

Компьютер-друг или враг?



Подготовила:
Буданова Юля
ученица 3б класса
МБОУ СОШ №12
г. Балахны
руководитель:
Кузнецова Н.А.,
учитель нач. классов.



Я выбрала эту тему потому, что меня заинтересовало: школьник от компьютера получает больше пользы или вреда? И что нужно сделать, чтобы вред был минимальным?





Цель моего исследования:

выяснить положительные и отрицательные стороны влияния компьютера в жизни школьника и ответить на **главный вопрос**: компьютер-это друг или враг детей?

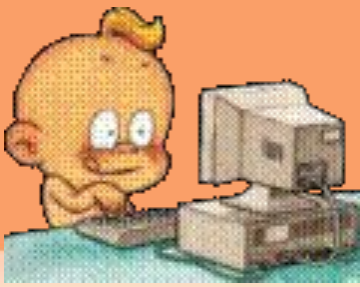
У меня возникло два **предположения**:

Предположим: компьютер-это друг, так как он развивает логику, память, мышление детей, помогает

найти нужную информацию.

Возможно, что компьютер –это враг, так как вредит здоровью школьника.



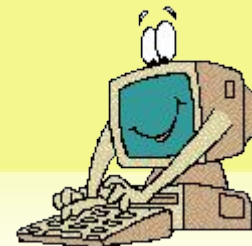


1. Узнать, какую пользу и какой вред несёт детям компьютер.

2. Узнать, как правильно организовать рабочее место за компьютером, какие правила безопасного поведения должны соблюдаться.



План исследования.



1. Найти и изучить в литературе и интернете сведения о влиянии компьютера на детей.
2. Узнать существуют ли гигиенические требования, которые необходимо соблюдать детям.
3. Провести анкетирование у одноклассников, с целью узнать какими программами они пользуются.
4. Проанализировать собранную информацию.
5. Выработать Памятку по безопасному пользованию компьютером.
6. Выполнить презентацию по собранному материалу.



Предполагаемый результат



- оценить пользу и вред компьютера;
- выполнять гимнастику для мышц и глаз, следить за временем, проведенном у компьютера;
- рассказывать о необходимости соблюдения правил безопасного поведения за компьютером своим близким, знакомым;



Ход работы



1. В сети Интернет мы нашли нужную информацию и картинки, проанализировали собранную информацию.
2. Я училась вырезать картинки, копировать их и вставлять в презентацию, печатать текст, вставлять музыкальный файл.
3. Вместе с Натальей Анатольевной мы придумали вопросы анкеты для ребят и провели анкетирование..



Компьютеры уже давно проникли во все сферы нашего жизненного пространства.

Они стоят и на работе, и дома, и в школе, а иногда даже и в детском саду.

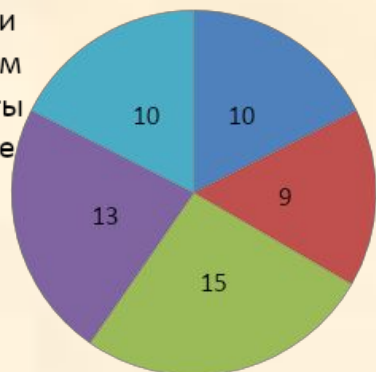


С одной стороны, они помогают нам лучше учиться, находить быстро нужную информацию, занять свободное время, а с другой стороны, малоподвижный образ жизни, который мы ведём, приводит к весьма неприятным последствиям. За удобства, скорость и комфорт мы вынуждены платить своим здоровьем.

Цель анкетирования:

выяснить, в какие игры любят играть ученики, сколько времени проводит школьник в день за компьютером.

Какими компьютерными программами ты пользуешься?



■ рисование
■ печатать текст
■ слушать музыку
■ интернет
■ другое

Сколько времени в день ты сидишь за компьютером?



