

# Почему ухудшается зрение

МОУ «Ломосовская СОШ №3»

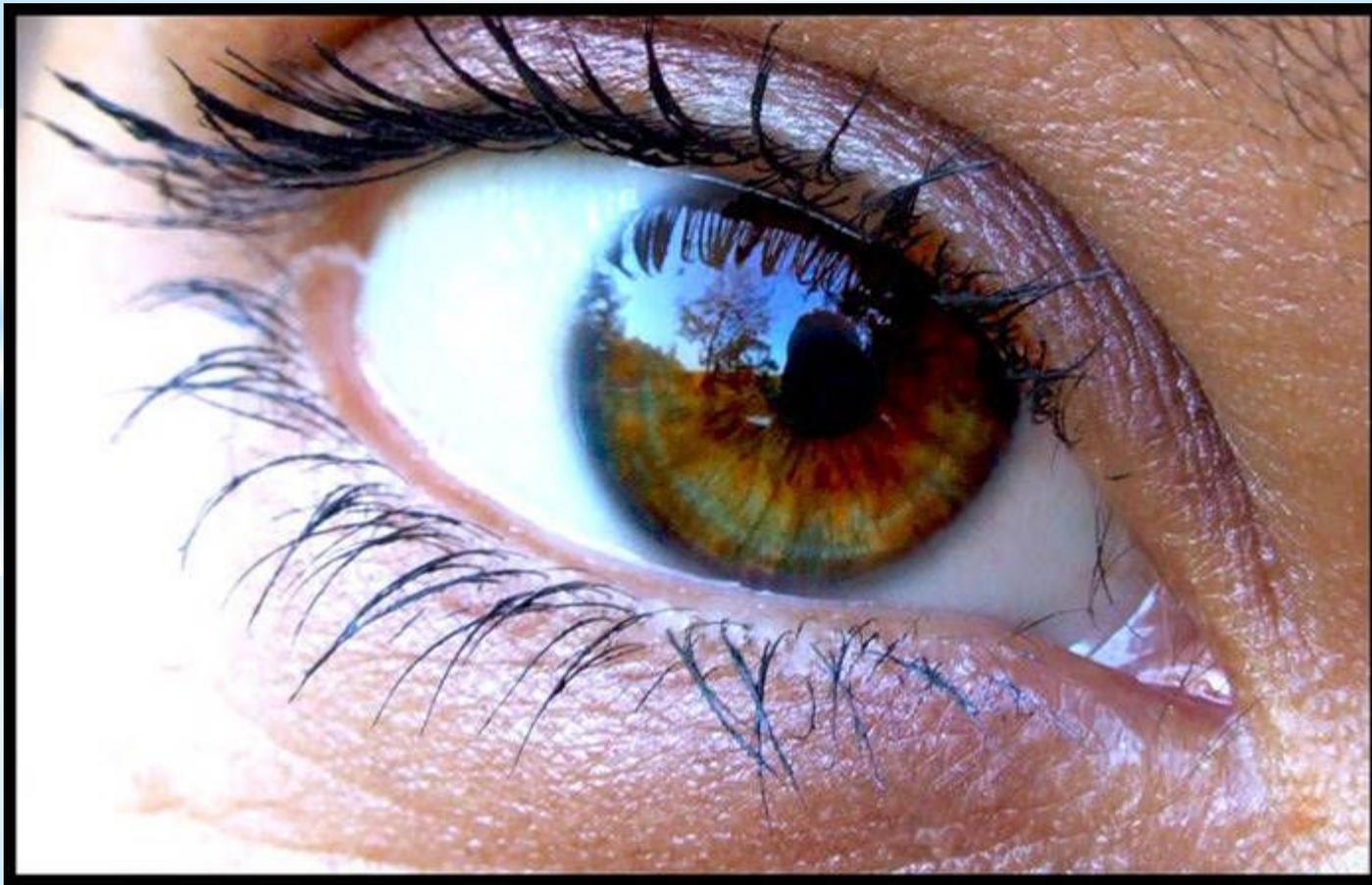
Выполнил: ученик 4 «А» класса  
МОУ «Ломоносовской СОШ №3»

Шелемахин Александр

Преподаватель: Веселова Наталья Павловна

2014 г.

