

Исследовательская работа

# Берегите зрение!





Автор:

*Сарапулова Владислава,*  
обучающаяся 4 класса  
МКОУ СОШ с. Онот

Руководитель:

*Вахрушева Светлана Валерьевна,*  
учитель начальных классов  
МКОУ СОШ с. Онот



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

**Задачи:**

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

**Объект исследования:** *глаза как органы зрения*

**Предмет исследования:** *бережное отношение к своему зрению*

**Методы исследования:**

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



## **Гипотеза:**

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



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

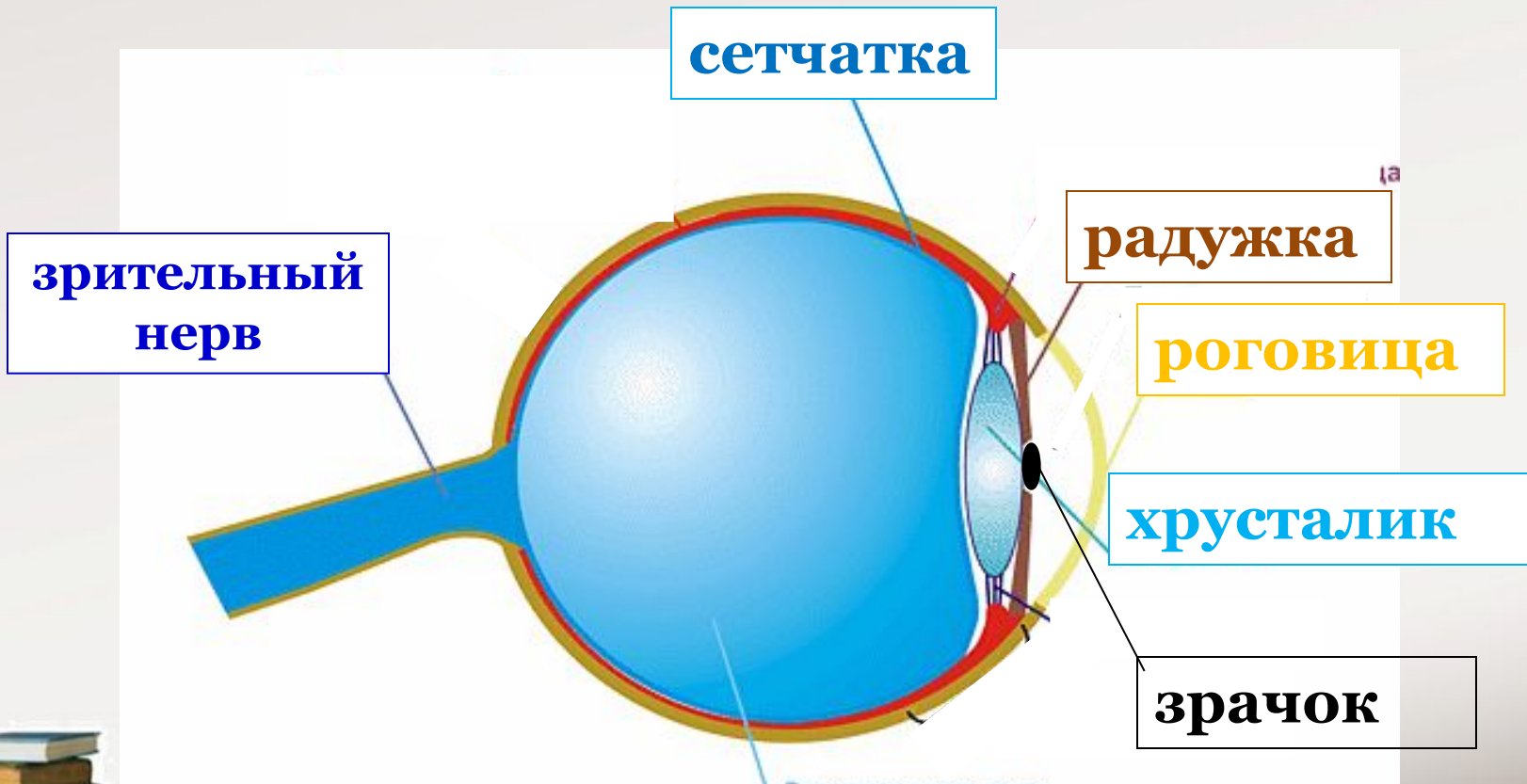


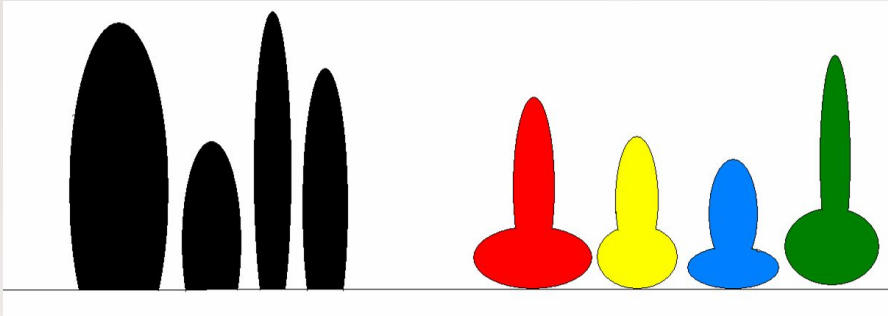
# Органы чувств





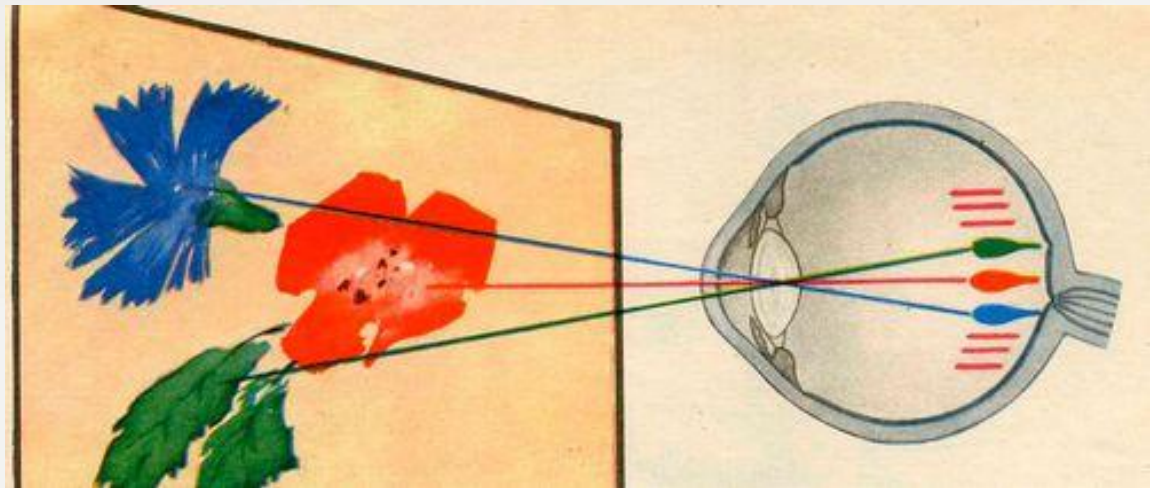
# Строение глаза





**палочки**

**колбочки**





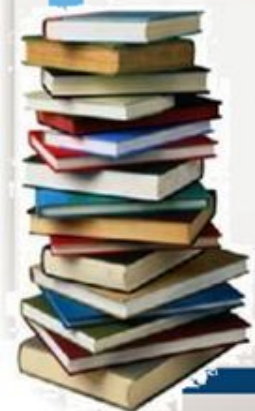
## Опыт № 1

Зрачок регулирует количество света. Если света недостаточно – он автоматически расширяется, если достаточно – сужается.

