ГОАОУ «ЦОРиО»

Общешкольный урок

«Ты сердцем видишь доброту, руками ты читаешь звуки...», посвященный Дню зрения и Дню белой трости

Составитель:

учитель Ромнова Галина Анатольевна.



г. Липецк

2016 г

**Ведущий 1:**

Ты сердцем видишь доброту,  
Руками ты читаешь звуки,  
Умеешь слышать тишину,  
В пространстве двигаясь по звукам.  
  
Всемирный день проблемы этой,  
Мы отмечаем на планете,  
Чтоб каждый помнил, не забыл,  
И каждый час, ты жизнь ценил.

**Ведущий 2:**

Международное сообщество обозначило на календарях немало знаменательных и памятных дат. В их числе Всемирный день зрения и Международный день белой трости.

—Это — не праздники.

**Ведущий 1:**

Это — своеобразный знак беды, напоминающий обществу о существовании рядом людей с ограниченными физическими возможностями, о помощи и о солидарности.

Это дни, фиксирующие внимание общественности на одной из самых болезненных проблем современности.

13 ноября – день зрения.

**Ведущий 2:**

Всемирный день зрения –масштабная акция, преследующая благородные цели помочь лицам с ослабленной и атрофированной зрительной функцией вести более или менее полноценную жизнь. К проблемам заболеваний глаз каждый второй октябрьский четверг внимание мировой общественности привлекают, начиная с 1998 года.

**Ведущий 1:**

Возникновение Всемирного дня зрения произошло по инициативе ВОЗ – Всемирной организации здравоохранения. Акция является одним из способов реализации Глобальной программы по борьбе со слепотой «Видение 2020: Право на зрение», имеющую глобальные масштабы. Задачами программы является снижение частоты глазных заболеваний (в частности катаракты, которая с каждым годом «молодеет»). Россия является ее участником уже на протяжении 12 лет.

**Ведущий 2:**

15 октября - день белой трости. Во всемирном масштабе Международный день Белой трости — символа незрячего человека — был утвержден 1970 года по инициативе Международной федерации слепых. В последующие годы к данному движению присоединялись все новые страны. Всероссийское общество слепых присоединилось к проведению Дня белой трости в 1987 году.

**Ведущий 1:**

Трость - это не только символ незрячих людей, это их инструмент, их «глаза». Ведь звук от удара тростью о тротуар или мостовую позволяет незрячему услышать окружающее пространство и ощутить «высокие» препятствия (например, дома, деревья, столбы, припаркованные машины), скольжение трости по поверхности дороги – определить наличие «низких» (бордюров, ступенек, люков, ям).

**Ведущий 2:**

В Липецке тоже состоялось шествие учащихся и педагогов нашего центра. Это мероприятие Центр проводит четвертый год подряд. Перед началом шествия сотрудники ГИБДД повторили с ребятами правила дорожного движения, подарили им светоотражающие жилеты и светящиеся смайлики. Затем организованная колонна двинулась от Соборной площади по улице Ленина. Для учащихся провели небольшую экскурсию по центру города.

**Ведущий 1:**

В РФ по итогам 2013 года насчитывается 140899 слепых и слабовидящих людей (что составляет 98 человек на 100 тыс. общего населения).

**Ведущий 1:**

У людей имеется пять органов чувств, но самым информативным является зрение. Согласно исследованиям ученых, человек получает 90% информации об окружающем его мире через глаза.

**Ведущий 2:** Глаз человека весит 8 грамм.

**Ведущий 1:** Глазное яблоко взрослого человека составляет в диаметре около 3 сантиметров.

**Ведущий 2:** Учеными доказано, что люди с голубым цветом глаз наиболее склонны к слепоте во время старости.

**Ведущий 1:** Если обычный человек может различить несколько тысяч оттенков цвета, то художник около миллиона.

**Ведущий 2:** Ребята, сейчас вы увидите мультфильм в котором вам расскажут, как устроен человеческий глаз.

**Мультфильм**

**Ведущий 1:** Ребята, мы должны беречь зрение и чтобы наши глазки отдохнули, сделаем зарядку.

**Зарядка**

**Ведущий 2:** Чаще всего первые проблемы со зрением появляются за школьной партой. Если при поступлении в школу нарушения зрения наблюдаются у 4% детей, то к окончанию обучения эта цифра может возрастать до 40%.

**Ведущий 1:** И мы сейчас выясним, знают ли наши учащиеся как беречь зрение. Смотрите внимательно на экран:

**Ролик**

Можно так делать?

1. Оборудуйте рабочее место правильно. Вы много времени проводите за компьютером. Монитор должен располагаться не менее чем в 50 сантиметрах от глаз. Ещё один важный момент: монитор должен быть чуть ниже, чем глаза, это позволит сохранить увлажнённость глаз, поскольку влага так испаряется меньше.
2. Следите за освещением. Слишком яркое или недостаточное освещение вредно для глаз.
3. Следите за питанием. Важно, чтобы весь организм (и глаза в частности) получал достаточно витаминов и микроэлементов. Желательно включить в свой рацион чернику, которая оказывает положительное действие на зрение.
4. Нельзя курить. Эта пагубная привычка вредит не только лёгким, сердцу и сосудам, но и глазам. Курение повышает давление внутри глаз и может спровоцировать развитие катаракты и некоторых других заболеваний.
5. Защищайте глаза. Не стоит пренебрегать защитными очками. Берегите свои глаза от ударов и уколов, различных травм!
6. Не пренебрегайте визитами к офтальмологу. При любых проблемах с глазами, а также для профилактики, обязательно обращайтесь к врачу. Самолечение может быть опасным!

**Ведущий 1:**

Мы в День зрения всемирный,  
От души хотим желать  
Зорко все проблемы видеть,  
И успешно их решать.  
  
Только счастье и здоровье,  
Чтоб встречалось на пути,  
Ну, а прочие преграды,  
Только с блеском обойти.  
  
Зрение — такая штука,  
Нужно всем его беречь,  
Чтоб не проглядеть по жизни  
Вам заветных ваших встреч.

**Песня «Мир, который нужен мне». Ролик «Мир, который нужен мне»**