

# «Роль солнечного света в жизни человека».



# Введение

**« ... наша земля оживлена только благодаря солнечной теплоте и, со своей стороны, излучает полученную солнечную теплоту, - после того как она превратила часть её в другие формы движения...»**

**Ф. Энгельс**



# Цель работы:

Изучить, как влияет  
естественный (солнечный) свет  
на жизнь и здоровье человека.



# ЗАДАЧИ:

- ☀ Выявить, какова роль солнца в нашей жизни?
- ☀ Когда солнце греет больше?
- ☀ Может ли недостаток солнечного света привести к тяжелым заболеваниям?



# Содержание

Введение.

Глава 1

1.1 Волшебные лучи.

1.2 Солнце – лучшее лекарство!

1.3 Максимум в июне, минимум в декабре.

1.4 Солнце – не только друг.

Глава 2

2.1 Луч света.

2.2 Тепло и темно!

Глава 3

3.1 Медицинское заключение.

3.2 Вывод.

Список используемой литературы



# Волшебные лучи

Солнечный свет

Видимые  
лучи



Невидимые  
лучи

инфракрасные  
лучи

ультрафиолетовые  
лучи

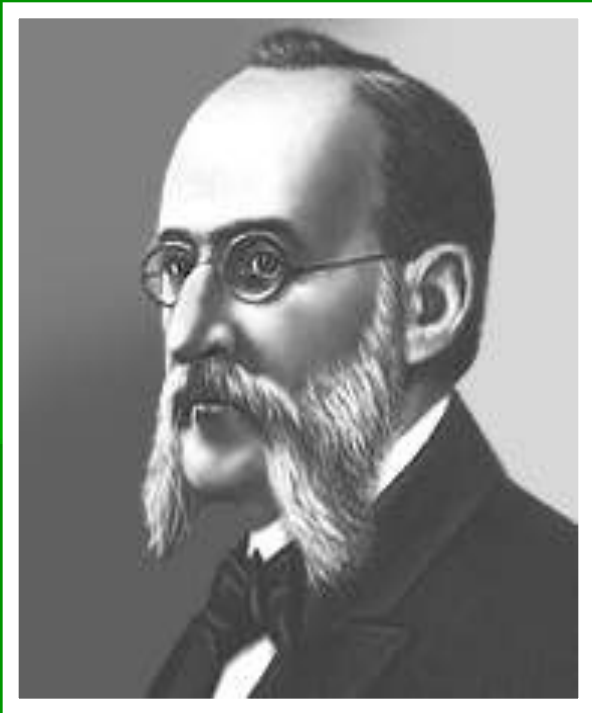
# Солнце - лучшее лекарство!

- 1. Солнечный свет – мощное лечебное и профилактическое средство, исключительно важное для сохранения здоровья.

Но передозировка солнечной радиации может нанести неповторимый вред – вызвать расстройства нервной, сердечно-сосудистой и других важных систем организмов.



# Солнечный свет обладает изумительной целебной силой



Датский  
физиотерапевт  
Нильс Финзен  
в 1903 году  
использовал  
солнечные лучи для  
лечения туберкулеза  
кожи. За эти исследования  
ему была присуждена  
Нобелевская премия.



