

# Общероссийский фестиваль исследовательских и творческих работ «Портфолио ученика»

## Влияние компьютерных игр на здоровье младших школьников и определение компьютерной зависимости

Серегина Анастасия, 4 «А» класс  
Муниципальное бюджетное  
образовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа № 3»  
г. Горнозаводска

Мауль Людмила Иосифовна,  
учитель начальных классов.  
Муниципальное бюджетное  
образовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа № 3»  
г. Горнозаводска

## Цель:

изучение влияния компьютерных игр на здоровье младших школьников и определение созависимости к играм

## Задачи:

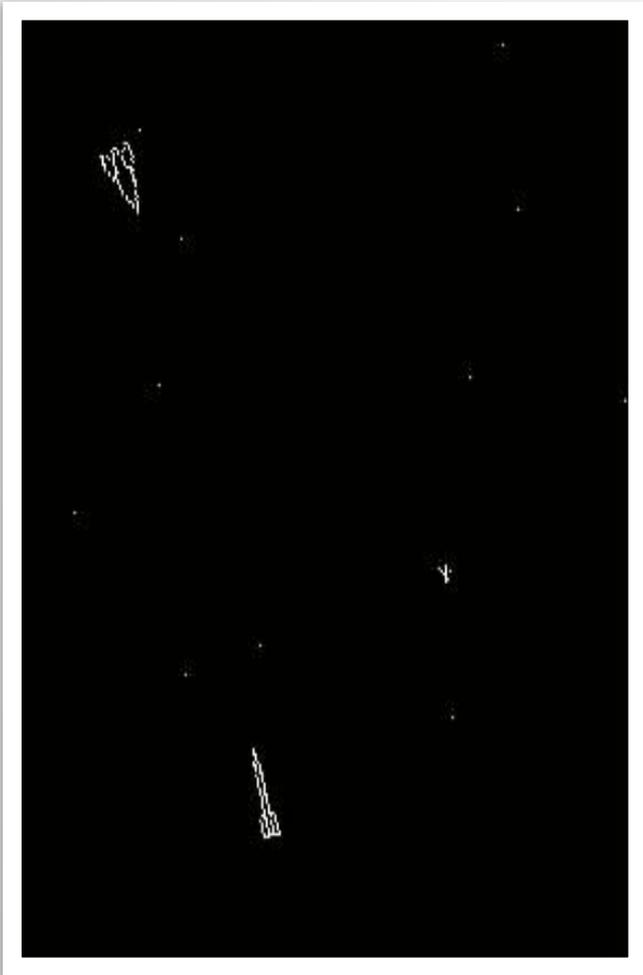
1. Сравнить в какие игры играли родители и играют современные школьники.
2. Изучить историю появления первой компьютерной игры.
3. Определить рейтинг наиболее популярных компьютерных игр среди младших школьников.
4. Выявить вред и пользу компьютерных игр.
5. Выяснить имеют ли компьютерную зависимость младшие школьники.
6. Узнать соблюдают ли они санитарно-гигиенические нормы при работе с компьютером, мнение психолога по данной теме.
7. Рассказать какие опасности для здоровья скрывают компьютерные игры.
8. Разработать для детей и взрослых рекомендации по правильному использованию компьютерных игр.
9. Опубликовать буклет.

