




Компьютер и здоровье ШКОЛЬНИКОВ



История компьютера

- В 1642 Блез Паскаль сконструировал восьмиразрядный суммирующий механизм.
- В 1820 француз Шарль де Кольмар создал арифмометр, способный производить умножение и деление.
- В 1833 английский математик Чарльз Бэббидж разработал проект машины для выполнения научных и технических расчётов, где предугадал основные устройства современного компьютера, а также его задачи.
- В 1888 американский инженер Герман Холлерит сконструировал первую электромеханическую счётную машину.

- 
- В 1946 была построена первая электронная вычислительная машина ENIAC. Её вес составил 30 тонн, она требовала для размещения 170 квадратных метров площади.
 - В 1951 создание компьютера UNIVAC, предназначенного для коммерческого использования.
 - В 1965 американская фирма Digital Equipment выпустила миникомпьютер PDP-8 ценой в 20 тысяч долларов.
 - В 1981 фирма Ай-Би-Эм создаёт модель миникомпьютера IBM PC.
 - В конце 20 века человечество вступило в стадию формирования глобальной информационной сети, которая способна объединить возможности различных компьютерных систем.



Компьютер и здоровье школьника

- В связи с процессом глобальной компьютеризации жизни человека возникают вопросы о влиянии компьютера на физиологическое и психологическое здоровье человека.



Сидячее положение

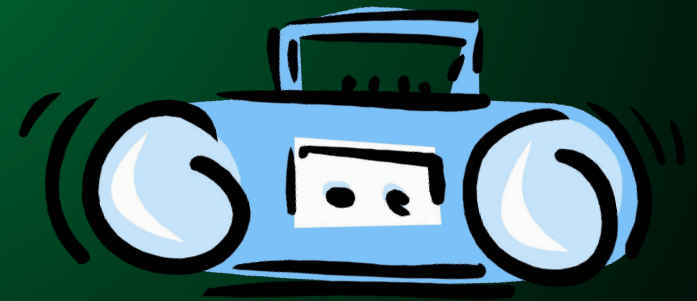
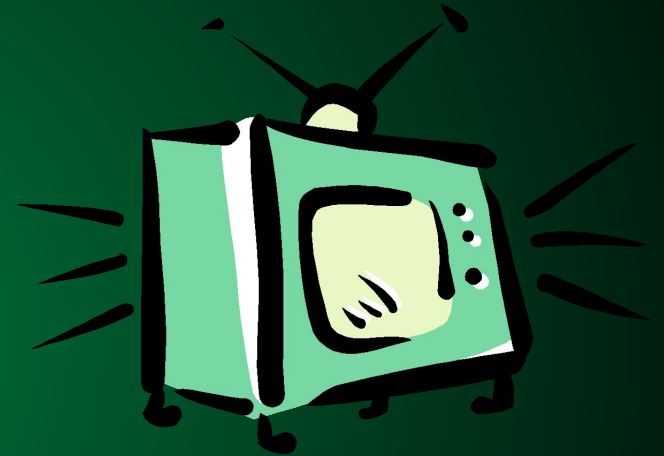
- Результатом напряжения мышц и относительной статичности позы может стать остеохондроз, а у детей – сколиоз.





Электромагнитное излучение

- ЭМИ может приводить к таким изменениям состояния организма, при которых он становится более уязвим для вредных факторов другой природы, например ксенобиотиков, вирусов и т.д.



Перегрузка суставов кистей рук

- В пальцах рук вследствие постоянных ударов по клавишам возникает ощущение слабости, онемение в подушечках. Это может привести к повреждению суставов и связочного аппарата кисти и в дальнейшем к карпально-туннельному синдрому.(КТС)





Потеря остроты зрения

- Перегрузка глаз приводит к потере остроты зрения. У пользователя ухудшается зрение, глаза начинают слезиться, появляется головная боль, утомление, двоение изображения... Это явление получило название «компьютерный зрительный синдром». Избежать этого поможет следование основным правилам гигиены зрения.



Зависимость

- **Пристрастие к виртуальному миру приобретает болезненный характер. Зависимость от компьютера - это то же, что и наркомания.**





Анкета

1. Есть ли у вас дома компьютер?
2. В каком возрасте вы начали работать на компьютере?
3. Сколько часов в день в среднем вы проводите за компьютером?
4. Чему вы отдаёте предпочтение компьютеру или спорту?
5. Играете ли вы в компьютерные игры?
6. Сколько времени проводите за компьютерной игрой?
7. Чему вы отдаёте предпочтение; общению с друзьями или с компьютером?
8. Что вы предпочитаете; прогулку на свежем воздухе или компьютер?
9. При работе на компьютере делаете ли вы гимнастику для глаз?
10. Как вы думаете, какое общение с другом лучше: по компьютеру или непосредственно?

