

# Исследовательский проект

## «Польза и вред компьютерных игр»



Работу выполнил: Сергеев Кирилл  
учащийся 7 класса  
Руководитель проекта: Филиппова Е.А.  
библиотекарь Карлыганской библиотеки

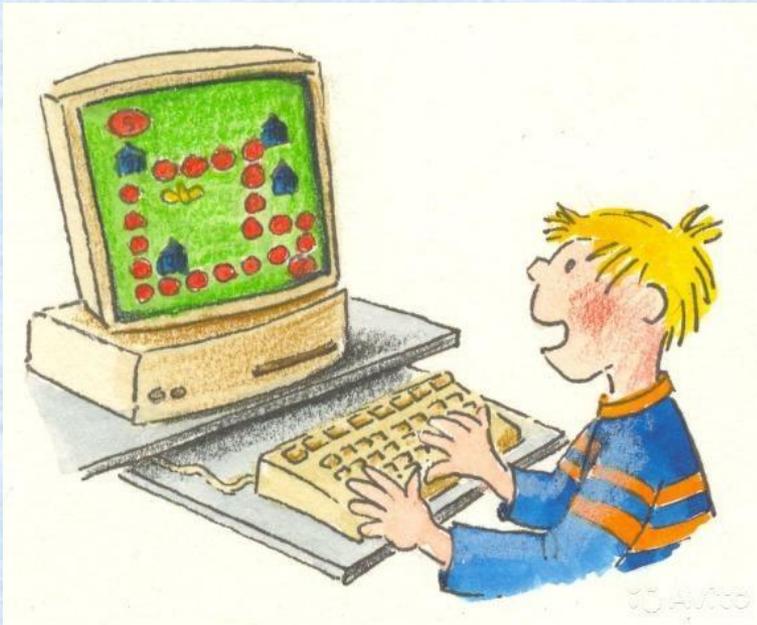
Нам почти всем нравится играть в компьютерные игры. Когда мы подолгу засиживаемся за любимой компьютерной игрой, то слышим от мамы: «Не сиди долго у компьютера, это вредно!». Нам стало интересно, правда ли компьютер плохо влияет на здоровье, и все ли игры полезны.



Мы считаем, что выбранная нами тема важна, так как большинство школьников, проводит много времени за компьютером. Но не все знают, какие правила надо соблюдать, чтоб сохранить своё здоровье.

**Проблема:** Хотим узнать - правда ли, что компьютерные игры отнимают время, влияют на здоровье, отвлекают от учебы или приносят пользу.

**Выдвигаем Гипотезу:** Допустим, что играть в компьютерные игры полезно для детей.



**Цель нашего проекта:** выяснить положительные и отрицательные стороны влияния компьютерных игр на школьников.

**Задачи исследования:**

1. Узнать, какие бывают компьютерные игры (их классификация)
- 2 . Выяснить, чем полезны и вредны для детей компьютерные игры.
- 3 . Узнать, какие правила нужно соблюдать при игре на компьютере.
- 4 . Научиться работать в прикладных программах Microsoft Word , Microsoft Power Point для создания презентации.

**Предмет исследования:** отношение школьников к компьютерным играм.

**Методы исследования:**

1. Поиск, сбор и анализ информации по данному вопросу

2. Опрос - анкетирование одноклассников

**Необходимое оборудование:** - компьютер с выходом в сеть Интернет, компьютерные программы Microsoft Word , Microsoft Power Point ;

- анкеты для опроса одноклассников



**Механизм исследования**

В ходе выполнения проекта нам предстояло разобрать и ответить на три важных вопроса:

- какие бывают компьютерные игры?
- вред или пользу приносят компьютерные игры ?
- какие правила необходимо соблюдать при игре?

Для того чтобы проверить свои предположения, мы составили

## Этапы организации работы:

### I. Подготовительный этап

1. Определение цели, задач.
2. Выработка гипотезы
3. Сбор информации по данному вопросу из различных источников (посещение библиотеки, с целью изучения материала)

### II. Основной этап

4. Провести анкетирование среди одноклассников, которое покажет, какие игры любят играть ученики и их отношение к компьютеру

- разработать анкету;
- провести опрос среди сверстников;
- изучить, проанализировать, сделать выводы.

