

# Что рассказать родителям о компьютерных играх и компьютерной зависимости

## ГЛАВНОЕ В СТАТЬЕ

- 1 Компьютерные игры приносят пользу младшим школьникам: они позволяют расслабиться, самореализоваться, совершенствуют формы общения. Что еще → 48.
- 2 Чтобы избежать компьютерной зависимости и зависимости от компьютерных игр, предложите на родительском собрании памятку. Образец → 52.

Предлагаем материалы, которые учитель может использовать на родительском собрании, когда рассказывает о зависимости от компьютерных игр и компьютерной зависимости.



**Ирина Хирьянова,**  
ст. преподаватель  
кафедры предметных  
технологий начального  
и дошкольного образо-  
вания Омского государ-  
ственного педагогического  
университета

## Какие виды компьютерных игр существуют

Среди большого разнообразия компьютерных игр можно выделить виды: адвентурные, стратегии, аркадные, ролевые, 3D-Action, симуляторы, логические. Рассмотрим каждый из видов.

**Адвентурные игры (приключенческие).** Оформлены как мультфильм, но с возможностью управления ходом событий. Чтобы решить поставленные задачи, необходимо обладать хорошей сообразительностью и развитым логическим мышлением. Предполагают длительную работу за компьютером. Они – мощный раздражитель, поэтому гиперактивным детям не рекомендуем в них играть.

**Стратегии.** Основная цель – завоевать вражеские поселения, заключить необходимый союз, набрать фиксированное коли-

чество очков, управлять ресурсами, войсками, энергией и т. п. Развивают усидчивость, способность к планированию своих действий, тренируют многофакторное мышление. Не подходят детям младшего школьного возраста из-за большой продолжительности по времени.

**Аркадные игры.** Для этих игр характерно поуровневое дробление хода действий, когда наградой и целью является право перейти к следующему эпизоду или миссии. Система набора очков и бонусов, которую предоставляют за «особые заслуги»: быстрота прохождения, победа над сильным врагом, нахождение секретных дверей и т. п. Тренируют глазомер, внимание, скорость реакции. Не рекомендуют гиперактивным детям. Необходим контроль времени со стороны взрослых.

**Ролевые игры.** Цель – отыскать определенный артефакт, человека или заклинания. Путь к цели обычно преграждают враги, которых нужно победить в бою или обмануть. Главный принцип – использовать нужного персонажа в нужном месте и в нужное время. Как и аркадные игры, тренируют глазомер, внимание, скорость реакции. Не рекомендуют гиперактивным детям. Необходим контроль времени со стороны взрослых.

**3D-Action.** Цель игрока – уничтожить как можно больше соперников. Это развлекательный вид игр, в ходе которых развиваются моторные функции играющего. Данный вид игр – жестокий и не подходит младшим школьникам.

**Симуляторы, имитаторы (авто-, авиа-, спортивный).** Позволяют попробовать свои силы в новых ситуациях. Тренируют глазомер, внимание, скорость реакции. Не рекомендуют гиперактивным детям. Необходим контроль времени со стороны взрослых.

**Логические игры.** Головоломки, задачи на перестановку фигур, составление рисунка, обучающие чтению, письму и т. п. Как правило, разбиты на отдельные задачи, что позволяет регламентировать время работы ребенка на компьютере. Способствуют развитию мышления, памяти, внимания.



**Управление начальной школой № 1 (2017)** расскажет, как оформить аттестационный лист учителей в области ИКТ на [e.nshkoli.ru](http://e.nshkoli.ru). Получите бесплатный демодоступ на 3 дня



**Обратите внимание**

Если компьютерные игры подобраны правильно, у младшего школьника развиваются внимание, сосредоточенность, быстрота действий

## Что рассказать о положительном влиянии компьютерных игр

В младшем школьном возрасте компьютерные игры могут принести пользу.

**Позволяют расслабиться.** Смена деятельности – отдых, поэтому естественно, что дети после интеллектуальной или физической нагрузки с удовольствием играют в компьютерные игры, которые могут поднять настроение, помочь успокоиться и восстановить силы. Многие игры ярко иллюстрированы, интерактивны, с юмором, что создает положительный эмоциональный настрой.

**Совершенствуют формы общения.** Младшие школьники любят играть в компьютерные игры вдвоем или в небольшой группе сверстников. В эти моменты общение у них разворачивается вокруг сюжета игры, происходит обмен эмоциональными состояниями, обсуждается содержательная сторона игры. Дети, когда обсуждают происходящее в игре, вырабатывают коллективное решение по поводу дальнейших действий игрока.

**Воздействуют терапевтически.** Многим детям они позволяют избавиться от чувства неполноценности: часто то, что не получается в реальной жизни, легко реализуется с помощью компьютера. Когда используют компьютер, многие младшие школьники начинают петь, рисовать, сочинять стихи. Учебные и игровые программы с доброжелательными героями поддерживают ребенка, внушают чувство доверия.

**Учат моделировать различные реальные и предполагаемые жизненные ситуации.** Подобные эксперименты дают возможность «проиграть» множество ситуаций, которые в последующем могут быть реализованы в жизни.

**Помогают самореализоваться.** Одни дети предпочитают головоломки и логические игры, другим нравятся игры на быстроту реакции, третьи привлекают обучающие игры, четвертые любят раскрашивать и т. п.



### Обратите внимание

Интерфейс — это набор средств, которые позволяют человеку и компьютеру взаимодействовать

**Оказывают коррекционный эффект при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья.** Многие дети впервые начинают обучение с помощью компьютера, им становится доступной большая часть информации, они осваивают речь, получают знания об окружающем мире и о себе. Компьютер можно эффективно использовать, чтобы корректировать речь, зрение.

