

**ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ,  
ИЗОБРЕТАТЕЛЬСКИХ И ТВОРЧЕСКИХ РАБОТ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
«НАУКА, ТВОРЧЕСТВО, ДУХОВНОСТЬ»**

---

**Направление:** здоровый образ жизни

**Тема:** Человек будущего

**Соискатель:** Киселева Милана Константиновна

**Научный руководитель:** Богданова Ульяна Валерьевна

**Место выполнения работы:** МАОУ «Гимназия №13 имени Э.А. Быкова», г.  
Новосибирск

## Аннотация

В ходе исследования мы поставили цель: изучить возможные изменения, которые ожидают человека в будущем. Ожидаемый результат: изучить современные исследования, касающиеся возможных изменений во внешнем строении человека, внутреннем строении и особенностях психики при сохранении текущего среднестатистического образа жизни, выявить основную причину данных изменений и создать продукт, который обратит внимание на возможные негативные изменения и возможность каждого человека повлиять на протекающий эволюционный процесс уже сегодня.

Предмет исследования: возможные изменения внешнего и внутреннего строения человека в будущем.

Объект исследования: организм человека.

Методы исследования: теоретические (изучение литературных источников), социологические (опрос), практические/творческие (изготовление серии плакатов). Результаты исследования: были изучены возможные изменения во внешнем строении человека, такие как «смартфонный локоть», исчезновение зубов мудрости и мизинца, увеличение массы тела и другие. Возможные изменения во внутреннем строении включают в себя уменьшение мышечной массы и массы мозга, усиление работы печени и другие. К возможным особенностям изменения психики можно отнести появление телепатии, увеличение продолжительности жизни. Главной причиной данных изменений является постоянное использование гаджетов, что ведет к уменьшению двигательной активности. Исходя из полученных результатов, был сделан вывод, что каждый человек может повлиять на процесс эволюции уже сегодня, скорректировав свой образ жизни. Для того, чтобы обратить на этот актуальный вопрос, была создана серия иллюстраций «Оторвись от телефона», рекомендуемая для размещения на информационных стендах образовательных организаций и в социальных сетях.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>I ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ</b> .....	6
1.1 Изменения внешнего строения.....	6
1.2 Измерения внутреннего строения.....	10
1.3 Изменения психики и поведения.....	13
<b>II ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ</b> .....	15
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	18
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	19
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	20

## ВВЕДЕНИЕ

Человек будущего будет существенно отличаться от современного как внешне, так и внутренне. Эти изменения вызваны необходимостью адаптации к новым условиям жизни. Важно понять, как конкретно изменятся основные органы и системы организма, чтобы обеспечить максимальную эффективность и гармоничное взаимодействие всех его частей в условиях будущего. Рассмотрение этих изменений поможет лучше понять, каким станет человек нового поколения и как изменится благодаря эволюции и техническому прогрессу.

**Актуальность выбранной темы:** В наше время многие люди интересуются эволюцией и хотят знать, какими были наши предки и какими будут наши потомки. Я также вхожу в число этих людей. Меня с детства интересовали документальные фильмы и статьи об истории человека, поэтому я выбрала данную тему. В круг людей, интересующихся моей темой, входят мои одноклассники, что подтверждается опросом, который я провела среди некоторых из них. Большинство из них ответили, что хотели бы лучше узнать о человеке будущего.

**Проблема исследования:** Проблема заключается в том, что с появлением технологий люди стали много времени проводить с гаджетами, меньше гулять и заниматься спортом, что влечет за собой существенные изменения в организме человека.

**Цель:** Определение возможных изменений во внешнем облике человека в будущем и анализ возможных причин этих изменений.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить литературу по данной теме проекта.
2. Провести опрос среди учащихся параллели 9-х классов об актуальности темы проекта.
3. Определить главную причину изменений человека будущего.
4. Создать продукт – изображения человека будущего.

**Продукт:** Рисунки, изображающие человека будущего.

**Методы:** Анализ, анкетирование.

**Планирование:**

1. Найти в литературе интересные факты, касающиеся перспектив изменения человека в будущем (сентябрь 2024 – май 2025).
2. Провести опрос среди учащихся 9-х классов об актуальности темы проекта (ноябрь 2024).
3. Выявить главную причину изменений человека в будущем (июнь 2025 – июль 2025).
4. Создать продукт (июль 2025 – август 2025)

**Планируемый результат:** В итоге будут созданы изображения человека будущего, максимально приближенные к предполагаемому.

**Требования к продукту:**

1. Изображения должны быть выполнены качественно.
2. Изображения должны соответствовать теоретическим источникам данных.

