

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области

«Свердловский областной педагогический колледж»

Влияние компьютера на подростка Индивидуальный проект

Выполнила Мушникова М.Д.

Студентка группы: 13к

Специальность: 51.02.02

«Социально-культурная деятельность»

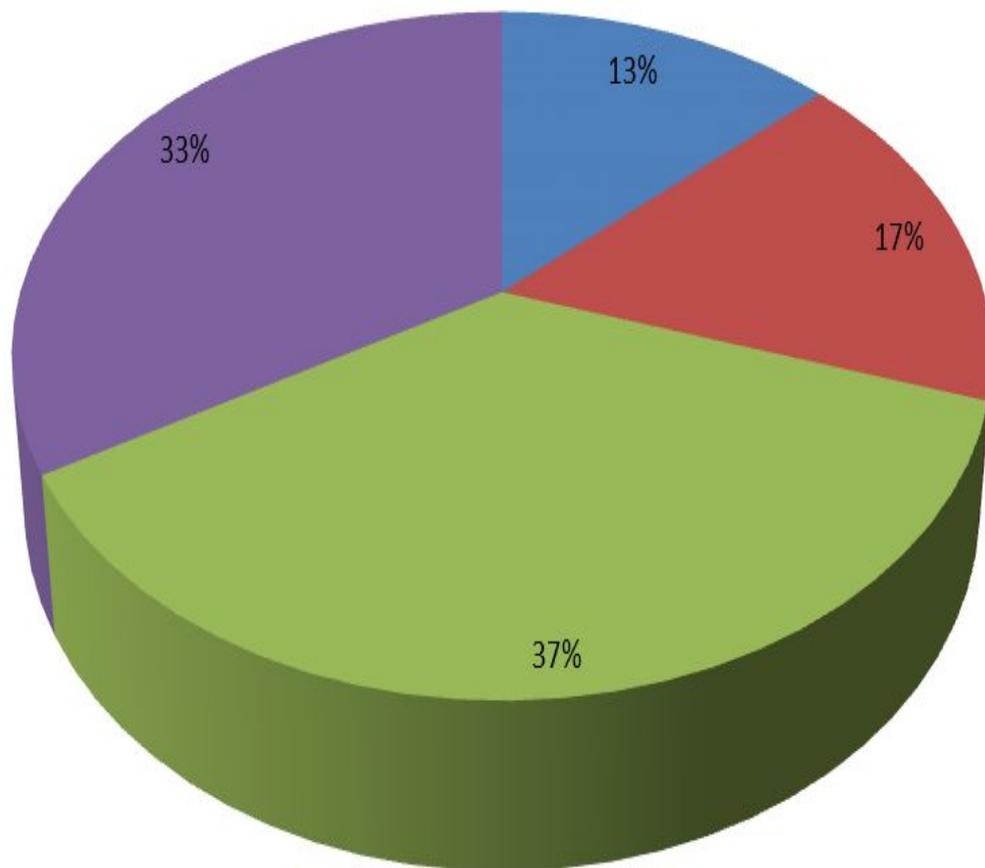
Научный руководитель:

Авазова С.А.

Екатеринбург
2019

Актуальность

■ Нет компьютерной зависимости ■ Увлечение компьютером
■ Риск развития компьютерной зависимости ■ Начальная стадия



- Наш век - это развитие технологий, компьютер является неотъемлемой частью каждого дома, работы, учебных заведений. Но несмотря на большинство положительных качеств компьютера, есть и отрицательные, которые ухудшают физическое и психологическое здоровье всех, но большинство этому подвергаются подростковый возраст 12-19 лет.

Проблема

Как
предостеречь
подростков от
компьютерной
зависимости?

Цель

Разработать
рекомендации по
профилактике
компьютерной
зависимости

Задачи

```
graph TD; A[Задачи] --> B(Изучение теоретического материала); A --> C(Проведение опроса в группе 13к); A --> D(Разработка буклета);
```

Изучение
теоретического
материала

Проведение
опроса в
группе 13к

Разработка
буклета

Основные понятия

Компьютер – это электронно-вычислительная машина, способная выполнять заданную последовательность операций, называемую программой.



