

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 8»



Исследовательская работа

# Берегите зрение!

Выполнила:  
Жаравина Валерия,  
учающаяся 3 класса

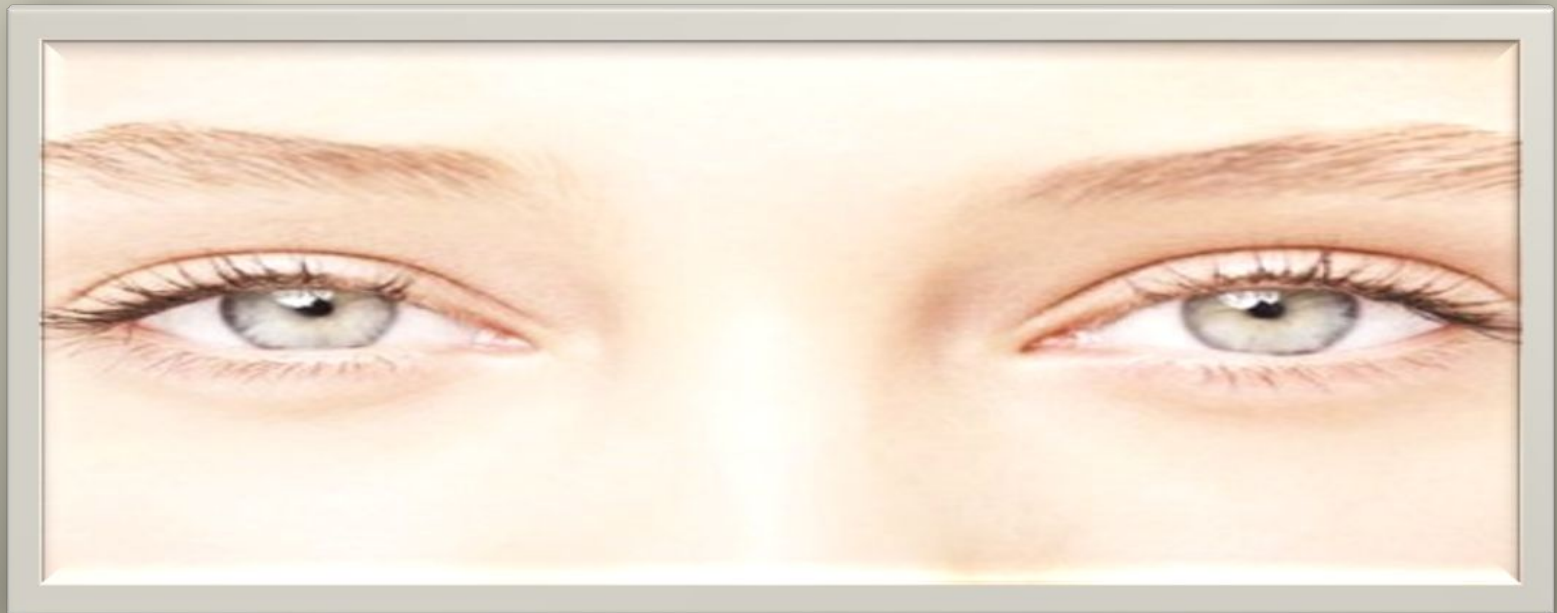
Руководитель:  
Куликова Галина Ивановна,  
учитель начальных классов

**Разберемся вместе, дети:  
Для чего глаза на свете?  
Почему у всех у нас  
На лице есть пара глаз?**



**Цель:** изучить вопрос о том, как сохранить зрение, здоровье глаз

**Гипотеза:** предположим, если правильно следить за здоровьем глаз, то можно сохранить хорошее зрение надолго





## **ЗАДАЧИ:**

1. Изучить литературу по теме.
2. Выяснить причины ухудшения зрения.
3. Познакомиться с правилами бережного отношения к зрению.
4. Создать буклет «Берегите зрение!»

## **МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:**

1. Подбор и анализ литературы.
2. Беседа.
3. Практические опыты.
4. Анкетирование.

**ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:** глаза, как органы зрения

**ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ:** бережное отношение к своему зрению

# Органы чувств



# Самые зоркие пернатые хищники



Острота зрения у некоторых хищных птиц в 8 раз выше, чем у человека



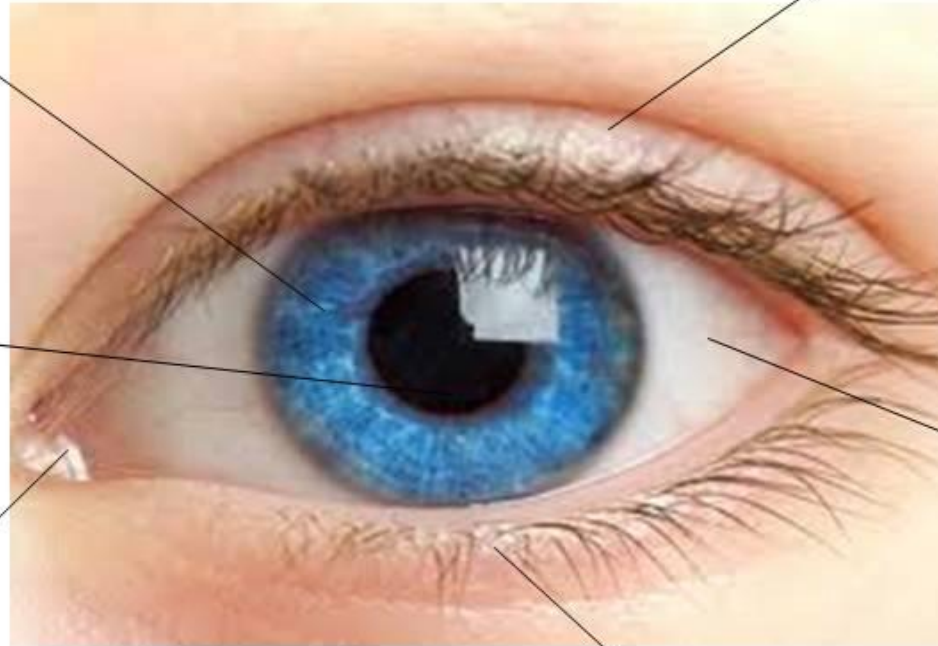


# Строение глаза

**Радужка**

**Верхнее веко**

**Зрачок**



**Склера**

**Слезное мяско**

**Нижнее веко**

## Опыт №1

Зрачок регулирует  
количество света.

Если света  
недостаточно – он  
автоматически  
расширяется, если  
достаточно -  
сужается





## Опыт №2

Глаза видят разное  
изображение, но  
мозг объединяет и  
делает единое  
изображение.



### Опыт №3



В темноте колбочки не работают, а палочки начинают работать в 200-400 раз сильнее и лучше воспринимать свет. Поэтому в темноте мы видим облик предмета и не видим его цвет.

