

**«КОМПЬЮТЕР ПОСЛАН
НАМ СУДЬБОЙ, НО ВЫБОР
ВСЕ ЖЕ ЗА ТОБОЙ»**



ВЫПОЛНИЛИ:
БЕЛОТКАЧ ИРИНА , УЧЕНИЦА 10 класса
УРСУ АНАСТАСИЯ , УЧЕНИЦА 10 класса
РУКОВОДИТЕЛЬ:
ГОЛУБОВА ОЛЬГА АФАНАСЬЕВНА,
УЧИТЕЛЬ БИОЛОГИИ МОУ «БСОШ № 18»

**СРЕДСТВО
РАЗВИТИЯ**

РАБОТА

**СРЕДСТВО
ОБУЧЕНИЯ**

ЗНАЧЕ

ПЬЮТЕРА



**СПОСОБ
ОБЩЕНИЯ**

ОТДЫХ

**СРЕДСТВО
ИНФОРМАЦИИ**

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

- ◆ **ИССЛЕДОВАТЬ ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРА НА ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКА**

◆ ***ГИПОТЕЗА***

- ◆ **ПК, ЯВЛЯЯСЬ НЕОТЪЕМЛЕМОЙ ЧАСТЬЮ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ШКОЛЬНИКА, ВЛИЯЕТ НА ЕГО ЗДОРОВЬЕ, В ЧАСТНОСТИ НА ЗРЕНИЕ, ОСАНКУ, ПСИХИКУ, ПОЗНАНИЕ.**

ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- ◆ **ИЗУЧИТЬ ЛИТЕРАТУРУ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ;**
- ◆ **ОПРЕДЕЛИТЬ ВРЕДОНОСНЫЕ ФАКТОРЫ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ;**
- ◆ **ИССЛЕДОВАТЬ ПРОБЛЕМУ УВЛЕЧЕННОСТИ ШКОЛЬНИКАМИ НАШЕЙ ШКОЛЫ КОМПЬЮТЕРАМИ;**
- ◆ **СРАВНИТЬ ПОЛУЧЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ С ДАННЫМИ МЕДСМОТРОВ;**
- ◆ **ПРИМЕНИВ МЕТОДИКУ МЮНСТЕРБЕРГА И ВЕКслЕРА, ДОКАЗАТЬ НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРА НА ВНИМАНИЕ И ПАМЯТЬ ПОДРОСТКОВ;**
- ◆ **ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ УЧЕНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ НА ПРОБЛЕМУ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ У ДЕТЕЙ К КОМПЬЮТЕРНЫМ ИГРАМ, О НЕОБХОДИМОСТИ КОНТРОЛЯ С ИХ СТОРОНЫ ЗА ВРЕМЕНЕМ И ПРИСТРАСТИЯМИ В НИХ.**

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- ◆ **ОПРОСА (АНКЕТИРОВАНИЕ);**
- ◆ **НАБЛЮДЕНИЯ (ПРИ ИЗМЕРЕНИИ АД ДО РАБОТЫ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ И ПОСЛЕ НЕЕ);**
- ◆ **ЭКСПЕРИМЕНТ(МЕТОДИКИ МЮНСТЕРБЕРГА И ВЕКслЕРА);**
- ◆ **МАТЕМАТИЧЕСКИЙ(ПРИ ПОДСЧЕТЕ ДАННЫХ АНКЕТИРОВАНИЯ И ЭКСПЕРИМЕНТОВ);**
- ◆ **ЧАСТИЧНО-ПОИСКОВЫЙ (СБОР ДАННЫХ МЕДОСМОТРОВ ЗА ПОСЛЕДНИЕ 3 ГОДА);**
- ◆ **ОПИСАТЕЛЬНЫЙ (ПРИ АНАЛИЗЕ ПОЛУЧЕННЫХ ДАННЫХ АНКЕТИРОВАНИЯ И ЭКСПЕРИМЕНТОВ);**
- ◆ **ГРАФИЧЕСКИЙ (ПРИ ПОСТРОЕНИИ ТАБЛИЦ И ДИАГРАММ);**
- ◆ **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ (ПРИ СРАВНЕНИИ КОЛИЧЕСТВА КОМПЬЮТЕРОВ И ЗАБОЛЕВАНИЙ И ПРИ СРАВНЕНИИ ПОЛУЧЕННЫХ ДАННЫХ ДО РАБОТЫ ЗА ПК И ПОСЛЕ НЕЕ).**

ВЛИЯНИЕ ПК НА ЗДОРОВЬЕ



ВРЕДНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ МОНИТОРА И СИСТЕМНОГО БЛОКА

ВРЕДНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ



☹ **УЛЬТРАФИОЛЕТОВОЕ
И ИНФРАКРАСНОЕ
ИЗЛУЧЕНИЕ**



☹ **ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ
ИЗЛУЧЕНИЕ**

☹ **РЕНТГЕНОВСКОЕ
ИЗЛУЧЕНИЕ**



☹ **СТАТИЧЕСКОЕ
ЭЛЕКТРИЧЕСТВО**

☹ **БЛИКИ И МЕРЦАНИЕ**

ВЛИЯНИЕ НА ЗРЕНИЕ

КОМПЬЮТЕРНЫЙ ЗРИТЕЛЬНЫЙ СИНДРОМ



СИМПТОМ Ы

ОПТИЧЕСК ИЕ

**СНИЖЕНИ
Е
ОСТРОТЫ
ЗРЕНИЯ**

**ДВОЕНИЕ
В ГЛАЗАХ**

**ЗАМЕДЛЕН
ИЕ
ПЕРЕФОКУ
-**

СИРОВКИ

БЫСТРОЕ

**УТОМЛЕН
ИЕ**

ФИЗИЧЕСКИЕ

**ЖЖЕНИЕ
В
ГЛАЗАХ**

**БОЛИ В
ОБЛАСТИ ЛБА**

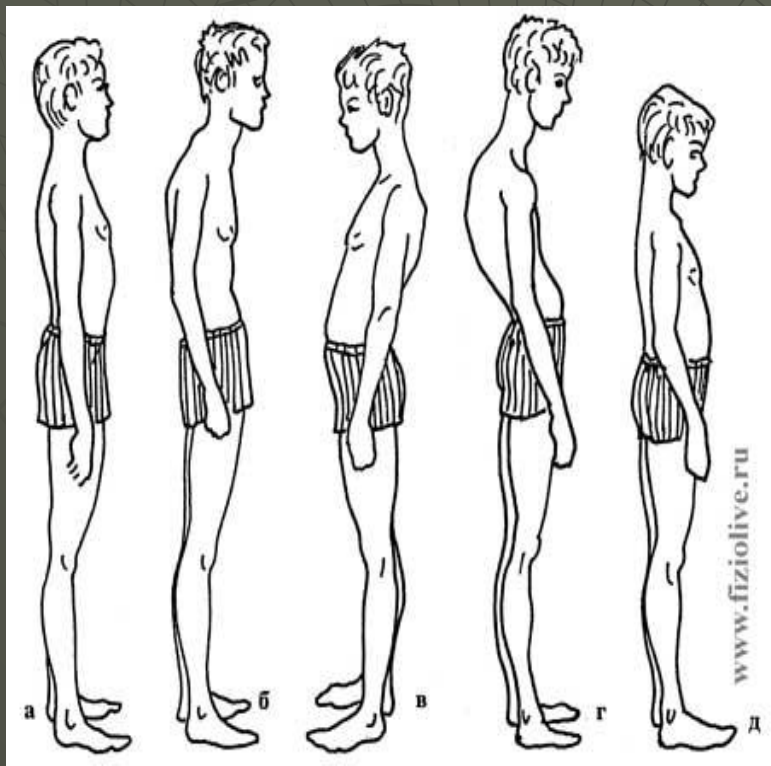
**ЧУВСТВО ПЕСКА ПОД
ВЕКАМИ**

**ПРОГРЕССИРУЮЩИИ
АСТИГМАТИЗМ**

ВЛИЯНИЕ НА ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ

ИСКРИВЛЕНИЯ
ПОЗВОНОЧНИКА

ОСТЕОХОНДРО
3



ТУННЕЛЬНЫЙ
СИНДРОМ



Влияние компьютера на психику:

СТРЕСС

БЕССОННИЦА

НЕРВНЫЕ РАССТРОЙСТВА

ЗАВИСИМОСТЬ

**ИГРОВАЯ
НАРКОМАН
ИЯ**

**ИНТЕРНЕТ-
АДДИКЦИЯ**

ХАКЕРСТВО



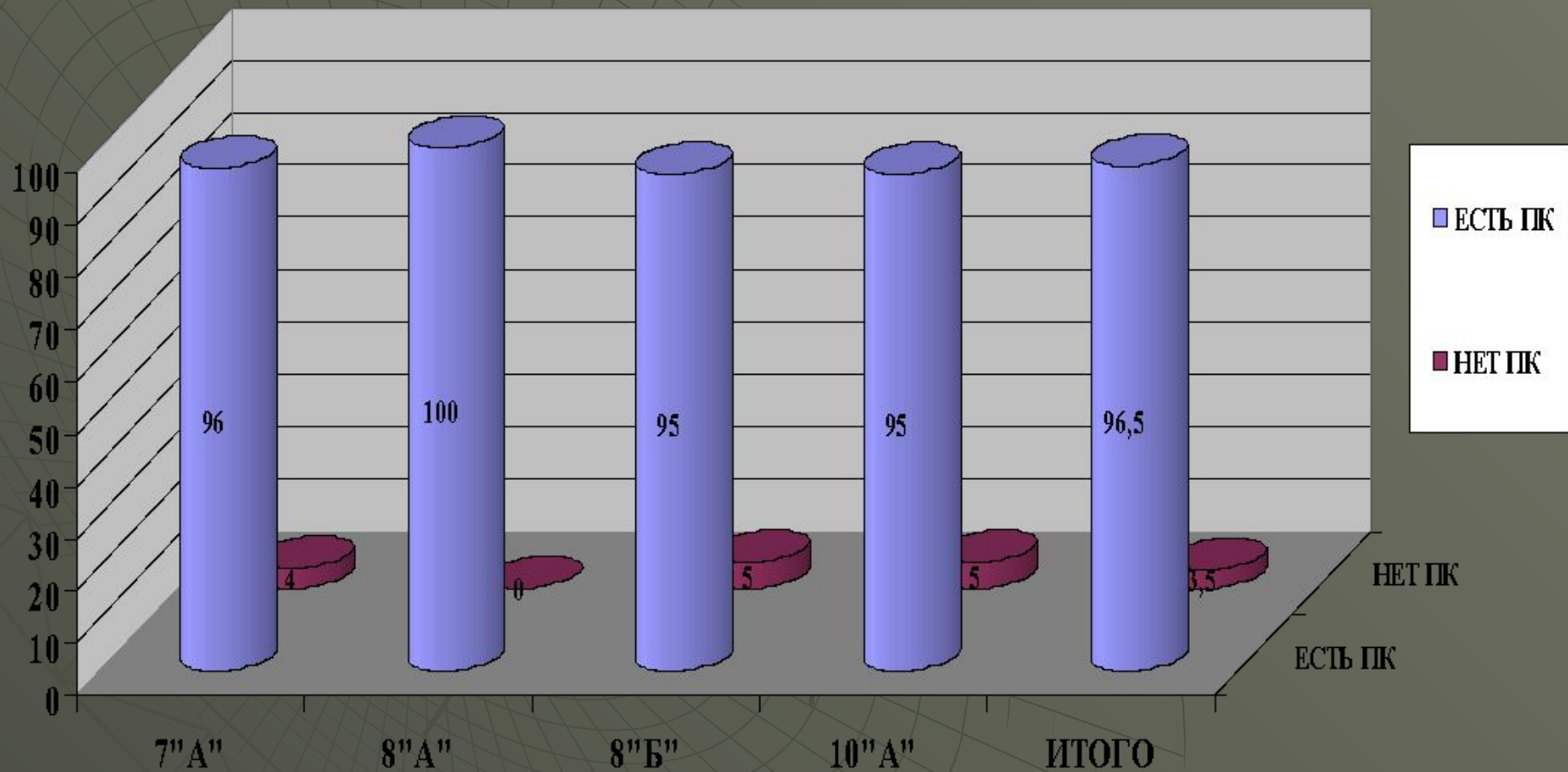
ПРИЗНАКИ ЗАВИСИМОСТИ

- ◆ Если ребенок ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера
- ◆ Провел хотя бы одну ночь у компьютера
- ◆ Прогулял школу – сидел за компьютером
- ◆ Приходит домой, и сразу к компьютеру
- ◆ Забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось)
- ◆ Пребывает в плохом, раздраженном настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался
- ◆ Конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.

