

# Компьютер - друг или враг?

Авторы: Неловченко Диана,  
учащаяся 9 класса



**А что  
положительного  
и  
отрицательного  
в использовании  
компьютеров в нашей  
жизни?**



# **Мы решили исследовать тему : «Компьютер друг или враг человека?»»**

- **Мы изучили много статей по теме компьютер XXI века.**
- **Провели опрос среди населения села, имеющих компьютер, специалистов предприятий.**
- **Провели анкету среди учащихся 5-10 Кл. нашей школы.**

# Использование компьютера

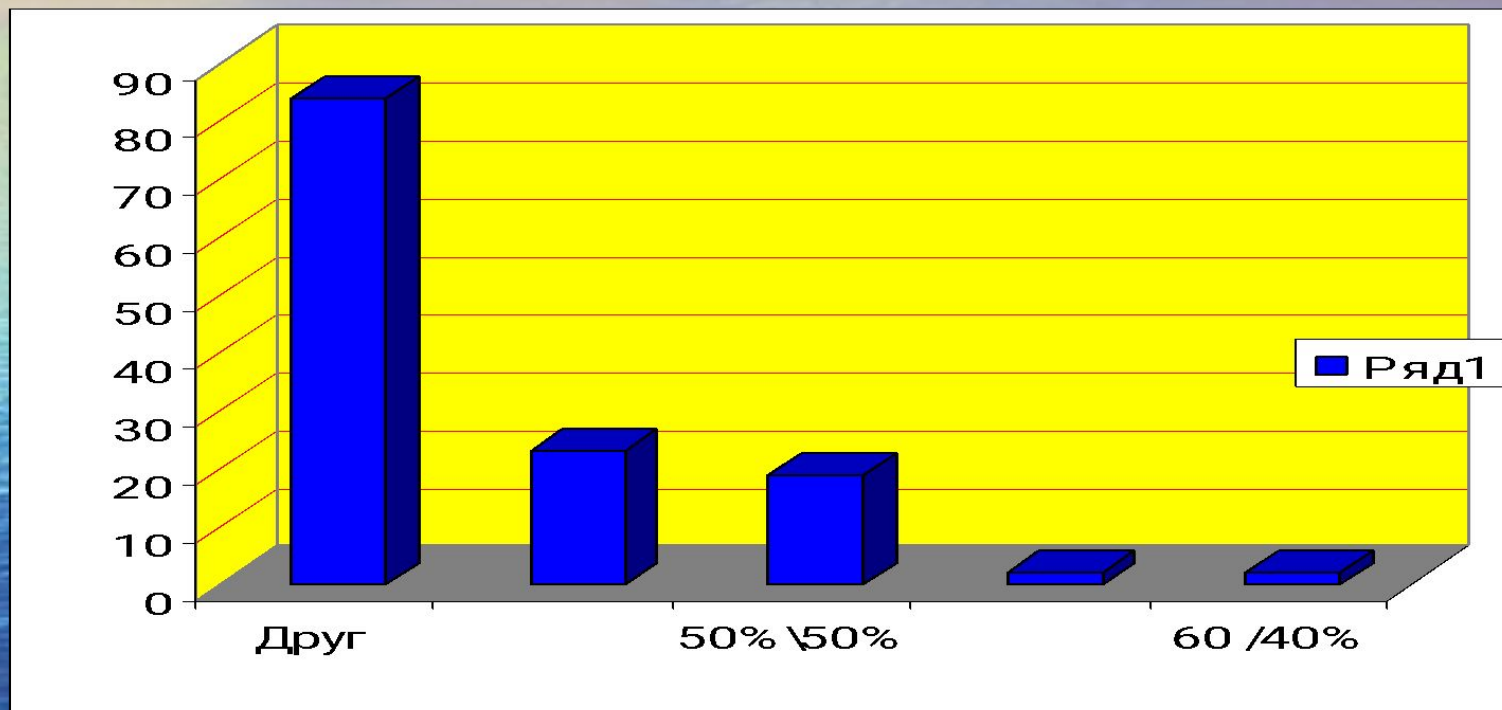
**Положительное**

**Поиск, передача,  
обработка,  
хранение  
информации;  
самообучение;  
игровые  
возможности;  
виртуальное  
общение.**