# Исследование 1

## Игры наших родителей



## Первая компьютерная игра

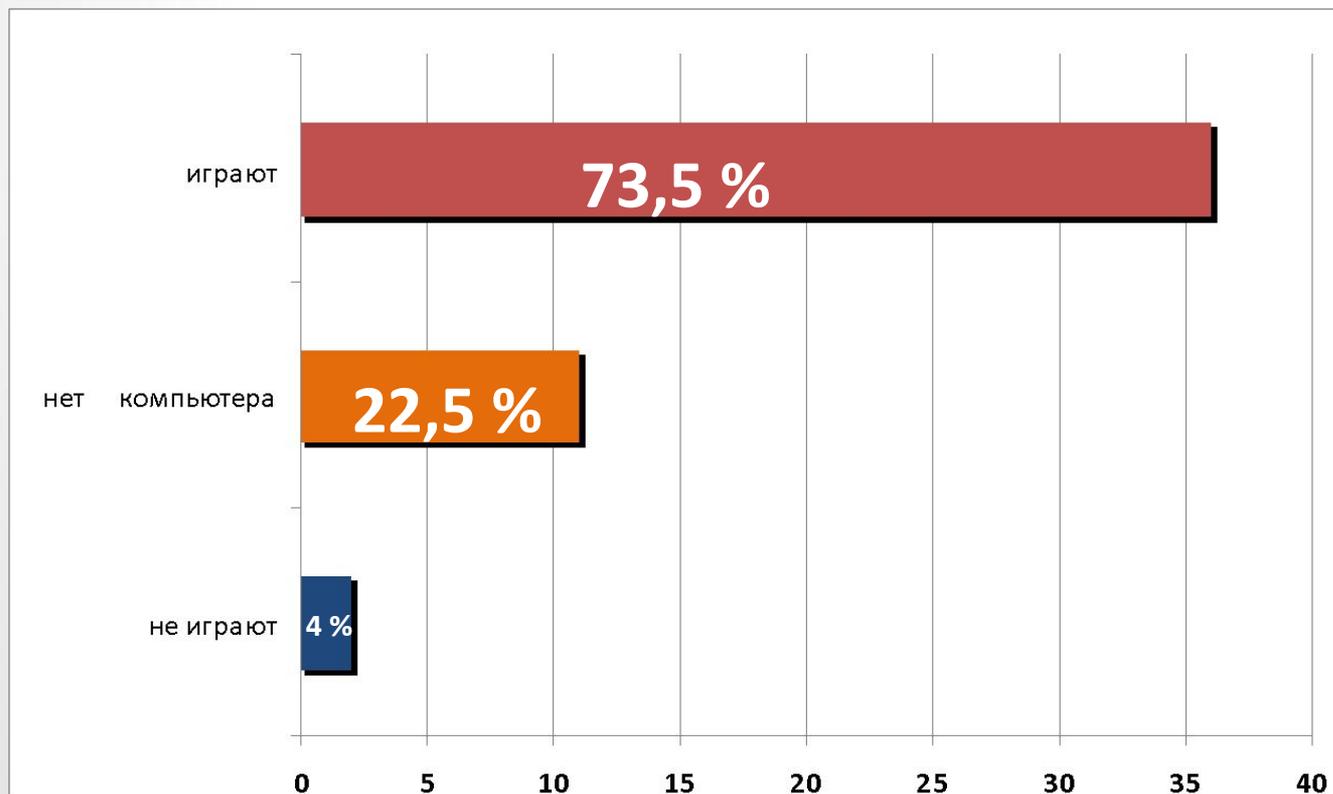


### **Spacewar ( космические войны)** **Драматическая дуэль двух космических кораблей.**

В 1962г. в Массачусетском университете, группа программистов под руководством Стива Рассела и Мартина Гретца написали простую программу, которая через месяц превратилась в игру с двумя стреляющими друг в друга ракетами. На круглый дисплей выводилась карта боевых действий – это был фрагмент ночного неба. Два игрока с помощью клавиатуры или джойстика могли перемещать свои корабли и стрелять.

## Исследование 2

### Играют ли мои сверстники в компьютерные игры



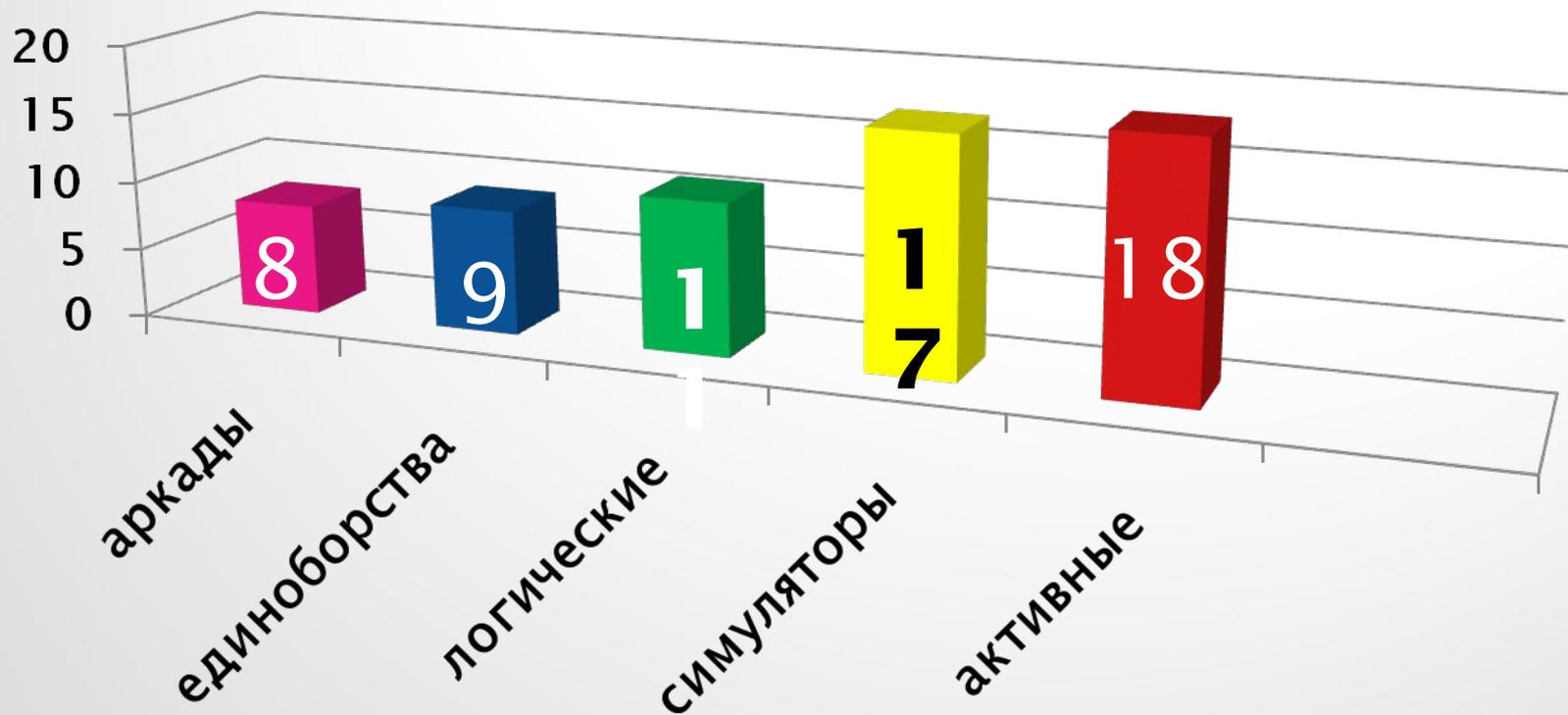
**Не играют : 2 ученика – игры неинтересны,  
11 учеников - у них нет компьютера, но если бы он  
был, дети бы обязательно поиграли.**

