



**ВНИМАНИЕ,
ИНТЕРНЕТ!
(Это важно знать)**

Негативное влияние интернета на человека, выражается в следующем:

1. Негативное влияние Интернета на человеческую психику. Чрезмерное неконтролируемое увлечение Интернетом способно сделать человека зависимым от всемирной паутины и постоянно ощущать дискомфорт при отсутствии возможности пользования Интернетом. Данный дискомфорт отражается на всех сферах жизни человека. Чтобы не допустить влияния Интернета на психическое здоровье человека, последний должен уметь контролировать время, проведенное в Интернет, делать обязательные перерывы на отдых.

2. Влияние на зрение человека. Данное негативное влияние оказывает не только интернет, но и непосредственно работа на компьютере. Чрезмерное пребывание у компьютерного монитора может вызвать у человека разнообразные болезни органов зрения. Рекомендуется регулярное проведение разминки глаз, а также употребление в рацион продуктов, способствующих профилактике глаз, снятию усталости (черника, морковь). Когда человек долго находится у монитора компьютера, он моргает гораздо реже. Это может послужить причиной усиливающейся за время работы сухости глаз, что послужит ухудшению четкости зрения.

3. Поиск информации в Интернет снижает степень необходимости применения человеком творческого мышления, не заставляет его размышлять над искомой проблемой. Все очень просто, достаточно рассмотреть процесс написания рефератов школьниками в школах в 80-х годах и сегодня. Ранее, когда компьютерный бум еще не захлестнул страны Советского Союза, школьники писали рефераты от руки, на белых листах бумаги, проводили анализ литературы, отбор материала, решали, что стоит включить в реферат, а что будет излишним. В процессе написания реферата проводилась серьезная работа, включающая в себя умственный процесс – школьник не только запоминал материал, но и делал определенные умозаключения. Что мы видим в современное время? Для того, чтобы написать реферат по заданной учителем теме, все что необходимо современному школьнику – доступ в интернет и знание компьютера на уровне "чайника"... и все, реферат готов! Причем зачастую многие ученики даже не считают необходимым проверить наличие грамматических ошибок, сдавая скачанный и распечатанный реферат "как есть".

4. Зачастую интернет используется людьми в целях провести время за компьютерными играми, отчего возможно замедление человека в умственном развитии и даже изменение характера человека. То, что компьютерные игры не приводят детей и взрослых ни к чему хорошему – факт, и каждый знает об этом. Но, несмотря на это, продолжает "виснуть" в виртуальной реальности сутки напролет. Дело в том, что при создании игр используются специальные технологии, охватывающие игру от основной идеи до графики, которые оказывают на игрока гипнотизирующее внимание, захватывая подсознание человека. И, если человеческое сознание говорит: "Еще пару минут – и заканчиваю с играми", то подсознание диктует человеку: "Продолжай играть – ты же хочешь этого!". Вот так многие люди и проводят всю свою жизнь за компьютерными играми, не стремясь к личностному развитию. А там, где нет развития, медленно, но уверенно зарождается деградация.

Вот такие вот негативные последствия использования интернета существуют, их следует взять на вооружение для того, чтобы предупредить их при появлении первых симптомов.