**Отрицательное**

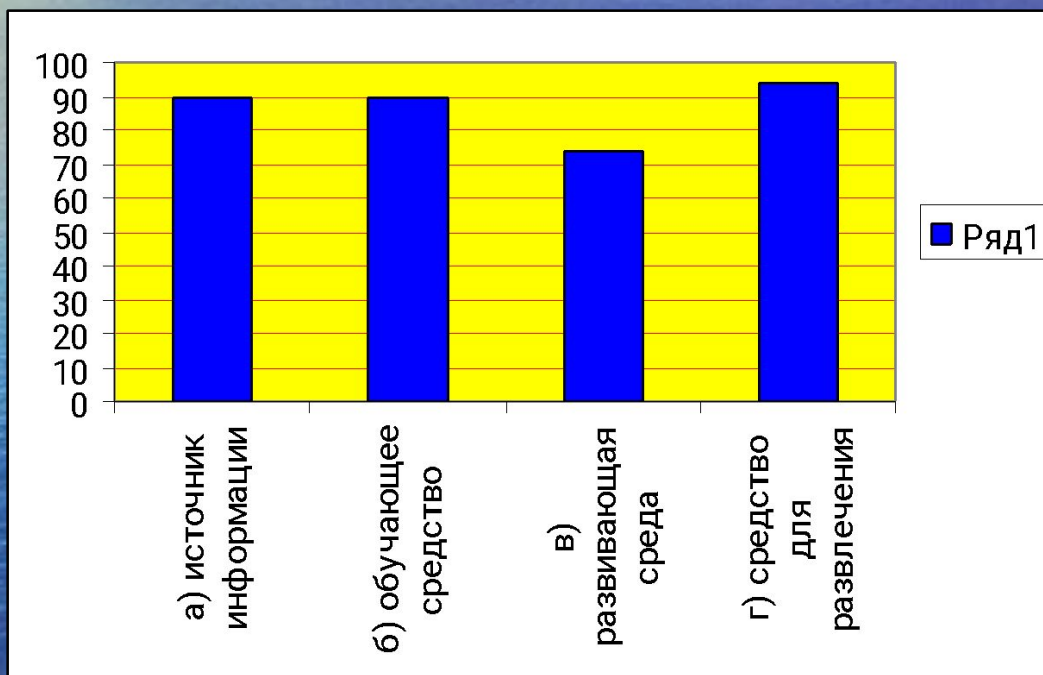
**Влияет на  
здоровье:  
зрение, психика,  
заболевание  
суставов  
кистей рук, сколиоз,  
излучение;  
отсутствие живого  
общения.**

- На вопрос: «Компьютер друг или враг?» Люди ответили так:



**Вывод: Мы видим на диаграмме, что компьютер, является другом (84 чел.)**

- Но каждый человек использует компьютер в каких-то своих целях, так в каких же?



**Вывод: 94чел.- используют компьютер, как средство для развлечения, 90чел.- используют компьютер, как источник информации, а так же, как обучающее средство.**

**Изучив статьи, мы узнали что:**

**Регулярная работа за компьютером не всегда безвредна для здоровья человека.**

**По мнению ведущих ученых, компьютер влияет на здоровье таким образом:**

- Ухудшение зрения;**
- Заболевания суставов и мышц**
- Запястно-туннельный синдром и т. д.**

# Ухудшение зрения;

- При длительной работе за компьютером у глаз не бывает отдыха, они напрягаются, работоспособность снижается. Большую нагрузку орган зрения испытывает при вводе информации, так как пользователь вынужден часто переводить взгляд с экрана на текст и клавиатура, находящиеся на разном расстоянии и по-разному освещённые.
- Признаками являются снижение остроты зрения, двоение предметов, быстрая утомляемость при чтении, чувство жжения в глазах, ощущение «песка» под веками, покраснение глаз, боли в области глазниц и лба при движении глаз.
- У части пользователей симптомы



