**Муниципальное учреждение «Каменское управление народного образования»**

**Творческий проект**

**на тему:**

 **Влияние компьютерных игр на изучение школьных предметов**

 **Выполнила:**

 **Штефырца А.С.,**

 **учитель математики и ИиИКТ**

 **МОУ «Каменская ОСШ №3»**

**Каменка, 2022**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

**ВВЕДЕНИЕ…………………………………………………………….…….….3**

**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

1. **Теоретическая часть**
	1. **Компьютерные игры, их эволюция……………………..……..5**
	2. **Классификация современных компьютерных игр……... ….8**
	3. **Воздействие компьютерных игр на здоровье учащихся**
		1. **Положительное влияние компьютерных игр………..…..10**
		2. **Отрицательное влияние компьютерных игр …………….12**
	4. **Влияние компьютерных игр на успеваемость учащихся ..16**
2. **Практическая часть**

 **2.1Анкетирование учащихся …………………………………….………17**

 **2.2Вывод ………………………………………..…..………………………21**

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ ………………………………………………………………..22**

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ…………………………………………………….24**

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

**ВВЕДЕНИЕ**

Большое количество людей в современном мире пользуются компьютером. Его освоили не только работники банков, различных офисов, но и другие слои населения, в том числе и школьники. В нашей школе практически у каждого ученика дома имеется компьютер. Компьютер дал нам всем большие возможности: подготовка рефератов на различные темы при выполнении домашнего задания, общение через сайты, хранение разной информации, развлечения в виде компьютерных игр.

Но вместе с пользой компьютер внес в нашу жизнь и негативные моменты. Многие школьники стали проводить за компьютером огромное количество времени. Компьютер заменил им общение с друзьями, занятия в кружках и спортивных секциях, и просто сократил время на подготовку домашних заданий. Родители часто целый день находятся на работе и не могут контролировать время, проведенное детьми за компьютером.

Мне самой нравится играть в компьютерные игры. Они меня увлекают, и я могу подолгу сидеть за компьютером. Мы со своими друзьями постоянно обмениваемся информацией о том, в какие игры играем, играем по сети. Иной раз это занимает достаточно много времени. В последнее время я часто слышу о том, что нельзя часто сидеть за компьютером, что из-за компьютерных игр падает зрение, портится осанка, они влияют на психику, ухудшается успеваемость и т.д. Поэтому я решила провести исследование и выяснить, так ли уж вредны компьютерные игры или в чем- то они полезны.

Так как число пользователей компьютера среди подростков и детей нарастает, то вопрос о влиянии компьютерных игр на здоровье становится в достаточной степени актуальным. Очень много материала по этой теме в Интернете. И я решила разобраться, какое влияние оказывают компьютерные игры на здоровье подростков и влияют ли они на успеваемость школьников.

**Предмет исследования:** компьютерные игры и влияние их на школьников.

**Объект исследования:** самочувствие и успеваемость учащихся школы под воздействием компьютерных игр.

При написании работы я поставила перед собой следующую **цель**: выяснить, каким играм отдают предпочтение школьники, сколько времени проводят за компьютером, контролируют ли родители время, проведенное за компьютером детьми, и как увлеченность компьютером влияет на здоровье и успеваемость учащихся. Данные исследования проводились среди учащихся 5 – 7 классов МОУ «Каменская ОСШ №3».

**Задачи:**

1. Познакомиться с историей возникновения и классификацией компьютерных игр;
2. Найти примеры положительного и отрицательного влияния компьютерных игр на детей;
3. Разработать рекомендации для детей и родителей по использованию компьютера и компьютерных игр.

**Методы исследования:**

* чтение и анализ энциклопедической, научной литературы;
* поиск информации по данной теме в сети Интернет;
* анализ анкетирования учащихся;
* обобщения и выводы.
1. **Теоретическая часть**
	1. **Компьютерные игры, их эволюция.**

**Компьютерная игра** - это компьютерная программа, служащая для организации игрового процесса, связи с партнёрами по игре или сама выступающая в качестве партнёра.

В развитии компьютерных игр можно выделить несколько этапов. Я остановлюсь на самых значимых.

1. **Первые экземпляры игр.**

В **1952** году создана первая логическая компьютерная игра «**OXO**» - компьютерная реализация «крестиков-ноликов».

**1958** год - создан первый симулятор игры в теннис «**Tennis for Two**». В этой игре два человека управляли подвижными платформами так, чтобы отбивать мячик.

**1962** год - создана компьютерная игра «**SpaceWar!**», представлявшая собой два небольших космических корабля, летавших по экрану и стрелявших друг в друга.

