

«Роль солнечного света в жизни человека».



Введение

« ... наша земля оживлена только благодаря солнечной теплоте и, со своей стороны, излучает полученную солнечную теплоту, - после того как она превратила часть её в другие формы движения...»

Ф. Энгельс



Цель работы:

Изучить, как влияет
естественный (солнечный) свет
на жизнь и здоровье человека.



ЗАДАЧИ:

☀ Выявить, какова роль солнца в нашей жизни?

☀ Когда солнце греет больше?

☀ Может ли недостаток солнечного света привести к тяжелым заболеваниям?



Содержание

Введение.

Глава 1

- 1.1 Волшебные лучи.
- 1.2 Солнце – лучшее лекарство!
- 1.3 Максимум в июне, минимум в декабре.
- 1.4 Солнце – не только друг.

Глава 2

- 2.1 Луч света.
- 2.2 Тепло и темно!

Глава 3

- 3.1 Медицинское заключение.
- 3.2 Вывод.

Список используемой литературы



Волшебные лучи

Солнечный свет

Видимые
лучи



Невидимые
лучи

инфракрасные
лучи

ультрафиолетовые
лучи

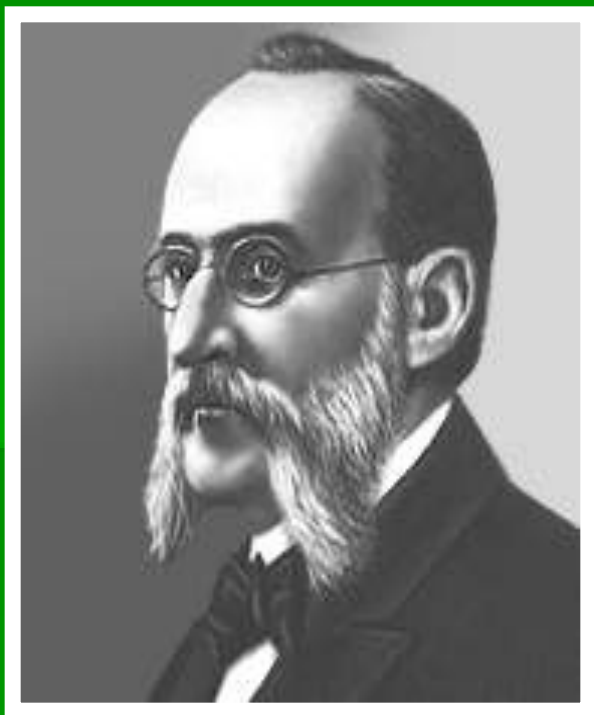
Солнце - лучшее лекарство!

- 1. Солнечный свет – мощное лечебное и профилактическое средство, исключительно важное для сохранения здоровья.

Но передозировка солнечной радиации может нанести неповторимый вред – вызвать расстройства нервной, сердечно-сосудистой и других важных систем организмов.



Солнечный свет обладает изумительной целебной силой



Датский
физиотерапевт
Нильс Финзен
в 1903 году
использовал
солнечные лучи для
лечения туберкулеза
кожи. За эти исследования
ему была присуждена
Нобелевская премия.

Солнечное излучение – это постоянно действующий фактор внешней среды, который связан с функциями организма человека.

«Солнце находится в столь же неразрывной связи с нашей природой, как кровь с нашим телом»

П.Г. Мезерницкий



Максимум в июне минимум в декабре.



Прежде всего, для того, чтобы точно дозировать действие солнечного света на организм, необходимо знать, как изменяется интенсивность его радиации в зависимости от времени года и суток.



Интенсивность прямой солнечной радиации главным образом зависит от высоты стояния солнца над горизонтом: чем выше солнце, тем интенсивнее прямая солнечная радиация. Максимум ее наблюдается в **июне**, минимум - в **декабре**.



СОЛНЦЕ - НЕ ТОЛЬКО ДРУГ.



Самая распространенная причина злоупотребления солнцем - стремление как можно быстрее и сильнее загореть, приобрести красивый цвет кожи.

Как следствие неумелого
пользования солнцем
происходит :



- перегревание организма и на коже появляются ожоги

Симптомы: головная боль,
недомогание, снижение
работоспособности.

