

# Есть ли интернет зависимость в нашем классе или нет.



Сайфуллина Алиса  
Гундорова Юлия  
4 «Б»

# ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РАБОТЫ

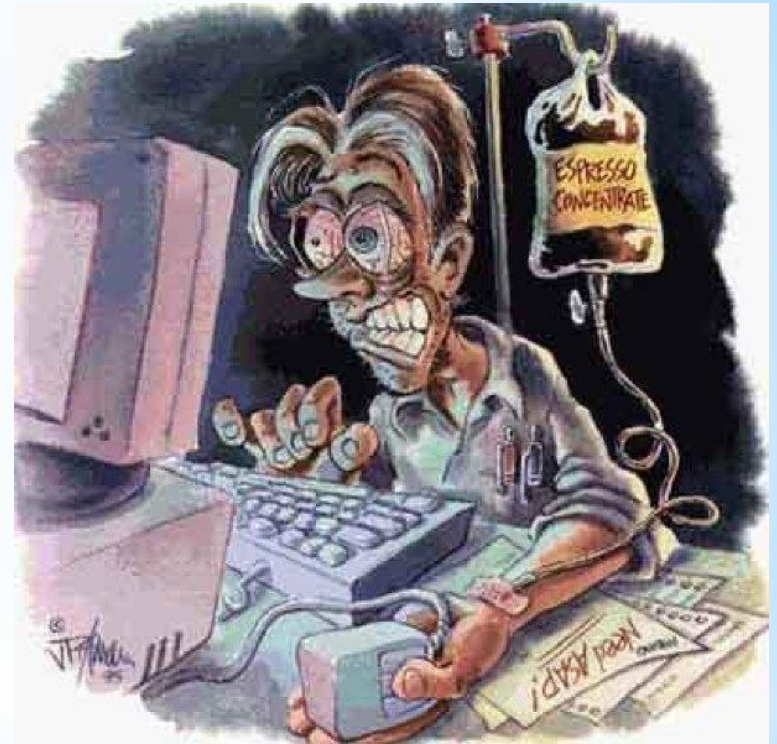
ЦЕЛЬ: провести исследование по теме «интернет-зависимость».

ЗАДАЧИ:

- ✓ провести анализ литературы для изучения данной проблемы.
- ✓ установить наличие проблемы интернет-зависимости среди учеников 4«Б» класса.
- ✓ дать рекомендации для преодоления интернет-зависимости и сохранения здоровья.

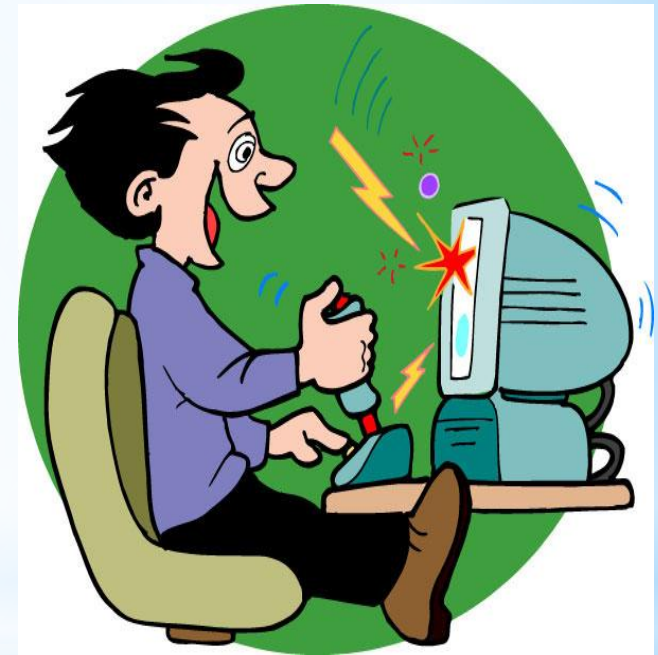
# Физиологические симптомы зависимости

- ✓сухость в глазах
- ✓головные боли
- ✓расстройство сна
- ✓ухудшение памяти и внимания
- ✓пренебрежение личной гигиеной



# Психологические симптомы зависимости

- ✓ приступы депрессии, страха, тревоги
- ✓ невозможность самостоятельно остановиться
- ✓ увеличение количества времени, проводимого за компьютером
- ✓ отказ от хобби, к которому раньше проявлялся интерес