# Жанры компьютерных игр



## Исследование 3

Определение популярных жанров компьютерных игр  
среди младших школьников



# Исследование 4. Польза от компьютерных игр

**Учат**

**Развиваю  
т**

Классифицирова  
ть  
и обобщать

Мыслить в  
нестандартной  
ситуации

Добиваться  
своей цели

Интеллектуально  
совершенствоват  
ься

Быстроту  
реакции

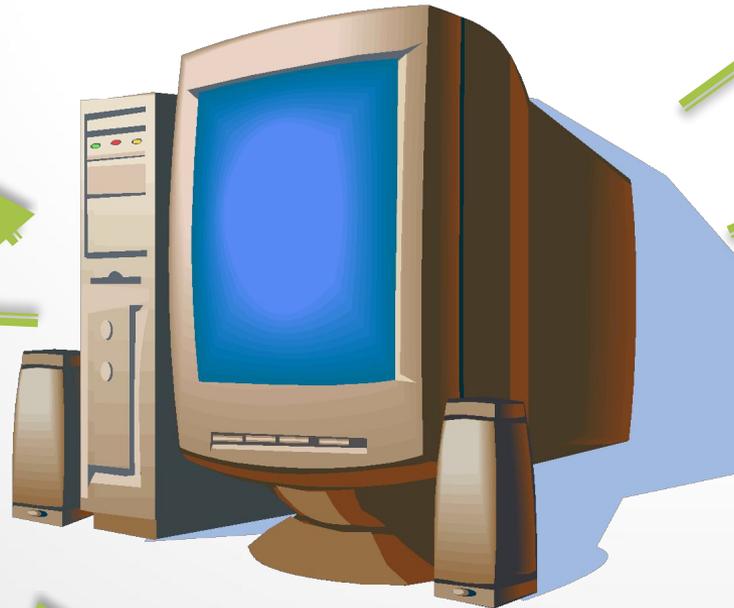
Зрительно-  
моторную  
координацию

Мелкую  
моторику рук

Внимание и  
память

Визуальное  
восприятие  
объектов

Логическое  
мышление



# Исследование 4. Вред от компьютерных игр

Уход от  
реальности

Игры требуют  
повышенного внимания,  
затягивают, от них  
сложно  
оторваться

Возникнове  
ни  
е  
игровой  
зависимости

Гибель  
персонажа  
переживается  
как  
собственная



Полное  
вхождение  
в роль

Уход в игру "с головой",  
сопровождается  
агрессивностью,  
озлобленностью

# Стадии психологической зависимости

## Стадия заинтересованности

Ребёнок «присматривается» к игре, ищет в ней хорошее и плохое, «входит» в игровой вкус, стараясь прочувствовать его.



## Стадия увлеченности

На этом этапе ребёнка начинает тянуть в игру, ему хочется играть ещё и ещё.



## Стадия зависимости

Ребёнок не может ни есть ни пить, ни думать ни о чём другом, кроме как об игре.



## Стадия настоящей зависимости

Ребёнок переселяется в игровой мир. Он чувствует себя там комфортнее, чем в реальности.

