

Исследовательская работа на тему
**«Портативный персональный компьютер
(ноутбук). Польза или вред? Друг или враг?»**



Автор:
обучающийся 2 А класса
Корнеев Кирилл
Руководитель:
Зубенкова Элла Викторовна,
учитель начальных классов



В современном мире трудно найти дом, офис или предприятие, в которых не было бы компьютера. В моём школьном кабинете, как и у большинства моих одноклассников, имеется компактный портативный персональный компьютер (ноутбук).

Когда сидишь за ноутбуком, постоянно слышишь от взрослых: «Не сиди долго!», «Хватит там сидеть».

У меня возникла проблема: «А почему нельзя? Ведь мне это очень нравится!» На что я получал ответ, что «Компьютер плохо влияет на организм человека».

Я решил провести исследование: **ноутбук - враг или, на моё счастье, друг? Помогают ли портативные компьютеры или только мешают?**

Цель моей работы: выяснить причины негативного отношения взрослых к портативному компьютеру (ноутбуку); определить, вред или пользу приносит ноутбук в жизнь человека.

У меня возникли вопросы:

Какую пользу приносит ноутбук человеку?

Какое количество россиян пользуется ноутбуками?

Какую опасность таит в себе ноутбук?



Задачи исследования:

1. Познакомиться с историей появления компьютеров (ноутбуков), чтобы узнать предназначение этой машины для человека.
2. Изучить литературу, содержащую информацию о влиянии ноутбука на здоровье человека.
3. Изучить способы, какими можно избежать или уменьшить отрицательное влияние ноутбука на человека.
4. Выяснить путём анкетирования, роль компьютера в жизни человека.
5. Побеседовать с учителем, родителями, продавцами компьютерной техники по проблеме исследования.
6. Представить одноклассникам результаты исследования.

Я предположил, что если мои родители, одноклассники постоянно проводят свободное время у ноутбуков, тратят на это занятие много времени, то при этом, в первую очередь, страдает их здоровье.

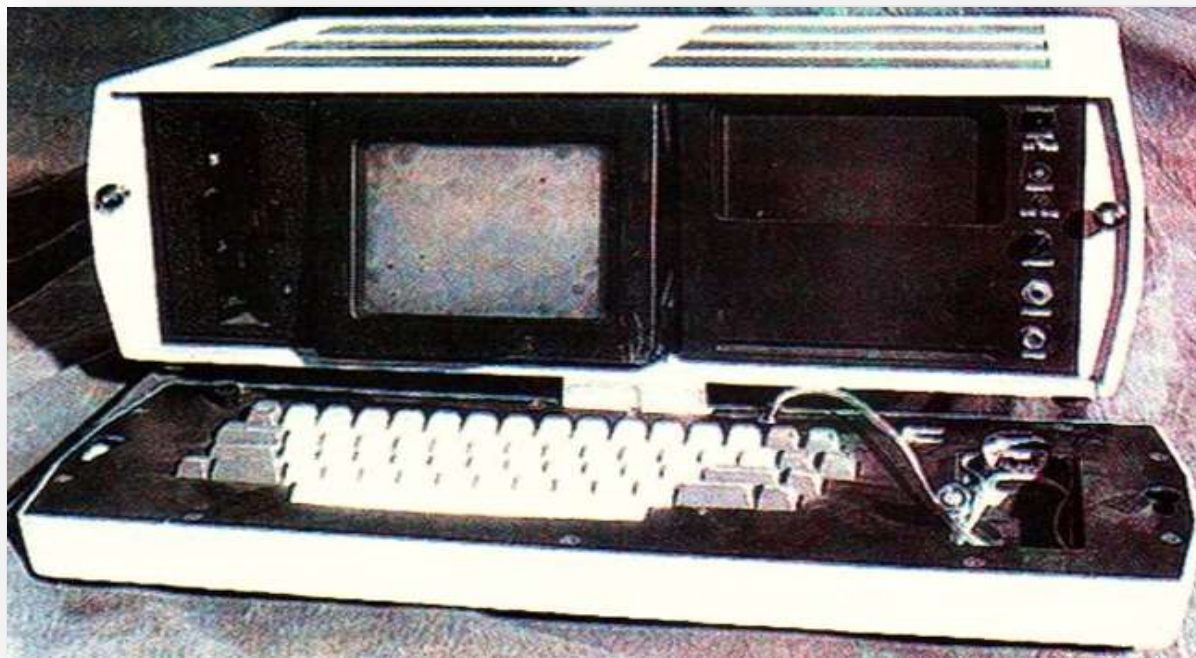
Актуальность *моей* *темы* заключается в том, что любой прогресс в науке или технике, наряду с положительными явлениями, неизбежно влечет за собой и отрицательные стороны.



Немного истории

Первым идею создания портативного компьютера выдвинул Алан Кей в 1968 году. Его команда в лаборатории фирмы Xerox создала первый в мире ноутбук в 1976г. И назывался он NoteTaker.

