

## 口语交际：爱护眼睛 保护视力

学 案	
学习目标	1. 认识眼睛的结构,掌握近视形成的原因。 2. 要求学生端正坐姿,并掌握保护眼睛的方法。 3. 通过本课的学习,培养学生良好的用眼卫生习惯,并且持之以恒。
学习重难点	<b>【重点】</b> 要求学生端正坐姿,并掌握保护眼睛的方法。 <b>【难点】</b> 通过本课的学习,培养学生良好的用眼卫生习惯,并且持之以恒。
学习过程	学习内容
预学	一、预习交际内容,尝试提出问题。
	二、设计一份简单的调查问卷,调查自己所在班级有多少同学近视。
	三、搜集信息 试着通过书籍、网络等方式搜集关于眼睛结构的相关信息,并试着记录下来,并和大家分享。小组讨论推荐出最有代表性的信息。
预学自测	本次口语交际的要求是什么?
思学质疑	在本次学习过程中,你有什么困惑或建议请写下来吧!
导入	<b>【播放图片,揭示课题】</b> 1. 猜谜语 1:两颗黑葡萄,长在人脸上,白天开窗望,晚上关紧窗。(眼睛。) 2. 同学们都有一双漂亮的眼睛,同桌互看一下对方的眼睛,看看

	<p>眼睛是由什么组成的。</p>
<p>共学</p>	<p><b>【认识眼睛的结构】</b></p> <p>1. 让同桌互看一下眼睛, 出示眼睛的外部结构图, 指导学生认识眼睛的部分结构, 指出瞳孔的具体位置, 再让学生指指认认, 加深印象。</p> <p>2. 来自物体的光通过瞳孔进入眼睛后, 会在视网膜上形成这些物体的像, 最后神经把这些光信号报告给大脑, 我们就看到物体了。</p> <p>3. , 揭露生活中的小常识, 培养学生的观察能力。</p> <p><b>【引导学生了解近视的概念以及近视的影响】</b></p> <p>1 小游戏:找茬!(测测大家的眼力)</p> <p>师生互动, 找出不同的地方。</p> <p>2. 一张模糊的视力表, 学生比较后引出近视的概念。</p> <p>3. 小组讨论影响视力的因素。</p> <p>小组讨论时, 注意说话的音量, 避免干扰其他小组。</p> <p>4. 汇报总结。</p> <p>要求:不重复别人的话。如果想法接近, 可以先表示认同, 再继续补充。</p> <p><b>【预防近视, 养成保护眼睛的良好习惯】</b></p> <p>近视的原因有哪些呢?</p> <p>1. 让学生讨论后交流得出</p> <p>①不注意看电视或看电脑的用眼时间。</p> <p>②不注意读书、写字的姿势。</p> <p>③不认真做眼保健操。</p> <p>④不注意饮食。</p> <p>这些归纳起来, 都增加了眼睛的负担, 造成了眼睛的过度紧张和疲劳。</p> <p>2. 针对近视的形成原因, 提出预防近视的措施。</p>

	<p>①培养学生良好的用眼习惯。</p> <p>②坚持每天做眼保健操。</p> <p>③积极锻炼身体。</p> <p>④保证充足的睡眠。</p> <p>保护眼睛,重在预防,接下来我们看个短片,出示课件 8,注意观察短片中保护眼睛的方法,同学们可以一起跟着做。</p> <p><b>【加强意识,明辨是非】</b></p> <p>刚刚我们讲了很多内容,接下来我就要考考同学们。通过问答环节及判断图片中做法的正误,提高同学们对保护眼睛、预防近视的认识。</p> <p><b>【课堂小结】</b></p> <p>同学们,眼睛是心灵的窗户,请你们在生活中注意用眼卫生,保护眼睛。不要因为今天的近视影响明天的远征,愿大家都有一双明亮而健康的眼睛。</p>
<p><b>随堂练习</b></p>	<p>一、调查发现,明确话题</p> <p>1. 我发现到目前为止,我们班已经有_____多人近视了。同学们陆陆续续地戴上了_____,这使他们的生活非常不方便,也为老师调动座位带来了苦恼。</p> <p>2. 本次我们交际的话题是: _____, _____。</p> <p>二、收集交流,分析原因</p> <p>1. 我去图书馆里翻阅了大量的资料,找到了一些引发小学生近视的因素,主要的因素有: _____因素、_____因素、_____因素、_____因素。</p> <p>2. 个人因素是引起近视的主要因素,判断下面说法,对的打“√”,错的打“×”。</p> <p>(1) 在光线暗的地方看书会导致近视。( )</p> <p>(2) 走路的时候看书对眼睛也不好。( )</p> <p>(3) 车开动的时候,我们坐在车上无聊,看看书、玩玩手机,不会对眼睛造成伤害。( )</p>