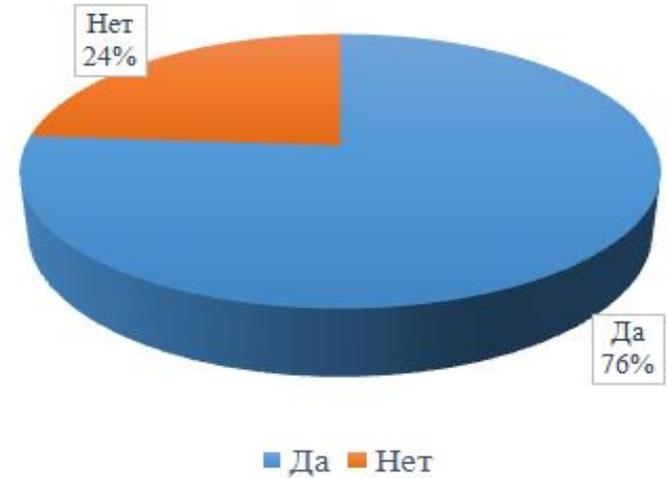
- Подростки – это лица в возрасте 11-17 лет, у которых происходит переходный этап между детством и взрослостью, характеризующий качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь

Компьютерная зависимость у подростков — это патологическое пристрастие к компьютеру с максимальным времяпровождением за ним.

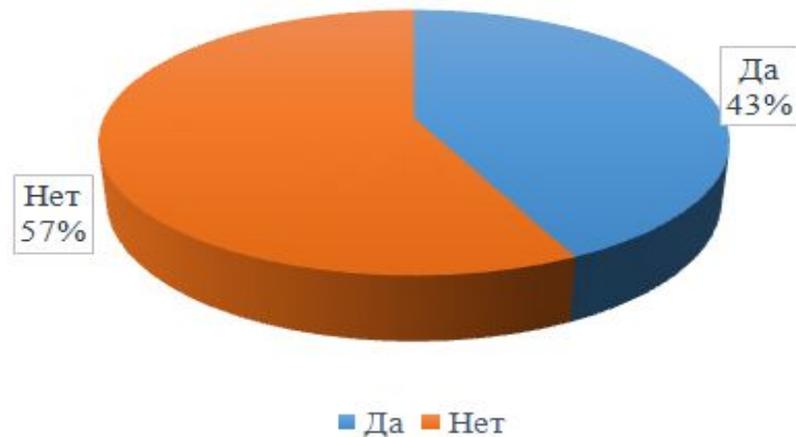
Результаты опроса



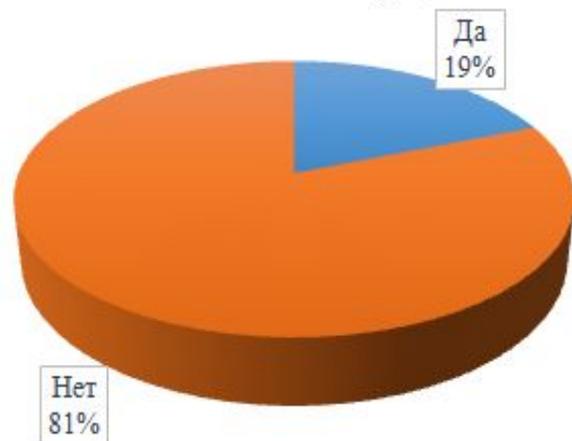
Знаете ли вы о правилах работы за компьютером?



Соблюдаете ли вы правила пользования компьютером?

