

**ОТКРЫТЫЙ
КЛАССНЫЙ
ЧАС**

ТЕМА НАШЕГО ЗАНЯТИЯ

*Два братца через
дорогу живут,
А друг друга не видят*

ГЛАЗА

ГЛАЗА

Для чего они нам нужны?



Не все глаза видят одинаково. Так видит пчела



Не все глаза видят одинаково. Так видит рыба



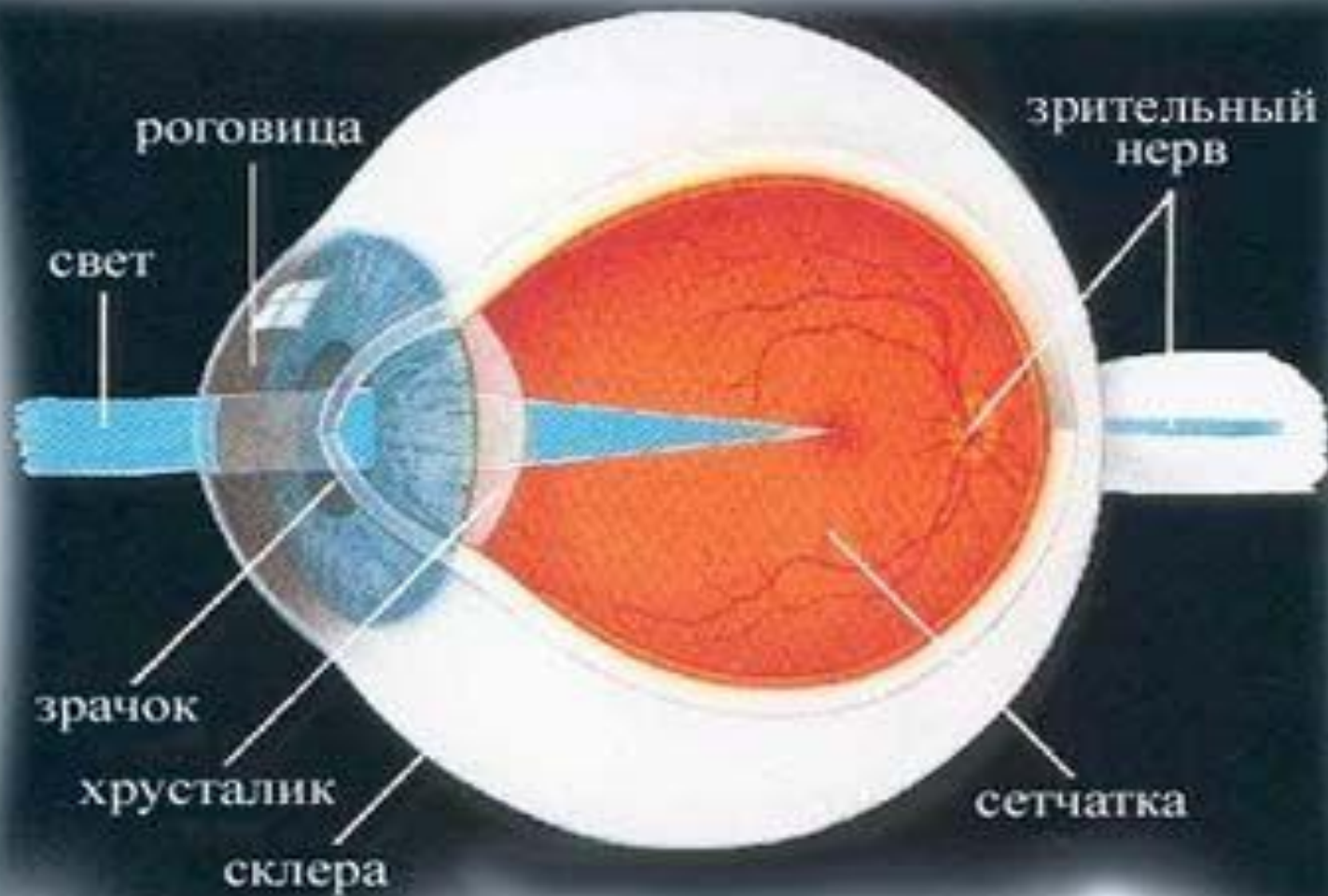
**Не все глаза видят одинаково.
Так видит крот**



**Не все глаза видят одинаково.
Лучше всех видят птицы**



Наши глаза устроены очень сложно



Наши глаза Испытывают большую нагрузку

- при чтении**
- при просмотре телевизора**
- при работе с компьютером**
- при занятии с мелкими предметами**