## **I. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

### **1.1 Изменения внешнего строения**

#### **1.Высокий рост**

Сегодня изменения происходят под действием нами же запущенного научно-технического прогресса. Современные люди в большинстве своем заметно уступают в физической силе и выносливости предкам, ведь почти весь тяжелый труд взяла на себя техника. Однако в чем современный человек точно превосходит своего прапрапрадеда, так это в росте. В последние два столетия отмечается акселерация каждого нового поколения. [1] Средний рост человека увеличился примерно на 10 сантиметров и сейчас прогнозируется в диапазоне от 1,83 до 2,13 метра. Одним из ключевых факторов этого изменения является сдвиг в популяционной структуре. До XIX века люди жили преимущественно маленькими изолированными группами, например, в деревнях. Позже города превратились в крупные производственные центры, куда приезжали представители различных ранее изолированных популяций. Это привело к генетическому смешиванию, и потомство от родителей с существенными отличиями, как правило, превосходит их по ряду показателей, в том числе по росту. Дополнительно к этому, значительное улучшение питания и развитие медицины тоже сыграли важную роль в увеличении среднего роста. Увеличение роста человека — ярко выраженная эволюционная тенденция: каждое последующее поколение становится чуть выше предыдущего.

#### **2.Темная кожа и более однородный вид**

Прежде всего, человечество станет гораздо более однородным по внешнему виду. Люди станут более похожими друг на друга. Британское издание Daily Mail [9] собрало различные исследования и мнения на эту тему. И как итог, средний цвет кожи станет темнее — «ближе к оливковому». Это может произойти из-за распространения межрасовых браков. Цвет кожи потемнеет как результат смешения генофонда разных рас. Исчезнет резкий контраст между национальными группами из разных стран.

#### **3.Исчезновение зубов мудрости**

Имеющиеся у людей зубы мудрости вскоре полностью исчезнут. Природа стремится к экономии ресурсов и постепенно отказывается от функций органов и тканей, которые становятся менее необходимыми. Зубы мудрости, или третьи моляры, имели важное значение у наших предков, поскольку им была нужна сильная челюсть для пережёвывания грубой растительной пищи и сырого мяса. Однако с изменением диеты и переходом к более мягкой пище необходимость в полном комплекте из 32 зубов исчезла. Сегодня наблюдается тенденция к уменьшению числа людей, у которых формируются зубы мудрости, а у некоторых они вовсе не развиваются.

Тенденция к отсутствию зубов будет только увеличиваться, ведь я провела небольшое исследование, в котором поняла: у старшего поколения чаще встречаются случаи развития зубов мудрости, чем у молодежи. Так же, как правило, старшее поколение имеет более крупные челюсти. Это можно рассматривать как пример адаптивного процесса, в ходе которого организм оптимизирует своё строение под современные условия жизни. [6]

— В далёкой перспективе зубы у нас могут исчезнуть вообще, потому что, если питаться йогуртами или через трубочку, то и зачем зубы? — комментирует антрополог Станислав Дробышевский. [7]

#### **4.Отсутствие пальцев на ногах**

В перспективе анатомия стопы человека может претерпеть значительные изменения. Пальцы на ногах, которые сейчас играют ограниченную роль в повседневной жизни, со временем могут стать менее выраженными или даже исчезнуть. Кроме того, малая берцовая кость, которая сегодня у нас отделена от большой берцовой кости и обеспечивает определённую подвижность стопы, в будущем может срастись с ней. Такая особенность была характерна для наших древесных предков — она обеспечивала гибкость при лазании по деревьям. Для наземных животных такое сочленение костей нетипично. Эти изменения могут привести к тому, что виды деятельности, требующие высокой подвижности стопы и пальцев, например, балет или футбол, со временем утратят свою популярность. [10]

#### **5.Кошачий глаз и зрение**

Люди всё чаще проводят время, глядя на экраны телевизоров, компьютеров и смартфонов в любое время суток. Глаза способны постепенно адаптироваться к постоянному воздействию такого рода света, что потенциально может привести к увеличению их размеров для более эффективного восприятия и обработки цифровой информации. Тем не менее, данный процесс эволюционного изменения требует огромного временного промежутка — на порядок превышающего несколько тысяч лет — и не является быстрой или гарантированной адаптацией. Эксперименты показали, что свет, исходящий от цифровых устройств, повреждает сетчатку глаза. Кроме того, свет гаджетов нарушает сон, а также грозит дегенерацией зрительного аппарата, постоянным напряжением глаз и слепотой. Чтобы предотвратить чрезмерное воздействие света от гаджетов, у людей будущего может развиться внутреннее веко. Либо хрусталик глаза может так эволюционно измениться, что станет блокировать входящий синий свет, исходящий от экранов [14].

#### **6.Текстовый коготь**

Со временем гаджеты влияют на руки человека. Люди становятся всё более зависимыми от таких устройств, как смартфоны и планшеты. Не исключено, что вместе с их размерами эволюционируют руки людей. Чтобы приспособиться к гаджетам, большие пальцы увеличатся в длину для постоянной прокрутки. [11] То, как человек держит телефон, может вызвать напряжение в руке, необходимость постоянно писать сообщения с телефона приведёт к формированию «текстового когтя». [12] Попросту говоря, пальцы будут скручены в неестественное положение. Помимо этого у людей может возникнуть «смартфонный локоть».

