

«ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ В МИРЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИНТЕРНЕТ»



Автор: Милованова Л.М.,
учитель МОУ школы №4,
г. Воронеж

В наши дни компьютер становится привычным элементом не только в научных лабораториях, но и дома, в школьных классах.

Длительное пребывание у экрана, неподвижность позы пользователя ПК, электромагнитные поля и излучения, мелькание изображения на экране – всё это небезвредно для здоровья. У пользователей компьютером нарушается зрение, происходит утомление мышц рук, позвоночника, наступает общая слабость. Многолетний опыт использования персональных компьютеров во всех сферах человеческой деятельности, исследования учёных указывают на компьютер как на объект повышенной опасности для здоровья человека.



ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ В МИРЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИНТЕРНЕТ НАДО РАССМАТРИВАТЬ С НЕСКОЛЬКИХ ТОЧЕК ЗРЕНИЯ - ЭТО

- ✓ психическое и физическое здоровье детей при работе за компьютером;
- ✓ социальный, эмоциональный и личностный аспекты занятий детей на компьютере;
- ✓ информационная этика и правовые аспекты защиты информации;
- ✓ безопасность детей в Интернете;
- ✓ технологии и средства защиты информации от разрушения и несанкционированного доступа;
- ✓ компьютерные вирусы и средства защиты.

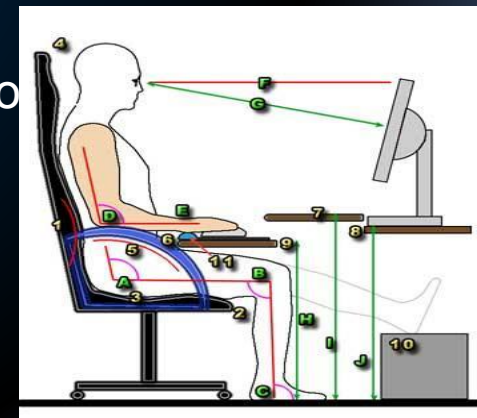


Итак, рассмотрим сохранение психического и физического здоровья детей при работе за компьютером.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые при организации работы школьника на компьютере, должны включать в себя следующие группы: защитно-профилактические (СанПиНы), компенсаторно-нейтрализующие (зрительная гимнастика), стимулирующие (физкультминутки), информационно-обучающие (формируют навык «здоровой работы»).

Важно запомнить ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА ПРИ РАБОТЕ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ:

- перед работой за компьютером обязательно сделай разминку;
- когда работаешь, сиди расслаблено;
- чаще меняй позу, делай перерывы в работе;
- пальцы должны быть лёгкими и расслабленными;
- закончил занятие – сделай разминку;
- при работе на компьютере необходимо постоянно заботиться о зрении.



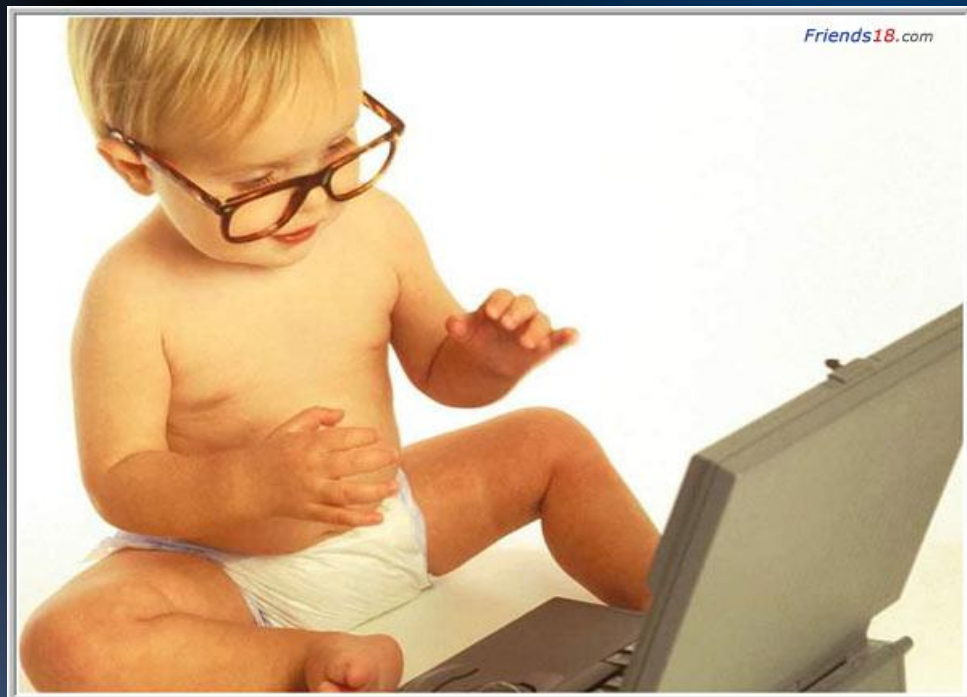
Теперь рассмотрим социальный, эмоциональный и личностный аспекты занятий детей на компьютере. Эти аспекты включают в себя:

- развитие интеллекта и стилей обучения в цифровом мире;
- влияние компьютера на внимание, мотивацию;
- негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей;



Информационная этика и правовые аспекты защиты информации должны включать в себя :

- ∞ понятие об информационной этике и праве;
- ∞ основные законы России в области компьютерного права;



Безопасность детей в Интернете .

Здесь обязательно должны быть учтены:

- опасности, с которыми дети могут столкнуться в сети;
- общение детей в Интернете;
- феномен «интернет-зависимости», его профилактика.



Технологии и средства защиты информации от разрушения и несанкционированного доступа включают в себя:

- уровни и меры по защите информации;
- установку паролей на ПК и папки;
- меры безопасности при работе с электронной почтой;
- безопасность работы в локальной сети.



Компьютерные вирусы и средства защиты должны рассматривать:

- обзор и способы классификации компьютерных вирусов;
- антивирусные и антишпионские программы



ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РЕСУРСЫ:

1. «Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет», УМК Microsoft, Л.Н.Горбунова, и др.
2. «Безопасность дома», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/default.mspx>
3. «Пять действий по защите нового компьютера перед выходом в Интернет», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/computer/advanced/xppc.mspx>
4. «Бесплатная проверка безопасности компьютера», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/products/computer/safetyscanner.mspx>
5. «Продукты и службы для обеспечения безопасности: вопросы и ответы», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/products/computer/faq.mspx>
6. «Защита от программ-шпионов, вирусов и нежелательных программ», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/products/computer/default.mspx>
7. «Учебные видеоматериалы», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/videos/default.mspx>
8. «Программа Windows Live Messenger», электронный ресурс,
URL:<http://www.microsoft.com/rus/protect/products/computer/windowslivemessenger.mspx>