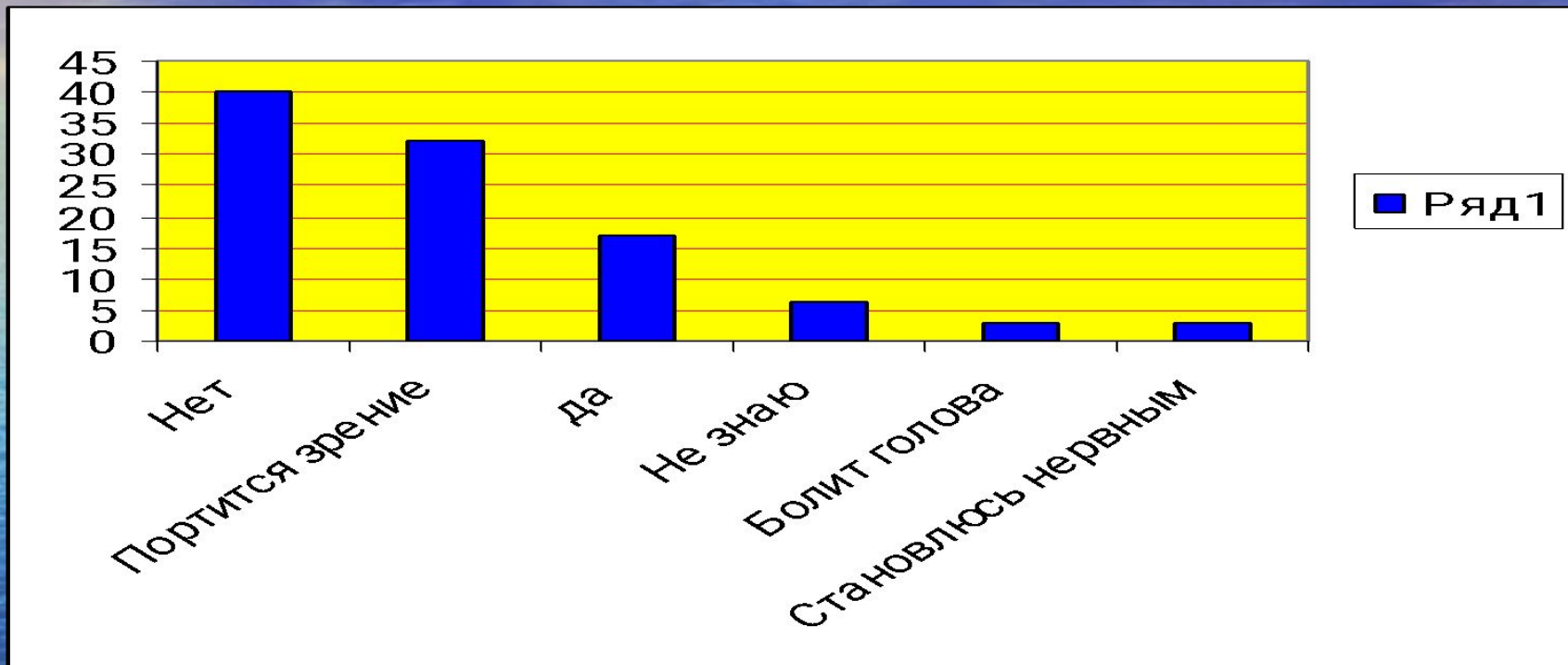
# Заболевания мышц и суставов

- Врачи различают несколько синдромов, которые встречаются у пользователей ЭВМ.
- Один из них- синдром длительной статической нагрузки, его симптомами являются боли в руках, шее, пояснице. При неудобной рабочей позе мышцы ног, плеч, шеи и рук длительно пребывают в состоянии сокращения. Поскольку мышечные ткани подолгу не имеют возможности расслабиться, то в них ухудшается кровоснабжение, нарушается обмен веществ, накапливаются продукты распада. В результате мышцы находятся в состоянии постоянной усталости и со временем ослабевают. Это может привести к искривлению позвоночника и другим изменениям скелета, а также перерождению мышечных тканей.

