

Гигиена зрения. Предупрежде ние глазных болезней

8 класс

Учитель: Лесникова Лилия
Альбертовна.

Проверка домашнего задания.

Ответьте на вопросы.

1. Как называется оболочка, покрывающая снаружи глазное яблоко?

- A** плевра
- B** склера
- C** радужная оболочка
- D** эпителий

2. Что расположено в центре радужной оболочки?

- A** зрачок
- B** хрусталик
- C** носослезный проток
- D** зрительный нерв

3. Что защищает глаза от пыли и яркого света?

- A** сетчатка
- B** радужная оболочка
- C** склера
- D** веки и ресницы

4. Что воспринимает световое изображение, прошедшее через зрачок?

- A** сосудистая оболочка
- B** радужная оболочка
- C** клетки сетчатки
- D** хрусталик

5. Как называют место, откуда выходит зрительный нерв?

- A** слепое пятно
- B** глазница
- C** зрительный центр
- D** глазное яблоко

6. На какой цвет реагируют колбочки в сетчатке?

- A** красный
- B** желтый
- C** синий
- D** белый

7. Как называется место наибольшего скопления колбочек?

- A** слепое пятно
- B** желтое пятно
- C** зрительный центр
- D** зрачок

8. Как называется зрение человека?

- A** монокулярное
- B** стереоскопическое
- C** бинокулярное
- D** моноскопическое

Л.Р. «Иллюзия, связанная с бинокулярным зрением»

Оборудование: трубка, свернутая из листа бумаги.

Ход работы: Один конец трубки приставьте к правому глазу. Ко второму концу трубки приставьте левую руку так, чтобы трубка лежала между большим пальцем и указательным (ладонью от себя). Оба глаза открыты и должны смотреть вдаль. Особенность бинокулярного зрения создаст иллюзию «дырки в ладони».

ИЛЛЮЗИИ



Непараллельные
параллельные полосы.

