**Экология человека**

**13.05**

**Тема занятия:**

1. **Мобильный телефон и компьютер- постоянные спутники современного человека**

**Практическая часть.**

Проанализировать какое время вы тратите на использование мобильного телефона и компьютера ежедневно. Т.е. в течение недели вести каждый день дневник. Найти информацию о том, какое время рекомендовано для использования этих технических средств в вашем возрасте. Сделать для себя памятку о рациональном использовании телефона и компьютера, выяснить меры по профилактике ухудшения зрения и формирования зависимости.