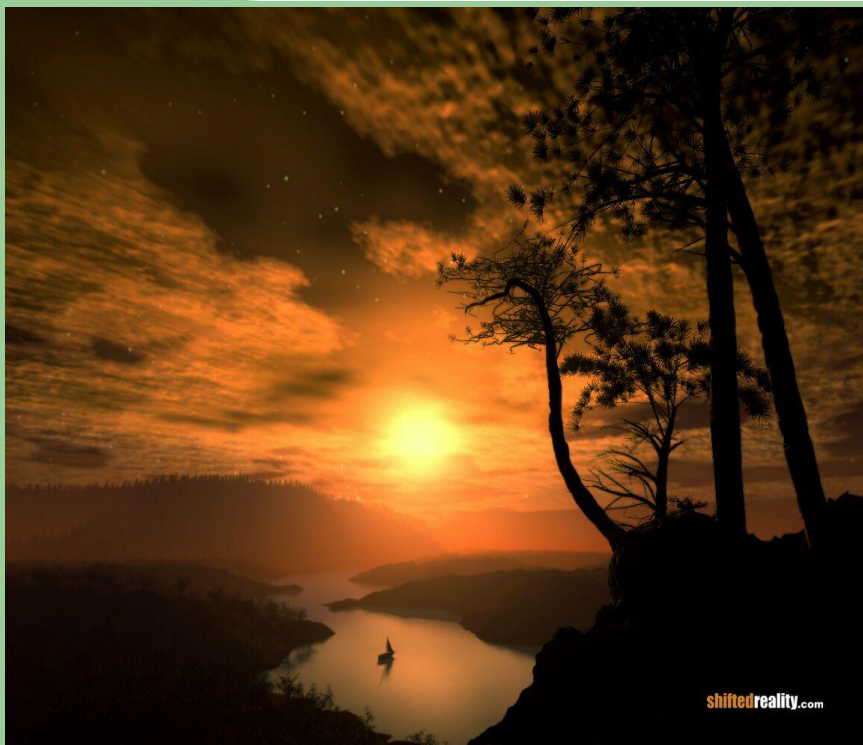
Солнечное излучение – это постоянно действующий фактор внешней среды, который связан с функциями организма человека.

«Солнце находится в столь же неразрывной связи с нашей природой, как кровь с нашим телом»

П.Г. Мезерницкий



# Максимум в июне минимум в декабре.



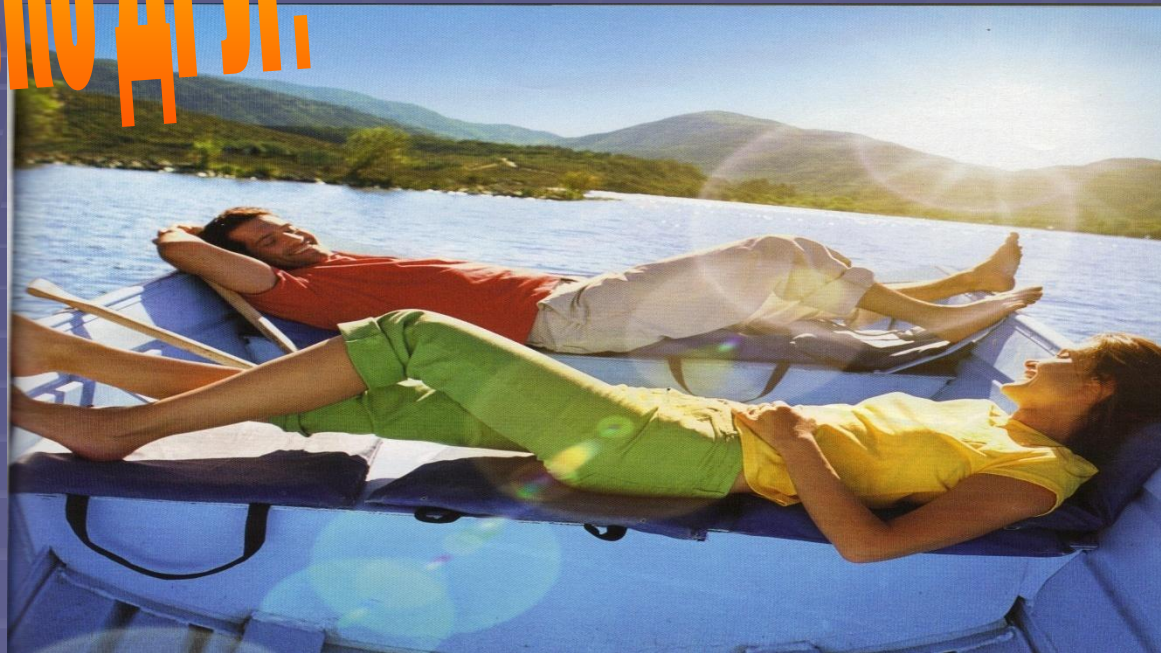
Прежде всего, для того, чтобы точно дозировать действие солнечного света на организм, необходимо знать, как изменяется интенсивность его радиации в зависимости от времени года и суток.