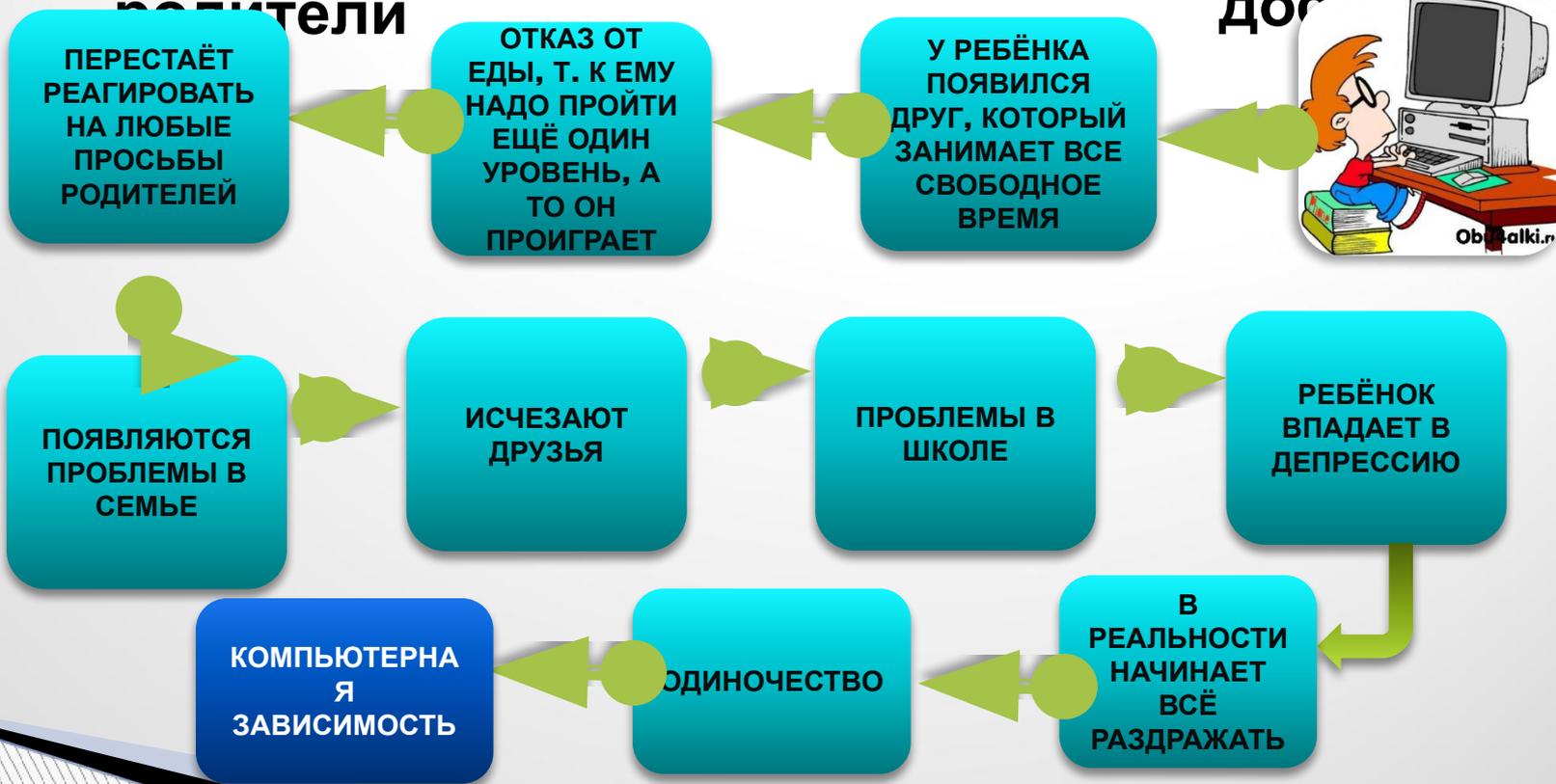
# Формирование зависимости



**Занятые  
родители**

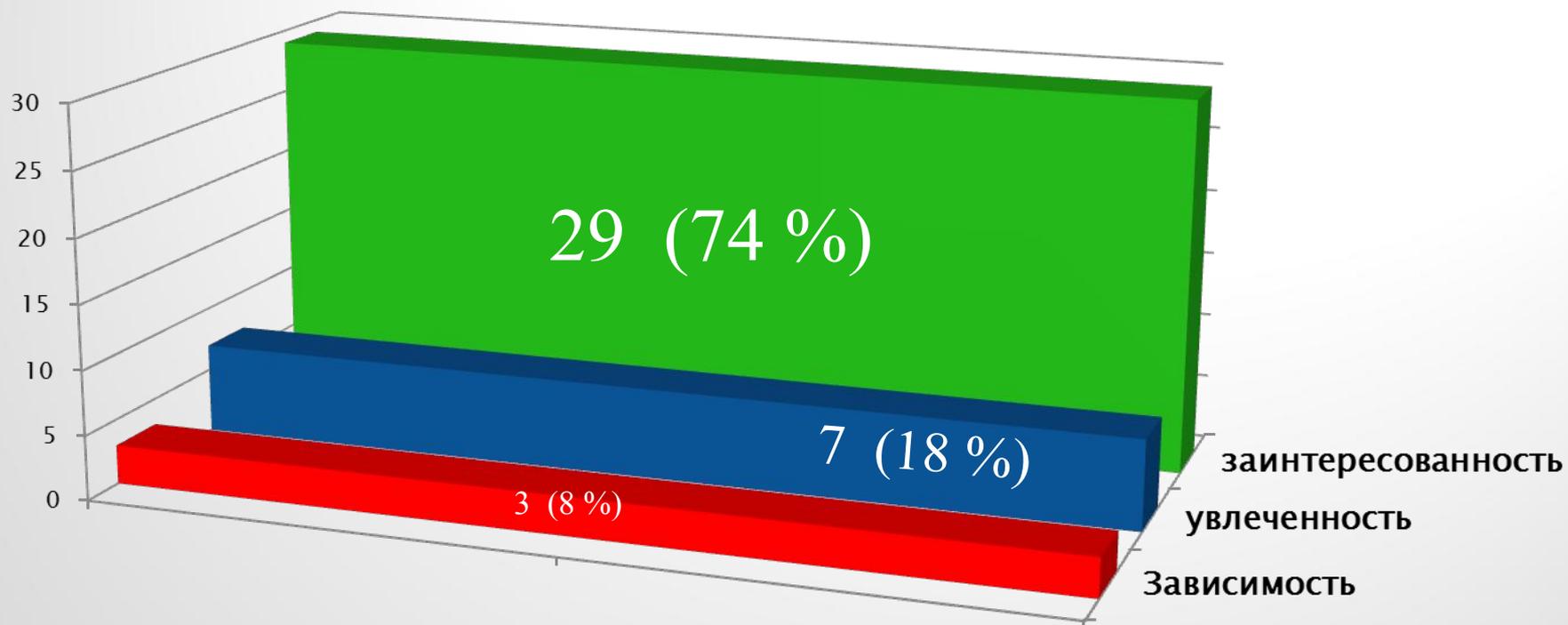


**игровой  
досуг**



## Исследование 5

### Определение компьютерной зависимости у младших школьников



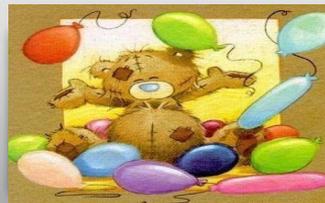
## Отвлечь от компьютерных игр



Познакомить с познавательными сайтами (история, окружающий мир, научные открытия).  
Увлечь интеллектуальными заданиями на сайтах образования.



