# 最新幼儿园爱眼日活动教案名称 幼儿园爱眼日活动教案及总结(七篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-03-31

*幼儿园爱眼日活动教案中班一爱护眼睛，爱护我们的心灵。通过一系列爱眼护眼活动的开展，让家长和全体幼儿进一步认识到眼睛是人体的重要器官，以增强幼儿的爱眼护眼意识，提高家长和老师的责任意识，同时激发幼儿对盲人，弱视者的关爱。20xx年x月份。以班...*

**幼儿园爱眼日活动教案中班一**

爱护眼睛，爱护我们的心灵。

通过一系列爱眼护眼活动的开展，让家长和全体幼儿进一步认识到眼睛是人体的重要器官，以增强幼儿的爱眼护眼意识，提高家长和老师的责任意识，同时激发幼儿对盲人，弱视者的关爱。

20xx年x月份。

以班级为单位的全体师幼；幼儿园保健室保健医生；全体幼儿家长。

视力测试表，视力测试灯箱，宣传画，宣传资料，家园沟通信函，眼保健操光盘。

1.准备工作。x月份最后一周给各班发下视力测试表，用一周时间引导幼儿认识视力测试表，为全园视力普查做准备。

2.各班x月份第一期展板要以显眼的方式对护眼活动进行宣传互动，幼儿园一楼大厅摆放宣传画。

3.x月x日——x月x日由保健室主持，各班老师配合，完成全园幼儿视力普查，并填写表格。

4.中班组，小班组晨会以“爱护眼睛，爱护我们的心灵”为主题配合护眼活动。

5.各班自主生成爱护眼眼睛课程，向幼儿渗透爱眼护眼知识。每班有二至少背诵2首爱眼护眼儿歌。各班以自己的方式进行家园互动，共同关注爱眼护眼活动。

自制爱眼护眼卡片或标志让幼儿佩戴；家园共育体现等。

通过示范“一拳一尺一寸”，引导幼儿懂得保持正确的坐姿。

6.组织幼儿玩盲人游戏，感知眼睛受到伤害后的困难，激发幼儿对自己眼睛的珍爱及对盲人，弱视者的关爱。

7.眼睛保健知识专题讲座：孟奶奶给宝宝讲爱护眼睛。

8.全员普及眼睛保健操。

9.幼儿园以统一信函方式，向家长发放爱眼护眼资料及家园爱眼护眼共同约定。

**幼儿园爱眼日活动教案中班二**

1、认知目标：知道眼睛的结构、位置、作用和重要性，学会保护自己的眼睛。

2、技能目标：掌握保护眼睛的方法，在教师的而引导下尝试创编并演绎眼保健操。

3、情感目标：乐于参加健康活动，养成良好的用眼习惯。

二、活动重难点：

1、重点：掌握保护眼睛的方法。

2、难点：养成良好的用眼习惯。

三、活动准备：

无眼睛的脸谱若干、不透光眼罩一副、绘画材料若干

四、活动过程：

(一)谜语导入

“上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄。”(谜底：眼睛)

(二)活动展开

1、分析谜语掌握眼睛的结构。

2、情境讨论及游戏了解眼睛的作用和重要性。

①出示没有眼睛的脸谱。

②师幼互动：脸谱没有眼睛会怎么样?

③游戏：蒙眼贴画。

3、通过图片展示辨别正确和错误的用眼方法。

4、通过游戏辨别对错对用眼方法加以巩固。

(三)活动结束

眼保健操：“上看看，下看看，闭上眼睛转一转。”

五、活动延伸：

到美工区，进行游戏“画眼睛，贴眼睛”巩固本堂课所学。

①师幼互动：眼睛长在哪里?长什么样子?

②提出要求：请在画纸上画下来，贴在脸谱上。

**幼儿园爱眼日活动教案中班三**

眼睛是心灵的窗户，是人体最宝贵的感觉器官，在“全国爱眼日”到来之际，通过向家长发放宣传材料，将爱眼知识落实到每个家庭和幼儿。通过儿歌、讨论等形式让幼儿了解近视眼是怎样形成的，教育幼儿讲究用眼卫生，带领幼儿一起学习眼保健操。通过“盲人敲锣”“什么东西不见了”等有趣的游戏，引导幼儿亲身体验眼睛的重要作用，懂得要爱护眼睛。让护眼行动从小做起，从现在做起。