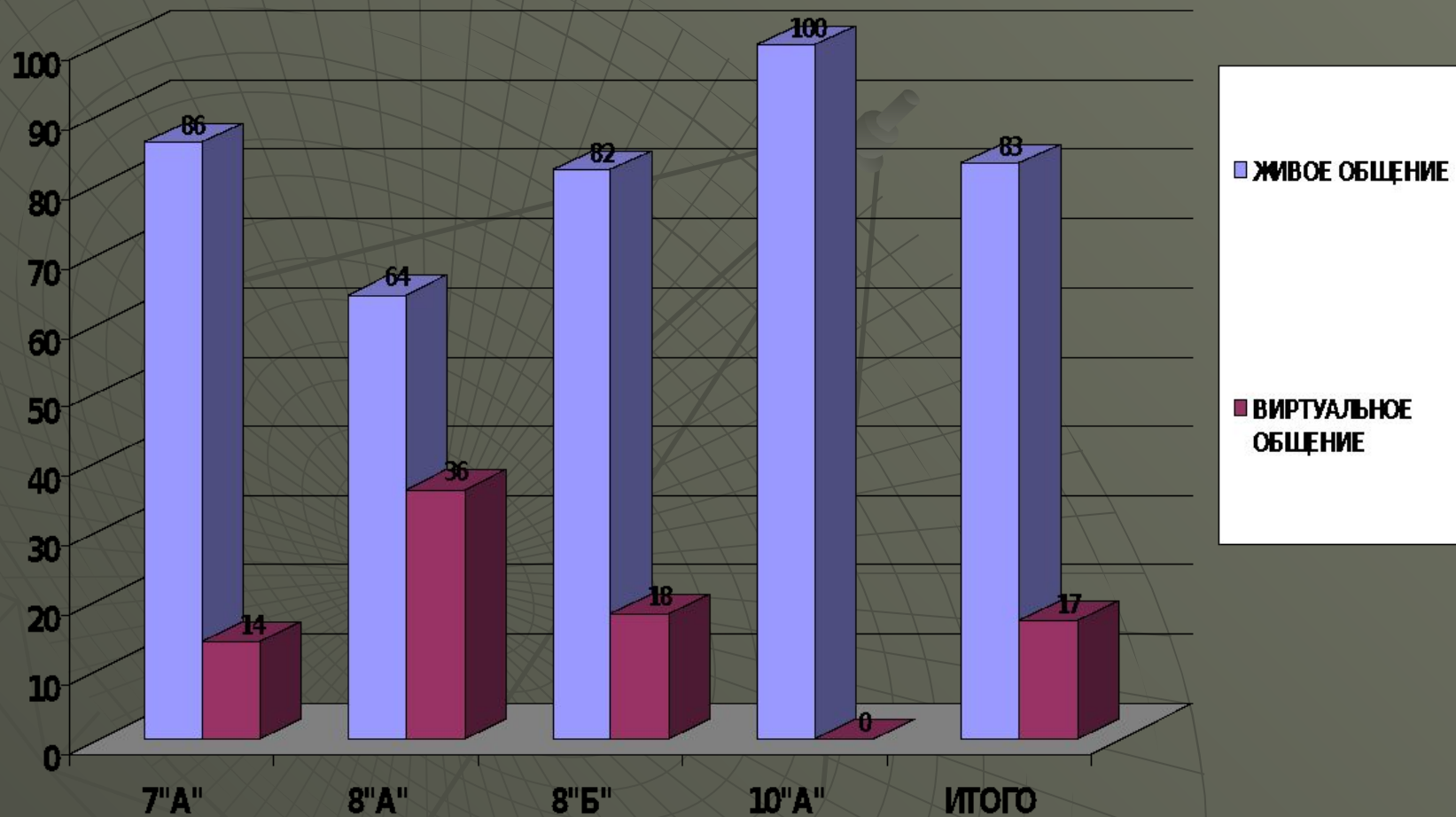
ОСНАЩЕННОСТЬ И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ



ИМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ДОМА КОМПЬЮТЕР?



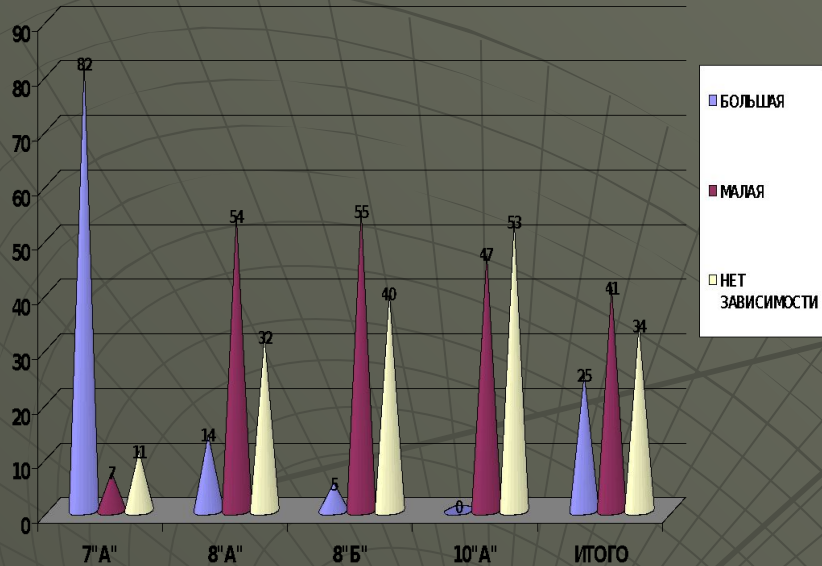
ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ОБЩЕНИЕ ЖИВОЕ ИЛИ ВИРТУАЛЬНОЕ?