# Запястный туннельный синдром

- Запястный туннельный синдром. Его возникновение связано со сдавливанием срединного нерва руки сухожилия мышц, сгибающих пальцы, при длительной работе на клавиатуре. Во время частых, повторяющихся движений кистей рук в неудобном положении сухожилия трутся о кости запястья и связки. В результате сдавливания нервов и сухожилий развивается серьезное недомогание. В начальной стадии болезни проявляются такие симптомы: дрожь, зуд и покалывание в пальцах - появляются только через несколько часов после работы на компьютере. Как правило, большинство людей этот не связывают со своей работой, что приводит к запущенным случаям синдрома. Постепенно присоединяется онемение, боль и тяжесть в руках. В наиболее тяжелой форме запястный туннельный синдром диагностируется по мучительным болям, лишающим человека трудоспособности и требующим

● **Влияет ли компьютер на ваше здоровье, люди ответили так:**



**Вывод: В основном люди ответили, что компьютер влияет на здоровье.**

Общение с компьютером действительно способствует развитию многих заболеваний, а именно: болезней глаз, позвоночника, геморрою, ожирению, психическим заболеваниям и т.д.

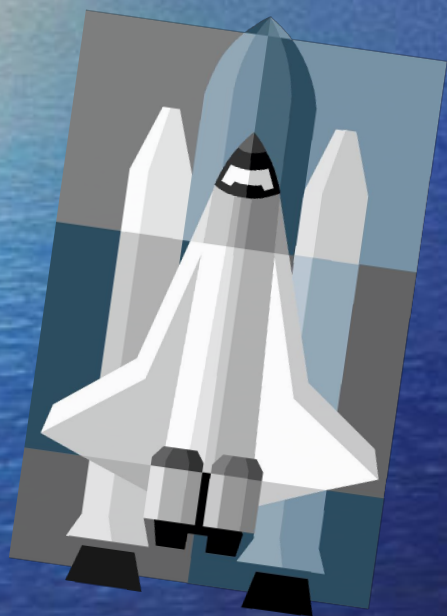


# Помните!

По данным исследователей, предложивших результаты своих изысканий вниманию чиновников ООН, обыкновенные персональные компьютеры **загрязняют окружающую среду не хуже автомобилей.**



# Помните!



Ученые утверждают:  
общий вес различных  
**химикатов** и  
**ископаемого топлива**,  
используемых при  
создании одного  
среднестатистического  
компьютера, в десятки  
раз превышает вес  
окончательного  
продукта.

**В результате проведённых нами исследований, мы можем сделать**

**ВЫВОД:**

**с одной стороны,  
компьютер  
просто необходим в наше  
время,  
а с другой стороны – он  
приносит неприятности.**



Но прислушайся ...

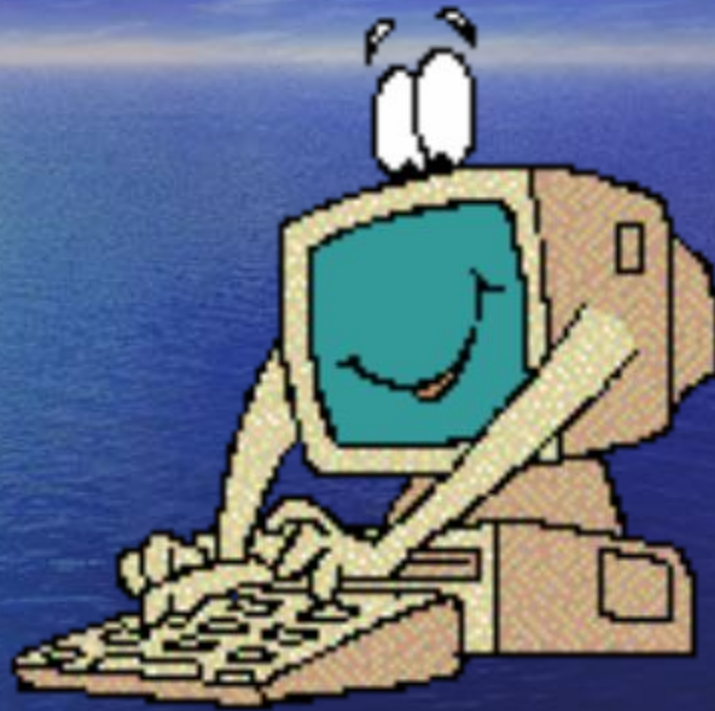
"Машина должна  
работать, а  
человек - думать!"



Следствие из закона Мерфи



А ты с нами



согласен?