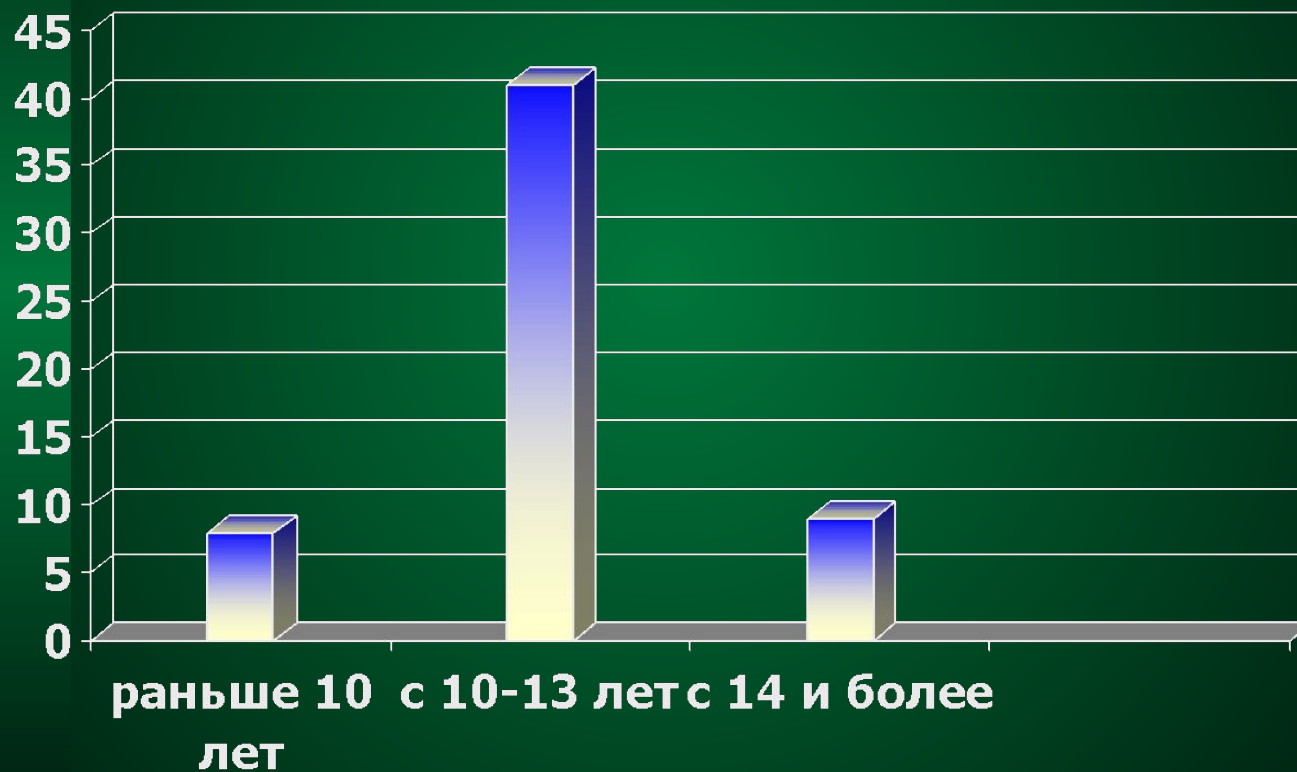


Соотношение количества компьютеров у респондентов



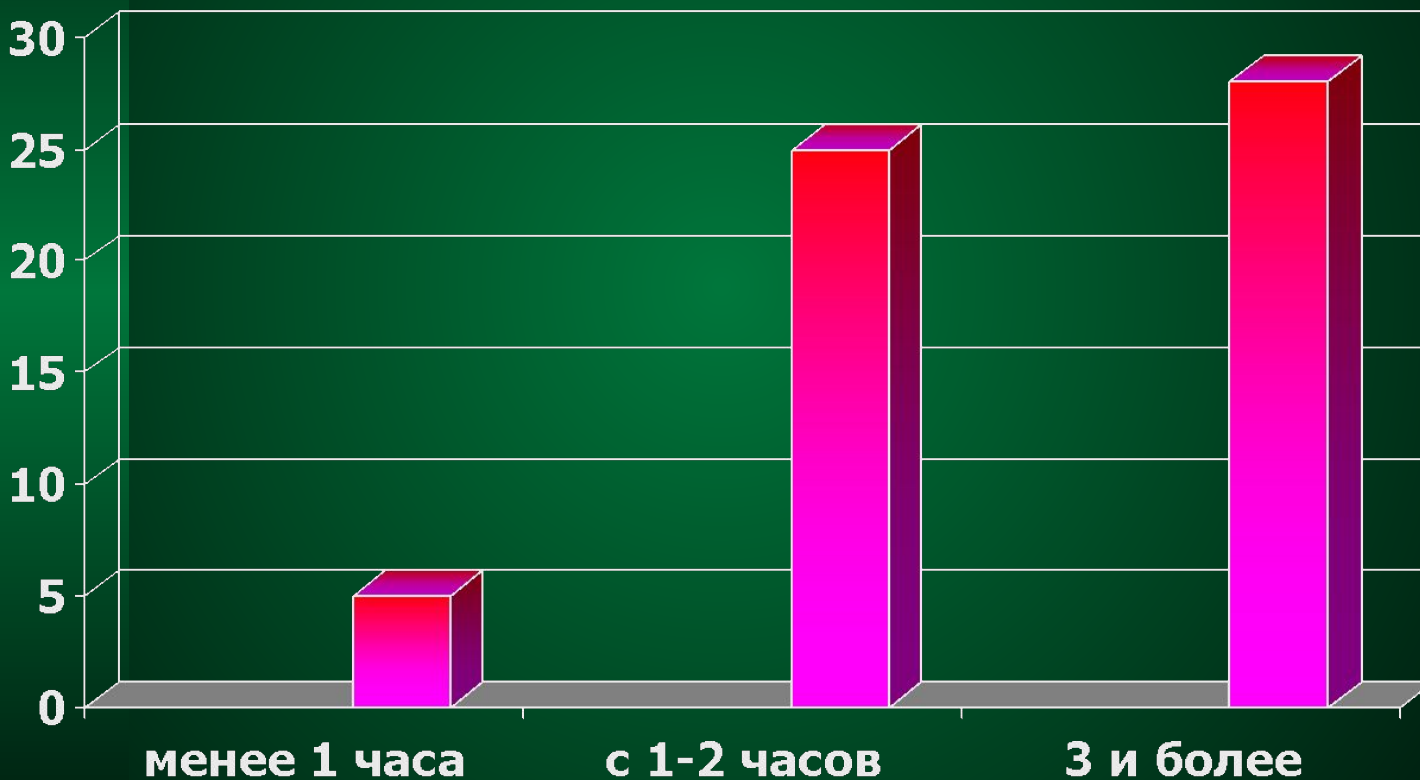