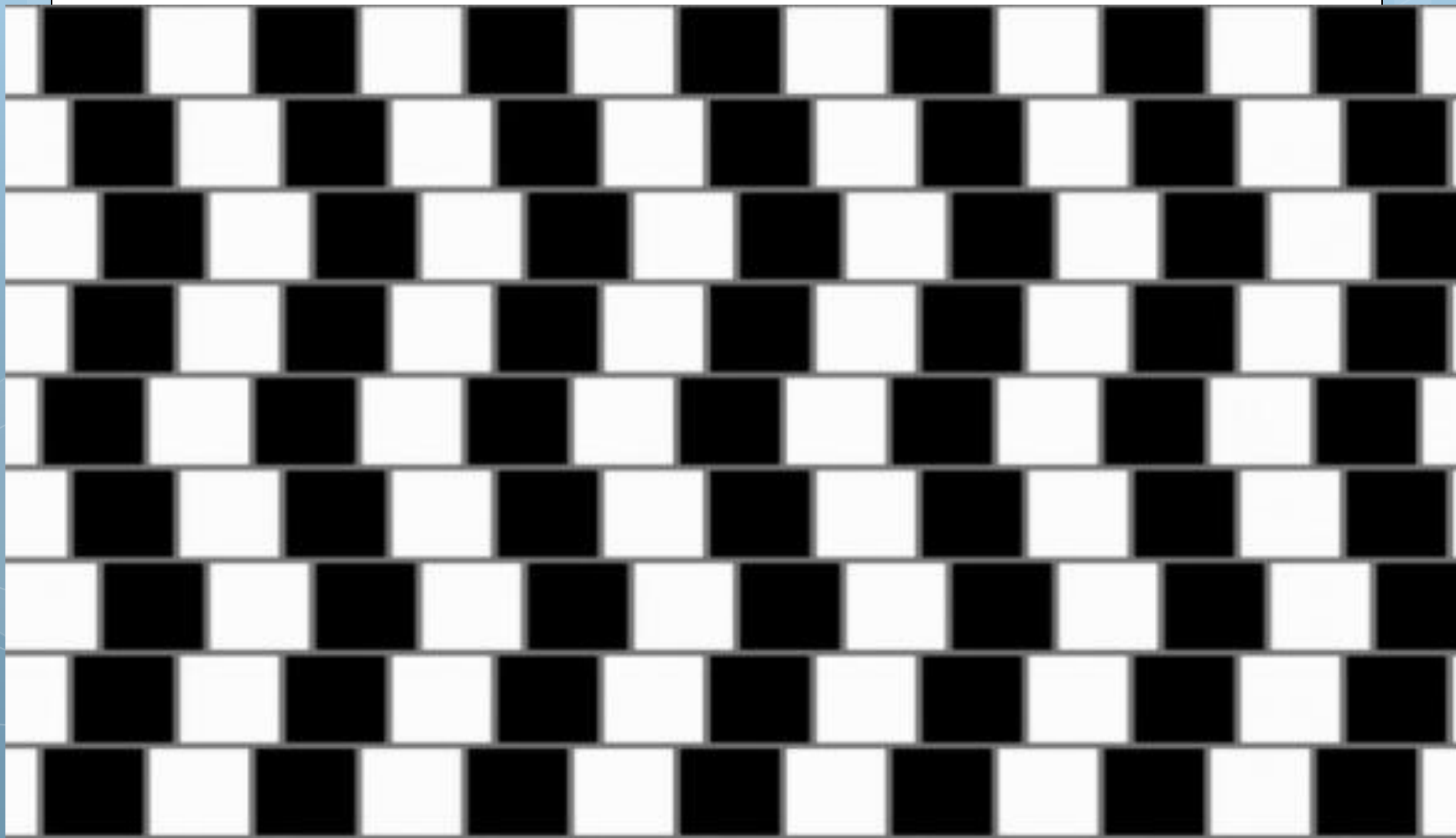
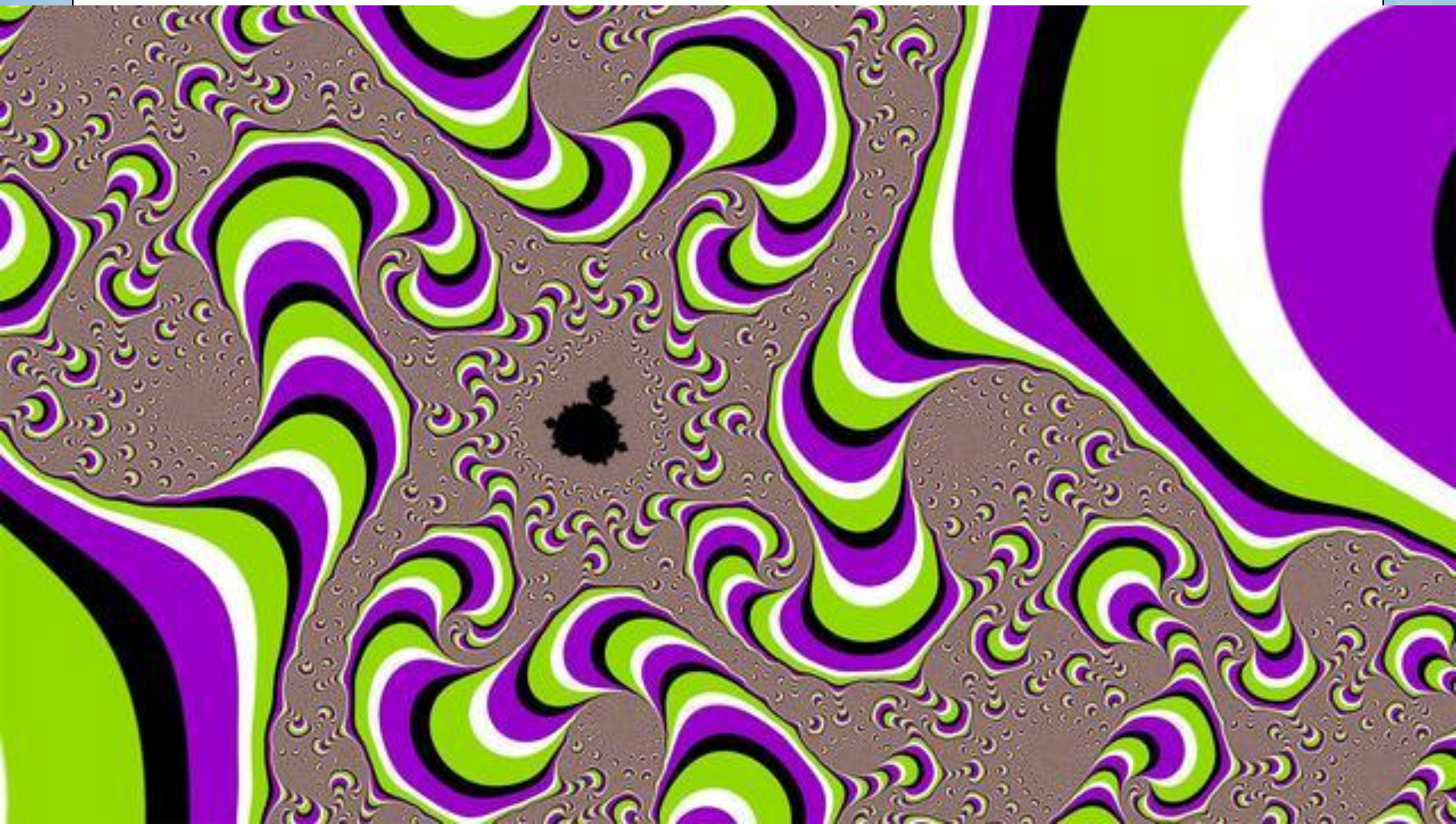