1. **Начало распространения игр**

**1966 - 1970** год. В этот период Ральф Баер создал 7 экспериментальных игр.

В сентябре 1971 года в калифорнийском университете установили первый аркадный автомат с игрой «**Galaxy**». А уже в **1973** году появились игровые фирмы в Японии, начавшие производство аркадных автоматов.

**1974** год. Открыта первая гражданская компьютерная сеть «Telenet». Создана игра «**SpaSim**», в которой до 32 игроков одновременно сражались между собой по сети на фоне космоса.

1. **Приставочный бум.**

**Массовое распространение домашних компьютеров.**

**1977** год. Поступает в продажу игровая приставка «Atari 2600», благодаря которой популяризация компьютерных и видео игр перешла на новый уровень. В этом же году поступает в продажу первый домашний компьютер «Apple II». Вместе с компьютером, предназначенным для широких масс, значительно распространяются и компьютерные игры.

 **1978** год. Создана игра «**Space Invaders**» для игровых автоматов. С появлением этой игры аркадная индустрия вошла в свой золотой век: аркадные автоматы в США и Японии стояли буквально на каждом углу.

**1982** год. В продажу поступают домашние компьютеры. Из-за небывало низкой цены они вытесняют игровые приставки. Но в **1983** году создана приставка, которая в СССР была известна под названием «Dendy». В Японии, а затем и во всём остальном мире, начался новый приставочный бум.

 6 июня **1984** разработана всемирно известная русская игра «**Tetris**».

Создана игра «**Battle City**» (более известна как «Танчики»).

Этот период характеризуется развитием графики и звука. Примером игры, имевшей полноценную цветную графику и красочный интерфейс, является онлайн-игра «**Habitat**».

В **1992** году создана первая в мире игра в жанре «трёхмерный боевик» (3D-Action) «**Wolfenstein 3D**». Трёхмерность рассчитывалась с помощью специальных математических формул, отчего плоское изображение на мониторе действительно отдалённо напоминало трёхмерность.

Создана первая стратегия в реальном времени «**Dune II**». Эта игра не ожидала хода игрока, а жила своей жизнью. Позже вышла стратегия «**Warcraft**». Серия игр Warcraft со временем стала занимать лидирующее положение в жанре стратегий в реальном времени.

Создана гоночная игра «**Need for Speed**». Игра стала первым качественным трёхмерным симулятором гонок.

1. **Рассвет сетевых и онлайн-игр.**

**1997** год. Создана первая, по-настоящему успешная и массовая онлайновая ролевая игра - «**Ultima Online**». Игра вышла 24 сентября 1997 года, а уже в 1998 году количество игроков по всему миру достигло 100 000 человек.

 **1998** год. Выходит приключенческая игра «**Shenmue**». В игре впервые был реализован огромный трёхмерный город, где игроку давалась полная свобода действий.

**2000** год. Создана игра «**The Sims**». Первая игра в жанре «симулятор повседневной жизни». Выход этой игры значительно увеличил мировую аудиторию игроков за счёт привлечения к играм девушек.

Начался бум онлайн-игр в Европе и Америке. Значительно увеличивается аудитория онлайн-игроков.

1. **Мобильные устройства. Социальные сети.**

**2003** год. Впервые мобильный телефон начали позиционировать как игровую платформу.

**2004** год. Создана первая глобальная социальная сеть – «Facebook», в которой со временем появились игровые приложения.

Создана игра «**World of Warcraft**». На данный момент игра «WoW» является самой популярной онлайн игрой.

**2007** год. Выходит популярная русскоязычная игра «**S.T.A.L.K.E.R.**», которая рассказывает о жизни искателей приключений в Чернобыльской радиоактивной зоне.

**2009** год. Выходит игра «**Batman: Arkham Asylum**», получившаяся настолько качественной и интересной, что вошла в тройку лучших игр года.

**2010** год. Возрождается великая стратегия – выходит игра «**Starcraft II: Wings of Liberty**», но на современном графическом уровне с трёхмерностью и всевозможными спецэффектами.

Выходит онлайновая игра «**World of Tanks**», которая приобрела большую популярность среди отечественных игроков.

1. **Свобода и творчество**

**2011** год и по настоящее время. Выходит огромное количество компьютерных игр («**Minecraft**», 3D-Action с огромным свободным миром – «**Far Cry 3**» и т.д.), которые становятся все интереснее и качественнее. История развития игр продолжается до сих пор.

