Содержание работы:

1. Введение
* Актуальность темы
* Цель исследования
* Задачи исследования
1. Основная часть
* Анкетирование одноклассников
* Изучение специальной литературы
* Анализ, полученных результатов
1. Заключение
* Выводы
* Здоровьесберегающие рекомендации
1. Рекомендации к внедрению
2. Список литературы
3. Приложение

**Введение**

В век всеобщей компьютеризации, когда уроки информатики в школах стали обычным делом, подростка, никогда в жизни не садившегося за компьютер, в большом городе уже не встретишь... Если дома нет компьютера, обязательно кто-то из друзей или знакомых однажды да пригласит поиграть и посмотреть. Как не пойти? Ведь все идут... Все играют. А ведь действительно — играют все! Компьютерные игры стали чем-то вроде инфекции.

*Актуальность темы*

В обществе все больше распространяется мнение о том, что компьютерные игры опасны для психики ребенка: развивают в нем агрессивность, сужают круг его интересов, обедняют эмоциональную сферу. Многие родители очень настороженно относятся к этому. Мнение родителей спровоцировало мой вопрос: « Компьютерные игры «за» и «против»?»

*Цель моего исследования*: выяснить соотношение пользы и вреда компьютерных игр.

Задачи моего исследования:

1. Выяснить в какие игры мы играем?
2. Проанкетировать одноклассников.
3. Систематизировать и проанализировать результаты анкетирования.
4. На основе литературы выявить, чем полезны компьютерные игры и чем вредны?
5. Какие рекомендации необходимо соблюдать при игре в компьютерные игры.

**Основная часть**

**История компьютерных игр**

В Массачусетском Технологическом Университете в 1961 году программисты на одном из мэйнфрэймов создали и запустили первый в мире прототип компьютерной игры. Эта забава получила название SpaceWar. Суть игры заключалась в том, что два космических корабля бороздили просторы мониторов, и старались попасть друг в друга снарядами. Первая в мире компьютерная игра была выполнена в жанре аркады.

 Компьютерные игры пошли в народ через 10 лет после описанных выше событий. Название жанра аркада родилось в 1971 году. Предприниматель Нолан Башнелл изобрел и запустил в продажу первую коммерческую аркадную игру. И принцип, и сюжет оставались, как и у StarWar, но вот аппарат на котором все это воспроизводилось, изменился. Это был доступный по цене простой железный ящик с монитором, что отдаленно напоминал современные игральные автоматы.

 Несколько лет подряд господствовал жанр аркады, но в середине семидесятых была выпущена первая игра в жанре «бродилки», что носила название Adventure. Далее, в 1976 была выпущена первая компьютерная игровая приставка с одной игрой, годом позже – аналог, но уже с несколькими играми.
На начало 80-х прошлого столетия пришелся бум выпуска игровых приставок.

С этого момента все было предоставлено исключительно времени. Оно шло, компьютеры становились мощнее, а игры ярче и функциональней.

Анкетирование одноклассников помогло разобраться с вопросами, которые вызывают компьютерные игры. (Приложение №1)

1. 90% учащихся класса играют в компьютерные игры.
2. В свободное время :

Играют в компьютер и смотрят TV-54%

Гуляют -32%

Занятия по интересам-12%

Кушают яблоки-4%

1. На вопрос: «Чтобы вы выбрали?»

А) играть в компьютер-50%

Б)гулять-35%

В)другое-15%

4. В какие игры играете?

Браузерные игры-32%

Бродилки и квэсты-20%

Стратегия-8%

Стрелялки-12%

Разные-28%

5.Сколько времени играете?

До 1 часа-30%

От 1 до 3 часов-30%

Более 3 часов-30%

Не играю-10%

6.Чему научили компьютерные игры?

Выдержке,стратегии,мышлению,развитиюпамяти,умениюдумать,повышать успеваемость-52%

Играть в компьютер-12%

Меньше играть, больше гулять-8%

Распределять деньги-4%

Ухаживать-за растениями-4%

Веселью-8%

Затрудняюсь ответить-24%

 7.Вредят ли компьютерные игры-здоровью?