# Беседа со школьным фельдшером Филипповой Е.А.

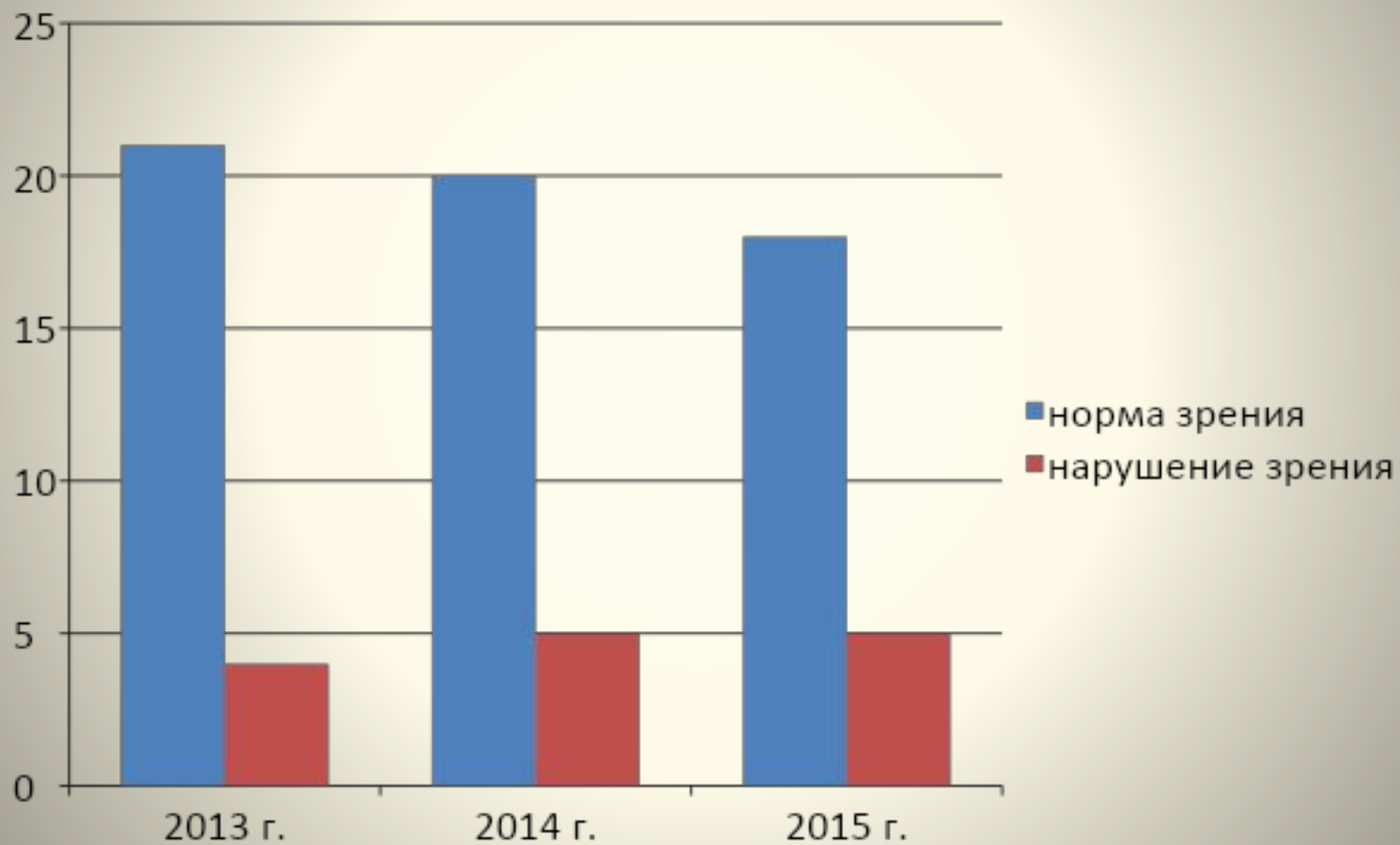




# Результаты проверка зрения

<b>1 класс</b> начало учебного года (сентябрь 2013г.)		<b>2 класс</b> начало учебного года (сентябрь 2014г.)		<b>3 класс</b> начало учебного года (сентябрь 2015г.)	
25		25		23	
норма зрения	нарушение зрения	норма зрения	нарушение зрения	норма зрения	нарушение зрения
21	4	20	5	18	5