5. Консультации со специалистами:

- учителем информатики
- медицинским работником
- классным руководителем

### III. Этап обобщения накопленного материала

6. Проанализировать собранную информацию и подготовить проект.

7. Разработать рекомендации по безопасному использованию компьютера и компьютерных игр:

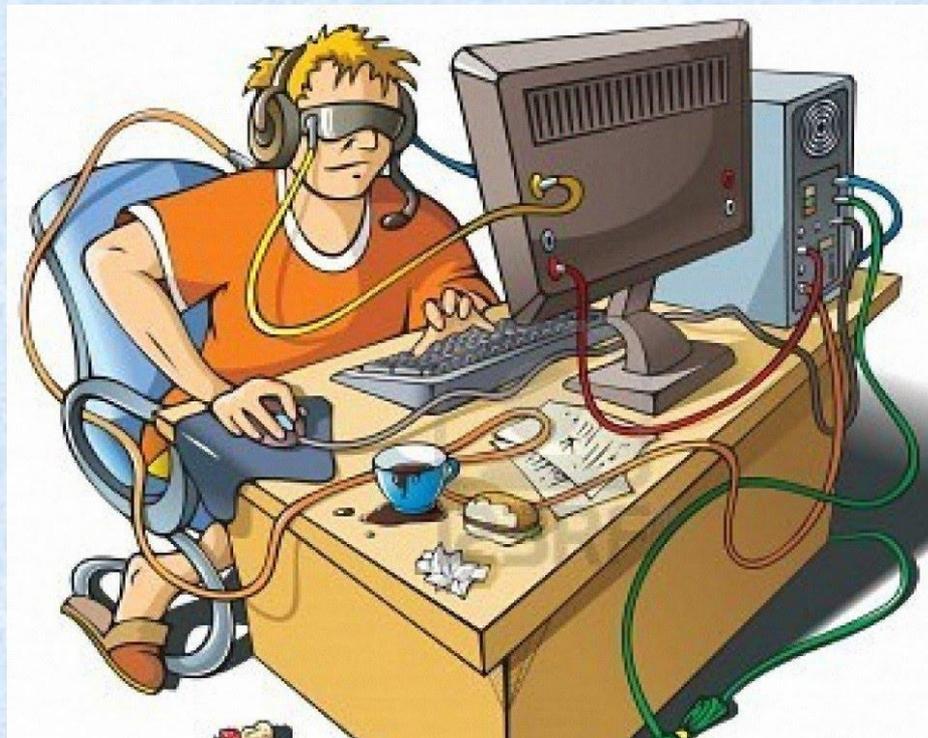
- обобщить результаты, составить рекомендации;
- оформить Памятку;

8. Распространить информационные Памятки



**Предполагаемый результат** после завершения проекта я и мои одноклассники смогут:

- ~~знать разные компьютерные игры;~~
- оценивать полезность и разумность компьютерных игр;
- выбирать игры, развивающие мышление, логику, мелкие мышцы руки;
- следить за временем, проведенным у компьютера;
- рассказывать о необходимости соблюдения правил безопасного поведения за компьютером своим близким, знакомым.



## Результаты освоения теоретического материала

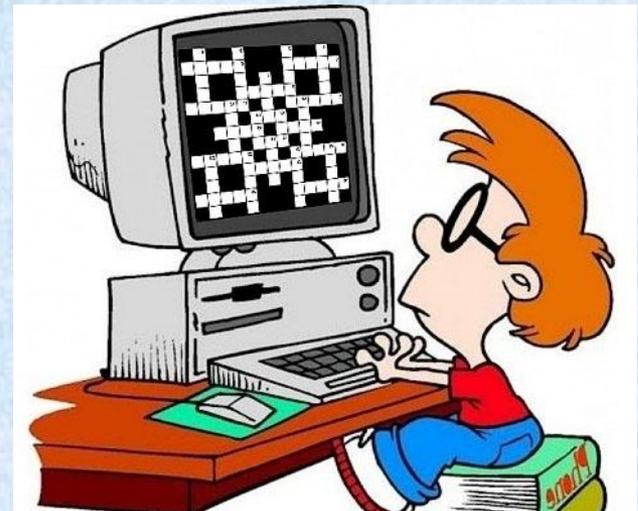
### Классификация компьютерных игр

---

Компьютерная игра - это компьютерная программа, служащая для организации игрового процесса, связи с партнёрами по игре или сама выступающая в качестве партнёра. Тот, кто играет в компьютерные игры, называется - геймером.

