

IL MAGNIFICO
MONDO DI INFOLANDIA
presenta...

S.O.S. COMPUTER!

- prima parte -



Infolandia 1

ALISIA (3^)
SYRIA (3^)
SIMONE (3^)
FEDERICO (3^)

CLAUDIA (4^)
SOFIA (4^)
ANDREA (4^)
STEFANO (4^)
MARIA (4^)
SIMONE (4^)

1° LABORATORIO:
4/10/2011-28/10/2011

LORENZA (5^)
LILIANA (5^)
DANIELE (5^)
GIOVANNI (5^)

Insegnante DI GIAMMARINO ANGELA

SOS computer!

Che cosa c'entra il computer con la salute, la sicurezza... e l'ambiente?

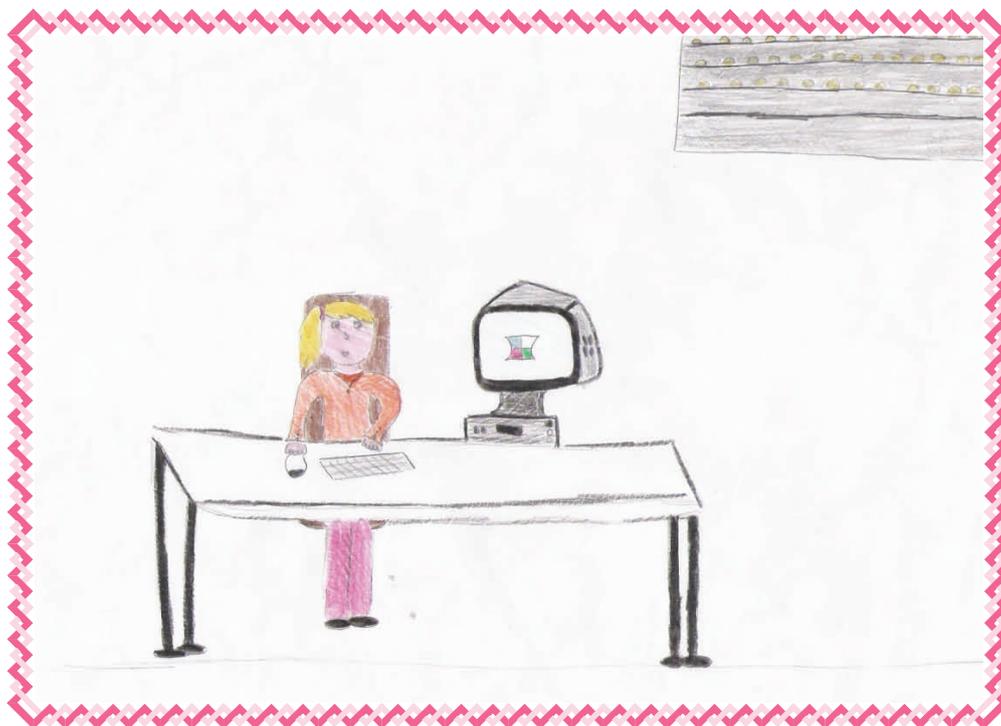
C'entra eccome!!!

Infatti dovete sapere che quando si utilizza un computer, bisogna stare attenti e seguire qualche piccolo accorgimento, necessario per non andare incontro a una serie di fastidiosi problemi.

Un uso scorretto del computer, infatti, può mettere a rischio la vostra salute, provocando disturbi agli occhi, alle spalle, alla schiena, al collo, ai polsi ...

Lo avreste mai immaginato?

IL COMPUTER VA USATO COSÌ!



Pensate che esiste addirittura una legge che stabilisce delle regole che deve seguire chi utilizza il computer al lavoro. Quindi, se sentite i grandi che parlano di legge 626 /94...

Drizzate le orecchie: anche se siete troppo piccoli per lavorare potrete comunque scoprire qualche nuovo buon consiglio!