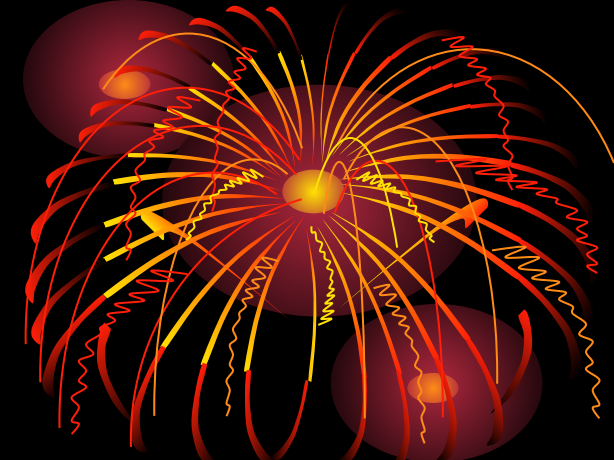


- тепловой или солнечный удар

Симптомы: общая слабость, вялая походка, апатия, сонливость, тяжесть в ногах, головокружение и головная боль, мелькание и потемнение в глазах, жажда, тошнота и рвота.



Луч света в...



«Солнце, воздух и вода – вот лучшие лекарства!»



"Куда редко заглядывает солнце,
туда часто приходит врач".