## **7. Горб, осанка и шея**

Независимо от места пребывания, человек склоняется вперед, чтобы сфокусироваться на экране своего устройства. Это, предположительно, окажет большое эволюционное влияние на осанку. Сообщения о болях в спине и шее уже поступают от людей по всему миру, что указывает на негативные последствия длительного использования мобильных гаджетов для здоровья позвоночника. Существует прямая зависимость между отправкой сообщений по телефону и болями в шее и верхней части спины у молодежи. Через тысячи лет человек рискует навсегда остаться «согнутым» [13]. Мышечные группы шеи вынуждены работать интенсивнее, чтобы удерживать голову, что нарушает естественное равновесие позвоночника. Длительное время за компьютером способствует формированию сутулости. Учёные предполагают, что у человека в будущем может появиться выраженный горб, и изменения осанки затронут и мышцы шеи. Для того чтобы держать голову в естественном вертикальном положении, мышцы шеи прикладывают усилие, аналогичное весу около 5–6 кг. Однако при наклоне головы вниз нагрузка существенно возрастает из-за принципа рычага: при наклоне под углом  $15^\circ$  вес головы на шею увеличивается примерно до 13 кг. Горб, широкая шея и сутулость человеку будущего практически гарантированы.

## **8. Смартфонный локоть**

Постоянно удерживая мобильный телефон перед глазами, мы сформируем у себя «смартфонный локоть». Это положение, когда плечевой сустав и предплечье образуют угол в 90 градусов. В перспективе подвижность в этом суставе будет ограничена в силу эффекта, который называется локтевой туннельный синдром. Такое заболевание и сегодня встречается в результате защемления локтевого нерва. Но у потомков рука будет на постоянной основе зафиксирована в этом положении.

## **9. Коленки назад и «слоновья» стопа**

Учёные считают, что человеческие ноги ещё не полностью адаптированы к условиям прямохождения. В процессе эволюции изменения формы стоп, которые утратят привычный свод и станут более массивными, похожими на слоновьи, могут стать необходимым ответом на нагрузки. Коленные суставы при этом остаются уязвимой точкой – даже замена суставов не всегда эффективна. Но учёные уже придумали, как уменьшить высокую истираемость коленных суставов в пожилом возрасте. Предполагается, что в будущем анатомия коленного сустава может измениться так, что колени будут сгибаться не вперёд, а назад. Это снизит нагрузку, но сделает невозможным быстрый бег.

## **1.2 Изменения внутреннего строения**

### **1. Полнота**

Результаты недавних исследований учёных из Колумбийского и Оксфордского университетов прогнозируют[4], что к 2030 году половина взрослого населения США будет страдать ожирением. Это означает, что в стране увеличится число людей с избыточным весом более чем на 65 миллионов. Что касается Европы, представление о том, что европейцы сохранят стройность, является ошибочным. За последние два десятилетия уровень ожирения более чем вдвое увеличился в большинстве стран Европейского Союза. В настоящее время ожирением страдают свыше 15 % взрослых европейцев и каждый седьмой ребёнок, при этом тенденции продолжают ухудшаться. В XXI веке ожирение стало глобальной проблемой человечества. Сегодня только в США им страдают более трети населения, а по прогнозам учёных, уже к середине этого столетия каждый второй житель в развитых странах будет иметь избыточный вес, если правительства не примут решительных мер по борьбе с этим заболеванием[1]. Около 2,6 млрд человек во всём мире (38% населения планеты) уже имеют избыточный вес или диагноз «ожирение». При сохранении тенденции, за 12 лет (с момента проведения исследования) этот показатель вырастет до более чем 4 млрд (51% населения)[2]. Основным фактором, объясняющим такую динамику, является изменение образа жизни в развитых странах. В отличие от предков, для которых доступ к питанию был ограничен и нестабилен, современные люди не испытывают необходимости в ограничении потребления пищи и могут позволить себе переедать. Такая ситуация ведёт к постоянному росту среднего индекса массы тела и распространённости ожирения среди населения. Таким образом, ожидается дальнейшее увеличение доли людей с избыточным весом. [3]

Каждый четвертый взрослый россиянин страдает ожирением, а избыточный вес имеет более половины населения. Однако впервые за несколько лет ученые заметили тенденцию к снижению числа экстремально полных людей. Если в 2018 году ожирение фиксировалось у 17,8 процента мужчин, то в 2023-м их стало 16 процентов. Количество чрезвычайно тучных женщин сократилось на четыре процента.