Весил этот «маленький компьютер» всего 22 килограмма – чуть легче первоклассника.



=



22 кг



За NoteTaker был создан
GRiD Compass 1101.

Чуть позже был создан
ноутбук Osborne 1, который
и принято считать первым
ноутбуком.

Как видно из фото
экранчик у него был очень
мал – примерно как экран
смартфона.



В чём польза ноутбука?

Преимущества ноутбука:

- его можно использовать в поездках, на учебе, т.к. он имеет аккумулятор;
- он компактный, занимает мало места;
- легкий, не доставляет неудобств при переноске.



Вред компьютера для школьников имеет два вида опасностей: вред для физического здоровья и вред для психологического здоровья.

В ходе своего исследования я узнал, что основные опасности для физического здоровья – это вред для зрения и вред для осанки:

- ✓ от неизбежного мерцания изображения мышцы хрусталика перенапрягаются, что приводит к переутомлению, головным болям и бессоннице;
- ✓ от переизбытка различной информации происходит перевозбуждение головного мозга;
- ✓ долгая работа в сидячем положении может спровоцировать сколиоз, особенно у подростков;
- ✓ однообразные движения пальцами и кистями рук приводят к сильным болям, онемению;
- ✓ длительное сидение за компьютером приводит к гиподинамии.

Вред компьютера для психологического здоровья

Последствия длительного пребывания на просторах виртуальной реальности:

- сильная зависимость - виртуальная жизнь понемногу замещает реальную;
- серьезные психические отклонения;
- усталость или перевозбуждение;
- депрессия или гиперактивность;
- нарушение сна и аппетита;
- невнимательность и рассеянность;
- раздражительность и агрессия.



Данные центра здоровья Российской академии наук


Несомненными *лидерами среди школьных болезней* по данным центра здоровья Российской академии наук являются:

- проблемы со зрением;
- заболевания системы пищеварения;
- заболевания опорно-двигательного аппарата;
- неврозы и состояние хронического стресса.

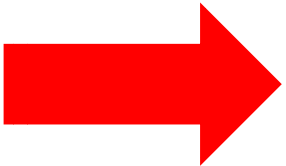


В чём вред ноутбука?

Ноутбук привлекает к себе больше внимания, чем обычный стационарный компьютер. Он более компактный и очень легкий, его можно поместить в сумку и носить с собой.



Многие люди работают на ноутбуке, держа его на животе или на коленях. Через некоторое время при постоянном использовании на этих местах может появиться темная сыпь. Это говорит о том, что человек подвергается тепловому излучению, в итоге, получая ожог.



Еще одним из недостатков ноутбуков является то, что экран и клавиатура расположены в непосредственной близости друг от друга, что приводит к формированию неправильной осанки, появляются боли в шее, плечах и спине.

В чём вред ноутбука?



Переноска ноутбуков тоже таит в себе опасности повреждения осанки, ведь обычно такие компьютеры носят в специализированных наплечных сумках с ремнем. Речь, разумеется, идет не о сверхлегких ноутбуках, а о самых массовых моделях, вес которых составляет от 2 до 3 кг.

К этому весу стоит добавить вес блока питания, запасной батареи, внешнего накопителя и прочих аксессуаров, поэтому его общая масса может оказаться весьма внушительной.