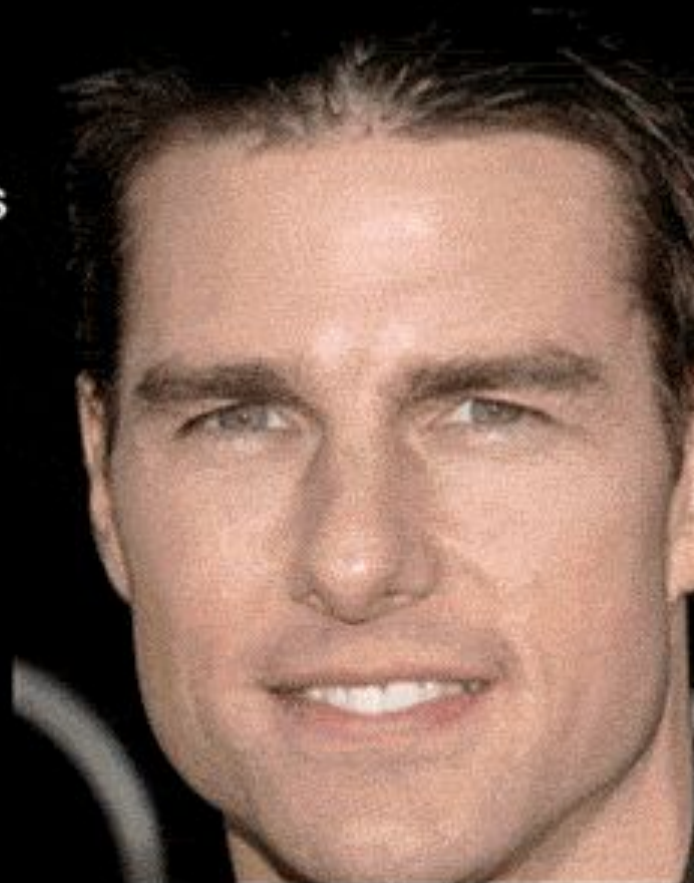
Рисунок не двигается.



Смотрите только на точку в центре.
Это знаменитости или инопланетяне?



Keep your eyes
on the cross



Что мы знаем про зрение?

Знаем	Хотим узнать	Узнали
1) Состав зрительного анализатора	1) Как сохранить зрение	
2) Строение глаза	2) Глазные болезни	
3) Значение зрения		