# Результаты проверка зрения



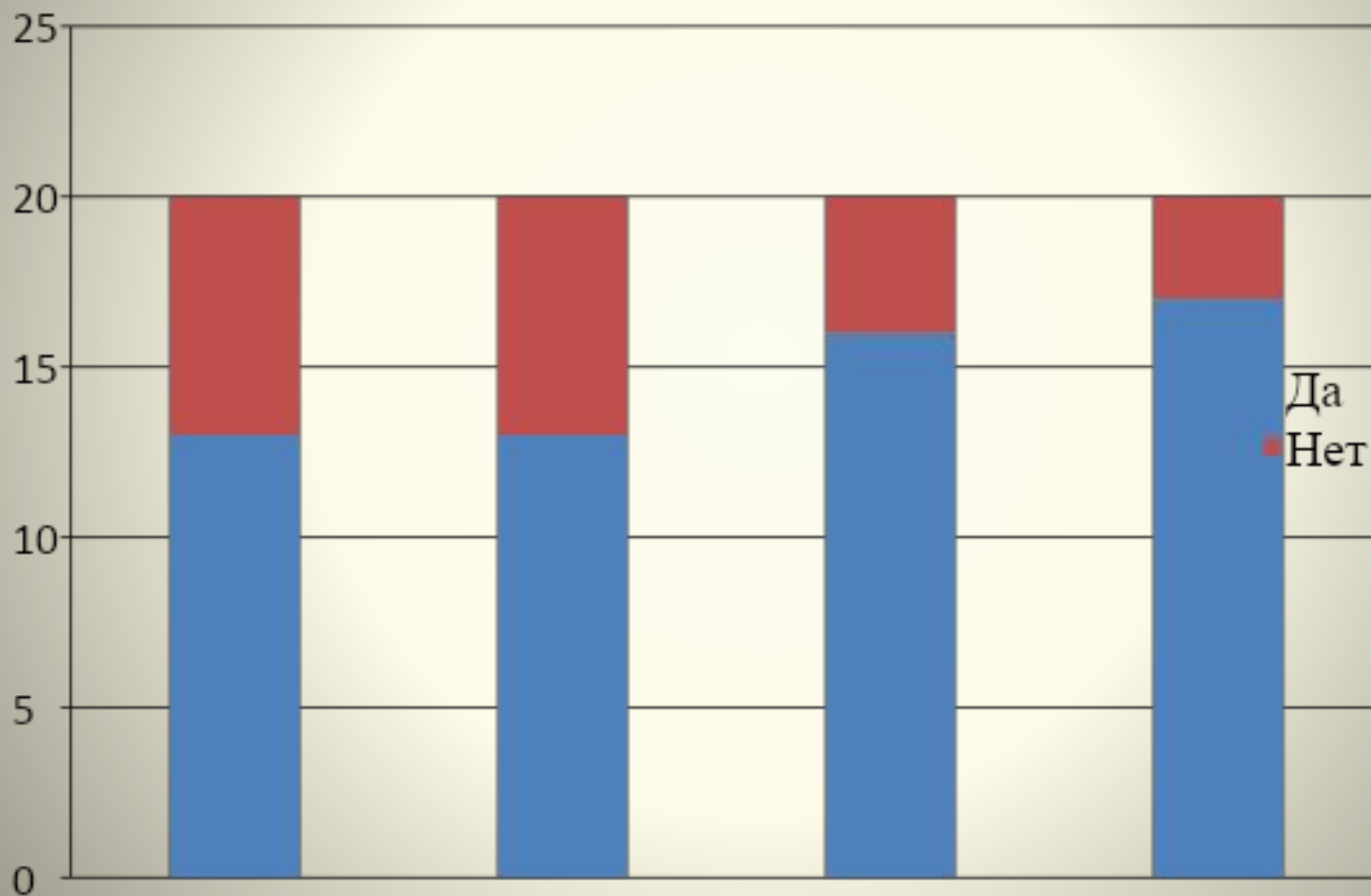




# Анкета «Как я забочусь о своих глазах»

<b>Вопросы</b>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1. Всегда читаю сидя.	12	10
2. Делаю перерывы во время чтения.	15	7
3. Слежу за посадкой при письме.	14	8
4. Делаю уроки при хорошем освещении.	20	2
5. Делаю гимнастику для глаз.	9	13
6. Часто бываю на свежем воздухе.	20	2
7. Употребляю в пищу растительные продукты.	13	9
8. Смотрю только детские передачи по телевизору.	19	3
9. Оберегаю глаза от попадания в них инородных тел.	17	5
10. Каждый год проверяю свое зрение у врача	21	1

