
ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ



Нарушения зрения у школьников

Цель исследования: Изучение нарушений зрения у школьников

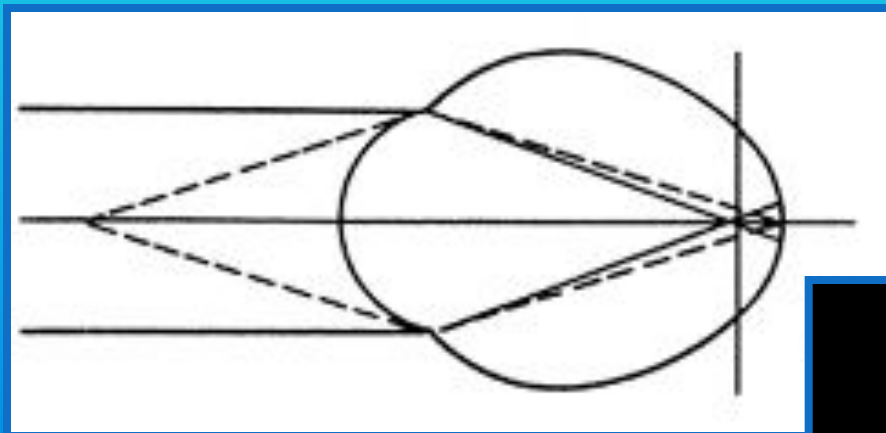
Задачи:

1. Получить и проанализировать информацию о строении и функциях глаза, о распространенности различных видов нарушения зрения у школьников.
2. Обратившись к информации о профилактике заболеваний глаз у школьников, обосновать правила гигиены зрения, первичной помощи при травмах глаз.
3. Провести анализ выводов по собранному и изученному материалу о нарушениях зрения учащихся школы и класса.

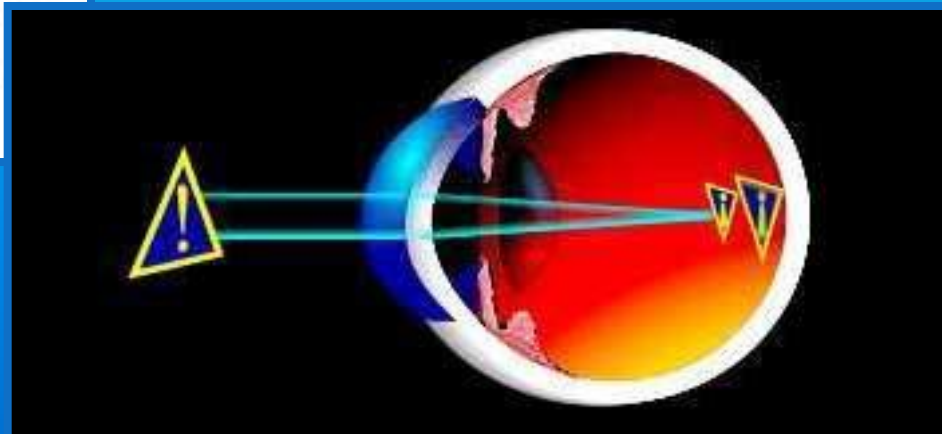


Нарушения зрения у школьников

Близорукость или миопия – один из видов оптического недостатка глаза, при котором параллельные лучи соединяются в фокус впереди сетчатой оболочки.



