



# «Компьютерная зависимость»

ВЫПОЛНИЛИ : УЧЕНИКИ 9 КЛАССА МОУ-ООШ  
С.ЧКАЛОВО ГОНЧАРОВ МИХАИЛ  
СИТКАЛИЕВ ДАМИР  
РУКОВОДИТЕЛЬ: ДУНИНА Н.П.  
КРАСНЫЙ КУТ 2011 г



Цель данной работы - изучение сведений о компьютерной зависимости, причин возникновения и симптомов компьютерной зависимости.

Для достижения этой цели были поставлены следующие задачи:

- - ознакомиться с литературой по данной теме;
- - получить целостное представление о компьютерной зависимости;
- - провести анкетирование среди учащихся на выявление компьютерной зависимости.



# При работе над данной темой были применены следующие методы исследования:

1. Анализ литературных данных о компьютерной зависимости.
2. Разработка анкеты о компьютерной зависимости.
3. Проведение анкетирования среди учащихся 5 – 9 классов школы.
4. Систематизация сведений, полученных на основе анкетирования.





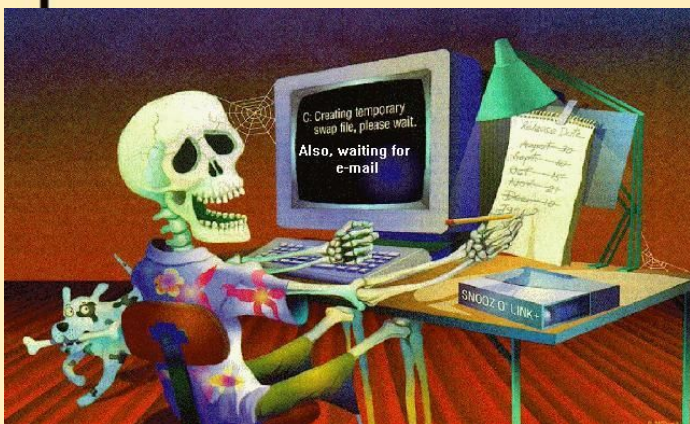
**Если человек относится к компьютеру как к техническому средству, которое облегчает жизнь, это нормально. Но если компьютер для него единственная дверь в мир, - это уже перекося.**







Чем опасна "**компьютерная зависимость**"? Распадом связей, и человеческих, и душевных. Потерей многих важных вещей. Физическими заболеваниями - больная спина и все, что ниже спины (образ жизни ведь сидячий), дефицит свежего воздуха тоже сказывается





# КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

**Интернет (сетеголизм)**

**Компьютерные игры  
(кибераддикция)**





## Причины возникновения компьютерной зависимости

- Усиливается отчуждение ребенка от структуры семьи.
- Зависимости подвержены те, у кого заниженная или завышенная самооценка.





# Симптомы психологической зависимости от компьютера

- хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
- нежелание отвлечься от работы или игры за компьютером;
- раздражение при вынужденном отвлечении;
- неспособность спланировать окончание сеанса работы или игры с компьютером
- забывание о домашних делах, служебных обязанностях, учебе, встречах и договоренностях в ходе работы или игры на компьютере;





# Группа риска

1. Психологи выявляют компьютерную зависимость и у шестилетних детей, однако наиболее нежелательной она является для подростков 12-15 лет. Причем на одну зависимую девочку приходится девять-десять мальчиков.
2. Подростковый возраст — это период формирования ценностей, расширения социальных контактов, — говорят психологи. — А зависимый ребенок ограничивает свой круг общения компьютером. В результате — отсутствие жизненного опыта, инфантилизм в решении жизненных вопросов, трудности в социальной адаптации.



# Группа риска

An illustration in the top-left corner showing a laptop with a heart and plus sign icon, an abacus with red and black beads, and a yellow pencil.

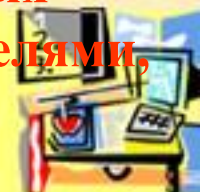
3. Компьютер становится бегством от реальности с ее проблемами, — утверждают психологи. — И невозможность исправить «ошибки» в жизни с такой же легкостью, как в игре, вызывает в зависимом ребенке различные легкие психические отклонения эмоционального плана — от агрессии до депрессии, от полного противопоставления себя миру до ухода в себя.