Научить ребенка создавать презентации, делать грамоты, дипломы, календари.



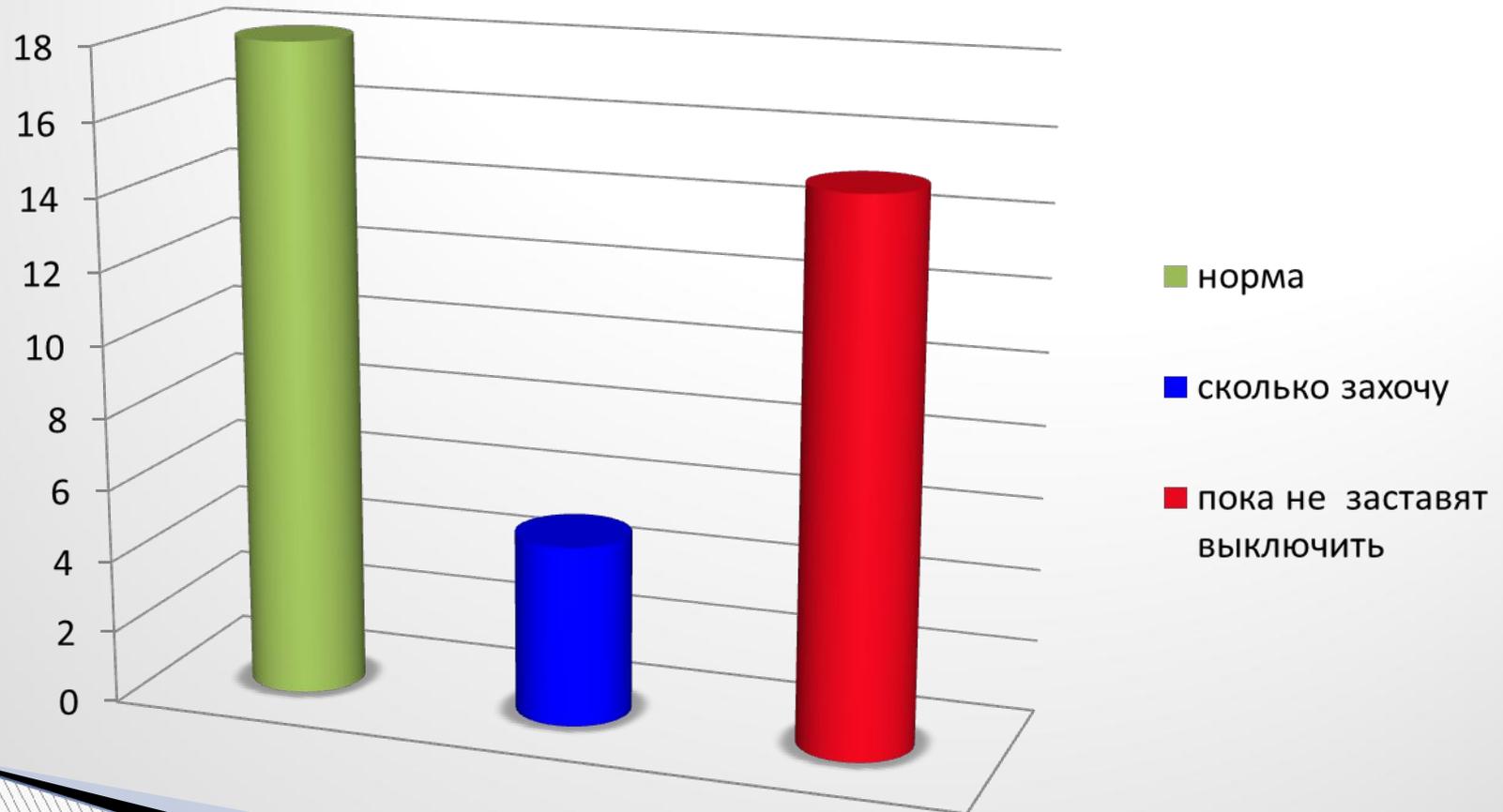
Научить создавать поздравительные открытки родным и друзьям на праздники и дни рождения.



Увлечь реальными играми с родными и друзьями,  
кружками, спортивными секциями.

