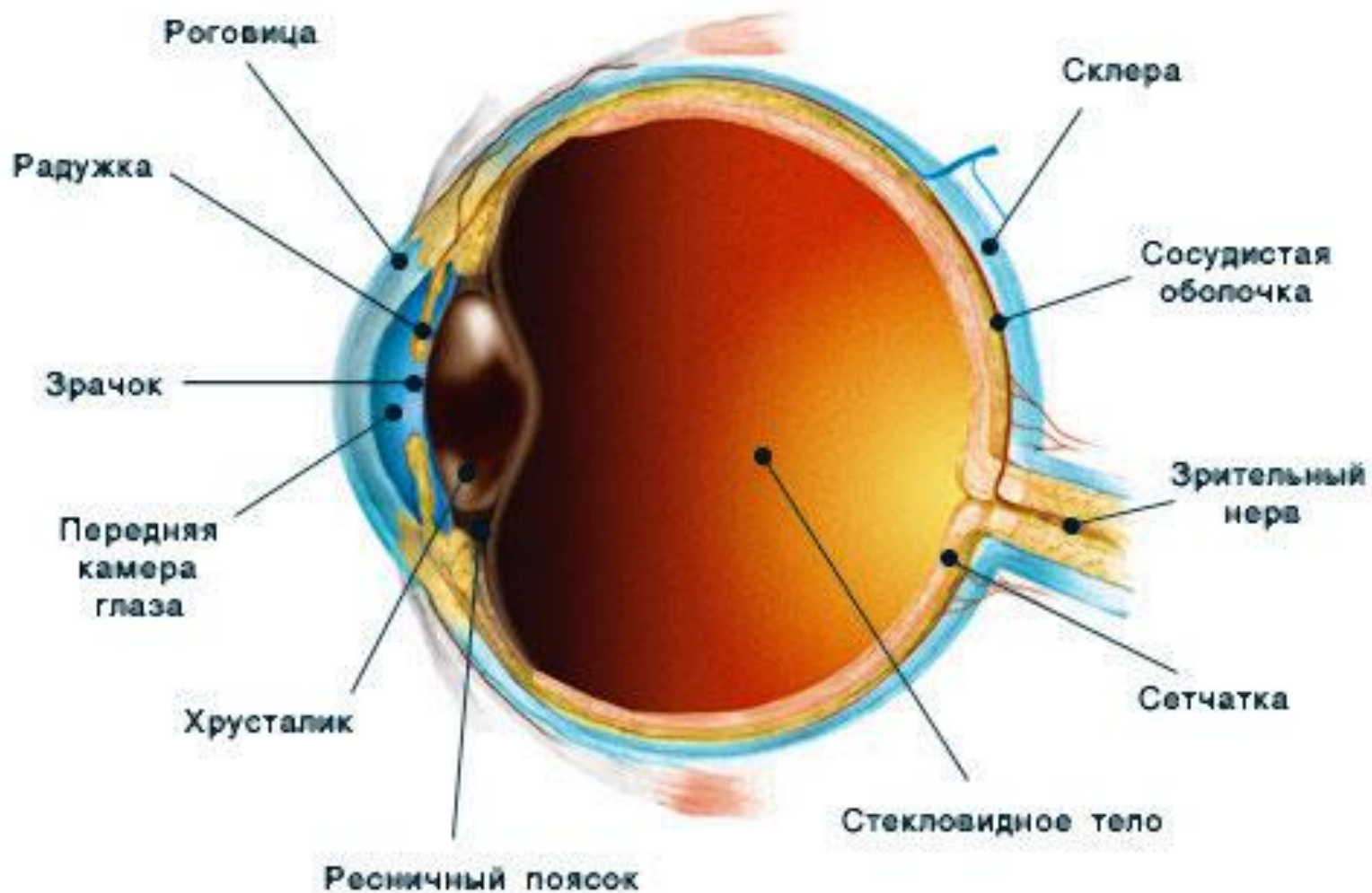


ГЛАЗА - ЗЕРКАЛО ДУШИ



Внеклассное мероприятие
интегрированный урок-игра
Гусева Н. С. – учитель биологии
Мартюгина Т. Ю. – учитель физики
Аксютин П.А. - техническая поддержка

СТОРЕНИЕ ГЛАЗА



- РАСПОЛАГАТЬ ПРЕДМЕТ НА РАССОЯНИИ 30-35 СМ ОТ ГЛАЗА
- СВЕТ ПРИ ПИСЬМЕ ДОЛЖЕН ПАДАТЬ СЛЕВА
- ВЫПОЛНЯТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ ЗРЕНИЯ
- ЗАЩИЩАТЬ ГЛАЗА ОТ ОСЛЕПИТЕЛЬНОГО ВЛЕСКА И БРЫЗГ (НАПРИМЕР, РАСКАЛЁННОГО МЕТАЛЛА)
- ИЗБЕГАТЬ ПРОДУКТОВ ГОРЕНИЯ ТАБАКА (КУРЕНИЕ ОКАЗЫВАЕТ ВРЕДНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЗРЕНИЕ)
- НЕ ЧИТАТЬ В ДВИЖУЩЕМСЯ ТРАНСПОРТЕ (ИЗ-ЗА ПОСТОЯННЫХ ТОЛЧКОВ КНИГА ВИБРИРУЕТ, КРИВИЗНА ХРУСТАЛИКА ИЗМЕНЯЕТСЯ)

ВИТАМИНЫ-ПОМОЩНИКИ



ВИТАМИН А



ВИТАМИН С



ВИТАМИН В12 (ФОЛИЕВАЯ КИСЛОТА)

А вы знаете, что...

