

УДК 612.843.6-053.5(476.2-2Гом)

**ИЗУЧЕНИЕ ОСТРОТЫ ЗРЕНИЯ  
У ШКОЛЬНИКОВ ГИМНАЗИИ № 14 Г. ГОМЕЛЯ**

**Пешкур Е. Д.**

**Научный руководитель: к.б.н., доцент Е. И. Дегтярева**

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

Глаза человека — удивительный дар природы. Они служат для восприятия информации о состоянии окружающего нас внешнего мира. Зрение дает людям 90 % информации. Зрение важно для всех видов деятельности.

Сегодня мы можем утверждать, что человечество вступило в особую эпоху — в век стремительной динамики технологий и, конечно же, информации. Факторов, влияющих на здоровье наших глаз, целое множество. Сталкиваясь с напряженной работой для глаз, люди жалуются на головную боль, быстро наступающую усталость, даже появление симптомов сердечнососудистых, нервных, желудочно-кишечных и прочих заболеваний.

Как ни парадоксально, зрение может быть виновно в этом: когда зрение работает с большими перегрузками, а ухудшаясь, оно требует еще большего напряжения, то наступает общее переутомление организма, что равносильно стрессу.

Потеря зрения, особенно в детском возрасте — это трагедия. Поскольку организм ребенка очень восприимчив ко всякого рода воздействиям, именно в детском возрасте зрению должно быть уделено особое внимание.

Актуальность темы заключается в том, что зрительные перенагрузки в школьном возрасте могут способствовать ухудшению остроты зрения и, как следствие, вызвать головную боль, быстро наступающую усталость. Поэтому, своевременное обнаружение изменений в периферическом отделе зрительного анализатора может способствовать улучшению остроты зрения и нормализации функционального ряда систем организма (ЖКТ, Обследование, ССС). проводилось на базе Гимназии № 14 г. Гомеля. Школьники были разделены по половому и возрастному аспекту на следующие градации: 1–4 классы, 5–8 классы, 9–11 классы.

Для исследования остроты зрения пользуются таблицами Головина-Сивцева, в которых имеется 12 рядов знаков различной величины. Таблицы позволяют с расстояния 5 м определять остроту зрения от 0,1 (верхний ряд) до 2,0 (нижний ряд).

Для определения остроты зрения меньше 0,1, больного приближают к таблице через каждые 0,5 м (на полу или стене надо сделать соответствующие метки), пока он не назовет правильно знаки верхнего ряда.

В результате проведенных экспериментальных исследований были получены данные о состоянии зрения у учащихся из Гимназии № 14 г. Гомеля.

В первый класс пришло 5 детей, у которых острота зрения меньше 1,0.

Исходя из этого можно сказать, что наиболее вероятной причиной нарушения зрения можно считать ранее и непрофессиональное начало подготовки родителями детей к школе задолго до шестилетнего возраста.

Проанализировав полученные данные и количество учащихся в 8 и 11 классах, можно сделать вывод, что количество учащихся с плохим зрением в 8-х классах составляет одну треть, а количество таких детей уже в 11-х классах составляет половину от учащихся.

Уменьшение количества детей с плохим зрением в 9-х классах, по сравнению с 5–8, не свидетельствует об улучшении зрения. Это можно объяснить тем, что после 8-го класса в гимназии проходит отбор в лицейские классы и, возможно, часть детей с плохим зрением покидают школу.

Близорукость чаще встречается у девочек, чем у мальчиков (почти в 2 раза). Это заключается не в большей предрасположенности женщин к развитию близорукости, а в

социально-психологических особенностях, проявляющихся в большей старательности, лучшей успеваемости, все большей вовлеченностью в общественную деятельность.

Периодами наибольшего прогрессирования близорукости оказались первый и третий годы обучения в школе. Поэтому, в комплексе массовых профилактических мероприятий особое внимание следует уделять учащимся начальных и средних классов, а также дошкольникам. В ходе проведенных исследований было установлено:

- 1) наблюдается тенденция к увеличению количества детей с нарушением органа зрения;
- 2) в выпускных классах количество детей с остротой зрения меньше 1,0 составляет 30–50 %;
- 3) 1 % детей приходят в школу уже с плохим зрением, а у 23 % — зрение ухудшилось за период обучения.