### **2. Долгая жизнь**

Продолжительность жизни современных людей значительно превышает показатели прошлых поколений, что во многом обусловлено улучшением питания и развитием медицины. Сегодня уже возможно значительно продлевать не только общий срок жизни, который у человека будущего, вероятно, будет наступать далеко после 100-летнего юбилея, но и поддерживать физическое здоровье с помощью инновационных биотехнологий. Современные методы позволяют создавать отдельные ткани и даже целые органы для восстановления функций организма. Хотя в настоящее

время основным источником для трансплантаций остаются донорские органы, активно развиваются технологии выращивания биологически совместимых органов из клеток самого пациента. Одна из таких технологий – биопринтинг. Суть метода заключается в том, что врачи берут часть клеток и тканей пациента, а затем 3D-принтер с помощью клеток печатает нужный орган. На 3D-принтерах можно создавать сосуды, кожу, хрящи, а также некоторые органы. Такой подход минимизирует риски отторжения, так как по сути пересаженный человеку орган состоит из клеток самого пациента. Биопринтинг открывает перспективы для регулярного обновления органов. Эти достижения не только способствуют значительному увеличению продолжительности жизни, но и расширяют возможности сохранения качества жизни, делая восстановление здоровья более индивидуализированным.

### **3.Меньшая мышечная масса**

Современному человеку уже не требуется обладать значительной мышечной силой или массивным скелетом для выживания, поскольку охота и физическая погоня за добычей утратили своё прежнее значение. В силу этого, в ходе эволюционного развития человеческое тело, вероятно, станет легче примерно на 10–30%, при условии, что будет решена проблема избыточного веса. Однако калорийное питание может частично заменить мышечную массу жиром. [6]

### **4.Уменьшающийся мозг**

Сегодня значительную часть трудовых задач выполняют машины, что может привести к постепенному уменьшению объёма человеческого мозга. Это связано с тем, что функции запоминания и аналитической обработки информации всё больше берут на себя компьютеры и автоматизированные системы. В результате необходимость владения широким спектром знаний и умений вряд ли будет столь актуальна для человека, как в прошлом. Для человека уметь «всё и понемногу» будет уже совсем не обязательно. Учёные прогнозируют, что уменьшение объёма человеческого мозга может привести к изменению характера людей — они станут более открытыми, более дружелюбными, менее хитрыми и менее интересными друг для друга. Эти выводы основаны на сравнительном анализе мозга диких и приручённых животных, где уменьшение размера мозга связано с одомашниванием и изменением поведения. Согласно исследованиям[8], мозг домашних коров уменьшился на 20%, собак — почти на 30%. В то же время существует мнение, что снижение размеров мозга не обязательно означает снижение интеллекта. Природа не терпит пустоты, и природа заставит мозг не расслабляться на фоне отсутствия или снижения физической активности. Даже если мозг останется прежних размеров, то он точно не увеличится. Согласно исследованиям британских учёных, интеллектуальный потенциал человека достиг своего максимума с физиологической и физической точки зрения. Это

значит, что без помощи технологий, таких как компьютеры и нейросети, будущие поколения вряд ли смогут превзойти нынешний уровень интеллекта.

## **5. Сокращение пищеварительного тракта**

Пищеварительная система человека может уменьшиться в размере, потому что еда будет всё более питательной и калорийной. Также появится вопрос о роли позвоночника в формировании роста тела. Ведь в росте мы прибавляем за счёт длины ног, а не позвоночника. [10] Многие тысячелетия назад наши предки, придерживавшиеся растительной диеты, постепенно адаптировали свой желудок к перевариванию сырого мяса. Со временем произошло приспособление к термически обработанным продуктам — жареному мясу и овощам. Позже рацион стал включать более обработанные продукты с большим содержанием углеводов и сахаров. В дальнейшем пищеварительная система человека продолжит эволюционировать в зависимости от состава питания, регулируя активность нужных ферментов. Если в будущем основной рацион будет состоять из растительной пищи, кишечник, подобно травоядным животным, может удлиниться. В противоположном случае — при преобладании мясной и богатой белками пищи — длина кишечника будет сокращаться, что характерно для хищников.

## **6. Работа печени и лёгких**

В условиях ухудшающегося состояния окружающей среды печень испытывает повышенную нагрузку, так как ей приходится более активно обезвреживать токсические вещества, которые проникают в организм с пищей и питьём. Воздух, вероятно, тоже не останется чистым. В результате, для поддержания жизнедеятельности человеку станут необходимы усиленная работа печени и усовершенствованная дыхательная функция. (Лёгкие, способные добывать достаточное количество кислорода).

