

# **Влияние компьютерных игр**

---

**Выполнили Басюк Д. Велиев К. Мустакимов И. Бачев Ю.  
Проверил преподаватель группы 21м1 Игошева Е.В.**

# Актуальность

---

- Компьютерная зависимость
- Агрессия
- бегство от реальности

# Цель проекта:

- исследовать влияние компьютера на психологическое состояние школьников, разработать рекомендации для сохранения нормального психологического состояния.

## Задачи:

- Провести теоретический анализ научной литературы по данной теме.
- Изучить влияние компьютера на психическое состояние подростков, возникновение компьютерной зависимости.
- Разработать рекомендации для родителей, памятки для обучающихся по профилактике компьютерной зависимости
- ЗаклЮчение выводы

- **Гипотеза**
  - Влияние компьютера на психологическое состояние будет отрицательным
- 

- **Объект исследования:**

- анкетный опрос, тестирование.

- **Предмет исследования:**

- Особенности психического состояния подростка.

# Особенности влияние компьютера на здоровье человека

---

- Компьютерные игры в большей мере оказывают негативное влияние не только на психику, как мы видим, но и на само здоровье в целом. Много детей и подростков жалуется на утомляемость после игры, на боль в кистях рук, тазовых органах, в области шеи и затылка, а также это и влияние на пищеварение, но в большей степени на зрение.

- **Синдром компьютерных глаз.**

Синдромом компьютерных глаз называют проблемы с органом зрения, которые вызывает частая и длительная работа с компьютером. Это не какое-либо одно определенное состояние: термин «синдром компьютерных глаз» обозначает весь спектр нарушений, включая сухость, боль и пр. Нагрузки на глаза повышаются при плохом освещении и неправильном расположении монитора. Почему возникает синдром компьютерных глаз? Особенности функционирования глаз во время работы на компьютере: Зрение должно постоянно фокусироваться на экране, поэтому движения глазных яблок ограничены – это неестественное состояние.

- **Кистевой туннельный синдром.**

Кистевой туннельный синдром (синдром запястного канала) – заболевание, которое возникает из-за сдавления одного из нервов, иннервирующих кисть, между мышцами и сухожилиями. Разные виды монотонной работы, во время которых человек вынужден постоянно сгибать и разгибать руку в лучезапястном суставе, в том числе работа на клавиатуре, повышают риск развития синдрома лучезапястного канала.

- **Влияние компьютера на позвоночник.**

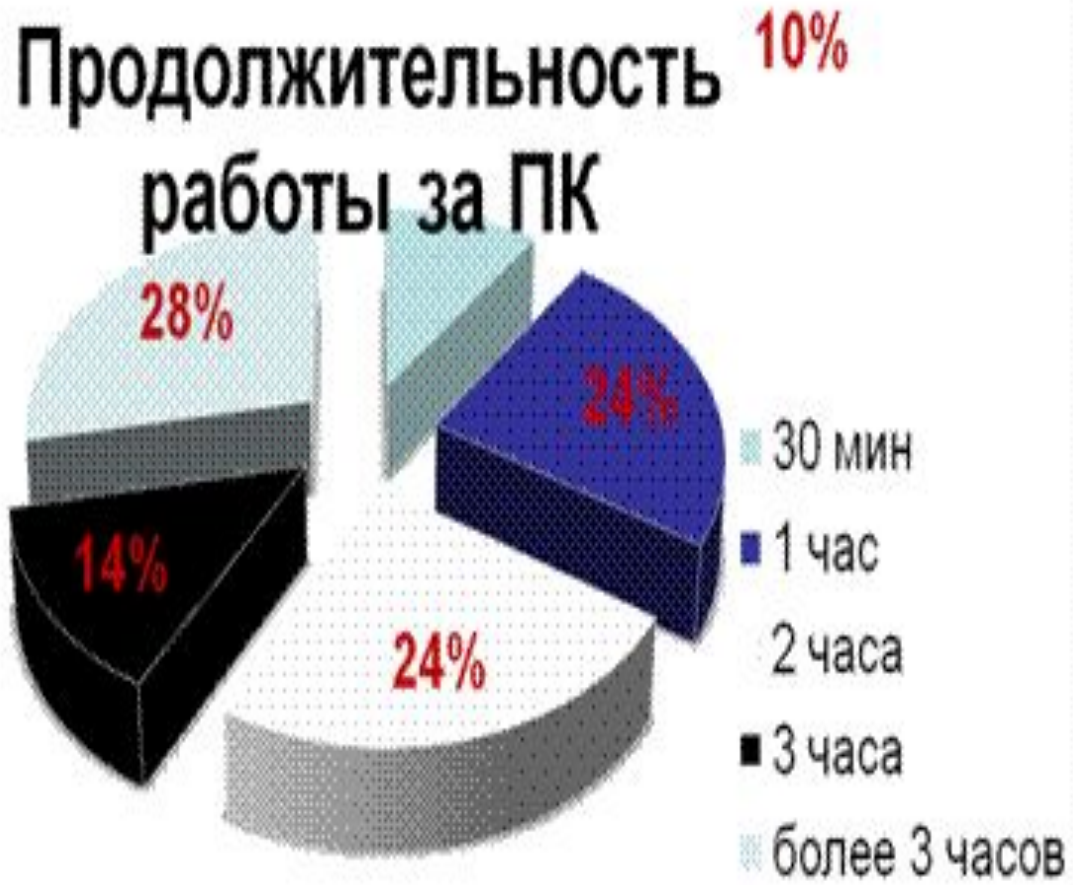
Неподвижная поза. Это приводит к ослаблению мышечного корсета позвоночника. Длительные статические нагрузки приводят к преждевременному изнашиванию позвонков и межпозвоночных дисков.