Интенсивность прямой солнечной радиации главным образом зависит от высоты стояния солнца над горизонтом: чем выше солнце, тем интенсивнее прямая солнечная радиация. Максимум ее наблюдается в **июне**, минимум - в **декабре**.



# СОЛНЦЕ - НЕ ТОЛЬКО ДРУГ.



Самая распространенная причина злоупотребления солнцем - стремление как можно быстрее и сильнее загореть, приобрести красивый цвет кожи.

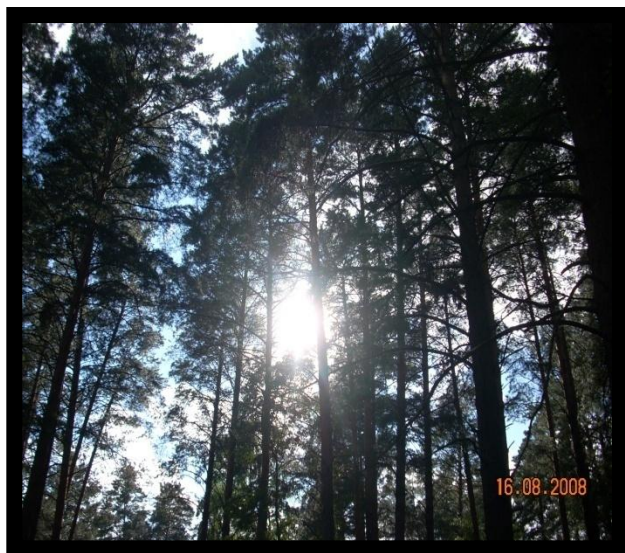


Как следствие неумелого  
пользования солнцем  
происходит :



- перегревание организма и на коже появляются ожоги

**Симптомы:** головная боль,  
недомогание, снижение  
работоспособности.



- тепловой или солнечный удар

---

**Симптомы:** общая слабость, вялая походка, апатия, сонливость, тяжесть в ногах, головокружение и головная боль, мелькание и потемнение в глазах, жажда, тошнота и рвота.



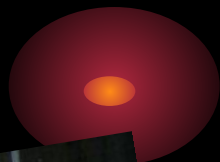
# Луч света в...



«Солнце, воздух и вода – вот лучшие лекарства!»



"Куда редко заглядывает солнце,  
туда часто приходит врач".



