

# K9.D.B1. MỘT SỐ TÁC ĐỘNG TIÊU CỰC CỦA CÔNG NGHỆ KỸ THUẬT SỐ

---

ỦY BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG TÂN MỸ

Trường: THCS Phạm Hữu Lầu

Tổ: Công nghệ - Tin học - Nghệ thuật

Giáo viên: Vũ Nguyễn Hoàng Anh

Khối: 9

Năm học: 2025-2026



# Giới thiệu bài học

---



- Công nghệ kỹ thuật số mang lại nhiều tiện ích nhưng cũng có những mặt tiêu cực.
- Trong bài học này, chúng ta sẽ cùng tìm hiểu về các tác động tiêu cực đó.
- Học sinh sẽ được xem các ví dụ thực tế để nhận biết rõ hơn ảnh hưởng của công nghệ đến đời sống.

# Nội dung bài học

---



1. Nghiện công nghệ và mạng xã hội.
2. Mất an toàn thông tin cá nhân.
3. Ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần.
4. Sự lan truyền thông tin sai lệch.
5. Mất cân bằng giữa thế giới thật và ảo.
6. Ảnh hưởng đến mối quan hệ xã hội.
7. Ý thức sử dụng công nghệ có trách nhiệm.

# 1. Nghiện công nghệ và mạng xã hội



- Nhiều người dành quá nhiều thời gian cho điện thoại, máy tính hoặc mạng xã hội.
- Điều này khiến họ giảm khả năng tập trung và giao tiếp trực tiếp.

Ví dụ: Một học sinh chơi game quá lâu dẫn đến bỏ bê học tập.



## 2. Mất an toàn thông tin cá nhân



- Thông tin cá nhân có thể bị đánh cắp khi người dùng chia sẻ quá nhiều trên mạng.
- Tin tặc có thể lợi dụng thông tin để lừa đảo hoặc gây hại.

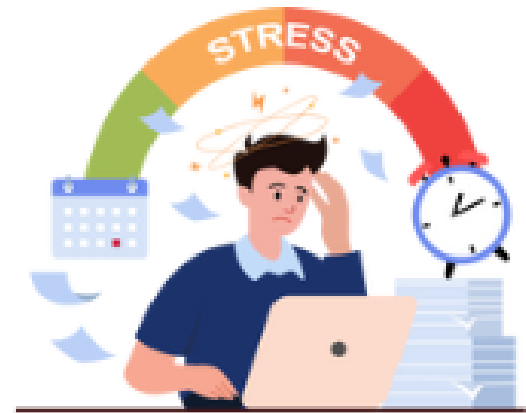
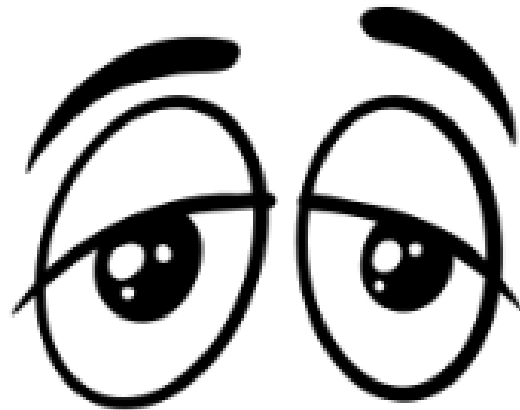
Ví dụ: Lộ mật khẩu, thông tin ngân hàng, hoặc hình ảnh cá nhân.



### 3. Ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần



- Ngồi quá lâu trước màn hình gây mỏi mắt, đau lưng và béo phì.
- Nghiện thiết bị số còn gây stress và mất ngủ.
- Cần cân bằng thời gian sử dụng thiết bị và hoạt động thể chất.



## 4. Sự lan truyền thông tin sai lệch



- Trên mạng, ai cũng có thể đăng thông tin mà không kiểm chứng.
- Tin giả lan nhanh và có thể gây hoang mang dư luận.
- Học sinh cần học cách kiểm chứng nguồn tin trước khi chia sẻ.



## 5. Mất cân bằng giữa thế giới thật và ảo



- Một số người chỉ sống trong thế giới mạng, quên mất đời sống thực tế.
- Điều này ảnh hưởng đến sự phát triển cảm xúc và kỹ năng xã hội.
- Cần biết khi nào nên tạm ngắt kết nối để sống thật hơn.





## 6. Ảnh hưởng đến mối quan hệ xã hội



- Công nghệ giúp kết nối, nhưng nếu lạm dụng lại khiến con người xa cách.
- Ít giao tiếp trực tiếp khiến tình cảm trở nên hời hợt.
- Nên dành thời gian gặp gỡ bạn bè, người thân ngoài đời thật.



## 7. Ý thức sử dụng công nghệ có trách nhiệm



- Biết giới hạn thời gian sử dụng thiết bị.
- Không chia sẻ thông tin sai lệch hoặc tiêu cực.
- Tôn trọng người khác trong không gian mạng và bảo vệ dữ liệu cá nhân.



# Tóm tắt bài học



- Công nghệ kĩ thuật số mang lại nhiều lợi ích nhưng cũng có tác động tiêu cực.
- Các tác động chính gồm: nghiện công nghệ, mất an toàn thông tin, ảnh hưởng sức khỏe và mối quan hệ.
- Học sinh cần hình thành ý thức sử dụng công nghệ một cách an toàn và có trách nhiệm.



?



## Câu 1: Hiện tượng nào sau đây là ví dụ về nghiện công nghệ?

---

- a. Dành nhiều giờ mỗi ngày chơi game quên ăn ngủ.
- b. Dùng điện thoại để tra cứu bài học.
- c. Sử dụng máy tính trong giờ Tin học.
- d. Gọi video với bạn bè khi cần trao đổi học tập.

## Câu 2: Vì sao thông tin cá nhân dễ bị lộ trên mạng?

---

- a. Vì người dùng chia sẻ quá nhiều thông tin cá nhân.
- b. Vì mạng xã hội luôn tự động công khai dữ liệu.
- c. Vì các trang web đều bị hack.
- d. Vì người dùng không dùng mật khẩu.

## Câu 3: Tác hại nào sau đây thuộc về sức khỏe thể chất?

---

- a. Mỏi mắt, đau lưng do ngồi lâu trước màn hình.
- b. Mất ngủ do lo lắng về điểm số.
- c. Nói chuyện ít hơn với bạn bè.
- d. Không muốn ra ngoài chơi.



## Câu 4: Khi gặp thông tin chưa rõ nguồn gốc, ta nên làm gì?

---

- a. Kiểm chứng trước khi chia sẻ.
- b. Chia sẻ ngay vì thấy thú vị.
- c. Bình luận theo cảm xúc.
- d. Gửi cho tất cả bạn bè xem.

## Câu 5: Hành động nào thể hiện ý thức sử dụng công nghệ có trách nhiệm?

---

- a. Giới hạn thời gian sử dụng thiết bị và tôn trọng người khác trên mạng.
- b. Dùng điện thoại suốt cả ngày.
- c. Đăng ảnh bạn bè mà chưa xin phép.
- d. Bình luận tiêu cực về người khác.

# Đáp án trắc nghiệm

---

Câu 1: a

Câu 2: a

Câu 3: a

Câu 4: a

Câu 5: a