

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.

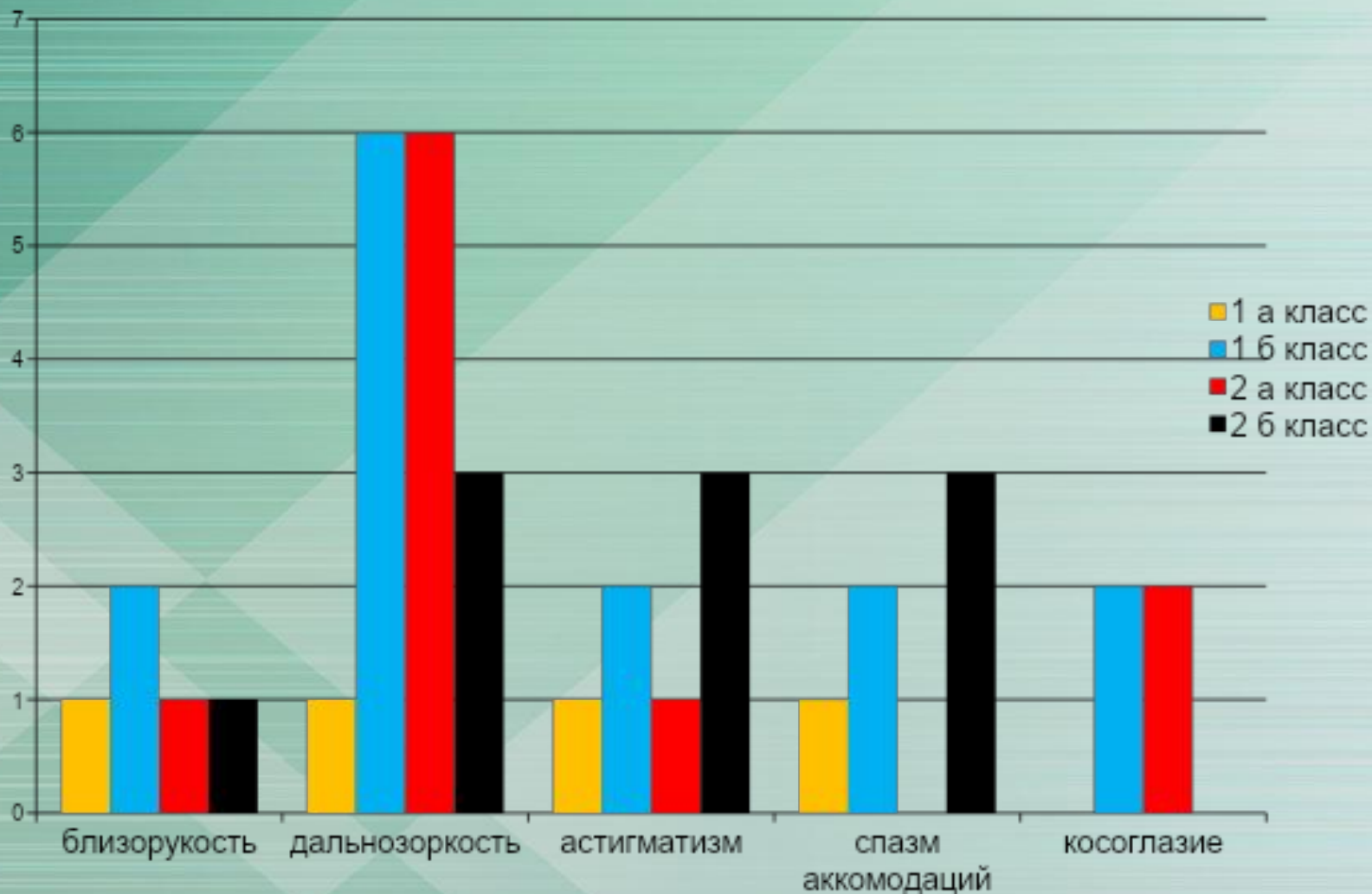
Сравнительная диаграмма здоровых детей и с нарушением зрения среди учащихся 1-2 классов.



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!