## Исследование 6

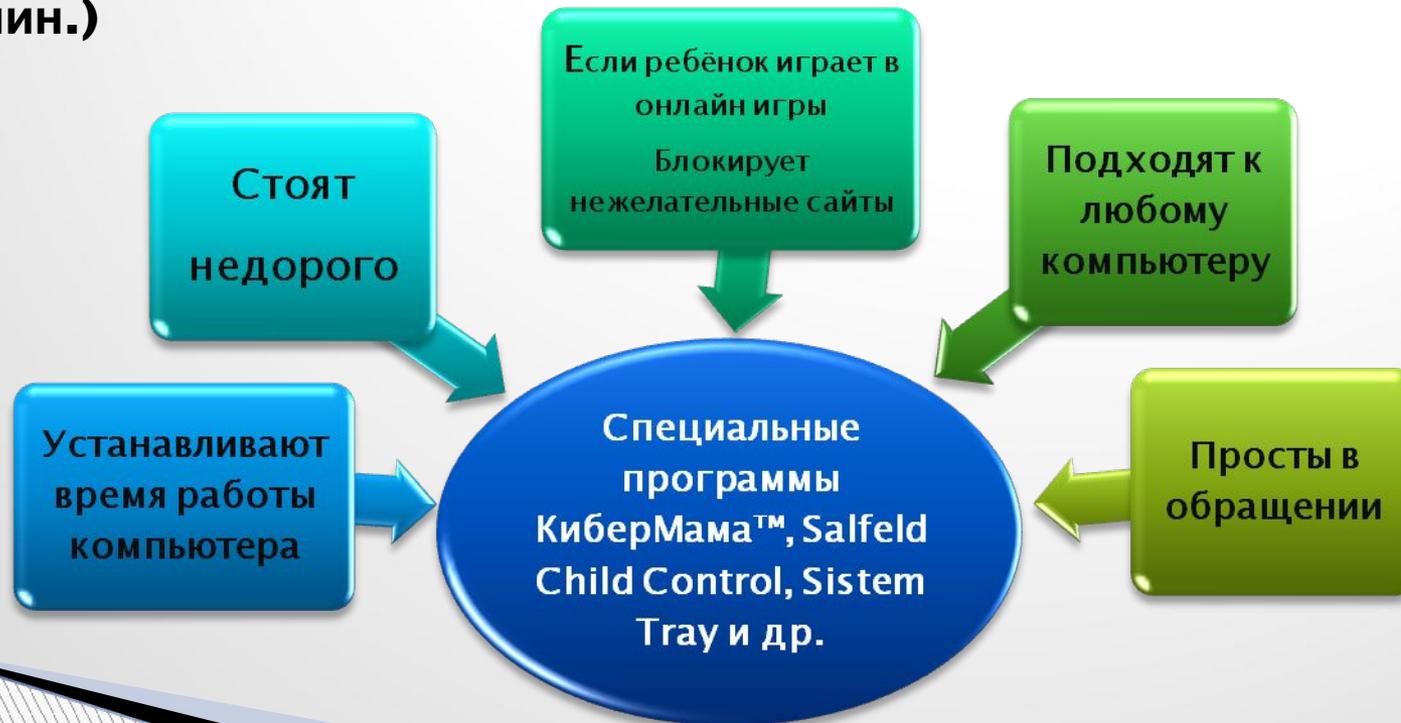
### Соблюдение санитарно-гигиенических норм во время игры на компьютере



# Ограничение времени

Рекомендуемое время игры :

- 5-6 лет ⇒ 10 минут
- 1-4 класс ⇒ 15 минут
- 5-7 класс ⇒ 20 минут
- 8-9 класс ⇒ 25 минут
- 10-11 класс ⇒ 50 минут (с перерывом 15 мин.)



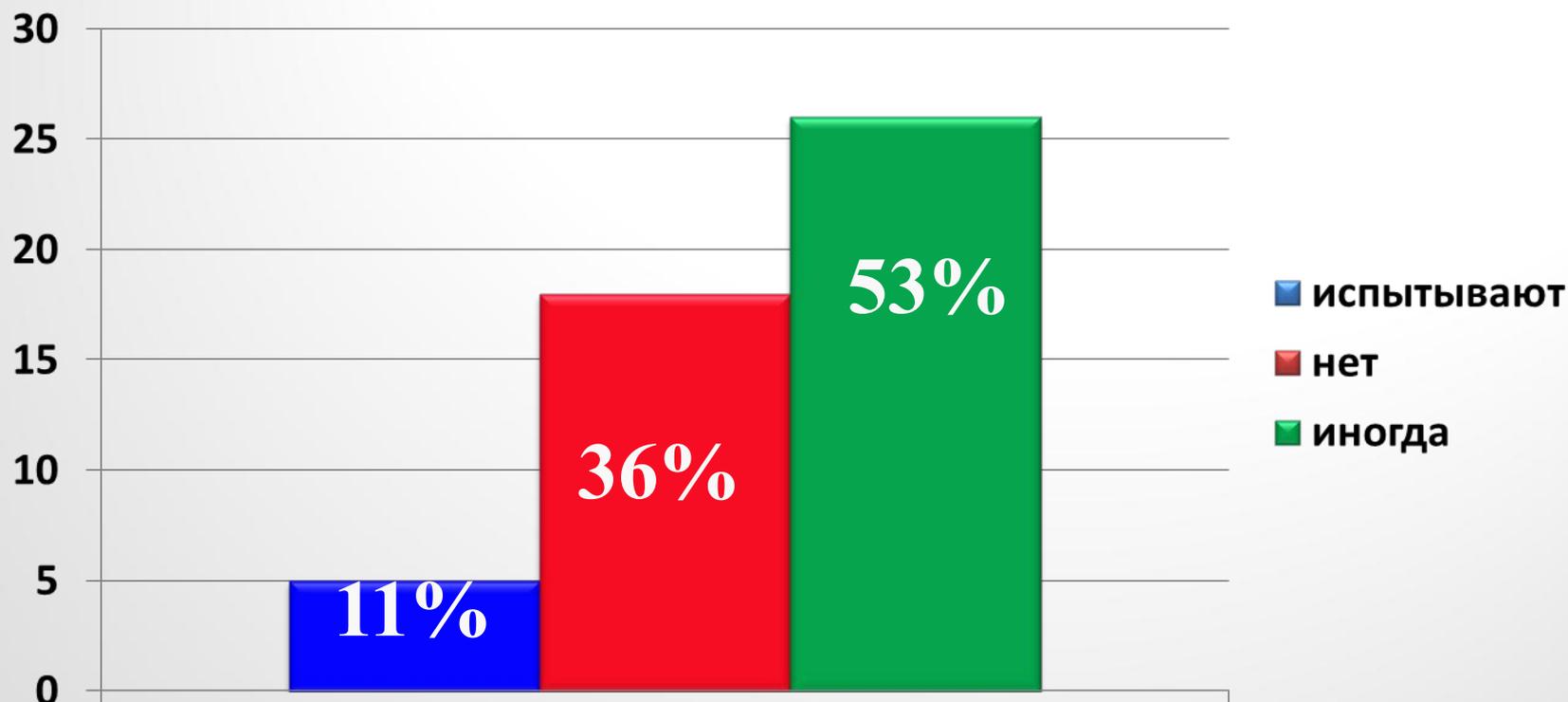
# Исследование 7. Определение влияния компьютерных игр на здоровье младших школьников