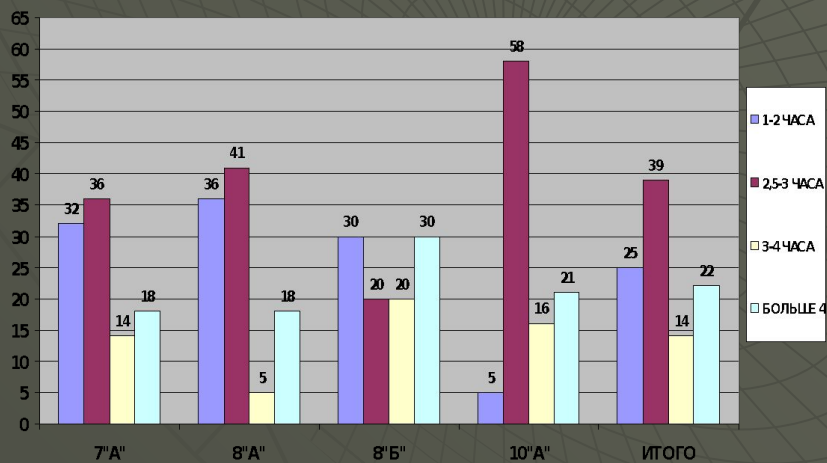
ЗАВИСИМОСТЬ ОТ КОМПЬЮТЕРА



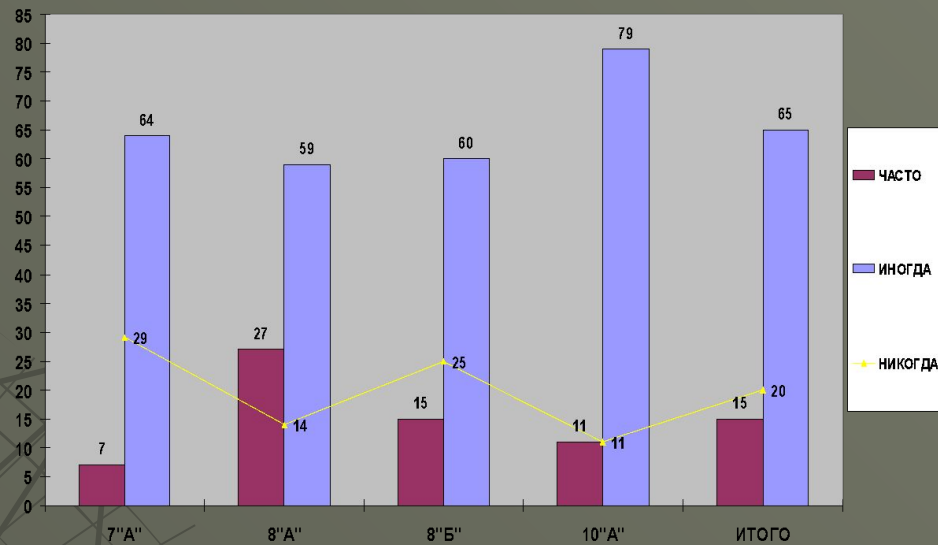
СЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ СЕБЯ ЧЕЛОВЕКОМ, ЗАВИСИМЫМ ОТ КОМПЬЮТЕРА?



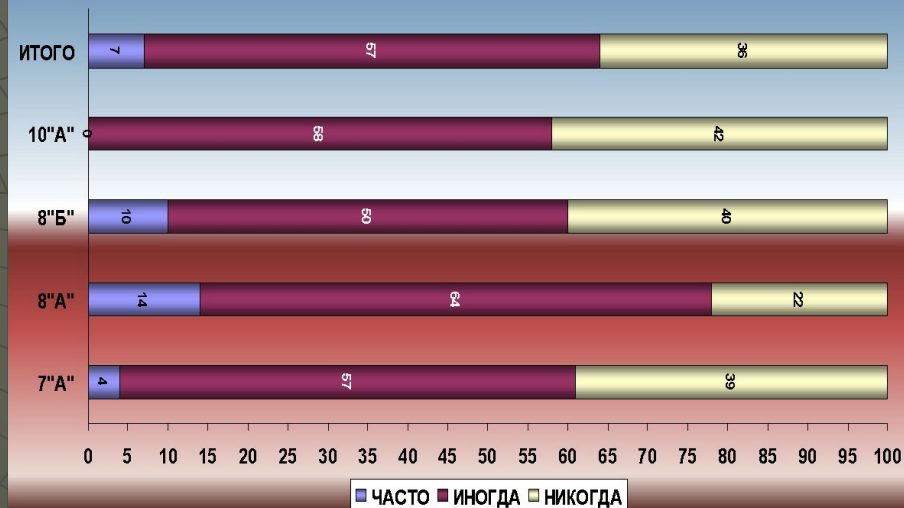
СКОЛЬКО ЧАСОВ В СРЕДНЕМ ВЫ ПРОВОДИТЕ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?



КУШАЕТЕ ЛИ ВЫ, УЧИТЕ УРОКИ, СИДЯ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?



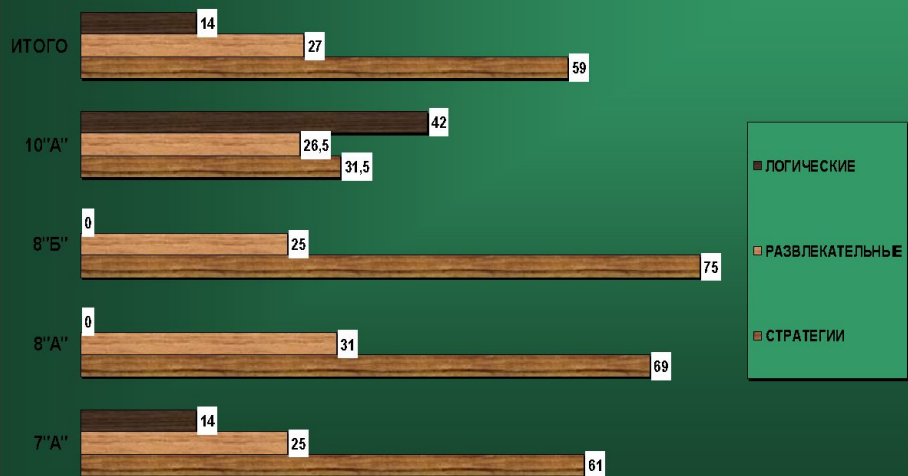
ПРОВОДИТЕ ЛИ ВЫ НОЧЬ НАПРОЛЕТ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?



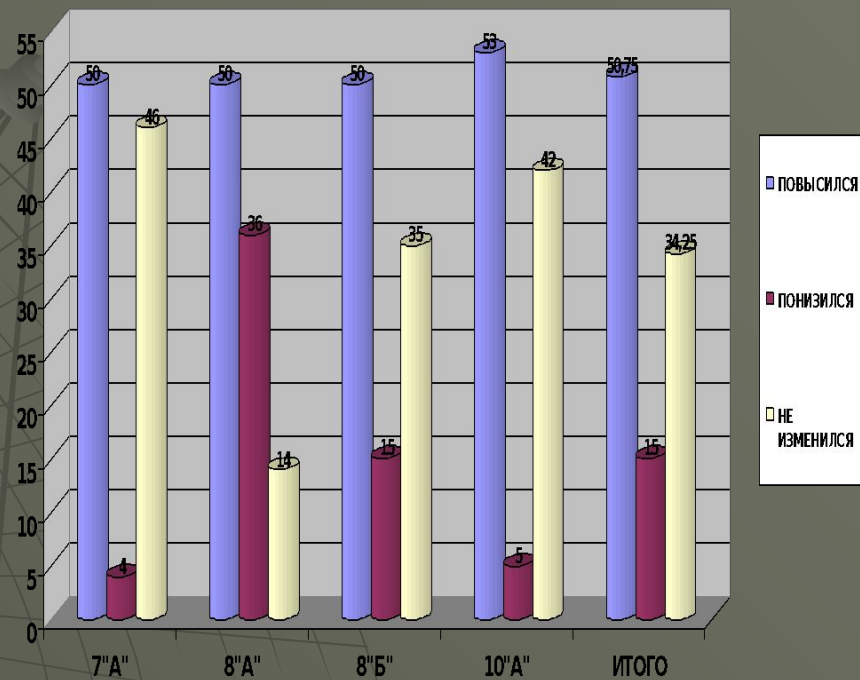
ВЛИЯНИЕ ПК НА РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТА



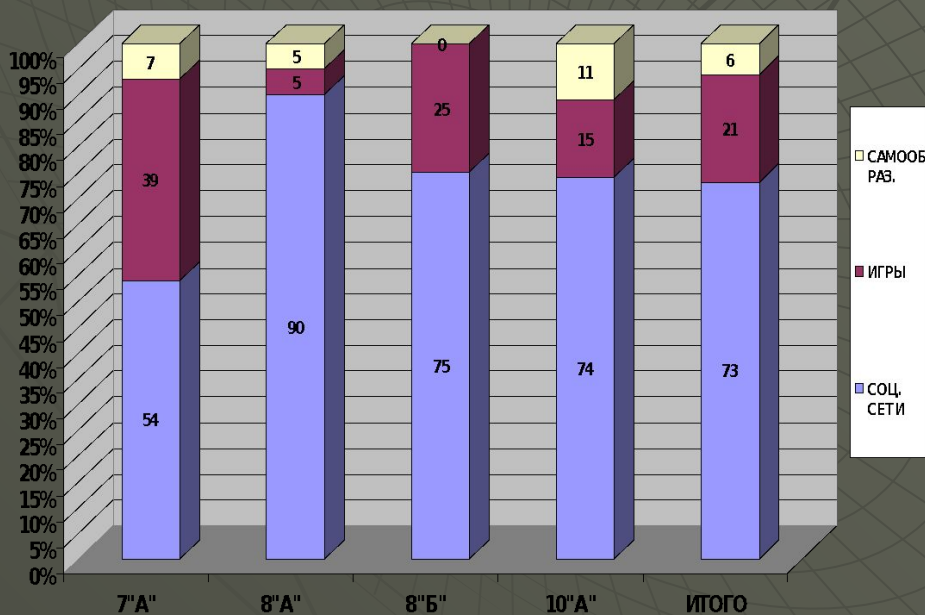
В КАКИЕ КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ИГРАТЬ?



ИЗМЕНИЛСЯ ЛИ ВАШ ИНТЕЛЛЕКТ С ПОЯВЛЕНИЕМ КОМПЬЮТЕРА?



КАК ВЫ ПРОВОДИТЕ ВРЕМЯ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?



МЕТОДИКА МЮНСТЕРБЕРГА

КЛЮЧ:

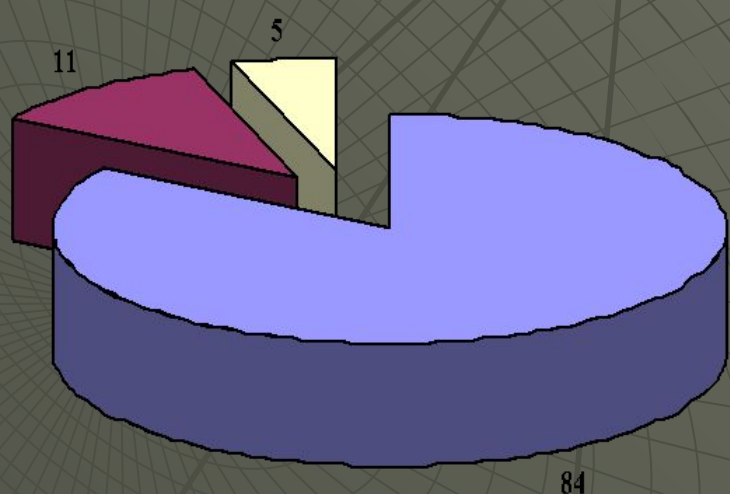
- ◆ бсолнцевтргщоцрайэнзгучновостьхэыгчяфактуекэкзаментроч
- ◆ ягшгцкпрокуроргурстабюетеорияентсджэбьамхоккейтрсицы
- ◆ фцуйгзхтелевизорсолджщзхюэлгщьбапамятьшогхеюжпждргщ
- ◆ хэнздвосприятиейцукенгшщзхъвафыапролдблюбовьавфырпл
- ◆ ослдспектаклячсмитьбюжюерадостьвуфипэждлорпкнародш
- ◆ лджьхэшщгиенакуыфйшрепортажэждорлафывюефбьконкурс
- ◆ йфячыщувскапрличностьэхжэьеюдщщгледжэпрплаваниедтлж
- ◆ эзбьтрдщшжнпркывкомедияшлдкцуйфотчаяниефоячвтлджэ
- ◆ хьфтасенлабораториягщдщнруцтргшщтлроснованиезщдэркэ
- ◆ нтаопрукгвсмтрпсихиатрияблонямстчыйсmtзаяцэагнтэхт

