**Тема урока. Гигиена зрения и его нарушения**

Цель: формировать у учащихся представление о глазных болезнях,  обосновывать правила гигиены зрения.

Методы урока: Частично-поисковые, объяснительно-иллюстративные,

демонстрационные, самостоятельная работа.

Форма работы: фронтальные, индивидуальные, групповые.

Оборудование: мультимедийный проектор, презентация.

**Этапы урока.**

**1. Организационный момент.**

**2. Проверка домашнего задания (тестовые задания), взаимопроверка.**

**3. Актуализация знаний. Постановка темы и цели урока.**

«Продолжи предложение»

1. органом зрения является ….(глаз)

2. подвижные кожные складки вокруг глаз у человека. Защищают глаза от внешних повреждений, способствуют смачиванию их слёзной жидкостью... (веки)

3. парные углубления черепа, где расположены глаза, называются … (глазницы)

4. Двояковыпуклая линза глаза (хрусталик)

5. непрозрачная часть наружной оболочки глаза (склера)

6. волосяной покров, сверху и снизу окаймляющий разрез глаз, защищающий от пыли, грязи и мелких насекомых (ресницы)

7. фоторецепторы глаза, которые передают только черно-белое изображение, называются (палочки)

Теперь нужно расшифровать главное слово нашей сегодняшней темы, используя предложенный шифр.

В результате у вас должно получиться слово - название темы урока (гигиена).

Открываем тетради и записываем тему нашего урока «Гигиена зрения и его нарушения». Скажите, что мы должны будем сегодня сделать на уроке по указанной теме?

--- выяснить причины нарушения зрения;

--- ознакомиться с мерами оказания первой доврачебной помощи при повреждении глаз

**4. Изучение нового материала.**

 Сегодня, мы с вами поговорим о самых распространенных болезнях и травмах глаза, правилах гигиены зрения, о витаминах и гимнастике для здоровья глаз.

Для того чтобы решить, выше заявленные, задачи, давайте представим, что мы не ученики 9 класса, а самый настоящие работники исследовательского центра «Новое зрение». И в нашем институте работают 3 центра:

1 ряд – центр изучения глазных болезней.

2 ряд – центр оказания первой помощи при травмах глаз.

3 ряд – центр гигиены зрения и профилактики глазных болезней.

Для этого вам было предложено дома ознакомиться с содержимым 13 параграфа.

Чтобы показать работу нашего центра к концу урока мы в таблицах заполним схему-кластер. Для этого обозначим направления нашей работы. **СЛАЙД 5**

Работать можно индивидуально и в паре.

**Центр изучения глазных болезней** должен нам предоставить информацию о том, какие нарушения зрения являются наиболее распространенными.

Дети работают в группах, и у доски по разделам:

Близорукость, Дальнозоркость

Астигматизм

Катаракта

Дальтонизм

Различаются три вида частичной цветослепоты:

►протанопия (дальтонизм) — слепота в основном на красный цвет. Этот вид цветослепоты впервые был описан в 1794 году физиком Дж.Далътоном, у которого наблюдался этот вид аномалии. Людей с таким видом аномалии называют – «краснослепыми»;

►дейтеранопия — понижение восприятия зеленого цвета. Таких людей называют «зеленослепыми»;

►тританопия — редко встречающаяся аномалия. При этом люди не воспринимают синий и фиолетовый цвета, их называют «фиолетовослепыми».

***Физкультминутка или минутка эмоций.***

**Центр гигиены зрения и профилактики глазных болезней.**

Учитель. Провести самоанализ

1. Всегда читаю сидя

2. Делаю перерывы во время чтения

3. Слежу за посадкой при письме

4. Делаю уроки при хорошем освещении.

5. Часто бываю на свежем воздухе

6. Употребляю в пищу растительные продукты

7. Смотрю передачи по ТВ несколько часов подряд.

8. Оберегаю глаза от попадания в них инородных тел.

9. Долго играю в компьютерные игры

Чем больше ответов «НЕТ», тем хуже бы бережете свои глаза

***Учащиеся***. Должны получиться «Правила гигиены зрения»

1.При письме и чтении, текст должен находиться на расстоянии 30-35 см от глаз.

2. Нельзя читать лежа и в транспорте

3. При письме сидеть следует прямо и свет должен падать слева (если вы правша)

и соответственно справа, если вы левша;

4. Берегите глаза от слишком яркого света. От солнечного света защищайте глаза солнцезащитными очками, от искусственного – абажурами, тонированным стеклом

5. Не злоупотребляйте просмотром телепередач.

6. Для сохранения остроты зрения необходимо использовать в пищу продукты, содержащие витамин А, Б2, Б6, С

**Центр оказания первой помощи при травмах глаз.**

Должны предоставить информацию: Ушиб, попадание щелочи, кислоты и инородных тел в глаза.

**4. Закрепление нового материала в форме игры «Да-нетки»**

1. Для коррекции дальнозоркости используют очки с двояковыпуклой линзой (ДА)

2. Когда правша делает уроки, свет должен падать на тетрадь справа (НЕТ)

3. Дальтонизм обусловлен врожденным дефектом палочек (НЕТ)

4. Расстояние до книги во время чтения должно быть не менее 30 см (ДА)

5. При помощи гимнастики для глаз можно вылечить катаракту (НЕТ)

6. Для коррекции близорукости используют двояковогнутые линзы (ДА)

7. Дальтоники видят все в сером цвете (НЕТ)

8. При попадании соринки в глаз, надо приложить к нему пузырь со льдом (НЕТ)

**Рефлексия. Игра «Советы»**

**Домашнее задание параграф 13, по желанию сделать буклет по профилактике**