Муниципальное образование Новокубанский район пос. Передовой

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение основная общеобразовательная школа № 25 им. Д.Ф. Лавриненко п. Передового

муниципального образования Новокубанский район

**Проект «Компьютерные игры:**

**вред или польза?»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Автор: учащийся 7 класса Назарян ЖораРуководитель: учитель информатики Шепиль Екатерина Сергеевна |

2023 год

п.Передовой

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид проекта | Исследовательский |
| Обоснованность (актуальность) |  В наше время высокоразвитых технологий, когда компьютер стал общедоступным и необходимым элементом повседневной жизни, возникает вопрос о его влиянии на человека. Является он полезным или негативным фактором? Особенно острый характер этот вопрос приобретает, когда речь заходит о влиянии компьютерных игр на детей, поскольку именно игры настойчиво вытесняют все другие виды деятельности из детского мира. Ответ на этот вопрос не может быть однозначным, ведь даже полезные и жизненно необходимые вещи могут стать опасными. **Я выбрал эту тему потому**, что меня заинтересовало, как же воздействуют компьютерные игры на ребенка, в какие игры можно играть, а в какие нельзя и почему?Я считаю, что выбранная мною тема важна, так как большинство школьников проводят много времени за компьютером, он является неотъемлемой частью их жизни и не все из них знают, какие правила надо соблюдать, чтоб сохранить своё здоровье. |
| Тема (проблема) | Компьютерные игры: вред или польза? |
| Цель  | Выяснить положительные и отрицательные стороны влияния компьютерных игр в жизни школьника, и ответить на **главный вопрос:** играть в компьютерные игры – это хорошо или плохо? |
| Задачи | -Изучить литературу по проблеме; -Провести анкетирование среди учащихся школы; -Проанализировать результаты анкетирования.  |
| План действий | 1. Постановка проблемы.
2. Определение темы и целей проекта.
3. Поиск необходимой информации.
4. Систематизация информации.
5. Разработка документации.
6. Проведение анкетирования.
7. Обработка анкет.
 |
| Продукт | Памятка для родителей «Компьютерные игры: польза или вред» |
| Выводы | **Результаты моего исследования** показали, что мои предположения не подтвердились. Нельзя сказать, что компьютерные игры – это плохо, и надо отказаться от них. Как нельзя сказать, что хорошо, и можно играть сколько хочется и в любые игры. Влияние компьютерных игр на детей неоднозначно. Кто–то развивает логическое мышление, кто-то забывает про окружающий реальный мир. Здесь нужно придерживаться главного принципа – не навреди. Компьютер, как и всё, что окружает нас, может быть и полезным, и вредным. |

**Введение**

Игра - непременный спутник развития человечества. На стадии археокультуры игры выполняли чрезвычайно важные функции. Они использовались для социализации подрастающего поколения, для подготовки к коллективной охоте, для тренировки. Но учебно-тренировочные функции были не главными в древней игровой деятельности; главное поле игры – это праздники, ритуалы, первобытное искусство (танцы, музыка, мифы). Все эти занятия представляют собой археокультурную творческую и коммуникативную деятельность.

Сегодняшние темпы компьютеризации превышают темпы развития всех других отраслей. Без компьютеров и компьютерных сетей не обходится сегодня ни одна средняя фирма, не говоря о крупных компаниях. Современный человек начинает взаимодействовать с компьютером постоянно – на работе, дома, в машине и даже в самолете. Компьютеры стремительно внедряются в человеческую жизнь, занимая свое место в нашем сознании.

Вместе с появлением компьютеров появились компьютерные игры, которые сразу же нашли массу поклонников. Эти игры с детских лет сопровождают подрастающее поколение, вызывая, с одной стороны, замедление развития и даже атрофию опорно-двигательного аппарата и мышечной мускулатуры и, с другой стороны, - быстро развивая интеллект, логическое мышление и воображение человека. Компьютерный игрок привыкает перемещаться из одного виртуального мира в другой, быстро воспринимать незнакомые ситуации и адаптироваться к ним. В бурно изменяющемся обществе XXI века развитая интеллектуальная гибкость обеспечит приспособление к новым, неожиданным реалиям. Компьютерные игры выполняют, таким образом, функцию социализации молодежи в постиндустриальном обществе. И все-таки ЗА или ПРОТИВ компьютерных игр. Мы попытаемся ответить на этот вопрос в нашей работе.