## Нарушение зрения у младших школьников

Класс	Всего учеников	Кол-во учеников с нарушением зрения	% учеников с нарушением зрения от общего количества
1 «А»	25	0	0 %
1 «Б»	24	0	0 %
1 «В»	24	1	4 %
2 «А»	23	2	8 %
2 «Б»	21	0	0 %
2 «В»	24	0	0 %
2 «Г»	24	1	4 %
3 «А»	19	0	0 %
3 «Б»	21	1	4 %
3 «В»	18	5	27,7 %
<b>Всего</b>	<b>223 чел.</b>	<b>9 чел.</b>	<b>4,5 %</b>

## Исследование 7

### Влияние компьютерных игр на самочувствие учеников



● головную боль      ● общее недомогание

● резь в глазах

● усталость

## Исследование 8

### Изучение мнения психолога

**«В современном мире без знания и владения компьютером не обойтись. Особенно это важно для наших детей, ведь именно им жить и развивать нашу цивилизацию в будущем. Знакомство ребёнка с компьютером возможно с самого раннего детства и проходит оно в процессе компьютерных игр. И здесь на родителей ложится ответственность – принесут эти игры пользу или вред растущему организму. Необходимо учитывать репертуар игр, содержание, образовательные и развивающие возможности. Также надо всегда помнить о возрастных нормах здоровьесбережения. Компьютер и компьютерные игры должны быть помощниками, а не врагами развития ребенка»**

## Заключение и выводы

- У каждого поколения свои игры.
- Компьютерные игры могут приносить пользу и наносить вред ребёнку, фактором отрицательного воздействия на организм человека является неправильное отношение к компьютерным играм, несоблюдение элементарных гигиенических норм и правил.
- Дети, играя в компьютерные игры, перестают контролировать себя во времени, становятся зависимыми, и поэтому им необходимо устанавливать жёсткие рамки и ограничения в использовании компьютера.



