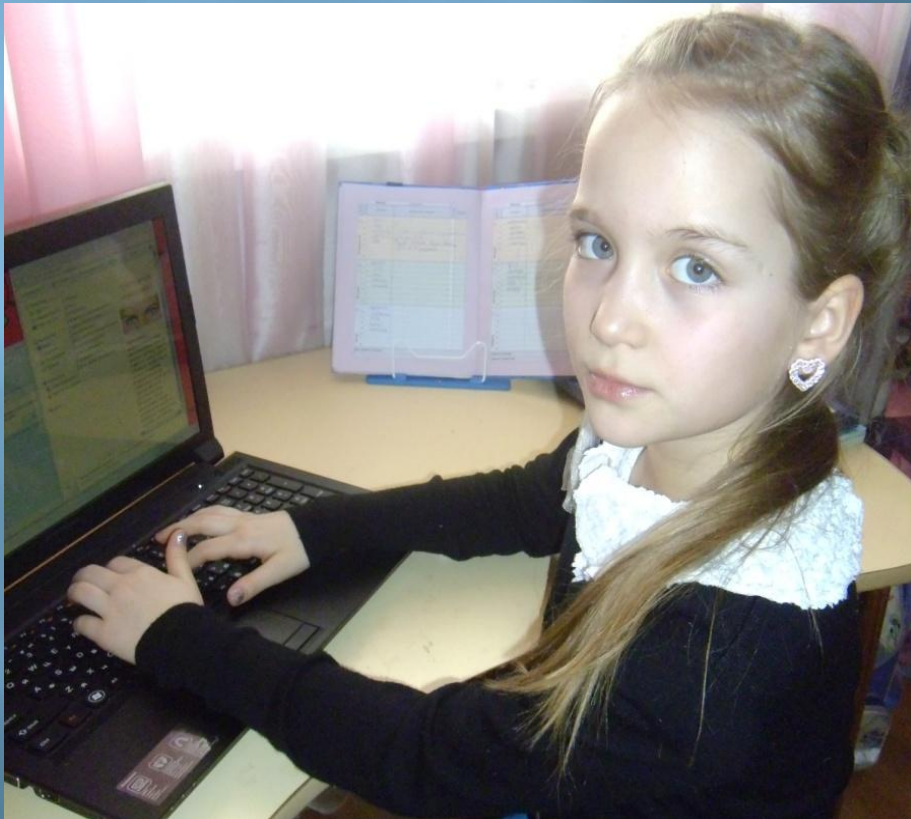


# Влияние компьютера на здоровье ребенка



Выполнила:  
ученица 2 «б» класса  
МБОУ «СОШ №65»  
Шляпникова Диана.  
Руководитель:  
Егорова Альбина  
Николаевна.

# Цели и задачи работы

Цель- изучить влияние компьютера на здоровье ребенка.

## Задачи:

- ❖ Выявить позитивное и негативное влияние компьютера на организм ребенка.
- ❖ Провести исследования среди учащихся 2 «Б» класса на тему «Влияние компьютера на мою жизнь».
- ❖ Ознакомиться с правилами организации рабочего места за компьютером.
- ❖ Предложить рекомендации для сохранения здоровья при работе за компьютером, создание памятки.

# АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальность моего исследования обусловлена тем, что компьютеры стремительно вошли в современную жизнь. Необходимо сформировать правильный подход при работе с компьютером. Ведь компьютерный мир так заманчив, красочен и моден. Компьютер влияет на все биологические характеристики организма человека, и в первую очередь, на его физическое и психическое здоровье. И поэтому я решила исследовать, влияние компьютера на здоровье школьника, и к каким изменениям в организме может привести это влияние

# ГИПОТЕЗА

Компьютер отрицательно влияет на здоровье ребенка при не разумном и не грамотном подходе. В ином случае, его вклад неоценим.



# МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ



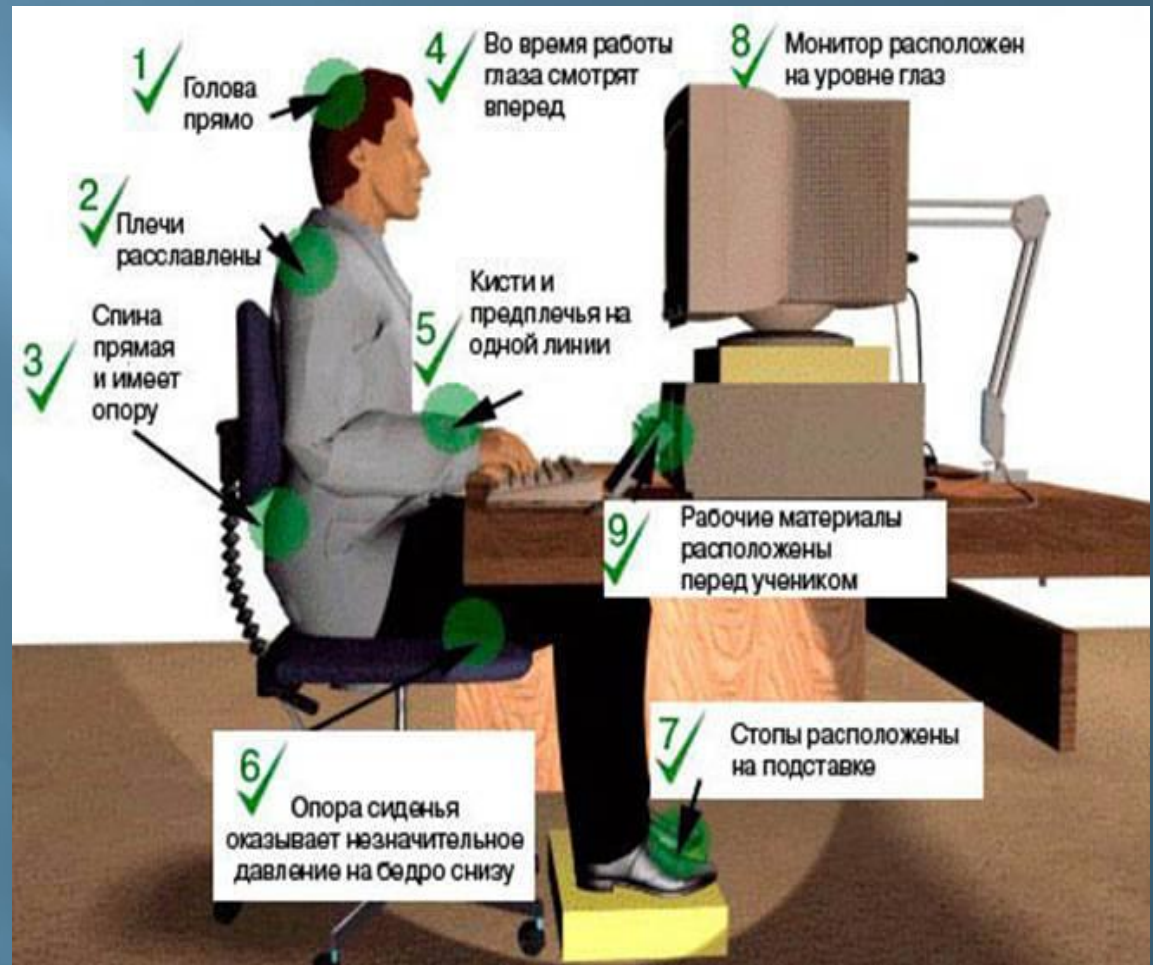
- ❖ Теоретический – анализ литературы по теме исследования.
- ❖ Практический - анкетирование, математическая обработка данных, построение диаграмм

# Положительные стороны влияния компьютера на ребенка



# Основные вредные факторы

1. Сидячее положение в течение длительного времени.



# Основные вредные факторы

## 2. ВОЗДЕЙСТВИЕ ЭЛЕКТРОМАГНИТНОГО ИЗЛУЧЕНИЯ МОНИТОРА.

Рентгеновское излучение, исходящее от монитора, ничтожно мало, но только если количество проведенного времени не превышает допустимого.

### **ВАЖНО ЗНАТЬ!**

Ребенок до **6 лет** не должен проводить за компьютером

более **10-15 минут** - и то не каждый день.

**7-8 лет** ограничение составляет **30-40 минут** в день.

**9-11 лет** можно позволять сидеть за компьютером не более

часа-полутора



# Основные вредные факторы

3. УТОМЛЕНИЕ ГЛАЗ,  
НАГРУЗКА НА ЗРЕНИЕ.



4. ПЕРЕЗАГРУЗКА  
СУСТАВОВ КИСТЕЙ.



