ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРА НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ

Цель: Выявить положительное и отрицательное влияние компьютера на организм студента.

План работы

№ п/ п	Этапы работы	Количество часов	Срок выполнения
1	Организационное занятие 1. Сообщение темы и цели работы 2. Знакомство с планом работы	2	октябрь
2	Проведение анкетирования групп нового набора	4	ноябрь
3	Обработка результатов анкетирования	6	декабрь
4	Анализ и сравнение анкетирования 2007 – 2008 г.	4	март
5	Выводы и рекомендации	2	апрель
6	Оформление работы	4	апрель
7	Отчет о работе	2	Апрель - май
Итого:		**24**	

2007 – 2008 учебный год

2006 – 2007 учебный год

Анкета

Ответы: Да, нет, иногда

1.Возникают ли у Вас какие – либо из перечисленных признаков при работе за компьютером:

- мерцание в глазах;
- появление колеблющейся завесы с какой либо стороны;
- резкое снижение остроты зрения;
- световые вспышки перед глазами, особенно в покое и в темноте;
- Летающие «мушки», «хлопья», «сажа» перед глазами.

2. Возникает ли у Вас боль в спине при долгой работе за компьютером?

3. Начинает ли у Вас голова при работе или после работы на компьютере?

4. Бывает ли такое, что, начиная играть в компьютерные игры или общаться по Интернету, Вы не можете «остановиться» и прекратить игру или общение?

5. Сколько времени кроме учебных занятий Вы проводите за компьютером?

6. Соблюдаете ли Вы правила техники безопасности при работе за компьютером?

7. Считаете ли Вы важным для себя соблюдать правила техники безопасности при работе на ПК?

8. При работе на ПК Вы чаще испытываете положительный эмоциональный настрой, работаете с удовольствием?

9. Как изменилась Ваше самочувствие и здоровье за время обучения в колледже?

Ответы: Осталось прежним
Ухудшилось
Улучшилось

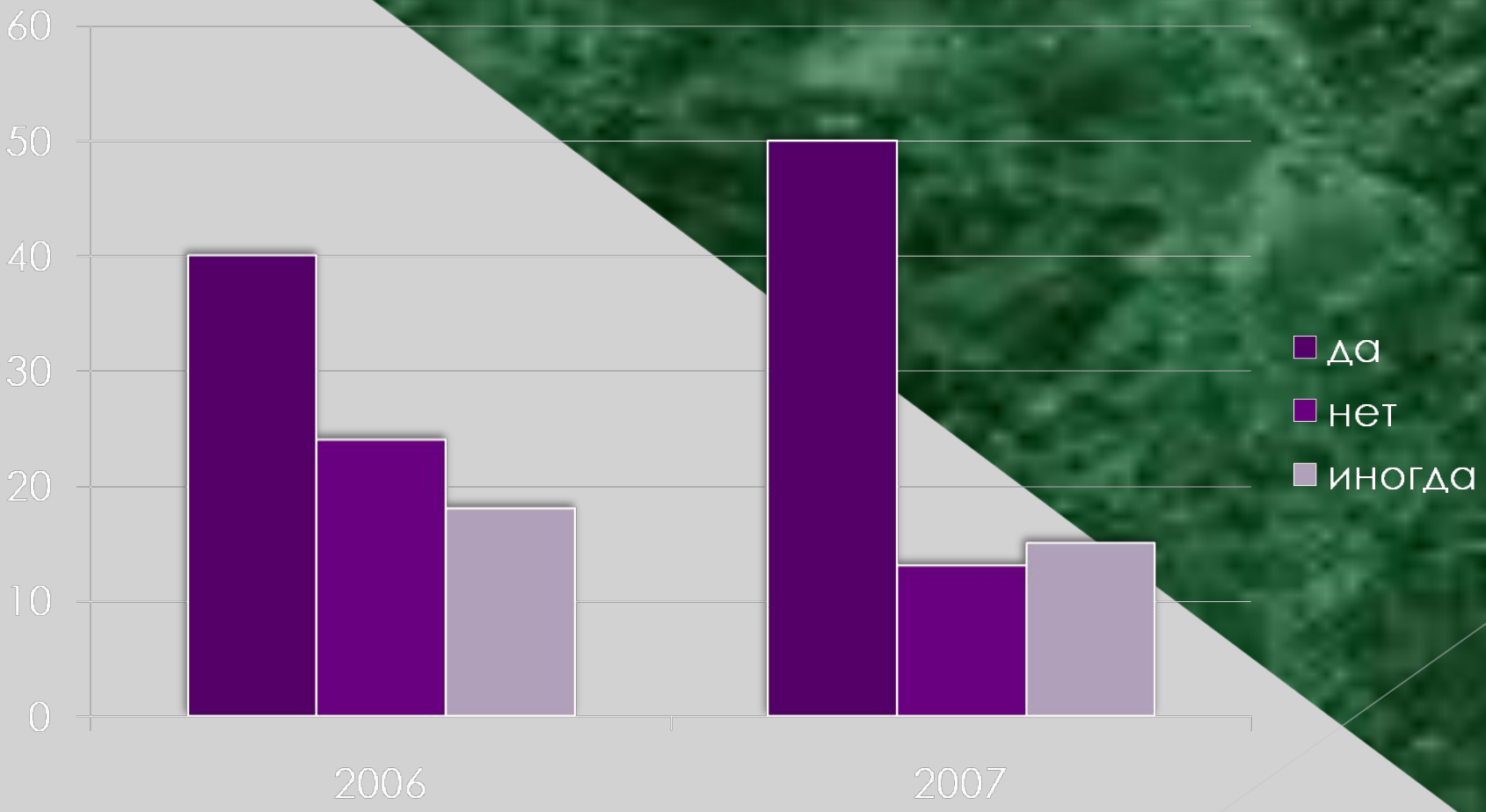
10. Связываете ли Вы изменение в самочувствии с длительной работой на ПК?