**Актуальность исследования:** в наше время высокоразвитых технологий, когда компьютер стал общедоступным и необходимым элементом повседневной жизни, возникает вопрос о его влиянии на человека. Является он полезным или негативным фактором? Особенно острый характер этот вопрос приобретает, когда речь заходит о влиянии компьютерных игр на детей, поскольку именно игры настойчиво вытесняют все другие виды деятельности из детского мира. Ответ на этот вопрос не может быть однозначным, ведь даже полезные и жизненно необходимые вещи могут стать опасными.

 **Я выбрал эту тему потому**, что меня заинтересовало, как же воздействуют компьютерные игры на ребенка, в какие игры можно играть, а в какие нельзя и почему?

Я считаю, что выбранная мною тема важна, так как большинство школьников проводят много времени за компьютером, он является неотъемлемой частью их жизни и не все из них знают, какие правила надо соблюдать, чтоб сохранить своё здоровье.

**Проблема исследования**: компьютерные игры– это польза или вред?

 **Цель:**  выяснить положительные и отрицательные стороны влияния компьютерных игр в жизни школьника, и ответить на **главный вопрос:** играть в компьютерные игры – это хорошо или плохо?

 **Задачи:**

-изучить литературу по компьютерным играм;

-провести анкетирование среди учащихся школы;

-проанализировать результаты анкетирования.

**Объект исследования:** учащиеся школы от 7 до 16 лет.

**Предмет исследования** – влияние компьютерных игр на учащихся.

**Методы исследования**: обзор литературы по данной теме, анкетирование, анализ результатов.

1. **История создания компьютерных игр**

В 1952 году, появилась программа OXO, имитирующая игру "крестики-нолики", созданная А. С. Дугласом как часть его докторской диссертации в Кембриджском Университете. Эта компьютерная игра была запрограммирована на EDSAC компьютере, изображение на котором формировалось при помощи лучей катодов.

 Другой компьютерщик - Уильям Хигинботам - создал свою первую видео игру «Теннис для двоих» приблизительно в 1958 году.

В 1962 году Стив Расселл изобрел SpaceWar (Космические войны). Стоит сказать, что эта игра, стала первой компьютерной игрой, которая была предназначена именно для игры на компьютере, то есть для компьютерного использования. Стив Расселл использовал компьютер универсальной ЭВМ, для того, чтобы спроектировать свою игру.

 Через 5 лет, в 1967 году, Ральф Баер впервые написал видео игру, в которую можно было играть на телевизоре. Игра, которую удалось написать Ральфу Баеру назвалась «Преследование».

 В 1972 году была создана игра Pong (Понг) . Pong (Понг) создал Нолан Бушнелл в соавторстве с Алом Олкорном. В 1975 году Atari выпустили Pong (Понг) в качестве домашней видео игры.

В 1976 году Башнелл продал Atari фирме Warner Communications за двадцать шесть миллионов долларов, и та ориентировала его на домашний рынок, нечто вроде современных приставок, но с единственной игрой.

А дальше все понеслось с невероятной скоростью, как лавина по склону горы. В 1977 году фирма Apple начала продажи Apple II, в 1978 знаменитейшая игра Space Invaders родилась все в той же японской фирме Taito, а в 1979 разработчиками из Atari основана фирма Activision. Тогда же появилась Atari 800, где впервые был задействован восьмибитный процессор.

Индустрия в эти годы благополучно взяла крупный рубеж: больше одного миллиарда долларов (а если пересчитать эту цифру на современные доллары, получится около двух с половиной миллиардов). Продано было около 300000 приставок и игральных автоматов. А на следующий год бум достиг вообще невообразимого размаха. Продаж уже больше шести миллиардов долларов, игры так и сыпались: Donkey Kong от Nintendo, Galaxian, Centipede, Tempest, сестричка Pac-Man'а по имени Ms.Pac-Man.

Время шло, компьютеры потихоньку становились все мощнее, игры все красивее, где-то года с 1987 на IBM PC стали появляться игры, похожие на сегодняшние, как раз тогда начал широко применяться видеоадаптер VGA, а потом и SVGA, и показ 256 цветов вместо 16 очень сильно поднял качество графики.

Увы, не назвать и всех эпохальных игр, они, видимо, рано или поздно получат свои страницы на сервере музея игр, например, самая-самая-самая игра всех времен на PC – знаменитый Myst, да и шедевр под названием DOOM.

1. **Жанры игр**

Сейчас существуют следующие жанры компьютерных игр.

