Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №3 поселка Эльбан Амурского муниципального района Хабаровского края

«Изучение проблемы компьютерной зависимости учащихся»

 Выполнила: Шмырина Надежда,

 ученица 3 а класса.

 Руководитель:

 Ускова Татьяна Васильевна

Эльбан

2017г.

Содержание.

1. Введение
2. Методика исследований
3. Результаты исследований и их обсуждение
4. Выводы
5. Заключение
6. Список используемой литературы

**Введение**

**I. Актуальность исследования.**

 Влияние компьютера на все сферы жизни ребенка является одной из важных проблем в наше время. Компьютер современному ученику - настоящий помощник, а интернет - основной источник информации. Он, хоть и облегчает школьнику жизнь, но, в тоже время, может вызвать серьёзную зависимость. Появление персональных компьютеров породило огромное количество мифов, касающихся как пользы, так и вреда от их использования. Современные дети проводят много времени за компьютером, в основном, играя в компьютерные игры. Существует много мнений о том, что компьютерные игры оказывают влияние, в том числе и отрицательное, на детей. Увлечения, порожденные компьютерными играми, привели к появлению нового термина - "компьютерная зависимость". Дети готовы просиживать, не отходя от компьютера, часами и даже сутками. Эта зависимость приводит к тому, что дети прогуливают школу, становятся замкнутыми, не общаются с ровесниками. Считается, что игры с элементами насилия и жестокости влияют на формирование у человека агрессивного поведения. Проблема психологического пристрастия к компьютерным играм становится актуальной для России, а учитывая то, что количество людей, попадающих в компьютерную зависимость, с каждым днем растет, этот вопрос является актуальным. Учитывая, актуальность этой проблемы нашего времени, я решила исследовать влияние компьютера на детей младшего школьного возраста на примере нашего класса.

**II. Цель работы.**

Целью моей работы является:

 Оценить влияние компьютера на состояние физического и психического здоровья детей младшего школьного возраста на примере исследования 3-"А" класса МБОУ СОШ №3 п.Эльбан.

 **Задачи:**

1. Определить количество времени, проведенного учеником за компьютером.
2. Оценить зависимость школьника от компьютерных игр.
3. Определить положительное и отрицательное влияние компьютера на развитие детей младшего школьного возраста.
4. Выявить уровень агрессивности учащихся.
5. Установить взаимосвязь между агрессией и компьютерными играми.

**Объект:** учащиеся 3-а класса МБОУ СОШ №3 п.Эльбан

**Предмет:** компьютерная зависимость детей, увлеченных компьютерными играми.

**Гипотеза:** предположим, что у учащихся нашего класса есть компьютерная зависимость

**Методы исследования:**

1.Анализ литературы по теме исследования.

2.Проведение и анализ анкетирования среди учащихся 4-а класса.

3.Тестирование учащихся

Для того чтобы понять, какое влияние оказывает компьютер на наш мир, необходимо разобраться, что же представляет собой это чудо техники.

Современные компьютеры повсюду: они совершают научные открытия, изготавливают и конструируют сложные детали, собирают автомобили, обучают, вычисляют, хранят огромную информацию, с их помощью работает Интернет. Огромные вычислительные машины предсказывают погоду и даже играют в шахматы лучше человека.

Одним из мотивов приобретения компьютера домой для многих занятых родителей является обеспечение игрового досуга для детей.

Исходя из этого, влияние компьютера на детей может способствовать развитию определенных навыков. Компьютерные игры (головоломки, стратегии, спортивные) помогут детям научиться принимать самостоятельные решения, а также быстро переключаться с одного действия на другое. Хорошо влияет компьютер и на творческие способности детей.

Отрицательно воздействуют игры агрессивного содержания. В плане воздействия на мозг человека “жестокие” компьютерные игры намного опаснее фильмов (или книг) с аналогичным содержанием. Играя на компьютере, человек сам принимает решения, тогда как при просмотре видеоряда он лишь наблюдатель. К тому же фильм длится пару часов, а за одной видеоигрой ребенок в среднем может провести до 100 часов. **Японские** психологи провели опрос среди школьников, которые большую часть времени посвящают играм, содержащим сцены насилия. На вопросы: «Становишься ли ты раздражительным после игры?» и «Не возникает ли у тебя иногда желание убить человека?» почти все ребята ответили утвердительно. Ученые утверждают, чрезмерное увлечение жестокими компьютерными играми приводит к замедлению работы мозга.

