

A close-up, black and white photograph of a baby's face. The baby has large, bright blue eyes and is looking slightly upwards and to the right. The skin is very pale and smooth. The background is a soft, out-of-focus white.

ЗОРКИЕ ГЛАЗКИ

**Автор:
Герасимова Е.Ю.
МБДОУ «Детский сад №115»
г. Череповец**

Глаза – орган зрения

Зрение –
исключительно
важная функция
организма.
Благодаря зрению
человек видит
окружающий мир
и себя в нем.



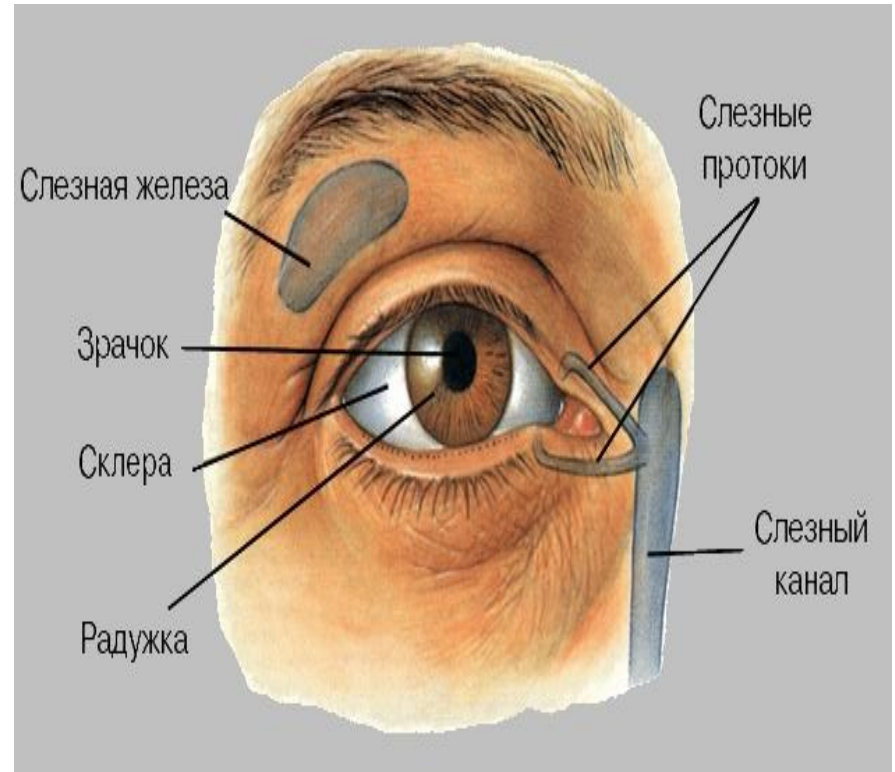
**Цвет глаз
бывает разный:
голубой,
зеленый, карий,
черный, серый**



**А какого цвета
глаза у вас?**

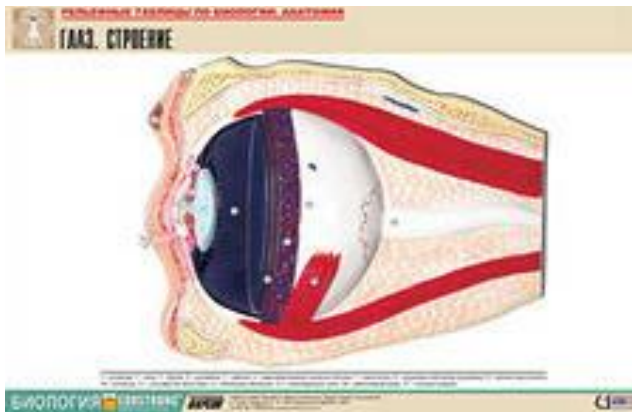
Строение глаза

Глаз человека состоит из глазного яблока (собственно глаза), и вспомогательного аппарата (веки, слёзные органы и мышцы, двигающие глазное яблоко).



Глаза работают как фотоаппарат. Они собирают информацию и отправляют ее в мозг, в котором обрабатывается увиденное. Глазное яблоко похоже на вытянутую сферу.

Вот так выглядит наш глаз



Только радужная, белые оболочки и зрачок являются видимыми частями глаза. Мышцы позволяют главному яблоку двигаться.

Человек в день моргает 11500 раз!

Ресницы и веки
защищают глаза от
пересыхания и пыли.
Когда мы моргаем мы
увлажняем глаза.

Наши глаза защищает
настоящий занавес из
320 ресниц. Ресницы
выпадают и
вырастают вновь за
100 дней.



Полезно ли плакать?

Слезная жидкость (слеза), увлажняет поверхность глаза. При отсутствии слез произошло бы обезвоживание глаз, и очень быстро наступила бы слепота. Слёзные железы обоих глаз ежедневно производят три наперстка слез. Слезы освобождают организм от химических веществ, связанных с нервным перенапряжением.



Женщины плачут в четыре раза чаще, чем мужчины.

Мы видим объёмные и цветные изображения

Объемность изображения возникает потому, что мы видим двумя глазами.

Человек способен различать цвета . Но эта способность проявляется не сразу. Глаз должен долго тренироваться, чтобы научиться видеть краски.



Новорожденному мир представляется как серая фотография. Только в 6 – 7 месяцев ребенок начинает различать цвета. Эту способность развивают, подвешивая перед ним и показывая ему разноцветные игрушки.