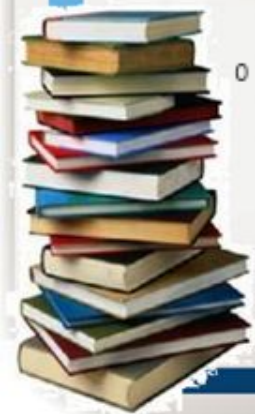
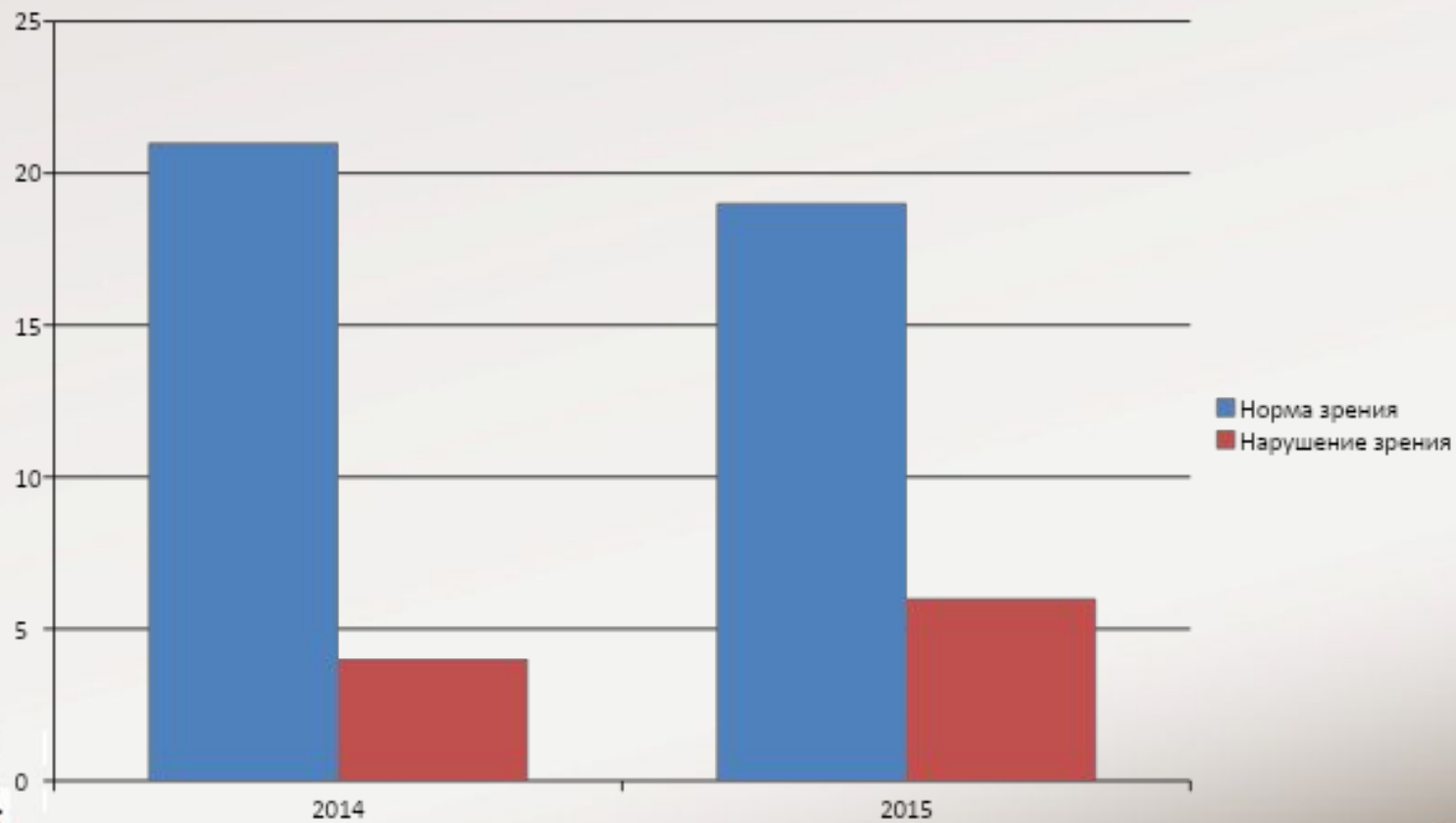


