Зрение

НАШЕ БОГАТСТВО

Дефекты зрения

- Близорукость и дальнозоркость
- Астигматизм
- Косоглазие
- Дальтонизм
- Куриная слепота

Гигиена зрения

- **Хорошее освещение**
- **Правильная посадка и использование удобной мебели**
- **Продолжительность чтения и письма**
- **Безопасное использование компьютерных средств обучения**
- **Выполнение зарядки для глаз**

Единица измерения освещенности

Люкс (от лат. lux — свет; русское обозначение: лк, международное обозначение: lx) — единица измерения освещённости в Международной системе единиц (СИ)

ЛК

Яркий солнечный свет

100 000 лк

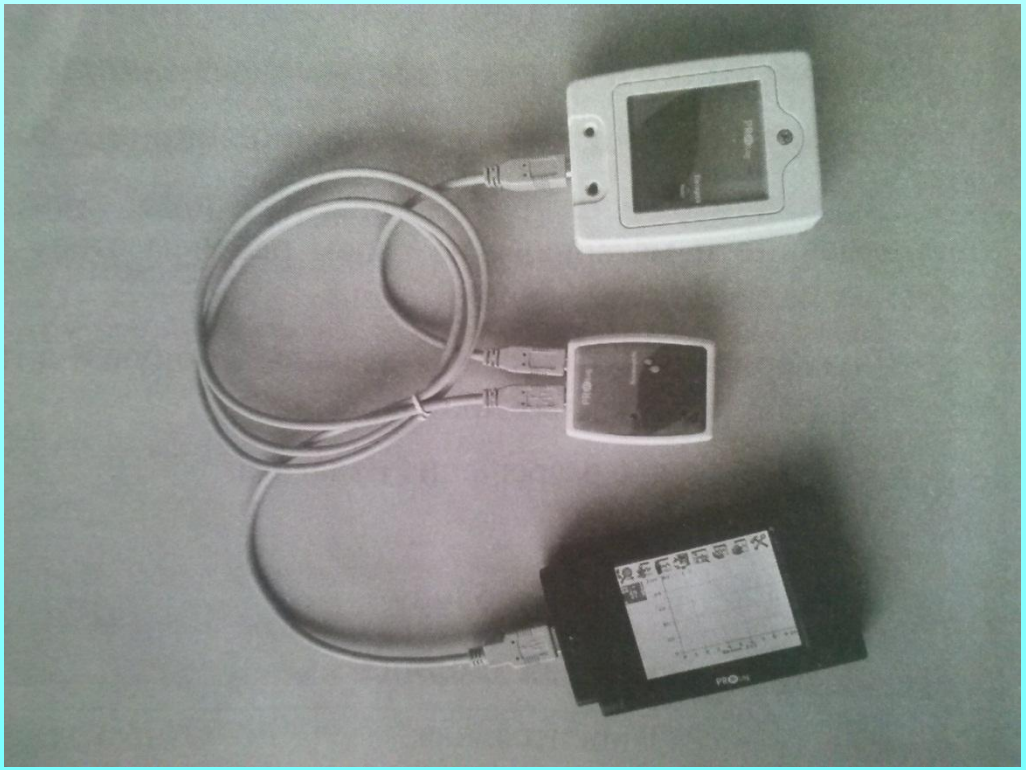
Футбольный стадион с искусственным освещением

1 200 лк

Экран кинотеатра

85-120 лк

Освещенность в классе

От 300 до 500 лк

Установка для эксперимента