# Социологическое исследование

Место проведения: ГБОУ школа №285  
имени В.А.Молодцова

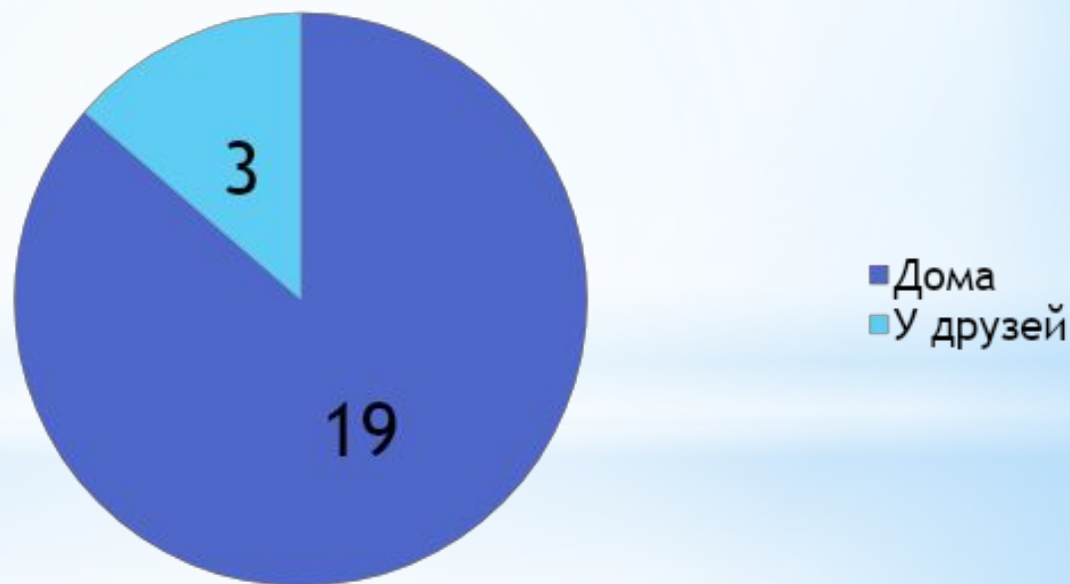
Количество участников: 22 ученика

Время проведения: ноябрь 2015 года



# Мы провели опрос, на основе которого получили результаты:

Где пользуетесь компьютером?



