

# **Как компьютерные игры влияют на активность и успеваемость ребенка**

Информатика

**Исмаилова Л.Н.**

*11 класс, МБОУ СОШ №11 Изобильненского городского округа*

*Ставропольского края*

*Научный руководитель: Газимагомедова К.А., учитель физики и математики,  
МБОУ СОШ №11 Изобильненского городского округа Ставропольского края*

*Научный руководитель: Лихолит Е.Г.*

## **Введение**

Большое количество людей в современном мире пользуются компьютером. В нашей школе практически у каждого ученика дома имеется компьютер. Он даёт нам множество различных возможностей: общение через социальные сети, хранение информации и развлечения в виде компьютерных игр.

Но вместе с этим компьютер внес в нашу жизнь и вред. Большое количество школьников стали проводить за компьютером огромное количество времени. Компьютер заменил им живое общение с друзьями, занятия в кружках и секциях. Родители часто находясь на работе не могут контролировать время, проведенное детьми за компьютером.

Мы сами увлекаемся компьютерными играми и общением в социальных сетях, проводя долгое время перед монитором. Но в последнее время все чаще слышим о том, что такой образ жизни значительно влияет на здоровье человека, влияя на зрение, осанку, психику и т.д.

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

**Гипотеза:** В связи с увеличением времени, проводимого за компьютером, возрастает его влияние на активность и успеваемость ребенка.

## **Задачи:**

1. Узнать историю возникновения компьютерных игр;
2. Определить положительное и отрицательное влияние компьютерных игр на детей;
3. Провести опрос среди учащихся;
4. Разработать рекомендации для детей и родителей по использованию компьютера и компьютерных игр и оформить буклет.

## *Исследовать:*

- продолжительность работы учащегося за компьютером.
- влияние компьютера на учебную деятельность.
- зависимость учащихся от социальных сетей.
- влияние компьютера на состояние здоровья.
- влияние компьютера на успеваемость подростков.

## *Методы исследования:*

- психологическая диагностика (опрос);
- поиск информации по данной теме в сети Интернет;

### Компьютерные игры и 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 «**OHO**» - 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.

#### *2. 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.

### *3. 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**».

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**».

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.

#### *4. Рассвет сетевых и онлайн-игр.*

**1997** год. Создана первая, по-настоящему успешная и массовая онлайн-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.

#### *5. Мобильные устройства. Социальные сети.*

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

**2004** год. Создана первая глобальная социальная сеть – «**Facebook**» (продукт компании Meta, признанной экстремистской организацией и запрещена в России), 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.

Воздействие компьютерных игр на школьников.

### ***Положительное влияние:***

Первое, о чем стоит сказать – развитие когнитивных функций. Видеоигры, в первую очередь шутеры, улучшают восприятие отдельных объектов и зрительно-моторную координацию. Это значит, что у геймеров лучше работает периферийное зрение, пространственное мышление и ориентация. Исследования доказывают положительное влияние такого рода развлечений на внимательность человека. Кроме того, стратегии развивают логику, а РПГ – фантазию.

Некоторые ученые уверены, что видеоигры способны развить творческие способности у детей. Это подтверждают исследования Мичиганского университета или экспериментом психолога Линды Джексон в 2012 году. Но вопрос остается спорным: непонятно, игры развивают в детях творческое начало или творческие дети больше интересуются играми.

Есть две категории людей: одни уверены, что все зависит от таланта и врожденных навыков, другие же без сомнений пойдут учиться рисовать, танцевать или лепить скульптуры, потому что знают, что упорство и старание – главное. Вторую категорию людей воспитывают видеоигры, а в них все зависит не от таланта, а от усердия.

### ***Отрицательное влияние:***

Длительное сидение за компьютером приводит в напряжение тело и, особенно, ещё неокрепшую детскую психику. Работа за компьютером приводит к ухудшению зрения и гиподинамии. Вредное влияние компьютера на ребенка проявляется и в электромагнитном облучении организма. Большие дозы, которые могут накапливаться в течение нескольких лет, в конечном результате может вызвать серьезные последствия.

Но больше всего длительное нахождение за компьютером вредит детской и подростковой психике. Рассмотрим самые распространённые негативные последствия такого влияния компьютера на ребёнка.

#### **1. Утомленность**

Когда ребёнок несколько часов подряд сидит за компьютером, он очень быстро переутомляется. Причиной тому является нервно-эмоциональное напряжение,

требующее от ребёнка постоянной концентрации внимания и быстрого реагирования на то или иное действие.

Американские ученые пришли к выводу, что уже на 14-й минуте работы за компьютером ребенок становится беспокойным и рассеянным, а спустя 20 минут влияние компьютера на ребёнка проявляется в подавлении деятельности центральной нервной системы.