1、知道6月6日是世界爱眼日，了解眼睛的重要性，增强爱眼、护眼的意识。

2、愿意争做小小宣传员，会大胆地进行爱眼知识的宣传。

3、培养幼儿良好的用眼卫生习惯。

1、眼睛真灵(谈话活动)

2、我的眼睛看到(美术活动)

3、假如我看不见(体验活动)

4、医生老师进课堂(家长资源活动)

5、我是小小宣传员(社区宣传活动)

儿歌：保护眼睛

1、儿歌一：小眼睛，亮晶晶，样样东西看得清。好孩子，讲卫生，不用脏手揉眼睛。

2、儿歌二：看书太近眼不好，时间长了眼疲劳。躺在床上不看书，不在车上看画报。看电视、真高兴，坐的距离要记清。娃娃有双好眼睛。

3、儿歌三：眼睛眼睛用处大，读书写字都靠它。坐在桌旁要注意，胸口离桌一拳距。看书画画要牢记，眼睛离书别太近。要想视力保护好，可别忘了做眼操。

4、保护视力拍手歌

你拍一，我拍一，保护视力很重要。

你拍二，我拍二，光线不强也不弱。

你拍三，我拍三，书离眼睛一尺远。

你拍四，我拍四，行走坐立好姿势。

你拍五，我拍五，走路躺着不看书。

你拍六，我拍六，读书时间别太久。

你拍七，我拍七，眼睛卫生要牢记。

你拍八，我拍八，视力定期要检查。

你拍九，我拍九，锻炼身体要持久。

你拍十，我拍十，做保健操要坚持。

家长要从以下几方面注意保护孩子的眼睛。

1、注意看书写字的正确姿势。

孩子看书写字姿势很重要，尤其是刚刚上学的孩子，必须养成一个好的习惯。身体坐直，书或要写的笔记本离开孩子眼睛的距离是33厘米，不能太近或趴在桌子上看书、写字。否则时间长了容易造成驼背，还会影响视力。

2、收看电视要注意保持一定的距离。收看电视节目，是调剂神经、消除疲劳、增进知识、欣赏艺术的一种正当的娱乐活动。如果看得时间过长，电视距离不适当，也会影响孩子的视力。特别是玩电子游戏机比看电视更能损害孩子的眼睛，家长必须提高警惕。看电视若想不损坏视力，人与电视机的距离保持在电视屏幕尺寸的6~8倍，并以看不清屏幕上横向细线条为好。同时还要注意孩子的坐位，使眼睛与屏幕尽量保持在水平位置，并让孩子坐在中间。电视机的亮度、对比度应调节适宜，使图像清晰、柔和，而不能开得过亮或过暗。室内开一个3瓦左右的小电灯，可防止眼睛疲劳。

3、注意照明条件。孩子看书或写字时，要注意室内的照明条件让光线从左边射来，光线不要太强、太弱，防止刺眼，台灯效果比较好。

4、正确选择近视矫正眼镜。对患了近视眼的孩子，配带适度的矫正眼镜。在青少年近视眼中，治疗时首先要进行充分的散瞳验光。目的是解除睫状肌的紧张度，使眼的调节力完全松驰，这样才能测得准眼球轴真正的屈光度，即由遗传因素决定的真正近视度。如果不散瞳验光，随意选购，直接配镜，眼睛由睫状肌的过度收缩造成的调节紧张不能解除。真性、假性近视混杂在一起，必然对眼正月有直接的损害，久而久之，睫状肌持续过度收缩，将眼球轴逐渐拉长，假性近视也就成了真性近视。因此，散瞳验光是十分重要的环节，切不可忽视，验光后配的眼镜才是最合适的。

