安庆市外国语学校小学部电子备课纸

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学 科 | 体育 | 班级 | 三年级 | 授课教师 | 邵彦勤 | 授课时间 | 3.28 |
| 课 题 | 怎样预防近视 | 课 型 | 室内课 | 课时安排 | 1 |
| 教学目标 (三维目标) | 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
 |
| 教学重点 | 预防近视的方法 |
| 教学难点 | 促使学生养成良好的用眼卫生习惯 |
| 教学方法 | 直观教学 | 辅助教具 | 丝巾 |
| 教 学 过 程 |
| 1. **谜语导入，了解眼睛的作用**

游戏互动《摸瞎》，让学生明白眼睛的重要性1. 指一名学生到前面，蒙上眼睛走回自己的座位，并让学生说出自己的感受。
2. 由此说明眼睛对我们很重要，我们有眼睛才能看的见路，看得见花草树木等美丽的世界。我们先看两张图片，我们近视了是不是就看不清美好的世界。那我们今天就来学习一下怎样预防近视，在这之前我们先了解一下眼睛的结构。
3. 学生之间相互观察眼睛的结构
4. 播放眼睛的结构视频

什么是近视近视：是一种看近处物体清楚，而看远处物体不清楚的屈光异常现象**（二）哪些坏习惯会导致眼睛近视了？联系生活，了解不良习惯。**1、师生交流2、学生说自己的看法3、教师讲解形成近视的原因1. 遗传因素：近视眼已被公认有一定的遗传倾向，特别是高度近视眼有明显的家族遗传史，双亲近视是单亲近视的6倍多。
2. 环境因素：采光、照明、课桌椅、印刷品不符合标准
3. 行为因素：1、躺着或趴着看书 2、歪着头写字 3、睡眠不充足 4、不喜爱体育运动 5、不及时的做视力检查

**（三）近视的危害**1. 影响学习、生活 2、危害身心健康 3、影响未来前途

**（四）教师向学生讲解怎样预防近视**三个一：眼离书本一尺，胸离桌缘一拳，手离笔尖一寸六不要：1、不要在过强或者过暗的地方读写2、不要挑食、偏食3、不要在走路或乘车时看书4、不要躺着或者趴着看书5、不要歪着头写字6、不要每天长时间看电视、玩手机或电脑**（五）纠正做眼保健操的一些错误动作，播放视频并让学生跟着做****（六）教学生小口诀****（七）总结：学生总结、教师总结** |
| 板 书 设 计 |
| 近视眼是怎么形成的 |
| 教后反思 | 本次课再二三年级上会更好，能够更早的让学生了解近视的原因，危害，也能更好的调动学生的兴趣 |