## Опыт № 2

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



# Результаты проверки зрения



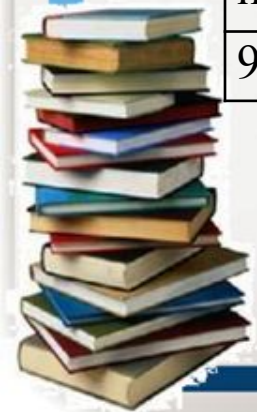


***Беседа с врачом Верой Андреевной***

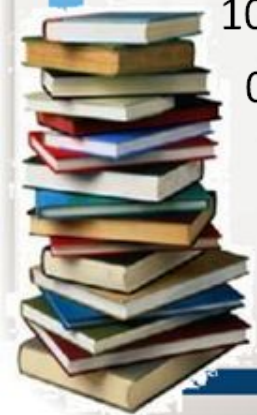
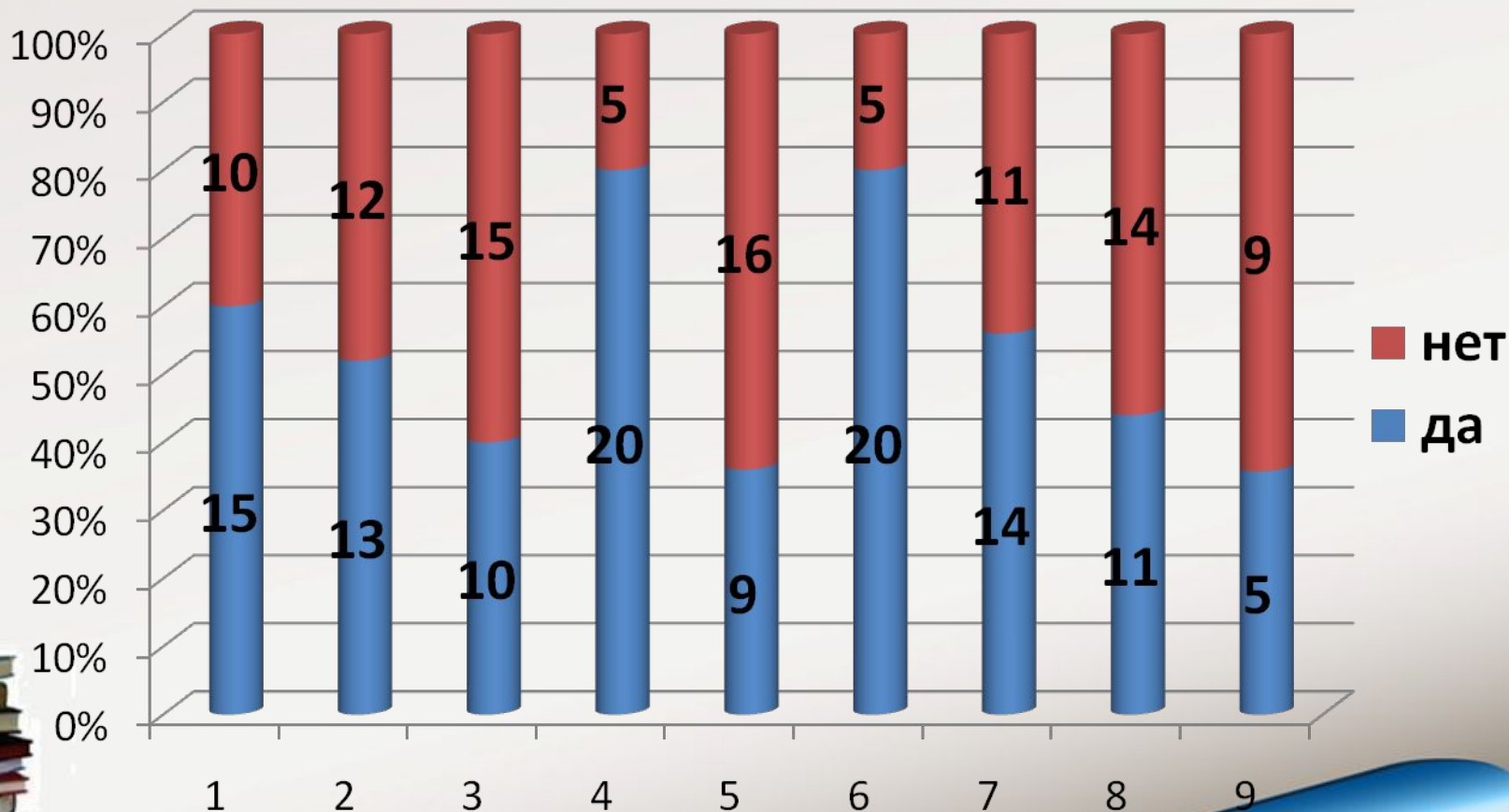


# Как я забочусь о своих глазах

<i>Вопросы</i>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1. Всегда читаю сидя.	<b>15</b>	<b>10</b>
2. Делаю перерывы во время чтения.	<b>13</b>	<b>12</b>
3. Слежу за посадкой при письме.	<b>10</b>	<b>15</b>
4. Делаю уроки при хорошем освещении.	<b>20</b>	<b>5</b>
5. Делаю гимнастику для глаз.	<b>9</b>	<b>16</b>
6. Часто бываю на свежем воздухе.	<b>20</b>	<b>5</b>
7. Смотрю только детские передачи по телевизору.	<b>11</b>	<b>14</b>
8. Оберегаю глаза от попадания в них инородных тел.	<b>20</b>	<b>5</b>
9. Каждый год проверяю свое зрение у врача	<b>5</b>	<b>20</b>

