

http://

@

www

internet

Научно-технический прогресс (НТП)

Содержание



Цель проведения цикла бесед

Содержание классного часа

1. Я и компьютер

2. Реклама давит на психику детей

3. **Сотовый телефон и здоровье**



Цель занятия

❖ Довести до сведения учащихся информацию о вредном влиянии современной техники (телевизора, компьютера, сотовых телефонов) на организм человека;

❖ Рассказать о правилах безопасности пользования соответствующей техникой в целях сохранения здоровья.

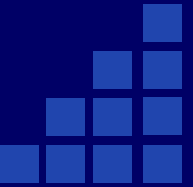
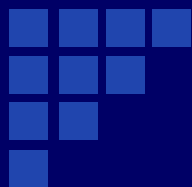
Форма проведения:
информационные сообщения с элементами беседы



Содержание классного часа

Научно-технический прогресс – это, как говорят, техника на грани фантастики. Это действительно так: за несколько десятилетий компьютерная технология сделала потрясающий рывок в своем развитии! Уже никого не удивляют компьютерные классы, компьютерные дома, сотовые телефоны – уже не роскошь, а необходимость.





Они стали постоянным атрибутом не только бизнесменов, но и большинства рядовых граждан, появились в том числе у многих учащихся. Раз уж мы живем в XXI в. И нам никуда не деться от НТП, то давайте немного поговорим о влиянии современной техники на здоровье человека, особенно на организм ребенка. Знания помогут не только правильно и эффективно использовать достижения науки, но и сохранить здоровье.

Беседа первая: «Я и компьютер»