КОЛИЧЕСТВО УЧАЩИХСЯ В ШКОЛЕ –
499 ЧЕЛОВЕК

ИЗ НИХ ...

БЛИЗОРУКИХ –
32 ЧЕЛОВЕКА

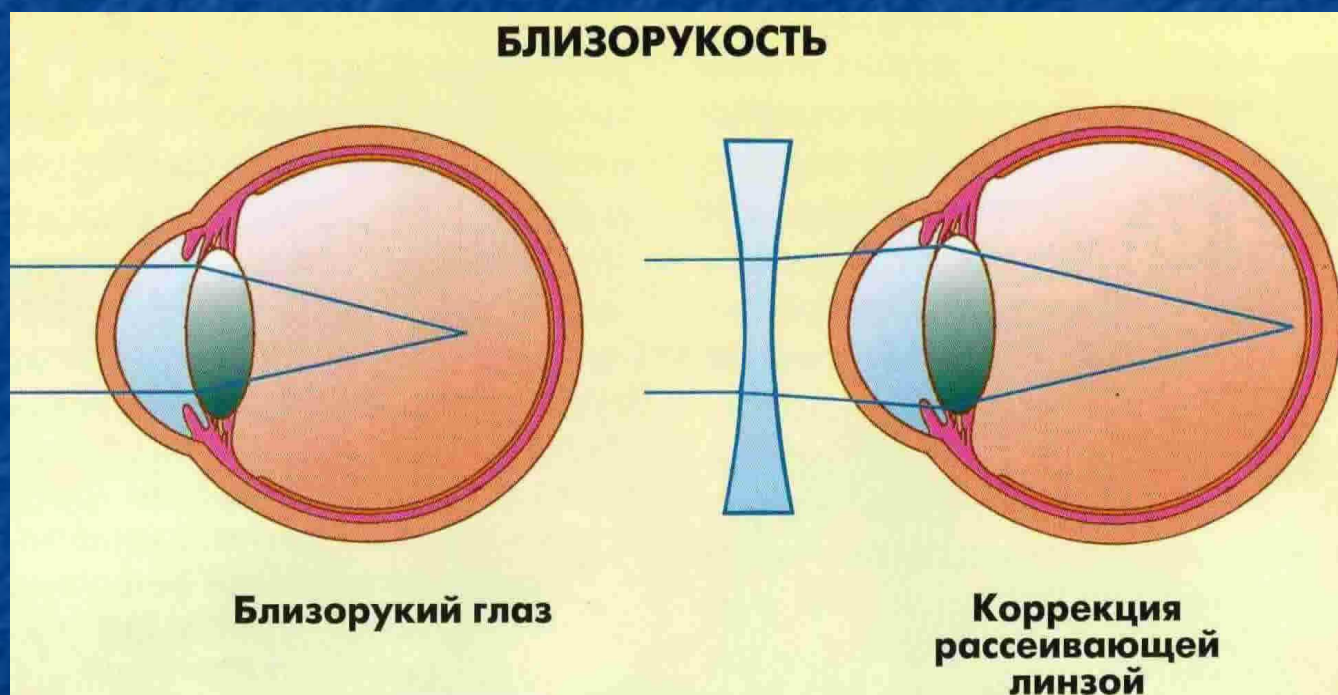
6,5 %

ДАЛЬНОЗОРКИХ –
47 ЧЕЛОВЕКА

9,5 %

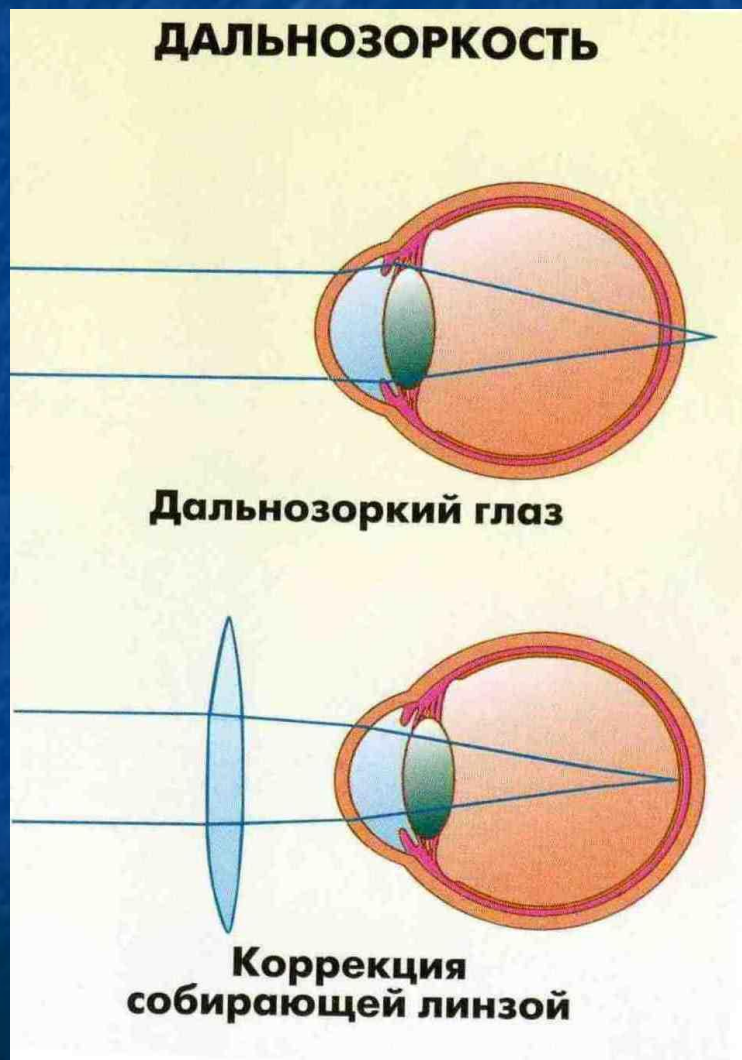
БОЛЕЗНИ ГЛАЗ, ПОДДАЮЩИЕСЯ КОРРЕКЦИИ

БЛИЗОРУКОСТЬ (миопия)



ИЗОБРАЖЕНИЕ ФОКУСИРУЕТСЯ НЕ НА СЕТЧАТКЕ, А ПЕРЕД НЕЙ

БОЛЕЗНИ ГЛАЗ, ПОДДАЮЩИЕСЯ КОРРЕКЦИИ



**ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ
(гиперметропия)**

ИЗОБРАЖЕНИЕ
ФОКУСИРУЕТСЯ ПОЗАДИ
СЕТЧАТКИ

БОЛЕЗНИ ГЛАЗ, НЕ ПОДДАЮЩИЕСЯ КОРРЕКЦИИ

```
graph TD; A[БОЛЕЗНИ ГЛАЗ, НЕ ПОДДАЮЩИЕСЯ КОРРЕКЦИИ] --> B[ДАЛЬТОНИЗМ]; A --> C[АХРОМАТОПСИЯ]; A --> D[СЛЕПОТА]; B --- B_desc[ЧЕЛОВЕК ПУТАЕТ ОСНОВНЫЕ ЦВЕТА (КРАСНЫЙ, ЗЕЛЁНЫЙ, СИНИЙ)]; C --- C_desc[ЧЕЛОВЕК НЕ РАЗЛИЧАЕТ ЦВЕТА]; D --- D_desc[ЧЕЛОВЕК НЕ ВОСПРИНИМАЕТ ЗРИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВ];
```

ДАЛЬТОНИЗМ

ЧЕЛОВЕК ПУТАЕТ ОСНОВНЫЕ ЦВЕТА (КРАСНЫЙ, ЗЕЛЁНЫЙ, СИНИЙ)

АХРОМАТОПСИЯ

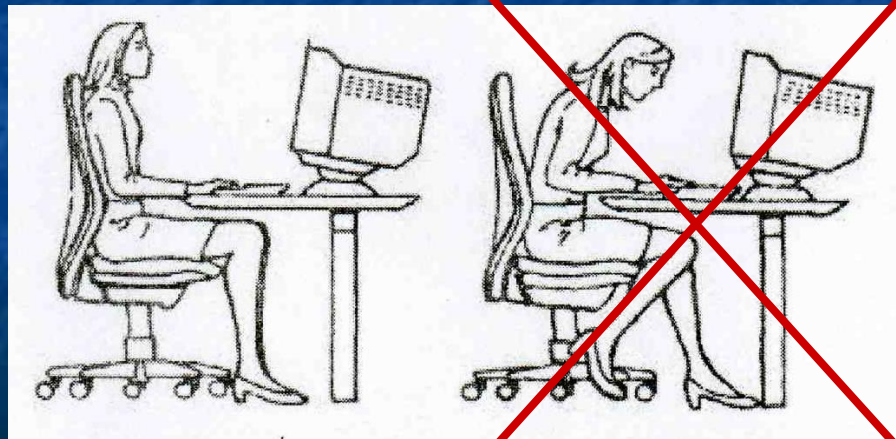
ЧЕЛОВЕК НЕ РАЗЛИЧАЕТ ЦВЕТА

СЛЕПОТА

ЧЕЛОВЕК НЕ ВОСПРИНИМАЕТ ЗРИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С КОМПЬЮТЕРОМ

- удобное кресло с подлокотниками
- расстояние от глаз до монитора должно быть не менее 70 см
- монитор должен находиться на уровне глаз прямо перед работающим
- соблюдение правильной осанки



ОЧКИ-ТРЕНАЖЁРЫ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!