5. НЕРВНО-  
ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ  
НАПРЯЖЕНИЕ



6. ВОЗДЕЙСТВИЕ ПЫЛИ И  
ГРЯЗИ



# ЕСТЬ ЛИ У ТЕБЯ ДОМА КОМПЬЮТЕР ?

ДА  
96,3%



НЕТ  
3,7%

# С какого возраста ты проводишь время за компьютером?

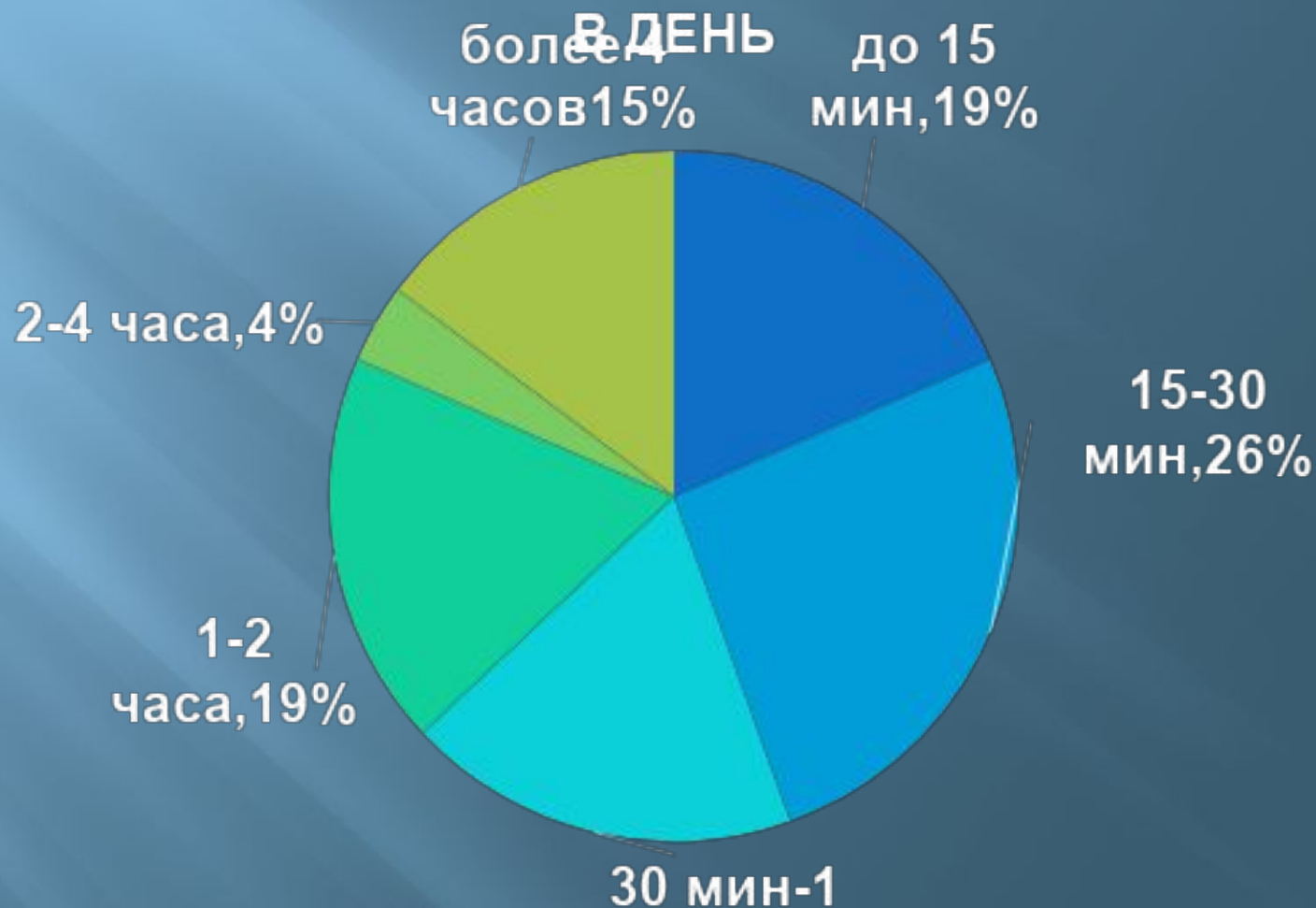


# Сколько раз в день ты садишься за компьютер?

3 раза в день, 11%    10 раз в день, 4%



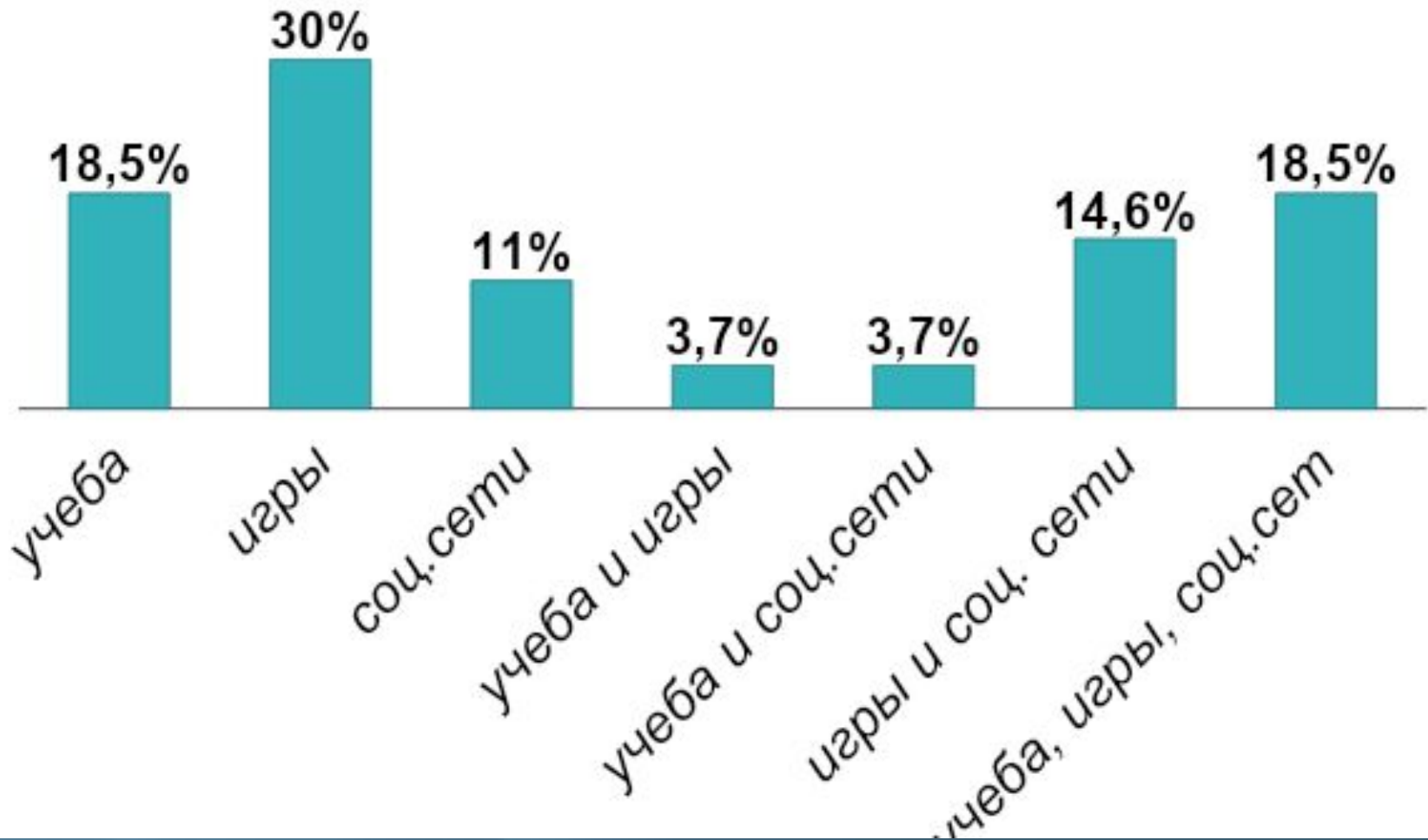
# Время, проводимое за компьютером?