Используя сеть Интернета можно заводить новых партнеров по играм. С каждым разом компьютерные игры становятся все интересней. Они создаются так, чтобы увлекать игроков. Из литературы и сети Интернет я узнал, что мир компьютерных игр широк и разнообразен. Компьютерные игры могут быть классифицированы по нескольким признакам:

- Количество игроков и способ их взаимодействия: игра может быть однопользовательской —или многопользовательской —одновременная игру нескольких человек; а также вестись на одном компьютере, через интернет, электронную почту, или массово.



Компьютерные игры классифицируют также по жанрам:

- **Аркады** - игры, в которых всё зависит от ловкости и быстроты реакции игрока. Различают детские аркады, где главная задача игрока обычно состоит в том, чтобы избегать врагов, и аркады для более взрослых, где врагов необходимо ещё и убивать.

- **Стратегии** - игры, где игрок выступает в роли человека, наделённого властью. В экономических стратегиях задача игрока состоит в том, чтобы построить мощную финансовую корпорацию, победив в экономической войне своих конкурентов. В военных стратегиях игрок выступает в роли генерала, управляющего постройкой военных баз и тренировкой войск и должен победить врагов на поле боя.

- **Квесты** (англ. Quest - поиск) - игры, в которых игроку необходимо искать различные предметы, решать головоломки.

- **Экшен** - игры, состоящие в основном из боевых сцен, драк и перестрелок.

- **Приключения** - игры, обладающие полноценным литературным сюжетом,

- **Стрелялки** - как видно из названия, игры привлекают тех, кто любит пострелять. Выбор оружия широк - от обычного пистолета до бластера. Игрок либо сам выступает в роли героя и видит виртуальный мир его глазами, либо смотрит на него со стороны.

- **Головоломки** - электронные варианты различных головоломок,

- **3D игры** - в них как такового сюжета нет, только иллюзия, основана на трехмерном движении.

- **Забавы** - игры, в основном рассчитанные на маленьких детей, где впечатление на экране важнее самого процесса игры - например, лопание пузырьков.

- **Образовательные** - игры, включающие в себя элементы обучающих программ, которые подаются через сам игровой процесс.

- **Ролевая игра** - жанр игр, где игрок обладает свободой действий - он сам выбирает куда идти, что делать и так далее.

- **Тренажеры** - всевозможные гонки, в том числе и в космосе, военные. Перед глазами игрока, находящегося в кабине автомобиля или самолета, находятся различные индикаторы, кнопки, рычаги, руль, штурвал. Ощущения от таких тренажеров близки к тем, что имеют место в реальной жизни. Например, геймер чувствует, как заносит машину, если он отвлечется от управления.

- **Логические**. Прекрасный способ провести несколько свободных минут, не покидая рабочего места (головоломки, шахматы, карточные игры).

Таким образом, сделан вывод, что компьютерных игр огромный выбор. Из всего разнообразия не трудно выбрать подходящие, главное не забывать, что в реальной жизни куда больше интересов.

## Положительное влияние компьютерных игр

Интересно, а какое влияние оказывают компьютерные игры? Приносят ли они пользу или вред? Чтобы ответить на этот вопрос я решил воспользоваться Интернетом и поискать там необходимую мне информацию. Изучая материал, я понял, что компьютерные игры имеют как положительные, так и отрицательные стороны.

