



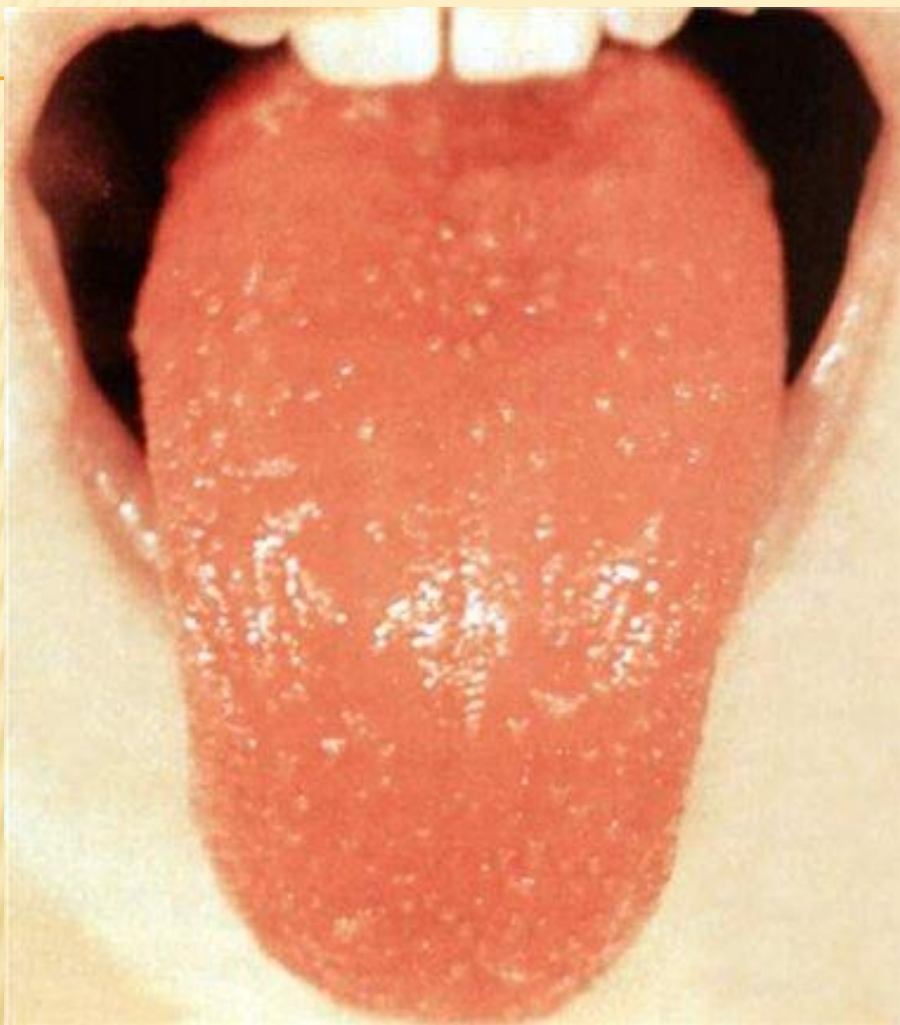
ОРГАН ОБОНЯНИЯ — НОС

ОРГАН СЛУХА

-

ухо





ОРГАН ВКУС А — ЯЗЫК

ОРГАН ОСЯЗАНИЯ — КОЖА



ОРГАН ЗРЕНИЯ

—



Глаза

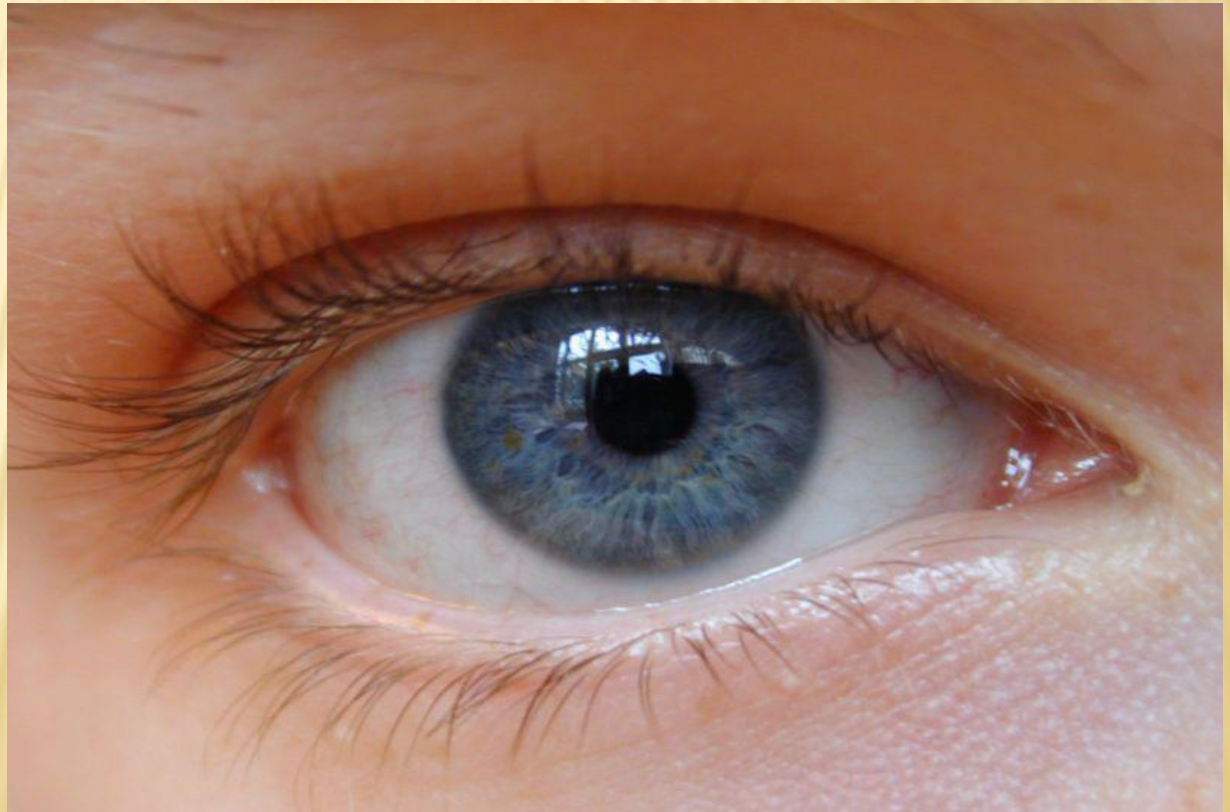


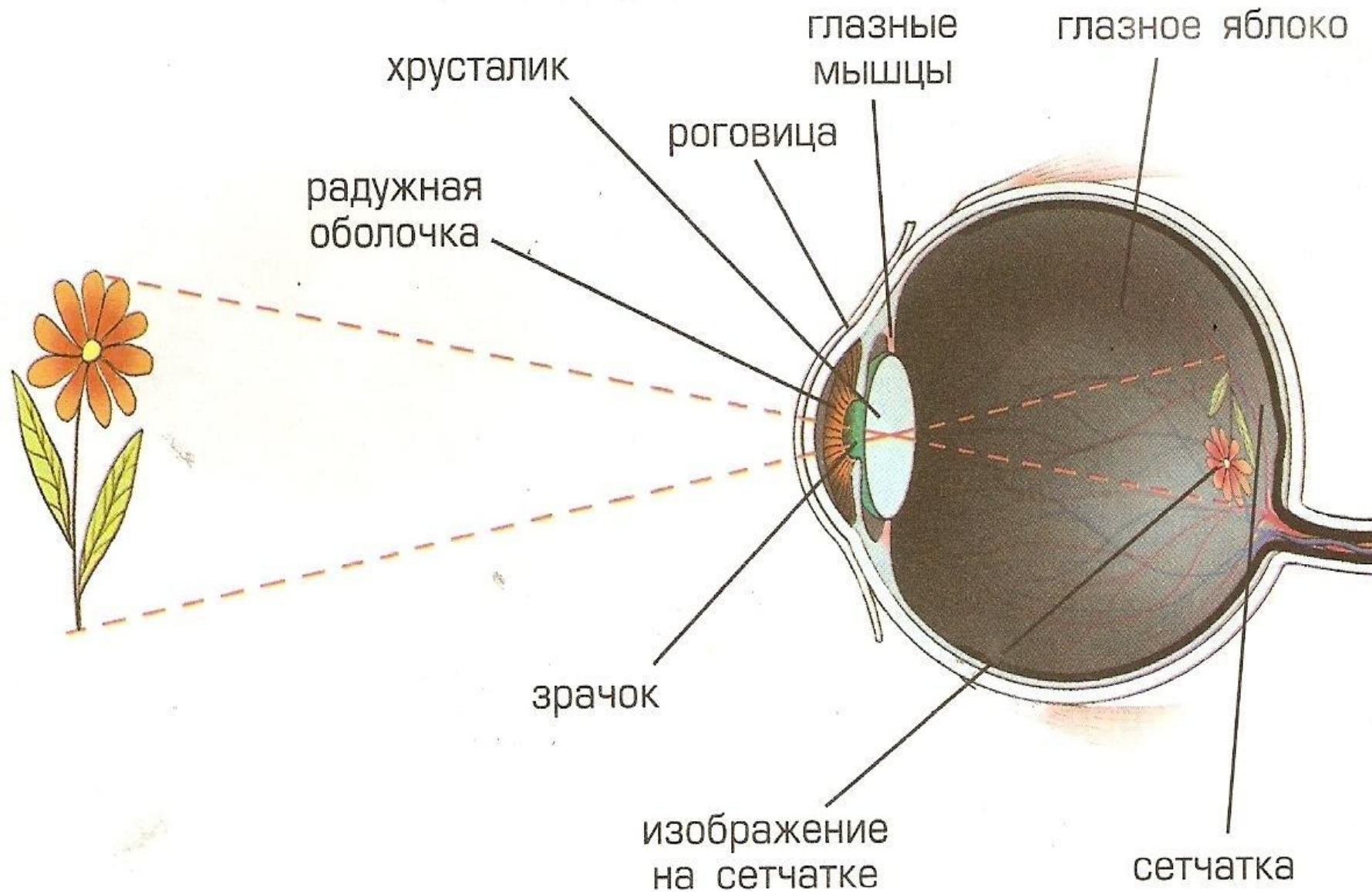




ЦЕЛИ:

- ❑ **как устроен глаз**
- ❑ **значение глаза**
- ❑ **как ухаживать за глазами**







С ПОМОЩЬЮ ГЛАЗ ЧЕЛОВЕК ВИДИТ ПРЕДМЕТЫ, ИХ ЦВЕТА, РАЗМЕРЫ, ФОРМУ, ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ. ГЛАЗА ПОМОГАЮТ ЧЕЛОВЕКУ ПЕРЕДВИГАТЬСЯ В НУЖНОМ НАПРАВЛЕНИИ, ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ И ВО ВРЕМЕНИ.



БРОВИ И
РЕСНИЦЫ НУЖНЫ
ЧЕЛОВЕКУ НЕ
ТОЛЬКО ДЛЯ
КРАСОТЫ, НО И
ДЛЯ УДОБСТВА.
ПОТЕЧЕТ ПОТ СО
ЛБА, ЕГО
ОСТАНОВЯТ
БРОВИ. РЕСНИЦЫ
ЗАЩИЩАЮТ
ГЛАЗА ОТ
СОЛНЕЧНОГО
СВЕТА, ВЕТРА И
ПЫЛИ.

Веки тоже защищают глаза. Если в опасной близости от глаза появится какой-нибудь предмет, веки захлопнутся раньше, чем мы об этом подумаем.