Согнутая спина. Если монитор расположен слишком низко, во время работы на компьютере человек вынужден постоянно наклоняться вперед, выгибать спину «колесом».

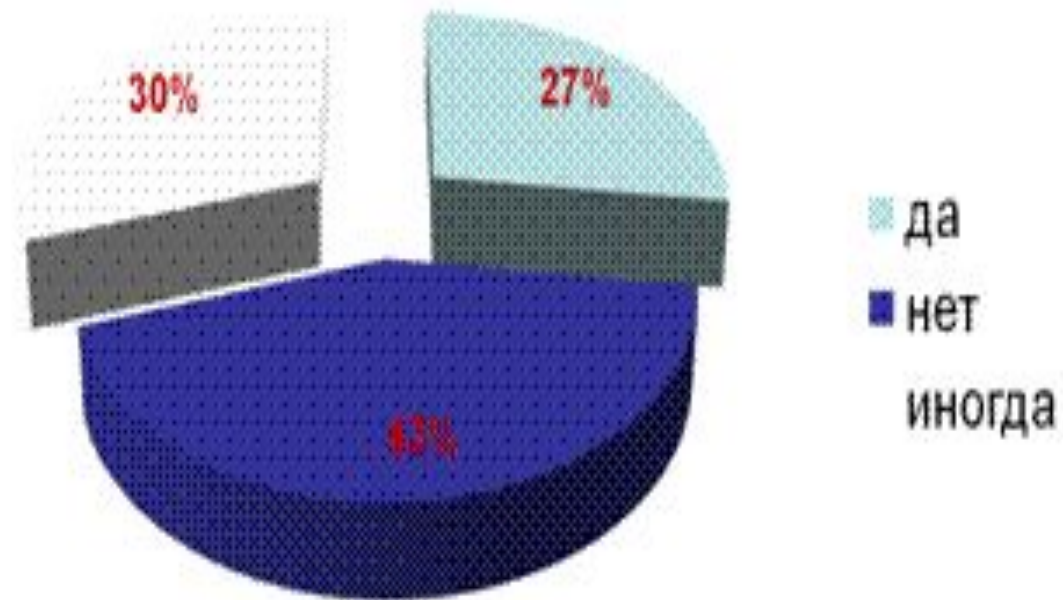


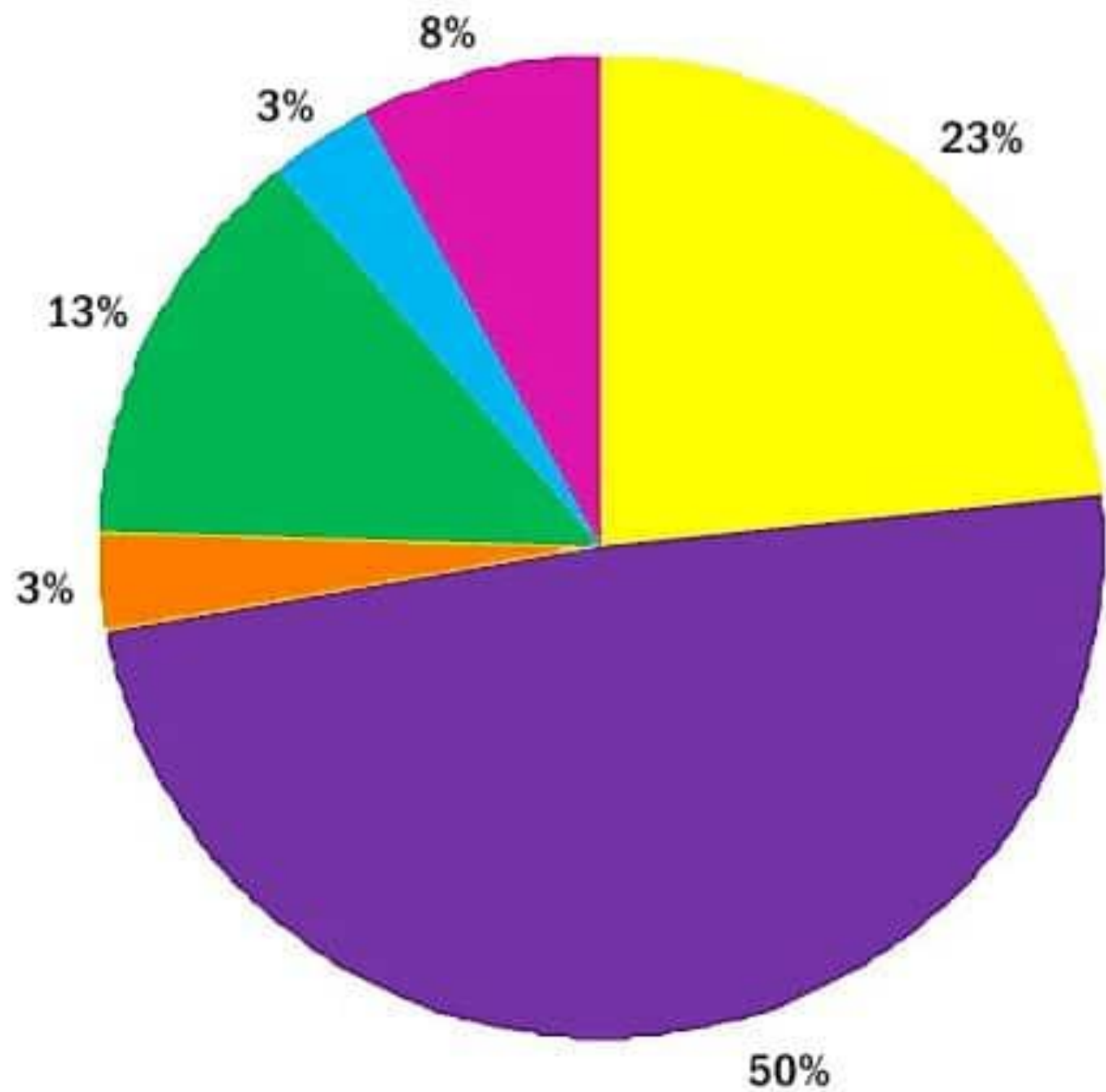
# Сколько времени вы проводите за

ьюте



## Перерыв во время работы за ПК





- всё свободное время
- несколько часов в день
- до 1 часа в день
- несколько раз в неделю
- несколько раз в месяц
- когда как