Самая простая компьютерная игра, соответствующая возрасту, формирует внимание, организацию деятельности, усидчивость, настойчивость. Игра за компьютером - это сложнейшая координация движений рук, зрительного восприятия и зрительной памяти, это анализ ситуации и процесс принятия решения. Хорошая игра может помочь преодолеть робость, сформировать коммуникативные навыки.





Зарубежные специалисты считают, что разумная игровая практика способствует развитию познавательных способностей детей. Позитивный эффект компьютерных игр французский детский психиатр Серж Тиссерон видит в формировании способности быстро приспосабливаться к меняющимся условиям окружающей среды, требованиям общества, правилам.

Сам характер игр - постоянное преодоление препятствий делает геймера более целеустремленным и жизнестойким. Большинство геймеров способны к быстрому восприятию новых идей и перемен. То, что компьютерные игры учат логическому мышлению, реакции, глазомеру и координации движений. Практически любая компьютерная игра развивает тот или иной полезный навык, но все-таки не во всякую игру стоит играть. Все мы разные.

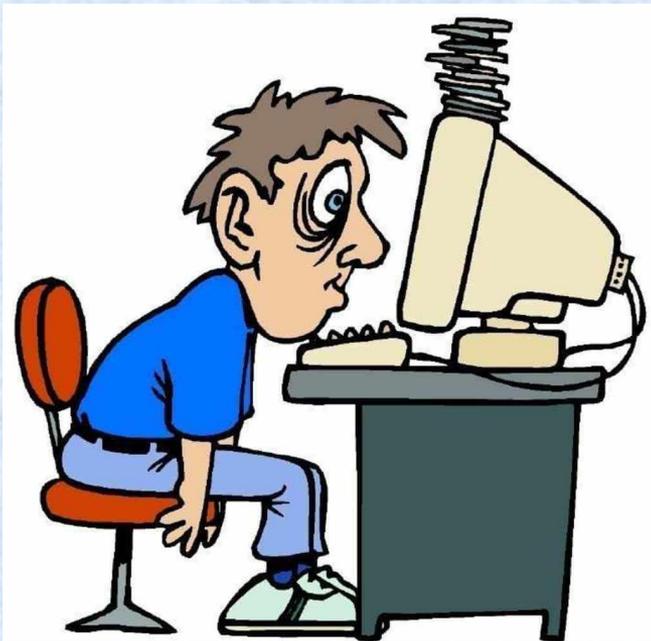


## Отрицательное влияние компьютерных игр

В чём же вред компьютерных игр? Вред наносится не только в процессе игры, но и в многочасовом занятии перед монитором. Изучив материал по данной теме, можно выделить несколько вредных факторов как психологических так и физиологических.

### Физиологические:

- сидячее положение в течение длительного времени
- воздействие электромагнитного излучения
- нагрузка на зрение
- перегрузка суставов кистей рук

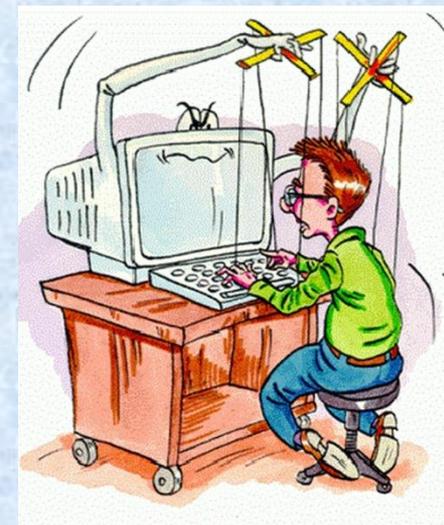


## Психологические

### - психическая нагрузка и стресс при потере информации

Если компьютер "зависает", в результате действия вирусов или поломки носителей, при сбоях программ теряется важная и полезная информация, то это может вызвать нервозность, повышение давления, ухудшение сна... и наверное самое сложное это:

- **компьютерная зависимость** - Иногда компьютер не только становится человеку няней или источником знаний, но начинает эмоционально заменять ему окружающих людей. Постепенно он проводит за компьютером все больше времени, и может развиться зависимость. Со временем пользователь, увлеченный играми, становится раздражительным, отрешается от своих сверстников и всего общества в целом, у него нарушается режим сна, ухудшается состояние здоровья, снижается зрение. Также он теряет как бы контакт с реальностью, для него "виртуальный" мир становится альтернативой "реального", тем самым теряется какая-либо взаимосвязь с обществом, в котором он находится, игра для него становится необходимостью. Иногда в медицинской практике встречаются случаи убийства или самоубийства под влиянием компьютерных игр. Игрок воображает себя героем своей любимой игры, и начинает входить в эту роль, путая миры, в которых находится. В результате, это приводит к непоправимым последствиям, как в жизни самого пользователя, так и людей, его окружающих. Некоторые компьютерные игры провоцируют у пользователей агрессивное поведение, создают культ насилия и войны. В качестве негативных последствий выделяются также сужение круга интересов, уход от реальности к созданию собственного «виртуального» мира.



## Результаты изучения положительного и отрицательного влияния компьютерных игр обобщены в таблице:

Положительные стороны	Отрицательные стороны
Формируются умения чем-то управлять, пользоваться компьютером	Нагрузка на позвоночник, руки, кисти, потеря зрения, нарушение нервной системы, нарушение сна
Формирует внимание, усидчивость, настойчивость, сосредоточенность.	Психические расстройства
Возможность обучения, познания мира во время игры	Подмена реального мира виртуальным, проживание чужой жизни
Новая информация	Формирование агрессивного поведения, возвеличивание войн и насилия
Удовольствие, развлечения, новые связи	Уход от среды, сокращение круга дружеских контактов
Повышается эффективность обучения (логическое мышление, реакция, глазомер, координация движений)	Утеря смысла жизни и нормальных человеческих ценностей
Самореализация, стремление быть лидером и побеждать	Развитие чувства многократного превосходства над окружающими
Повод для общения с друзьями и новых знакомств	Компьютерная зависимость



Таким образом, можно сделать вывод, что компьютер – это всего-навсего машина. И ей вполне можно управлять. Но если делать это неграмотно – вот тогда он может очень оказать вредным для здоровья физического и психологического.



## Результаты собственного практического исследования Результаты анкетирования

Чтобы выяснить отношение взрослых и моих одноклассников к компьютерным играм, мы с руководителем проекта разработали анкету и провели опрос среди учеников нашей школы. Всего в анкетировании приняли участие 30 человек. Анкета для учеников состояла из 15 вопросов, на каждый из которых нужно дать ответ.

Изучение и анализ анкеты - опроса, показал результаты, что почти все опрошенные ребята в классе имеют дома компьютер или планшет, умеют им пользоваться. 97 процентов ответили, что любят играть в компьютерные игры и много времени проводят за играми. Но немногие задумываются о вреде и пользе этих игр, как и о том, сколько по времени и во что можно играть.



После того как анкеты были обработаны, выяснилось, что из 30 опрошенных мною школьников 29 человек (97%) имеют дома компьютерную технику. В компьютерные игры играют или играли все опрошенные школьники - 29 человек (97%).

Компьютерные игры для школьников в основном развлечение, так считают 24 человека (80%), отдых 4 человека (13%), и только для 2 человека (7%) - это смысл жизни.

В свободное время ребята предпочитают погулять - 21 человек (70%), поиграть в компьютер - 7 человек (23%), а почитать предпочитают 3 человека (7%).

Ссоры с родителями из-за компьютера бывают у 16 человек (53%), 14 человек (47%) ответили, что таких ссор не бывает.

На вопрос: «Как, по твоему мнению, игры влияют на игрока?» - 13 человек (43%) считают, что отрицательно, 5 человек (17%), что положительно, а 12 человек (40%) - затрудняются ответить.

В тоже время, отмечают, что компьютерные игры полезны тем, что развивают логику, воображение, быстроту реакции и тренируют память. А отрицательно в компьютерных играх то, что они занимает много времени, отвлекают от других занятий и плохо влияет на состояние здоровья.

На вопрос: «Может ли компьютер заменить тебе друга?» - 28 человек (93%) ответили, что нет и только 2 человека (7%), ответили, что - да.