Inoltre , quando si utilizza un computer , bisogna sempre chiedere alle insegnanti e ai genitori di assicurarci che i cavi e le prese elettriche siano a posto... **E' una questione di sicurezza !**

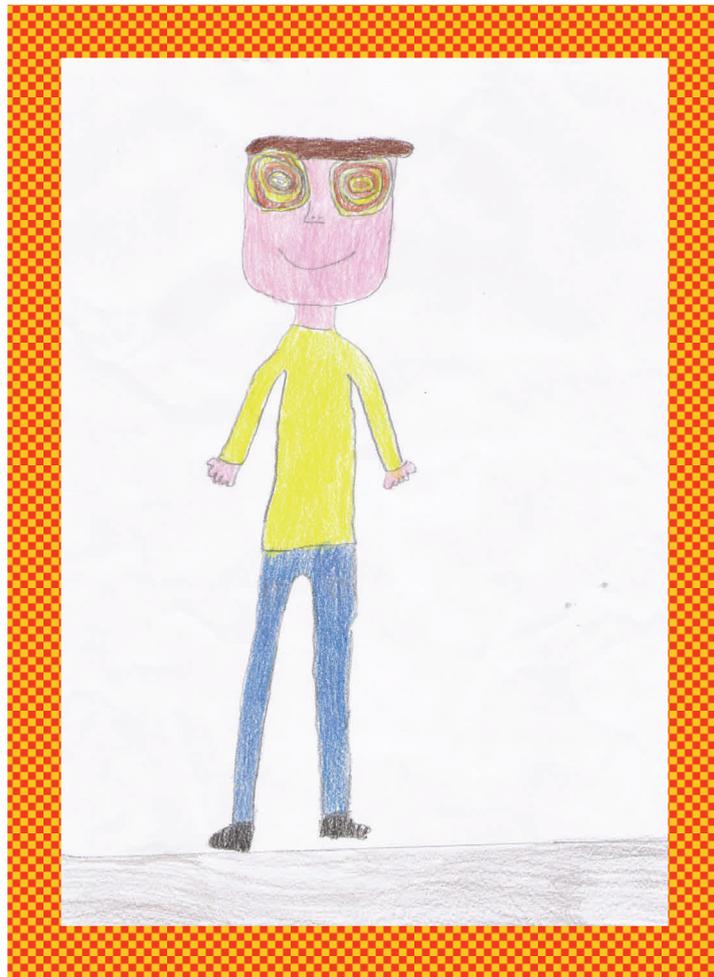
BAMBINA DUBBIOSA



OCCHIO AGLI OCCHI

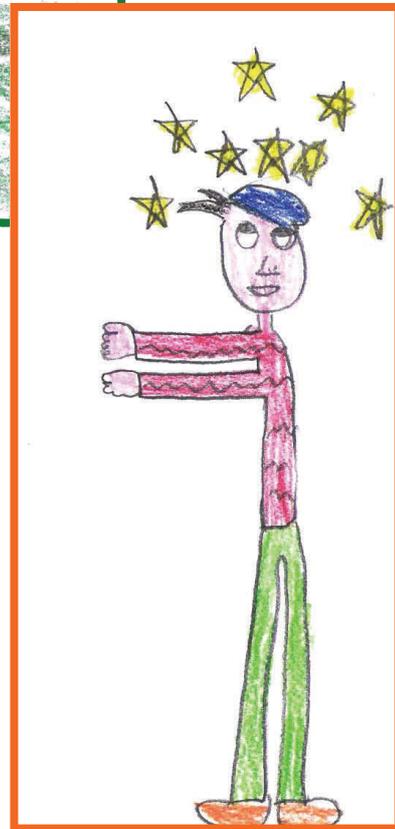
Utilizzare il computer in un modo poco corretto può provocare disturbi agli occhi.
Spesso, soprattutto quando si gioca, ci si dimentica degli occhi e si continua per ore

Questo è davvero SBAGLIATISSIMO!!!



Che cosa ti può capitare?

- Potresti sentire gli occhi che ti bruciano o avvertire un senso di stanchezza.
- Gli occhi potrebbero iniziare a lacrimare.



- Ti potrebbe capitare di vedere un po' annebbiato.
- La luce potrebbe infastidirti.
- Ti potrebbe venire mal di testa.

IL PERCHE' DEI DISTURBI

Sai perché ti possono capitare questi disturbi?

- ⇒ Perché l'illuminazione (naturale o artificiale) non è adeguata.
- ⇒ Perché la luce crea dei riflessi sullo schermo del tuo computer.
- ⇒ Perché non hai regolato bene la luminosità dello schermo.

Come evitare i disturbi

Di seguito troverai qualche buon consiglio per utilizzare il computer senza creare disturbi agli occhi o alla vista.

Sono consigli preziosissimi ...

