«Компьютер. Что это: новая угроза для здоровья или современный друг и помощник?»

Авторы:

Ученицы 10 класса
Ананьева Марина
Алексеева Ольга
Егошина Виктория

Научный руководитель:

Гаджимурадова
Жанна Магомедовна,
учитель информатики и ИКТ

Чебоксары 2012

fppt.com

Актуальность проблемы

Сегодняшние темпы компьютеризации превышают темпы развития всех других отраслей. Современный человек использует компьютер повсеместно – на работе, дома, в машине. Компьютер дал нам всем большие возможности: подготовка рефератов, общение через сайты, хранение информации, развлечения в виде компьютерных игр.

Но вместе с пользой компьютер внес в нашу жизнь и негативные моменты. К сожалению, для многих компьютер стал самоцелью, вместо того, чтобы быть средством для познания и совершенствования себя самого. Многие школьники стали проводить за компьютером огромное количество времени, не замечая ничего вокруг себя. Компьютер заменил им общение с друзьями, занятия в кружках по интересам, сократил время на подготовку домашних заданий. Проблема психологического пристрастия к компьютерным играм становится актуальной для России, а учитывая то, что количество людей, попадающих в компьютерную зависимость, с каждым днем растет, этот вопрос является актуальным.

fppt.com

Цели

- *Определить влияние компьютера на здоровье детей и дать рекомендации по сохранению здоровья при работе за компьютером.*
- *показать вредные факторы, влияющие на здоровье пользователей при работе за компьютером, а также профилактические меры, снижающие действие этих факторов*

Задачи

- *Изучить литературу о правилах работы за компьютером;*
- *Выяснить, влияет ли работа с компьютером на организм человека и как можно сохранить здоровье при работе с компьютером*
- *Провести анкетирование.*
- *Выявить отношение учащихся к проблеме: Как сохранить здоровье при работе с компьютером?*

fppt.com

Тема исследования:

«Компьютер.
Что это: новая угроза для здоровья или современный друг и помощник?»

Методы исследования:

Обзор литературы по данной теме.
Анкетирование.

Объект исследования:

учащиеся 3– 10-го классов МОУ «СОШ №11»

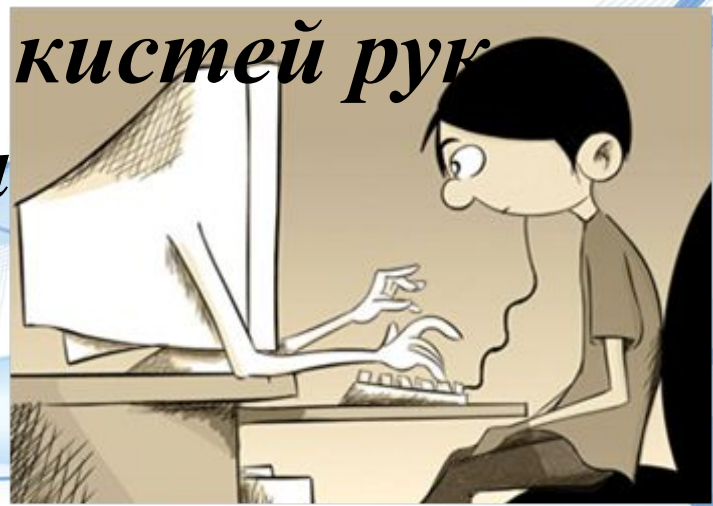
Метод исследования:

