**التونسية الجمهورية**

**وزارة التربية**

**المندوبية الجهوية للتربية بالمنستير**

**تفقدية المدارس الابتدائية قصيبة المديوني**

**المدرسة الابتدائية سالم حمدان بنان**

**🙡🙣🙡🙣**

**العين والرؤية**

**🙡🙣🙡🙣**

****

**مخبر تكنولوجيات المعلومات و الاتصال**

**🙡🙣🙡🙣**

**مطوية من إعداد :**

**السنوات السادسة**

**🙡🙣🙡🙣**

**السنة الدراسيّة**

**2015 – 2016**

**تعريف العين:**

**العين هي شبكة كروية وقطر عين الإنسان البالغ يصل**

**إلى 2.5 صم تقع العين في مقدمة الجمجمة محمية داخل المحجر العظمي**

**مكونات العين الداخلية :**

**الصلبة :وتقع في الخارج حيث تتكون من نسيج ضام يحمي العين والجزء الأمامي من هذه الطبقة شفاف هو القرنية .**

**المشيمية : وتقع بين الصلبة والشبكية .**

**تحتوي على أوعية دموية ، تعمل على توصيل الدم**

**المحمل بالأكسجان للشبكية**



* **وهبني الله عينان أبصر بهما الأشياء !**
* **تحتاج العين إلى الضوء لترى الأشياء**
* **نرى الأشياء حينما ينعكس عنها الضوء.**
* **ينعكس الضوء عن الأشياء إلى العين .**

**نفذ الضوء من عدسة العين إلى داخلها.**

**الأعضاء الداخلية للعين**

**الشبكية: عبارة عن غشاء حساس للضوء يبطن الحائط الخلفي للعين.شبكية العين هي الجزء المدرك من العين والتي تحول الضوء إلى نبضات كهربائية ترسل عن طريق العصب إلى الدماغ للترجمة الفورية.**

**القزحية: تنظم الألوان التي تأتي من الصورة التي تراها العين .**

**العصب البصري: ينقل الصورة من الشبكية إلى المخ.**

**العدسة : جسم بلوري**

**الملتحمة : غشاء خلوي مخاطي**

**الحدقة أو البؤبؤ: وهي عبارة من الفتحة المركزية التي تسمح للضوء بالمرور لداخل العين وتتسع وتضيق حسب كمية الضوء المتوفرة في المنطقة .**

**العدسة : قرص مرن بلوري شفاف ،محدب الوجهين يفيد في التركيز ويقع خلف الحدقة .**

**تسيطر العضلات على شكل العدسة بطريقة تلقائية ليتم التركيز**

**القرنية: نسيج قوي شفاف مقوس بشكل كروي تقوم بدور نافذة العين .القرنية هي عنصر التركيز الرئيسي للعين .**

**العضلات : التي تحرك العين وتتحكم في شكل وحجم فتحة العين وشكل العدسة**

****

**عيوب الرؤية**

**العين هذا الجزء البسيط في والكبير في فضائله**

 **خلقه العلي القدير ليكون هاديا لطريقك ومعززا**

**لإيمانك ،ومساعدا للبصيرة التي تعرفك على عظمة الخالق في خلقه .**

****

****

**عين سليمة**

****

**عمليّة الرؤية**

**تنبعث الأشعة الضّوئيّة من الجسم المضيء فتخترق الأوساط الشفّافة للعين وتنطبع صورة الجسم مقلوبة على الشبكيّة فينقل العصب البصري صورة الجسم إلى المخّ فيحلّلها ويؤوّلها.**

****

****

**محافظة على البصر**

* **إن النجاح في الدراسة يتوقف إلى حدّ كبير على سلامة البصر فبالعينين ندرك الأرقام والأعداد والعمليات والأشكال الهندسية و بهما نرى الطّبيعة ونلاعب الحاسوب.**
* **فالحفاظ على هذا الكنز الثّمين وجب التّشخيص المبكر والعلاج السّريع لاختلال البصر ممّا بسمح بالحد منه أو ربّما القضاء عليه تماما.**
* **ولذا يتعيّن القيام بفحص للعينين إثر الولادة وفي سنّ ما بين الثّالثة والرّابعة ثمّ القيام بفحوص دوريّة كلّ ثلاث أو خمس سنوات حتّى في غياب كلّ مرض أو خلل بصري.**
* **هذا كما يجب على كلّ الذين يشتكون من خلل بصري إتباع نصائح الطبيب المختصّ بكل دقة وحمل نظّاراتهم باستمرار.**

**من أساليب المحافظة على البصر**

* **الإضاءة الجيدة عند القراءة .**
* **الجلوس على بعد مناسب عن التلفاز .**
* **إراحة العينين عندما تتعب.**
* **عدم النظر مباشرة إلى مصادر الضوء مثل الشمس**
* **عدم ممارسة الألعاب العنيفة إن كنّا نحمل نظّارات.**
* **التوجه إلى الطبيب المختص عند الإحساس بصعوبة في الرؤية عن قرب أو عن بعد.**
* **إتباع النّصائح والعلاج الذي يقدمه الطبيب بكل دقّة.**
* **اجتناب التّداوي الذاتي.**
* **اجتناب حدوث إصابات في العين.**
* **الحذر من: الأدوات الحادّة والنّار وبعض اللّعب والمواد الخطيرة.**

**الَبصَرُ نِعْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ**

**عَلَيْنَا فَلْنُحافِظْ عَلَيْهَا**