■ меньше 30 мин
■ около 2 часов
■ больше 2 часов

Результаты проведенного исследования показали, что почти все ребята в классе (21 чел из 24) имеют дома компьютер, учатся пользоваться разными программами, но большую часть времени проводят за играми. Немногие задумываются о вреде и пользе этих игр, как и о том, сколько времени можно играть и вообще сидеть за компьютером без вреда своему здоровью. Половина детей сидят за компьютером 2 часа и больше, а это очень много и вредит здоровью учеников. Продолжительность работы в день у детей 8-10 лет составляет 45 минут (что видно из следующей таблицы)

Продолжительность работы за компьютером в день:

Возраст	Время
дошкольник за игрой	7–10 мин
8–10 лет	45 мин
11–13 лет	90 мин
14–17 лет	135 мин
взрослый	6 часов



Компьютер-это враг?

Однако самый большой вред компьютер наносит нашему зрению. Дело в том, что человеческие глаза абсолютно не подготовлены для восприятия компьютерной "картинки".

Поэтому восприятие светящегося монитора становится огромным испытанием для наших глаз.

В нашем 3б классе уже 7 человек имеют ослабленное зрение (в 1 классе такой ученик был только 1). Хочу сказать, что компьютер тоже сыграл в этом свою роль.



Идеальная поза оператора компьютера

Спина наклонена назад. Такая поза позволяет разгрузить позвоночник

Руки свободно лежат на подлокотнике кресла.

Работают только пальцы.

Ноги твердо стоят на полу или на специальной подставке.



А чтобы было легче сделать **ВЫБОР...**

ИТАК...



Нужно сказать, что компьютер помогает нам весело проводить свободное время, находить нужную информацию при написании докладов, из интернета можно узнать много интересного.

Чтобы не стать компьютерным рабом, соблюдайте **три простых правила:**

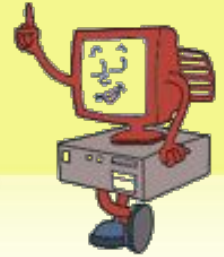
1. Обязательно занимайтесь каким-нибудь активным видом спорта.
2. Играйте по принципу «Поиграл и хватит» – не больше **одного часа** в день..
3. Всегда помните мудрость: «Всё мне позволено, но не всё полезно».

Влияние компьютера на детей. может быть

 Положительное	Отрицательное 
РАЗВИТИЕ ЛОГИКИ	ОТСУТСТВИЕ ДРУЗЕЙ
МЫШЛЕНИЯ	ЖЕСТОКОСТЬ И НАСИЛИЕ
ВНИМАНИЕ	ИСКРИВЛЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА
РАЗВИТИЕ МЕЛКИХ МЫШЦ РУКИ	БОЛЕЗНИ ГЛАЗ
ПОДДЕРЖКА ИНТЕРЕСА К УЧЁБЕ	БЕССОННИЦА И НОЧНЫЕ КОШМАРЫ
ВООБРАЖЕНИЕ	ССОРЫ С РОДИТЕЛЯМИ



Результаты моего исследования.



Нельзя сказать, что компьютер – это плохо, и надо отказаться от него. Как нельзя сказать, что можно сидеть за компьютером сколько хочется и играть в любые игры. Влияние компьютерных игр на детей неоднозначно. Кто-то развивает логическое мышление, кто-то забывает про окружающий реальный мир. **Здесь нужно придерживаться главного принципа – не навреди.** Компьютер, как и всё, что окружает нас, может быть и полезным, и вредным.

Снацубо!



Анна Гусь

Используемая литература :

1. Богатырёв А. «В царстве Снежной королевы», «Воспитание школьников», № 5, М.: Школьная пресса, 2001г
2. Лекомцев Д.Г., Лекомцева С.А. «Человек и компьютер», «Читаем, учимся, играем», журнал – сборник сценариев для библиотек и школ № 12 , М.: Либерия - Библиопринт, 2008 г.
3. Степанова М. Как обеспечить безопасное общение с компьютером. // Народное образование. – 2003, № 2. – С.145-151.

Ресурсы интернета:

- <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-27590/> Компьютерные игры.
- <http://psy.1september.ru/articlef.php?ID=200601911> Зависимость от компьютера
- www.parent.fio.ru, статья «Реакция организма детей разного возраста на работу за компьютером».
- <http://computermania.narod.ru>