Анкетирование учащихся 3-10 классов с целью определения положительных и негативных влияний компьютера на личность школьника,психические процессы: внимание, память

fppt.com

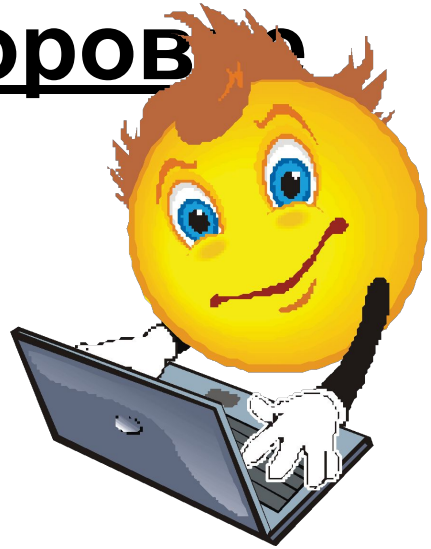
1. Компьютер: вредные для здоровья факторы

- *1.1.нагрузка на зрение*
- *1.2. Стесненная поза.*
- *1.3.Затрудненное дыхание.*
- *1.4.Боли в мышцах спины, шеи и головные боли.*
- *1.5.Остеохондроз.*
- *1.6.Заболевания суставов кистей рук*
- *1.7. Психическая нагрузка*
- *1.8. Излучение.*



fppt.com

2. Профилактические меры, снижающие действие вредных факторов, влияющих на здоровье пользователей.



- *2.1 правильное расположение предметов в помещении*
- *2.2 Правильная рабочая поза*
- *2.3 Снижение утомляемости глаз.*
- *2.4 Пауза для отдыха.*
- *2.5 А что делать, если устают руки?*

fppt.com

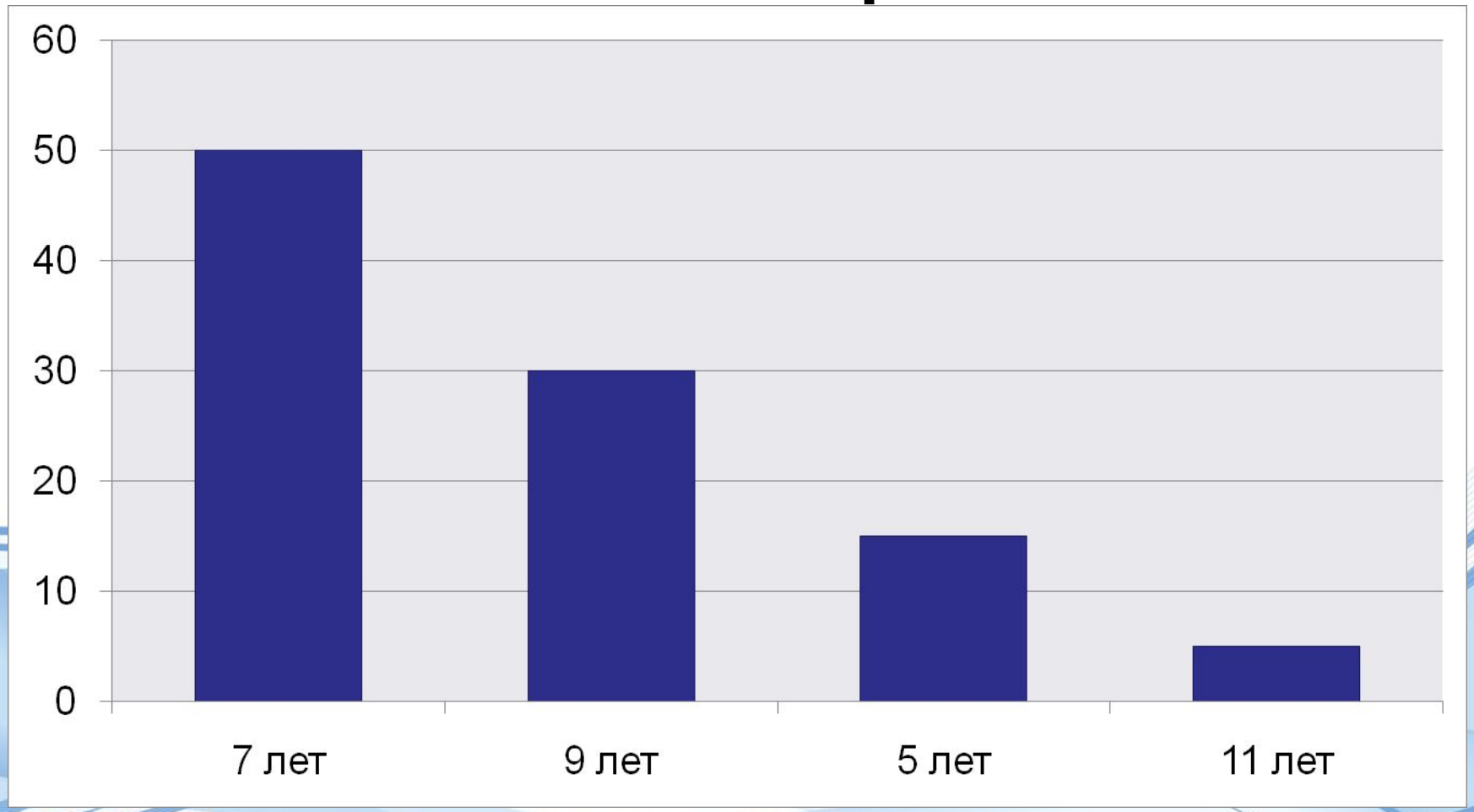
3.Компьютер - друг и помощник.