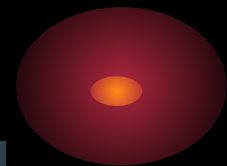
16-фев-09 13:49



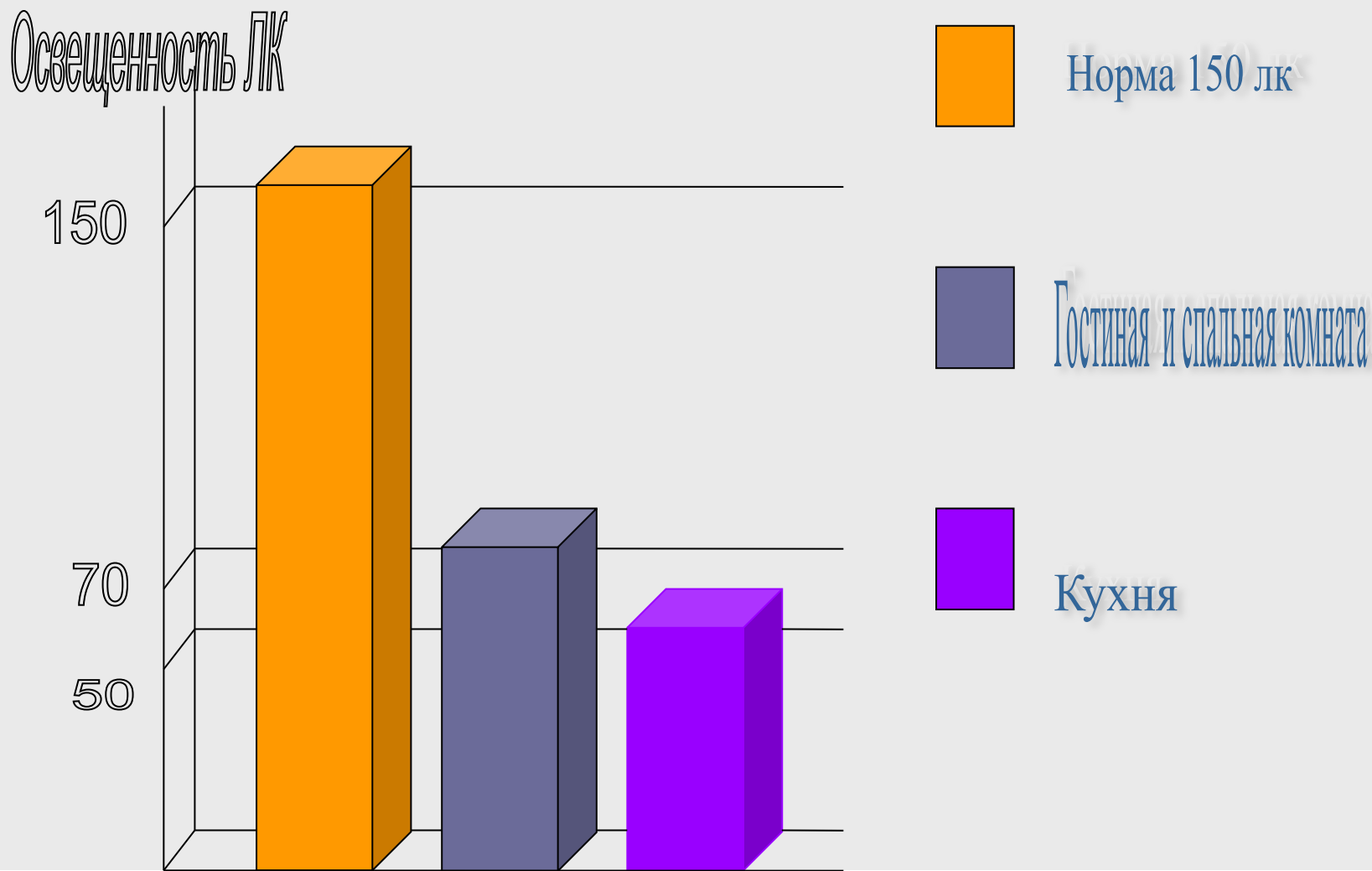
16-фев-09 13:47



**Люксметр -
прибор для измерения
освещенности. Единица измерения –
люкс (лк).**



Измерение освещенности в квартире по ул. Индустриальная

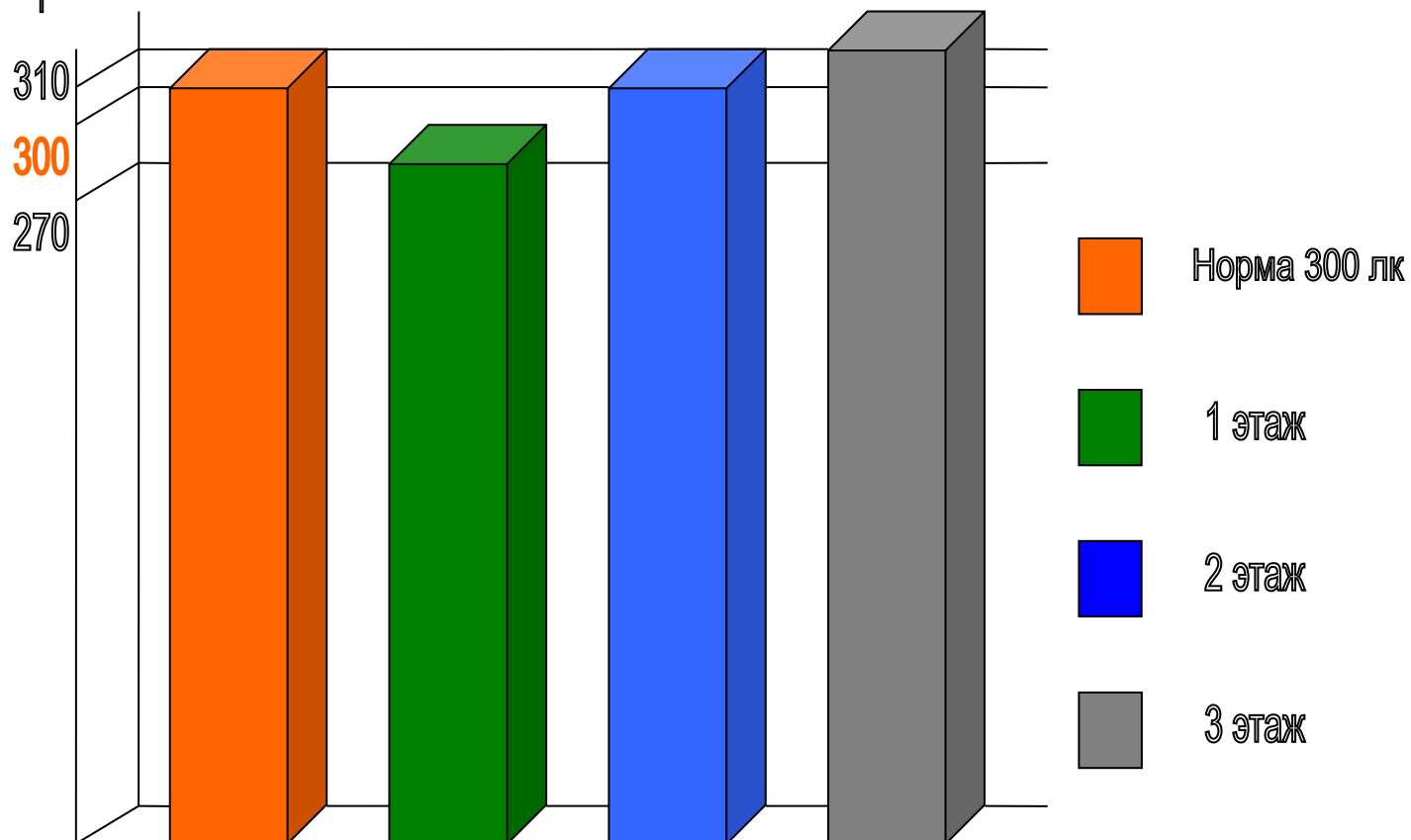




Министерство образования и науки РФ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2
Карасукского района
Новосибирской области

Измерение освещенности в МОУ СОШ №2

Освещенность ЛК



Тепло и темно!



- В наше время стало очень модно вставлять пластиковые окна и лоджии. Люди на улице говорят, мол, пластик бережет тепло лучше, чем стеклопакет. Да, и не требует особого ухода, что там раз в неделю протер мокрой тряпкой и все! А стеклянные окна надо мыть, вытаскивать и красить рамы, самое главное, что стекло можно разбить. Но правильный ли они сделали выбор?