Нет -47%

Да, зрению-34%

Да, осанке и зрению-8%

Возможно-11%

Изучив мнения одноклассников мы пришли **к выводу**:

*Не каждый мой одноклассник осознает в себе, что в играх столь много вредного.*

**«Против»**

Аргументы против игр просты, они отнимают у человека время, развивают в нем агрессивные инстинкты, притупляют воображение, служат причиной сотен болезней, начиная с близорукости и кончая воспалением мозга. Психологи утверждают, что подростки теряют жизненный тонус, становятся легко возбудимыми и сердитыми к окружающим, их легко задеть, и они становятся предрасположенными к ссорам даже с близкими и любимыми им людьми.

**Вред, который может быть причинен длительным пребыванием за компьютером :**

 1.Потеря остроты зрения.

2.Стеснённая поза:

 - затруднённое дыхание;

 - искривление позвоночника;

- повреждение суставов кисти рук.

3.Нагрузка на психику. Формирование компьютерной зависимости.

4. Уменьшение количества времени для общения с друзьями и одноклассниками.

 5.Заболевания, вызванные микробами пыли.

 6. Излучение.

Больше всего подвержены компьютерной зависимости дети в возрасте 12-15 лет. Но в настоящее время игровую зависимость наблюдается и у детей в возрасте 6 лет.

**Приведем критерии, определяющие начало компьютерной зависимости:**

- Беспричинные частые и резкие перепады настроения – от подавленного до эйфорически – приподнятого;

- Болезненная и неадекватная реакция на критику;

- Нарастающая оппозиционность к родителям, друзьям, значительное эмоциональное отчуждение;

- Ухудшение памяти, внимания;

- Снижение успеваемости, прогулы занятий;

- Уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;

- Пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей, денежные долги ребенка,

- Появляющаяся изворотливость, лживость;

- Неопрятность, неряшливость, нехарактерные ранее;

- Приступы депрессии, страха, тревоги.

Здоровьесберегающие рекомендации (см. Приложение)

**Вывод:**

Главный вред от компьютерных игр, главным образом, связан с неумеренным их использованием.

**«ЗА»**

Но с другой стороны, компьютерные игры, особенно развивающие, логические, стратегические, не так уж плохи. Стоит обратить внимание на то, что:

1.Ребенок приобретает навыки владения клавиатурой, мышкой, знакомится с основными программами и командами. Также ребенку дается возможность изучить принципы компьютерной анимации, палитру цветов.

2.С помощью электронных раскрасок ребенка можно научить распознавать цвета, освоить разнообразие геометрических фигур в виде электронных пазлов.С использованием электронных пазлов ребенок знакомится с миром геометрии.

3. Обучающие игры, главной темой которых является подготовка к школе. Здесь можно обратить внимание на такие игры, которые обучают письму, чтению, счету.

4. Использование модифицированных графических редакторов, например модификации редактора Power Paint, позволяет детям самостоятельно создавать изображения фигур различной сложности и экспериментировать с их раскрашиванием. Очень большой развивающий эффект дает сочетание рисования и компьютерного творчества. Дети пытаются сначала изобразить какой-либо предмет, явление на листке бумаги, а затем перенести его на компьютер;

5.Использование модифицированных музыкальных редакторов позволяет ребенку изучать нотную грамоту, создавать мелодии разной сложности, т.е. заниматься музыкальным творчеством;

6.На компьютере реализованы многие автодидактические игры. Например, игра "Обучение в шахматы" позволяет в увлекательной форме организовать самообучение этой игре;

7. Многие компьютерные игры развивают пространственное мышление, координацию движений, умение прогнозировать ситуацию, способности к конструированию и закладывают фундамент технического творчества. Например, к таким играм можно отнести серию игр "Искатель" и др.

8.Многие компьютерные игры, изначально ориентированные на веселое, захватывающее времяпрепровождение, также имеют большой развивающий потенциал. К таким играм можно отнести "В поисках Немо", "Элька" и др.;

9.Новизна работы с компьютером, способствующая повышению интереса к обучению и возможности регулировать поставленные задачи по степени трудности, поощрении правильных решений, усиливают мотивацию ребенка.

10.Компьютерные игры помогают также устранить отрицательное отношение к развитию ребенка – неуспех, который связан с непониманием, пробелами в знаниях. Играя на компьютере, ребенок получает возможность довести решение поставленной задачи до конца, опираясь на помощь взрослых.

11.Компьютерные игры также способствуют формированию рефлексии деятельности ребенка, что позволяет наглядно представить результат своей действий.

12.Познавательная деятельность в процессе игры на компьютере развивает познавательные процессы, такие, как мышление, память, внимание, воображение. Все познавательные процессы взаимосвязаны между собой.

