

ППМСЦ «Развитие»

# Тематическая консультация «Безопасность в социальных сетях»



# История создания компьютера

1623г. Первая «считающая машина», созданная Уильямом Шикардом. Это довольно громоздкий аппарат мог применять простые арифметические действия (сложение, вычитание) с 7-значными числами.

---

1956г. В США создан первый компьютер на транзисторной основе и первый накопитель информации – прототип винчестера – жёсткий диск.

1960г. разработали первый модем.

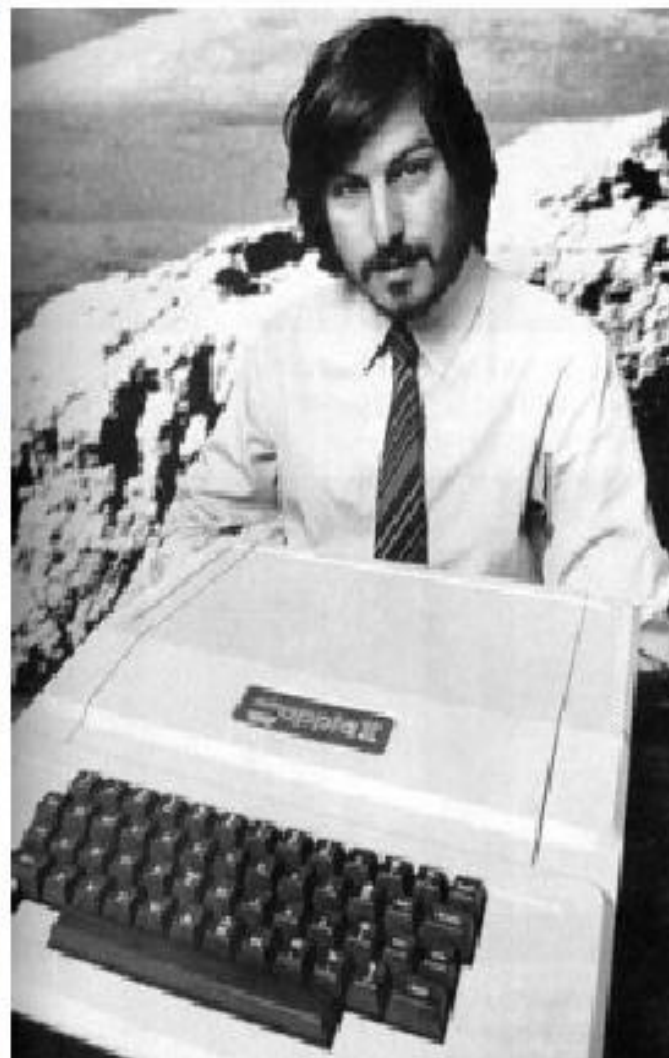
1990г. Рождение сети Интернет

1999г. Выпуск новых процессоров Pentium III.

2000-2003 гг. Жёсткая конкурентная борьба между Intel и AMD, приведшая к созданию процессоров с ужасающей скоростью 3200 МГц. Это привело и к росту оперативной памяти, объёму жёстких дисков, видеокарт и т.д.



# **Первый компьютер компании Apple. Стив и Apple II.**



# Вопрос

## В каком году появилась сеть

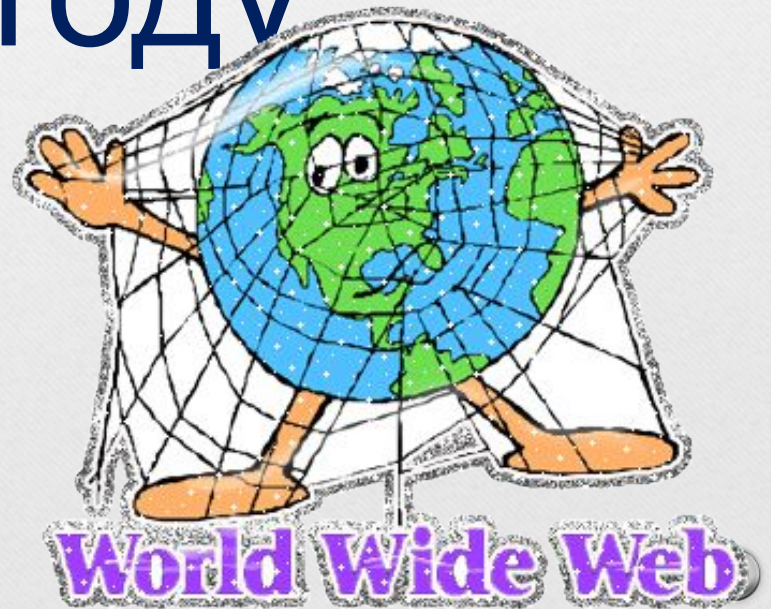
---

Интернет?