* 1. **Классификация современных компьютерных игр.**

**Аркады** имеют несложный игровой процесс, не меняющийся в течение игры. В большинстве аркадных игр для достижения результатов игроку нужно проявлять хорошую реакцию. Обычно в играх аркадах развита система бонусов: начисление очков, временное улучшение характеристик персонажа (оружие, скорость и другие).

**Головоломки** — вид компьютерных игр, для прохождения которых от игрока требуется решать задачи, требующие логики, воображения и интуиции.

**Гонки** — один из наиболее популярных видов игр, в которых игроку, движущемуся на транспортном средстве, нужно первым прийти к финишу. Наиболее популярным видом игр гонок являются гонки на автомобилях, однако существует множество гонок на других средствах передвижения (вплоть до космических кораблей).

**Квесты**, или игры-приключения — обычно игры, в которых герой продвигается по сюжету, выполняет различные задания и взаимодействует с игровым миром посредством использования предметов, общения с другими персонажами и решения головоломок.

**ММОРПГ** (от англ. MMORPG — Massively multiplayer online role-playing game), или массовые многопользовательские ролевые онлайн-игры — вид ролевых компьютерных игр, в которых реальные игроки взаимодействуют друг с другом в виртуальном мире. Как и в большинстве обычных ролевых игр в ММОРПГ игрок управляет персонажем, взаимодействует с другими игроками. Особенности игр состоят в неограниченном числе участников и непрерывности игрового процесса, который протекает круглосуточно, в то время как игроки посещают виртуальный игровой мир по мере возможности.

**РПГ** (от англ. RPG — Role-Playing Games), или компьютерные ролевые игры — игры, основанные на элементах игрового процесса традиционных настольных ролевых игр. Характерным для РПГ-игр является наличие достаточно большого количества характеристик главного героя, которые определяют его силу и способности. Эти параметры можно совершенствовать, убивая врагов и выполняя различные миссии.

**Симуляторы** — вид компьютерных игр, имитирующих управление каким-либо процессом, аппаратом или средством передвижения. Наиболее популярными являются авиасимуляторы, в которых моделируется управление реальным самолетом.

**Стратегии** (стратегические компьютерные игры) — требуют от игрока планирования и выработки определенной тактики и стратегии для достижения необходимой цели, например, победы в военной операции или захвата вражеского государства.

**Шутеры** (от англ. Shoot — стрелять), или «стрелялки» — вид игр, в котором игроку, в большинстве случаев действуя в одиночку, нужно уничтожать противников при помощи различного оружия. В зависимости от конкретной игры игрок может использовать как современные виды оружия, так и совершенно уникальные виды оружия, выдуманные разработчиками игры.

**Экшены** (от англ. Action — действие) — один из самых популярных видов компьютерных игр, в которых успех игрока в большой степени зависит от быстроты его реакции и способности оперативно принимать верные решения.

**Файтинг**— жанр видеоигр, имитирующих рукопашный бой малого числа персонажей в пределах ограниченного пространства, называемого ареной. Важной особенностью файтингов является их нацеленность на соревнование, а не на сотрудничество игроков. Обычно файтинги предоставляют игроку возможность вести бой в режиме «один на один» против компьютерного противника или другого игрока, реже — позволяют сражаться одновременно трем или четырем противникам на одной арене.

* 1. **Воздействие компьютерных игр на школьников**

Читая литературу и изучая материалы Интернет по интересующей меня теме, я узнала, что играя в компьютерные игры, мы испытываем разнообразное влияние игр. Это влияние может быть положительным и отрицательным.

**1.3.1. Положительное влияние компьютерных игр на детей**

Положительное влияние компьютерных игр на ребенка оказывается благодаря созданию интересной «оболочки» для игр, занятий, учебы. Например, играя в развивающие игры на компьютере, ребенок изучает алфавит или складывает цифры, выполняет задания на развитие мышления или памяти. Логические игры учат сравнивать, анализировать, сопоставлять полученную информацию, а также устанавливать простые закономерности. Такие игры способствуют развитию интеллекта, логики, внимания и других качеств. Эти игры не требуют повышенного внимания, скорости, напряжения глаз. Особое место среди таких игр занимают стратегии. Характер их предусматривает проблему, которая должна решаться за счёт выбора верной стратегии и тактики ведения действий. В дальнейшем умение логически мыслить и рассуждать пригодится каждому не только при решении школьных задач, но и поможет в сложных жизненных ситуациях. К тому же, играя в военные «стратежки», появляется интерес изучить историю того периода, в котором происходит игровое действие. Таким образом, развивающие компьютерные игры для школьников в увлекательной, интересной и простой форме преподносят детям знания по истории, литературе и другим предметам.