**Часто ли замечаете, что проводите больше времени, чем намеревались?**

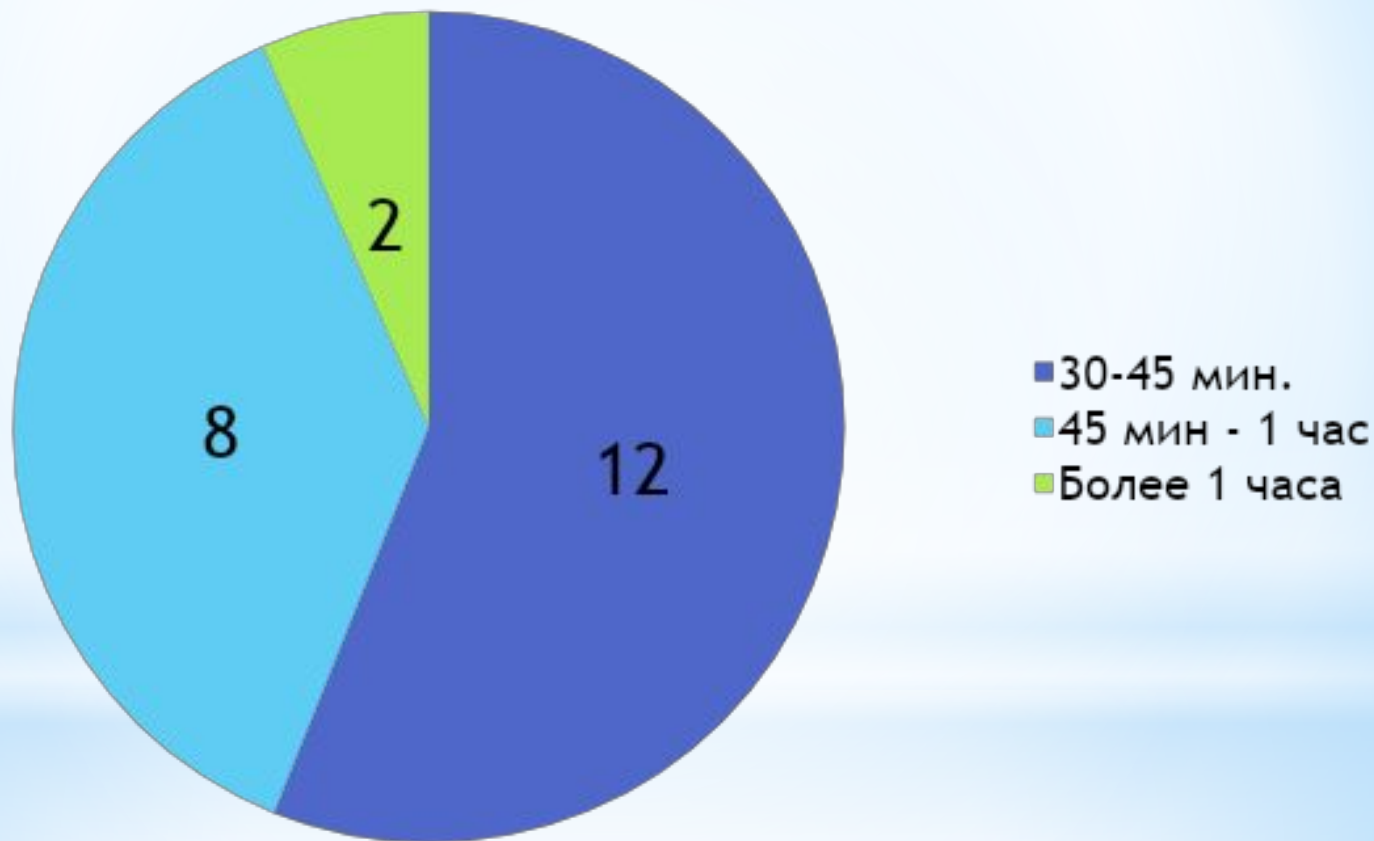


## Какова ваша потребность в интернете?