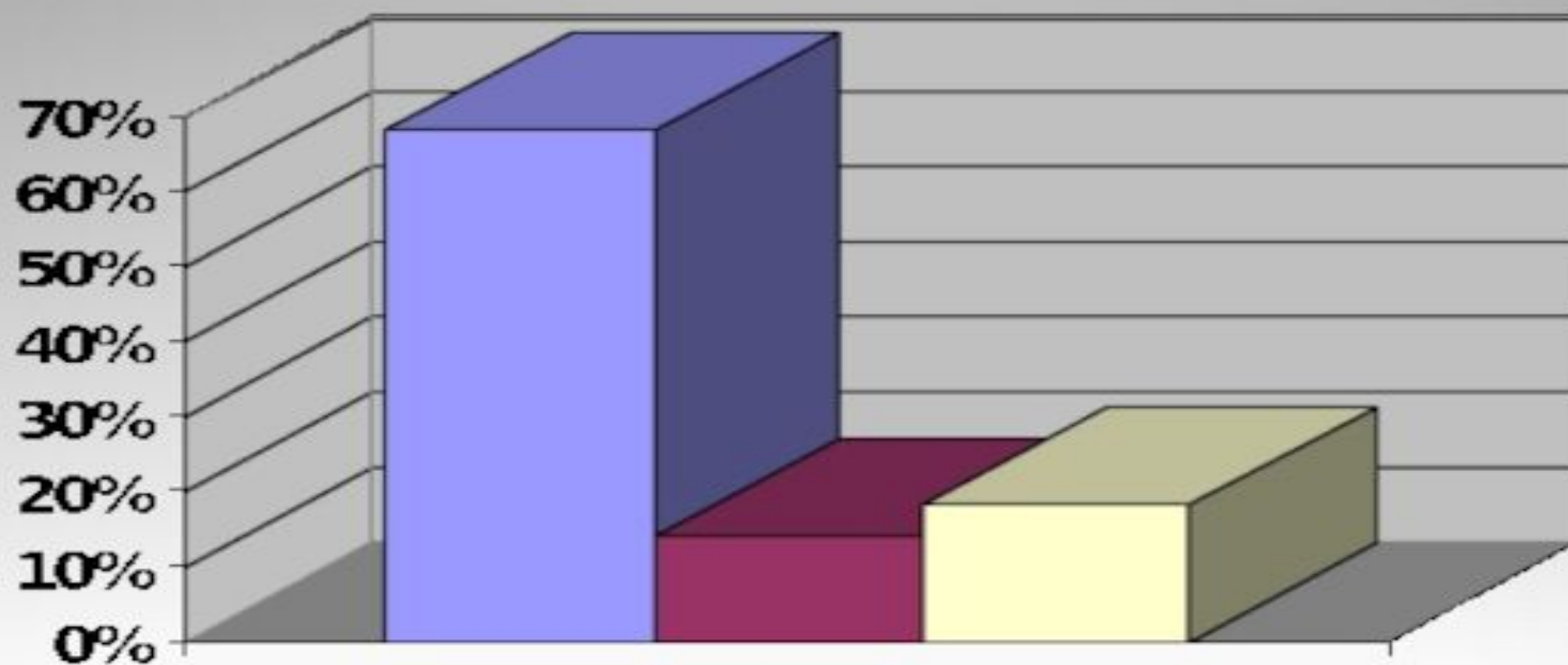
## Время работы за компьютером

Кол-во обучающихся



Время

## Количество времени, проводимого школьниками за компьютером



 до 1 часа	68%
 1-3 часа	14%
 более 3 часов	18%

# Заключение и Выводы

---

- **Гипотеза опровергнута, так как в результате полученных данных было выявлено компьютер оказывает вредное воздействие на здоровье школьников**
- **Цель достигнута, задачи выявлены выяснилось нужно школьникам давать некоторое время использования компьютером**
- **В результате рассмотрения затронутой темы можно рекомендовать данные материалы для помощи родителям с детьми , для профилактики**
- **После анализа данной темы необходима рассмотрение решения от зависимости школьников компьютером**

# Спасибо за внимание!

- Выступал Юра Бачев, Данил Басюк, Ильгиз мустакимов, Кенан Велиев