**Интенсифицируют образовательную деятельность.** Дети с помощью игры приобретают знания не механически, а самостоятельно. Компьютерные технологии раскрывают, сохраняют и развивают личностные качества детей. Они приобщаются к исследовательской работе, анализируют и интерпретируют информацию; создают гипотезы и делают выводы; корректируют свои дальнейшие действия.

### Как выбирать жанр и продолжительность компьютерных игр

Чтобы дети могли играть в компьютерные игры без вредных последствий, нужно проконтролировать выбор жанра игры, содержание, систему управления, настройку интерфейса и уровня сложности. Нельзя играть в ущерб другим занятиям. Для младших школьников лучше выбирать логические игры, игры-симуляторы, так как они непродолжительны по времени, направлены на развитие мышления, внимания, памяти, скорости реакции у детей.

Оптимальный уровень сложности игры можно определить, когда родители наблюдают за реакцией детей в игре. Если ребенок перевозбужден, то следует снизить уровень сложности или сменить игру на другой тип. Если ребенок стал излишне нетерпелив — можно повысить уровень сложности. По времени игра для младших школьников не должна превышать 10–15 минут либо должна предусматривать запись промежуточных результатов работы с последующим ее продолжением.

### Какие формы и стадии компьютерной зависимости существуют

Зависимость от компьютерных технологий или компьютерная аддикция может быть выражена в двух формах:

- чрезмерная увлеченность компьютерными играми;
- интернет-зависимость (интернет-аддикция).

Стадии компьютерной зависимости: интерес – друзья посоветовали, как отвлечься от проблем, «убить время», развлечься; втягивание – если нет возможности играть, становится скучно, грустно; полная зависимость. Признаки компьютерной зависимости у ребенка:

- ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера;
- проводит за компьютером большую часть свободного времени (6–10 часов в день);
- провел хотя бы одну ночь у компьютера;
- прогулял школу – сидел за компьютером;
- приходит домой и сразу садится за компьютер;
- стал хуже учиться, потерял интерес к учебным предметам;
- практически нет реальных друзей, зато много виртуальных;
- во время игры ребенок начинает разговаривать сам с собой или с героями игры, как будто они реальные;
- забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось);
- пребывает в плохом, раздраженном настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался;
- трудно встает по утрам, просыпается в подавленном состоянии;
- конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.



### Справка

Социальная дезадаптация – это частичная или полная утрата человеком способности приспосабливаться к условиям окружающей среды

## Каковы психологические особенности зависимых от компьютера

Среди основных факторов, которые влияют на компьютерную зависимость у детей: неправильное воспитание в семье, участие в играх родителей и знакомых, эмоциональная подавленность. Особенность зависимых от компьютера – социальная дезадаптация. Виртуальный мир компьютерных игр, в которые играют дети, иногда жесток и беспощаден, настроен враждебно к виртуальному герою. Сам же герой противостоит этому миру и имеет для этого все необходимое: силу, ум, знания, оружие, средства защиты и т. д. Ему приходится уничтожать компьютерных врагов, а те, в свою очередь, пытаются уничтожить его.

Предлагаем памятку для родителей, которая позволит избежать компьютерной зависимости у детей → 52.

## Рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

- 1** Общайтесь со своим ребенком «на одной волне». Делайте его своим союзником в семейных делах. Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы.
- 2** Беседуя с ребенком, спрашивайте его мнение. Ежедневно рассказывайте, как прошел ваш день, спросите, что было интересного в его жизни.
- 3** Для ребенка очень важно, как воспринимают его близкие люди. Это – основа самооценки, и при таком стиле общения она будет оставаться адекватной.
- 4** Говорите с ребенком об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое неприятие зла, того, что разрушает, уничтожает личность.
- 5** Ограничьте время, которое ребенок проводит за компьютером, не позволяйте ему играть в компьютерные игры за 1,5–2 часа до сна и особенно ночью.
- 6** Осуществляйте «цензуру» компьютерных игр и программ. Научите ребенка использовать компьютер и интернет в помощь учебе.

7

Старайтесь держать в компьютере игры, развивающие логическое мышление. Они могут быть не менее интересными, чем «бродилки» и «стрелялки».

8

Если вы заметили, что ребенок начинает разговаривать с персонажами игры, прекратите ее.

9

Старайтесь развивать в ребенке другие интересы, кроме компьютерных игр. Запишите его в секцию или студию.

10

Обязательно ходите всей семьей в театр, музеи, кафе, выезжайте на пикники, в другие страны.

11

Посещайте другие города, чтобы зарядиться новыми впечатлениями и запастись приятными воспоминаниями.

12

Приобщайте ребенка к домашним обязанностям. Он может помогать родителям и выполнять посильную работу.

13

Культивируйте семейное чтение: читайте ребенку сами его любимые книги, комментируйте текст.

**14** Контролируйте круг общения ребенка, приглашайте его друзей в дом. Знайте место, где ребенок проводит свободное время.

**15** Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребенка. Научите способам снять эмоциональное напряжение, выйти из стрессовых состояний.

**16** Играйте в настольные и другие игры, приобщайте ребенка к традиционным играм.

**17** Не разрешайте ребенку выходить в интернет и играть в компьютерные игры бесконтрольно.

**18** По времени игра для младших школьников не должна превышать 10–15 минут или нужно записать промежуточные результаты и продолжить ее.

**19** Не забывайте, что родители – образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка.

**20** Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми. Ваше освобождение – лучший рецепт для профилактики зависимости у вашего ребенка.