**МЕТОДИКА
МЮНСТЕРБЕРГА**



ИТОГИ ЭКСПЕРИМЕНТА

РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРИМЕНТА ПО МЕТОДИКЕ МЮНСТЕРБЕРГА ДИАГРАММА № 15



■ Снизилось

■ Не изменилось

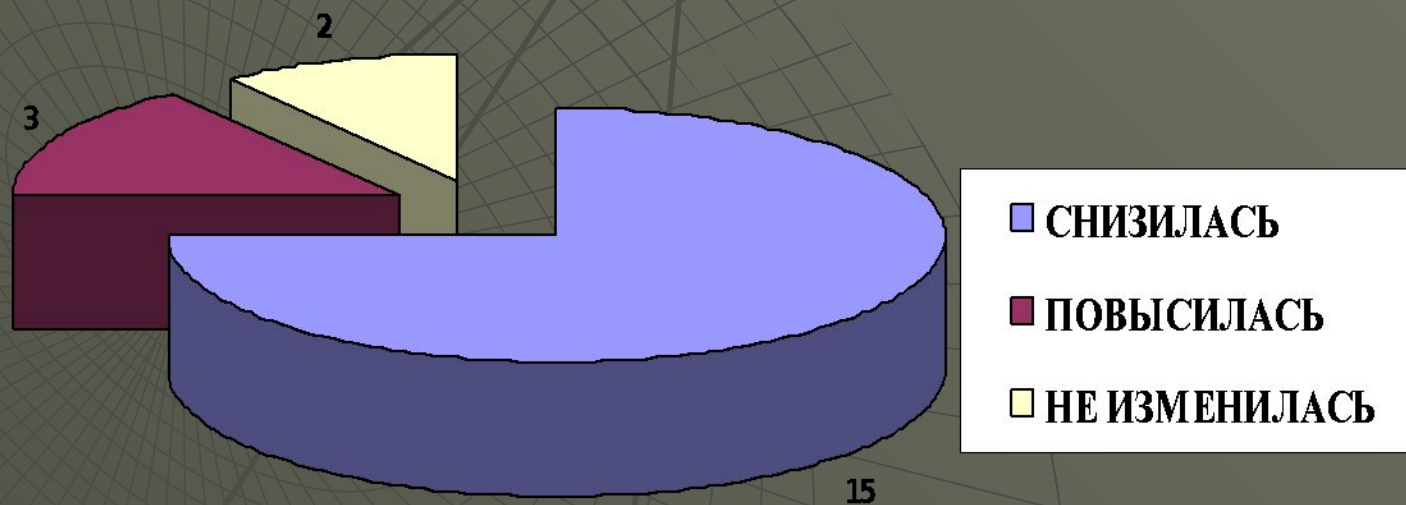
■ Увеличилось

ИССЛЕДОВАНИЕ КРАТКОВРЕМЕННОЙ ПАМЯТИ ПО МЕТОДИКЕ ВЕКСЛЕРА



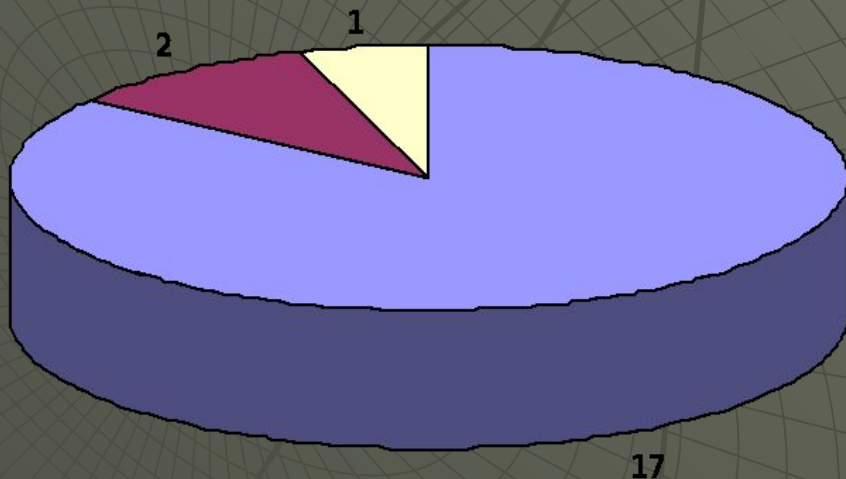
ИТОГИ ЭКСПЕРИМЕНТА

ИССЛЕДОВАНИЕ КРАТКОВРЕМЕННОЙ ПАМЯТИ
(НАИБОЛЬШАЯ ДЛИНА РЯДА)
ПО МЕТОДИКЕ ДЭВИДА ВЕКслЕРА
ДИАГРАММА №19



ИТОГИ ЭКСПЕРИМЕНТА

**ИССЛЕДОВАНИЕ КРАТКОВРЕМЕННОЙ ПАМЯТИ
(РЯДЫ, ВОСПРОИЗВЕДЕННЫЕ ПОЛНОСТЬЮ)
ПО МЕТОДИКЕ ДЭВИДА ВЕКслЕРА
ДИАГРАММА №19**

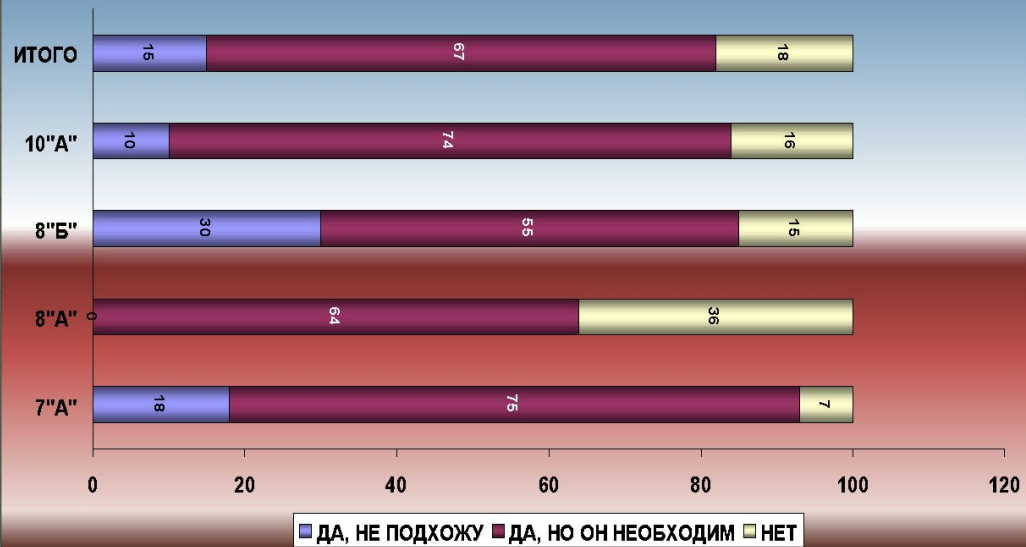


- СНИЗИЛАСЬ**
