



**«ЗДОРОВЫЕ ГЛАЗКИ,
ДЕТСТВА ЯРКИЕ КРАСКИ»**

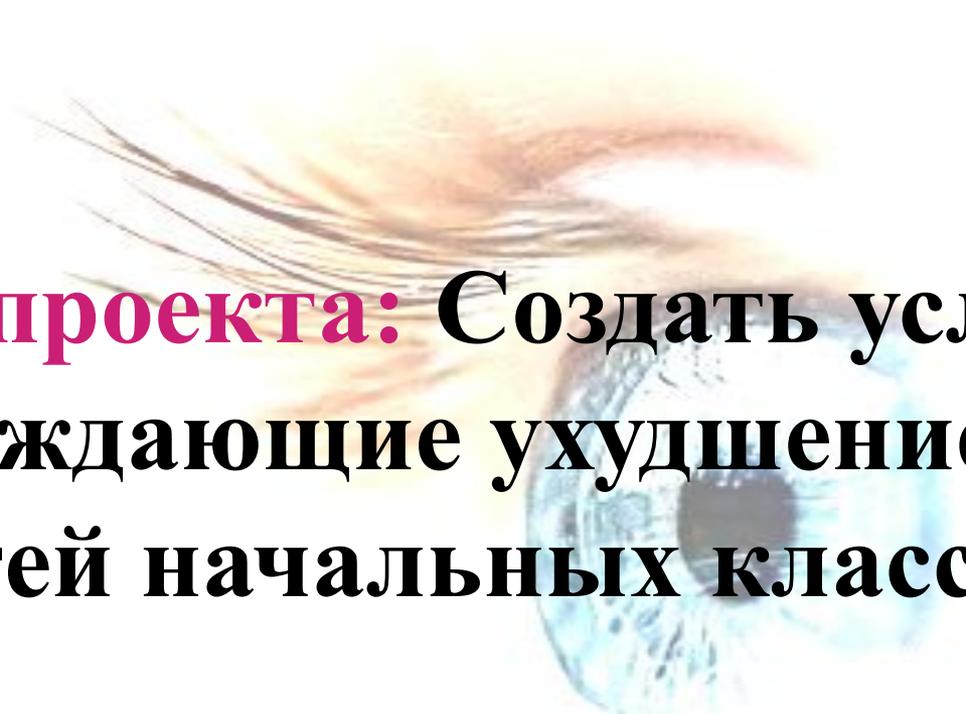
- 
- Исполнители проекта: ***Халиуллин Динар, Орлов Евгений, Зяблых Татьяна***
 - Поддерживающая организация: ***КГМА***
 - Руководитель проекта:
Бородатая Марина Николаевна
 - География проекта: ***г. Киров***
 - Сроки реализации: ***3,5 месяца***

Актуальность проблемы:

- Согласно данным ВОЗ, почти 20% дошкольников и школьников с 1 по 4 классы имеют проблемы со зрением, которые, если оставить их без лечения, могут привести к необратимой потере зрения. В то же время многие проблемы со зрением могут быть легко исправимы при ранней диагностике.

Актуальность проблемы:

- **Зрение дает людям 90% информации, воспринимаемой из внешнего мира. Хорошее зрение необходимо человеку для любой деятельности: учебы, отдыха, повседневной жизни. И каждый должен понимать, как важно оберегать и сохранять зрение.**
- **Одна из главных причин роста глазных нарушений состоит в недостаточном внимании со стороны родителей, врачей и педагогов к вопросам профилактики нарушения зрения (чтение, отдых, физкультура для глаз и т.д.)**



Цель проекта: Создать условия,
предупреждающие ухудшение зрения у
детей начальных классов.

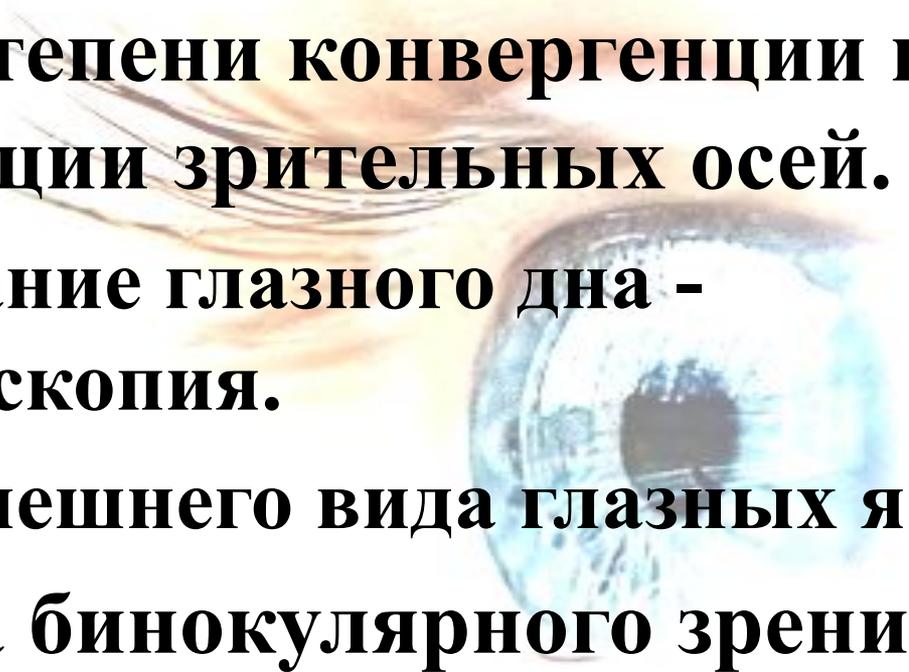
Задачи:

- 1. Провести диагностические мероприятия по исследованию состояния органа зрения у детей, выявить детей группы риска.**
- 2. Обучить преподавателей начальных классов, родителей и детей приемам профилактики ухудшения зрения.**
- 3. Разработать информационные материалы для родителей, педагогов и детей.**

План и сроки реализации проекта:

1. **Диагностический этап (1 мес.)**
2. **Обучающий этап (1 мес.)**
 - **Обучение преподавателей**
 - **Обучение родителей**
 - **Обучение детей**
3. **Информационный этап (2 нед.)**
4. **Итоговый этап (2 дня)**
 - **заключительные мероприятия.**

План реализации диагностического этапа:

- **Оценка остроты и полей зрения.**
 - **Оценка степени конвергенции и координации зрительных осей.**
 - **Исследование глазного дна - офтальмоскопия.**
 - **Оценка внешнего вида глазных яблок.**
 - **Проверка бинокулярного зрения.**
 - **Оценка световой и темновой адаптации.**
- 

План реализации обучающего этапа.

Обучение детей

Планируется проведение **2-х информационных часов**, где дети смогут:

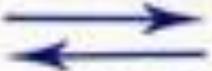
- познакомится с упражнениями по профилактике ухудшения зрения;
- поучаствовать в проведении конкурса стенгазет «Мир нашими глазами».

План реализации обучающего этапа:

1  Вращать по кругу

2  Двигать зрчками вверх-вниз

3 Следить глазами за пальцем вытянутой руки, который приближается к носу

4  "Часики"
Двигать зрчками влево-вправо

5 Ладонками с расставленными пальцами медленно водить из стороны в сторону перед лицом. При этом глаза смотрят сквозь них вдаль

6 Замуривать и открывать глаза

7 **Пальмина**
Глаза закрыть ладонками так, чтобы не проходил свет, но они не давили на веки. Спокойно дышать и без напряжения "созерцать темноту"

План реализации обучающего этапа:

Обучение родителей.

Выступление на родительском собрании, в результате которого пройдет разъяснительная беседа с родителями на темы:

- Острота проблемы снижения зрения у детей*
- Методы и приемы профилактики ухудшения зрения.*

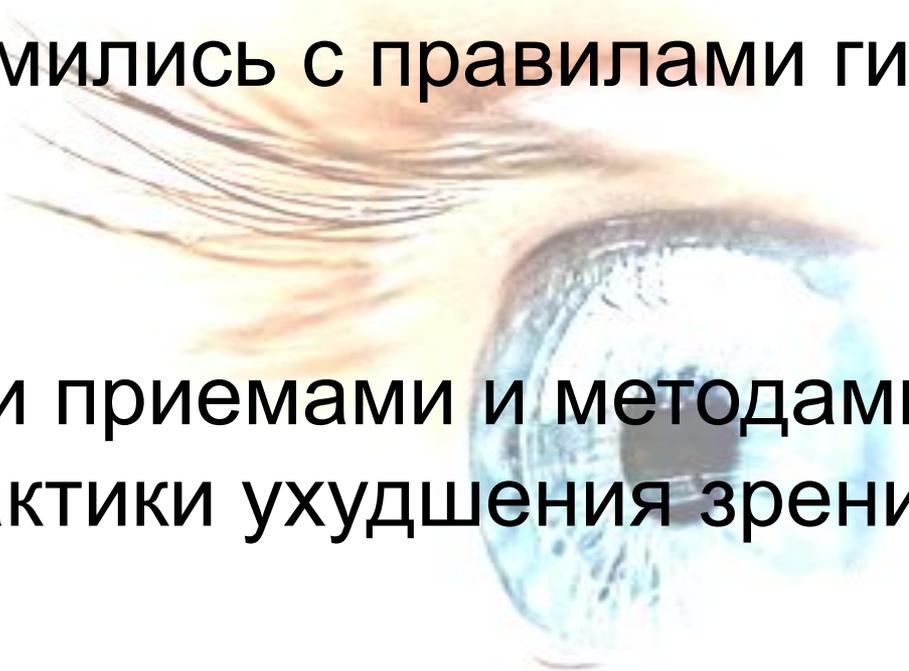
План реализации обучающего этапа: *Обучение учителей.*