16-фев-09 13:49

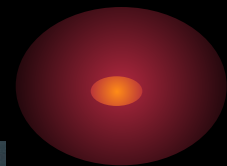


16-фев-09 13:47

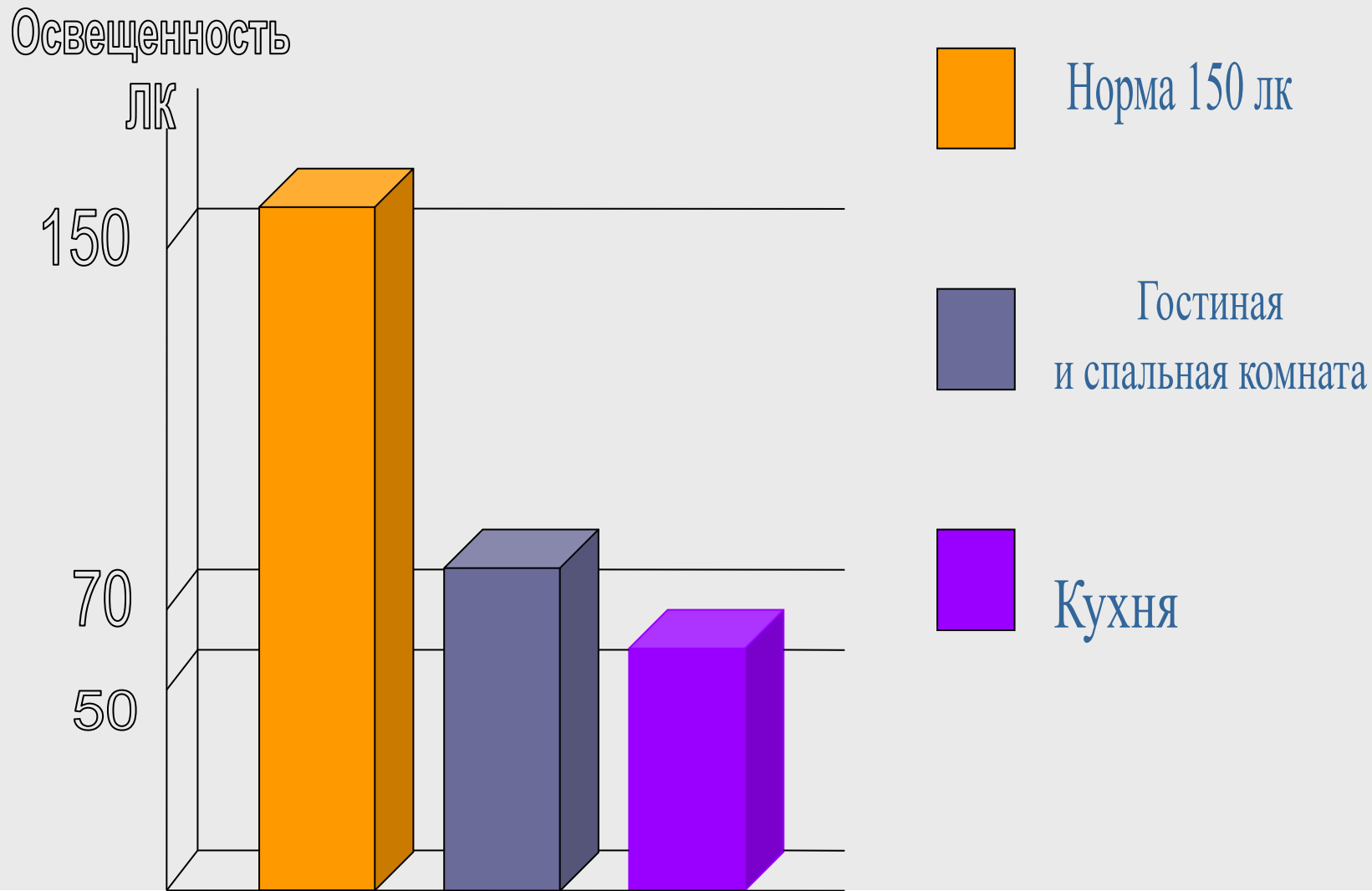




**Люксметр -  
прибор для измерения  
освещенности. Единица измерения –  
люкс (лк).**



# Измерение освещенности в квартире по ул. Индустриальная





Министерство образования и науки РФ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2  
Карасукского района  
Новосибирской области