Данные опроса, проведенного Всероссийским центром изучения общественного мнения

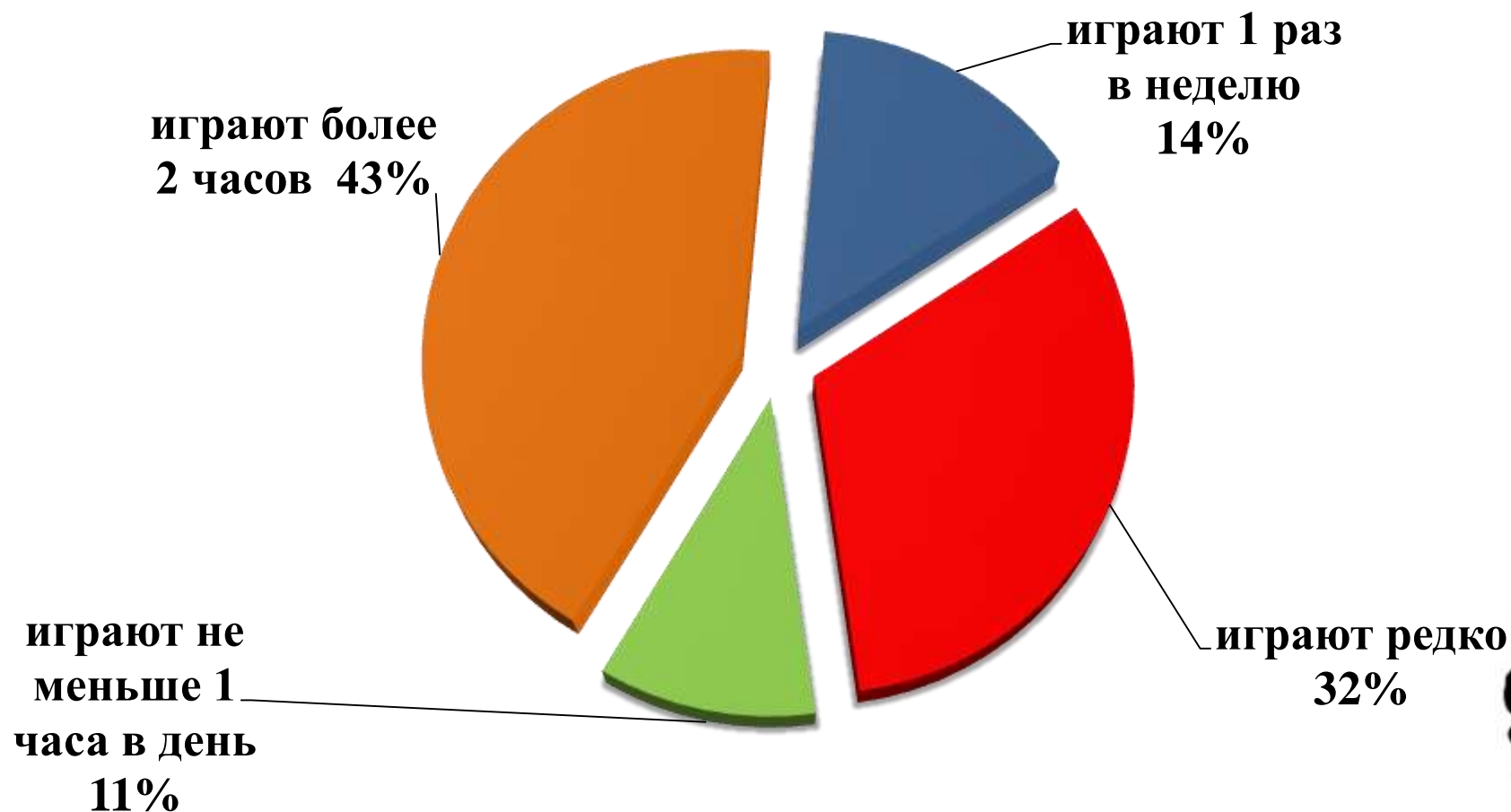
- доля интернет- пользователей среди россиян от 18 лет и старше составила 69% (66% или 76,3 млн человек в 2014г.).
- 52% выходят в Сеть ежедневно. С 2006 г. этот показатель увеличился в 10 раз.
- 96% - доля интернет- пользователей среди молодежи.