Ответы: Да
Нет
Затрудняюсь ответить

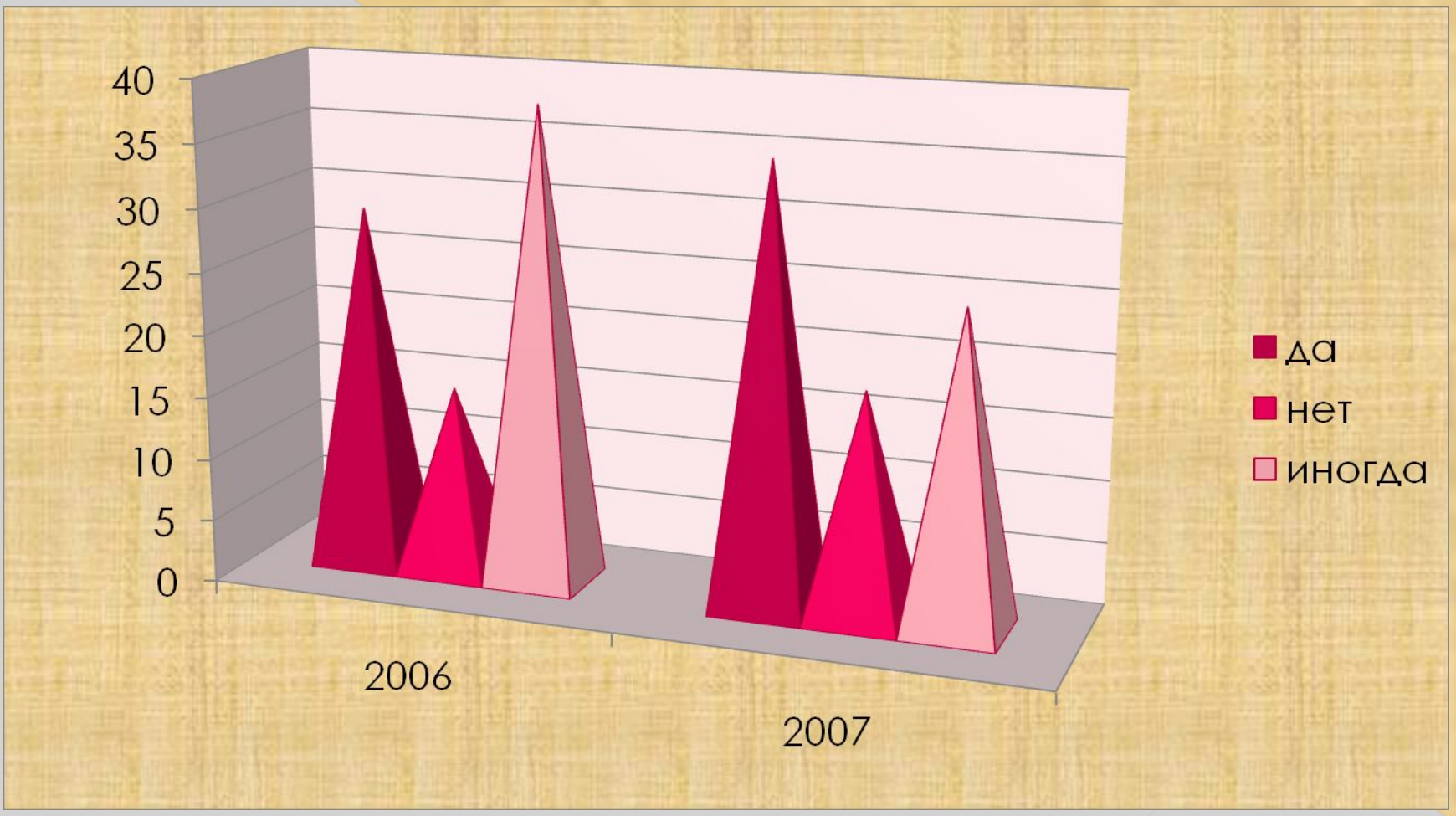
1. Возникают ли у Вас какие – либо из перечисленных признаков при работе за компьютером:

- мерцание в глазах;
- появление колеблющейся завесы с какой – либо стороны;
- резкое снижение остроты зрения;
- световые вспышки перед глазами , особенно в покое и в темноте;
- летающие «мушки», «хлопья», «сажа» перед глазами.

Вопрос № 3
Начинает ли у Вас болеть голова при работе или после работы на компьютере?



Вопрос №4
бывает ли такое , что, начиная играть в компьютерные игры или общаться по Интернету , Вы не можете «остановиться» и прекратить игру или общение?



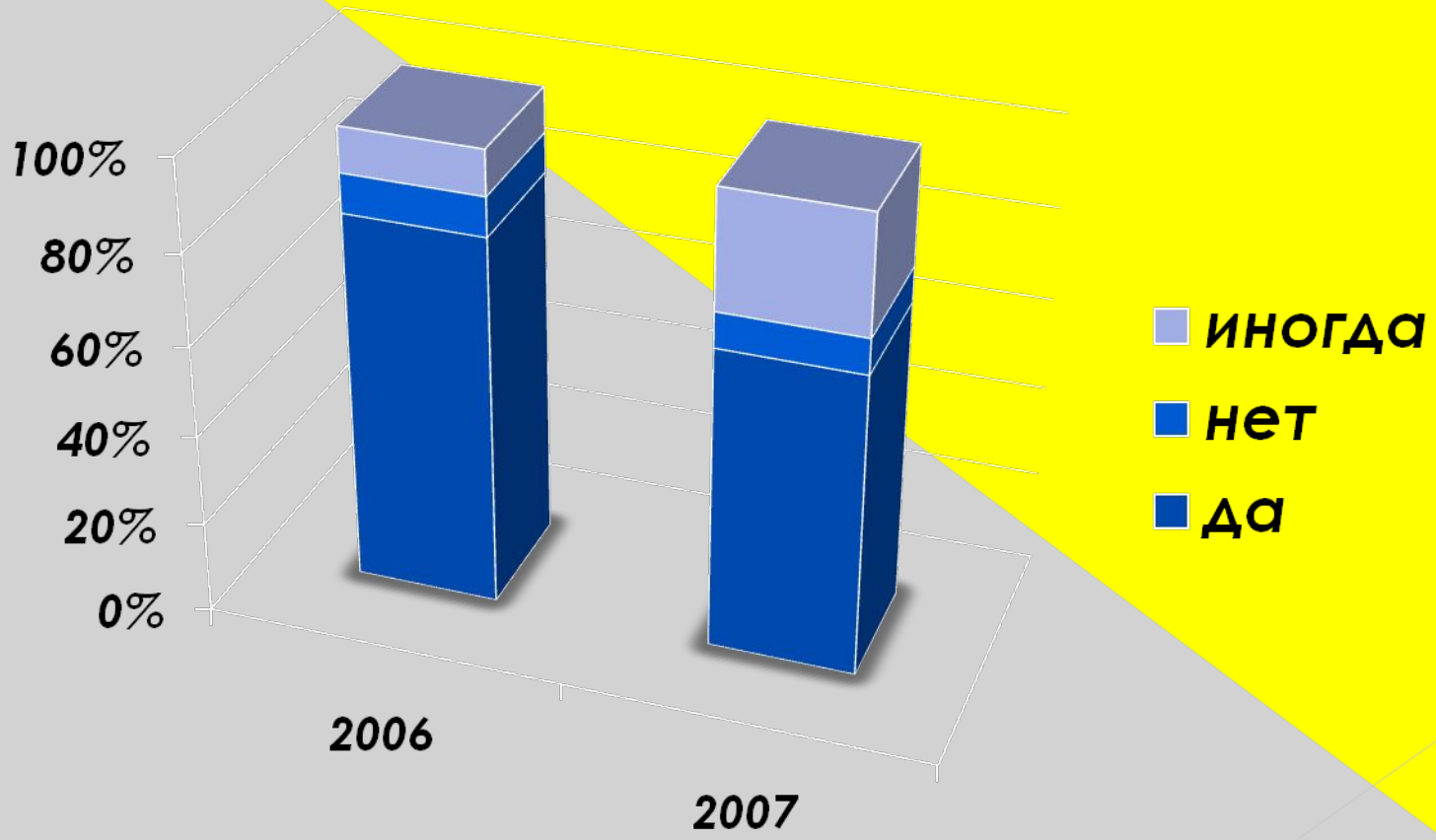
Вопрос № 5
Сколько времени кроме учебных занятий Вы проводите за компьютером?

2006 год в среднем 3 часа.

2007 год в среднем 5 часов.

НОРМА 30 МИНУТ

Вопрос № 6
Соблюдаете ли Вы правила техники безопасности при работе за компьютером?



Вопрос № 8
При работе на ПК Вы чаще испытываете положительный эмоциональный настрой, работаете с удовольствием?

	2006	2007
ДА	50	58
НЕТ	8	9
ИНОГДА	24	11

Вопрос № 10
Связываете ли Вы изменения в самочувствие с длительной работой на ПК?

Ответы	*2006*	*2007*
Да	**17**	**28**
Нет	**24**	**17**
Затрудняюсь ответить	**4**	**33**

Вывод!

По проведенной нами научно – исследовательской работе можно сказать о том, что многим студентам нравится работать за компьютером, НО не все знают как это делать! Не все студенты знают о правилах техники безопасности , о правильных положениях за компьютером.

Наша научно – исследовательская группа считает, что моментам которые указаны выше нужно уделять как можно больше внимания.

РЕКОМЕНДАЦИИ.

По нашему мнению нужно:

- ✔ **Проводить классные часы на тему « ПК и Человек»**
- ✔ **Проводить тренинги:**
  - ❖ **Для улучшения зрения;**
  - ❖ **Как правильно сидеть за ПК;**
  - ❖ **Правила техники безопасности**

Пожелания:

- Читать больше литературы на тему « Я и компьютер»
- Создать кружок любителей информатики.
- Серьёзно относиться к правилам техники безопасности.
- Учиться правильно работать на компьютере.
- Не забывать нормы и ограничения при работе за компьютером.
- Не забывать о своём личном здоровье.