13.Развивающее значение компьютерных игр для развития ребенка очень велико. Применение компьютерных игр создают эмоциональный настрой, положительно сказывается на развитии ребенка.

14.С детства ребёнок привыкает к мысли о том, что любую игру можно пройти – нужно только постараться. Он с детства учится вкладывать свободное время в улучшение своих навыков. Нет такого уровня, который нельзя было бы пройти. Поэтому к той жизненной проблеме, перед которой обычный человек лишь опустит руки, игрок подойдет с твердой уверенностью: эту игру тоже можно выиграть – нужно всего лишь как следует постараться.

15. Интернет изменяет человечество, и в первую очередь эти изменения затрагивают подрастающее поколение. Русские школьники играют с американскими, английскими, немецкими школьниками – для детей больше не существует разделения на "наших" и "не наших". И в голове у них остается убеждение: нет низших и высших рас, все люди на Земле – одинаковые. И если увлеченный играми человек в далеком будущем дослужится до генерала, то он десять раз подумает, прежде чем развязывать войну – ведь противник будет для него не просто точками на карте, а живыми людьми. Он и не вспомнит о том, как лихо гонял вдвоем с американским парнем на зеленом джипе по полям Halo 2. Он просто занесет палец над кнопкой – и задумается: а надо ли?

*Интересные факты:*

1.Час игры в какие-нибудь гонки или "стрелялки" сжигает около 200 килокалорий, это ровно столько же сколько получасовое занятие на беговой дорожке.

2.Пациенты после инсульта и другими травмами мозга заново учатся составлять слова и выстраивать логические цепочки. С каждым разом задания становятся все сложнее.

3.Большинство клеток мозга незадействованные в работе, 9/10, но во время игры на компьютере эти клетки бездельники начинают обучаться.

4. Хирурги, которые частенько играли, во время операции совершали на 35% меньше ошибок, чем неиграющие коллеги, и работали при этом на 25% быстрее.

5. В преклонном возрасте компьютерные стратегии – это отличная профилактика умственных заболеваний.

**Приведем еще ряд высказываний зарубежных психологов по вопросам влияния компьютерных игр на ребенка:**

*"Впервые в истории мы являемся свидетелями подлинной революции в обучении замены учения (запоминания, приобретения навыков, достижения автоматизма в поведении, условных рефлексов и т.д.) умственным развитием (стимуляцией конструктивно-диалектического и гипотетико-дедуктивного мышления и игровой деятельности)."*

*"У детей, получивших навыки в работе с компьютерами, повышается самоуважение и уверенность в себе. Микрокомпьютеры успешно применяются для формирования у детей понятий количества, подобия, выделения различий."*

**Рекомендации к внедрению:**

**1.**Освещение проблемного вопроса в классе.(Классный час «Компьютер: враг или друг?»)

2. Коллективная работа по созданию памятки «Основные правила при работе за компьютером».

3. Выступление с темой учебно-исследовательской работы на закрытии декады по окружающему миру (апрель)

4. Выступление на родительском собрании «Компьютерные игры: возможные опасности» (24 апреля)

5. Создание компьютерных игр, направленных на положительное воздействие (уроки информатики)

**Заключение**

Можно очень долго рассуждать на тему пользы и вреда компьютерных игр. Однако самое главное кроется в том, что сами компьютерные игры не обладают ни признаком вредности, ни признаком полезности, точно так же, как и любой другой предмет. Ведь даже обыкновенную палку можно использовать по-разному (опора, инструмент, оружие) . И почему-то еще никому не пришло в голову запретить палку. Дело не в предметах, а в том как, кем и с какой целью они используются.

Вице-президент компании Sony Online Entertainment Скотт Макданиел. Когда ему предложили на упаковках EverQuest делать надписи, предупреждающие о потенциальной опасности, он ответил: «Любым продуктом нужно пользоваться ответственно, ведь на автомобили не вешают предупреждения типа «Не дави людей». Во всем нужно знать меру. Вред и польза компьютерных игр являются одним из тех вопросов, на которые невозможно дать однозначные ответы. Очевидно одно: все хорошо в меру, и каждый человек должен нести ответственность за свою жизнь, знать, что для него вредно и губительно, а что идет на пользу.