1)**Action** (транслит. — «**экшен**» или «**экшн**»; в переводе с англ. — «действие»; «игры на ловкость») — жанр компьютерных игр, в которых успех игрока в большой степени зависит от его скорости реакции и способности быстро принимать тактические решения

Яркими примероми этого жанра являются такие игры как: Серия Assassins Сreed, Mirrors Edge, Dead Space и т.д

2)**Спортивный** **симулятор** — симулятор спортивных состязаний. Существует множество симуляторов самых разных видов спорта. FIFA (серия игр). Pro Evolution Soccer (серия игр). UEFA Euro (серия игр). UEFA Champions League (серия игр).

3)**Го́нка** — соревнование, подразумевающее одновременный старт группы нескольких (двух или более) участников и фиксацию порядка финиша каждого из участников. Услышав слово гонки можно вспомнить не мало знаменитых игр например: серия игр Need for Speed, Project Cars 2 и т.д

4)**Страте́гия** (др.-греч. στρατηγία — искусство полководца) — общий, недетализированный план, охватывающий длительный период времени, способ достижения сложной цели. примерами служат такие игры как: Warcraft, Казаки, Total War и т.д

5)**Квест** (англ. **quest**), или приключенческая игра (англ. adventure game) — один из основных жанров компьютерных игр, представляющий собой интерактивную историю с главным героем, управляемым игроком. Примеры- это Серия Нэнси Дрю, серия игр Sherlock Holmes и т.д

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тип игры** | **Положительная сторона** | **Отрицательная сторона** |
| Спортивный симулятор | Развитие моторики рук, развитие быстроты реакции | Отрицательное влияние на зрение при долгой игре |
| Гонки | Обучение правилам вождения | Привыкание к виртуальным авариям. |
| Экшен | Развитие логического мышления | Отрицательное влияние на зрение при долгой игре |
| Стрелялки | Развитие моторики рук, развитие быстроты реакции | Жестокость |
| Квесты | Развитие логического мышления, умение решать нестандартные задачи | Пагубное влияние на психику в жестоких играх,«Зависимость» |
|  Стратегии | Развитие самоутверждения и самооценки, так как приходится принимать быстрые и важные для игры решения | Потеря времени, Отрицательное влияние на зрение при долгой игре,«Зависимость». |

1. **Как создаются игры**

Разработкой компьютерных игр может заниматься как один человек, так и фирма (коллектив разработчиков). Коммерческие игры создаются командами разработчиков, нанятыми одной фирмой. Фирмы могут специализироваться на производстве игр для персональных компьютеров, игровых приставок или планшетных компьютеров. Разработка может финансироваться другой, более крупной фирмой — издателем. Фирма-издатель по окончании разработки занимается распространением игры и берёт на себя связанные с этим затраты. Противоположным подходом является такая разработка, когда фирма самостоятельно (без участия издателей) распространяет копии игр, например, средствами цифровой дистрибуции. Разработка наиболее крупнобюджетных игр может стоить десятки миллионов долларов США, причём в течение последних десятилетий эти бюджеты непрерывно росли, как и численность команд разработчиков и сроки разработки. Так, в конце девяностых игру для консоли PlayStation для конечного покупателя — могла сделать команда из 10 человек за год, для PlayStation 2 (первая половина 2000-х годов) необходима была команда из 30-50 человек и два года разработки, к 2012 году речь шла уже о командах из свыше чем 100 разработчиков и срок порядка трёх лет. По утверждению Алекса Мура, геймдизайнера из компании Sumo Digital, если бы цена игры для конечного потребителя росла в той же пропорции, игры в 2012 году стоили бы по 1800 долларов США; иными словами, чтобы окупить возросшие бюджеты при сохранении тех же цен в магазинах, компании-издатели должны продавать намного больше копий игр. Крупнобюджетная игра для двух платформ — Xbox 360 и PlayStation 3 — обходилась в 2012 году в среднем в 20 миллионов долларов, и для того, чтобы она окупилась, нужно было продать около двух миллионов копий. Команды разработчиков могут варьироваться в размерах от небольших групп по два-три человека, которые делают казуальные игры у себя дома, до сотен, или даже тысяч, сотрудников, которые создают игры крупного масштаба. Компании делят подзадачи разработки игры. Отдельные должности могут различаться, однако роли в отрасли одинаковы. Команда разработчиков состоит из нескольких сотрудников. Некоторые из них могут выполнять несколько ролей; аналогично, несколько задач могут делаться одним и тем же сотрудником. Размер команды может варьироваться от 20 до 100 и более человек, в зависимости от масштабности игры. Больше всего в команде художников, затем программистов, затем геймдизайнеров, далее специалистов по звуковому сопровождению, а также двое или трое продюсеров, берущих на себя менеджмент. Люди на этих должностях отрабатывают полный рабочий день. На других должностях, таких как тестировщики, сотрудники могут быть заняты неполный рабочий день. Зарплаты на этих должностях зависят от опыта и местонахождения сотрудника. Зарплата начинающего программиста в США составляет в среднем около 70 000 долларов в год, а у опытного 125 000.

