

Презентація з інформатики на тему : Суд над комп'ютером

ВИКОНАЛА УЧЕНИЦЯ 8Б КЛАСУ САРАНЧУК АДРІАНА

Мета презентації:

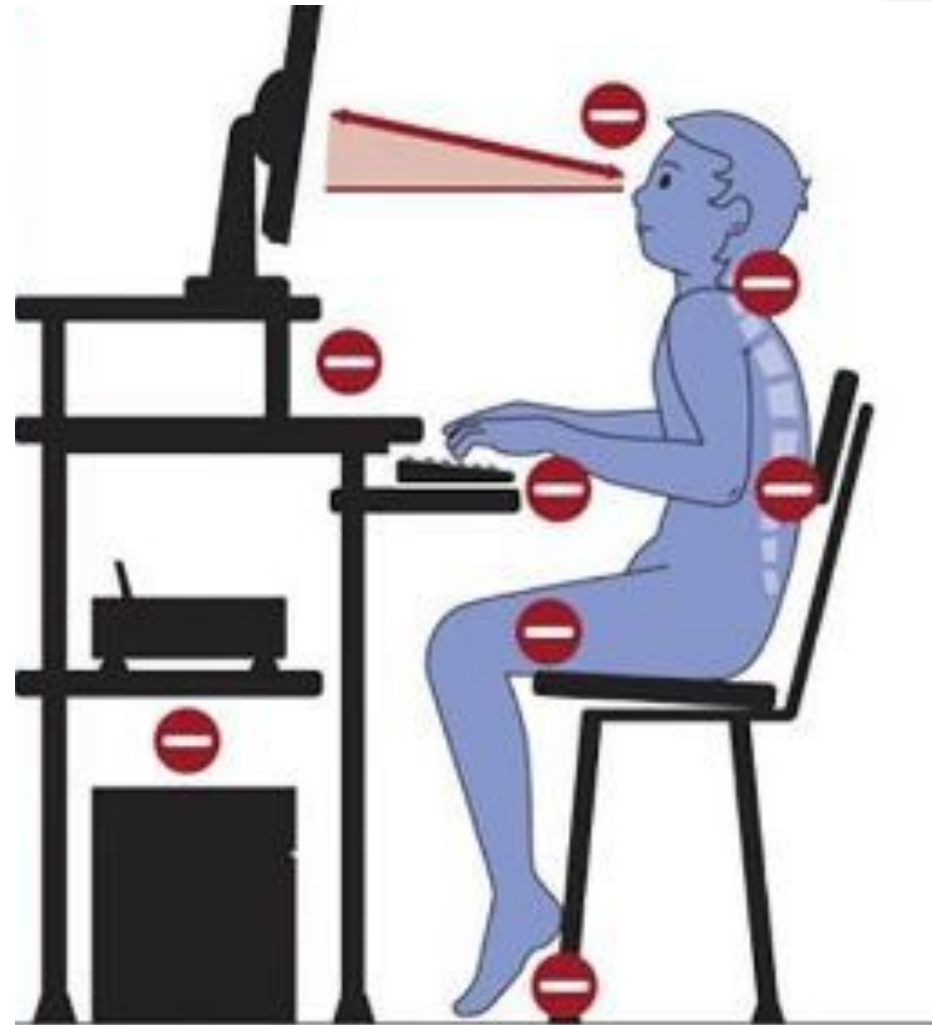
- ▶ Визначити у чому полягає шкідливий вплив комел'ютера на людину і дати рекомендації щодо зменшення небезпеки

Вступ

- ▶ У сучасному світі комп'ютери відіграють важливу роль у житті людини. Ми буквально оточені ними щодня. За допомогою комп'ютерів люди працюють, шукають потрібну інформацію і приємно проводять свій вільний час. Проте, не рідко цей прилад має негативний вплив на наше здоров'я й самопочуття.

Неправильна постава за комп'ютером може стати причиною багатьох захворювань

У результаті, від довгого сидіння в нерухомому положенні, з'являються болі в суглобах кистей рук, м'язах шиї, спини, головні болі. Це може стати причиною виникнення різних захворювань опорно-рухової системи. Найбільш схильні до цього захворювання діти, в яких викривлення хребта проходить за типом сколіозу. У дорослих це може привести до хворобливих відчуттів і оніміння в попереку, шиї, плечовому поясі, а також до загострення радикулітів.



Як правильно підібрати робоче місце без шкідливого впливу на здоров'я

Для того щоб зменшити шкідливий вплив незручної пози, необхідно правильно підібрати робочі меблі. Вони допоможуть зберегти правильне положення тіла при роботі за комп'ютером і зменшити навантаження. Крісло повинне бути на роликах, з регульованою висотою сидіння і спинкою, без підлокітників, що обертається навколо своєї осі. Стіл повинен мати спеціальну висувну дошку для клавіатури. У перервах між роботою на комп'ютері необхідно влаштовувати розминку.