Дополнительные плюсы - это развитие быстроты реакции (в развивающих играх и «стрелялках») и зрительно-моторной координации. Играющие люди способны одновременно следить за пятью объектами. К слову, обычный человек может следить одновременно только за тремя. Улучшается также скорость визуальной обработки данных.

Улучшению творческих навыков способствуют различные раскраски, музыкальные игры и переделки. Ребенок может разукрасить красивую картинку, и если он ошибется с цветами, всегда можно без проблем нанести новый цвет. Музыкальные игры, в которых необходимо повторить мелодию, позволят развить музыкальный слух. В некоторых даже можно создавать собственную музыку. Игры-переделки предложат игроку украсить что-то по своему вкусу или, например, создать интерьер комнаты.

Подростковый возраст — это подготовка к взрослой жизни. И то, чему ребенок научится в этот период, может определить его будущее. В школе, к сожалению, не учат тому, что понадобится человеку в жизни: строить карьеру, зарабатывать деньги, общаться с клиентами. Играя в компьютерные игры, школьники научатся принимать самостоятельные решения, оценивать ситуацию и решать логические задачи. Они смогут попробовать себя в разных профессиях, определить свои таланты и познакомиться с новыми предметами, явлениями и занятиями. Пользу от компьютерных игр в этом деле трудно переоценить.

Играя, ребенок учится работе с компьютером, без чего в наше время — никуда. Он постигает как основы и логику компьютера вообще, так и учится, например, быстро печатать.

Ну и наконец, дети, рожденные в эпоху компьютерных игр, быстрее адаптируются к информационным технологиям. И компьютер становится частью повседневной жизни ребенка. Запрещать заниматься за компьютером – значит, создавать препятствия идти в ногу со временем.

**1.3.2. Отрицательное влияние компьютерных игр на детей**

Наряду с положительным влиянием есть и отрицательные моменты влияния компьютерных игр на детей.

*Отрицательное* влияние компьютерные игры оказывают

* На психическое, эмоциональное состояние;
* На физическое здоровье детей.

**Психическое, эмоциональное состояние**

*Компьютерная зависимость.* Детские психиатры высказывают опасения по поводу «пассивного возбуждения», которому подвержены любители компьютерных игр. Во время игры у ребенка находятся в постоянном возбуждении структуры мозга, отвечающие за получение удовольствия, и может возникать зависимость. Исследования, проведенные в одном из японских университетов, показали, что компьютерные игры останавливают процесс развития головного мозга. Кроме того, заядлые компьютерные игроки характеризуются сниженной способностью к самоконтролю.

*Сужение кругозора.* Наша жизнь многообразна, и мы можем выбирать в каждой ситуации одно из множества решений. А в некоторых играх сюжет чаще всего один, без вариантов или их несколько. Поэтому кругозор сужается, фантазия не нужна, воображение отключается.

*Параллель реальности и игры.* Дети склонны переносить в жизнь то, что видят на экране телевизора или компьютера. Поэтому, если ребенок видит, что герой игры погибает, а у него остаются еще «жизни» или падает с высоты и остается целым и невредимым, или скачет по веткам и стенам, как обезьяна, то он вполне может попробовать повторить то же самое в жизни.

*Агрессия, жестокость*. В большинстве компьютерных игр сюжет состоит в том, чтобы выжить, выиграть, превзойти соперников. Для этого нужно их уничтожить: убить монстра, убить всех соперников и т.д. Причем это относится не только к «стрелялкам», но зачастую и к другим видам игр. Были случаи, когда дети расстреливали своих одноклассников и людей на улице. Чаще всего стреляют подростки, но в США зафиксирован случай, когда ребенок 4 лет достал из шкафа пистолет и несколько раз выстрелил в свою няню. Скорее всего, он просто видел это по телевизору или в компьютере. «Стрелялки» характеризуются весьма примитивным сюжетом, основанном на насилии. Это самый опасный вид игр. Такие игры могут отрицательно сказаться на психике ребенка и стать причиной чрезмерной агрессивности.

*Одиночество и эгоизм.* Компьютер, также как и телевизор, иногда используется родителями, как способ занять ребенка на какое-то время, чтобы он «не мешал» родителям. Одно из последствий – одиночество. Кроме того, если говорить об играх, то в игре каждый выживает, как может, каждый сам за себя. Такая модель поведения переносится в жизнь. Отсюда – цинизм и эгоизм, изолированность.