# Профилактика компьютерной зависимости



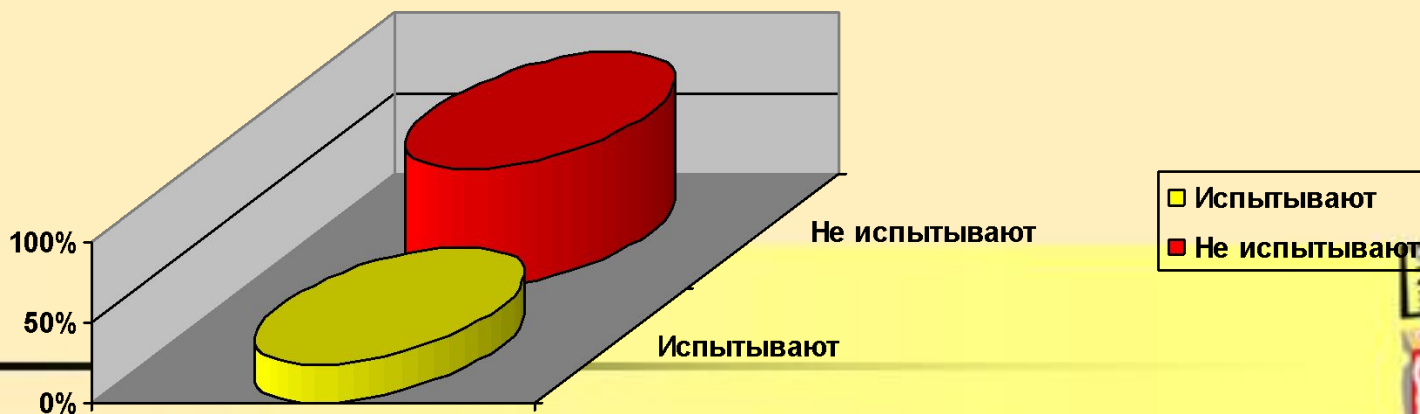
- 1) Чётко выделите количество времени для проведения у монитора.
- 2) В перерывах между играми выполняйте несложные упражнения—прогнитесь, потянитесь, походите по комнате или попрыгайте.
- 3) «Стрелялки» и «бродилки» старайтесь заменять играми, которые развивают логическое мышление.
- 4) Соблюдайте режим дня, прогуляйтесь на улице, пообщайтесь с друзьями.
- 5) Если долго сидите у компьютера, время от времени проверяйте своё зрение, делайте упражнения для глаз
- 6) Если вам неуютно от того, что рядом нет компьютера, вы редко фантазируете, а перед глазами герои компьютерных игр—не стесняйтесь и поговорите об этом с родителями, может быть, необходима помощь психолога.



# Влияние компьютера на учащихся Чкаловской основной школы

52 учащихся 5-9 классов  
Чкаловской основной школы

100% респондентов согласились с тем, что испытывают хорошее настроение при работе на ПК. Но и не испытывают раздражение если не сидят за компьютером с этим согласились 75% опрошенных.

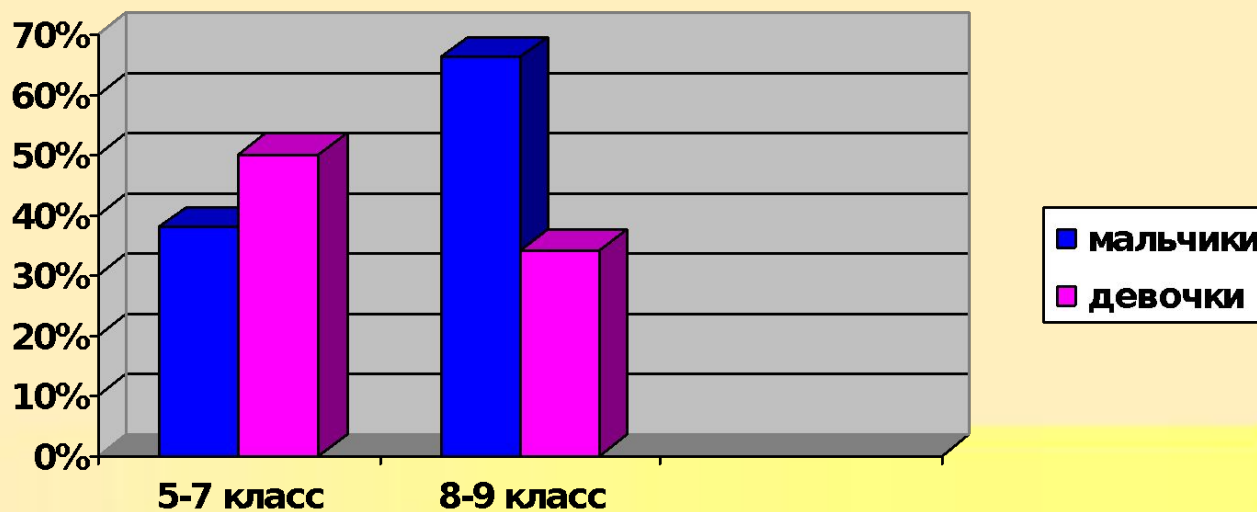






**Как показал анализ, среди учащихся 5-7 классов больше увлекаются компьютерными играми девочки, а среди учащихся 8-9 классов – мальчики.**

