|  |  |
| --- | --- |
| **Data**  | 05.05.2020 |
| **Imię i nazwisko nauczyciela** | Anna Mikuś |
| **Temat zajęć** | **Higiena oka i ucha** |
| **Cele lekcji** | * Poznasz przyczyny powstawania wad wzroku oraz sposoby ich korekty;
* Dowiesz się, jaki jest wpływa hałasu na zdrowie człowieka.
 |
| **NaCoBeZu: - na co należy zwrócić uwagę?****- co jest najważniejsze?****- co należy zapamiętać?** | Podczas zajęć zwróć uwagę na przyczyny powstawania oraz sposoby korygowania takich wad wzroku, jak: krótkowzroczność, dalekowzroczność i astygmatyzm. Zapamiętaj rodzaje soczewek, które stosuje się do ich korekty. Ponadto zwróć uwagę na to, jakie skutki może mieć nadmierny hałas. |
| **Podstawa programowa** | Treści nauczania z podstawy programowej: III.10.2, III.10.4 |
| **Przebieg lekcji** | 1. Dzień dobry, podczas dzisiejszych zajęć zajmiemy się higieną oka i ucha. Zapisz sobie w zeszycie temat i cele lekcji.
2. Najczęściej spotykane kłopoty ludzi ze wzrokiem dotyczą m.in. daltonizmu, astygmatyzmu, krótkowzroczności i dalekowzroczności.
3. Zapoznaj się z informacjami na temat **krótkowzroczności** i **dalekowzroczności** (podręcznik – str. 203-204), a następnie wykonaj zadanie (ustnie) – źródło – Nowa Era – ćwiczenia 7:

C:\Users\annam\Pictures\img111.jpg1. **Astygmatyzm** to wada wzroku, kiedy widzimy obrazy rozmazane lub zniekształcone. Tę wadę korygujemy cylindrycznymi soczewkami.
2. **Zez** to z kolei nieprawidłowe ustawienie gałek ocznych, spowodowane osłabieniem mięśni ocznych. Leczenie polega na stosowaniu ćwiczeń, noszeniu odpowiednich okularów lub wymaga interwencji chirurgicznej.
3. Kolejna wada wzroku to **daltonizm**. Polega na nierozróżnianiu braw (najczęściej zielonej lub czerwonej). Sprawdzanie istniejącej wady polega na zastosowaniu specjalnych tablic z barwnymi kropkami. Zajrzyj do podręcznika na str. 204 i sprawdź, czy dobrze odczytujesz zapisane tam cyfry.
4. Poczytaj teraz o chorobach oczu i zapisz je w zeszycie – podręcznik (str. 205 – 206)
5. Przechodzimy teraz do higieny ucha. Zajmiemy się hałasem. Nadmierny hałas ma szkodliwy wpływ na organizm człowieka, między innymi uszkadza elementy ucha środkowego i wewnętrznego, a także wywołują zmęczenie, trudności w nauce i koncentracji, rozdrażnienie czy bóle głowy. Wartość natężenia wybranych dźwięków – podane w decybelach (dB) możesz sobie odczytać na wykresie słupkowym w podręczniku – str. 207 (np. szelest liści – 10dB, śpiew ptaków – 40dB).
 |
| **BRAK ZADAŃ DO OCENY** | **Uwaga!** **Po dzisiejszej lekcji nie musisz niczego przesyłać do nauczyciela.** Oceń swoje zaangażowanie w skali ocen szkolnych (1-6). Wiadomość zachowaj dla siebie. |
| **Ewaluacja (informacja zwrotna)** | Sprawdź, czy potrafisz:* Wymienić 3 najczęściej spotykane wady wzroku;
* Wymienić 2 choroby oka oraz przyczyny ich powstawania;
* Podać wpływa hałasu na zdrowie człowieka.
 |
| **UWAGI**  | **Czas na wykonanie zadań**: 05.05.2020 –06.05.2020 *Życzę miłej pracy!*  |