*Изменение картины мира.* У детей, которые много времени проводят за компьютером, меняется картина мира. Кроме того, что мир начинает видеться им более агрессивным и жестоким, некоторые дети вообще начинают его воспринимать через экран компьютера. Проводилось специальное психологическое исследование «Рисунок всего мира». Дети, не отнесенные к группе компьютерозависимых, рисовали обычные рисунки: деревья, дома, людей, планету. На рисунках детей из группы любителей компьютерных игр часто присутствовали трупы, оружие, кровь. У некоторых мир был нарисован в мониторе компьютера.

*Проблемы социализации.* Если раньше у кого-то из детей были трудности в общении, то он старался как-то исправить себя, своё поведение. А сейчас очень легко можно с головой уйти в компьютер, это легче. Здесь можно говорить уже не только об играх, но и об Интернете. Тем более при общении в сети сохраняется анонимность, а значит соблюдать социальные нормы не обязательно: можно оскорблять, хамить, и т.д.

**Физическое здоровье**

*Переутомление.* Увлекшись компьютерными играми, дети испытывают состояние эмоционального подъема. В силу возраста утомление наступает достаточно быстро, ребенок не замечает наступившей усталости и продолжает играть. Из-за усталости и напряжения в игре может уже не получаться что-то очень хорошо (путает буквы или картинки, промахивается по мишеням). Это вызывает негативные эмоции, напряжение и беспокойство еще больше нарастает. В результате ребенок раздражен, устал, не может успокоиться, с трудом засыпает, плохо спит. Исследования, проведенные отечественными учеными, показали, что у детей среднего возраста (5-7 классы), пользующихся компьютером 5-6 часов в неделю количество жалоб на головокружение и утомляемость возрастает на 15-25% по сравнению с детьми, которые компьютером не пользуются.

В одном американском исследовании было выявлено, что беспокойство, рассеянность, усталость начинают проявляться уже на 14-й минуте работы ребенка на компьютере, а после 20 минут у 25% детей были зафиксированы «сбои», как со стороны центральной нервной системы, так и со стороны зрительного аппарата.

*Напряжение органов зрения.* Зрительная система человека плохо приспособлена к рассматриванию картинки на экране дисплея. Она предназначена для восприятия предметов исключительно в отраженном свете. Изображение же букв, цифр и рисунков на экране дисплея составлено не из непрерывных линий, как на бумаге, а, из светящихся и мерцающих точек. Четких границ эти точки не имеют, а потому знаки и линии гораздо менее контрастны, чем в книге. Еще менее контрастными делает их слишком яркое внешнее освещение. И если дисплей невысокого качества, то у пользователя неизбежно ухудшается зрение, появляется головная боль, утомление, двоение изображения, т.е. возникает компьютерный зрительный синдром. Его симптомы можно разделить на две группы: «зрительные» и «глазные».

К первым относятся: затуманивание зрения (снижение остроты зрения), замедленная перефокусировка с ближних предметов на дальние и обратно (нарушение аккомодации); двоение предметов, быстрое утомление при чтении. Ко вторым: жжение в глазах, чувство «песка» под веками, боли в области глазниц и лба, боли при движении глаз, покраснение глазных яблок.

Особенно часто устают глаза у детей, поскольку их глаза и мышцы, которые ими управляют, еще не окрепли. Неограниченное по времени просиживание перед компьютером требует от молодых глаз серьезного напряжения. А поскольку оторвать ребенка от компьютерной игры чрезвычайно трудно, то и нормы эти соблюдаются редко, а в результате зрение его ухудшается.

*Негативные последствия для мышц рук.* Во время занятий за компьютером возникает значительное статическое и динамическое напряжение кистей рук. Однотипные движения и длительное нахождение рук в одной позиции приводят к стойкому утомлению мышц рук, нарушению кровообращения. В результате, помимо болей в суставах рук, могут возникать нарушения координации пальцев, судороги кисти и предплечья.

*Перенапряжение шейного отдела позвоночник.* Длительное напряжение мышц шеи, особенно при неправильной позе во время работы за компьютером, приводит к ухудшению кровоснабжения. В свою очередь, это приводит к кислородному голоданию мозга. Могут развиться стойкие головные боли.

Статичная поза во время работы, нерациональная организация рабочего места могут привести к возникновению расстройств скелетно-мышечной системы пользователя компьютера, которые сопровождаются многочисленными симптомами. Это могут быть боли или чувство дискомфорта в спине, боли в голове, конечностях или нарушение работы внутренних органов могут быть признаками остеохондроза.