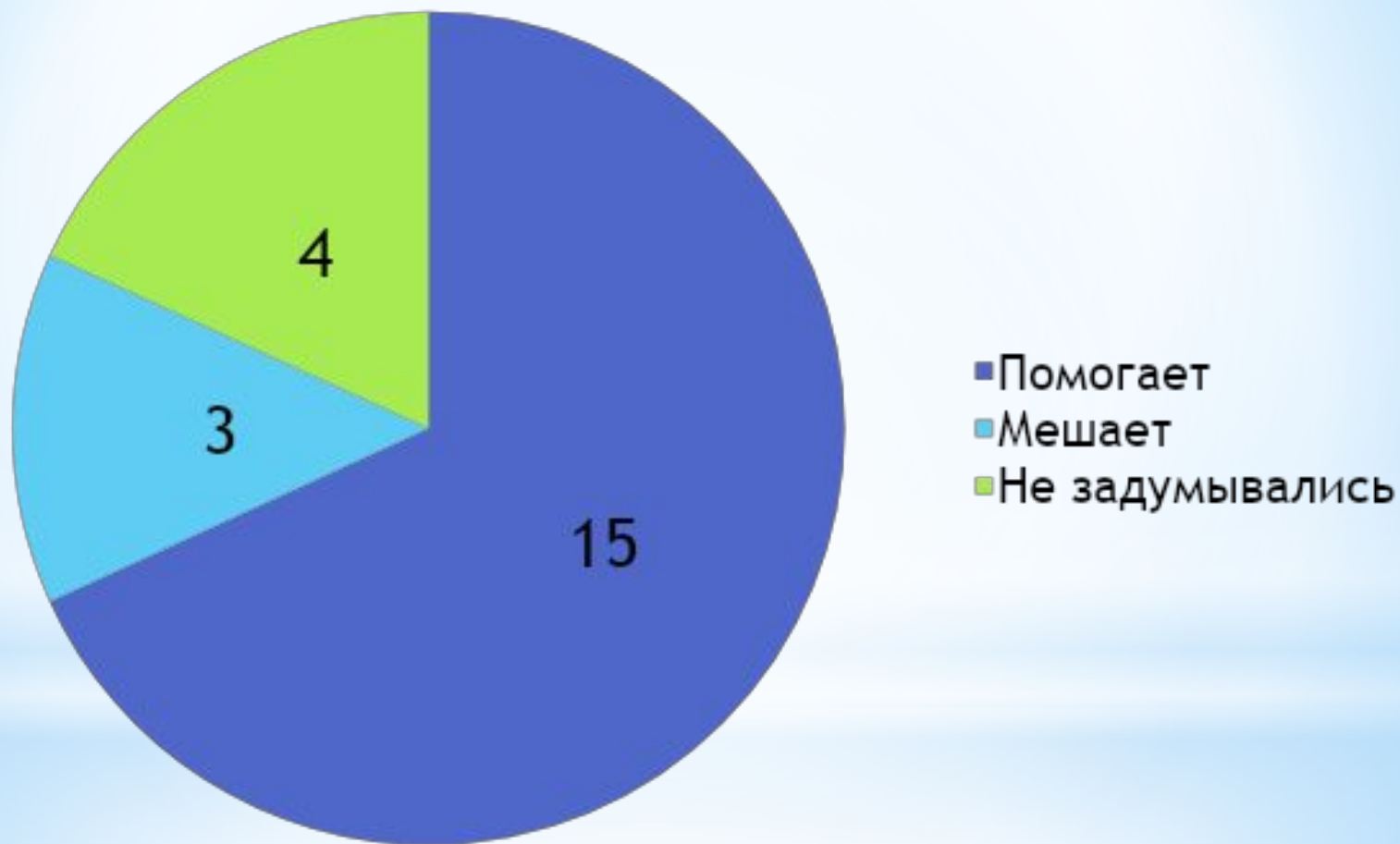




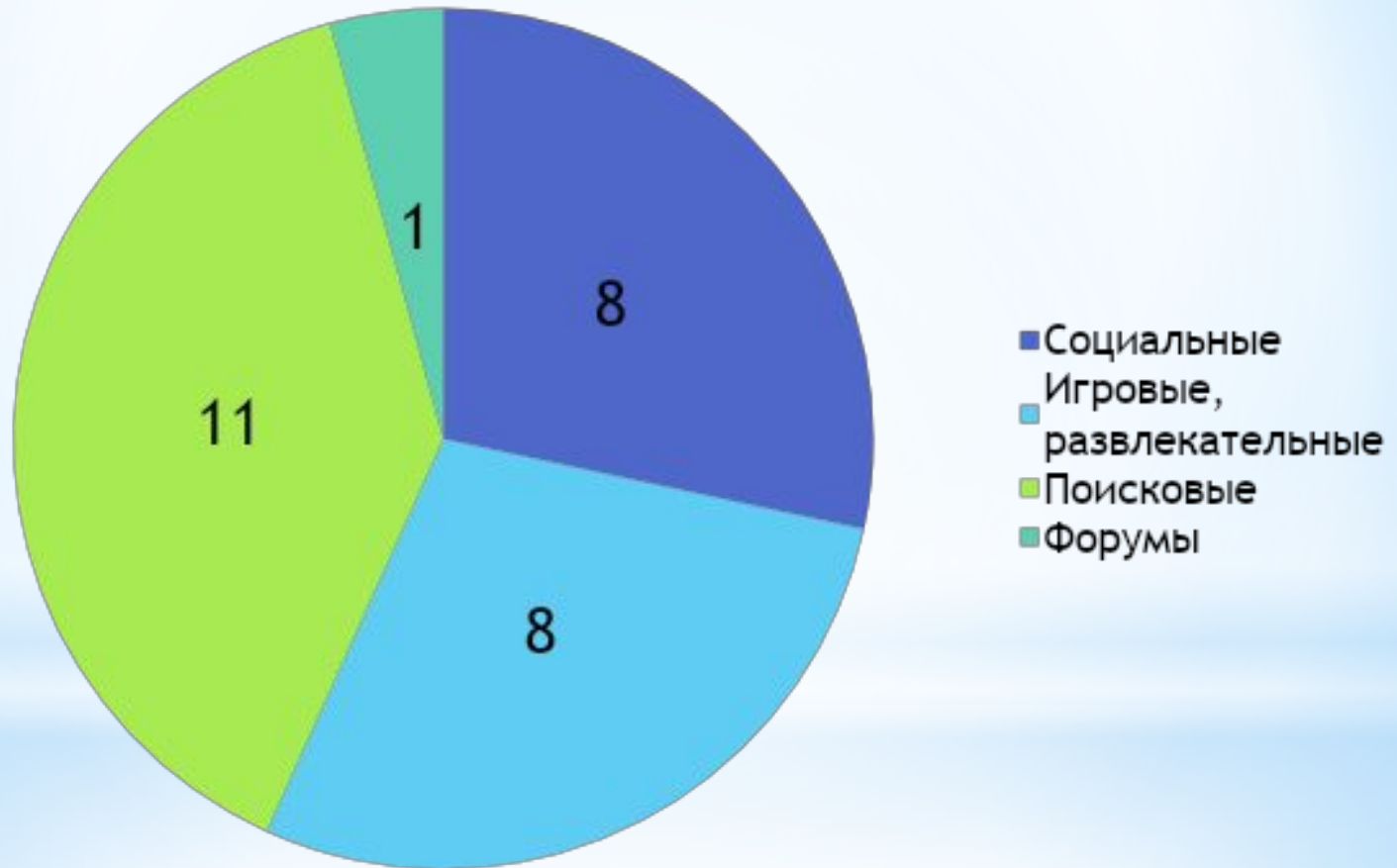
## Сколько времени вы находите перед компьютером?