*Ход лучей света в глазу
при близорукости*



Нарушения зрения у школьников

Типы миопии

По возрастному периоду возникновения

- врожденная
- приобретенная

По степени

- слабая
- средняя
- высокая

По клиническому течению

- стационарная
- прогрессирующая

По наличию осложнений

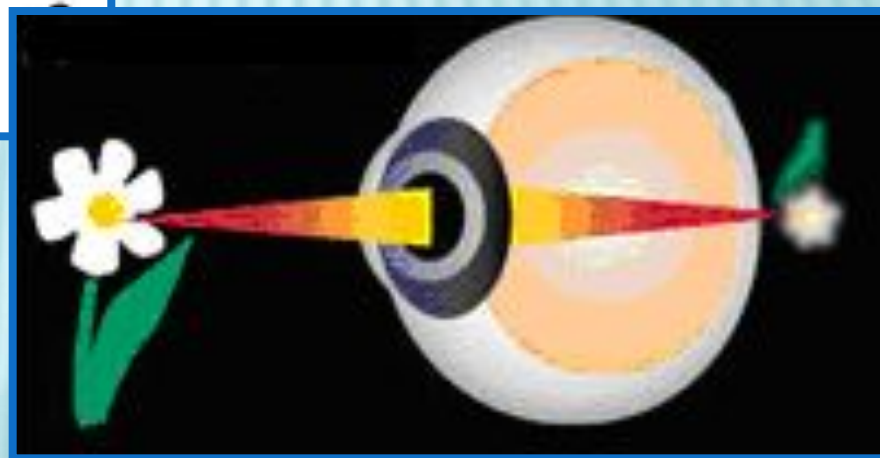
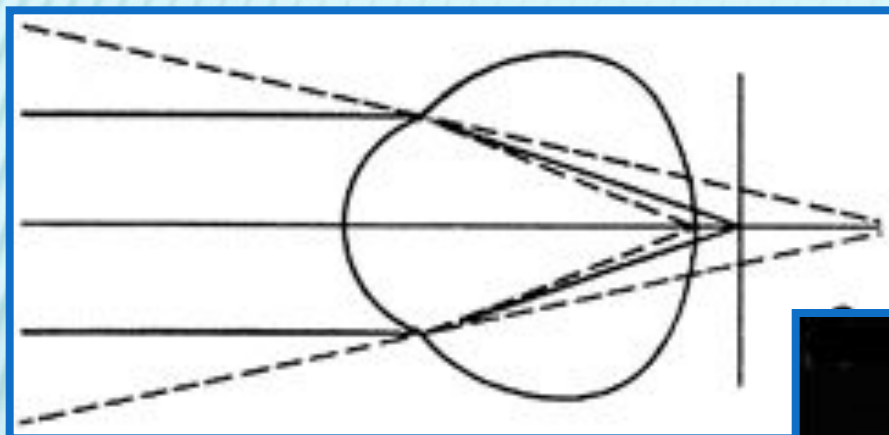
- неосложненная
- осложненная

Факторы в развитии близорукости

- Генетический**
- Неблагоприятные условия внешней среды**
- Первичная слабость аккомодации**
- Несбалансированное напряжение аккомодации**
- Ослабление глазных мышц**

Нарушения зрения у школьников

Дальнозоркость – оптический недостаток, при котором лучи пересекаются не на сетчатке, а за ней.



Ход лучей света в глазу при дальнозоркости

Нарушения зрения у школьников

Типы гиперметропии

- Слабая
- Средняя
- Сильная



Причины дальнозоркости

- ✓ Слабость преломляющего аппарата глаза
- ✓ Короткая переднезадняя ось глаза
- ✓ Несоразмерное сочетание длины оси и преломляющей силы

Нарушения зрения у школьников



**Диагноз ставится
врачом-офтальмологом.**

Для коррекции миопии (близорукости) используются очки с рассеивающими стеклами.

Коррекция гиперметропии (дальнозоркости) производится выпуклыми стеклами.

Нарушения зрения у школьников

Причины динамики ослабления зрения школьников

- ✓ Увеличение интенсивности зрительных нагрузок
- ✓ Перегруженные школьные программы
- ✓ Доступность электронных средств обучения
- ✓ Несоблюдение гигиены зрения
- ✓ Недостаточная профилактика
- ✓ Неправильная работа родителей и педагогов



Нарушения зрения у школьников

Гигиена зрения (факторы профилактики нарушений зрения)

- Хорошее освещение
- Правильная посадка учащихся и использование удобной мебели
- Хорошее качество оформления учебников
- Продолжительность чтения и письма
- Физкультминутки во время уроков
- Коррекция зрительных внеучебных нагрузок
- Безопасное использование компьютерных средств обучения
- Проведение систематических диспансерных осмотров учащихся



Роль физической культуры в предупреждении близорукости и ее прогрессирования.

- Общеразвивающие упражнения**
- Специальные упражнения:**

Упражнения на снятие зрительного утомления

Упражнение на укрепление глазодвигательных мышц

Нарушения зрения у школьников

Вывод

В качестве оптической системы глаз не является совершенным. Основная причина этого - нарушение преломления лучей света в глазу. Оно проявляется в двух формах: близорукости и дальнозоркости.

! Важно заметить первые признаки ухудшения зрения, чтобы приостановить или замедлить его дальнейшее развитие. Берегите зрение!