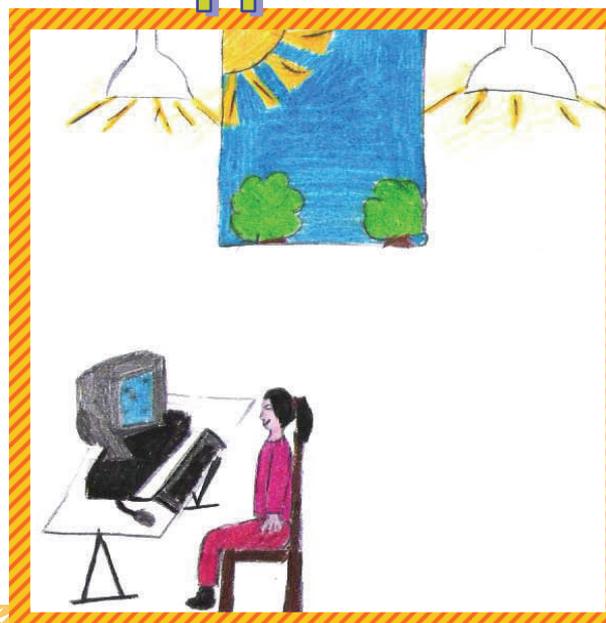
Fanne tesoro: è molto importante!!!

1. Assicurati che l'illuminazione sia giusta. Se è possibile, è sempre meglio utilizzare la luce naturale che quella artificiale delle lampade.
2. Posiziona lo schermo all'altezza degli occhi.
3. Mantieni lo schermo a una distanza adeguata dagli occhi (la distanza ideale è di circa 60 cm)
4. Posiziona lo schermo con la corretta angolazione, in modo che non si creino riflessi.
5. Nel regolare lo schermo è meglio scegliere un fondo chiaro e caratteri scuri.
6. Regola il monitor in modo che abbia una luminosità e un contrasto rilassanti, o comunque non stancanti.
7. Fai delle pause frequenti. Ricorda! Meglio tante pause brevi che poche pause lunghe.

Poca luce



Troppa luce



8. Distogli spesso lo sguardo dal monitor e guarda cose lontane.
9. Sbatti spesso le palpebre in modo da inumidire gli occhi e rilassare i muscoli.
10. Pulisci periodicamente il monitor : una buona idea è avere uno straccetto sempre a portata di mano nel cassetto della scrivania.
11. Ogni tanto apri la finestra in modo in modo da far cambiare aria...
12. Se stai giocando con il computer ... non accanirti ... Ricorda sempre di un gioco!
13. Se mentre sei al computer avverti qualche disturbo ... non trascurarlo. Alzati immediatamente e smetti di utilizzarlo!

FAI UNA PAUSA

FAI UNA PAUSA



S.O.S. COMPUTER – COPIONE – INFOLANDIA 1

PERSONAGGI ED INTERPRETI

NARRATORI: Chiola Alisia, Sichetti Simone, Di Labio Syria, Speranza Federico, Matina Liliana, Toro Samuel, Faraone Lorenza, Mitrugno Daniele, Seccia Simone, Sarr Maria.

DOTTORI: Boccagna Claudia, Del Grosso Sofia.

PAZIENTI: Fasolato Andrea, Romano Stefano, Padalino Giovanni.

LORENZA: L'ambiente si può proteggere in tanti modi. Per esempio, quando si utilizza la tecnologia sono necessari determinati accorgimenti, a tutela della salute nostra e del mondo che ci ospita.

ALISIA: Tra poco vi spiegheremo le prime cose che si devono sapere quando si utilizza un computer.

SIMONE SICHETTI: Che cosa c'entra il computer con la salute, la sicurezza e l'ambiente?

TUTTI INSIEME: C'entra eccome!!!

SYRIA: Infatti, dovete sapere che quando si utilizza un computer bisogna stare attenti e seguire qualche piccolo accorgimento, necessario per non andare incontro a una serie di fastidiosi problemi.

ALISIA: Un uso scorretto del computer, infatti, può mettere a rischio la vostra salute, provocando disturbi agli occhi, alle spalle, alla schiena, al collo, ai polsi...

TUTTI: Lo avreste mai immaginato?

LILIANA E SAMUEL: Pensate che esiste addirittura una legge che stabilisce delle regole che deve seguire chi utilizza il computer al lavoro. Quindi, se sentite i grandi che parlano di legge 626... drizzate le orecchie: anche se siete troppo piccoli per lavorare potrete comunque scoprire qualche nuovo buon consiglio!