ПРАВИЛА ПО ОХРАНЕ ЗРЕНИЯ:

- ❖ Не смотрите долго телевизор (более часа)
- ❖ Не играйте в компьютерные игры более 15-20 минут
- ❖ Не читайте в транспорте
- ❖ Не читайте лежа в постели.
- ❖ Читайте за столом, в хорошо освещенной комнате, свет должен падать слева.
- ❖ Книгу при чтении надо держать не ближе 30 см и не дальше 40 см от глаз

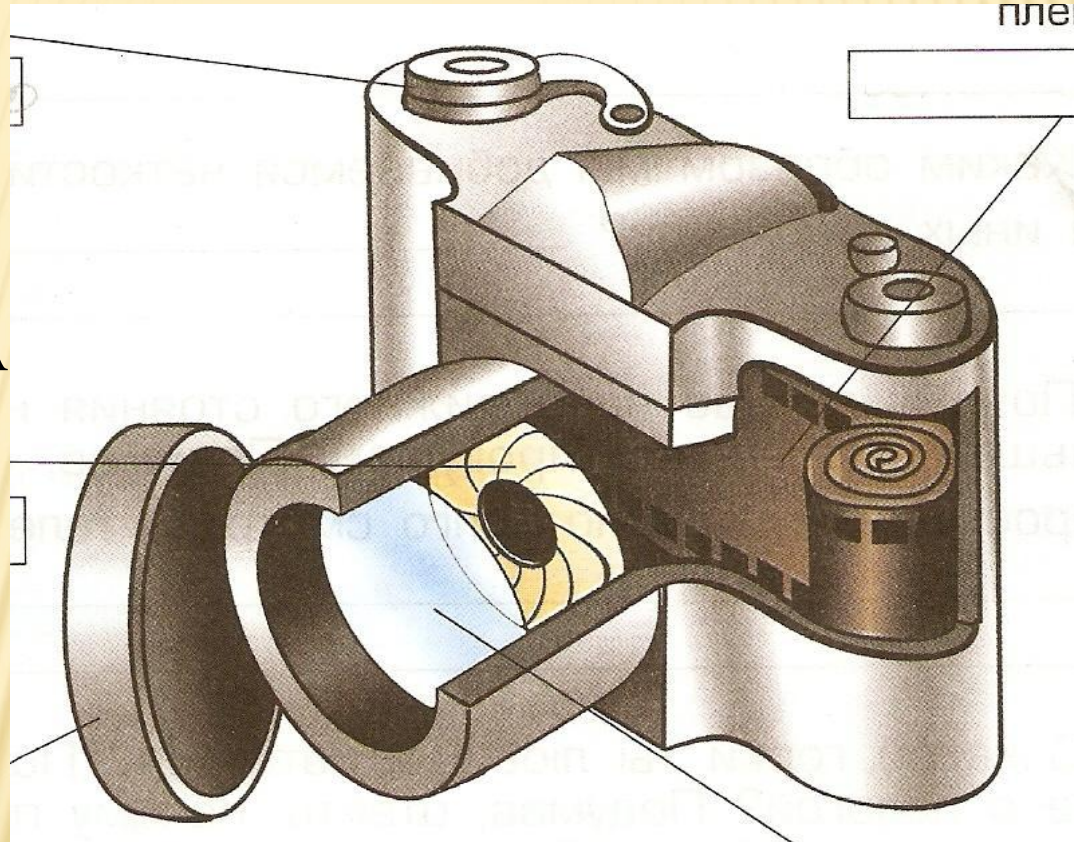


**КАМЕРА
ГЛАЗНОЕ ЯБЛОКО**

**ПЛЕНКА
СЕТЧАТКА**

**ДИАФРАГМА
ЗРАЧОК**

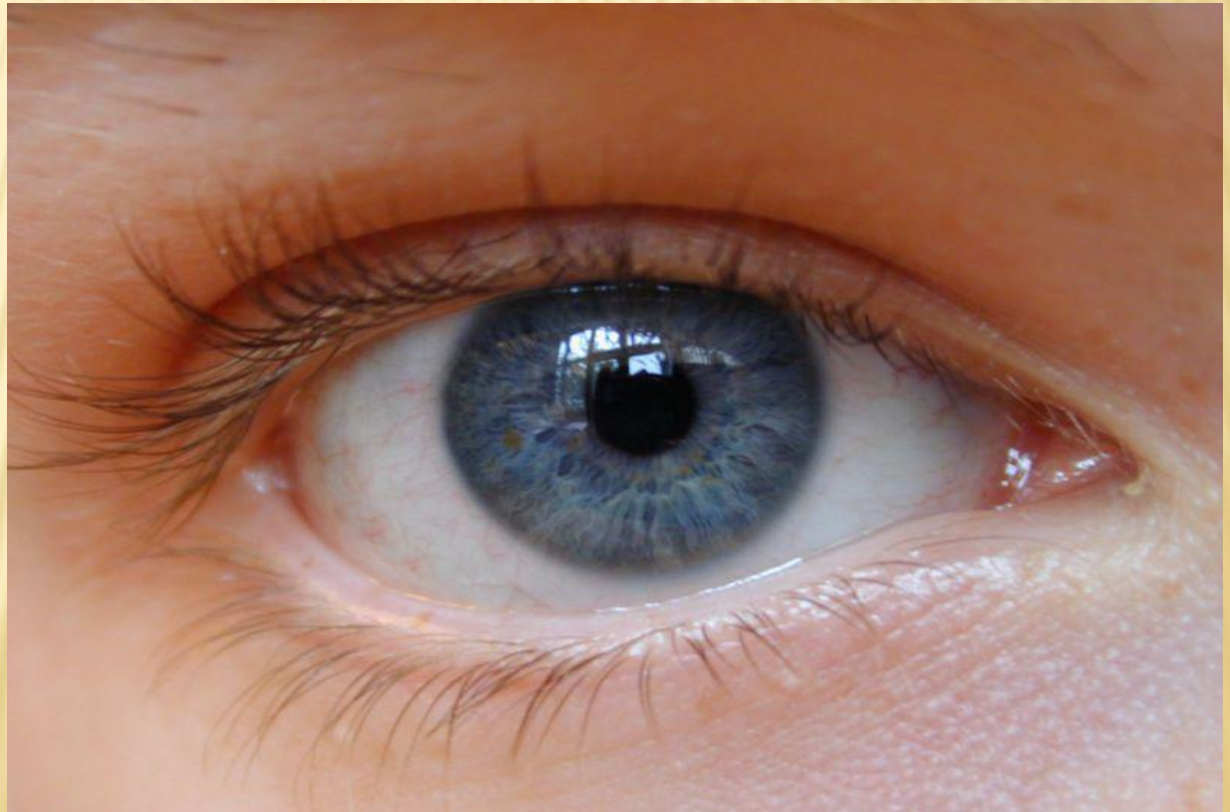
**Крышечка
веко**



**Линза объектива
хрусталик**

ЦЕЛИ:

- ❑ **как устроен глаз**
- ❑ **значение глаза**
- ❑ **как ухаживать за глазами**



УПРАЖНЕНИЯ, КОТОРЫЕ СПОСОБСТВУЮТ СНЯТИЮ НАПРЯЖЕНИЯ МЫШЦ ГЛАЗА, УЛУЧШАЮТ КРОВООБРАЩЕНИЕ:

1. Плотно закрыть глаза, а затем широко открыть их (5-6 раз с интервалом 30 сек)
2. Посмотреть вверх, вниз, влево, вправо, не поворачивая головы (3-4 раза)
3. Вращать глазами по кругу по 2-3 сек (3-4 раза)
4. Быстро-быстро моргать (1 мин)
5. Смотреть вдаль, сидя перед окном (3-4 раза)