**1.4.** **Влияние компьютерных игр на успеваемость подростков**

Существует ряд компьютерных игр, имеющих обучающий характер. Они разработаны специально для маленьких детей и эффективно помогают в изучении алфавита и цифр, научат читать и считать, познакомят с иностранными языками. Они в увлекательной, интересной и простой форме преподнесут знания и подарят приятное времяпровождение. Благодаря им, можно подготовить ребенка к школе.

Как было сказано выше, компьютерные игры оказывают положительное влияние в плане развития мышления и памяти детей. В ходе эксперимента, проведенного американскими учеными на детях с дислексией (с затруднениями в овладении навыками чтения и письма), было выяснено, что играющие в экшен-игры дети начали быстрее читать. Ученые объяснили это тем, что во время игры игроку необходимо быть очень внимательным. Повышенное внимание улучшает навык чтения.

Но ученые обнаружили, что компьютерные игры стимулируют лишь определенную часть детского мозга, поэтому дети должны больше читать, писать и заниматься математикой.

Вместе с пользой компьютерные игры вносят в нашу жизнь и негативные моменты. Многие школьники стали проводить за компьютером огромное количество времени, не замечая ничего вокруг себя. Компьютерные игры заменили им общение с друзьями, занятия в кружках по интересам, сократили время на подготовку домашних заданий. И одна из причин ухудшения успеваемости школьников, видимо, и состоит в том, что надолго погружаясь в компьютерные игры, школьники меньше времени уделяют подготовке домашних заданий.

1. **Практическая часть**

 **Анкетирование учащихся**

С целью исследования мнения учащихся 5-7 классов о воздействии компьютерных игр, длительности игр на здоровье школьников мной был проведен опрос в форме письменных ответов на предложенную анкету:

* 1. Какими компьютерными программами ты пользуешься?

а) для рисования;

б) для ввода и распечатки текста;

в) для прослушивания музыки;

г) для поиска информации в Интернете и общения;

д) компьютерные игры.

* 1. Компьютерные игры - это хорошо или плохо? Почему?
	2. Какие твои любимые компьютерные игры?
	3. Сколько времени в день ты проводишь за компьютером?

а) 1 час; б) 2 часа; в) 3 часа; г) более.

* 1. Сколько времени в сутки ты тратишь на компьютерные игры?

а) до 1 часа; б) от 1 до 3 часов; в) более 3 часов.

* 1. Считаете ли вы, что игры связанные с убийствами влияют на детскую психику? В каком направлении?
	2. Вы можете грубо ответить на телефонный звонок, если звонящий отвлёк вас от важного момента в игре?
	3. Во время воздержания от компьютерных игр ты часто раздражен?

**9.** Считаешь ли ты, что играя на компьютере в игры здоровье ухудшается?

а) да; б) нет; в) затрудняюсь ответить.

**10.** Что ты чувствуешь во время компьютерных игр?

**11.** Контролируют ли родители время, проведенное за компьютером?

Ниже я привожу ответы учащихся на вопросы анкеты.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вопрос** |  | **5** | **6** | **7** |
| **1** | Используе-мые компьютер-ные программы | а) работа в графических редакторахб) для ввода и распечатки текста в) прослу-шивание музыкиг) общения в соцсетяхд)компьютерные игры | 139106 | 261096 | 11131313 |
| **2** | Игры: хорошо или плохо |  | +новая информа-ция, развивающие игры- падает зрение,малоподвижный образ жизни, психика | +улучшает моторику пальцев-бесполез-ное время, зрение | +новая информа-ция-бесполезное время, зрение, привыка-ние |
| **3** | Жанры игр | а) симуляторы б) стрелялкив) бродилкиг) логические, д) стратегии | 562-4 | 67334 | 66345 |
| **4** | Время в день за компьюте-ром | а) 1 час б) 2 часа в) 3 часа г) более | 1442 | 3314 | 3235 |
| **5** | В сутки на игры | а) до 1 часа б) от 1 до 3 часов в) более 3  | 542 | 533 | 544 |
| **6** | Влияют ли игры на психику? | Данет | 56 | 65 | 121 |
| **7** | Можете грубо ответить на звонок? | Данет | 56 | 47 | 58 |
| **8** | Раздражены ли во время воздержания от игр? | Данет | 011 | 110 | 112 |
| **9** | Играя, здоровье ухудшается? | Данет | 47 | 56 | 67 |
| **10** | Что чувствуешь во время игр? | а) болит головаб) болят или хуже видят глазав) голово-кружениед) болит спинае) болят или немеют руки | 315 | 32131 | 3151 |
| **11** | Контролируют ли родители? | Данет | 83 | 65 | 58 |

**Вывод.** Я опросила 35 учеников нашей школы (обучающихся 5-7 классов). Было выяснено, что компьютер нужен для того, чтобы: общаться – 56 %, для прослушивания музыки – 40 %, играть в компьютерные игры – 76 %; для того, чтобы выполнять доклады, рефераты – 42 % и 10 % - для работы в графическом редакторе.