# Глаз - орган зрения человека



\*Идеальный прибор



<http://genius.otobiznes.p>

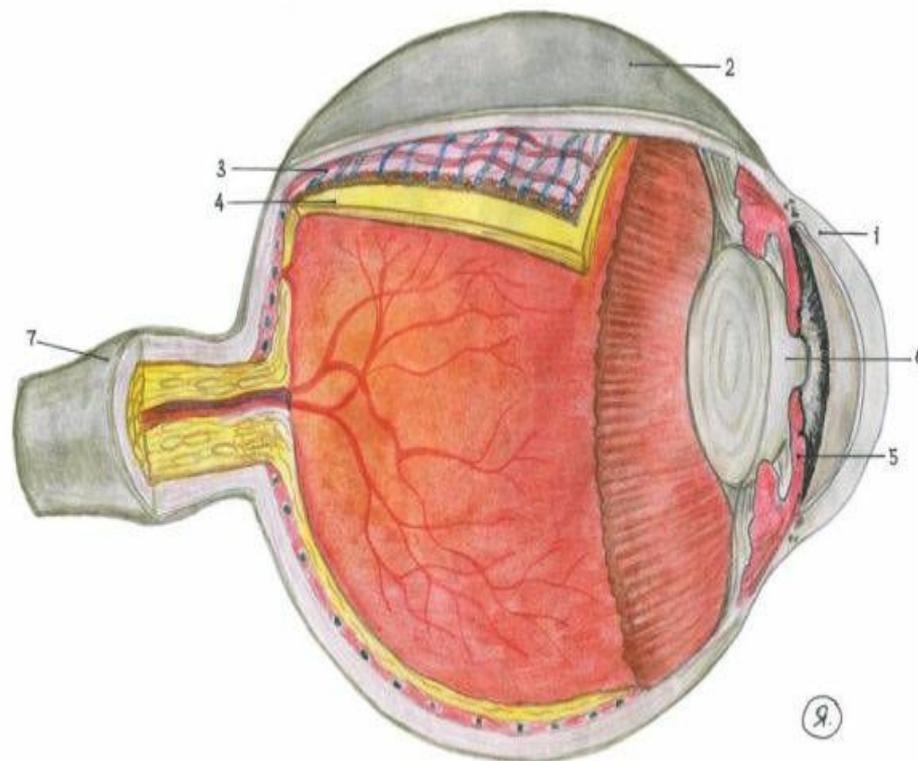
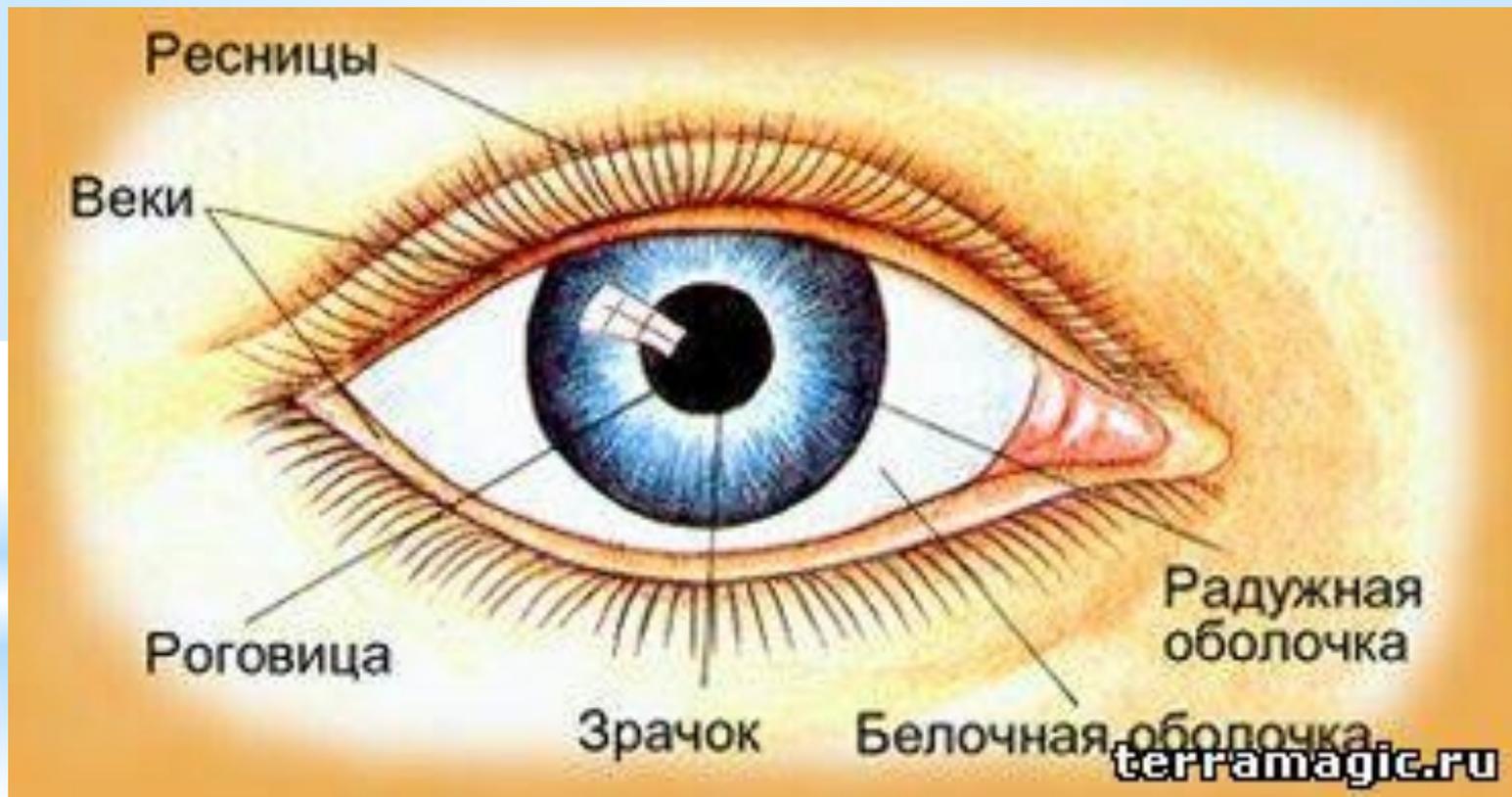