Влияет ли интернет на учебу?



## Какие сайты посещаете?



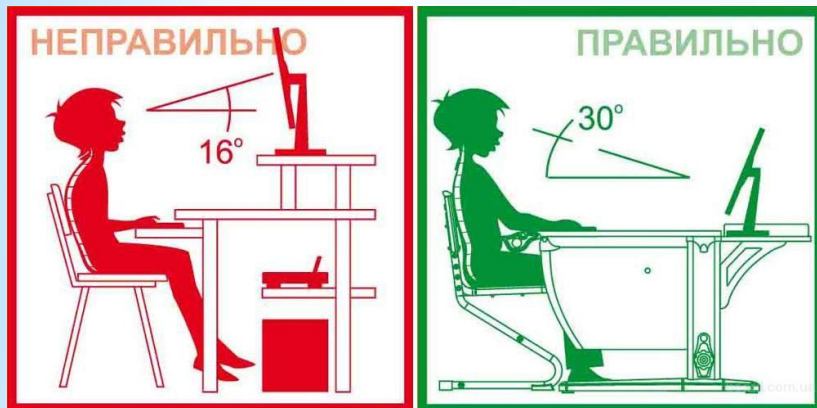
Исходя из этих диаграмм,  
мы делаем следующие  
выводы:



- ✓ не все опрошенные пользуются интернетом дома
- ✓ в интернете большее количество времени опрашиваемые проводят в соц. сетях, на поисковых сайтах и в сетевых играх
- ✓ 3-е из опрашиваемых учеников проводили в интернете больше времени, чем изначально запланировали, 12-ть – столько сколько запланировали и 7-мь не контролировали время, проведенное за компьютером
- ✓ 8-мь опрошенных обучающихся не представляют уже жизни без интернета; 5-ть обучающихся периодически интересуются выходом в интернет и 9-ть - равнодушны
- ✓ 15-ть из опрошенных высказали мнение, что интернет помогает в учёбе; 3-м – мешает; 4-е - не задумывались
- ✓ почти все из опрашиваемых активно пользуются интернетом больше 1,5-2 года
- ✓ В результате исследования выяснено, что пользуются интернетом от 30-45 мин. – 12 учащихся;  
от 45 мин. – 1 часа – 8 учащихся; более 1 часа – 2 учащихся

## Последствия длительного пребывания за компьютером:

- У того кто много сидит постоянно напряжены мышцы спины, поэтому со временем у детей может развиться искривление позвоночника.



- Если вы долго находитесь за компьютером, есть возможность развития искривления позвоночника.

Находясь перед компьютером долго, мы подвергаем наше зрение сильной нагрузке.

Человек со временем начинает испытывать сухость в глазах, резкие боли. Постепенно у него ослабевает зрение.



Длительное времяпрепровождение за компьютером приводит к нарушению работы нервной системы, ее переутомлению. У детей появляется агрессивность, снижается память, пропадает интерес к живому общению.



# Итоги:

Проведённое исследование показало, что 12 человек относятся к группе «обычных пользователей интернета». Они могут путешествовать по интернет-сети сколько угодно, так как умеют контролировать себя.

Три человека имеют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом. Если не обратить внимание на эти проблемы сейчас, то в дальнейшем они могут привести к серьёзным последствиям.



## Вывод:

По результатам проведённых мною исследований мы делаем вывод, что интернет-зависимость на данный момент уже является проблемой среди учеников 4 «Б» класса, поскольку 10 учащихся не могут проконтролировать время, проводимое за компьютером.

Но если данная проблема возникнет,  
то...

## *ИЗМЕНИТЬ СИТУАЦИЮ ВОЗМОЖНО:*

-Прежде всего нужно ограничить время посещение сайтов, не относящихся к образованию.

-Главное — найти то, что Вам действительно интересно, помимо компьютера, и посвятить свободное от учёбы время этому занятию.



- .Общайтесь со своими друзьями непосредственно (без каких-либо электронных устройств)
- Играйте в спортивные игры, которые будут помогать вам всесторонне развиваться



# Спасибо

# за внимание

