

Будь всегда в фокусе

ВЫПОЛНИЛА:

УЧЕНИЦА 6 КЛАССА
КОЛЧЕВА ВАЛЕНТИНА
НИКОЛАЕВНА

РУКОВОДИТЕЛЬ:

УЧИТЕЛЬ БИОЛОГИИ I КК
КОЛЧЕВА НАТАЛИЯ
ВЛАДИМИРОВНА

Проблема исследования: нарушения зрения у учащихся школы

Объект исследования: учащиеся школы

Предмет исследования: зрение у учащихся школы

Цель исследования: изучить проблему снижения зрения у школьников и обратить внимание на данную проблему родителей, педагогов, учащихся через проведения классного часа и родительского собрания .

Гипотеза исследования: процент учащихся школы с нарушением зрения повышается с каждым годом.

Факторы, влияющих на нарушение зрения:

- наследственность;
- неправильное питание;
- перенапряжение глаз;
- бодрствования по ночам, сон
днем;
- сдерживание слез.

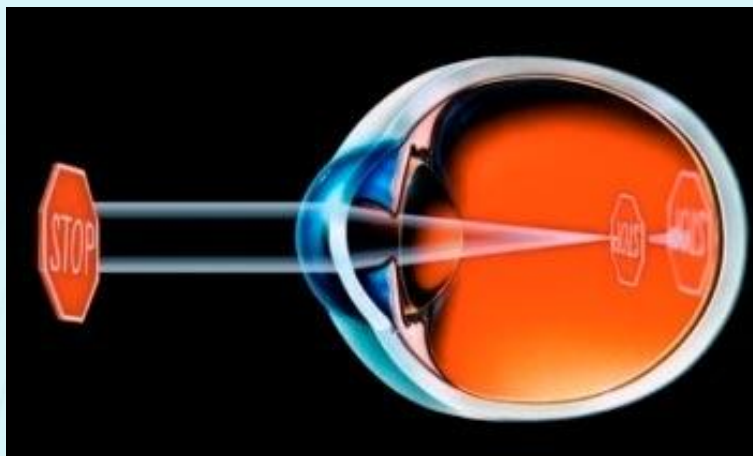


Рисунок 1. Вытянутое глазное яблоко при близорукости.



Рисунок 2. Так видит мир близорукий человек.

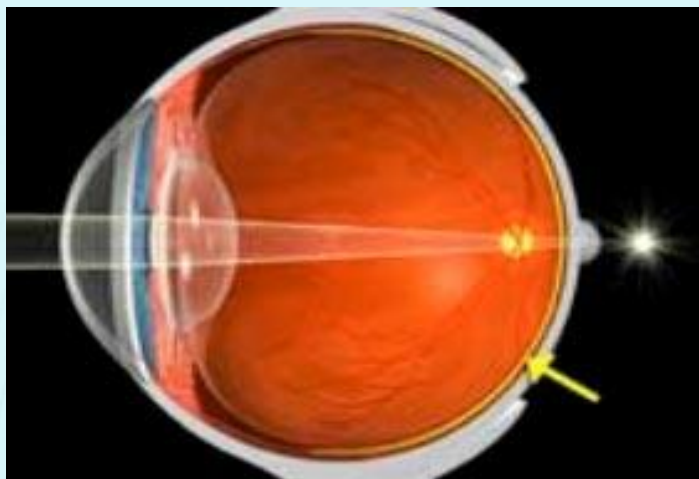


Рисунок 3. Дальнозоркость.



Рисунок 4. Так видит мир дальнозоркий человек.