**4. Плюсы компьютерных игр**

**1.Лекарство от старости.**

Исследования показали, что гоночные симуляторы позитивно влияют на память и внимание пожилых людей.

**2.Спортивные игры мотивируют заниматься настоящим спортом.**

Исследования показали, что дети, которые играют в спортивные компьютерные игры, с огромной вероятностью заинтересуются спортом и в реальной жизни. Такие игры позволяют получить данные об особенностях того или иного вида спорта, узнать правила.

**3.Компьютерные игры способствуют активности мозга.**

Исследования показали, что люди, которые играют в компьютерные игры быстрее принимают решения, лучше ориентируются в ситуации, обладают высокой скоростью реакции.

**4.Дети, которые проводят умеренное количество времени за видеоиграми лучше социализированы.**

Исследование проводили ученые из Оксфордского университета при участии 5000 детей. Наблюдение показало, что дети, которые играли в компьютерные игры около 1 часа в день, лучше социализированы и имеют более крепкие отношения со сверстниками по сравнению с теми детьми, которые не играют вообще. Как полагают ученые, это связано с тем, что видеоигры дают детям очень обширную тему для разговоров.

**5.Игры обучают маленьких детей и младших школьников, учат внимательности и усидчивости.**

Учат их действовать в различных ситуациях, способствуют развитию моторики рук, зрительной памяти, музыкального слуха. Для этого разработано множество обучающих игр, в том числе по изучению иностранных языков.

Особую пользу приносят обучающие игры.

Компьютерные обучающие игры **развивают** у ребенка:

•        быстроту реакции;

•        мелкую моторику рук;

•        визуальное восприятие объектов;

•        память и внимание;

•        логическое мышление;

•        зрительно-моторную координацию.

Компьютерные обучающие игры **учат** ребенка:

•        классифицировать и обобщать;

•        аналитически мыслить в нестандартной ситуации;

•        добиваться своей цели;

•        совершенствовать интеллектуальные навыки.

Ребенок, который с детства ориентируется в компьютере, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий.

Игры на компьютере - это те же занятия, а ребенка всегда легче привлечь к игре, чем заставить учить алфавит или, скажем, складывать цифры.

Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий! Когда герои компьютерной игры предлагают малышу починить стену домика (правильно сложив пазл) или расположить числа по порядку, чтобы добраться до сокровищ, дети ощущают свою значимость. А если в конце задания ему говорят «Молодец!», «Ты справился отлично!», это вызывает у ребенка восторг!

Прекрасно нарисованные, веселые и добрые детские компьютерные игры несут в себе много интересного, умного, забавного и полностью направлены на то, чтобы малыши развивались и совершенствовали свои знания. А удобное и понятное управление и выполненное профессиональными актерами озвучивание сделают каждую игру настоящим праздником.