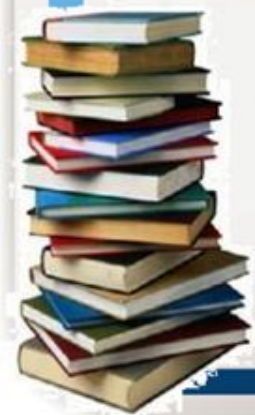


# Как я забочусь о своих глазах

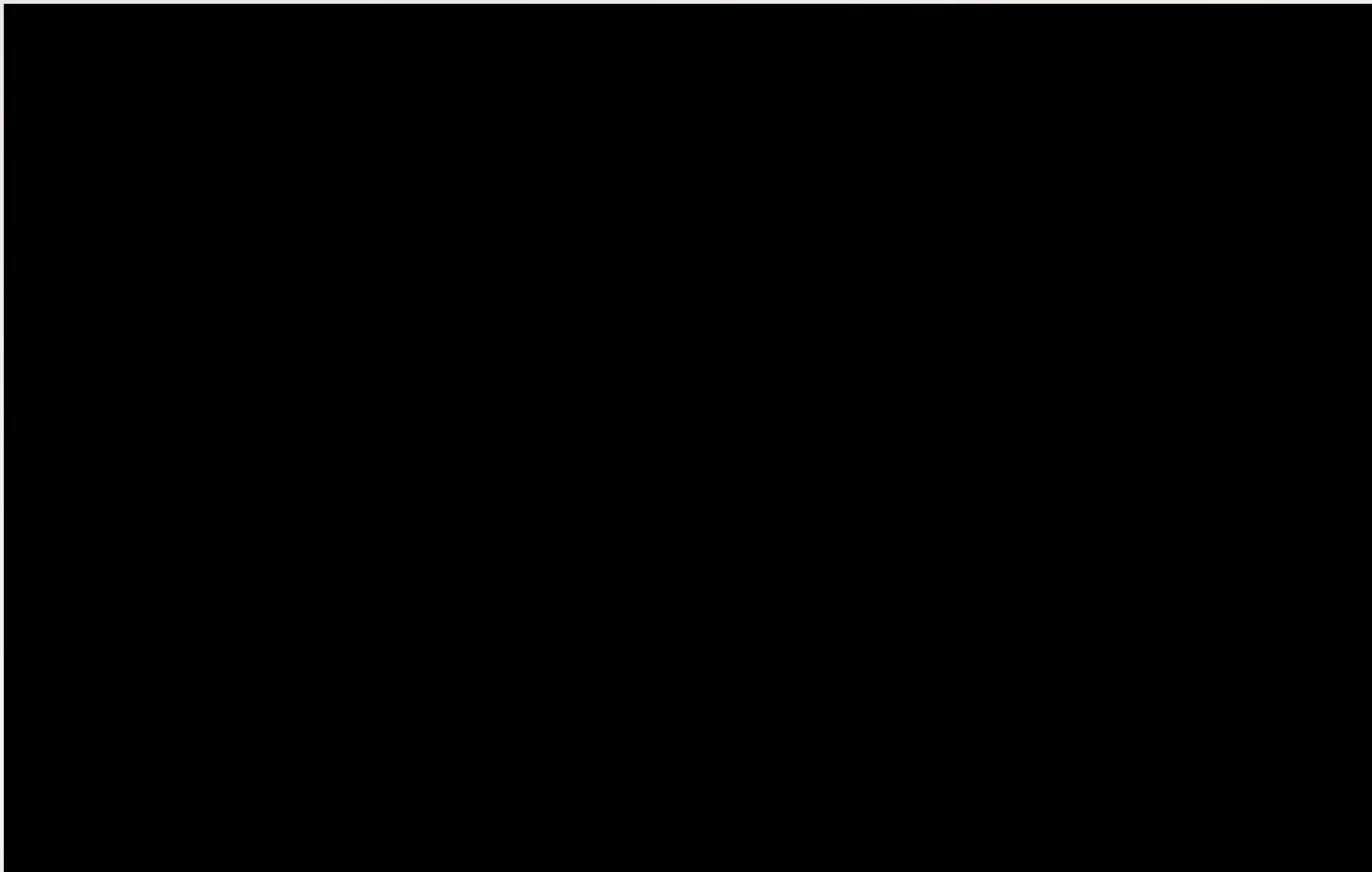




*Наши глазки отдыхают...*



# Физминутка для глаз



**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