(4)看电视、用电脑时间太久，只会使眼睛疲劳，晚上睡一觉就会好的。( )

(5)看书、写字的姿势不正确或时间太久也对视力不利。( )

3. 我调查了一下我们班近视的同学，了解了他们近视的情况，并做了以下的统计：有\_\_\_\_\_%的同学是在光线暗的地方看书；有\_\_\_\_\_%的同学是走路的时候看书；有\_\_\_\_\_%的同学是当车开动的时候看书、玩手机；有\_\_\_\_\_%的同学是看电脑、电

视时间太久；有\_\_\_\_\_%的同学是看书、写字的姿势不正确或时间太久。他们现在也知道自己不良的习惯给自己带来了不好的影响，所以也在试着慢慢改正。

### 三、思以利弊，思量对策

1. 我们分小组讨论，每个小组都提出了不少保护视力的建议。这些建议有：

(1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_

(3) \_\_\_\_\_

(4) \_\_\_\_\_

(5) \_\_\_\_\_

(6)遇有开阔地时一定要极目远望。

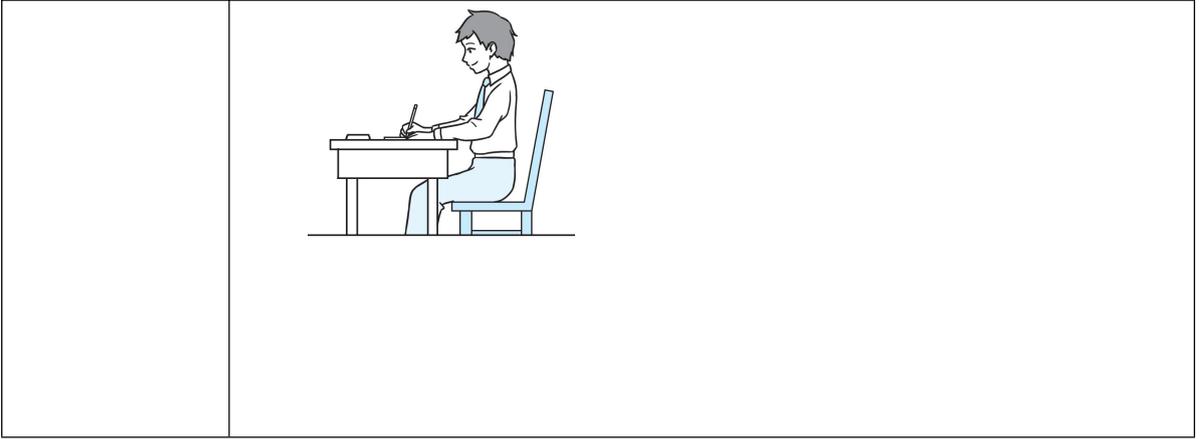
(7)当眼睛感觉很疲劳的时候，要做做眼保健操。

2. 正确坐姿、读姿、写姿小知识。

(1)坐的正确姿势。在读书写字时，要求先坐好，头正、\_\_\_\_\_、身要直、\_\_\_\_\_稍挺起，两肩自然\_\_\_\_\_、两条大腿平放在椅面上，两条小腿并拢，双脚平放在地面上。

(2)读书的正确姿势。读书时，双手捧着书本，书本稍抬高与桌面成\_\_\_\_\_度角，\_\_\_\_\_稍向前倾，这样易看清字形，还能避免颈部肌肉紧张和疲劳。

(3)写字的正确姿势。要做到“三个一”，即眼离书本\_\_\_\_\_，胸离桌子\_\_\_\_\_，手离笔尖\_\_\_\_\_。



---

### 预学自测参考答案

本次口语交际以“爱护眼睛，保护视力”为话题，要求大家对班里同学的视力情况做一次调查，然后对影响视力的原因进行分析，并交流如何保护视力，提出保护视力的建议。

### 随堂练习参考答案

一、1. 示例：30 眼镜

2. 爱护眼睛 保护视力

二、1. 遗传 环境 个人 睡眠

2. (1) √ (2) √ (3) × (4) × (5) √

3. 示例：3 3 15 40 39

三、1. (1) 不在光线暗的地方看书。

(2) 走路的时候不看书。

(3) 当车开动的时候不看书、玩手机。

(4) 用眼 40 分钟左右，眼睛就要做适当的休息。

(5) 端正看书写字的姿势，绝不卧床看书。

2. (1) 肩平 胸 下垂 (2) 45 头

(3) 一尺 一拳 一寸