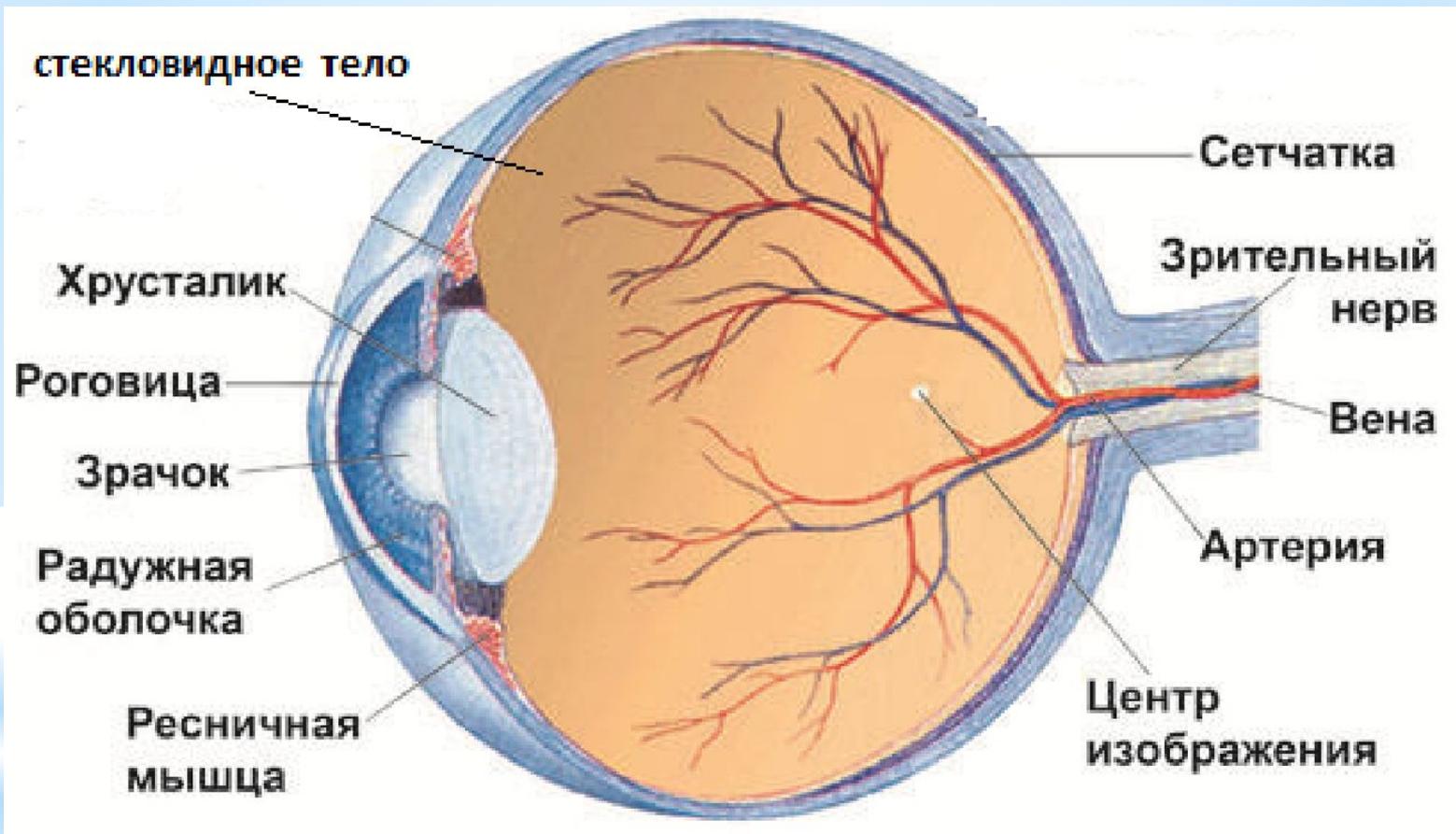
СХЕМА СТРОЕНИЯ ГЛАЗА  
1. Роговица 2. Склера 3. Сосудистая оболочка 4. Сетчатка  
5. Радужка 6. Хрусталик 7. Зрительный нерв