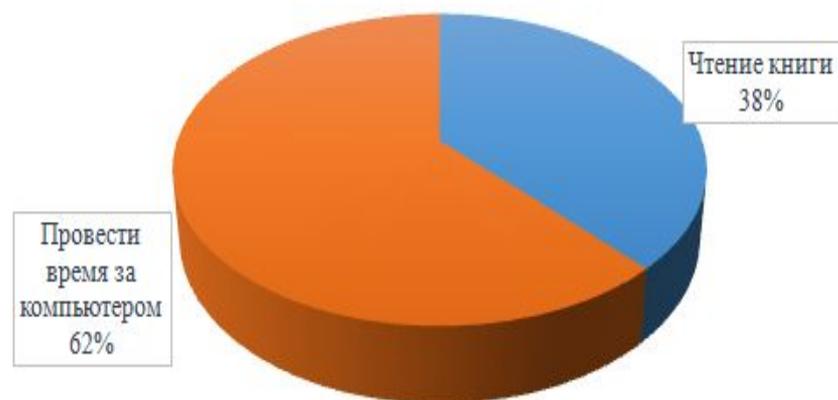


Пользуетесь вы компьютером только в рамках учебного и познавательного процесса?



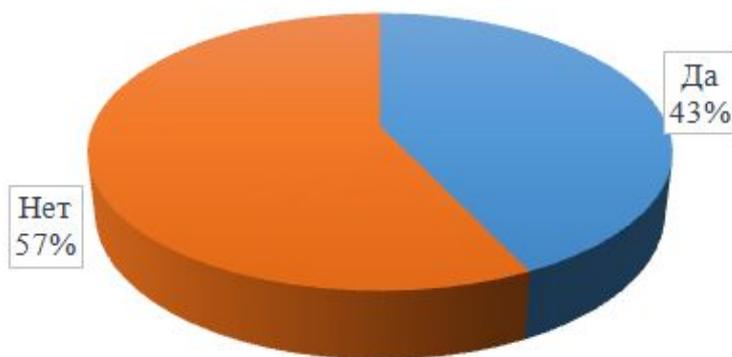
■ Да ■ Нет

Что вы предпочтете?



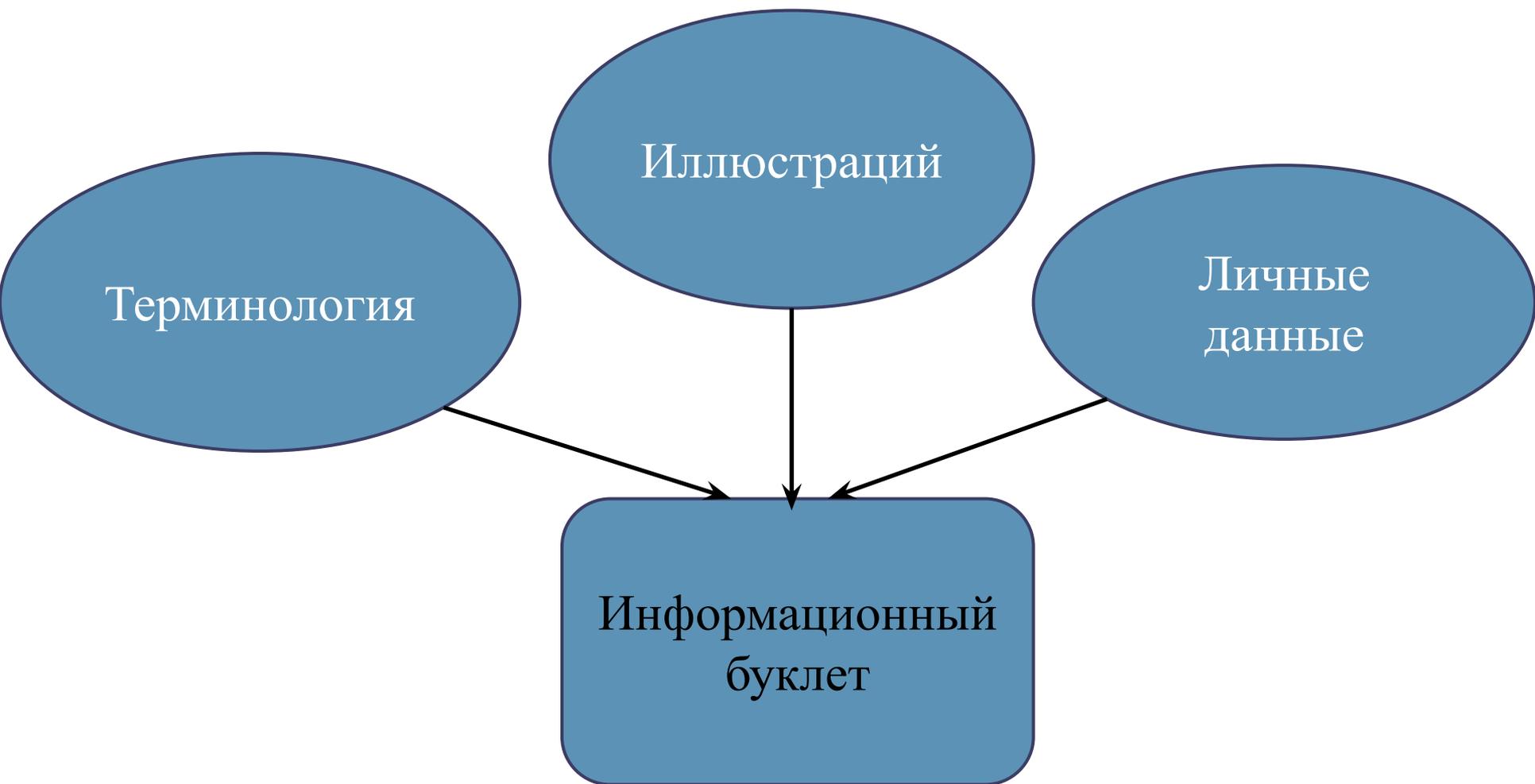
■ Чтение книги ■ Провести время за компьютером