1. **Минусы компьютерных игр**
2. Влияние компьютера на психику.
Из всех зависимостей самой сильной является психологическая. Переживания, связанные с виртуальными героями, переживаются, как свои собственные, а в кровь выбрасывается адреналин, сам по себе наркотик, заставляющий работать участки мозга, ответственные за удовольствие.
2) Сознание начинает существовать уже "по ту сторону экрана". Чем увлеченнее играет геймер, тем меньше он реагирует на внешние раздражители. Необходимость есть и спать подменяются нуждой убийства виртуальных монстров, а разум человека перестает слышать естественные сигналы организма.
С каждым годом увеличивается число убийств, совершенных на фоне компьютерных игр. Также с компьютерными играми связано огромное количество самоубийств. В 2001 году Россию потрясло самоубийство шести школьников, увлекшихся игрой "Последняя Фантазия".
Рассмотрим, чем же опасны разные виды компьютерных игр.
1.  Самый опасный вид игр - игры-стрелялки, поскольку игровая зависимость, вызванная ими, сопровождается агрессией, озлобленностью. И немудрено – часами отстреливая людей в виртуальном мире, вряд ли станешь добрым человеком. Смысл их подавляющего большинства заключается в том, чтобы как можно быстрее и больше убить или взорвать. В этих игрушках кровь льётся вёдрами, а информационной начинки практически никакой. По мнению специалистов, участие в таких играх приводит к тому, что игроки начинают использовать подобные методы решения проблем в реальной жизни.
2.    Вредны также бродилки, леталки и гонки, которые хоть и не характеризуются агрессией, но требуют повышенного внимания, затягивают, от них сложно оторваться. Конечно, совершенно невозможным для игрока представляется нажать на паузу во время очередной гонки или прохождения лабиринта.
3.  Меньше воздействуют на психику «спортивные» игры. Эти игрушки по психическому воздействию примерно нейтральны – вреда не приносят, но и пользы от них тоже никакой, только напрасная трата времени.

Современное поколение, много времени проводящее перед компьютером сложно назвать абсолютно здоровым, но и винить компьютер и компьютерные игры во всех смертных грехах, глупо. Общение с психологами, педагогами и социологами на тему компьютерных игр, об их пользе и вреде для подрастающего поколения не даёт однозначного ответа «вредно на 100%».
Вред наносится не только в процессе игры, но и в многочасовом занятии перед монитором.
**Положение сидя**.
За компьютером человек сидит в расслабленной позе, которая является для организма вынужденной и неприятной: напряжены шея, руки и плечи, отсюда излишняя нагрузка на позвоночник, остеохондроз, а у детей - сколиоз. У тех, кто много сидит, между сиденьем стула и телом образуется своего рода тепловой компресс, что ведет к застою крови в тазовых органах, как следствие возникают болезни, лечение которых - процесс длительный и малоприятный. Кроме того, малоподвижный образ жизни часто приводит к ожирению.
**Электромагнитное излучение**.
Современные мониторы стали безопаснее для здоровья, но еще не полностью. А если на вашем столе совсем старенький монитор, лучше держитесь от него подальше.
**Воздействие на зрение.**Глаза регистрируют самую мелкую вибрацию текста или картинки, а тем более мерцание экрана. Перегрузка глаз приводит к потере остроты зрения. Плохо сказываются на зрении неудачный подбор цвета, шрифтов, компоновки окон в используемых программах, неправильное расположение экрана.
**Перегрузка суставов кистей рук.**Нервные окончания подушечек пальцев как бы разбиваются от постоянных ударов по клавишам, возникают онемение, слабость, в подушечках бегают мурашки. Это может привести к повреждению суставного и связочного аппарата кисти, а в дальнейшем заболевания кисти могут стать хроническими.
**Стресс при потере информации.**Далеко не все пользователи регулярно делают резервные копии своей информации. Винчестеры лучших фирм, бывает, ломаются, и самый опытный программист может иногда нажать не ту кнопку. В результате такого стресса случались и инфаркты.
**Пыль и грязь**.

В компьютере и вокруг него со временем скапливается немало пыли и грязи, причем убрать их зачастую бывает весьма сложно. А где грязь, там и микробы, бактерии и грибки, где пыль, там и пылевые клещи. Все это может спровоцировать самые разные заболевания - от аллергии до "болезней грязных рук".

1. **Игровая зависимость**

Врачи ставят зависимость от компьютерных игр в один ряд с наркоманией и алкоголизмом. Все эти недуги вызывают быстрое и болезненное привыкание, подчиняют себе волю людей, «отрывают» от полноценной социально адаптированной жизни. Редко игроман может проявить силу воли и самостоятельно расстаться с пагубной привычкой. В большинстве случаев такие люди нуждаются в помощи и поддержке близких, а также в лечении у психотерапевта.
Механизм влияния компьютерных игр на головной мозг такой же, как и у наркотиков или алкоголя. Просто при употреблении наркотических веществ эндорфин вырабатывается вследствие химических реакций, происходящих в организме, а в случае с игроманией этот гормон продуцируется как ответная реакция на чувство азарта, радости от виртуальных побед и достижений. Стремясь к постоянному чувству счастья, человек все больше времени проводит за компьютерными играми. Недуг развивается постепенно, если окружающие вовремя не заметят изменения в поведении, то со временем она сформируется в тяжелую форму игровой зависимости. Когда настоящего игромана отрывают от любимого занятия, он начинает испытывать физические и психологические мучения. В такой ситуации с помощью одних разговоров от проблемы не избавиться, потребуется лечение у специалиста. В большинстве случаев зависимость от компьютера, интернета, игр наблюдается у молодого поколения. Довольно редко сознательный взрослый человек проводит дни и ночи в онлайн-играх. Психотерапевты условно делят зависимость от компьютерных игр на две группы: влечение к локальным играм и тяга к сетевым онлайн-играм. По определенным симптомам, можно отличить обычного любителя поиграть на компьютере от игромана.