## Измерение освещенности в МОУ СОШ №2

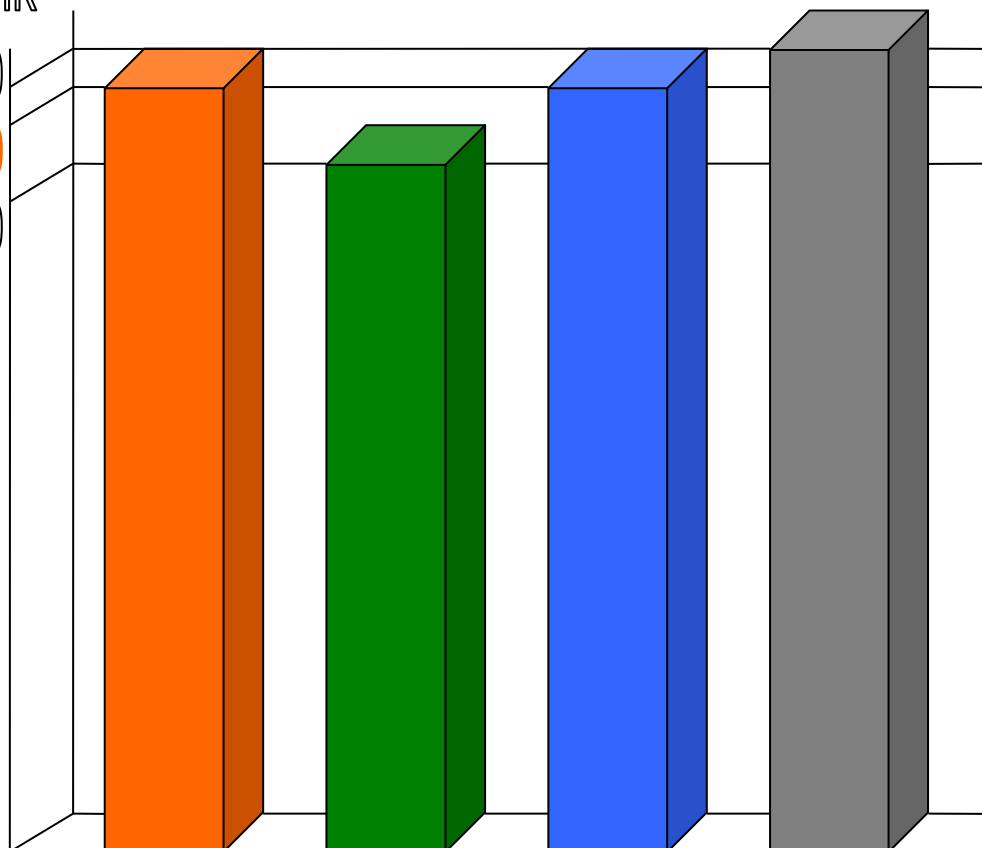
Освещенность

лк

310

300

270



Норма 300 лк

1 этаж

2 этаж

3 этаж

# Тепло и темно!



- В наше время стало очень модно вставлять пластиковые окна и лоджии. Люди на улице говорят, мол, пластик бережет тепло лучше, чем стеклопакет. Да, и не требует особого ухода, что там раз в неделю протер мокрой тряпкой и все! А стеклянные окна надо мыть, вытаскивать и красить рамы, самое главное, что стекло можно разбить. Но правильный ли они сделали выбор?