Играете ли вы в компьютерные игры?



■ Да ■ Нет

Разработка буклета



ГБПОУ СО
«Свердловский
областной
педагогический»

Рекомендации по
профилактике
компьютерной
зависимости



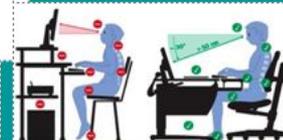
Екатеринбург
2019г.



Мушникова М.Д
Студентка ГБПОУ СО
«СОПК»

Следует знать!

1. Длительность непрерывных занятий непосредственно с монитором для подростков составляет 15-30 минут. В целом не больше трех часов.
2. Комната должна хорошо освещена и проветриваться регулярно.
3. Расстояние от глаз подростка до монитора не должно превышать 60 см!
4. В процессе работы и игры на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки.
5. Запрещается работать на компьютере мокрыми руками и класть на ПК посторонние предметы.



Как можно провести свободное время подростку, не сидя за компьютером?

- Спортивные секции
- Различные кружки и связанные с рукоделием, танцами, музыкой
- Прогулка с друзьями
- Чтение книг
- Семейные походы в кино, музеи, театры, пикники.



Профилактика компьютерной зависимости

1. Установить временные рамки сидения за компьютером, и не нарушать их.
2. Создание привлекательной, здоровой и интересной реальной среды для ребенка. Прислушайтесь к его интересам, выявите способности, организуйте совместную активную деятельность.
3. Взаимодействие. Не игнорируйте обращения ребенка, обсуждайте его проблемы, помогайте находить выход из трудных ситуаций.
4. Всестороннее развитие.

Компьютерная зависимость и её признаки.

Компьютерная зависимость у подростков — это патологическое пристрастие к компьютеру с максимальным времяпровождением за ним.

Признаки:

1. Время за компьютером более 10 часов
2. Проявление агрессии или депрессию в случае отсутствия доступа к компьютеру
3. Потеря контроля над временем
4. Игнорирование окружающего мира
5. Отрицание проблемы
6. Социальная изоляция.
7. Проблемы в учебе.
8. Мысли о самоубийстве



my-en.ru

Спасибо за внимание