Цель проекта:

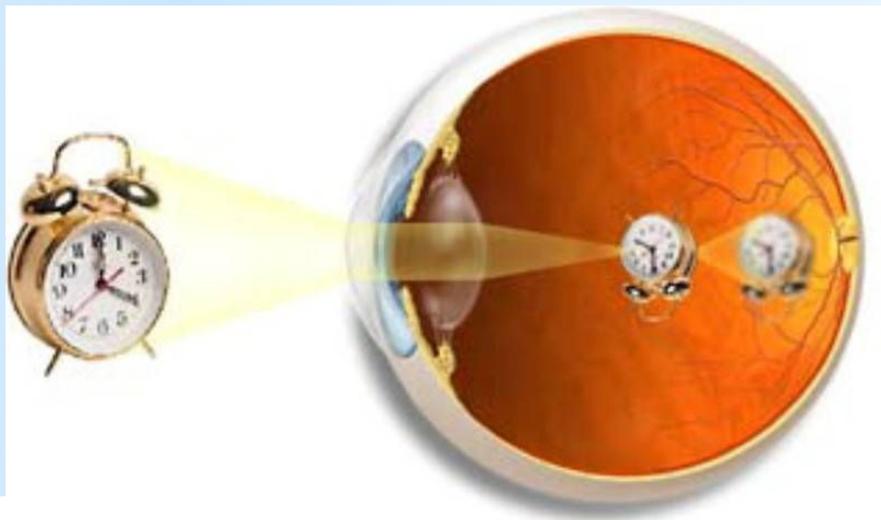
Выяснить, отчего  
ухудшается зрение,  
научиться заботиться  
о сохранении своего  
зрения.