Гостиная



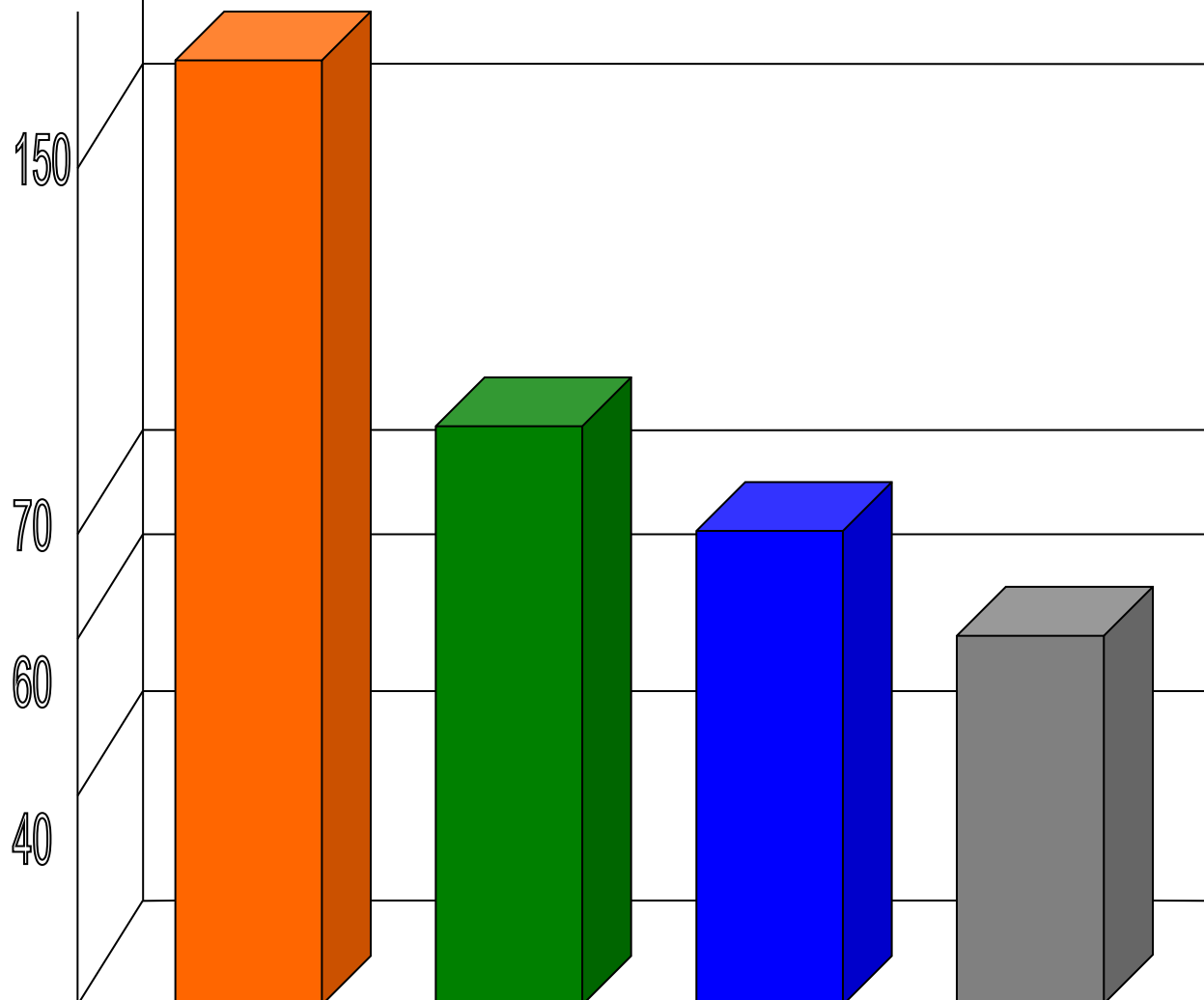
Спальная



Кухня

ИЗМЕРЕНИЕ ОСВЕЩЕННОСТИ В КВАРТИРЕ ПО УЛ. СОЮЗНАЯ

Освещенность ЛК

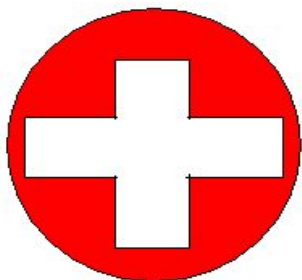


Норма 150 лк

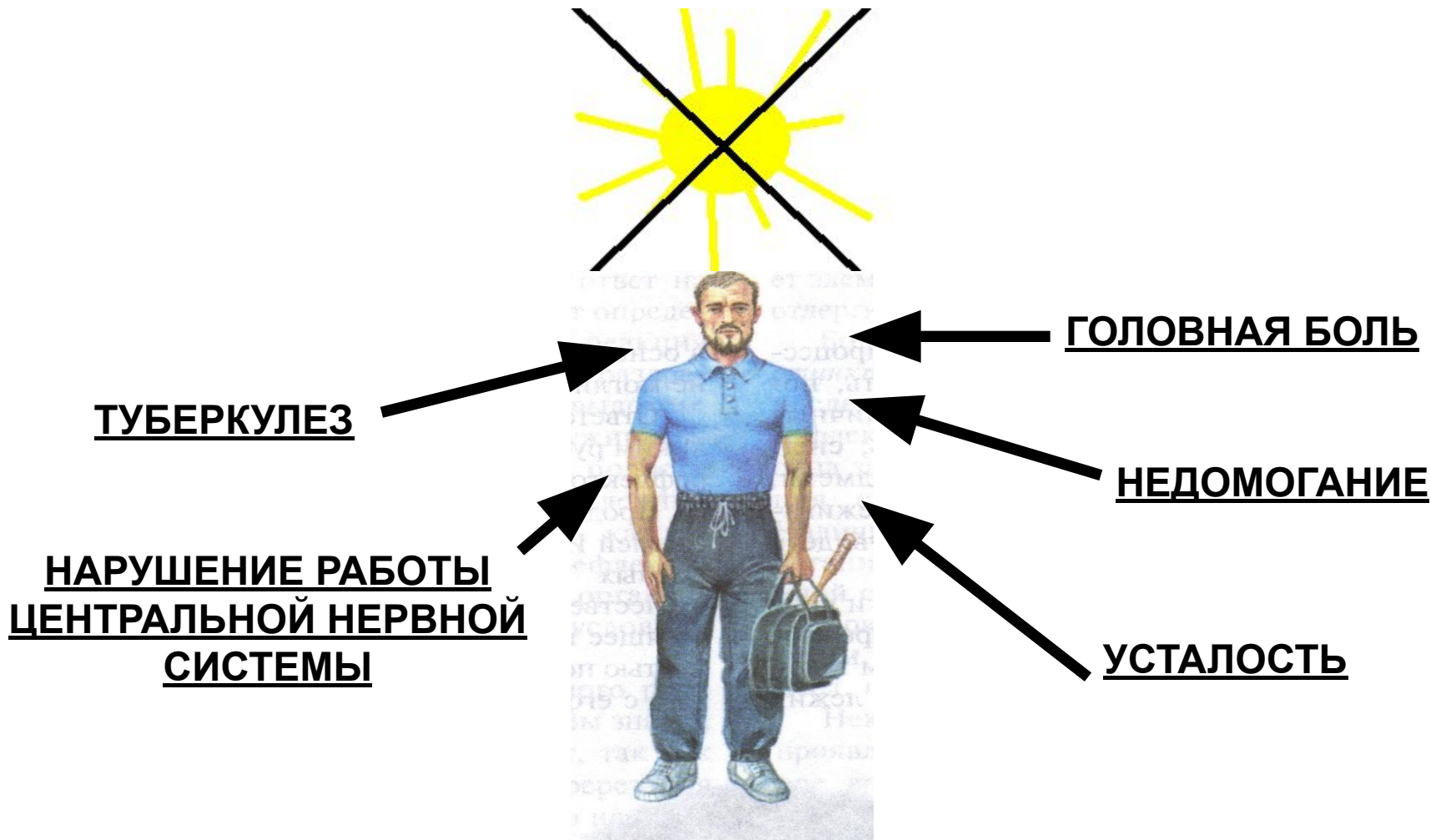
Гостиная

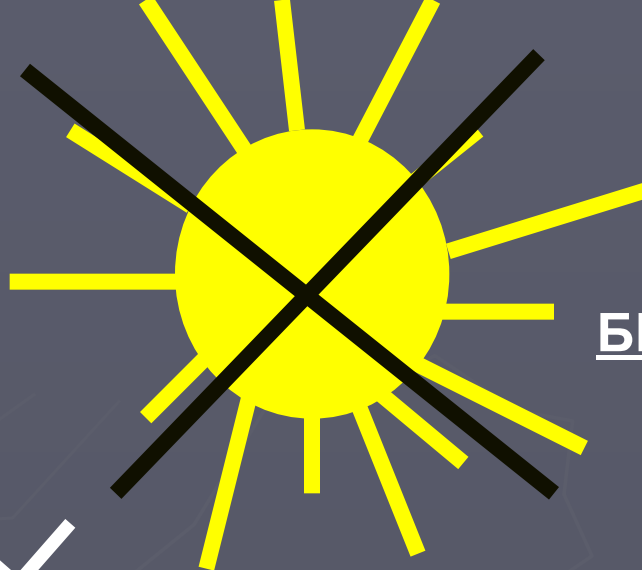
Спальная

Кухня



МЕДИЦИНСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ



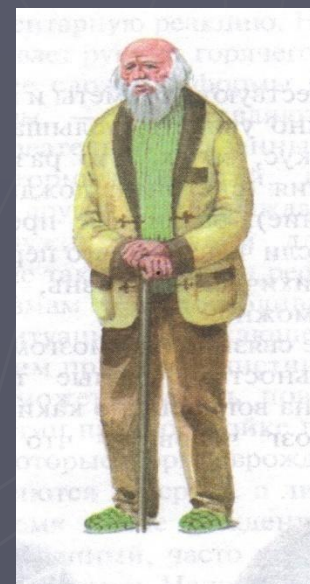


БРОНХИАЛЬНАЯ
АСТМА

СЫРОСТЬ



УДУШЬЕ



ВЫВОД:

«... Пусть всегда
будет солнце...»

Изучив и обработав собственные наблюдения, проделав ряд экспериментальных работ, я доказала, что солнечное излучение это:

- Прекрасное лекарство
- Надежный союзник в борьбе с болезнями
- Средство достижения красоты

Что касается зеленых растений (деревьев), то они являются отличным «поставщиком» кислорода на Земле, но только тогда, когда этот процесс не приносит вред здоровью человека.



Список использованной литературы:

- Мякишев Г.Я., Буховцев Б.Б. Физика – 10 класс – 1981г.
- Рубин Л.Б. Большая медицинская энциклопедия – 1999г.
- Каменецкая Т.М. Солнце и его роль – 1997г.
- Петрова Н.Б. Краткая энциклопедия фельдшера – 2004
- <http://www.5.km.ru>
- <http://световое голодание.ru>

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