Дефекты зрения

Дефекты
зрения

Близорукость

Неспособность

воспринимать
Некоторые
цвета

Дальнозоркос
ть

Близорукость

Близорукостью называют неспособность четко видеть отдаленные предметы. Исправить этот недостаток можно с помощью контактных линз или очков.



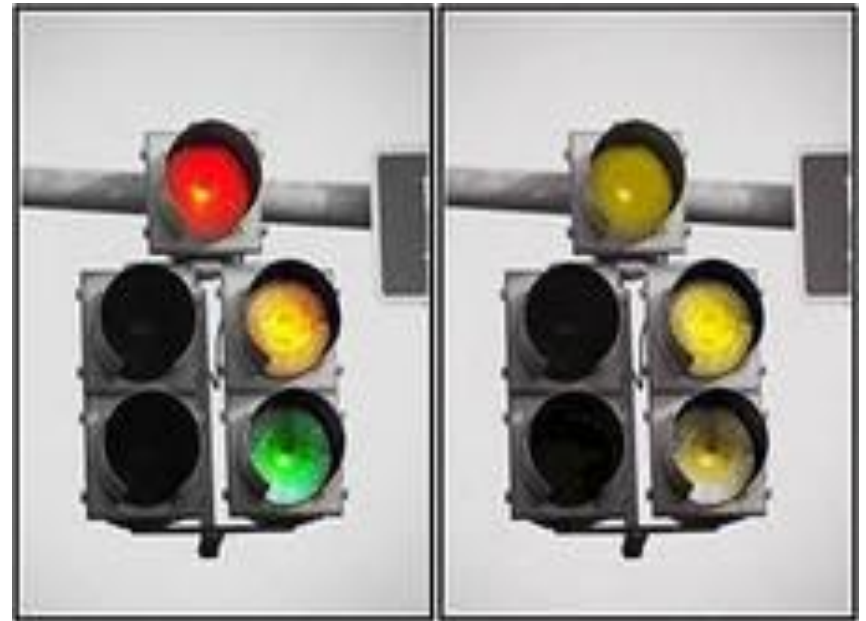
Дальнозоркость

Дальнозоркость - это неспособность четко видеть близкие предметы.. От дальнозоркости помогают очки с выпуклыми стеклами, концентрирующими свет.



Дальтонизм

Цветовой слепотой,
или дальтонизмом,
называют
неспособность
различать
некоторые цвета.



Нормальное
зрение

Дальтонизм

Что нужно делать чтобы сохранить зрение?

С возрастом зрение начинает портиться, чтобы этого избежать необходимо выполнять ряд мероприятий.

Мероприятия
по
сохранению
зрения

Принимать
витамины

Не
смотреть
близко и
долго
телевизор

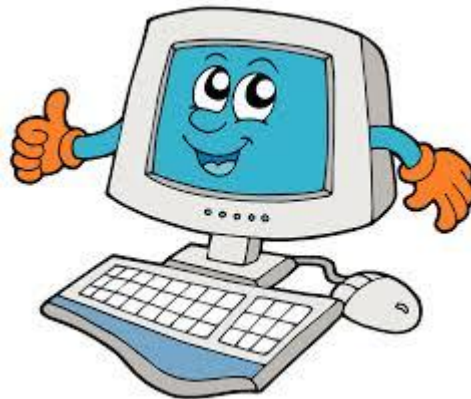
Защищайте
глаза
от яркого
солнечного
цвета

Давайте
отдых
глазам

Полезные продукты для глаз



Вредное для глаз



Офтальмолог

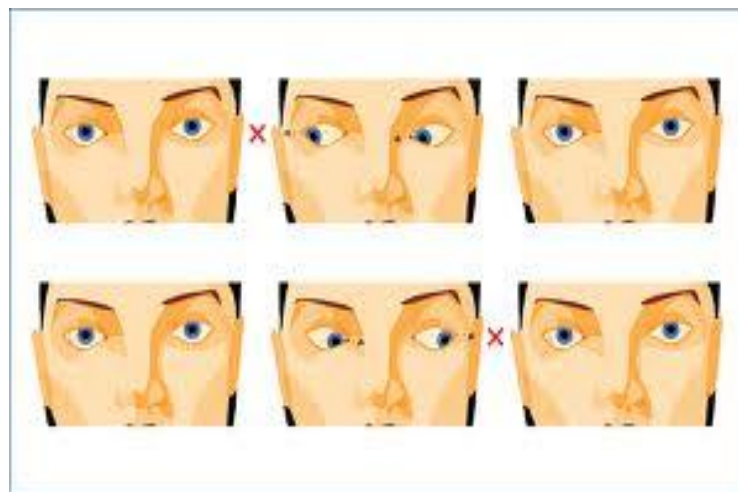
Раз в год нужно
обязательно
посещать врача
офтальмолога,
который проверит
ваше зрение и при
его дефектах
сможет вам помочь
сохранить его.



Делайте каждый день зарядку для глаз

Упражнение для глаз:

1. Поморгайте 15 – 20 раз.
2. Посмотрите вправо, влево, вверх, вниз 3 – 5 раз.
3. Поморгайте 10 раз.
4. Крепко закройте глаза, надавливая веками на глазное яблоко.
5. Закройте глаза
6. Медленно откройте глаза
7. Часто поморгайте



**Берегите свои
глаза!!!**