Возраст начало работы на компьютерах



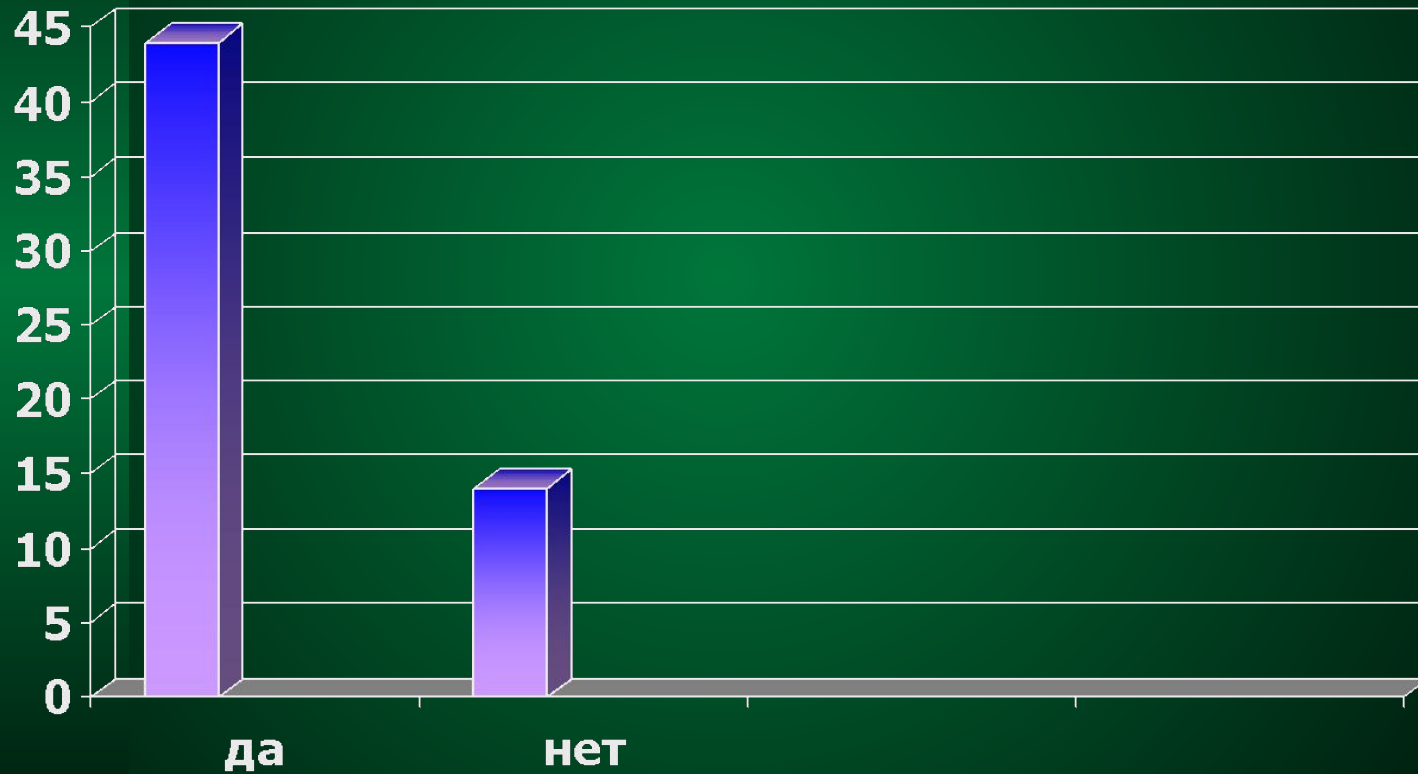


Время работы на компьютере





Компьютерные игры