**Согласно проведенному мною исследованию
во 2 А классе МБОУ «Средняя школа № 10»
г. Рославля Смоленской области**

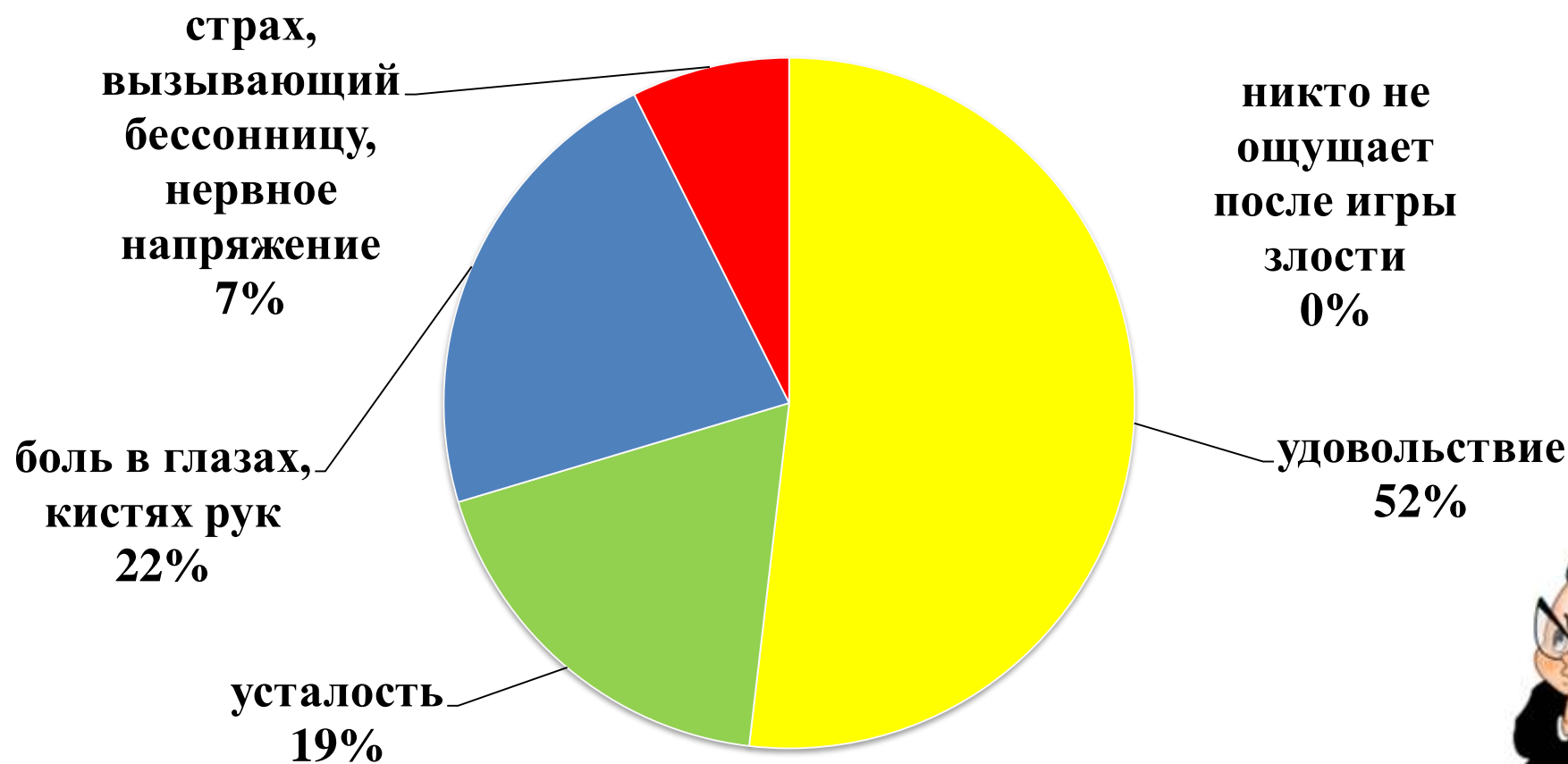
на каждую семью моих одноклассников, состоящую из 3-4 человек, приходится в среднем: 1-2 планшета, 2-3 смартфона и 1-2 ноутбука.



Популярность компьютера среди моих одноклассников



Результаты исследования на вопрос «Что Вы испытываете после игры на компьютере?»