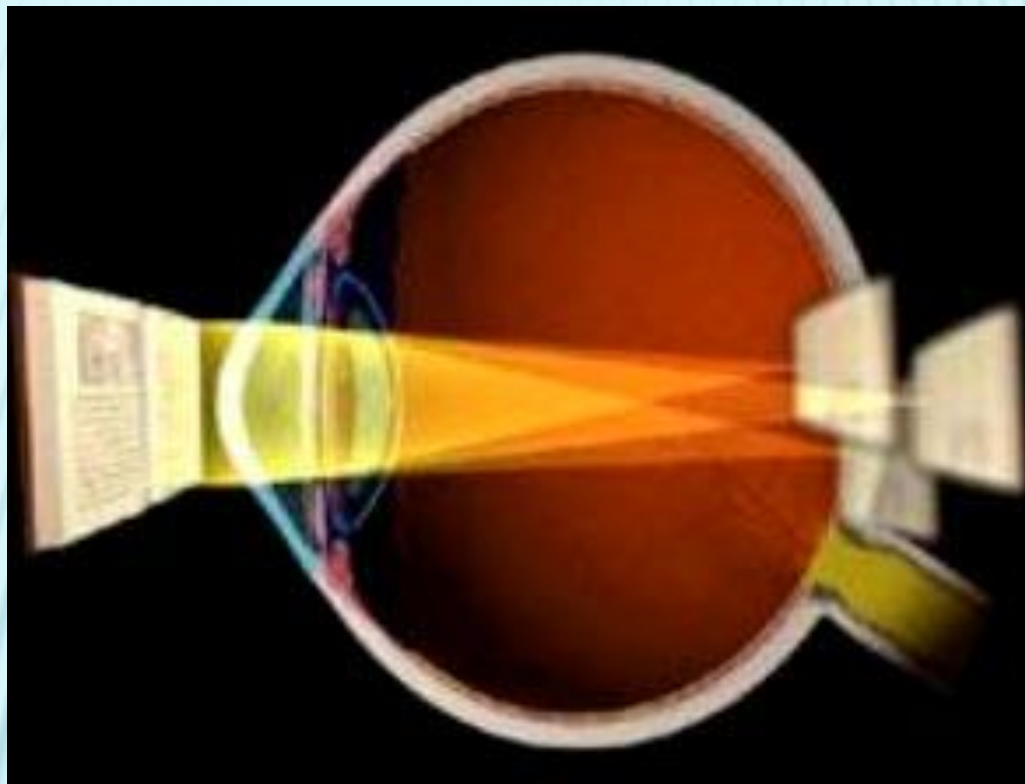


Рисунок 5. Астигматизм.