Сеть  
Интернет  
появилась  
в 1990 году



# Блиц-опрос



1. Сколько вам лет?
2. С какого возраста вы являетесь активным пользователем Интернет сети?
3. Сколько времени в день вы пользуетесь Интернет сетью?



# «Мозговой штурм»

Обсудите и запишите  
свои ответы в три колонки  
«Польза», «Вред», «Опасности» Сети.



# «Личное – безличное»

---

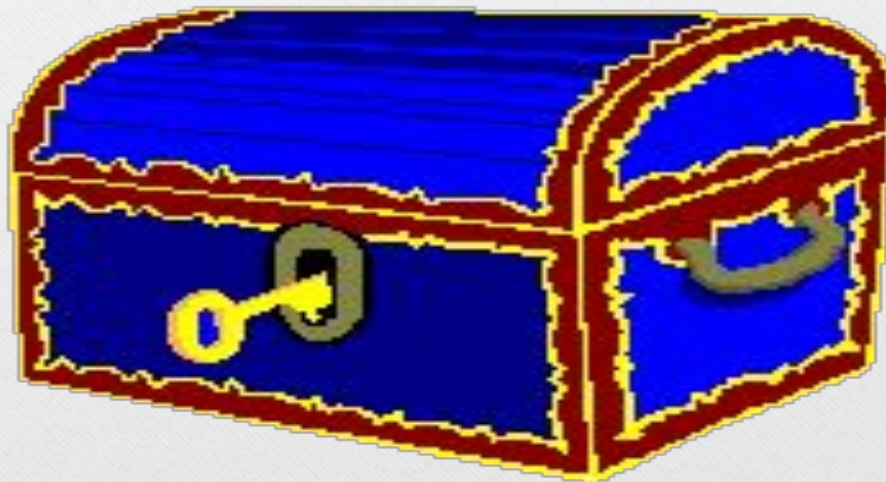
Как вы считаете, что входит в понятия: «безличная информация» и «персональная информация»?

Что и когда мы размещаем в социальных сетях?



# «Секретная информация»

---



Напишите на листочке какой-либо свой секрет (можно шуточный).

---

По команде ведущего участники передают свой листочек сидящему слева, берут – у сидящего справа.

Со следующей командой – следующая передача. И так, пока вам не вернется ваш листок.



# Обсудим вопросы

1. Что вы чувствовали, когда ваш секрет находился в чужих руках?

2. Что вы чувствовали, когда чужой секрет находился в ваших руках?

3. Хотелось ли прочесть? Поделиться с кем-то?

4. Случалось ли вам выкладывать аналогичную информацию в Сеть?

**Ребята!**

**Будьте внимательны и осторожны  
при использовании социальных сетей!**

**Пусть Интернет будет вам  
другом и помощником!**

**Спасибо за работу!**





# Компьютер и здоровье – мифы и факты

---

Проверим, кто из вас лучше владеет  
информацией

о вреде или пользе компьютера.

Читаем вопрос, команда совещается и дает  
ответ : «ПРАВДА или МИФ».