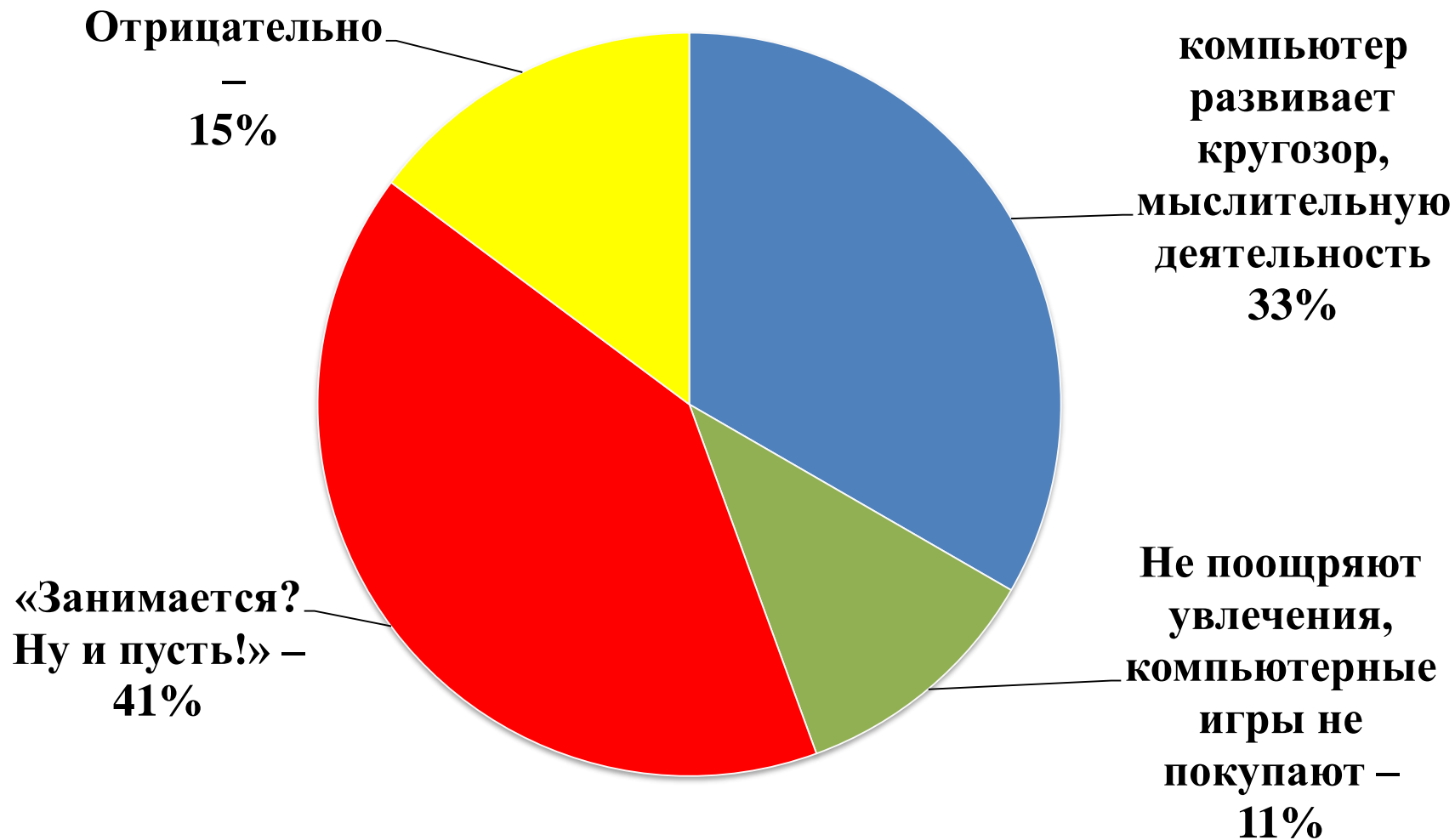


Выводы по анкетированию:

- мои одноклассники предпочитают стрелялки, симуляторы, логические игры;
- большинство проводят за компьютерными играми больше часа;
- большее половины ребят считают, что компьютерные игры влияют на них хорошо.



Анкетирование по теме «Что думают родители об увлечении детей компьютером?»



Виртуальные исследования



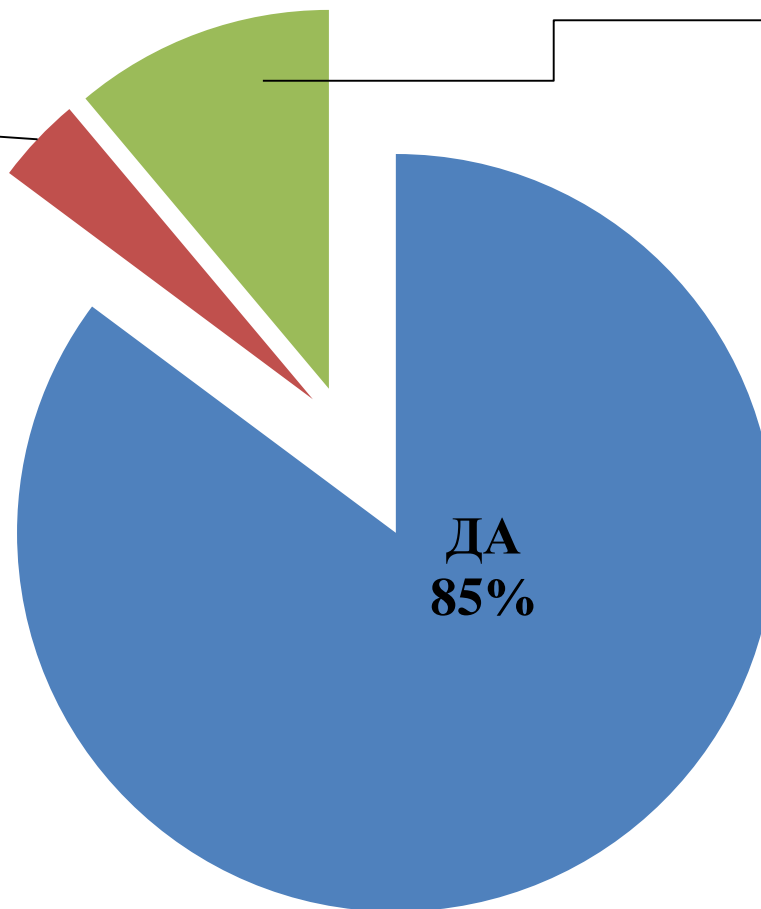
Вместе с классным руководителем Зубенковой Э.В. на сервере VIRTUAL EXS виртуальных исследований 22.02.2017 года мы приняли участие и впоследствии изучили результаты исследования, с целью выявления предпочтений покупателей в выборе и покупке ноутбуков, в котором приняло участие 50 человек, из них 59,26% мужчин, 40,74% - женщин. В ходе исследования были получены следующие результаты:

Пользуетесь ли вы ноутбуком?