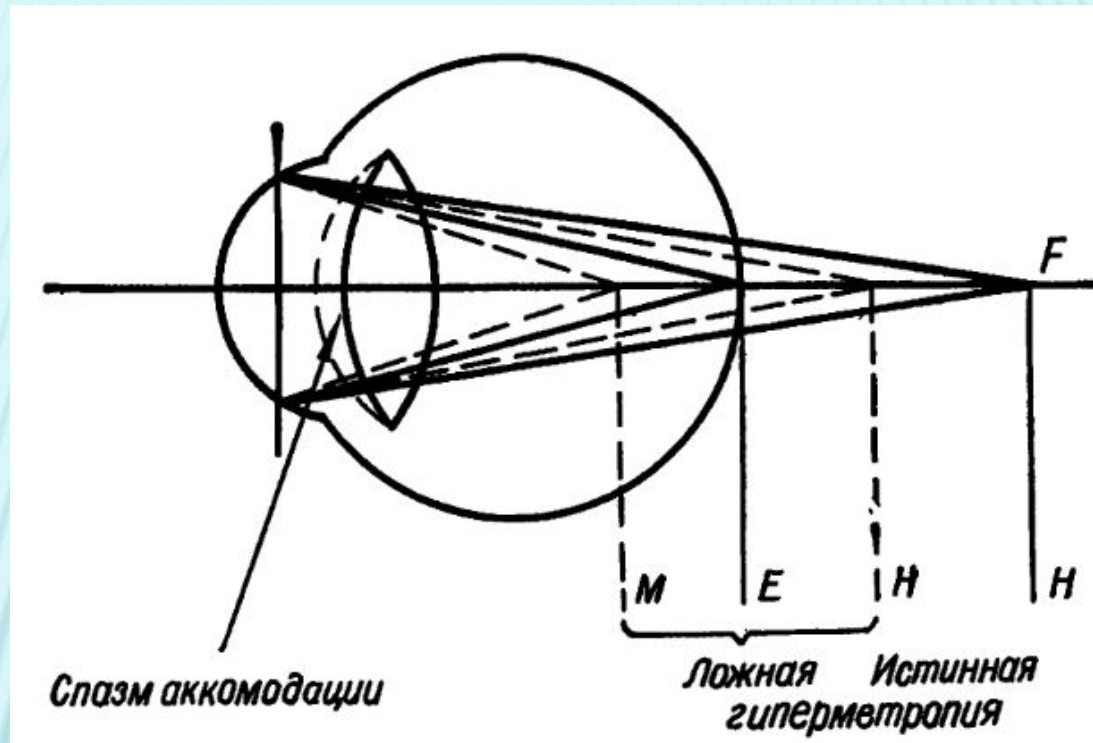


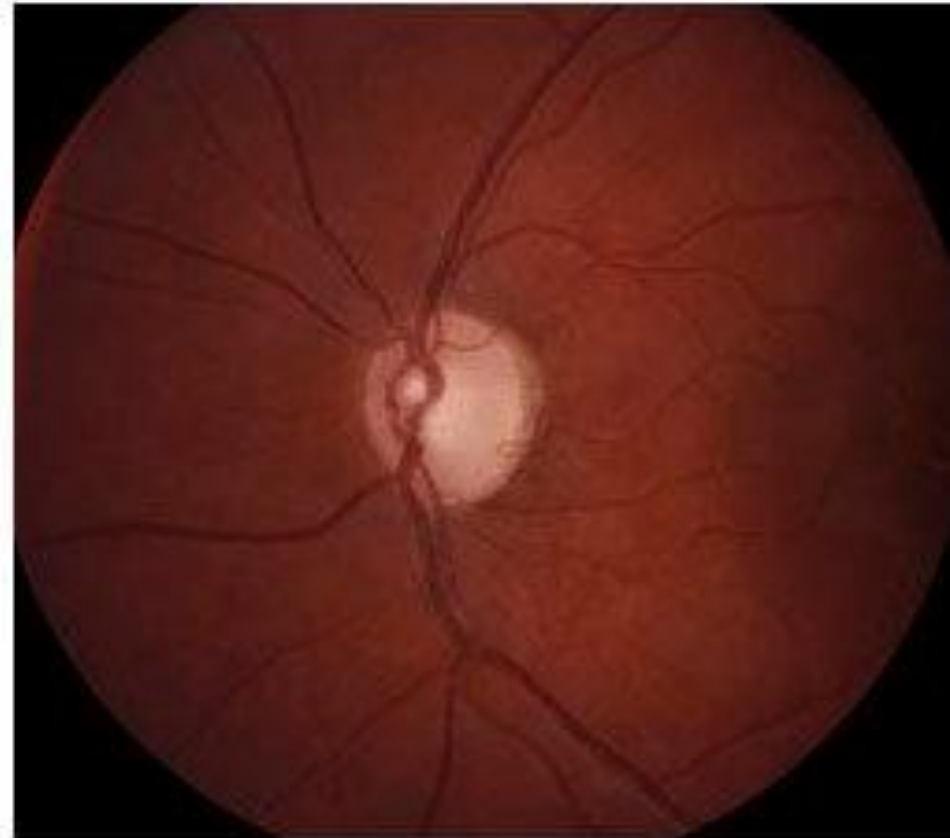
Рисунок 6. Изменение рефракции при спазме аккомодации



Рисунок 7. Косоглазие.



Зрительный нерв в норме



Атрофия зрительного нерва

Рисунок 8. Атрофия зрительного нерва.



