛吧！

一、良好的用眼环境：避免光线过强或过弱。

二、每次用眼时间不超过15分钟。每天累计不超过一个小时。

三、每次用眼之后，远眺10分钟，或者眯眼休息一下。

四、不要在吃饭或者卧床时，使用电子产品。

五、保持良好的坐姿。

六、适量的运动。

保持居家通风良好，每天坚持运动至少一小时。

七、均衡的膳食

八、小朋友们一起来学习保护眼睛的手指操吧！

老师给小朋友们布置一个小小的任务，那就是让爸爸妈妈为宝贝们拍摄下你们学习保护手指操的精彩，并分享在班级群呦！

防近视班会教案篇十二

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。

今天，老师给你们每人带了一个自做的眼罩，想不想戴上它来跟老师做游戏？

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）

师小结：小朋友真聪明，一下子说了这么多保护眼睛的好方法。今后我们一定要记住了：

（1）千万不要用脏手揉眼睛。

（2）看电视时要离电视机远点儿，而且时间不要过长。

(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！

防近视班会教案篇十三

1、欣赏图片，导入新课（出示课件）

生：眼睛

师：如果眼睛不好，你还能看得清楚吗？

生：不能。

2、游戏：蒙眼贴像

师：如果眼睛看不见，就不能看到美丽的风景，也不能做很多事情。所以，保护眼睛是非常非常重要的，今天我们就来一起探究如何“保护眼睛”。（板书课题）

（二）、科学探究

活动一、眼睛常患哪些疾病？

师：课前，老师让同学们做了2个调查，不知大家完成的怎么样了？

生：完成了

请同学们对你们小组收集的资料进行一下整理，一会派代表发言。

（师出示课件问题），找学生回答。

师：同学们课前做了充分的调查，每个小组表现都非常棒。鼓励一下自己。

师：那么，这么多眼睛疾病，同学们最容易患哪种眼病？

生：近视。

师：咱们班的同学，有眼睛近视的吗？说一下你的感受。

生回答。

师：老师对我们学生的近视率进行了调查，请看。（出示课件）

师：既然近视有这么多的不便，学生的近视率如此之高，那

么近视是怎样造成的呢？我们一起探究近视的秘密。

活动二、近视的形成原因

学生分组讨论猜测近视的形成原因。

生：当然。

师：我们一起探究眼睛是如何成像的。

师：我们已经知道，眼睛的主要构造有：瞳孔、晶状体、视网膜和视神经。来自物体的光通过瞳孔、晶状体进入眼睛后，会在视网膜上形成物体的像，连接视网膜的视神经立即把这些光的信号报告给大脑，我们就看到物体了。

师：我们一起做一个眼镜成像的模拟实验，看一看眼睛是如何看到远近不同物体的。

2、出示实验器材并认识器材。

2、师引导学生设计实验方案验证假设。

3、模拟眼球成像的实验，分组实验。（师巡视、指导）

4、汇报探究结果。师总结：人的眼睛是靠调节晶状体的凸度看清远近物体的。晶状体的凸度是靠牵引晶状体的肌肉调节的。肌肉收缩，晶状体的凸度变大，眼睛可以看清近处的物体；肌肉舒张，晶状体的凸度变小，眼睛可以看清远处的物体。

5、师引导：造成近视的关键是晶状体发生了病变。

6、教师利用课件图片等资料，引导学生认识近视的形成原因。（出示课件）

师：近视的危害（出示课件）

活动三、保护我们的眼睛

1、师：为了使我们的心灵更加明亮，我们该怎么办？小组讨论交流，把建议写

在卡片上。

3、老师也为同学们准备了

（三）、拓展延伸

（四）、课外活动

师：同学们，你们知道吗？我们国家为了让我们每一个人都能爱护自己的眼睛，专门设立了“爱眼日”，大家知道是几月几日吗？（6月6日）

师：让我们一起为了拥有一双明亮的眼睛发一份倡议书吧！

（五）、板书设计：

保护眼睛