

### Мотиваційний лист

Шановні Члени журі, тема моєї дослідницької роботи: «Вплив дистанційного навчання на стан зорової системи старших підлітків»

На сьогоднішній день постає багато проблем у різних сферах життя людини, створюється щось нове, перероблюється, перебудовується, тому в цьому вирі життя іноді ми не помічаємо навіть найпростішого, те що постійно з нами, те чим ми сприймаємо 85% всього світу навколо нас - наш зір. Саме тому, на мою думку, моя тема є надзвичайно важливою.

У зв'язку з різними обставинами більшість країн всієї Землі, перейшли на дистанційну форму навчання, але багато шкіл досі не пристосовані до такого навчання, тому в школах немає потрібного обладнання для кращого та безпечнішого вивчення дітей. Відсутність пристроїв з якісними моніторами, для відвідування ZOOM уроків, відсутність світла, інтернет-мережі чи навіть задавання додаткового матеріалу, для самовивчення, так чи інакше впливає на кількість навантаження на дитину у шкільний та позашкільний час. Через деякий час після масштабного початку пандемії в світі, коли почались перші дистанційні уроки, звертали увагу лише позитивні риси такого навчання, але через деякий час стало зрозуміло, що постійне навантаження, збільшення проведення часу в мережі, погіршує як фізичний так й емоційний стан учня під час навчання. Постійні навантаження на зорову систему підлітків дало про себе знати вже через декілька місяців дистанційного навчання, діти почали скаржитись на доволі швидко погіршення зору, що і стало поштовхом до написання нашої наукової роботи.

Обробка великої кількості інтернет джерел, сайтів та деяких книг, дала зрозуміти, що тема погіршення зору в молодому віці є відомою у світі, але чомусь їй не приділяється належної розповсюдженості, чи затвердженню всієї важливості та небезпеки таких чинників, як втома очей після довгого напруження на одному предметі, моніторі компютера чи телефоні. Нажаль, люди не хочуть усвідомлювати настільки важливо заздалегідь дізнатись про можливі вади зору, щоб попередити розвиток нових вад, що можуть розвинутиись одночасно з погіршенням стану зорової системи, саме такі фактори мене найбільше турбували під час написання наукової роботи.

Цим дослідженням я хочу ще раз довести, що людина ще не все знає про можливі норми роботи свого організму, тому краще не перевантажувати себе постійною роботою, а мати час хоча б на короткотривалий відпочинок, від постійного напруження очей під час читання, письма та перербування за монітором!

Я не можу бути впевнена, що цей проєкт не пригодиться мені в майбутній професії, але в наш час, на мою думку, це та інформація, яка допоможе кожному зрозуміти, що звичайні симптоми чи незначні погіршення стану здоров'я, без достатньої кількості приділеної уваги, можуть привести до стрімкого погіршення стану почуття всього організму людини навіть у молодому віці.

З повагою

Тетяна Бухарева