# О строении человеческого глаза

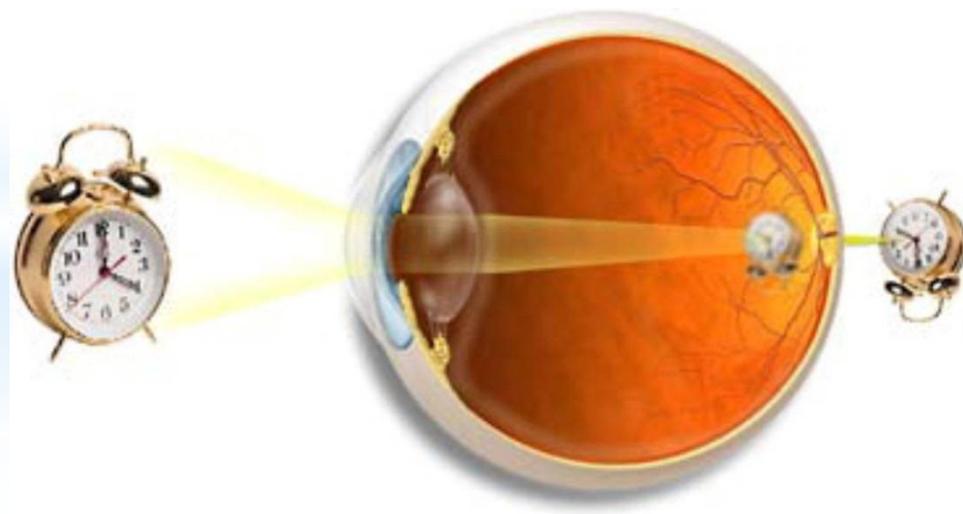




# Близорукость



# Дальнозоркость



## Основные причины:

- \* неправильное освещение

- \* плохое питание

- \* травмы

- \* недостаточное вечернее освещение

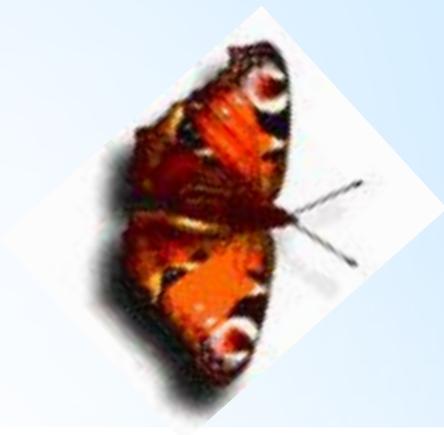
- \* близкое чтение

- \* неправильная осанка

# Правила для сохранения зрения

- \* Необходимое достаточное освещение
- \* Полноценно питайтесь, употребляйте продукты, содержащие витамин А.
- \* Не читайте лёжа, а также в транспорте, идущем по тряской дороге.
- \* Оберегайте глаза от ударов, от попадания в них вирусов и другой инфекции.
- \* При выполнении уроков не наклоняйтесь близко к тетради, книге.
- \* Глазам необходим отдых!!!

# **Гимнастика для глаз**







# Берегите зрение