- ПОВЫСИЛАСЬ**
- НЕ ИЗМЕНИЛАСЬ**

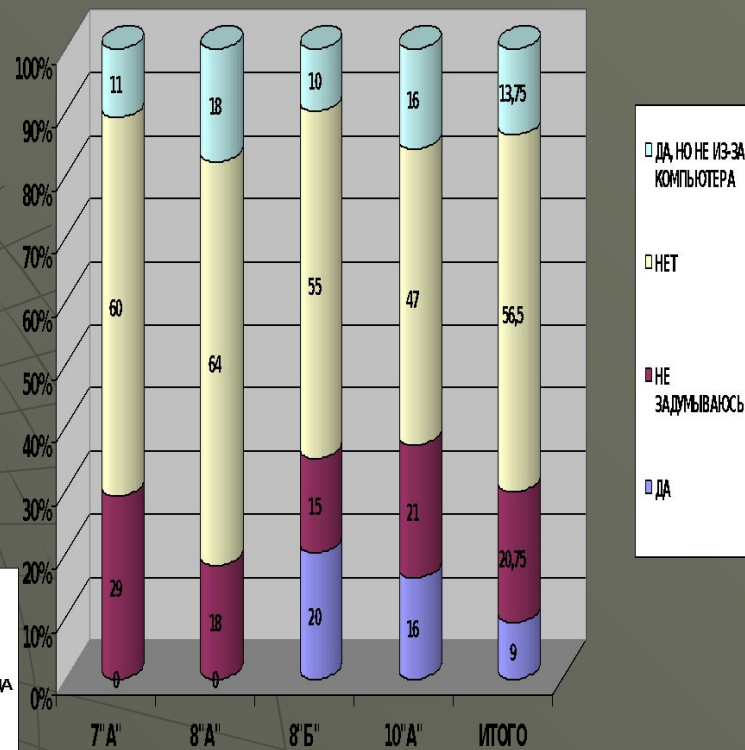
ВЛИЯНИЕ ПК НА ЗДОРОВЬЕ



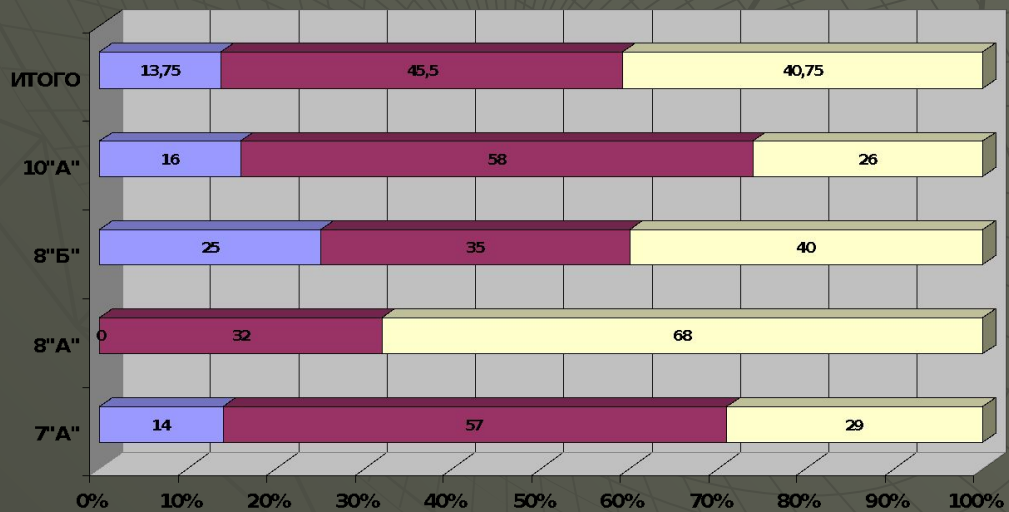
КАК ВЫ СЧИТАЕТЕ, ВРЕДИТ ЛИ КОМПЬЮТЕР ЗДОРОВЬЮ ЧЕЛОВЕКА?



ЕСТЬ ЛИ У ВАС НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ ДЛИТЕЛЬНОЙ РАБОТОЙ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?



ДЕЛАЕТЕ ЛИ ВЫ ГИМНАСТИКУ ДЛЯ ГЛАЗ?



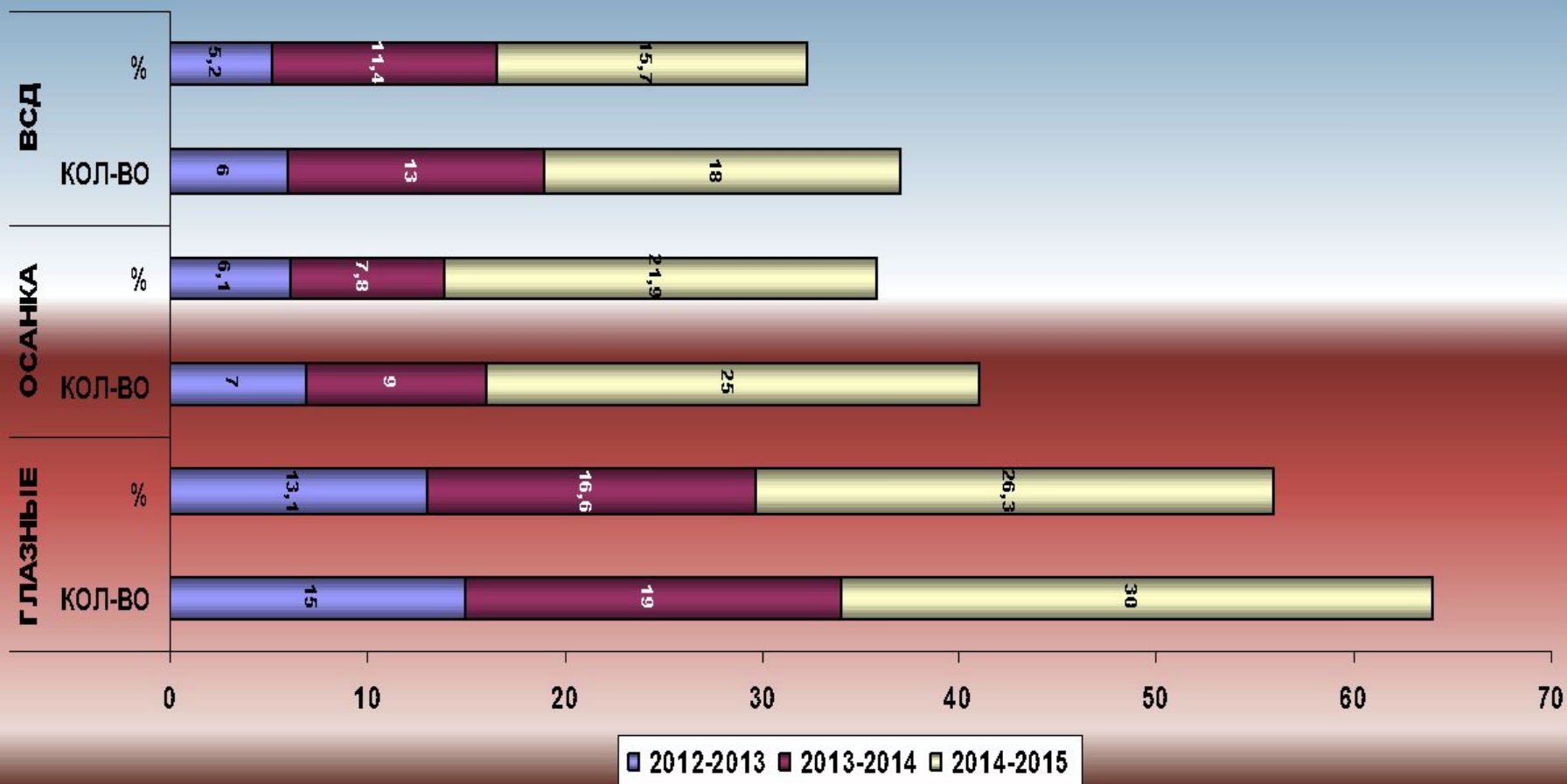
ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ МОУ «БСОШ №18»



АНАЛИЗ КОНТИНГЕНТА УЧАЩИХСЯ

ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ДЕТЕЙ ПО МОУ "БСОШ №18"
ЗА ПЕРИОД С 2012-2013 ПО 2014-2015 УЧЕБНЫЕ ГОДЫ.