**Выводы исследования:**

1. Анкетирование одноклассников показало: «Не каждый мой одноклассник осознает в себе, что в играх столь много вредного».
2. В исследовании с помощью литературы, раскрыты положительные и отрицательные стороны использования компьютерных игр ребенком.
3. Анализ теоретического материала помог разобраться в соотношении пользы и вреда компьютерных игр.
4. Все хорошо в меру, и каждый человек должен нести ответственность за свою жизнь
5. Необходимо строго соблюдать профилактические рекомендации.
6. Главное одно: воспитывать должен не компьютер, а родители. Поэтому должен быть контроль на то, в какие игры предпочитает играть ребенок.

**Список литературы:**

1.Барцалкина В.В. Увлечение компьютерными играми: беда или благо?:- М.-МГППУ, 2008

2. Белавина И.Г. Восприятие ребенком компьютера и компьютерных игр /журнал "Вопрос психологии".- № 3, 1993

3.. Сартан М. Что развивают компьютерные игры? /журнал "Школьный психолог". – 2000. – №14.

4. Краснова С.В., Казарян В.С., Тундалева В.С., Быковская Е.В., Чапова О.Е., Носатова М.О. Как справиться с компьютерной зависимостью – М.: Эксмо., 2008

5. Белавина И.Г. Восприятие ребенком компьютера и компьютерных игр /журнал "Вопрос психологии".- № 3, 1993

6. <http://survincity.ru/2011/01/kompyuternye_igry_za_i_protiv/>

7. http://run-pc.ru/page/kompjuternye-igry-za-i-protiv

**Приложение №1**

 







**Приложение №2**

Нагрузка на зрение.

1.Это один из самых главных факторов. Работа на компьютере может привести к снижению остроты зрения. Ребенок 5-7 лет должен проводить за компьютером до 25 минут в день, после чего необходимо делать перерыв и гимнастику для глаз. Общение с компьютером у ребенка 10 лет не должно превышает 30 минут в день, ребенка до 6 лет – 15 минут в день. В 9-11 лет ребенок может себе позволить час общения с компьютером в день.

2.Если у ребенка проблемы со зрением, то он садится за компьютер в очках. 3.При работе на компьютере также необходимо учитывать расположение монитора: свет из окна не должен падать на экран и не должен светить в глаза. Расстояние от глаз до экрана должно составлять 50-70 см.

4.Специалисты рекомендуют небольшой «экран отдыха» — квадрат из цветного картона по размеру совпадающий с рабочим экраном компьютера. Цвет картона — зеленый, синий или желтый. Необходимо сесть перед таким экраном на расстоянии 30-40 см и, расслабившись полностью, не напрягая зрение, рассеянно смотреть на него 10-15 минут. Желательно делать это упражнение в тишине.

Если грамотно подходить к организации рабочего места ребенка, то его зрению ничего не угрожает.

Стесненная поза.

1.Сидя за компьютером, ребенок принимает определенное положение и не меняет его до конца игры – смотрит с определенного расстояние на экран монитора и одновременно держит руки на клавиатуре. Родители должны проследить, чтобы кисти рук ребенка находились на уровне локтей, а запястья – на опорной планке. (см.Приложение 2)

2.В области суставов необходимо сохранять прямой угол.

3.В перерывах между компьютерными играми ребенок должен гулять, играть в подвижные игры, заниматься спортом.

4. Рекомендуется также сделать пальчиковую гимнастику для разминки пальцев рук .

Излучение.

Современные мониторы не причиняют вреда для глаз ребенка. Системный блок также ничего опасного не излучает. Однако обратим внимание на то, что на компьютерном столе очень часто скапливается пыль. На электролучевой трубке кинескопа имеется потенциал в 100 раз выше напряжения в сети.

Влажная уборка

 Пыль разлетается во все стороны и оседает на компьютерном столе и на лицо ребенка. Взрослым необходимо постоянно делать влажную уборку, чтобы снизить количество пыли в помещении. После того, как ребенок закончит занятие за компьютером, его следует умыть теплой водой или протереть влажной салфеткой.

Воздействие на психику.

Компьютер требует от ребенка большой сосредоточенности, чего не бывает в реальных играх. Как же можно уменьшить психическую нагрузку? 1.Необходимо помнить, что в работе следует делать перерывы, необходимо следить за содержательной стороной игры.

2. Для ребенка безопасным считается рассматривание картинок или фотографий в сопровождении звука. Отрицательное воздействие на психику и зрение оказывает рисование на компьютере, т.к. нагрузка идет на глаза. 3.Также вредят детской психике и зрению движущиеся на большой скорости мелкие изображения. Очень нелегко после длительных игр снять напряжение детского организма.