**Обобщив интервью специалистов - получили ответ:**  
**«Компьютерные игры влияют на детей как положительно, так и отрицательно. Важно, выбирать игры по возрасту, не развивающие агрессию и соблюдать гигиенические требования: играть определённое количество времени, делая перерыв во время игры, выполнять зарядку для глаз. Использование игр в разумных пределах никогда не даёт отрицательных результатов. А также необходим контроль родителей. Очевидно одно: все хорошо в меру».**



# Заключение

Обобщая теоретическую и практическую части нашего исследования можно сделать вывод - **наша гипотеза подтвердилась не полностью.**

**Компьютерные игры - явление очень сложное и нельзя однозначно сказать, что они плохо влияют на моих сверстников. Нельзя сказать, что компьютерные игры - это хорошо и можно играть, сколько хочется, и в любые игры. Как нельзя сказать, что и надо отказаться от них. Влияние компьютерных игр 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.**

По обобщенному материалу разработаны рекомендации, оформлены в Памятку и распространены среди одноклассников. После завершения проекта мы предполагаем результат, что я и мои одноклассники смогут:

- знать разные компьютерные игры;
- оценивать полезность и разумность компьютерных игр;
- выбирать игры, развивающие мышление, логику, мелкие мышцы руки;
- следить за временем, проведенным у компьютера;
- рассказывать о необходимости соблюдения правил безопасного поведения за компьютером своим близким, знакомым.



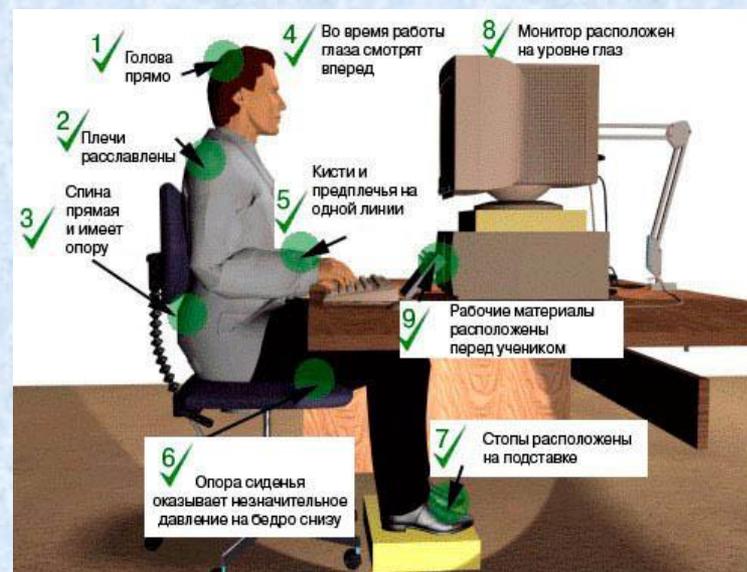
## Памятка при работе за компьютером

Сегодня компьютер стал частью нашей жизни. И, несмотря на то, что современные технологии постоянно совершенствуются, мы все же рискуем «нажить» проблемы со здоровьем.

Способствуют этому и привычка сидеть за компьютером как попало и сколько попало. Вот и получается, что наш помощник и друг превращается в нашего врага. Поэтому знакомимся и запоминаем: правила работы за компьютером.

### Правила работы за компьютером

- Выберите правильную позу. А именно: прямо напротив экрана, верхняя часть монитора на уровне глаз или чуть ниже.
- Соблюдайте расстояние от глаз до монитора – 55-60 см (расстояние вытянутой руки). Нижняя часть монитора должна быть наклонена под небольшим углом к работающему (то есть, расположена чуть ближе).
- Выберите для работы за компьютером удобное кресло. Желательно, чтобы это было эргономическое (ортопедическое) кресло с подлокотником и подголовником.
- Высота сиденья кресла (стула) должна быть такой, чтобы руки, положенные на клавиатуру, были расположены горизонтально.
- Следите за дыханием: оно должно быть ровным, без задержек.
- Выполняйте как можно чаще упражнения для глаз.



---

**Спасибо  
за внимание!**