### **1.3 Изменения психики и поведения**

#### **1 «Твёрдая» память**

Реально ли в почтенном возрасте сохранять здоровый ум и твёрдую память? Сегодня создаются технологии, с помощью которых можно реанимировать воспоминания или, наоборот, стереть ненужные. Учёные выяснили, что точечное изменение генома нейрона может оживлять или подавлять те воспоминания, которые хранятся конкретно в этой ячейке памяти. Технология называется «оптогенетика» [1]. Но теория о том, что у людей будущего будут улучшенные интеллектуальные способности и память, вызывает определённые сомнения. Наша зависимость от интернет-поисковиков негативно влияет на способность мозга запоминать информацию, поскольку теперь мы легко можем найти нужные данные в любой момент в сети. Мозг стал воспринимать интернет как внешнюю память, что ведёт к снижению усилий по активному запоминанию. Для эффективного запоминания требуется сосредоточенное внимание на новой информации и её ассоциация с уже имеющимися знаниями. Однако постоянное отвлечение и прерывания при работе в сети мешают установлению устойчивых нейронных связей. В результате, активный интернет-серфинг препятствует глубокому усвоению и прочному сохранению информации в памяти.

#### **2.Телепатия**

Разработка технологий, направленных на улучшение функциональных возможностей человеческого мозга и тела, продолжает активно развиваться. В настоящее время реализованы системы, позволяющие осуществлять коммуникацию исключительно с помощью мозговой активности, без участия речи или моторных жестов. Российские специалисты разработали и провели испытания инновационной платформы — нейрочата, которая позволяет передавать сообщения посредством намеренного мысленного сигнала. Данное решение особенно востребовано для лиц с серьёзными физическими ограничениями, и при поддержке интернет-соединения обеспечивает возможность удалённого общения на больших расстояниях. — Мы снимаем слабую биоэлектрическую активность мозга и можем детектировать намерения человека. То есть, если человек задумал тот или иной символ, этот символ высветится на экране монитора. Причём это может быть буква или чашка чая, любая потребность этого человека, — объясняет генеральный директор компании-разработчика Наталья Галкина. [5] Вопреки популярным предположениям, человеческий мозг в обозримом будущем не превратится в аналог компьютера, поскольку его сложность и многоуровневая структура значительно превосходят возможности современных процессоров. Тем не менее, интеграция биологических нейронных структур с искусственными нейросетями представляется вполне реальной и перспективной областью дальнейших исследований.

### **3. Психика**

В перспективе можно ожидать негативного влияния цифровых технологий на психическое здоровье человека. Исследования показывают, что длительное и неконтролируемое использование электронных устройств способствует росту уровней тревожности и стрессовых состояний. Активное времяпрепровождение в социальных сетях, с постоянным просмотром ленты и стремлением к получению одобрения в виде «лайков», приводит к формированию зависимости, снижению самооценки и возникновению чувства зависти. Такая сосредоточенность на виртуальном образе себя затрудняет развитие эмпатии — способности понимать и разделять эмоции других людей. В итоге, с развитием цифровых технологий отмечается снижение эмоциональности и интереса к окружающим. Вследствие этого существует риск социальной изоляции и возрастания уязвимости к стрессам и депрессивным состояниям у человека, что может значительно ухудшить качество его жизни.

### **4. Главная причина изменений**

Главная причина изменения человека будущего — это массовое и постоянное использование мобильных устройств и компьютеров. Оно вызывает глубокие изменения в физиологии и психическом состоянии человека. Современный человек проводит всё больше времени в условиях сниженной физической активности, находясь в статичном положении за экраном, что ведёт к ухудшению здоровья. Сокращается живое социальное общение, что отражается на развитии эмоционального интеллекта и способности к коммуникации. Длительное воздействие экранного излучения и постоянное переключение внимания между задачами приводит к переутомлению нервной системы, снижению концентрации и ухудшению памяти. Кроме того, формируется цифровая зависимость, способствующая снижению мотивации к физической активности и саморазвитию.

Таким образом, главная причина изменений — это зависимость человечества от использования мобильных устройств и компьютеров.

## II. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Чтобы показать людям негативные изменения от гаджетов, некоторые из которых видны уже сейчас, была создана серия социальных плакатов с моими рисунками под общим названием «Оторвись от экрана». Продукт изготавливался на основании моих исследований и достоверной информации из статей, лекций, сайтов и исследований. А в особенности я опиралась на опросы, которые провела для своих одноклассников.

С помощью диаграмм я наглядно показала результаты опросов. Из результатов следует:

на диаграмме 1 абсолютное большинство отмечают, что им интересно узнать больше о человеке нового поколения.

На диаграмме 2 50% отвечают, что не знают, каким будет человек нового поколения, 32% только предполагают, а 18% знают.

Из этих двух диаграмм можно подтвердить актуальность моей темы проекта, так как по результатам опросов подростки мало знают о человеке будущего и хотят узнать его лучше.

Результатами диаграммы 3 я подтверждаю свое исследование в разделе 1.1 (3. «Исчезновение зубов мудрости»). У 59% опрошенных подростков нет зубов мудрости.