У зависимого человека, который нуждается в лечении, наблюдаются следующие изменения в поведении:

-неспособность планировать свое расписание и время;

-пренебрежение жизненно необходимыми делами, например, учебой, работой, заботой о внешности; агрессивное поведение по отношению к факторам, отвлекающим от игр;

-никакие события не могут заставить игромана добровольно отвлечься от компьютера;

-во время игры настроение всегда хорошее, а когда нет возможности заняться любимым делом, то человек становится злым и раздражительным;

-постоянно растущие денежные «вливания» в платные игры и различные дополнения к ним; время, которое человек проводит, играя, постоянно увеличивается;

-непрерывное желание проверять, доступно ли обновление игры;

-пренебрежительное отношение к собственной гигиене, здоровью и другим факторам в пользу игры;

-отказ от общения с окружающими, замена их виртуальными персонажами.

Последние два пункта являются наиболее серьезными симптомами. Если их заметили у любителя провести время за компьютером, то знайте, человек нуждается в лечении у специалиста. Остальные признаки не менее тревожны, но в некоторых случаях проблему получается решить простой беседой. Продолжительные игры на компьютере откладывают отпечаток не только на психическое здоровье человека, но и на физическое. Зависимый от игр постоянно испытывает следующие ощущения: боли в запястьях и спине; повышенная утомляемость; головная боль и мигрень; проблемы со сном; постоянная сонливость, усталость, чувство разбитости. Если у игромана уже появились функциональные нарушения со стороны органов и систем, то для лечения недостаточно одной психологической помощи. Надо будет обратиться к врачам для устранения приобретенных физических заболеваний.

1. **Как избавиться от зависимости**

Нет однозначного ответа на вопрос, как избавиться от игровой зависимости. В каждом конкретном случае лечение должно быть индивидуальным, продуманным и мягким. Психотерапевты считают радикальные меры недопустимыми. Постоянные замечания и упреки, запрет выходить из дома, удаление всех игр с компьютера могут только усугубить ситуацию. Игроман замкнется в себе, и психотерапия не даст положительного результата. Более того, человек может вообще отказаться общаться с кем либо, у него могут наблюдаться приступы агрессии, и даже попытки суицида. В помощи специалиста нуждается не только зависимый от игр, но и его родные, которые тоже испытывают стресс. Необходимо наладить отношения в семье, понять, как надо общаться с игроманом, как помочь ему вернуться к нормальной жизни. Очень часто семейная психотерапия дает положительные результаты. Благодаря таким сеансам человек, зависимый от компьютерных игр, легче отказывается от своей пагубной привычки и проще переносит реабилитационный период.

**Профилактика**

Предотвратить развитие зависимости от игр помогут профилактические меры:

-консультации с психотерапевтом;

-нужно постараться понять процесс и смысл любимых игр зависимого, это поможет найти общие точки соприкосновения, установить контакт, пойти на сближение;

-необходимо избегать негативной и резкой критики увлечения компьютерными играми;

- нужно максимально мягко выражать свое мнение;

-узнать, что именно привлекает человека в виртуальном мире, чем ему не нравится реальная жизнь;

-необходимо ограничить доступ зависимого к играм, книгам, фильмам, содержащим сцены жестокости и насилия, это поможет купировать приступы агрессии.

Нельзя забывать, что зависимый от компьютерных игр – это человек, которому необходима помощь. Самостоятельно, без поддержки родных людей, а зачастую и помощи профессионального психотерапевта, игроман не сможет избавиться от своей пагубной привычки, и вернуться к нормальной жизни.

## 6. Анализ проведенного исследования

##

## 6.1. Анкетирование

Самым интересным было выяснить зависимость учащихся нашей школы от компьютерных игр. Это было сделано с помощью анкеты. Всего было опрошено 29 человек в возрасте от 7 до 16 лет. Наряду с этим был проведён опрос родителей об их отношении к увлечению их детей компьютерными играми.