А вот ещё одна опасность, о которой говорят **российские** специалисты: от долгого сидения перед экраном страдают глаза. Каждый четвертый пользователь компьютера имеет проблемы со зрением. Одна из причин в сокращении частоты морганий, что вызывает сухость и раздражение глаз. Дети, увлекшись, могут играть за компьютером часами, почти без перерыва. Специалисты рекомендуют через каждый час работы с компьютером делать перерыв на несколько минут. **Влияние компьютера на физическое здоровье.**

 ***Основные вредные факторы влияния на физическое здоровье ученика.***

1. сидячее положение в течение длительного времени
2. воздействие электромагнитного излучения монитора
3. утомление глаз, потеря остроты зрения
4. влияние на нервную систему
5. перегрузка суставов кистей

 **Влияние компьютера на психическое здоровье (зависимость).**

***Критерии (факторы) зависимости.***

* нарушается способность контролирования (начинает и не может остановиться)
* смена физиологического состояния (если мало времени сидит за ПК, то ощущает дискомфорт и подавленное настроение)
* желание увеличивать время
* невозможность прекратить занятия
* Если ребенок ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера.
* Провел хотя бы одну ночь у компьютера.
* Прогулял школу – сидел за компьютером.
* Приходит домой, и сразу к компьютеру.
* Забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось).
* Пребывает в плохом, раздраженном настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался.
* Конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.

*Наличие уже трех признаков свидетельствует о формировании зависимости.*

**VI. Критерии исследовательской работы (анкетирование).**

 *Критериями исследования являются:*

* возраст
* наличие компьютера
* продолжительность по времени нахождения ученика у компьютера
* цель использования компьютера
* отношение к компьютерным играм
* отношение родителей к увлечению ребенка компьютером
* определение первых признаков зависимости от компьютера
* наличие и появление первых симптомов нарушения психического и физического здоровья (головная боль, головокружение, рассеянность внимания, плаксивость, повышенная утомляемость, ребенок грызет ногти, краснота глаз, тошнота, раздражительность, боли в животе, боль или резь в глазах)
* отношение родителей к наличию компьютера у ребенка на данный момент времени

**VII. Результаты исследования.**

Исследование проводилось путем анкетирования детей и их родителей 3-«А» класса МБОУ СОШ №1 п. Эльбан. В группу наблюдений входили 25 учеников 9 – 10 лет. В ходе работы и оценки результатов анкетирования, я получила следующие данные. Компьютер имеется у 25 человек (100%), один человек не имеет компьютер. Я выяснила, что «общаются» с компьютером больше родители, чем дети. Эта группа составляет 14 человек (60%). Но семьи, в которых, все же, больше времени проводят дети, нежели родители, составляют весомую часть – 10 человек (40%). Продолжительность по времени нахождения ученика у компьютера в сумме за весь день составляет от 20 минут до 3 часов. Причем большая часть детей из класса провидит время у компьютера в течение часа – 15 человек (60%); 1,5 часа – 4 человека (16,7%); 20 – 30 минут – 3 человека (12,5%); и 3 часа проводит у компьютера 2 человека (8,3%).

*Целью использования компьютера:*

* только для игр - 8 человек (33,3%);
* только для информации - 6 человек (25%);
* для общения на сайтах сети - 6 человек (25%);
* для игр и информации - 10 человек (41,7%);
* вообще не используют для игр - 6 человек (25%).

*Отношение родителей к увлечению ребенка компьютерными играми по результатам анкетирования:*

* «это нормально» – 18 человек (72%);
* «меня тревожит» - 4 человека (16,7%);
* «запрещаю» - 3 человека (12,5%).

