Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №68

Индивидуальный итоговый проект на тему:

 Компьютерные игры – хорошо это или плохо?

 Выполнил:

Ученик 4 «Д» класса

Кузнецов Михаил

Руководитель:

Учитель начальных классов

Никитина Г.В.

г. Хабаровск

2025

# Содержание

Введение…………………………………………………………………….....…3

1. Теоретическая часть

1.1. История возникновения компьютерных игр……………………..….5

1.2. Влияние компьютерных игр на человека…..……………..…………7

1.3. Как выбрать игру, чтобы она приносила пользу, а не вред?.............9

1.4. Любопытные факты о компьютерных играх……………………….10

1. Практическая часть
2. 2.1. Анкетирование учащихся 4 «Д» класса...............………..……..….11

2.2. Эксперимент «Один день без компьютерной игры»…………...….13

Заключение……………………………………………………......…………….14

Список используемой литературы........................…………………………….15

**ВВЕДЕНИЕ**

«Компьютерные игры все более осознаются как явление культуры, достойное серьезного изучения и осознания присущей ему эстетики»

 А.И. Липков

Современный школьник, студент, сотрудник офиса взаимодействует с компьютером постоянно — на работе, дома, в машине. Компьютеры стремительно внедряются в нашу жизнь, занимая свое место в нашем сознании. Вместе с появлением компьютеров появились компьютерные игры, которые сразу же нашли своих поклонников. С совершенствованием компьютеров совершенствовались и игры, привлекая все больше и больше людей. Современный компьютерный мир без игр немыслим.

А насколько безопасны компьютерные игры для нас, вызывают ли они зависимость? Или, наоборот, если разумно распределять время, они расширяют наш кругозор, тренируют внимательность, образное мышление? Эти и другие вопросы, натолкнули меня на изучение данной темы.

**Цель работы:** выяснить влияние компьютерных игр на развитие и здоровье человека.

**Задачи:**

1. Узнать историю развития компьютерных игр;
2. Выявить положительное и отрицательное влияние игр на человека;
3. Выяснить, как выбирать игры с пользой для себя.
4. Найти интересные факты о компьютерных играх, о влиянии их на жизнь;
5. Провести анкетирование;
6. Провести эксперимент: «Один день без компьютерных игр»
7. Познакомить с проектом своих одноклассников и ребят нашей школы;
8. Сделать выводы.
9. **Гипотеза:** нельзя однозначно утверждать о пользе или о вреде компьютерных игр

**Методы исследования:**

- Сбор и анализ литературы и электронных источников;

- Анкетирование учащихся

- Проведение эксперимента

- Наблюдение

**Ожидаемые результаты исследования:**

- Получить новые знания о возникновении компьютерных игр

- Узнать о пользе и вреде компьютерных игр;

- Научиться проводить анкетирование;

- Научиться самостоятельно работать с книгами, журналами, энциклопедиями.

**1.ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

* 1. **История возникновения компьютерных игр.**

Компьютерные игры берут свое начало в 50-ые года двадцатого века. Но точно сказать, кто же является их первоначальным создателем, сказать весьма трудно. История знает трех человек, которые предположительно стали прародителями современных компьютерных игр. Первым из них является инженер Ральф Баэр, который в 1951 году предложил обществу идею интерактивного телевидения. Второй предположительный праотец – А. С. Дуглас. В 1952 году им была написана игра, получившая название «ОХО» или по-русски «крестики-нолики». И, наконец, третья личность, положившая начало компьютерным играм – Уильям Хигинботем. В 1958 году он создал компьютерную игру «Теннис», в которую могли играть сразу два человека.

Спустя три года появилась первая интерактивная компьютерная игра «Space War» («Космическая война»), где впервые уже «сражается» не человек с компьютером, а человек с человеком. Игра разрабатывалась несколькими программистами из Массачусетского технологического института. Группой руководили Стив Рассел и Мартин Гретц, которые познакомились в университетском туристическом клубе и сошлись на почве увлечения научной фантастикой. Игра была элементарно проста: два игрока управляли движением двух космических кораблей, вращавшихся вокруг планеты и паливших друг в друга ракетами. Рассел со своими коллегами и не предполагали, что открывают новую эру в масс - медиа. Сам компьютер PDP -1, программируемый цифровой процессор, появился на свет лишь за год до того, как Рассел приспособил его для «космических стрелялок». Своим создателям Spacewar не принесла никакого дохода, кроме славы в узких программистских кругах. Все, кто был причастен к появлению Spacewar, до сих пор работают с компьютерами.