Осуществляется в рамках классных часов и родительского собрания, в результате которых учителя узнают:

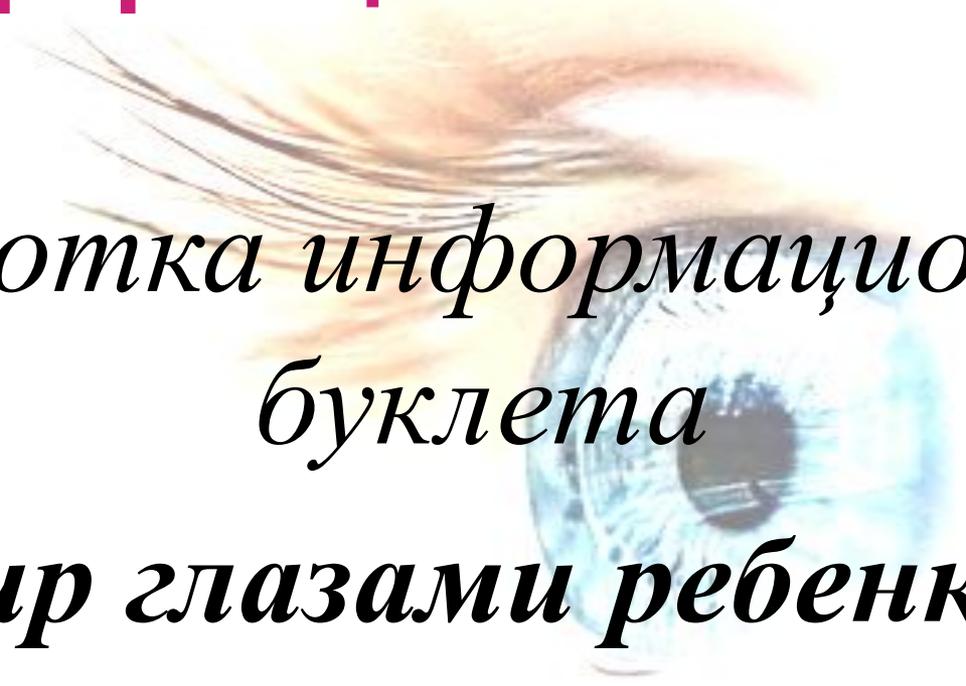
- приемы профилактики по улучшению зрения у детей
- значение расписания уроков в ухудшении зрения у детей.
- рациональное для здоровья детей ведение учебного процесса.

Результаты обучающего этапа:

Родители, учителя, дети:

1. познакомились с правилами гигиены зрения;
 2. овладели приемами и методами профилактики ухудшения зрения;
 3. познакомились с новыми подходами в лечении и сохранении зрения.
- 

План реализации информационного этапа



*Разработка информационного
буклета
«Мир глазами ребенка»*

План реализации итогового этапа

- Подведение итогов сочинения на тему «Как я выполняю домашнее задание»;
- Демонстрация и обсуждение фильма о роли хорошего зрения в жизни человека
- Вручение памятных подарков школьникам

Результаты проекта:

- Продиагностировали зрение и дали его оценку у учащихся;
- Обучили 10 учителей;
- Обучили 120 родителей;
- Обучили и вовлекли в проект 100 детей;
- Издали 100 буклетов, 100 календарей,;
- **Обратили внимание на эту проблему родителей, учителей и докторов.**

Ресурсы

- Диагностические таблицы, офтальмологическое оборудование;
- Инициативная группа: 10 человек;
- Раздаточный материал
- Проектор
- Образовательное учреждение

Бюджет:

- **Маленькие календари**

100 шт. по 5 руб – 500 руб.

- **Плакаты (формат А3)**

4шт. по 100 руб. – 400руб.

- **Ручки**

100 шт. по 10 руб. – 1000 руб.

- **Буклеты**

100 шт. по 20 руб. – 2000 руб.

- **Себестоимость – 1000 руб.**

**Итого информационного материала 304
экземпляров на сумму 4900руб.**

**«Будущее принадлежит медицине
предохранительной» (Н.И.Пирогов)**

Предотвратить ухудшение зрения гораздо проще и дешевле, нежели бороться с уже существующими проблемами. Профилактика потребует только времени, лечение же помимо времени отнимет у вас значительные средства. К тому же гарантий в успехе лечения на 100% ни один специалист не даст.

A close-up photograph of a human eye with a striking blue iris. The eye is looking slightly to the right. The surrounding skin and eyelashes are visible, and the background is a soft, out-of-focus light blue.

Спасибо за внимание!