# Как я забочусь о своих глазах

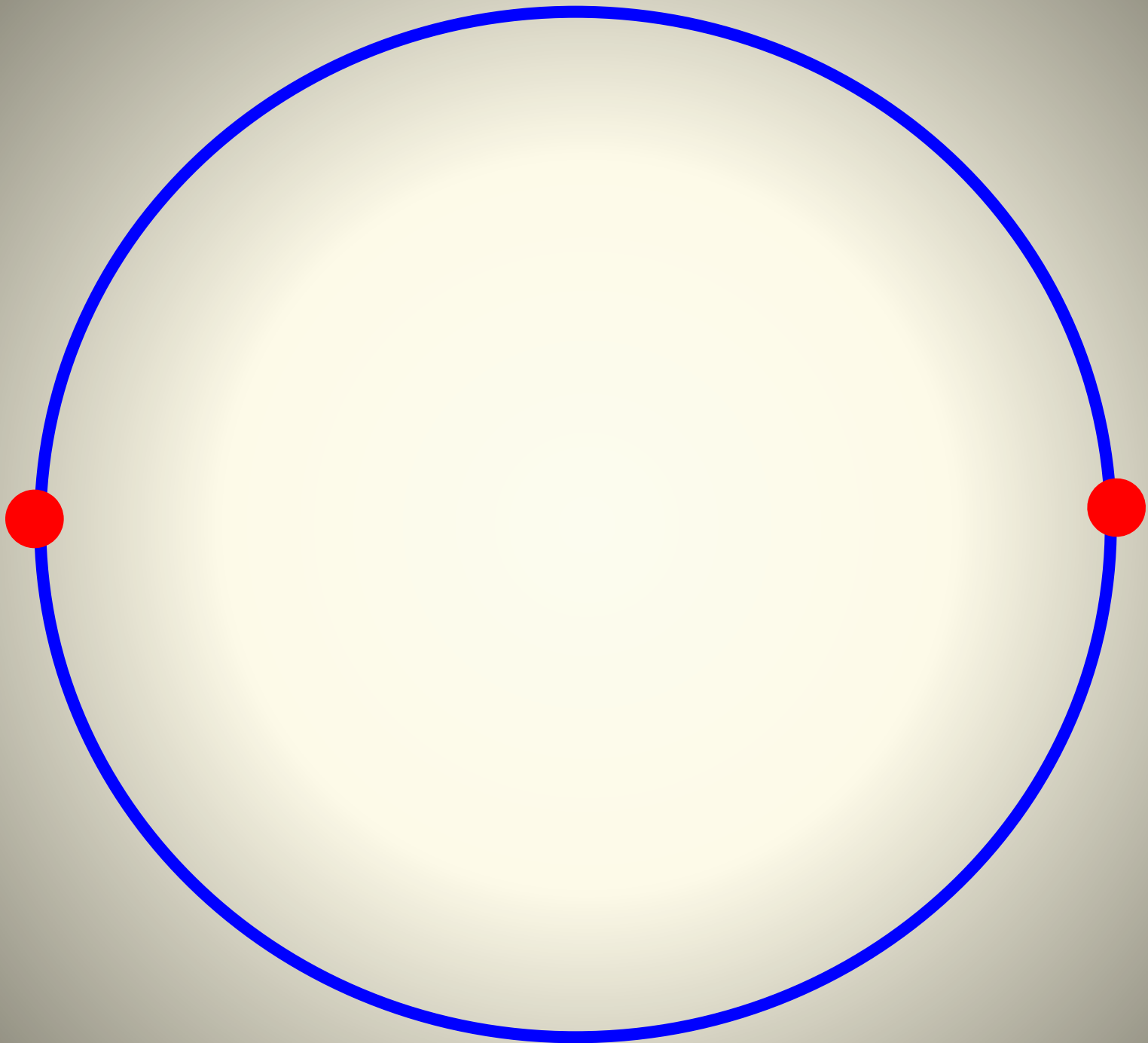


# Причины ухудшения зрения

- Врожденные или приобретенные заболевания;
- Неправильный режим дня;
- Бедное полезными веществами питание;
- Дефицит движения;
- Чрезмерные учебные нагрузки;
- Неограниченный просмотр телепередач, компьютер;
- Неправильная осанка;
- Недостатки в освещенности рабочего места.












A collection of school supplies is arranged around a central spiral notebook. The notebook is open to a blank, lined page with the Russian text "Спасибо за внимание!" (Thank you for attention!) written in blue. The supplies include a yellow pencil, a set of colored pencils, a blue ruler, a pair of red scissors, a stack of colorful paper clips, a bundle of orange rubber bands, several pushpins in various colors, and several markers in yellow, red, and pink. The background is white.

Спасибо  
за  
внимание!



# Используемые ресурсы

Большая Детская Энциклопедия. - АСТ «Астрель», 2000. – с.140-144

Детская энциклопедия. Я познаю мир. Медицина. – М.: «АСТ», 1996. – с.229-232

1. <http://www.alenushka-ds.ucoz.ru/>
2. <http://www.lekron.ru/>
3. <http://www.medpulse.ru/>
4. <http://www.sila-priroda.ru/>
5. <http://www.studm.md/>
6. <http://www.viki.rdf.ru/>
7. <http://www.zrenimed.com/>