друг

враг

# Как сохранить здоровье школьника

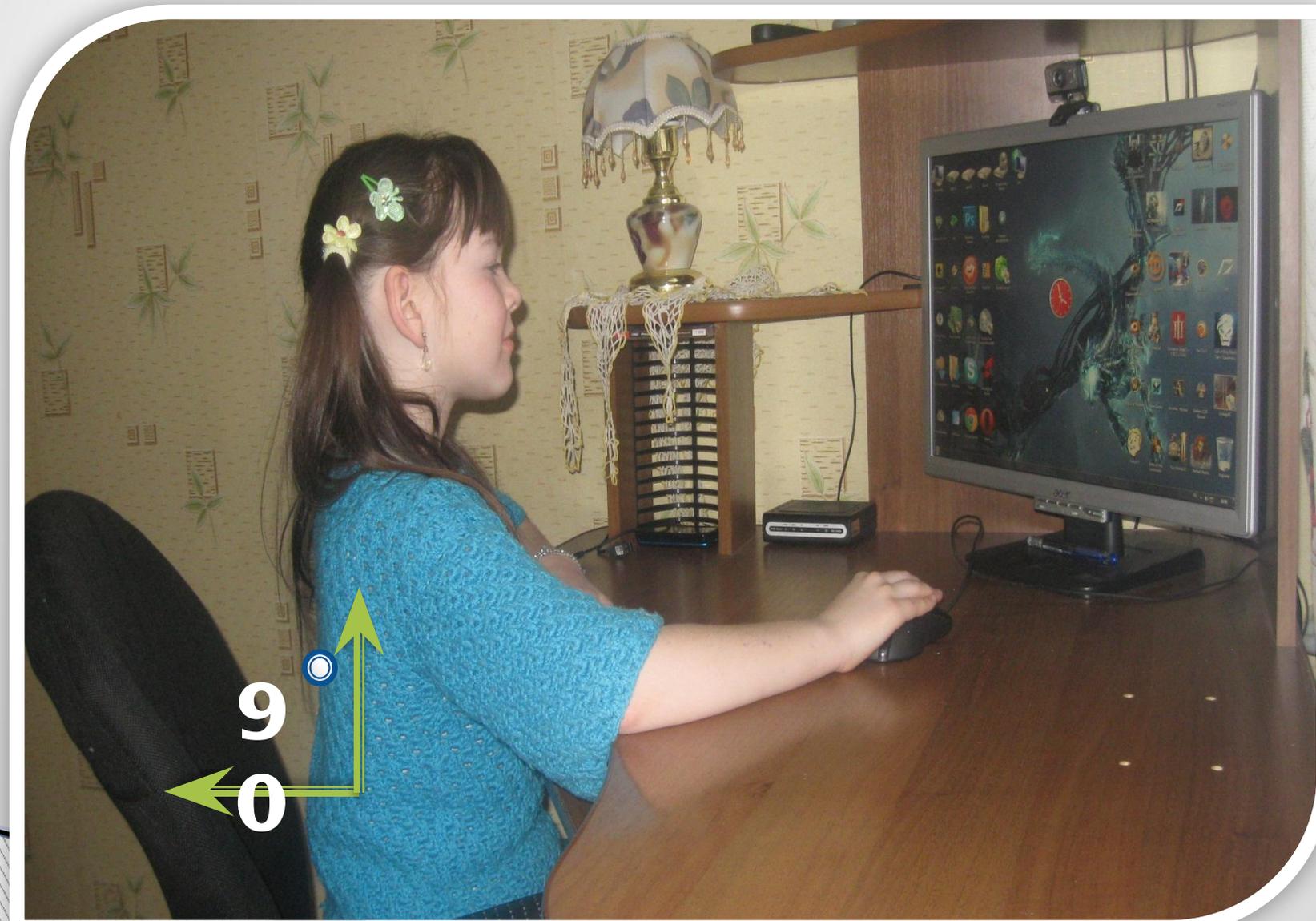
68-80



1. Правильно организовать рабочее место.
2. Обеспечить хорошее освещение.
3. Установить защитный экран.



# Как сохранить здоровье школьника

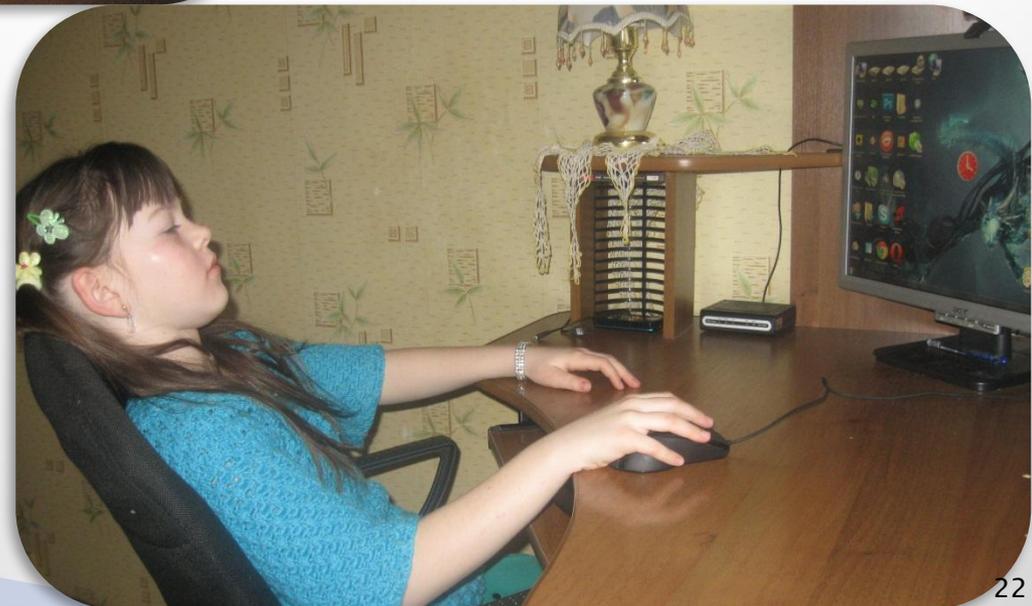


# Как сохранить здоровье школьника



**Правильное  
положение**

**Не правильное  
положение**



## Список литературы и Интернет-ресурсов:

1. Козак Т. Ребенок и компьютер. Интернет-ресурс: <http://web.unl.udm.ru>
2. Шмелев А.Г. Мир поправимых ошибок. Вычислительная техника и её применение. Компьютерные игры. – №3, 1988 г.
3. Хлебалина Е.А. Энциклопедия для детей, издательство «Аванта плюс», информатика, г. Москва, 2001 г.
4. Интернет-ресурс: <http://shkolazhizni.ru>
5. Эльконин Д. Б. Психология игры. – Издание второе. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.
6. Журналы «Здоровье школьника» №2, 3, 9, 2009 г.
7. Журналы «Здоровье школьника», №7, 6, 2011 г.