ДИАГРАММА № 14



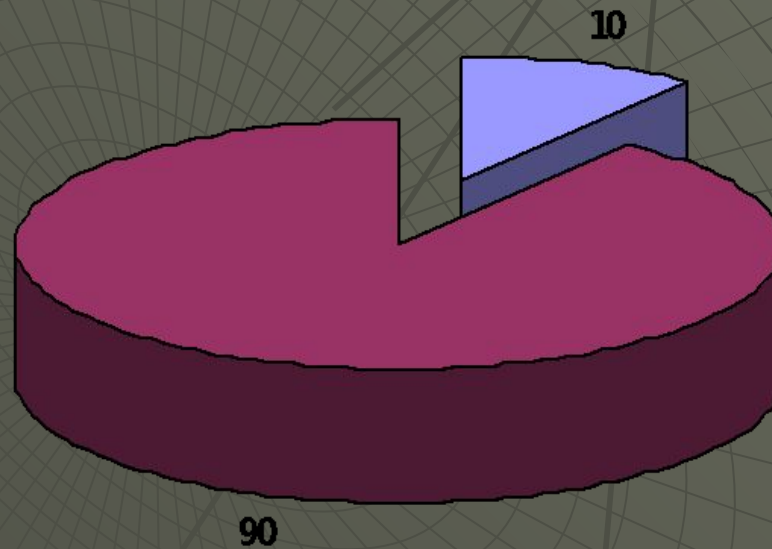
ИЗМЕРЕНИЕ АД



ИЗМЕРЕНИЕ АД

ИЗМЕНЕНИЕ ДАВЛЕНИЯ ПОСЛЕ ИГРЫ НА КОМПЬЮТЕРЕ

ДИАГРАММА № 16

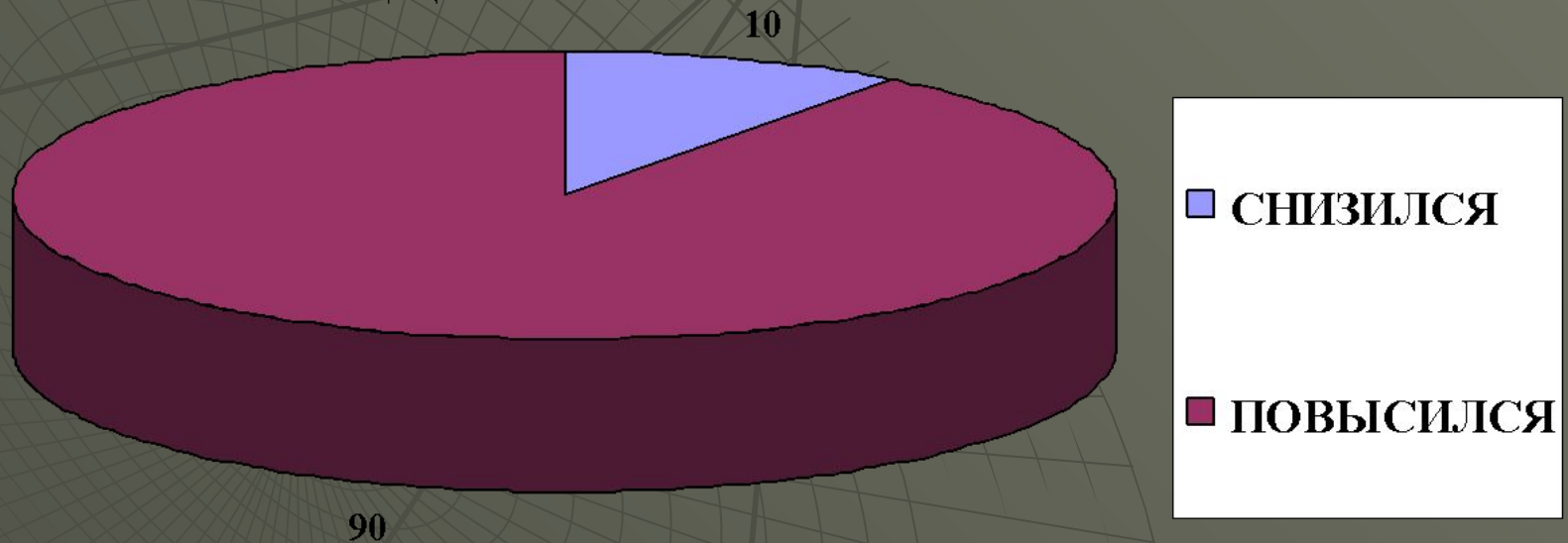


■ СНИЗИЛОСЬ

■ ПОВЫСИЛОСЬ

ИЗМЕРЕНИЕ ПУЛЬСА

ИЗМЕНЕНИЕ ПУЛЬСА ВО ВРЕМЯ ИГРЫ НА КОМПЬЮТЕРЕ ДИАГРАММА № 17



ВЫВОДЫ:

- ◆ **Выяснили, что действительно, длительные занятия за компьютером, снижают остроту зрения, наносят вред психике, приводят к изменениям в опорно-двигательной, дыхательной и других системах. Если говорить в общем, то вредят здоровью.**
- ◆ **Узнали, что сохранить зрение и осанку может специальная гимнастика для глаз и туловища, соблюдение правил, сберегающих зрение и осанку.**
- ◆ **Для уменьшения пагубного влияния на организм школьников компьютера, необходимо соблюдать определенный режим пользования.**

**«ИСКУССТВО СОХРАНЕНИЯ
ЗДОРОВЬЯ СОСТОИТ В
СОБЛЮДЕНИИ
СОРАЗМЕРНОСТИ ПРИЧИН,
ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ».**

Ибн Сина

***БУДЬТЕ ВСЕГДА ЗДОРОВЫ
И СЧАСТЛИВЫ***