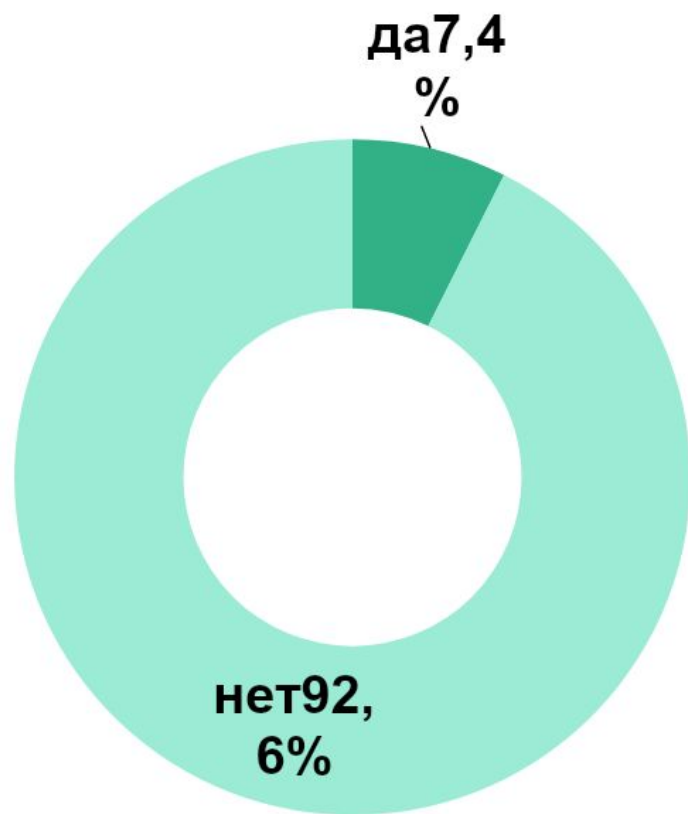
# Бывают ли ссоры с родителями из-за компьютера?



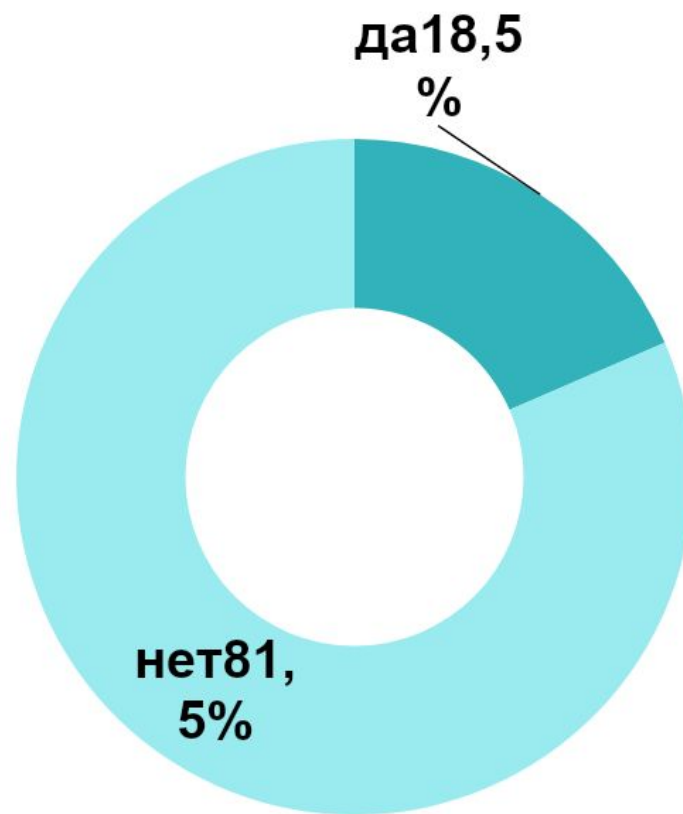
# Для чего тебе нужен компьютер?