I. Нагрузка на зрение



1

**Качество
монитора**

2

**Содержание
изображения**

3

**Общий
ИТОГ**

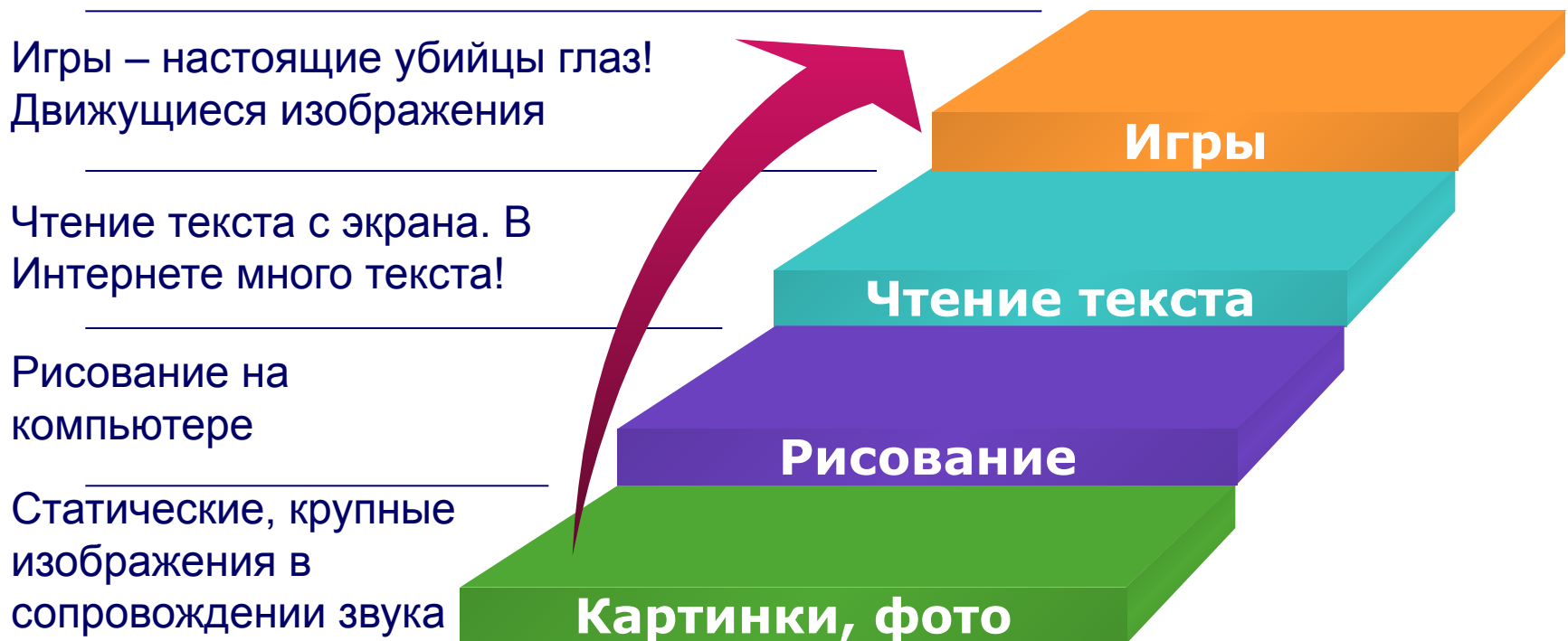
1. Качество монитора

| Нагрузка на зрение | % |
|--------------------------------------|----------|
| Устаревший монитор | 100 |
| Современный монитор 14 дюймов | 70 |
| Современный монитор 17 дюймов | 60 |
| Современный монитор 15 дюймов | 40 |
| Цветной ЖК монитор | 20 |
| ЖК проектор | 15 |

Следовательно, час игры на устаревшем мониторе по нагрузке равноценен двум часам игры на хорошем мониторе.

2. Содержание изображения

Степень утомляемости глаз возрастает снизу вверх в зависимости от содержания изображения



2. Содержание изображения

Безопасно: статические изображения



Опасно: движущиеся изображения



3. ОБЩИЙ ИТОГ

Время, проведенное за компьютером и время, проведенное перед телевизором, следует суммировать!

Качество дисплея выше качества телевизионной трубки.

Однако дисплей, как правило, ближе.

Нагрузка на глаза от монитора немного ниже, чем от телевизора.



II. Стесненная поза

1

**Затрудненное
дыхание**

2

Остеохондроз



3

**Заболевания
суставов
кистей рук**

Как уменьшить вредное влияние?



❖ Правильно подобрать мебель. И столы, и стулья, и прочие аксессуары должны быть специализированные, подобранные именно для детей.

❖ Проекционное оборудование – не блаж. Если давать задание через индивидуальное рабочее место, то нагрузка повышается. Использование проектора нагрузку снижает.



III. Психическая нагрузка

Компьютер требует не меньшей сосредоточенности, чем вождение автомобиля.

Интересные игры требуют огромного напряжения, которого практически не бывает в обычных условиях.



Возьми за правило!

- ❖ В работе следует делать перерывы. Каждые 30 минут – перерыв на 15 минут.
- ❖ Внимательно следите за содержательной стороной игр, в которые вы играете.



Самое вредное в компьютере не излучение, психическое воздействие может оказаться намного серьезнее.

IV. Излучение

Радиация от
компьютерного
монитора

Электростатическое
поле

Электромагнитные поля



**ЖК дисплеи
лишены
большинства
этих недостатков**

Снижение количества пыли в помещении

В частности в компьютерных классах крайне нежелательно применение мела, поскольку мел постепенно переходит с доски на лица, разгоняемый статическими полями.



Самый простой способ борьбы – после работы на компьютере умыться холодной водой.

Берегите себя!



Ресурсы

- ❖ Классные часы в 10-11-х классах/Е.П.Сгибнева, Т.Б.Солдатова
- ❖ Шаблоны презентаций -
<http://powerpoint4you.ru/5-shablonov-dlya-biznes-prezentacij/>
Картинки
- ❖ <http://www.liveinternet.ru/users/pekshin/post94348447/>
- ❖ http://www.rusrep.ru/2007/29/news_skrytaya_programma_shkoly/
- ❖ <http://www.telecomexpert.ru/part.html>
- ❖ <http://www.air-phone.ru/index.php>
- ❖ <http://www.beeset.ru/?m1=30&m2=50&id=418722>
- ❖ <http://www.infoblod.ru/e/202637-multiplikatsiya> - анимации
- ❖ <http://www.liveinternet.ru/users/yan48/post112490783/> - анимации
- ❖ <http://radikal.ru/F/s45.radikal.ru/i107/1007/bc/f53c8335bc53.gif.html>
- скринсейвер



Thank You !