НЕТ
4%

Не
пользуются,
но очень бы
хотели
11%

ДА
85%



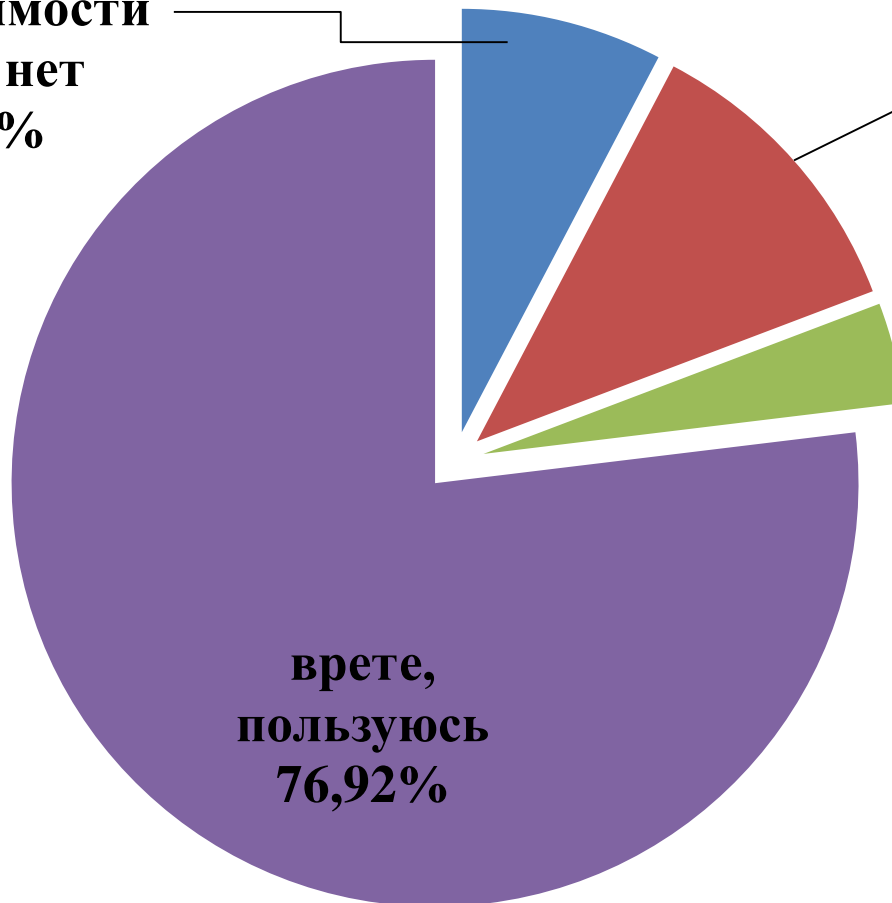
Почему вы не пользуетесь ноутбуком?

он есть,
необходимости
в нём нет
7,69%

у меня его нет,
но есть
необходимость
11,54%

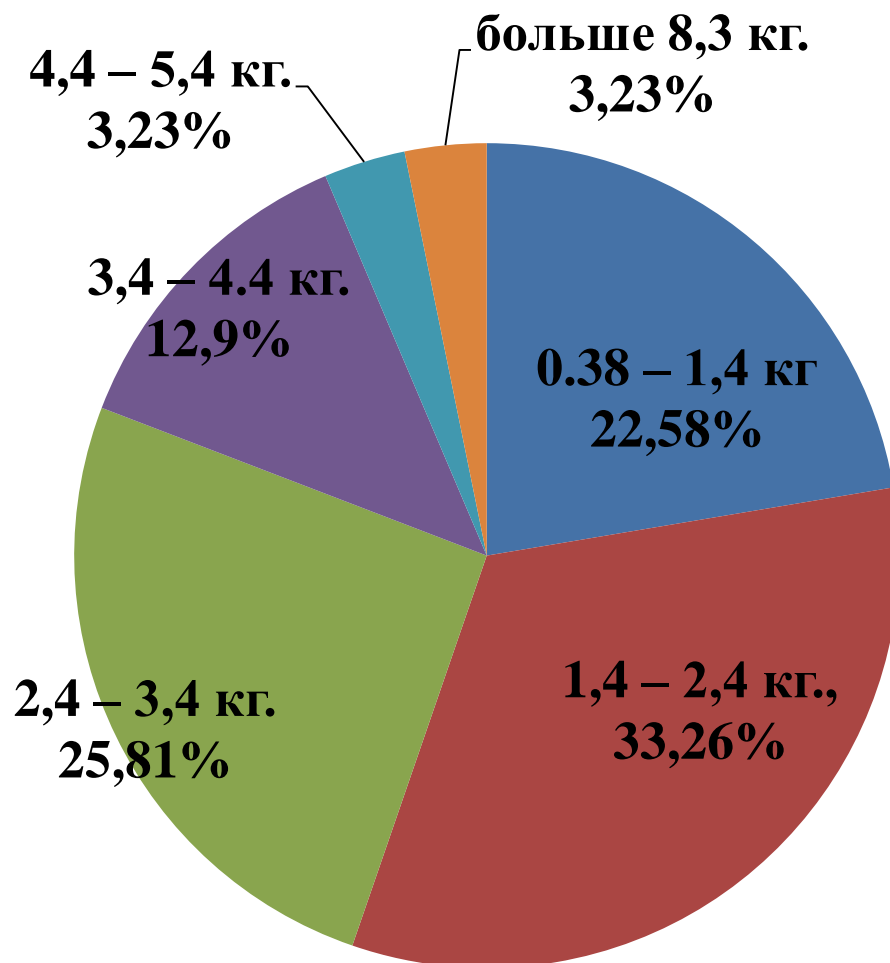
у меня его нет
и я этому
рад(а)/он есть,
не работает
3,85%