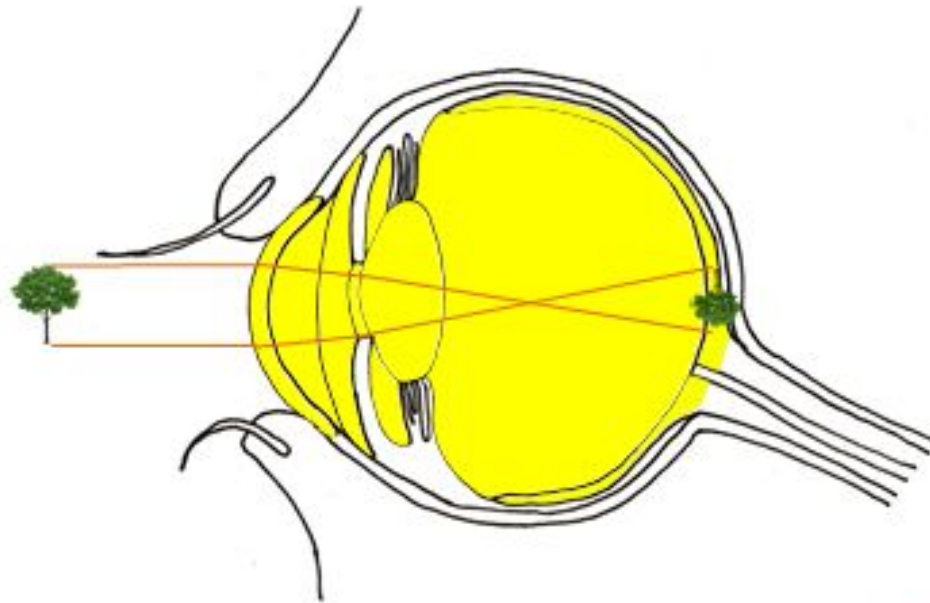
Гигиена зрения. Предупреждение глазных болезней

- Цель: расширить знания о зрительном анализаторе
- Задачи: познакомиться с болезнями зрительного анализатора, способами профилактики.