**Использование  
компьютера может  
вызвать судороги  
и припадки, так ли это?**





**Это миф!**

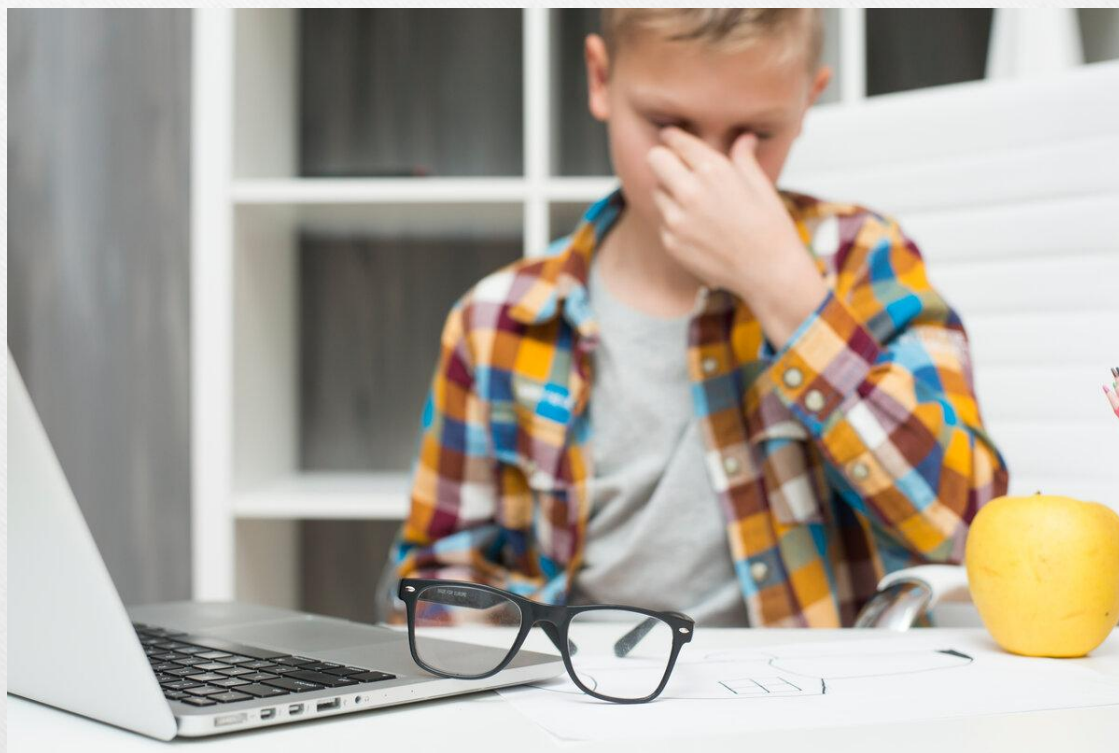
**У здорового человека работа за  
компьютером не вызывает  
судорог. Но:**

---

В результате исследований ученые выявили, что наибольшее негативное влияние на головной мозг испытуемых оказывали именно видеоигры. «Видеоигроки» отмечали, что они стали чаще раздражаться, и их концентрация на общение с окружающими значительно снизилась.

# Длительное нахождение у компьютера наносит вред зрению, так ли это?

---





**Это правда!**

**Длительная работа за**  

---

**компьютером и ноутбуками может**  
**приводить к развитию таких**  
**болезней органов зрения:**  
**синдром сухого глаза – краснота и**  
**резь;**  
**воспаление глаза;**  
**близорукость;**  
**дальнозоркость.**

**Длительное нахождение за  
компьютером вызывает  
искривление позвоночника и  
нарушение осанки, так ли это?**

---





Это правда!

Появляются и обостряются  
заболевание различных отделов  
позвоночника;  
нарушения осанки: сколиоз и др.

Особенно часто такие нарушения выявляются  
у детей и подростков, у работников, чья  
деятельность связана с долгой работой  
за компьютером.

**Работа за компьютером  
вызывает заболевания нервной  
системы и психические  
отклонения, так ли это?**

---





## Это правда!

Любая деятельность за компьютером – это интеллектуальная нагрузка, которая может приводить к перенапряжению нервной системы, а в частности – головного мозга.

У человека могут появляться головная боль головная боль; головокружение; шум в ушах; тошнота; чувство напряжения мышц лица и черепа; раздражительность; нарушения концентрации внимания; нарушения памяти.

