



Как сберечь своё зрение?



Ход работы

1. Назвать основные части глаза.

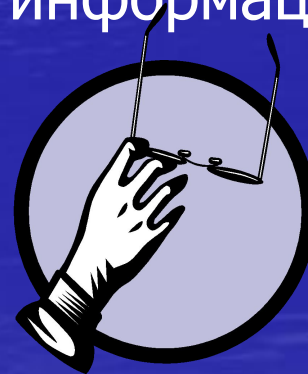
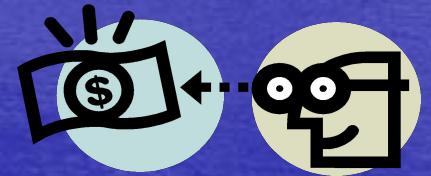
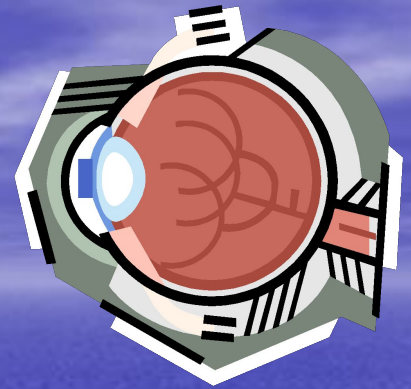
2. Определить их значение.

3. Провести функциональные пробы:

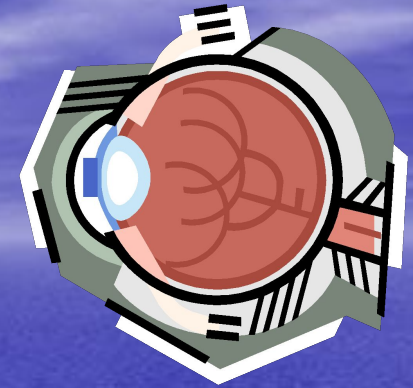
- Острота зрения
- Реакция зрачка на свет, темноту
- Реакция глаза на части цветового спектра
- Проверка на цветное зрение

4. Обработать полученную информацию.

5. Сделать выводы.



Системы глаза



Вспомогательная

- Веки
- Слезный аппарат
- Брови

Оптическая

- Роговица
- Водянистая влага
- Радужка
- Зрачок
- Хрусталик
- Стекловидное тело

Световоспринимающая

- Фоторецепторы (палочки и колбочки)
- Зрительный нерв

Значение частей глаза

- **Брови**
- **Веки**
- **Слезный аппарат**
- **Роговица**
- **Водянистая влага**
- **Радужка**
- **Зрачок**
- **Хрусталик**
- **Стекловидное тело**
- **Фоторецепторы (палочки и колбочки)**
- **Зрительный нерв**
- Отводят пот со лба
- Защищают от света и пыли
- Смачивает, очищает дезинфицирует
- Преломляет лучи света
- Пропускает лучи света
- Содержит пигмент, придающий цвет глазу
- Регулирует количество света
- Преломляет и фокусирует лучи света.
- Заполняет глазное яблоко
- Палочки воспринимают форму, колбочки –цвет
- Воспринимает и передает возбуждение.

Функциональные пробы

- 1. Определение остроты зрения

- Проба проводилась в паре с моим соседом. Я по очереди закрывала глаза и называла буквы, которые показывал мне одноклассник на плакате. Затем он встал на моё место, а я стала показывать ему буквы на таблице.

Определили, что у нас нарушено зрение. Я не вижу последнюю и предпоследнюю строку таблицы, а он видит до пятой строки.



Функциональные пробы

- *2. Реакция зрачка на свет и темноту*

Попросила своего соседа повернуться
лицом к свету. Рассмотрела ширину обоих
зрачков. Затем он закрыл глаза
и через минуту открыл.
Увидела при ярком свете
зрачок сужается, а в темноте он
расширяется.





Функциональные пробы

- *3. Реакция света на части светового спектра*



Я рассматривала картинки разной цветовой гаммы и заметила, что одни картинки в светлых тонах меня успокаивают, другие – в темных тонах , раздражают.



Функциональные пробы

- 4. Проверка на цветовое зрение

Мне были предложены карточки
разного цвета. Я называла

какого
они цвета.
зелёный и
красный и
синий цвета.

были верны,
значит у меня цветовое зрение.



Это были зелёный,

Ответы мои



Результаты исследований

- Обработав полученную информацию было установлено:
- У 39% учащихся нарушена острота зрения
- У 21% учащихся выявлена близорукость
- У 1 ученика обнаружена цветовая слепота

ВЫВОДЫ

- Зрение играет важную роль в жизни человека.
- Зрение необходимо беречь.
- Для предупреждения ухудшения остроты зрения нужно соблюдать правила гигиены.
- Лучше один раз увидеть ,чем сто раз услышать.

Запомни эти не хитрые правила

- Не читай лежа.
- При чтении освещение должно быть достаточным и равномерным.
- Свет должен падать слева.
- Не читай в транспорте.
- Береги глаза от грязи и пыли.
- Давай своим глазам отдых!

Мы хотим предостеречь! Нужно Вам глаза беречь!

- Приняв участие в нашем проекте, Вы узнаете, как свет попадает в глаз и как возникает изображение.
- Проведя исследовательскую работу Вам станут понятны причины снижения остроты зрения.
- Вы узнаете каковы признаки заболеваний органов зрения.
- Вы познакомитесь со способами тренировки органов зрения, научитесь делать зарядку для глаз.
- Вы получите ответы на следующие вопросы:
- почему нельзя пользоваться чужими очками?
- как удалить соринку из глаза?
- почему полезно плакать?
- **В итоге Вы поймете, что если глаза подвергать специальным нагрузкам и отдыху, правильно их питать, то Ваши зрительные органы не будут вызывать у Вас никаких проблем!**