*Наличие первых признаков зависимости от компьютера (компьютерных игр).*

Сильное влечение – зависимость у своих детей наблюдают 4 родителя (16,7%); не замечают зависимости - 20 человек (82,3%); с легкостью отрываются от компьютера – 16 учеников (66,7%); с трудом – 8 учеников (33,3%); постоянное желание играть в компьютерные игры наблюдается у 10 учеников (42%).

*Наличие и проявление первых симптомов нарушения психофизического здоровья*

* головная боль – 4 человека (16,7%);
* краснота глаз – 6 человек (25%);
* головокружение – 0 человек;
* тошнота - 0 человек;
* рассеянность внимания 8 человек (33,3%);
* раздражительность – 8 человек (33,3%);
* плаксивость – 4 человека (16,7%);
* боли в животе – 1 человек (4%);
* повышенная утомляемость – 2 человека (8,3%);
* боль, резь в глазах – 4 человека (16,7%);
* грызет ли Ваш ребенок ногти – 3 человека (12,5%);
* нет симптомов – 10 человек (42%).

 *Мнение родителей о пользе и вреде компьютера по отношению к их детям*

* польза – 14 чел (58%);
* вред – 10 человек (42%).

 *По мнению родителей, возраст, с которого ребенку необходим компьютер, в среднем составляет 6 – 7 лет.*

**VIII. Выводы по результатам исследования учеников 3 «А» класса МБОУ СОШ №3 посёлка Эльбан.**

Исходя из всех данных и результатов исследования, я сделала основные выводы:

1. В 3 «А» классе МБОУ СОШ №3 компьютер влияет на большую часть детей положительно; является эффективным средством развития, позволяет ученикам черпать дополнительные источники информации, но при этом очень важно, в какие компьютерные игры по характеру развития сюжета играют дети.
2. Всем детям класса стоит уменьшить пребывание по времени у компьютера и свести к 15 – 20 минутам пользования;
3. Родителям необходимо внимательно и досконально отслеживать и контролировать нахождение детей у компьютера по времени и цели пребывания;
4. Регулярное использование профилактических упражнений.

Приложение Анкета

Анкета

 Фамилия, имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1.Есть ли у тебя дома компьютер?

Да Нет

2. Играешь ли ты в компьютерные игры?

Да Нет

3. Сколько времени в день ты уделяешь компьютерным играм?

а) 30 минут — 1,5часа в) более 3 часов б) 1,5 — 3часа

4.В какие компьютерные игры ты любишь играть?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5.Для чего используешь компьютер:

* только для игр
* только для информации
* для общения на сайтах сети
* для игр и информации
* вообще не используют для игр

6. . В каком случае ты решаешь выключить компьютер?

 пока не выключат родители, бывает по-разному, иногда могу выключить компьютер сам, выключаю сам по собственной воле

7. Когда у тебя появляется свободное время, на что его потратишь?

- конечно, на компьютер
- зависит от настроения и желания, возможно, на компьютер
- вряд ли буду сидеть за компьютером

8. Пропускал ли ты какие-то важные мероприятия или учебу ради игры в компьютерные игры?

- да, было такое
- пару раз, возможно, и случалось, но мероприятие не было таким уж важным
- нет, никогда такого не было

9. Насколько часто ты думаешь о том, чем занимаешься сидя за компьютером, например, об играх:

- почти все время думаю об этом
- могу пару раз вспомнить в течение дня
- почти совсем не вспоминаю, может быть, очень редко

10. Чем для тебя является компьютер? Какую роль в твоей жизни он играет?

- компьютер - для меня все
- большую роль, но и других интересных вещей в жизни много, которые тоже для меня много значат
- компьютер не занимает какое-то особое место в моей жизни

11. Когда ты приходишь домой, то первым делом:

-иду к компьютеру и включаю его;
-каждый раз бывает по-разному, иногда сажусь за компьютер;
-точно не сажусь за компьютер.

12.Как ты себя чувствуешь после игр на компьютере:

* головная боль
* краснота глаз
* головокружение
* тошнота
* рассеянность внимания
* раздражительность
* плаксивость
* боли в животе
* повышенная утомляемость
* боль, резь в глазах
* грызу ногти
* нет симптомов