**Гостиная**



**Спальная**

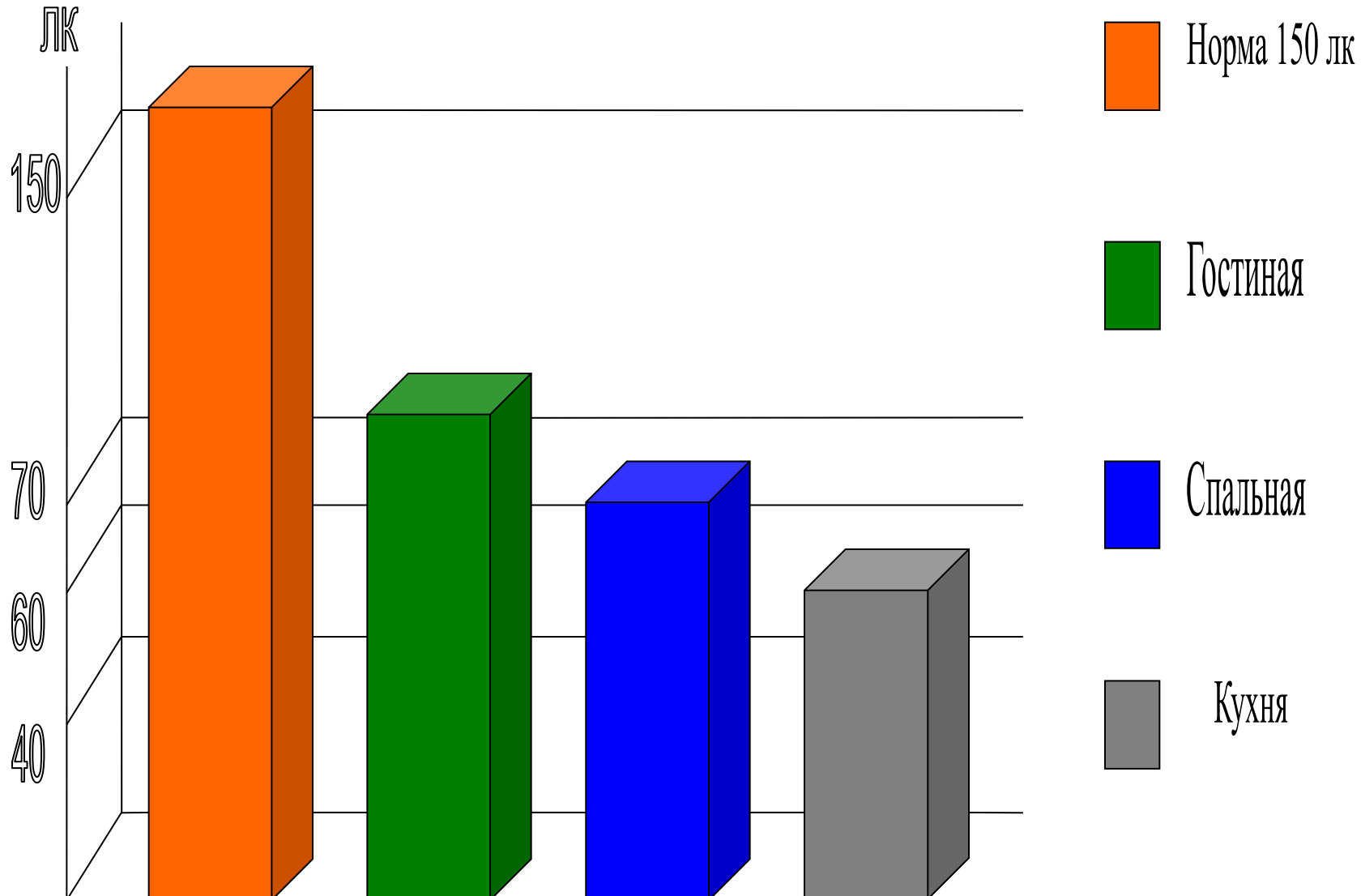


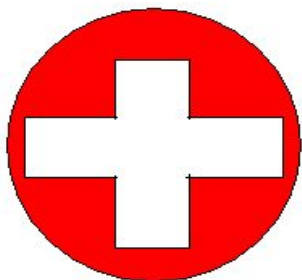
**Кухня**

# ИЗМЕРЕНИЕ ОСВЕЩЕННОСТИ В КВАРТИРЕ ПО УЛ. СОЮЗНАЯ

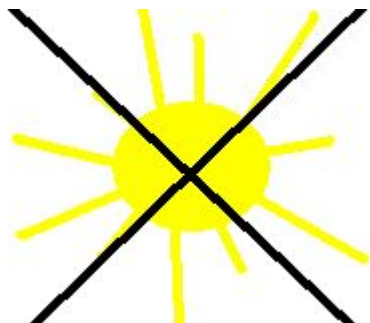
Освещенность

лк

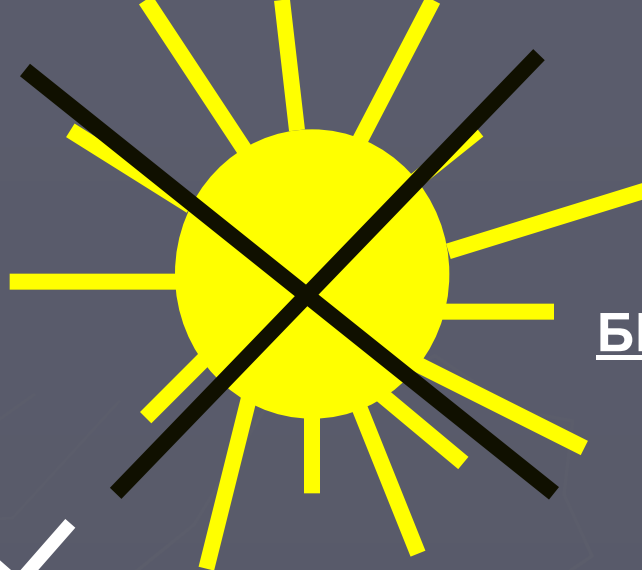




# МЕДИЦИНСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ





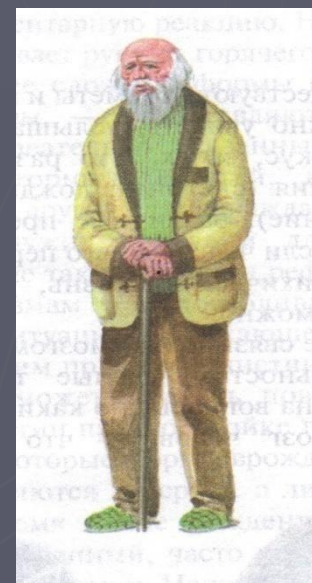


БРОНХИАЛЬНАЯ  
АСТМА

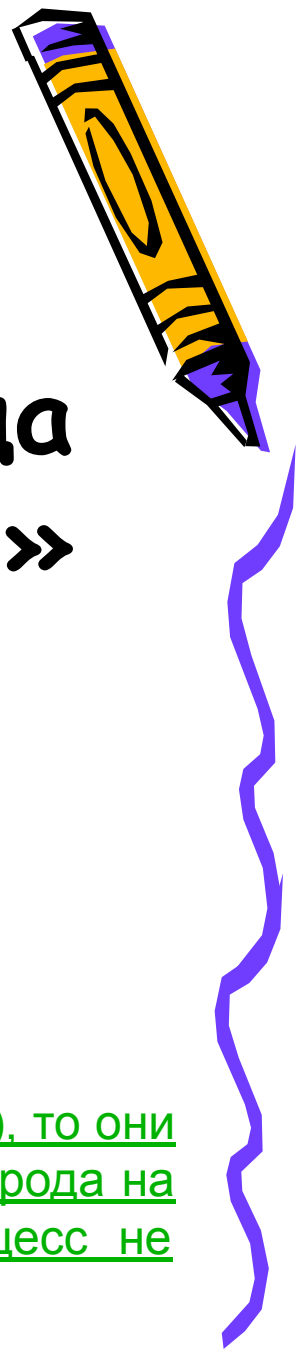
СЫРОСТЬ



УДУШЬЕ



# ВЫВОД:



«... Пусть всегда  
будет солнце...»

Изучив и обработав собственные наблюдения, проделав ряд экспериментальных работ, я доказала, что солнечное излучение это:

- Прекрасное лекарство
- Надежный союзник в борьбе с болезнями
- Средство достижения красоты

Что касается зеленых растений (деревьев), то они являются отличным «поставщиком» кислорода на Земле, но только тогда, когда этот процесс не приносит вред здоровью человека.



# Список использованной литературы:

- Мякишев Г.Я., Буховцев Б.Б. Физика – 10 класс – 1981г.
- Рубин Л.Б. Большая медицинская энциклопедия – 1999г.
- Каменецкая Т.М. Солнце и его роль – 1997г.
- Петрова Н.Б. Краткая энциклопедия фельдшера – 2004
- <http://www.5.km.ru>
- <http://световое голодание.ru>

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!**