врите,
пользуюсь
76,92%



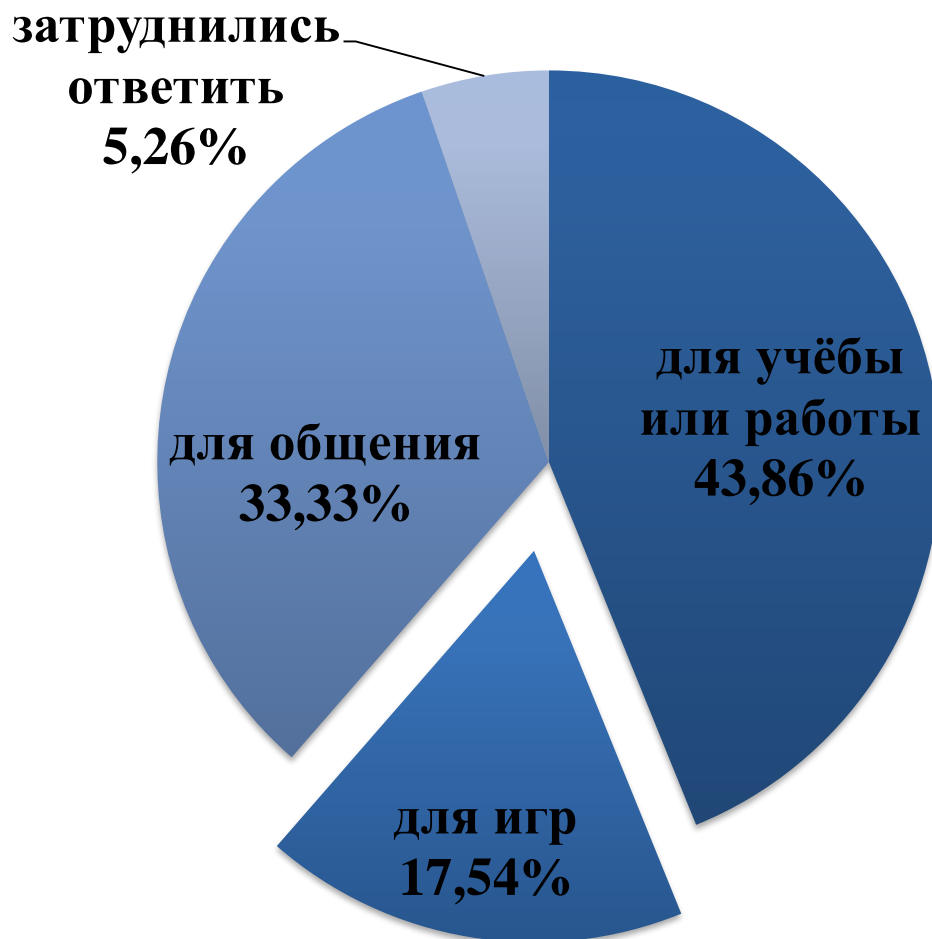
Выводы из виртуальных исследований

Какой вес ноутбука для Вас предпочтительнее?