眼睛是人们了解世界的窗口，为使幼儿从小养成保护眼睛的良好习惯，请让我们行动起来。

**幼儿园爱眼日活动教案中班四**

1.了解眼睛的构造及功能。

2.掌握常见的保护眼睛的方法，会做眼球操。

眼睛模型 纸偶

一、猜谜语——引出活动主题

谜语：上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄；

上大门，下大门，关上大门就睡觉。

师：请小朋友们猜一猜，这个谜语的答案是什么？

二、看一看——讲讲眼睛的构造

师：请小朋友们看看这个眼睛模型，这里哪些是你们认识的？

小结：眼睛有虹膜、角膜、结膜、玻璃体。

颜色是不一样，是因为他们的虹膜颜色不一样引起的。

玻璃体：维持我们眼睛的形状。

三、 讲一讲——说说保护眼睛的办法

师：什么时候你们会觉得眼睛不舒服？我们怎样来保护它？

小结：不能长时间用眼；不能用脏手揉眼睛；不能在阳光强烈的地方看书；

四、 做一做——一起学做眼球操

方法：伸出食指作向上、向下，顺时针和逆时针移动，眼球跟手指做各种方向的移动，头不能动。幼儿掌握后，可加快速度。

**幼儿园爱眼日活动教案中班五**

1、让幼儿初步了解自己的眼睛结构、特点。

2、使幼儿懂得眼睛的用途和它的重要，进而培养保护眼睛的意识。

3、幼儿通过看眼睛、说眼睛，增进与同伴的了解和交流；在获得知识的同时也获得了快乐。

4、知道保护眼睛的方法。

5、培养良好的卫生习惯。

活动准备：

每人一面小镜子，“眼睛”画面两幅。

活动过程：

2、幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的？引导幼儿仔细看一看，或者用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

3、提问：眼睛什么地方会动？（幼儿边看边摸）知道眼皮会一眨一眨的，眼球会转动。

4、让幼儿互相观察眼睛，进行比较，进一步感知眼睛的结构。（教师引导幼儿说出自己的想法，说一说自己的眼睛与别人的眼睛有什么不同。

5、引导幼儿讨论眼睛的用处。教师小结：眼睛对我们的重要作用，强调在日常生活中要特别注意保护我们的眼睛。

6、出示画面并提问：眼睛有什么用？我们怎样保护眼睛？让幼儿知道看书、画画时要坐端正，平时不用脏手揉眼睛，要用干净的面巾纸或手帕擦眼等。

**幼儿园爱眼日活动教案中班六**

1、让幼儿初步了解自己的眼睛结构、特点。

2、使幼儿懂得眼睛的用途和它的重要，进而培养保护眼睛的意识。

3、幼儿通过看眼睛、说眼睛，增进与同伴的了解和交流；在获得知识的同时也获得了快乐。

4、知道保护眼睛的方法。

5、培养良好的卫生习惯。

每人一面小镜子，“眼睛”画面两幅。

2、幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的`？引导幼儿仔细看一看，或者用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

3、提问：眼睛什么地方会动？（幼儿边看边摸）知道眼皮会一眨一眨的，眼球会转动。

4、让幼儿互相观察眼睛，进行比较，进一步感知眼睛的结构。（教师引导幼儿说出自己的想法，说一说自己的眼睛与别人的眼睛有什么不同。

5、引导幼儿讨论眼睛的用处。教师小结：眼睛对我们的重要作用，强调在日常生活中要特别注意保护我们的眼睛。

6、出示画面并提问：眼睛有什么用？我们怎样保护眼睛？让幼儿知道看书、画画时要坐端正，平时不用脏手揉眼睛，要用干净的面巾纸或手帕擦眼等。

**幼儿园爱眼日活动教案中班七**

1、萌发幼儿从小保护眼睛，学习保护眼睛的方法。

2、通过教学引导幼儿认识眼睛的构造，用途。

3、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的眼保健操。

活动准备：

活动过程：

1、谜语导入

上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄。——(眼睛)

2、认识眼睛

出示图片——眼睛流泪

师：看看，今天老师请来了眼睛宝宝，可是他怎么了?——哭了

眼睛宝宝怎么了，原来他生病了?

师：眼睛为什么生病了呢?今天我们就来认识一下我们的眼睛。

3、了解眼睛的构造，用途

(1)观看图片，认识眼睛结构名称

师：眼睛上面有什么?——眼睫毛

眼睫毛有什么用处?——能遮住眼睛避免强光照射，也可防止尘士落入眼内

中间像黑葡萄的是什么?——虹膜，控制瞳孔大小

(2)请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感受。

总结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。下面就让我们来听一个有关眼睛的故事。

4、故事欣赏

眼镜和鼻梁

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!

总结：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。

5、保护眼睛

(1)小朋友在用脏手揉眼睛。

师：这个小朋友做得对不对?为什么?应该怎样做?

总结：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。

总结：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。

6、眼保健操

师：为了让我们的眼睛更加健康，在课程的最后，我们一起来做眼保健操，给我们的眼睛做做操!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！