Наши ученики считают, что от игр есть польза: игры развивают кругозор, позволяют скоротать время, развивают координацию пальцев, можно получить новую информацию. Но также было отмечено, что у компьютерных игр есть отрицательная сторона: ведут к ухудшению зрения, малоподвижному образу жизни, тратится без пользы время, вызывают компьютерную зависимость.

Предпочитаемые жанры игр: симуляторы - 47% , стрелялки – 50% и стратегии – 42%. В обучающие и логические игры играют около 21% опрошенных.

Также я выяснила, что 60% учеников проводят за компьютером большую часть своего свободного времени, а именно более 3 часов в день; 40% - до 2 часов в день. На компьютерные игры уходит более 3 часов у 19% школьников, от 1 до 3 часов – у 44%, до 1 часа – у 36%. Таким образом, подростки отдают предпочтение «общению» с компьютером, а не общению с друзьями или другим видам досуга.

Большинство учащихся (63%) считает, что компьютерные игры влияют на психику человека. Это доказывает тот факт, что 32% опрошенных признались, что могут грубо ответить на телефонный звонок, если их отвлекли от важного момента в игре и 5% учащихся испытывают раздражение во время воздержания от компьютерных игр.

44% опрошенных ответили, что компьютерные игры оказывают негативное влияние на здоровье человека. В основном это влияние проявляется в виде головной боли (18%), болях в глазах (16%),болит спина (14%), немеют руки (14%). Следовательно, мой опрос все-таки подтверждает мнение многих исследователей о том, что компьютерные игры влияют на состояние как психического, так и физического здоровья. На это стоит обратить внимание не только школьникам, но и их родителям, так как 47% родителей не контролируют время, проводимое детьми за компьютером.

Полученные результаты я обработала и обобщила в виде диаграмм. (**Приложение 1**)

**Вывод:** в результате проведенного исследования, я выяснила, что моя гипотеза о том, что хорошо успевают по всем предметам те учащиеся, которые мало проводят времени за компьютером, подтвердилась частично. Длительное времяпровождение за компьютерными играми, конечно же, оказывает негативное влияние на успеваемость школьников. При чрезмерном увлечении компьютерные игры вредят учёбе, так как время за компьютером бежит очень быстро. Не успеешь оглянуться, а уже вечер, домашнее задание не выполнено, пора спать. Поэтому следует меньше времени проводить за играми, а больше уделять внимания учебе.

Анкетирование обучающихся 5-7 классов нашей школы показало, что у нас существует такая проблема, как компьютерная зависимость. Большей части наших школьников нужно ограничить время «общения» с компьютером. А вот время на занятия спортом, прогулки на свежем воздухе, чтение книг, другие увлечения, встречи с друзьями необходимо увеличить.Начинать нужно менять ситуацию безотлагательно.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Результаты моего исследования показали, что влияние компьютерных игр на школьников неоднозначно. Дети, умеренно играющие в компьютерные игры, имеют более развитое пространственное мышление, быстрее переключают внимание с одного объекта на другой, лучше следят за несколькими событиями одновременно и имеют развитое восприятие визуальной информации, чем их неиграющие сверстники. Использование компьютерных игр позволяет гораздо легче и быстрее развивать память, внимание, умение находить закономерности. Кроме того, при разумном подходе польза от компьютерных игр может быть явной: одни игры – это лучший способ расслабиться, другие развивают у детей скорость реакции и логическое мышление, третьи – дают возможность выплеснуть накопившуюся энергию. А совместные игры школьников посредством Интернета развивают навыки общения. В то же время я убедился в том, что длительные компьютерные игры вредно воздействуют на психическое и физическое здоровье школьников. Вред от компьютерных игр, главным образом, связан с неумеренным их использованием.Сами же по себе компьютерные игры не обладают особыми признаками вредности или полезности, точно так же, как любая другая игрушка.

В ходе своего исследования я поставила и решила следующие задачи:

* + 1. Познакомился с историей возникновения и классификацией компьютерных игр.
		2. Изучила положительное и отрицательное влияние компьютерных игр на детей.
		3. Провела анкетирование среди учащихся школы с целью выяснить отношение ребят к компьютерным играм, влияние игр на здоровье и успеваемость.
		4. Разработала рекомендации для детей и родителей по проблеме исследования (**Приложение 2-3**).