Врач-офтальмолог
Грибановской ЦРБ
Зайцев Анатолий
Николаевич

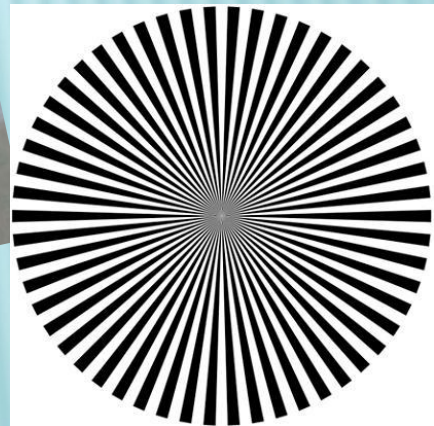
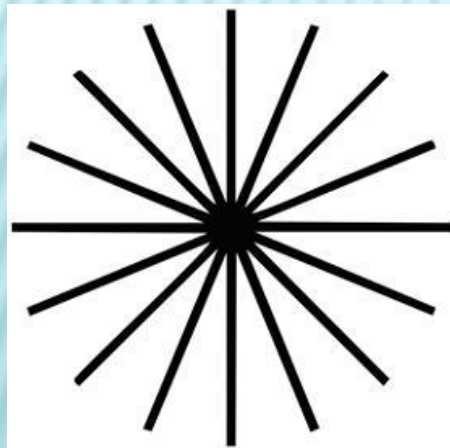


Беседа с медицинской сестрой
Малоалабукского ФАП Никитиной Людмилой
Анатольевной

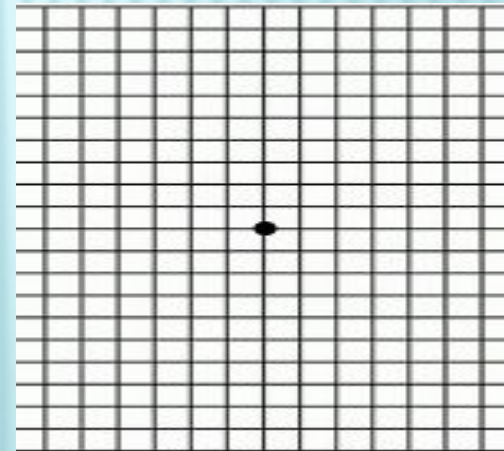


Ш Б	VIS=0,1
М Н К	VIS=0,2
Ы М Б Ш	VIS=0,3
Б Ы Н К М	VIS=0,4
И Н Ш М К	VIS=0,5
Н Ш Ы И К Б	VIS=0,6
Ш И Н Б К Ы	VIS=0,7
К Н Ш М Ы Б И	VIS=0,8
Б К Ш М И Ы Н	VIS=0,9
Н К И Б М Ш Ы	VIS=1,0
Ш И Н К М И Ы Б	VIS=1,0
И М Ш Ы Н Б М К	VIS=1,2

Тест на проверку остроты зрения



Тест на проверку наличия астигматизма



Тест Амслера (для выявления патологии центральной части сетчатки («желтого пятна»))

Вопросы анкеты для учеников:

1. Носите ли вы очки?
2. Носят ли ваши родители очки, если да - то кто?
3. Сколько времени вы тратите на выполнение домашнего задания?
4. Выполняя домашнее задание, вы пользуетесь настольной лампой?
5. Сколько времени в сутки вы проводите за компьютером?
6. Делаете ли вы гимнастику для глаз?
7. Знаете ли, кто такой офтальмолог?

Таблица 1. Нарушения зрения у учеников МКОУ Малоалабухской СОШ, выявленные в результате ежегодных медицинских осмотров.

Класс	Количество учащихся	Количество учащихся с данными заболеваниями				
		Миопия	Астигматизм	Спазм аккомодации	Атрофия зрительного нерва	Косоглазие
2014-2015 учебный год – 123 ученика						
1	16	1	1			
2	11					
3	5					
4	16		1			
5	12					
6	18	6	1	1		1
7	12	2	1			
8	14	2		1		
9	9	1		1		
10	6	2				
11	4	1				
Итого	123	15	4	3	0	1
2015-2016 учебный год – 123 ученика						
1	12	1				
2	17	1	1			
3	9					
4	4					
5	16	1	1			
6	12					
7	17	6	1	1		1
8	12	2	1			
9	14	3		1		
10	4	1				
11	6	1	1			
Итого	123	16	5	2	0	1

Таблица 2. Результаты теста на проверку остроты зрения.