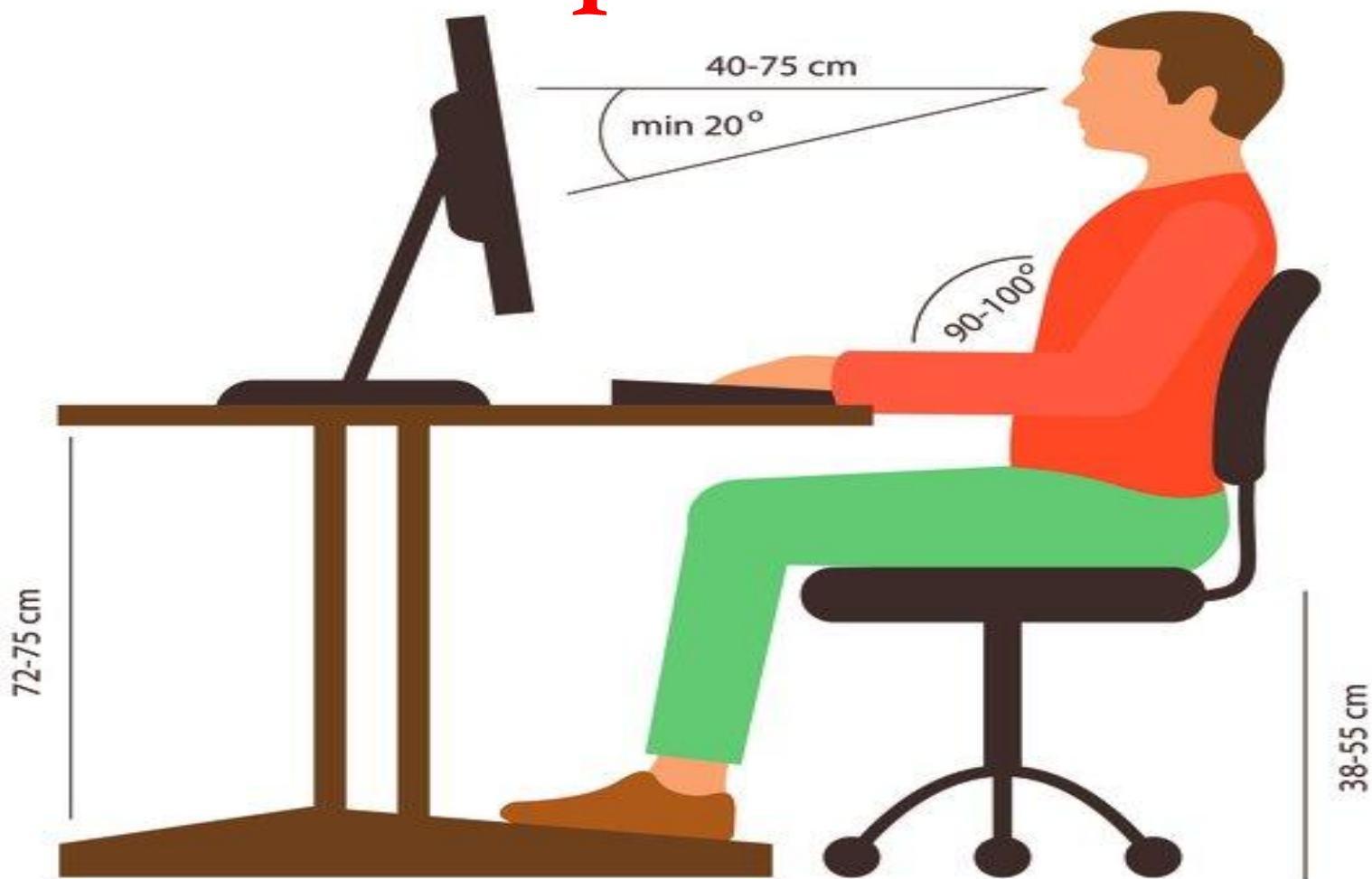
# Как правильно расположить рабочее место перед компьютером?

---





# Так правильно!



# Правила пользования компьютером:

- Необходимо правильно организовать освещение компьютерного стола.
- Следите за исправностью монитора и чистотой экрана, так как грязь дает дополнительное искажение.
- Индивидуально подобранные стол и стул позволят соблюдать оптимальное расстояние от экрана до глаз (50-60 см).
- Не ставьте компьютерный стол так, чтобы сидеть спиной к окну.
- Блики на экране способствуют утомлению глаз.
- Наиболее вредной считается работа в Интернете. Ограничьтесь в этом
- Необходимо каждые 15-20 минут делать перерывы – давал глазам отдохнуть. Научитесь делать зарядку для глаз
- Можно подобрать специальные защитные очки для работы на компьютере.



# Компьютер – что он может?

«+»	«-»
1.Общение	1. Вероятность мошенников
2. Заработок	2. Потеря денег и авторских прав
3.Обучение	3. Нежелание учиться самому, списывание
4.Информация	4. Ложная информация
5.Развлечения, игры	5. Сужение интересов, уход от реальности
6. Хобби (рисунки, схемы, знаки)	6. Потеря времени
7.Покупки	7. Потеря денег
8. Ориентация на местности	8. Не умение ориентироваться на местности самостоятельности
	9. Нагрузка на зрение, психику
	10. Стесненная поза
	11. Излучение

Зависимость – это подчинённость другим людям, предметам, веществам, чужой воле, чужой власти при отсутствии самостоятельности, свободы.