К концу 1970–х годов в игры пришел звук. С ростом быстродействия персональных компьютеров в игры пришли мультимедийные средства – трехмерная графика, фотографии и видео. Начинания с 90-х бум компьютерных игр стал только набирать обороты, а индустрия расти и расти. А уже в первом десятилетии 21-го века игровая индустрия идет вперед семимильными шагами. Ежегодно выпускаются тысячи игр, расходящиеся по всему миру миллионами копий, а оборот составляет десятки миллиардов долларов. Наиболее успешные игровые проекты собирают сотни миллионов долларов от продаж.

* 1. **Влияние компьютерных игр на человека.**

В настоящее время компьютеры сравнительно недорогие и доступные многим. С появлением компьютера дома начинается освоение все новых, и новых компьютерных игр членами семьи, где самыми активными участниками являются дети.

Главный вопрос на сегодняшний день встает о том, каково влияние компьютерных игр на здоровье человека. Рынок компьютерных игр развивается очень быстрыми темпами, радуя новинками. Считается модным увлечением играть и делиться своими достижениями в игре со сверстниками. Самая главная опасность, которую представляют компьютерные игры – это возникновение игровой зависимости. Это настоящее отклонение психики, требующее помощи врача и поддержки родных и близких.

Кроме того, постоянное сидение за компьютером может вызвать негативные последствия: ухудшится зрение, возникнут проблемы с лишним весом и опорно-двигательным аппаратом, затекание кистей рук.

Говоря о вреде компьютерных игр для детей и взрослых, стоит отметить, что особую опасность в этом плане представляют различные «леталки», «стрелялки» и гонки. Чем опасны компьютерные игры, так называемые, «стрелялки»? Это самых опасных вид игр, поскольку игровая зависимость, вызванная ими, сопровождается агрессивностью, озлобленностью. И немудрено – часами отстреливая людей в виртуальном мире, вряд ли станешь добрейшим человеком.

Однако следует отметить, что компьютерные игры обладают рядом преимуществ и положительных для здоровья свойств:

1.Развивают память, внимание и логику

В 2009 году ученые провели исследование пользы и вреда действия компьютерных игр на способности, главным объектом которого стала всем известная видеоигра японских разработчиков «Марио», где по условиям игроку необходимо «прыгать» с платформы на платформу, собирая монетки и прочие призы. Группе испытуемых было предложено ежедневно уделять «Марио» определенное количество времени. Через несколько дней исследователи подвели итог: оказалось, что платформеры (именно к этому жанру игр и относится «Марио») развивают полезные способности ориентации человека в пространстве, стимулируют работу памяти, развитие логики и стратегического планирования.

Данные другого эксперимента показали, что головоломки типа «Тетрис» также имеют пользу помогать избавляться от неприятных мыслей, тяжелых воспоминаний, а также излечивать посттравматические расстройства и понижать тягу к перееданию.

2. Улучшают зрение

Далеко не секрет, что долгое времяпрепровождение за экраном компьютера влечет вред ухудшения зрения. Однако было доказано и обратное: некоторые компьютерные игры обладают полезными свойствами для наших глаз. Например, всем компьютерная игра «Call of Duty» улучшает способности различать самые маленькие детали вещей и предметов: к примеру, тонкие оттенки серого цвета. Такой полезный навык особенно может пригодиться водителям в туманную погоду.

3. Снимают стресс

Компьютерные игры способны приносить пользу и для психического состояния человека, помогая избавиться от стрессов, депрессии, успокоить нервы и поднять настроение. Это доказали ученые Оксфордского университета: в ходе исследований было установлено, что полезные свойства увлечения играми проявляются в снижении травматических воспоминаний и тяжелых переживаний, которые содержит наше сознание.

В течение 20 минут группе испытуемых демонстрировали материалы, провоцирующие бурную эмоциональную реакцию. В образный ряд были включены автомобильные аварии, различного рода трогательные или трагические сцены. После этого половине испытуемых было предложено поиграть 10 минут в «Тетрис», в отличие от контрольной группы участников.

Результаты показали, что эмоциональная реакция людей, игравших в «Тетрис», оказалась более уравновешенной, чем у контрольной группы – их память освободилась от большей части негативных переживаний, полученных в первой части эксперимента.

**1.3 Как выбрать игру, чтобы они приносила пользу, а не вред?**

В первую очередь, стоит обратить внимание на разновидности компьютерных игр, которые способствуют развитию интеллекта, логики, внимания, памяти и других качеств. Это различные логические игры, головоломки, ребусы. Такие игры не требуют повышенного внимания, скорости, напряжения глаз. Они размеренны и предназначены для длительного времяпровождения. Их можно прервать в любой момент, не рискуя быть убитым или съеденным.