Диаграмма 4 подтверждает выявленную мной главную причину внешних, внутренних и психических изменений человека в будущем. 86% отвечают, что проводят большую часть дня за мобильными устройствами, 14% отвечают, что проводят от часа до трех. И 0% отвечают, что несколько раз в день пользуются гаджетами (то есть являются не зависимыми от гаджетов).

Мы приходим к выводу, что активному образу жизни мешают гаджеты, которые вызывают зависимость и отнимают большую часть времени у людей. Чтобы попытаться предотвратить негативные изменения человека в будущем, я воплотила свою идею и сделала серию социальных плакатов под общим названием «Оторвись от экрана». Цель плакатов в том, чтобы как можно больше людей их увидели и задумались о будущем человека, поняли, что зависимость человечества от использования мобильных устройств и компьютеров оказывает очень сильное и негативное влияние на человека.

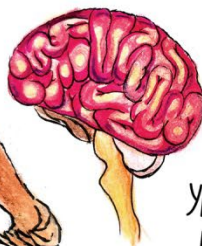
ЭВОЛЮЦИЯ  
ПРОДОЛЖАЕТСЯ СЕЙЧАС

# ГАДЖЕТЫ

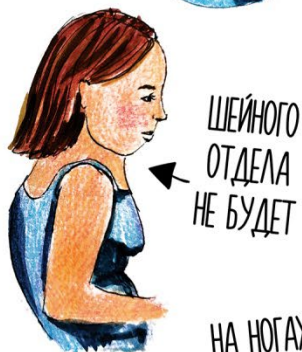
ОКАЗЫВАЮТ СИЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ  
НА ЧЕЛОВЕЧЕСТВО

МЫ  
МЕНЯЕМСЯ  
НЕЗАМЕТНО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ!

И ЧЕРЕЗ  
МНОГО ЛЕТ...



МОЗГ  
УМЕНЬШИТСЯ  
НА 30%

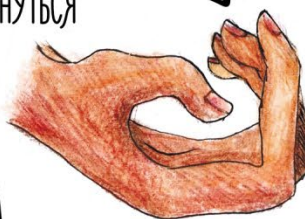


МЫШЦ СТАНЕТ  
МЕНЬШЕ,  
А ЖИРОВОЙ ТКАНИ  
БОЛЬШЕ

МЫ БУДЕМ  
ВЫГЛЯДЕТЬ  
ТАК

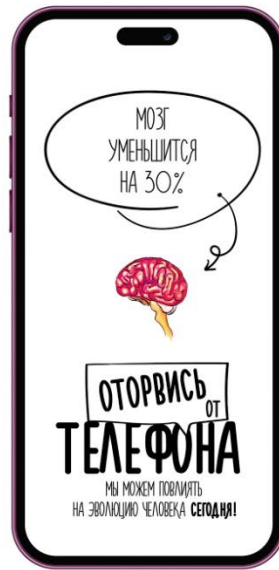
НА НОГАХ  
ПРОПАДЕТ МИЗИНЕЦ

ЛАДОНИ  
СОГНУТЬСЯ



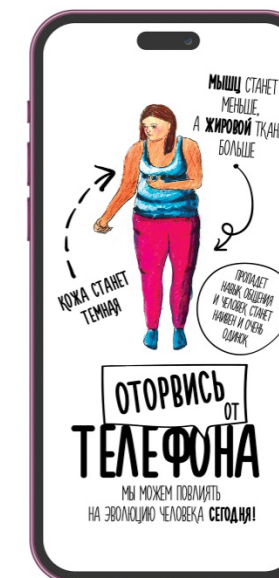
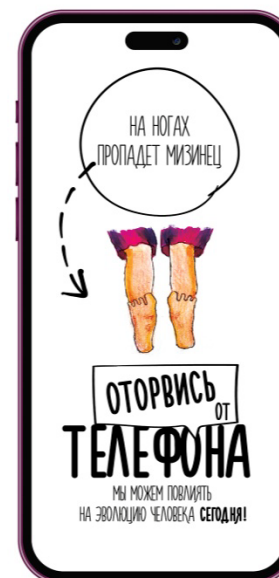
ОТОРВИСЬ  
ОТ  
ТЕЛЕФОНА

МЫ МОЖЕМ ПОВЛИЯТЬ НА ЭВОЛЮЦИЮ ЧЕЛОВЕКА СЕГОДНЯ!



КИСЕЛОВА МИЛАНА • ДАВАЙТЕ ВМЕСТЕ ИЗМЕНИМ НАШЕ БУДУЩЕЕ

ПРОХОДИ ПО ССЫЛКЕ  
СКАЧАЙ ПЛАКАТЫ  
ПОКАЖИ ДРУЗЬЯМ



КИСЕЛОВА МИЛАНА • ДАВАЙТЕ ВМЕСТЕ ИЗМЕНИМ НАШЕ БУДУЩЕЕ

ПРОХОДИ ПО ССЫЛКЕ  
СКАЧАЙ ПЛАКАТЫ  
ПОКАЖИ ДРУЗЬЯМ



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Я определила возможные изменения в облике человека в будущем и выявила главную причину этих изменений. Они заключаются в ухудшении физической формы человека, ухудшении здоровья и формировании зависимости от гаджетов.