**6.2. Результаты исследования**

На основании заполненных анкет был проведен анализ.

Анализ анкет учащихся:

1.Играешь ли ты в компьютерные игры?

Да - 100%

2. С какого возраста ты играешь в компьютерные игры?

с 5-6 лет - 100%

3.Какие твои любимые игры?

Гоночки – 24%

Стрелялки – 17 %

Бегалки – 17 %

Обучающие – 14 %

Стратегии – 28 %

4.Сколько времени ты тратишь на игру?

Меньше 30 минут – 30%

2 часа – 50 %

Больше 2 часов - 20%.

5. Бывают ли у тебя ссоры с родителями по поводу компьютерных игр?

Да – 70%

Нет –20 %

Иногда – 10 %

Анализ анкет родителей по основным вопросам:

1. Играет ли ваш ребёнок в компьютерные игры?

Да - 100%

4. Какие положительные аспекты в вашем ребёнке развили компьютерные игры?

Внимательность – 20%

Эрудированность – 10%

Никакие – 70%

5. Какие отрицательные изменения появились у вашего ребёнка в результате увлечения компьютерными играми?

Неуравновешенность – 20%

Нетерпеливость – 30%

Ухудшение зрения – 40%

Хроническая усталость – 10%

15. Трудно ли вам оторвать ребёнка то компьютера?

Да – 100%

17. Влияют ли компьютерные игры на успеваемость вашего ребёнка?

Да – 70%

Нет - 30%

 **Результаты проведенного исследования показали**, что все ребята любят играть в компьютерные игры. Большинство не задумываются о вреде и пользе этих игр, как и о том, сколько времени можно играть. У многих игра занимает около двух часов и более.

Родители же в свою очередь отмечают, что компьютерные игры развивают внимательность, дети стали более эрудированными, большинство родителей считают, что никакие положительные качества не формируют. В тоже время отмечают и отрицательное воздействие игр на детей. Они стали более неуравновешенными, нетерпеливыми, ухудшилось зрение, у некоторых появилась хроническая усталость. 100% родителей заметили, что детей очень трудно оторвать от компьютера и вследствие этого успеваемость детей снизилась.

## 7. Практическая значимость

Данную работу можно использовать для:

1. Изготовления стенда для кабинета информатики.

2. Организации бесед с подростками, классных часов и родительских собраний.

3.Использование на уроках информатики при изучении темы «Компьютерные игры».

**8. Заключение**

Что же мы имеем в итоге? Как выяснилось, все упирается в чувство меры и разновидность игры. Виртуальная реальность не должна занимать все свободное время человека, она также не должна провоцировать его на жестокость, развивать в нем агрессию и озлобленность. Это должен быть просто один из вариантов отдыха, наряду с занятиями спорта, прогулками на свежем воздухе, чтением книг, просмотром фильмов, встречами с друзьями…
Если вы поняли, что вы лишены всего перечисленного, и в вашей жизни остались только игры – срочно боритесь с этим! А еще лучше – просто не допускать такой ситуации. Жизнь так прекрасна и разнообразна – и было бы так глупо провести всю ее, сидя перед экраном монитора. Мои исследования данной проблемы показали, что этот вопрос актуален и требует разработки мер по предотвращению нежелательных последствий для школьников, которых всё больше и больше затягивает компьютер.

Я пришел к выводу, что компьютер может стать другом или заклятым врагом, может помочь в беде, а может добавить кучу проблем, может помочь найти единомышленников, а может привести к одиночеству.

Долгая работа за компьютером влияет на здоровье ребенка. При этом они сильно утомляются, плохо засыпают, спят тревожно, наступает умственное переутомление, что служит причиной неврозов и связанных с нимираздражительности, грубости, рассеянности. Неспокойный сон и скрежет во время сна зубами свидетельствует, что у ребенка повышенная возбудимость нервной системы.

В итоге, моя гипотеза подтвердилась: компьютерные игры могут приносить пользу, а так же наносить вред здоровью и если мы будем соблюдать правила работы за компьютером, следить за длительностью пребывания за экраном монитора, прислушиваться к полезным советам, то компьютер будет нам только другом и будет помогать при работе.