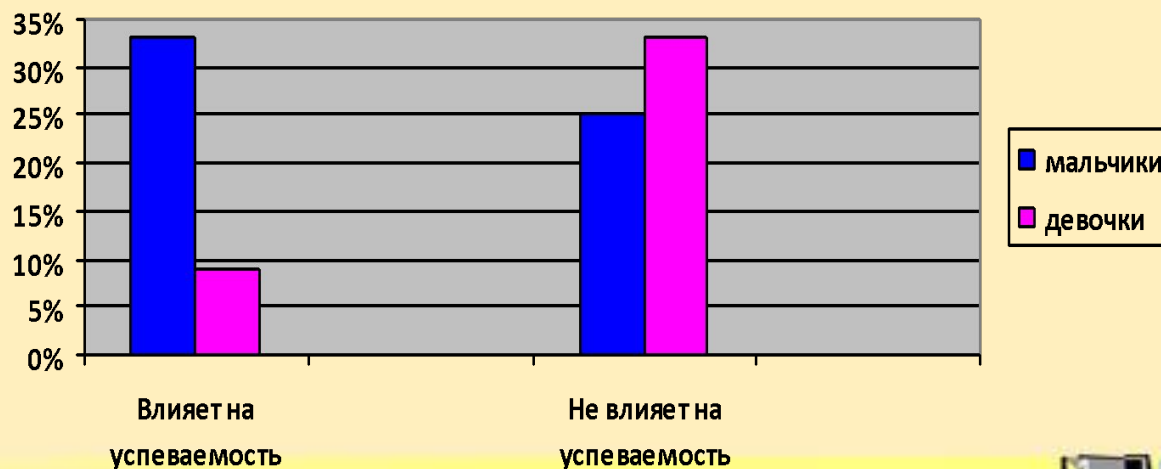
|          | 5-7 класс | 8-9 класс |
|----------|-----------|-----------|
| мальчики | 38 %      | 66 %      |
| девочки  | 50 %      | 34 %      |





**Ниже приведена перекрестная таблица,  
отражающая мнение девочек и мальчиков  
влияния ПК на успеваемость**

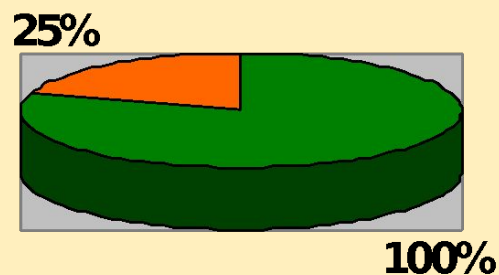
|                 | <b>Влияет на<br/>успеваемость</b> | <b>Не влияет на<br/>успеваемость</b> |
|-----------------|-----------------------------------|--------------------------------------|
| <b>мальчики</b> | <b>33%</b>                        | <b>25%</b>                           |
| <b>девочки</b>  | <b>9 %</b>                        | <b>33%</b>                           |





**23% опрошенных респондента считают, что общаться с людьми через интернет легче. 87% опрошенных респондентов высказали, что увлечены компьютерными играми. В итоге мы установили, что увлеченных ПК 25 % учащихся нашей школы.**

### **Общий процент увлеченных компьютером**



- **всего учащихся**
- **число увлекающихся компьютером**





# ВЫВОД

- если общий процент ребят 5-9 классов, увлеченных компьютером, по данным социологов, составляет 80%, то в школе он равен 25 %;
- учащиеся хорошо осведомлены о влиянии ПК на психическое и физическое здоровье человека из источников СМИ и уроков информатики;
- на данный момент высокая компьютерная зависимость школьников отсутствует; на наш взгляд, это объясняется тем, что школьники больше времени уделяют занятиям в кружках, спортивных секциях, подготовке к урокам.





# Заключение

Такая полезная и необходимая вещь, как **компьютер**, таит в себе еще одну опасность — зависимость от него самого. Поэтому эту проблему важно обсуждать и решать.







## Список использованной литературы

---

1. Варашкевич С.А. История конверсии компьютерной игры. М.: ИП РАН, 1997.
2. Виртуальная реальность./ История философии: Энциклопедия. — Мн.: Интерпрессервис; Книжный Дом. 2002.
3. Владыкина Т .№6Февраль 2007//Российская Газета
4. <http://edu.rin.ru/cgi-bin/article.pl?ids=2&id=574>
5. [http://e-kresli.lv/kresli\\_veseliba.htm](http://e-kresli.lv/kresli_veseliba.htm)
6. [http://medicininform.net/comp/comp\\_zdor9.htm](http://medicininform.net/comp/comp_zdor9.htm)
7. [http://vladnews.ru/2197/Obshhestvo/Monitora\\_negasimyj\\_svet\\_Opasen\\_li\\_kompjuter\\_dla\\_dete](http://vladnews.ru/2197/Obshhestvo/Monitora_negasimyj_svet_Opasen_li_kompjuter_dla_dete)
8. <http://www.games.ru/about>
9. <http://www.ug.ru/issues07/?action=topic&toid=3661>
10. <http://www.vitaminov.net/rus-9234-0-0-2974.html>
11. [wwwwww.www.myarhwww.myarh.rwww.myarh.ru](http://www.myarh.ru)