Я подготовила плакаты под названием «Оторвись от экрана». Эти плакаты можно разместить в социальных сетях или вывесить в школе на видное место, чтобы больше подростков и детей увидели их.

Я столкнулась с проблемой достоверности информации.

Способы решения этой проблемы: получение большего объема знаний, их сравнение и выявление достоверной информации.

В ходе проделанной работы были получены следующие выводы:

1. Из выбранной литературы были выбраны наиболее интересные факты о людях будущего для создания изображений, приближенных к правде.
2. В ходе опроса, проведенного среди учащихся 9-х классов, было выявлено, что тема проекта актуальна для учащихся.
3. Определена главная причина изменений человека будущего.
4. Создан продукт – изображения человека будущего.

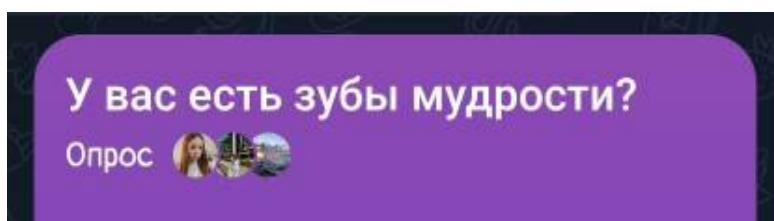
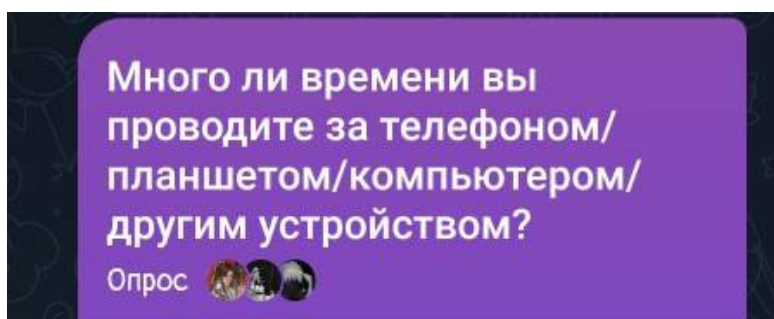
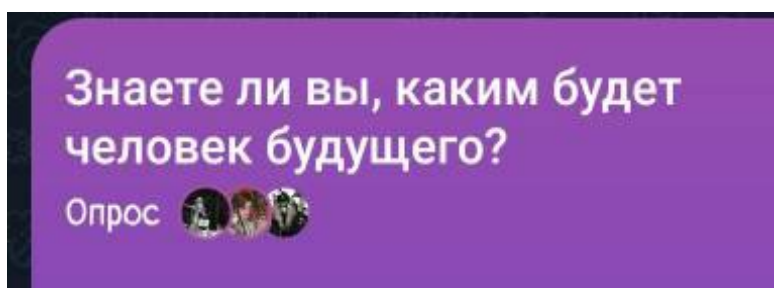
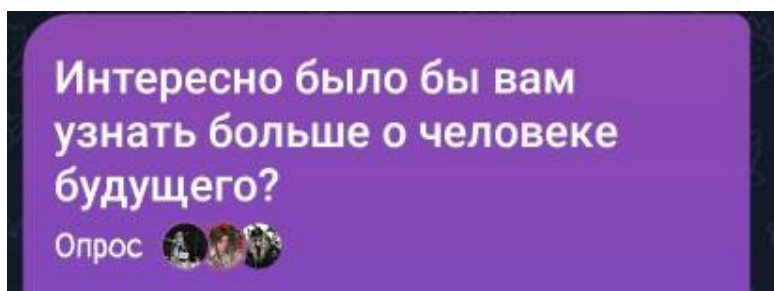
## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Хомо футурис. Каким будет человек будущего? // наука URL: [https://naukatv.ru/articles/khomo\\_futuris\\_kakim\\_budet\\_chelovek\\_budushego](https://naukatv.ru/articles/khomo_futuris_kakim_budet_chelovek_budushego)
2. К 2035 году у половины людей будет ожирение — данные World Obesity // РБК Тренды URL: <https://trends.rbc.ru/trends/social/64256e8b9a79475131bfabdf>
3. Nearly half of US adults projected to be obese by 2030 // medicalxpress URL: <https://medicalxpress.com/news/2020-07-adults-obese.html>
4. Ученые: К 2030 году половина жителей США будет страдать от ожирения // газета взгляд URL: <https://vz.ru/news/2011/8/26/517596.html>
5. Наталия Галкина, основатель "Нейротренда": главный вопрос — где же живет сознание? // Тасс URL: <https://tass.ru/interviews/13444683>
6. Каким будет человек будущего и как происходит эволюция людей прямо сейчас // URL: <https://dzen.ru/a/ZFYgK6f2vj3hI-8b>
7. Эволюция на паузе, технологии — на ускорении: человек превращается в цифровое существо // URL: <https://www.pravda.ru/news/science/2298811-future-human-evolution/>
8. Исследование: мозг крупного рогатого скота уменьшился на четверть в процессе одомашнивания // URL: <https://knife.media/moo/>
9. Revealed: What humans will look like in 1,000 years, according to scientists // URL: [https://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-14359333/humans-look-like-3025-revealed.html?ns\\_mchannel=rss&ns\\_campaign=1490&ito=1490](https://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-14359333/humans-look-like-3025-revealed.html?ns_mchannel=rss&ns_campaign=1490&ito=1490)
10. Человек будущего не сможет играть в футбол и танцевать балет // URL: <https://www.kp.ru/daily/26400/3277090/>
11. Darian Leader: how technology is changing our hands // URL: <https://www.theguardian.com/books/2016/may/21/darian-leader-how-technology-changing-our-hands>
12. Коготь для смартфона и крошечные зубы: как могут выглядеть люди в 3000 году // URL: <https://dzen.ru/a/ZSwgzE0Y7CqHtpT>
13. Texting on mobile phones and musculoskeletal disorders in young adults: A five-year cohort study // URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0003687016301235>
14. How to Avoid Computer Eye Strain // URL: <https://healthland.time.com/2012/09/13/computer-eye-strain-explained-and-how-to-avoid-it/>