## УСТАЕШЬ ЛИ ТЫ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?

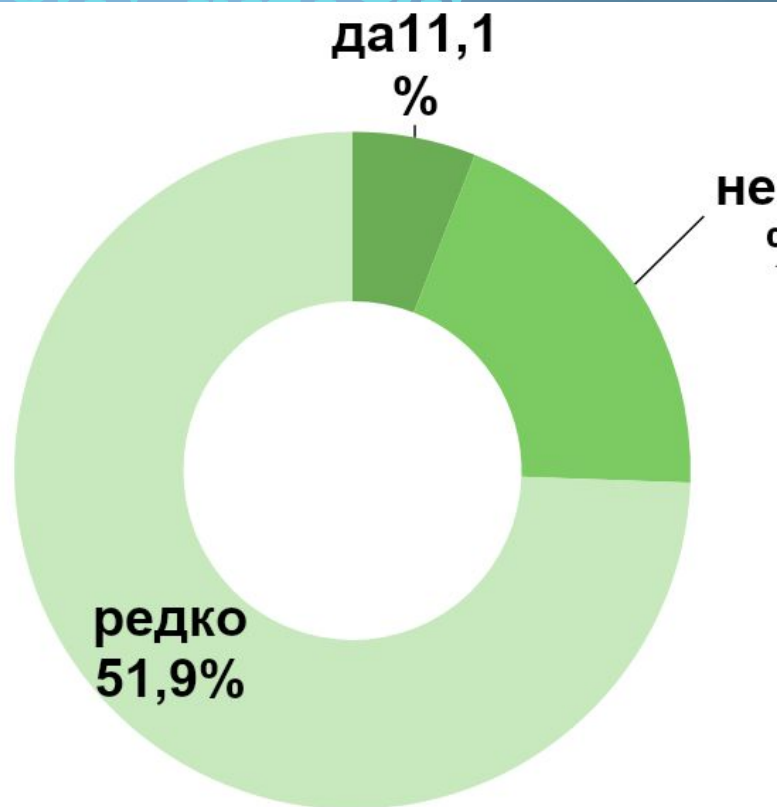


## БОЛИТ ЛИ У ТЕБЯ СПИНА, ЗАПЯСТЬЯ?

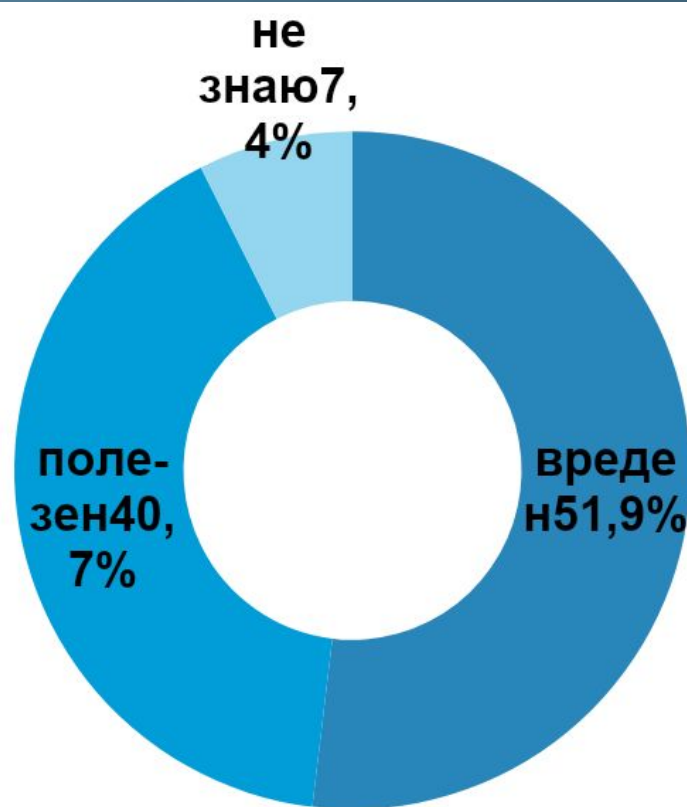




# НЕРВНИЧАЕШЬ ЛИ ТЫ ЕСЛИ ЧТО- НИБУДЬ НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ?



# КОМПЬЮТЕР ВРЕДЕН ИЛИ ПОЛЕЗЕН?



# ВЫВОДЫ

Наступивший век – эпоха информационных технологий. Не стоит чрезмерно опасаться негативного влияния компьютера на ребенка, ведь при грамотном и разумном подходе пользы от него гораздо больше. Чем раньше он познакомится с техникой, начнет в ней разбираться и что-то понимать, тем более развитым он будет. Но, необходимо сделать компьютер не средством развлечения, а инструментом для обучения. Однако, многие школьники об этом забывают, и тогда компьютер может служить причиной неблагоприятных изменений состояния здоровья.

Проведя анкетирование, я получила следующие результаты: практически все ребята имеют дома компьютеры, очень многие сидят за ним с раннего возраста, четверть ребят превышает время проведения за компьютером, у 18,5% уже бывают ссоры с родителями, и 30% ребят считают, что компьютер нужен для игр, при этом более половины учеников редко, но нервничают, если что-нибудь не получается за компьютером. Показатели не утешительные.

Данное исследование подтвердило гипотезу о том, что компьютер отрицательно влияет на здоровье ребенка при не разумном и не грамотном подходе. В ином случае, его вклад не оценим!

**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!**