## **2. Компьютерная зависимость**

Компьютерные игры приводят к постоянному возбуждению участков мозга, отвечающих за удовольствие. В итоге ребенку хочется получать удовлетворение как можно дольше, а это уже настоящая зависимость, сравнить которую можно даже с наркотиками.

Японские исследование показали, что влияние компьютера на ребенка такое огромное и сильное, что может привести к остановке развития головного мозга.

## **3. Нарушение детского кругозора**

Сюжет игр чаще всего линейный, подразумевающий использование нескольких способов. Из-за этого детский кругозор существенно сужается, отказываясь фантазировать и воображать. Такое влияние компьютера на ребёнка приводит к серьёзному нарушению психики. Ребёнок, постоянно щёлкая кнопки мыши, не может пережить те эмоции, которые можно испытать при игре с машинками, конструктором, кубиками и т.д. Очень сильно страдает мелкая моторика рук, ведь щелканье мыши и кнопок клавиатуры не может этому поспособствовать.

## **4. Трата времени**

По сути ребёнок лишается своего настоящего детства. Потому что компьютерные игры отнимают большую часть их времени, которое они могли бы потратить на нечто более полезное и необходимое.

## **5. Нежелание общаться с реальными людьми**

Социальные сети заменяют детям реальное общение.

## **6. Воплощение игры в реальность**

Компьютерные игры наносят большой вред детскому восприятию. Дети любят переносит в жизнь то, что видят по телевизору или в компьютере. Если во время

игры любимый герой трагически погибает, пытаюсь спасти людей или персонаж прыгает по деревьям и этажам домов, то все эти действия ребенок вполне сможет воспроизвести и в реальности. Следовательно, влияние компьютера на ребенка негативно сказывается на сопоставлении реальных и виртуальных событий.

### **7. Детская агрессия и жестокость**

Сюжет большей части компьютерных игр основан на том, чтобы суметь выжить, уничтожить своих соперников и т.д. Достижение этих целей происходит чаще всего через стрельбу.

Такие сюжетные игры способны привести к восприятию того, что достичь всего в этой жизни можно только через жестокость, агрессию и применение оружия. А ведь дети способны это воспринять всерьез.

### **8. Детский эгоизм**

Очень часто родители, в целях хоть чем-то занять ребенка, просто усаживают его за телевизор или компьютер. Хотя такое обращение приводит к «одиночеству». Кроме того, компьютерные игры могут развивать у детей эгоизм и изолированность, ведь большая часть их сюжетов основано на принципах «выживает сильнейший» либо «каждый выживает сам за себя».

### **9. Неправильное восприятие мира**

Отрицательное влияние компьютера на подростка проявляется в неправильном восприятии картины мира. Длительное время нахождения за компьютером приводит к тому, что ребенок начинает смотреть на все реальное как на нечто агрессивное и жестокое, а некоторые дети вообще перестают эту реальность замечать. В свое время было проведено исследование под названием «Рисунок всего мира». Были собраны две группы детей: одни не зависели от компьютера, а другие днями просиживали возле монитора. В итоге первая группа нарисовала яркий и красочный мир с изображением деревьев, людей, солнца. А вот в рисунках второй группы четко прослеживались признаки повышенного беспокойства, жестокости и страха. Некоторые дети даже изображали оружие и мертвецов.

Результаты опроса.

Проведя опрос среди участников 7-х классов, мы выяснили, что:

- 70% учеников сидят за компьютером более 3-х часов
- 50% считают, что компьютер помогает им в учебе
- у 80% родители не контролируют время проведенное за компьютером
- 60% подтвердили свою зависимость

Также, мы опросили учеников 5 и 10 классов. Спросили «влияет ли компьютер на их самочувствие»

Из 5-х классов: «да» ответило 29%, «нет» 35%

Из 10-ого: «да» ответило 32%, «нет» 29%

Рекомендации для детей и родителей по использованию компьютера и компьютерных игр.

В силу развития научно-технического прогресса овладение компьютерными технологиями становится необходимым условием существования в современном обществе. Компьютеры прочно входят в нашу жизнь, активно внедряются в учебный процесс, в школы, в каждой семье имеются компьютеры, планшеты, другие, так называемые гаджеты.