BASE MUSICALE: "OCCHI"

TUTTI INSIEME: Occhio agli occhi!

Sulla scena la dott.ssa Sofia. Entra il primo paziente con gli occhi concentrici

ANDREA: Buongiorno dottoressa. La prego, mi aiuti!!!

SOFIA: Santo cielo! Ma che cosa le è successo?

ANDREA: Niente, ero a casa...

SOFIA: Tutto qui?

ANDREA: Beh...ero al computer...

SOFIA: Santo cielo! E si può sapere quanto tempo c'è rimasto?

ANDREA: Beh, mica tanto...4 o 5 orette!

SOFIA: Che cosa? Ma sta scherzando! Lo sa che quando si lavora al computer bisogna fare tante piccole pause? Almeno ogni mezz'ora!

ANDREA: Sì, mezzora! Con mezz'ora inizio appena a scaldarmi!

Entra un altro dottore

CLAUDIA: Bravo, bravo, bravo! Vada avanti così e si ridurrà come gli altri pazienti qui fuori. C'è una specie di epidemia!

SIMONE SICHETTI: Ah, sì, perché è uscito il nuovo gioco della FIFA 12

CLAUDIA: Avanti il prossimo! Resti qui lei, così vede cosa la aspetta! Vede...beh, si fa per dire!

Entra il paziente 2 con gli occhi che gli lacrimano

STEFANO: La prego dottore mi aiuti! Ho usato tutti gli accorgimenti, ma niente da fare!

CLAUDIA: Quali accorgimenti? Sentiamo!

STEFANO: Ho alzato tutte le tapparelle e acceso le luci al neon della mia cameretta!

CLAUDIA: Ma chi le ha messo in testa una simile sciocchezza? Una eccessiva illuminazione, naturale o artificiale, non è adeguata.

SYRIA: Perché la luce crea dei riflessi sullo schermo del tuo computer.

CLAUDIA: Comunque, se è possibile, è sempre meglio utilizzare la luce naturale che quella artificiale delle lampade.

Entra il paziente 3 sbandando perché vede tutto annebbiato.

GIOVANNI: Dove mi trovo, sulla Pianura Padana? Vedo tutto annerito! E che mal di testa!

CLAUDIA : E tu, che cosa hai combinato?

GIOVANNI: Io sono un esperto di computer, ma evidentemente il monitor che ho comprato non funziona! Eppure ho regolato la luminosità al massimo....

LORENZA: Siamo alle solite: non leggono il manuale d'uso, non riflettono...e danno la colpa al monitor!

DANIELE: Ma lo sanno tutti che bisogna regolare la luminosità in maniera e-qui-li-bra-ta, né troppa, né troppo poca!

FEDERICO: Inoltre, bisogna posizionare lo schermo all'altezza degli occhi, mantenendo al tempo stesso una distanza adeguata: circa 60 cm!

MARIA: Posizionare lo schermo con la corretta angolazione, in modo che non si creino riflessi.

DANIELE: E per finire, nel regolare lo schermo è meglio scegliere un fondo chiaro e caratteri scuri, non tutti quegli sfondi super colorati che affaticano la vista!

LORENZA: Sono consigli preziosissimi... fatene tesoro: è molto importante!!!

SIMONE SECCIA: Allora avete capito? Utilizzare il computer in un modo poco corretto può provocare disturbi agli occhi.

FEDERICO: Spesso, soprattutto quando si gioca, ci si dimentica degli occhi e si continua per ore...

SAMUEL: questo è davvero SBAGLIATISSIMO!!!

LILIANA: E se ve lo diciamo noi di Infolandia...ci potete credere!

Canzone: "OCCHI"

OCCHI

Si svegliano insieme,
si danno il buongiorno,
sbattendo le ciglia
si guardano intorno.

La luce li tiene
socchiusi e tristi,
con acqua e sapone
diventano vispi.

Occhi chiari, occhi scuri, occhi...
che con gli sguardi
sanno raccontare
e quando han voglia
di ridere e scherzare
magari a un bambino
fanno l'occholino.

Durante il giorno
si danno da fare
studiando e leggendo
per imparare.

Per quelli che invece
non vedono bene
un paio d'occhiali
è ciò che conviene.

Occhi chiari, occhi scuri, occhi...
che con gli sguardi
sanno raccontare
e quando han voglia
di ridere e scherzare
magari a un bambino
fanno l'occholino.

Occhi...che si raccontano
le storie a quattr'occhi