- *3.1.Влияние компьютера на детей.*
- *3.2.Компьютер,как способ развлечения.*
- *3.2.1. Как влияют компьютерные игры на развитие ребёнка.*
- *3.3.Что плохо?*
- *3.4. Советы позитивного отношения к компьютеру подросткам и их родителям «Когда компьютер – твой друг».*

fppt.com

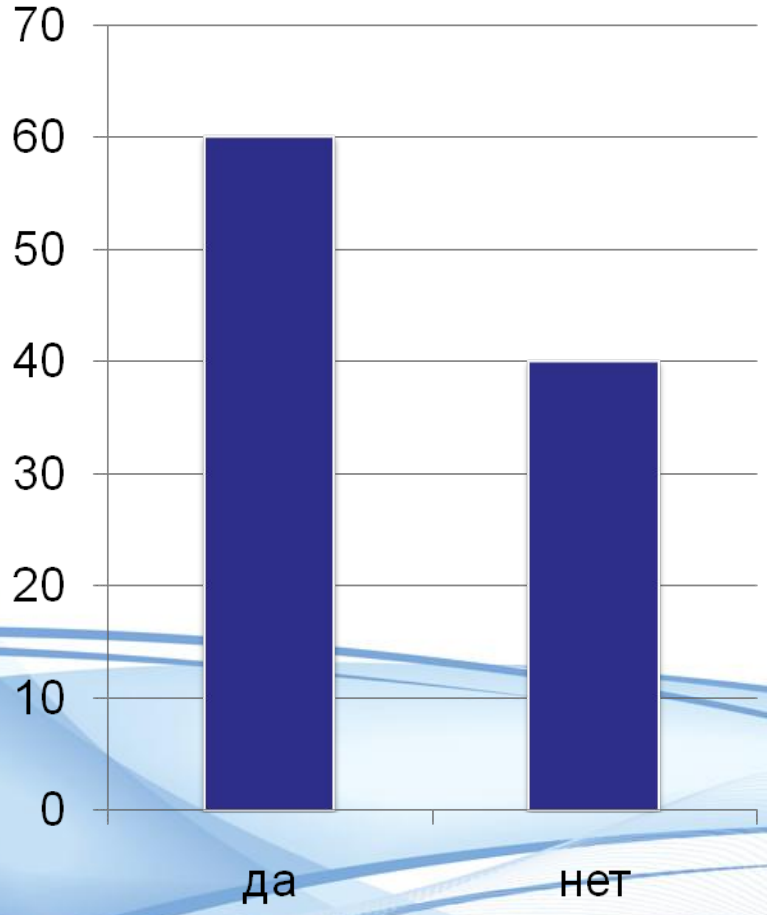
Анкетирование

Во сколько лет вы начали работать за компьютером?