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

Список вопросов, которые задавались одноклассникам



Диаграммы с полученным результатом опроса

Диаграмма 1

Интересно было бы вам узнать больше о человеке будущего?

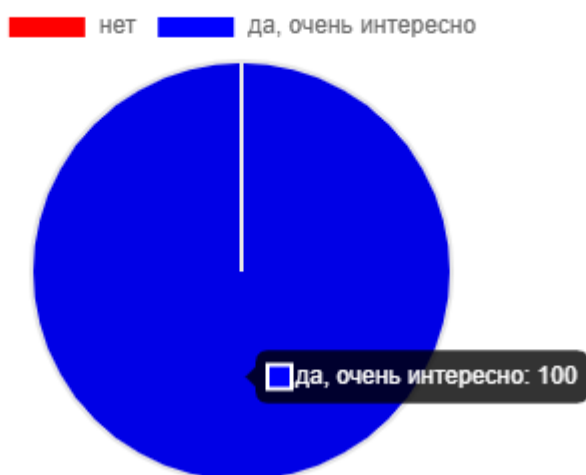


Диаграмма 2

Знаете ли вы, каким будет человек будущего?

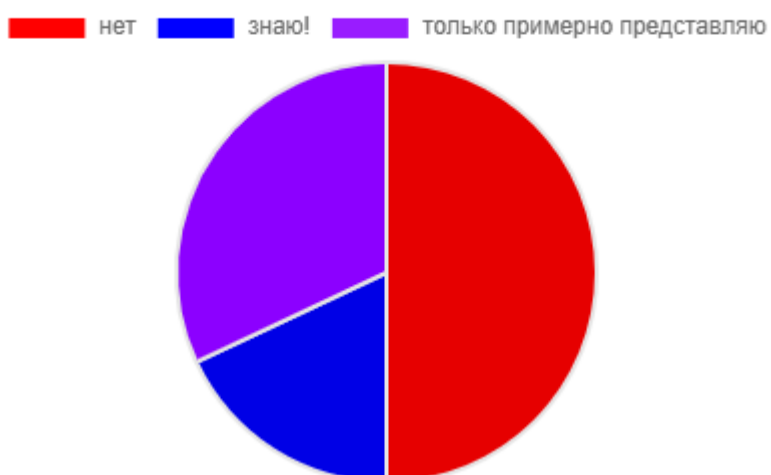


Диаграмма 3

у вас есть зубы мудрости?

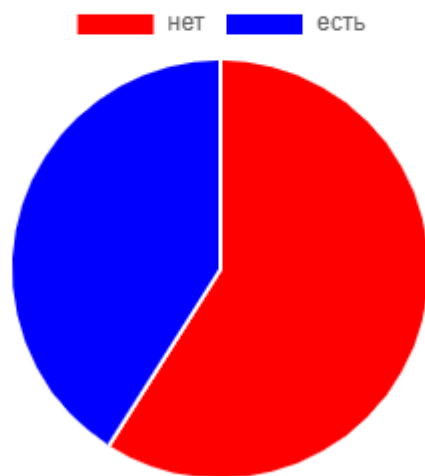


Диаграмма 4

Много ли времени вы проводите за телефоном/компьютером/другим устройством?

