



# Компьютер - враг, друг, помощник?



**Друг** – человек, который поможет в трудной ситуации, к которому можно обратиться с проблемой, с которым интересно общаться.

**Помощник** – человек, который помогает.

Враг – человек, который приносит вред здоровью физическому и психическому, из за которого возникают конфликты с близкими людьми.

# Цель

**Выяснить, кем  
является для нас  
компьютер**

# Компьютер - враг



- У меня один лишь друг,  
Компьютером его зовут.  
Целый день с ним провожу,  
На прогулки не хожу.  
Спортом я не занимаюсь,  
И совсем не закаляюсь,
- Я с друзьями не общаюсь,  
Я учусь целый день,  
И поверьте, мне не лень  
За компьютером сидеть,  
Фильмы, игры поглядеть.  
На все сайты без разбора  
Выхожу вплоть до упора.
- Плохо стал соображать,  
Отчего вдруг? – не понять.  
Стало плохо с головой...  
И с глазами ...Что со мною?!



# Компьютер – друг и помощник



- У меня есть новый друг.  
Его компьютером зовут.  
Дружу я с ним давно,  
И расскажу вам про него.
- Он все по папочкам  
разложит,  
Через принтер все  
размножит.  
Электронные файлы услуг
- Инструмент "на все руки"  
И лекарство от скуки,  
И учитель, и преданный друг.  
До чего же энергичный  
Электронный человек!  
Мой попутчик симпатичный  
В двадцать первый век

# Компьютер - друг или враг?



## **друг**

- 1. работа на компьютере - игра, это интересно**
- 2. Развивает мышление (рисунки, схемы, знаки)**
- 3. Развивает память и внимание (яркие, запоминающиеся предметы, действия)**
- 4. Возможность общения со сверстниками**
- 5. Возможность продемонстрировать свою индивидуальность, хобби, талант)**
- 6. Развитие мелкой моторики рук**
- 7. Быстрый доступ к информации**
- 8. Возможность дистанционного обучения**

## **враг**

- 1. Нагрузка на зрение**
- 2. Стесненная поза**
- 3. Излучение**
- 4. Воздействие на психику**
- 5. Вызывают агрессию**
- 6. сужение круга интересов**
- 7. уход от реальности**
- 8. Трата денег**



**Компьютер не может сам  
принести вред или пользу  
человеку.**

**Всё зависит от самого человека!**

# 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.

**Не нужно бояться умных машин,  
Ведь пользу большую несут они в жизнь.**

**"Лишь ты позаботься о личном ...", –  
Такие компьютер нам ставит условия.**