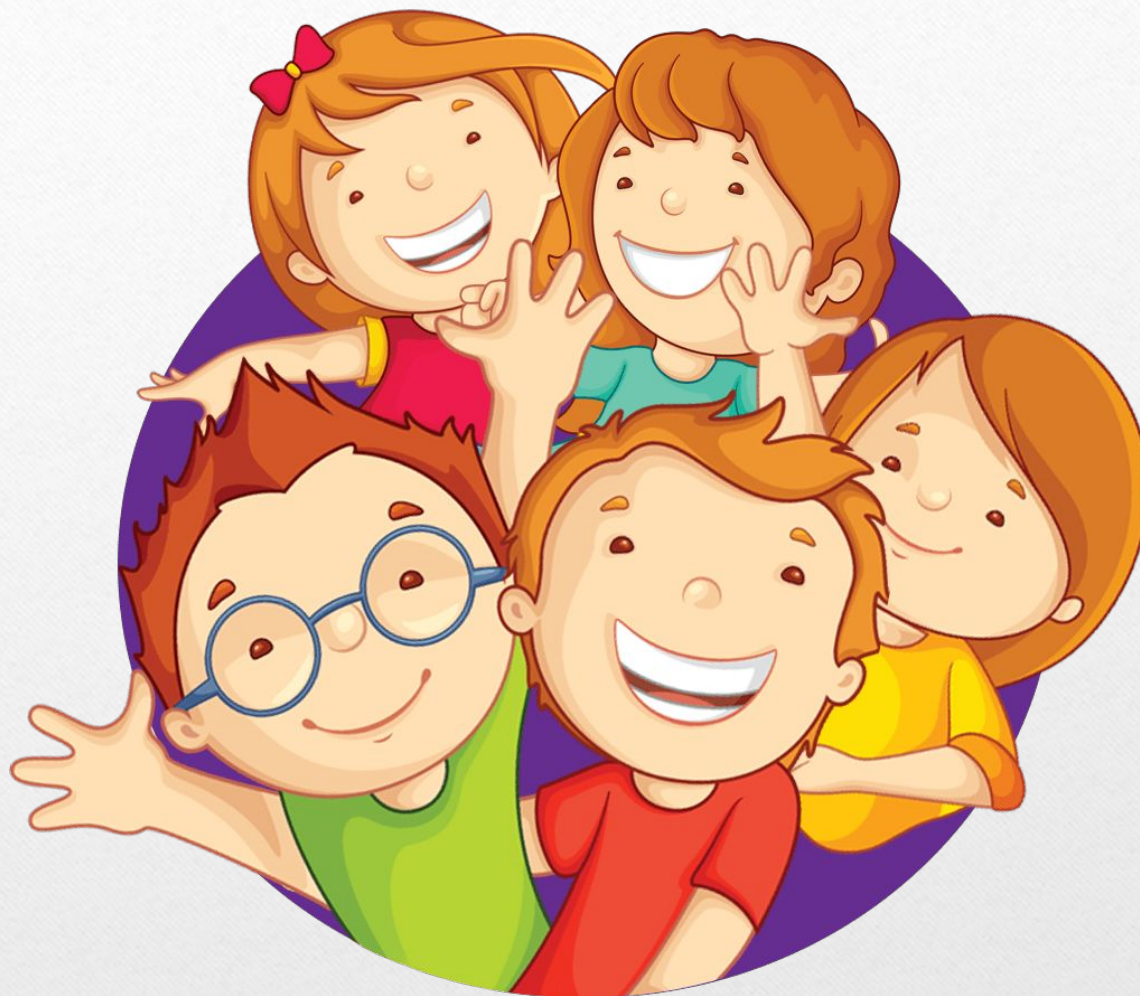


Зависимые люди - это те, которые уходят от проблем, избегают их решения, наносят вред своему личному здоровью, а так же благополучию окружающих людей.



## Под влиянием компьютерной зависимости человек проявляет:

- не желание отвлечься от работы или игры с компьютером;
- раздражение при вынужденном отвлечении от компьютера;
- неспособность спланировать окончание сеанса работы или игры с компьютером;
- расходование больших денег на обеспечение компьютера;
- забывание о домашних делах, служебных обязанностях, учебе, встречах и договоренностях в ходе работы или игры на компьютере;
- пренебрежение собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером;
- готовность удовлетворяться нерегулярной, случайной и однообразной пищей, не отрываясь от компьютера;
- ощущение эмоционального подъема во время работы с компьютером.



Справляйтесь с трудностями,  
укрепляйте свое личное здоровье,  
общайтесь со своими близкими и друзьями.