

# Нарушение зрения у школьников 1-2 – х классов и их профилактика.

Работу выполнила  
Ученица 2 а класса  
Долинская Настя  
Руководитель:  
Лонгинова Виктория  
Владимировна

**Цель** - данной работы - изучить  
и проанализировать причины  
возникновения нарушения  
зрения у школьников младших  
классов.

**Задача:** определить действия по профилактике нарушения зрения со стороны школьников, педагогов и родителей.

# Распространенные формы нарушения зрения

```
graph TD; A([Распространенные формы нарушения зрения]) --> B[спазм аккомодации]; A --> C[близорукость]; A --> D[дальнозоркость]; A --> E[астигматизм]; A --> F[косоглазие];
```

спазм  
аккомодации

близорукость

дальнозоркость

астигматизм

косоглазие

Школьник, у которого развивается спазм аккомодации становится раздражительным, быстро устает, снижает свою успеваемость, жалуется на головные боли.

Близорукость - это приобретенное заболевание, которое может возникнуть при длительных нагрузках (чтение, письмо, просмотр телепередач, игр на компьютере), в результате ухудшается зрение в даль.

Дальнозоркость – это  
врожденное  
состояние, при  
котором  
ухудшается острота  
зрения вблизи.

Астигматизм  
выражается в  
понижении зрения как  
вдаль, так и вблизи,  
быстрой  
утомляемости и  
болезненных  
ощущениях в глазах  
при работе на близком  
расстоянии.



Косоглазие – это расстройство зрения, при котором глаза смотрят в разных направлениях, развивается из-за нарушения согласованной работы мышц глаза.

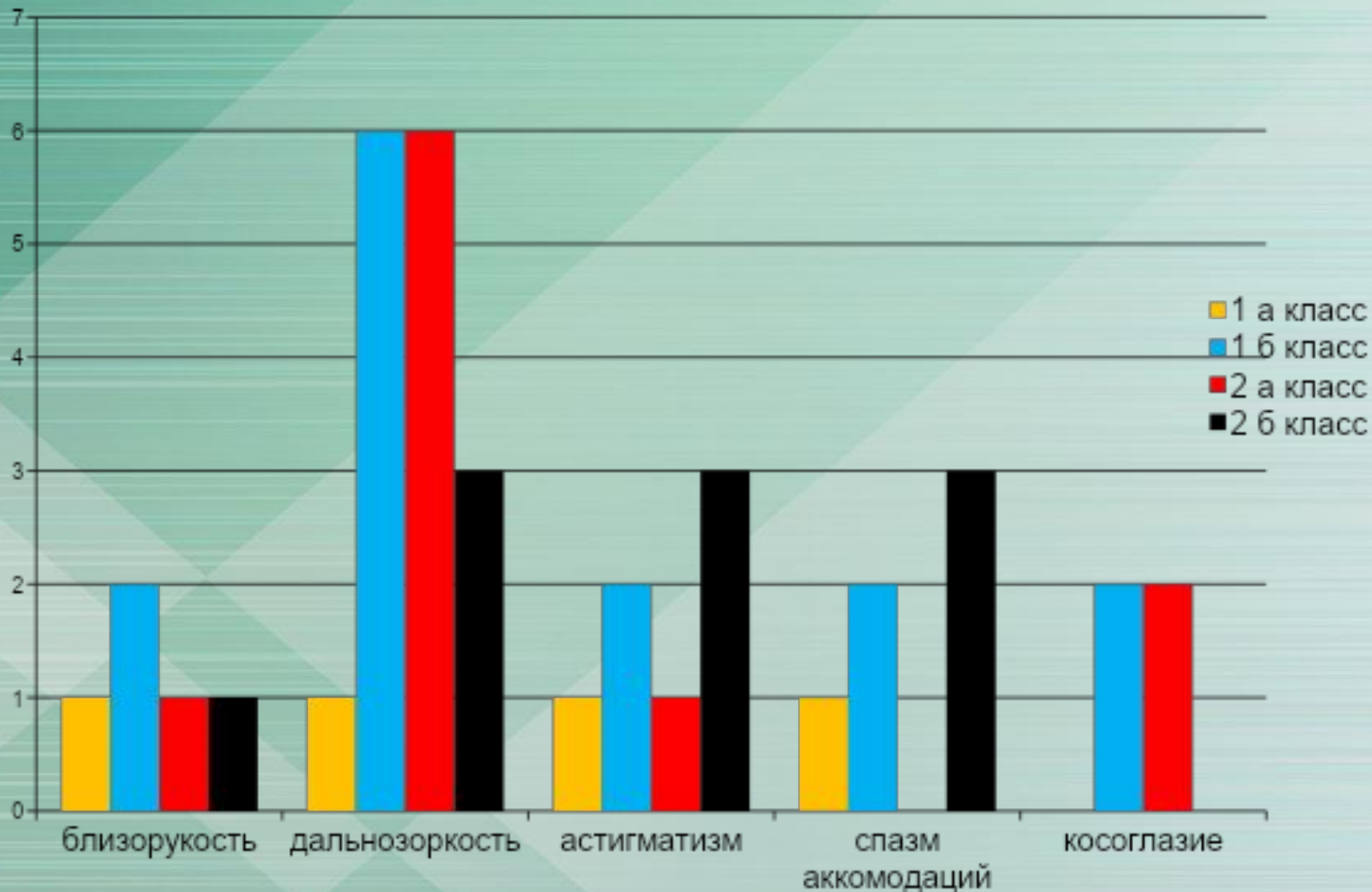
# Сравнительная диаграмма здоровых детей и с нарушением зрения среди учащихся 1-2 классов.