Для того, чтобы избежать появления у ребёнка зависимо от компьютера поведения:

- Постарайтесь жёстко регламентировать время, проводимое ребёнком за компьютером;
- Контролируйте сюжеты игр. Старайтесь не разрешать играть в игры, где присутствует большое количество сцен насилия, агрессивное поведение героев;
- Не допускайте, чтобы ребёнок принимал пищу у монитора, играл ночами или пренебрегал общением с друзьями, школьными делами;
- Развивайте интерес ребёнка к различным видам: спорту, искусству, музыке, науке. Организуйте посещение им разнообразных кружков, секций, школьных факультативов;

- Старайтесь активнее использовать позитивные возможности компьютера. Возможно его заинтересует программирование, веб-дизайн (создание сайтов в Интернете), компьютерная графика, анимация. А для этого желательно заинтересованная помощь взрослого, но не просто критикующего и запрещающего, а помогающего;
- Воспитывайте ребёнка таким образом, чтобы компьютер воспринимался им лишь, как часть жизни, как средство достижения результата, а не как сама цель.
- Обращайте внимание на причины, заставляющие ребёнка уходить головой в виртуальный мир. Часто бывает так, что за кажущейся зависимостью вашего ребёнка могут скрываться совсем другие проблемы. Это неспешность ребёнка в реальной жизни, неумение общаться. По этим причинам он чувствует себя более комфортно в виртуальной реальности. И тогда в первую очередь нужно обращать внимание именно на психологические проблемы ребёнка (семейные конфликты, одиночество, школьные трудности, сложности в общении со сверстниками, неуверенность в себе).

А также:

- При слабом зрении садиться за компьютер можно только в очках
- Соблюдать расстояние от глаз до экрана (50-70см)
- Делать перерывы в работе и гимнастику для глаз каждые 15-25 минут
- Соблюдать правильную рабочую позу
- Не работать на компьютере в темноте

### **Заключение**

**Компьютерные игры** - явление очень сложное и нельзя однозначно сказать, что они плохо влияют на успеваемость школьников. То есть, вред и польза определяется временем, проводимым за компьютером.

Исходя из проведенного исследования, можно сказать, что **компьютерные игры могут влиять на человека как отрицательно, так и положительно.**

Гипотеза, выдвинутая в начале работы, подтвердилась частично. Цель работы достигнута, все сопутствующие ей задачи выполнены. В ходе работы мы узнали много интересного об играх и их влиянии на нас.

Обобщая теоретическую и практическую части исследования можно сделать следующие **выводы**:

1. Компьютерные игры могут быть использованы как во благо, так и во вред.
2. Не рациональное использование компьютерных игр отрицательно влияет на успеваемость учащихся и их успешность.

Родителям мы настоятельно рекомендуем следить за своим ребенком, контролировать время игры за компьютером, но ни в коем случае не запрещать играть в компьютерные игры.

### **Выводы**

Игры могут выполнять компенсаторную функцию (уход от проблем, виртуальное преодоление реальных недостатков), развивающую (т.е. контроля внимания, памяти, рефлексивности сознания и т.п.), как «эмоциональная разрядка». Еще одна функция компьютерных игр состоит в том, что они выступают в роли псих коррекционных методик и в качестве своеобразного психологического тренинга. Именно в этой функции игра, по словам многих игроков, становится столь же необходимой, как ежедневные тренировки для спортсменов и занятия у станка для балерин. Более того, должна быть отмечена тенденция к применению специально сконструированных компьютерных игр в психотерапевтических целях: они призваны способствовать психологической разгрузке, коррекции аномального развития личности, служить подспорьем в осуществлении своеобразного психологического тренинга.

### **Литература**

1. Джейсон Шрейер, «Кровь, пот и пиксели. Обратная сторона индустрии видеоигр», 2018, Эксмо
2. Тристан Донован, «Играй! История видеоигр», 2014, Белое яблоко
3. Роланд Ли, «Киберспорт», 2018, Эксмо
4. Игорь Бурлаков, «Номо Gamer. Психология компьютерных игр», 2001, Класс
5. Александр Днепров, «Защита детей от компьютерных опасностей», 2008, Питер

6. Л. Макарова, В. Кудряшов, Л. Рыхлова, А. Лаврентьев, «Компьютер – убийца», 2006, Научная Книга
7. Кристин Керделлан, Габриэль Грезийон, «Дети процессора. Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых», 2005, У-Фактория
8. Л.Юрьева, Т.Большот, «Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика», 2006, Пороги
9. С.Краснова, Н.Казарян, В.Тундалева, Е.Быковская, О.Чапова, М.Носатова, «Как справиться с компьютерной зависимостью», 2008, Эксмо

### **Информационные источники.**

<http://www.ecobest.ru/snip/folder-7/list-39> - Санитарные правила и нормы (СанПиН 2.4.2. 1178-02) «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях».

<http://comp-doctor.ru/> - Болезни от компьютера, профилактика и лечение.

<http://samsonov.name/news/vred-kompyuternyx-igr.html> - Работа над заметками.

Вред компьютерных игр.

<http://spinet.ru/conference/forum5.html> - Форум «Компьютер и здоровье».

<http://www.vitaminov.net/rus-9234-0-0-2973.html> - Здоровый образ жизни.

Компьютер и конфликты в семье.