Класс	Количество учащихся	Показатели проверки										
		1.2	1.0	0.9	0.8	0.7	0.6	0.5	0.4	0.3	0.2	0.1
2014-2015 учебный год												
1	16		9	5	1		1					
2	11	1	7	3								
3	5		5									
4	16	3	10	2	1							
5	12	1	9	2								
6	18		9	1	1	1	2	2	1	1		
7	12	1	8			1	1	1				
8	14	3	8		1	1		1				
9	9	1	6			1	1					
10	6	1	3		1				1			
11	4	1	2				1					
Итого	123	12	76	13	5	4	6	4	2	1	0	0
2015-2016 учебный год												
1	12		8	2	1		1					
2	17	3	11	3								
3	9	4	5									
4	4	3	1									
5	16		9	1	1	1	1	1	1	1		
6	12	1	8			1	1	1				
7	17	3	11		1	1		1				
8	12	1	8	1		1	1					
9	14	3	9		1							
10	4	1	2						1			
11	6	1	4	1			1					
Итого	123	20	76	8	4	4	5	3	2	1	0	0

Таблица 3. Результаты теста на проверку наличия астигматизма

Класс	Количество учащихся	Количество учащихся с данными заболеваниями	
		Тест на астигматизм отрицателен	Тест на астигматизм положителен
2014-2015 учебный год – 123 ученика			
1	16	15	1
2	11	11	
3	5	5	
4	16	15	1
5	12	12	
6	18	17	1
7	12	11	1
8	14	14	
9	9	9	
10	6	6	
11	4	4	
Итого	123	119	4
2015-2016 учебный год – 123 ученика			
1	12	12	
2	17	16	1
3	9	9	
4	4	4	
5	16	15	1
6	12	12	
7	17	16	1
8	12	11	1
9	14	14	
10	4	4	
11	6	5	1
Итого	123	118	5

Таблица 4. Результаты теста Амслера

Класс	Количество учащихся	Количество учащихся с данными заболеваниями	
		Тест на патологию центральной зоны сетчатки отрицателен	Тест на патологию центральной зоны сетчатки положителен
2014-2015 учебный год – 123 ученика			
1	16	16	
2	11	11	
3	5	5	
4	16	16	
5	12	12	
6	18	18	
7	12	12	
8	14	14	
9	9	9	
10	6	6	
11	4	4	
Итого	123	123	0
2015-2016 учебный год – 123 ученика			
1	12	12	
2	17	17	
3	9	9	
4	4	4	
5	16	16	
6	12	12	
7	17	17	
8	12	12	
9	14	14	
10	4	4	
11	6	6	
Итого	123	123	0

Результаты анкетирования учащихся:

- 17% опрошенных ответили, что имеют плохое зрение, но только 4% из них носят очки.
- Для выяснения наследственных факторов на снижение зрения мы выяснили, что 31% родителей имеют плохое зрение
- Большая часть опрошенных детей (37%) тратит около 4 часов на выполнение домашнего задания.
- 42% не имеют настольную лампу, обеспечивающую необходимое освещение при работе с учебником и выполнении письменных работ.
- 49% опрошенных проводит за компьютером около 4 часов.
- Только 27% детей делают гимнастику для глаз.
- Большинство учащихся(52%) затруднились ответить, кто такой врач – офтальмолог.

1. Не читать лёжа, поскольку невозможно сохранить расстояние до текста (не ближе 35 см.)
2. Не читать в транспорте, поскольку присутствуют постоянные установочные движения глаз, что сильно утомляет зрительный аппарат.
3. Не читать и не писать при плохом освещении, поскольку зрачку глаза трудно быть суженным для поддержания глубины резкости.
4. Не читать и не писать «носом», т.е. ближе 30-35 см от текста, поскольку при этом глаза сильно смещаются к носу (конвергенция), фиксируя каждую точку.
5. Длительность допустимой зрительной нагрузки без отдыха не более 45 минут, после чего 15 минут надо посидеть с закрытыми глазами или смотреть вдаль.
6. Без отрицательного влияния на зрительный аппарат человек может смотреть телевизор не более двух часов подряд, после чего необходимо на 1 час сделать перерыв. Работа на компьютере с телемонитором допустима в течение 1 часа с 15 минутным перерывом.

Спасибо за внимание!