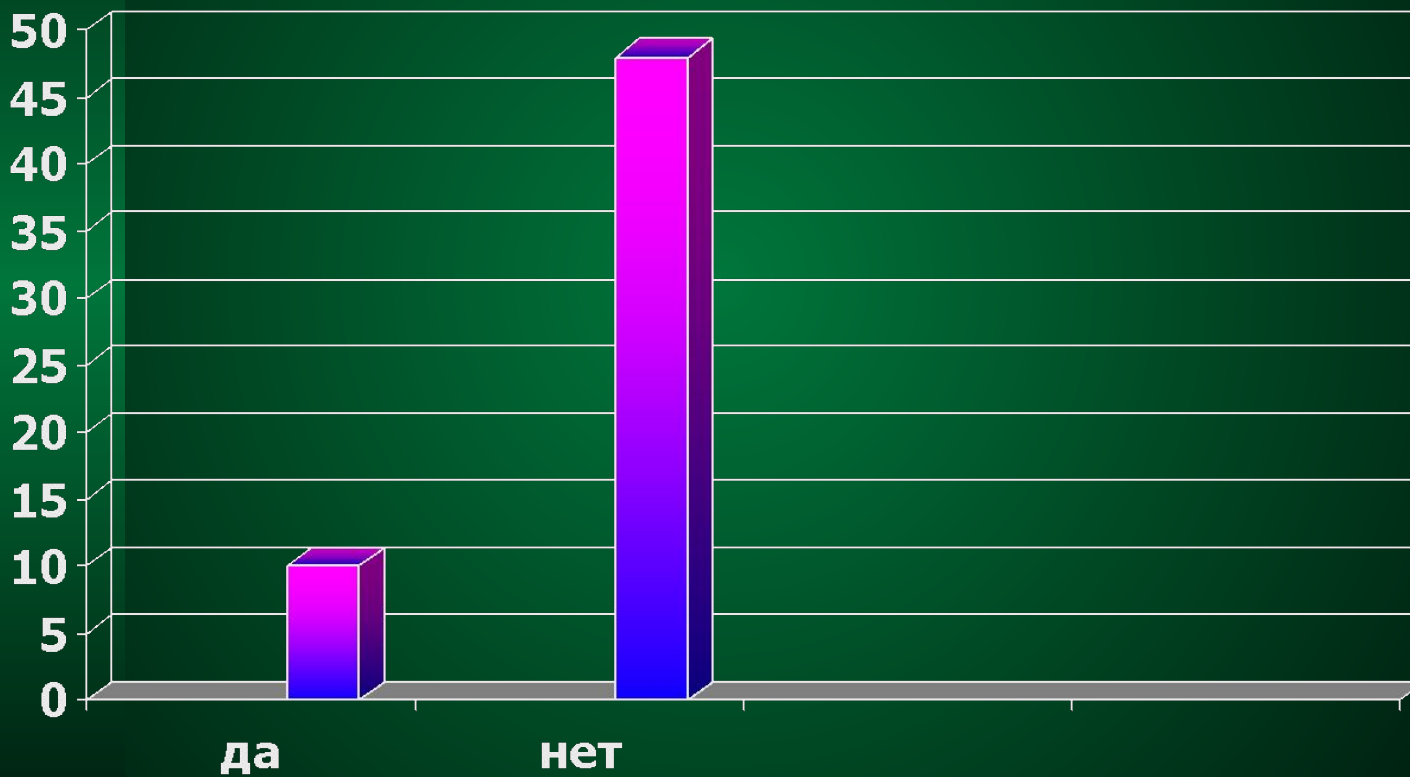


Свежий воздух или КОМПЬЮТЕР





Гимнастика для глаз





Полезные советы