Конъюнктивит

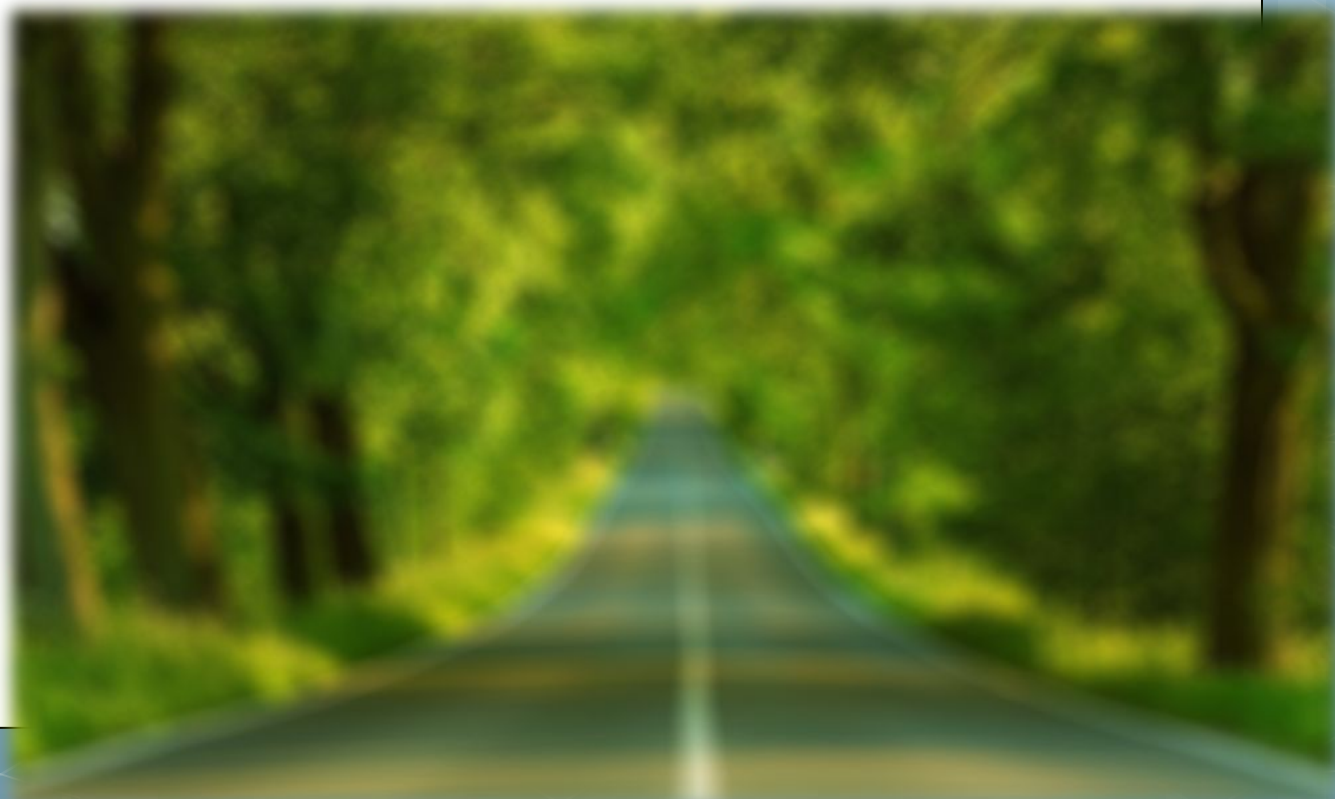


Как формируется изображение
и как происходит аккомодация
хрусталика.

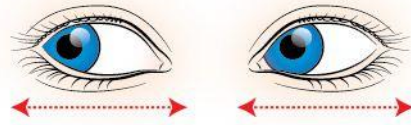


Близорукость и дальнозоркость

Иногда аккомодация хрусталика не происходит должным образом и возникают дефекты зрения.



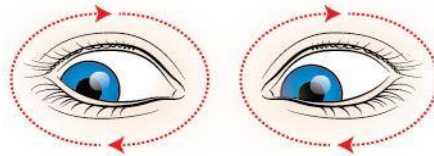
КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ОСТРОТЫ ЗРЕНИЯ



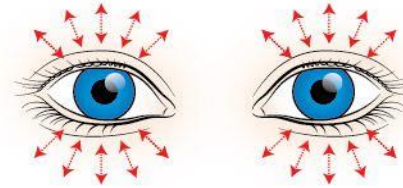
Горизонтальные движения глаз:
вправо-влево



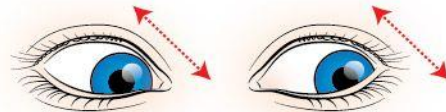
Движение глазными яблоками
вертикально: вверх-вниз



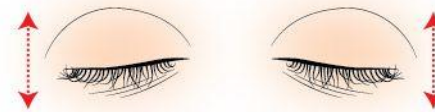
Движение глазами по кругу: по часовой
стрелке и в обратном направлении



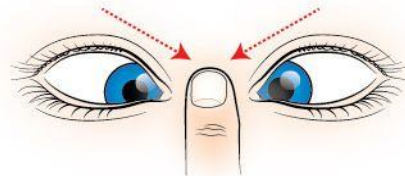
Интенсивное сжатие и раскрытие
глаз в быстром темпе



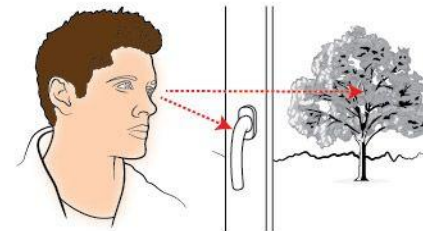
Движение глазами по-диагонали:
скосить глаза в левый нижний угол, потом
по-прямой перевести взгляд вверх.
Аналогично в противоположном
направлении.