Гимнастика для глаз



Правила охраны зрения

НЕ ЧИТАТЬ ЛЁЖА

НЕ НАКЛОНЯТЬСЯ НИЗКО ПРИ ЧТЕНИИ И ПИСЬМЕ
НЕ ЧИТАТЬ И НЕ ПИСАТЬ ПРИ ПЛОХОМ ОСВЕЩЕНИИ

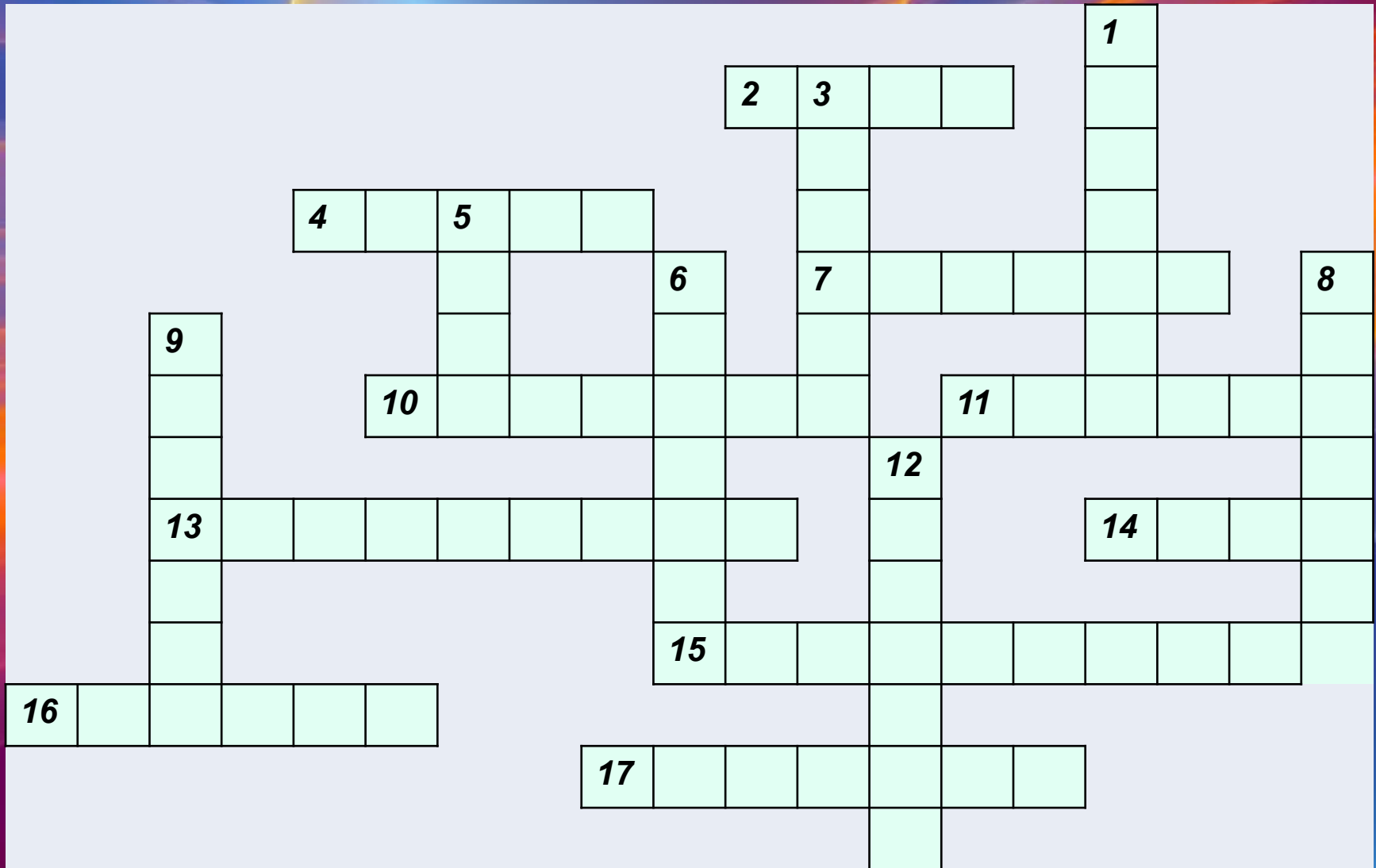
НЕ ТЕРЕТЬ ГЛАЗА РУКАМИ

НЕ СМОТРЕТЬ НА СОЛНЦЕ БЕЗ ТЕМНОГО СТЕКЛА
НЕ РАЗМАХИВАТЬ ОСТРЫМИ ПРЕДМЕТАМИ ПЕРЕД ГЛАЗАМИ

НЕ ИГРАЙ С ВЗРЫВООПАСНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ

НЕ СМОТРЕТЬ ДОЛГО ТЕЛЕВИЗОР,
НЕ ИГРАТЬ ДОЛГО В КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ

Кроссворд «Береги глаза»



Самоанализ

«Как я забочусь о своих глазах»

1. Я ВСЕГДА ЧИТАЮ СИДЯ.
2. ДЕЛАЮ ПЕРЕРЫВЫ ВО ВРЕМЯ ЧТЕНИЯ.
3. СЛЕЖУ ЗА ПОСАДКОЙ ПРИ ПИСЬМЕ.
4. ДЕЛАЮ УРОКИ ПРИ ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ.
5. ДЕЛАЮ ГИМНАСТИКУ ДЛЯ ГЛАЗ.
6. ЧАСТО БЫВАЮ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ.
7. УПОТРЕБЛЯЮ В ПИЩУ РАСТИТЕЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ.
8. СМОТРЮ ТОЛЬКО ДЕТСКИЕ ПЕРЕДАЧИ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ.
9. ОБЕРЕГАЮ ГЛАЗА ОТ ПОПАДАНИЯ В НИХ ИНОРОДНЫХ ТЕЛ.
10. КАЖДЫЙ ГОД ПРОВЕРЯЮ СВОЁ ЗРЕНИЕ У ВРАЧА.

Подведем итоги

***БЕРЕГИТЕ
ЗРЕНИЕ!***