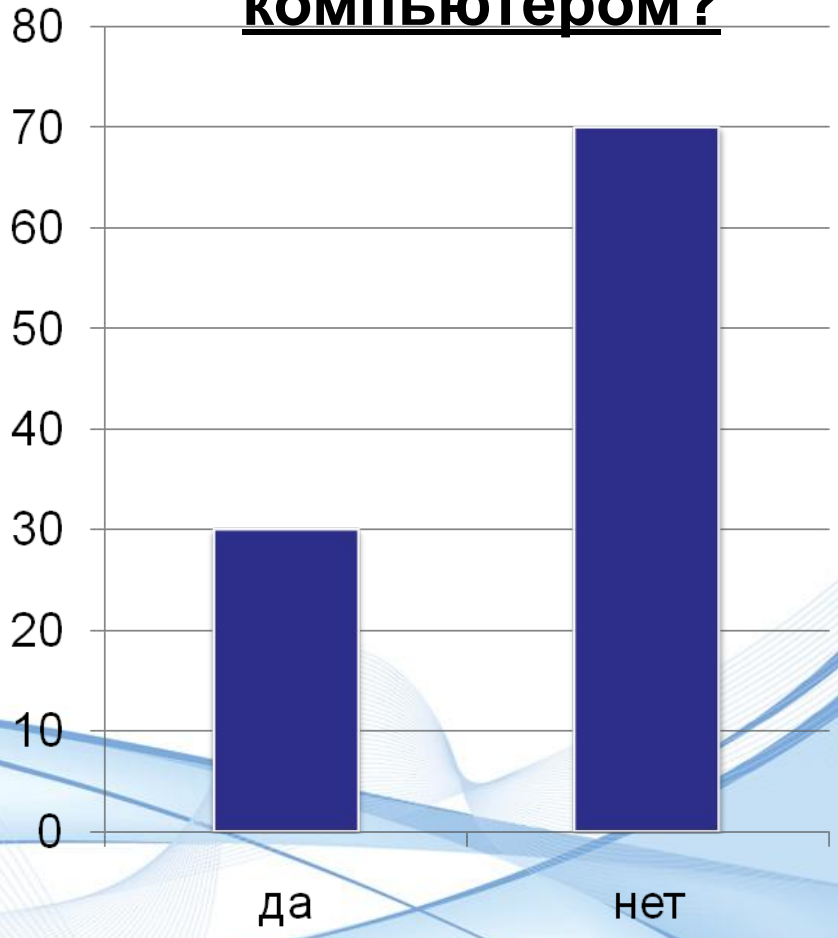


fppt.com

Устают ли у вас глаза после работы за компьютером?



Делаете ли вы физ-минутку во время работы за компьютером?



fppt.com

Что бы вы предпочли делать в свободное время?

fppt.com

Заключение

Наступивший век - эпоха информационных технологий. Отлучить нас – детей от компьютера все равно не удастся, да и не нужно. Учёные доказали, что при работе за компьютером, вырабатывается умение быстро принимать решения и не теряться, когда происходит сбой и на экране появляется не то, что ожидал, которое поможет при решении более сложных задач. Наше исследование доказало, что компьютер, как и всё, что окружает нас, может быть и полезным, и вредным. Мы пришли к выводу, что «общение» с компьютером необходимо, полезно в работе, облегчает поиск и работу с информацией, но требует жесткой установки рабочего времени и выполнения санитарно-гигиенических правил. Это важно, чтобы уменьшить отрицательное воздействие компьютера на детский организм. Интерес детей к компьютеру огромен, и нужно направить его в полезное русло. Компьютер должен стать для ребёнка равноправным партнёром, способным очень тонко реагировать на все его действия и запросы. Соблюдение несложных правил работы на компьютере позволит сохранить здоровье и одновременно открыть ребёнку мир огромных возможностей.

fppt.com

Спасибо!

fppt.com