Обобщая теоретическую и практическую части исследования, я могу сделать следующие **выводы**:

* + - 1. Компьютерные игры могут быть использованы как во благо, так и во вред.
			2. Нерациональное использование компьютерных игр отрицательно влияет на успеваемость учащихся и их здоровье.
			3. Следует стараться переключать внимание с чрезмерного просиживания за экраном монитора на проведение активного, здорового досуга, приучать себя к подвижному образу жизни, что само собой положительно скажется не только на здоровье, но и на успеваемости.

Для того чтобы компьютерные игры были помощниками в учёбе, я советую:

* + - * + ограничивать время, проведённое за компьютерной игрой;
				+ свободное время проводить не за компьютером, а со своей семьёй или друзьями; чаще гулять, играть в подвижные игры и читать.

Я думаю, что моя исследовательская работа была полезной и для меня, и для ребят, которые увлекаются компьютерными играми. Результаты данной исследовательской работы также можно использовать классным руководителям, социальному педагогу при проведении классных часов и родительских собраний.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Николаева О. Эпидемия ХХI века: телевидение, Интернет и компьютерные игры. – Ростов: Феникс, 2008.
2. Симонович С.В., Евсеев Г.А. Занимательный компьютер. М.: АСТ-Пресс Книга, Инфорком –Пресс, 2002.
3. <http://gamesisart.ru/istoriya_komputernyh_igr_2.html>
4. <http://batona.net/51048-vidy-tipy-i-raznovidnosti-sovremennyh-kompyuternyh-igr-11-foto.html>
5. <http://nashydetky.com/razvitie-rebenka-2/test-na-kompyuternuyu-zavisimost-dlya-detey-i-roditeley>
6. <http://www.za-partoi.ru/game-zavisimost.html>
7. <http://mygame-info.ucoz.ru/index/0-2>
8. <http://k16-omsk.ru/project/igrovid/vidy.htm>
9. <http://profilaktika.tomsk.ru/?p=13305>
10. <http://vse-sekrety.ru/291-vred-i-polza-kompyuternyh-igr.html>
11. <http://www.vse-pro-detey.ru/kompyuternye-igry-dlya-detej/>

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Рекомендации для детей**

− Не проводи за компьютером более 1 часа в день.

− Регулярно через 20-30 минут игры делай перерывы и меняй положение тела.

− Прерывайся на паузы для физкультминутки.

− Заканчивай занятия с компьютерными играми за 2,5-2 часа до сна.

− Высота стола должна регулироваться от 680 до 800 мм, если это невозможно, стол должен быть высотой 725 мм и иметь подставку для ног.

− Кресло обязательно должно быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки.

− Расстояние от глаз до экрана монитора должно быть не менее 50 см, оптимально - 60 - 70 см.

− В качестве источников общего освещения рекомендуется применять люминесцентные лампы. Естественный свет из окон должен падать сбоку, желательно слева.

− Нижний уровень экрана должен находиться на 20 см ниже уровня глаз.

− Высоту клавиатуры надо отрегулировать так, чтобы кисти рук располагались горизонтально.

− Спинка кресла должна поддерживать спину пользователя.

− Угол между бедрами и позвоночником должен составлять 90 градусов.

− Следует увеличить влажность в помещении: разместить цветы, аквариум в радиусе 1,5 м от компьютера; оптимальная влажность 60% при температуре 210 С.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**Рекомендации для родителей**

Запрещать ребенку играть в компьютерные игры не нужно. Чтобы игра не навредила здоровью ребенка - постарайтесь вместе соблюдать некоторые правила:

-Через каждые 20-30 минут работы на компьютере необходимо делать перерыв.

-Ребенок не должен работать на компьютере более 1,5—2 часов в день.

-Ребенок не должен играть в компьютерные игры перед сном.

-Родители должны контролировать приобретение ребенком компьютерных дисков с играми, чтобы они не причинили вреда детскому здоровью и психике.

- Игры выбирайте по возрасту ребенка, имеющие смысловые задачи.

- В процессе игры на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком.

- Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.

-Помните, что только после 12 лет дети могут хотя бы отчасти научиться разделять реальности – виртуальную и действительную.

- Компьютер должен быть установлен правильно и иметь высокие технические характеристики, освещение должно быть естественным и достаточным,

- Нагружайте Вашего ребёнка: пусть он тратит своё время на помощь семье, на спорт, любые другие увлечения.