##

**Список используемой литературы**

1. <http://gebo-kolo.com/images/book/086.pdf> - Бурлаков И.В. «Психология компьютерных игр»
2. <http://www.tiflocomp.ru/games/archive/review/sound_role.php> - Зелинский А.П. «Развивающая роль звуковых компьютерных игр»
3. <http://rodionov.info/literature.sht> - Родионов А. «Своя игра»

Приложение 1

**Анкета для учащегося**

1. Играешь ли ты в компьютерные игры?

 □ – да □ – нет □ – иногда

2. Если ДА, с какого возраста ты играешь в компьютерные игры?

 □ – 5-6 лет □ – 7-8 лет □ – 9-10 лет

3. Какие твои любимые игры? (Названия игр писать НЕ надо!)

 □ – гоночки

 □ – стрелялки

 □ – бегалки

 □ – обучающие

 □ – стратегии

 □ – поиск предметов

 □ – игры для девочек типа «Салон красоты»

4. Сколько времени ты тратишь на игру?

 □ – меньше 30 мин. □ – 2 часа □ – больше 2-х часов

5. Бывают ли у тебя ссоры с родителями из-за компьютера?

 □ – да □ – нет □ – иногда

Приложение 2

**Компьютерные игры. Анкета для родителя**

Начало формы

**1. Играет ли Ваш ребёнок в компьютерные игры? \***

 Да

 Нет

**2. Как долго в среднем он играет в течение суток? \***

 Не играет

 Менее 1 часа

 1-2 часа

 2-3 часа

 3-4 часа

 4-5 часов

 Более 5 часов

**3. Берёт ли Ваш ребёнок деньги на игры? \***

 Да

 Нет

**4. Какие положительные аспекты в Вашем ребёнке развили компьютерные игры? \***

 Внимательность

 Взаимопомощь

 Эрудированность

 Усидчивость

 Уверенность в себе

 Умение достигать цели

 Интеллектуальность

 Доброта

 Вежливость

 Спокойствие

 Компьютерная грамотность

 Грамотность (лингвистическая)

 Улучшение памяти

 Развите логического мышления

 Никакие, игры не могут развивать положительные качества

 Никакие, потому что мой ребёнок не играет

**5. Какие отрицательные изменения в характере и физическом состоянии организма появились у Вашего ребёнка в результате увлечения компьютерными играми? \***

 Эгоизм

 Неуверенность в себе

 Неуравновешенность

 Агрессивность

 Нетерпеливость

 Поверхностное отношение ко всему

 Неудовлетворённость реальностью

 Ухудшение памяти

 Ухудшение зрения

 Искривление позвоночника, ухудшение состояния опорно-двигательного аппарата

 Снижение интеллекта

 Храническая усталость

 Никакие, игры не могут развивать отрицательные качества

 Никакие, потому что мой ребёнок не играет

**6. Замечали ли вы какие-либо изменения в ребёнке после продолжительной игры? \***

 Да

 Нет

**7. Как Вы думаете, влияют ли игры на формирование личности ребёнка? \***

 Да

 Нет

**8. Рассказывает ли Ваш ребёнок о своих достижениях в играх? \***

 Да

 Нет

 Мой ребёнок не играет

**9. Просит ли Ваш ребёнок помощи у Вас при прохождении игры? \***

 Да

 Нет

 Мой ребёнок не играет

**10. Знаете ли Вы, игры каких жанров предпочитает Ваш ребёнок? \***

 Да

 Нет

 Мой ребёнок не играет

**11. Вы играете со своим ребёнком в компьютерные игры? \***

 Да

 Нет

**12. Разрешаете ли Вы вашему ребёнку долго сидеть за компьютером? \***

 Да

 Нет

**13. Как давно Ваш ребёнок увлекается играми? \***

 Мой ребёнок не играет

 Менее 1 гола

 1-2 года

 2-3 года

 Более 3 лет

**14. Приглашает ли Ваш ребёнок своих друзей поиграть в игры? \***

 Да

 Нет

**15. Трудно ли Вам "оторвать" ребёнка от компьютера? \***

 Да

 Нет

**16. Какие эмоции/чувства у Вашего ребёнка вызывает прохождение компьютерной игры? \***

 Раздражение

 Агрессию

 Удовлетворение

 Гордость

 Вину

 Другое

 Мой ребёнок не играет

**17. Влияют ли компьютерные игры на успеваемость вашего ребёнка? \***

 Да. Успеваемость снизилась.

 Да. Успеваемость повысилась.

 Нет

 Мой ребёнок не играет.