## Сравнительная характеристика нарушений зрения у школьников 1-2 классов.

	1 а класс		1 б класс		2 а класс		2б класс	
	м	д	м	д	м	д	м	д
Близорукость		1		2		1		1
Дальнозоркость		1	3	3	3	3		3
Астигматизм		1	1		1		1	2
Спазм аккомодации		1	1				2	1
Косоглазие			1	1	1	1		

# Сравнительные диаграммы нарушений зрения у школьников 1-2 классов.



Факторы, влияющие на  
нарушение зрения у  
школьников:

- Недостаточное освещение рабочего места
- Неприспособленная или плохо приспособленная мебель для занятий.
- Неправильная посадка за рабочим столом.

# РЕКОМЕНДАЦИИ:

- использование учебников и книг, имеющих хорошее качество оформления, соответствующее санитарным нормам и правилам;
- соблюдение санитарно-гигиенических условий обучения;
- чередование занятий учащихся с отдыхом;
- контроль за правильной позой учащихся во время занятий;

# РЕКОМЕНДАЦИИ:

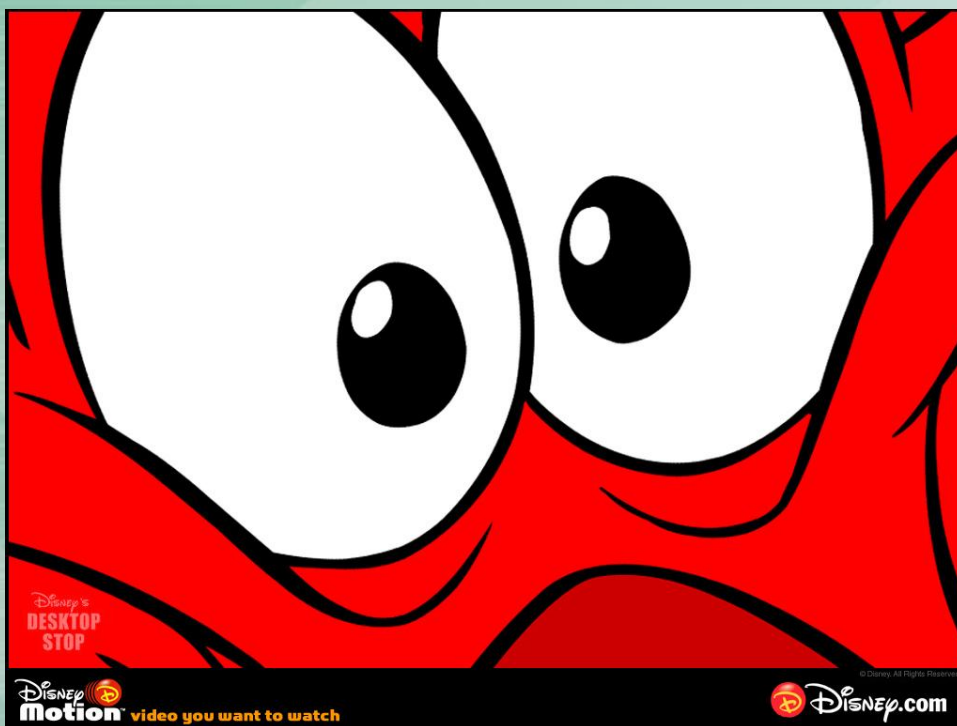
- организацию систематических прогулок и игр на свежем воздухе;
- активное гармоничное физическое развитие детей и подростков;
- организацию рационального питания и витаминизации;
- исключение зрительных нагрузок за полчаса до сна.
- проведение гимнастики для глаз в школе и дома.

## **Зрительная гимнастика в стихах**

Раз - налево,  
два - направо,  
Три - наверх, четыре - вниз.  
А теперь по кругу смотрим,  
Чтобы лучше видеть мир.  
Взгляд направим ближе, дальше,  
Тренируя мышцу глаз.  
Видеть скоро будем лучше,  
Убедитесь вы сейчас!  
А теперь нажмем немного  
Точки возле своих глаз.  
Сил дадим им много-много,  
Чтоб усилить в тыщу раз!



# БЕРЕГИТЕ ЗРЕНИЕ!



Disney's  
DESKTOP  
STOP

Disney  
**Motion** video you want to watch

Disney.com