Частое моргание глазами



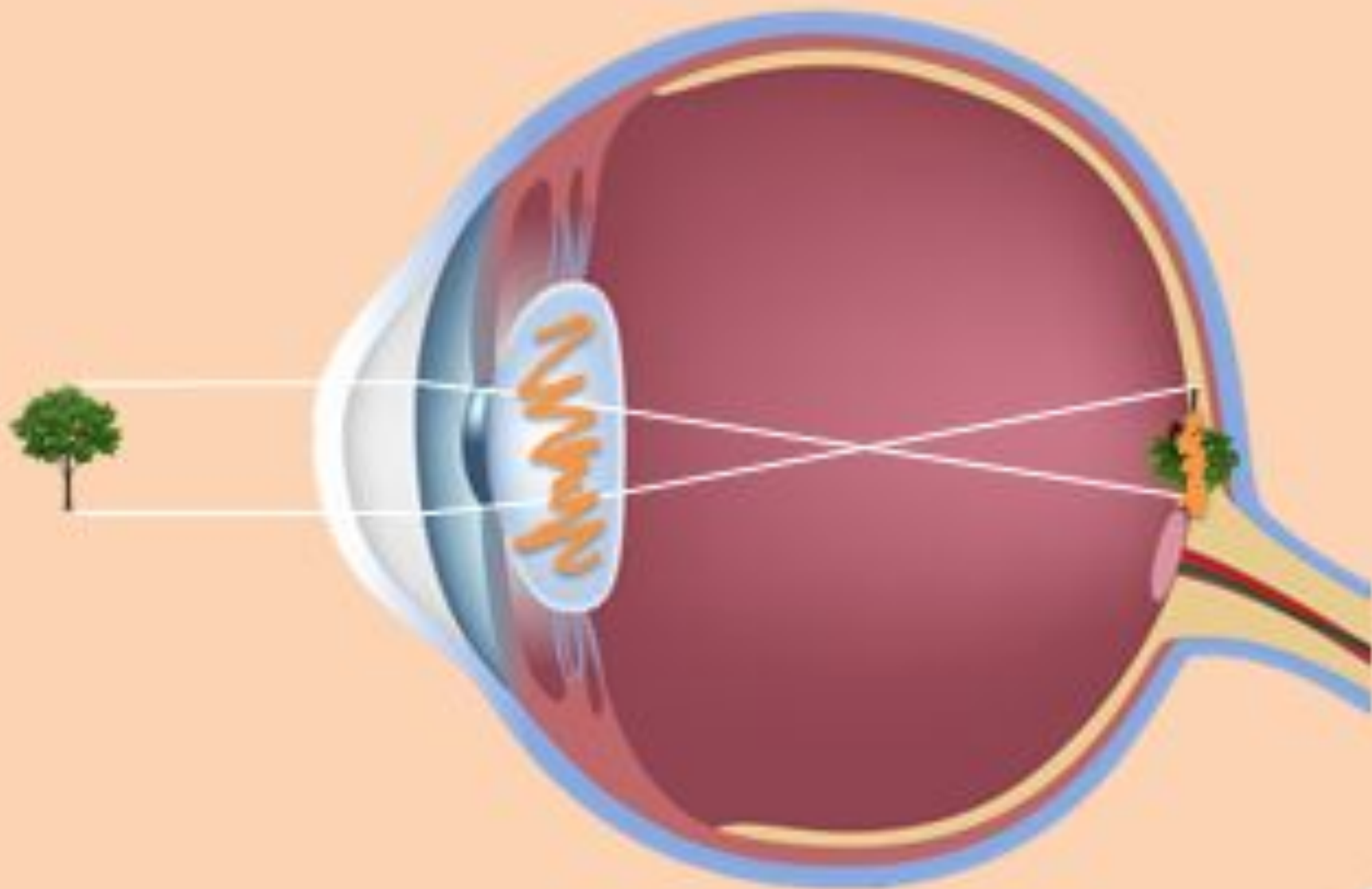
Сведение глаз к носу.
Для этого к переносице поднесите
палец и посмотрите на него —
глаза легко "соединятся"



Работа глаз "на расстояние". Подойдите
к окну, внимательно посмотрите на близкую,
хорошо видимую деталь: ветку дерева, что
растет за окном, ручку на раме. Потом
направьте взгляд вдаль, стараясь увидеть
максимально отдаленный предмет.

КАЖДОЕ УПРАЖНЕНИЕ СЛЕДУЕТ ПОВТОРЯТЬ НЕ МЕНЕЕ 6 РАЗ В КАЖДОМ НАПРАВЛЕНИИ

Катаракта



Травмы глаз:

- Термические ожоги
- Химические ожоги
- Ушибы
- ранения

Первая помощь при попадании инородного тела в глаза:

- Для удаления инородного тела необходимо оттянуть или вывернуть веки, особенно верхнее.
- Находящееся на слизистой оболочке инородное тело удаляют кончиком чистого носового платка или ткани.
- В случае запорошения глаз или попадания в них едких веществ необходимо промывание глаз водой, для этого можно использовать фонтанчики с питьевой водой.
- Инородные тела с роговицы глаза может удалять только врач. Поэтому, обнаружив инородное тело на роговице, а также после удаления инородных тел при появлениях раздражения глаза необходимо наложить на глаз чистую повязку и отправить пострадавшего к врачу.

Домашнее задание

- ▣ §50, задание 1,2 стр. 252-253.
- ▣ По желанию изготовление памятки «Гигиена зрения»