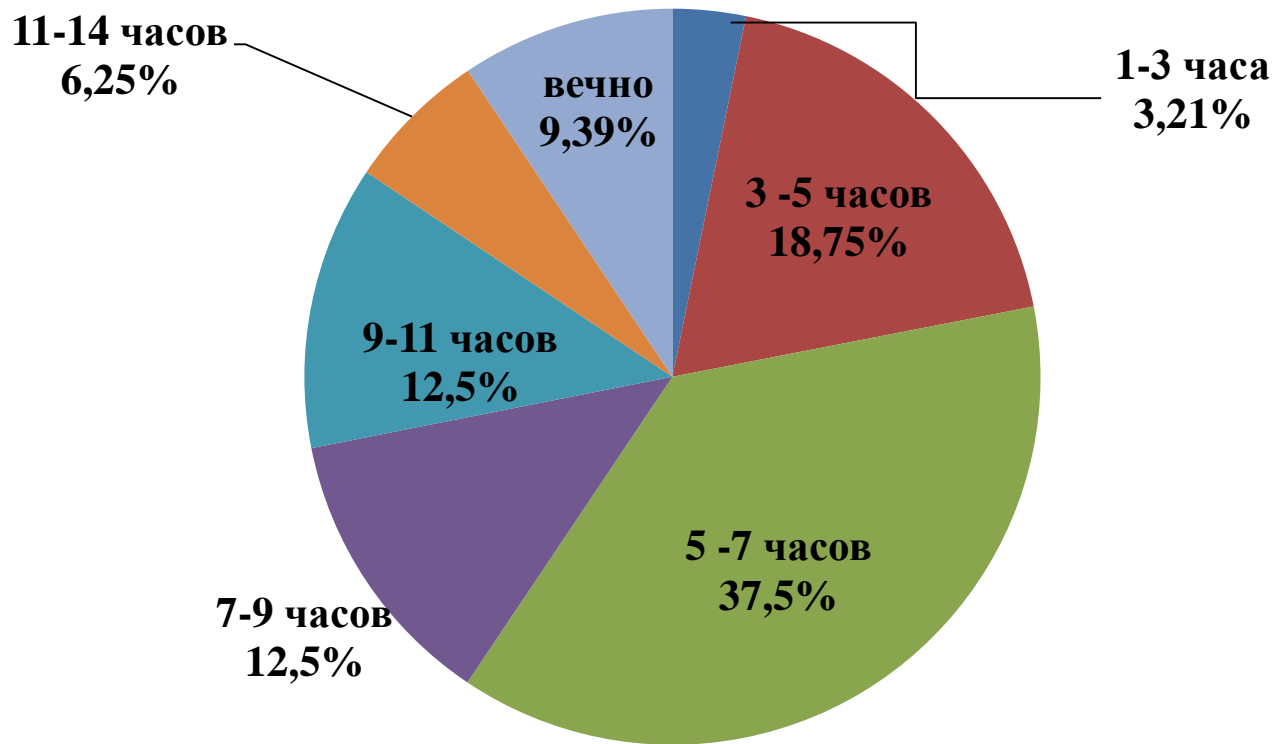
Выводы из виртуальных исследований

Для чего Вы используете или планируете использовать ноутбук?



Выводы из виртуальных исследований

Приемлимое для вас время работы ноутбука (от батареи)



Анализируя ответы посетителей чата можно сказать, что большинство пользователей предпочитают портативные компьютеры, их масса не должна превышать 1,5 килограмма, время непрерывной работы которых, без подключения к электросети, составило 7 часов.

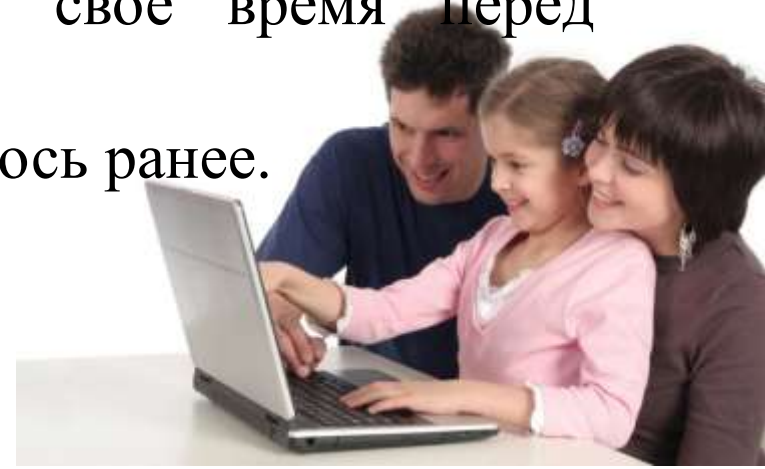
Заключение

Данную тему своей работы я выбрал не случайно. Исследование доказало, что ноутбук, как и всё, что окружает нас, может быть и полезным, и вредным.

Польза ноутбука, как компьютера, очевидна — нет смысла перечислять все его достоинства, их знают все.

А в чем вред такого полезного устройства? Снова в интернете и играх. Огромное количество современных игр не несут в себе никакой пользы. Так же мало пользы приносят социальные сети. Люди из-за игр и соцсетей практически сходят с ума, тратя свою жизнь на виртуальный мир и проводя все свое время перед монитором.

К чему это приводит рассказывалось ранее.





Проанализировав собранную информацию я отметил, что на весах вред-польза, вред ноутбука явно перевешивает пользу от него. Что же, отказаться от ноутбуков (компьютеров)? Конечно же, нет.

Надо ими пользоваться в меру – играть недолго, соцсети использовать для важных дел, работать за компьютером ограниченное время, регулярно давая отдых глазам. И не забывать про активные игры, прогулки на свежем воздухе. И тогда вреда от ноутбука не будет – останется только польза.

Нравится нам или нет, компьютеров будет все больше. Хотим мы или не хотим, всем нам придется с ними сталкиваться. Станет компьютер другом или заклятым врагом – зависит только от нас.