С помощью компьютерных игр можно ненавязчиво обучится иностранным языкам, подтянуть знания по тому или иному предмету, развить «хромающие» качества и способности. Безусловно, компьютер не должен стать единственным источником развития – по-прежнему актуальными остаются книги, развивающие настольные игры, конструкторы, паззлы и многое другое.

Подбирая компьютерную игру, нужно руководствоваться несколькими правилами:

* компьютерная игра, особенно если она носит обучающий характер, должна обязательно подбираться в соответствии с возрастом, игра должна настолько заинтересовать, чтобы стремиться к достижению поставленной цели.
* Игры со сценами насилия или действиями, вызывающими агрессию или страх-недопустимы. Подобные эмоции могут отрицательным образом сказаться на психическом здоровье ребенка.
* Детские врачи рекомендуют детям возраста 3-5 лет проводить у компьютера не более 15 минут в день, а детям старшего возраста – от 20 минут. Нужно обязательно усвоить, что нельзя играть в компьютерные игры в ущерб важным занятиям, например, сну, еде, физкультуре.
* Родители должны обязательно контролировать содержание, смысл и время игры, а также наблюдать за реакцией ребёнка в процессе игры.

Компьютерные игры, насколько бы они ни были интересными и увлекательными, никогда не заменят того, что очень важно для полноценного развития – общения со сверстниками, прогулок, физического и творческого развития.

**1.4 Любопытные факты о компьютерных играх.**

Сложно найти человека, который ни разу не играл в компьютерные игры. И так же сложно найти человека, который знает о всех интересных фактах игровой индустрии – большинство игроков просто не интересуются этим. Однако поверьте, там немало интересного. Представляю вашему вниманию несколько, на мой взгляд, самых интересных фактов о игровой индустрии.

1. Легендарная игра Pac-Man про желтое нечто поедающее белые точки была создана 1980 году японцем Тору Иватани. Идея создание данного персонажа пришла к нему при поедании пиццы, которая как, оказалось, тоже может быть объектом вдохновения. Что касается имени героя, то оно тоже связано с едой, так как пак-пак в переводе с японского означает жевать.
2. По проведенным исследованиям выявлено, что все работники из разных сфер США тратят ежегодно на компьютерные игры в общей сложности полмиллиарда часов рабочего времени. Так же было выявлено, что такое безделье на рабочем месте обходится работодателям в 10 миллиардов долларов.
3. Самой продаваемой игрой за всё время была игра «Super Mario». Всего было продано более 225 миллионов копий. Но тем не менее недалеко от него ушла отечественная игра, созданная советским научным сотрудником академии наук Алексеем Пажитновым в 1984 году. Это был всем известный Тетрис, который был продан Пажитновым компании Nintendo в 1985 году. Всего было реализовано за всё время более 127 миллионов копий (по статистике на 2015 год).
4. Двенадцатилетний норвежец Ганс Ольсен спас себя и сестру от рассерженного лося во время прогулки в лесу. Мальчик применил навыки, увиденные в игре World of Warcraft. Сначала он поддразнил лося, чтобы отвлечь его от сестры, потом лег на землю и притворился мертвым- такая уловка доступна игрокам- охотникам 30-го уровня.
5. Ученые заинтерисовались, можно ли играть в тетрис бесконечно? Оказалось нет. Опустив математику, скажем только, что рано или поздно выпадут неудачные фигуры и ты проиграешь. В любом случае время не будет потеряно даром, поскольку ученые уверены: тетрис заставляет человеческий мозг работать активнее.

**2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**2.1 Анкетирование учащихся 4 «Д» класса.**

Изучив множество литературы и других источников на тему компьютерных игр, я провел анкетирование среди своих одноклассников, чтобы узнать, как они относятся к компьютерным играм.

В исследовании было опрошено 35 человек. Я задавал им следующие вопросы.

* Играешь ли ты в компьютерные игры? А) Да Б) Нет В) Иногда
* Сколько времени в день ты тратишь на игру? А) Меньше 30 минут

Б) Около 1,5-2 часов В) Более 2 часов Г) Нисколько, т.к. не играю

* Кто-нибудь, дома/родственники играют с тобой в компьютерные игры

А) Нет Б) Да Если да, напиши кто\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Бывают ли у тебя ссоры с родителями из-за компьютера? А) Да Б)Нет

 В) Иногда

* В какие компьютерные игры ты любишь играть?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Если у тебя есть свободное время, ты предпочтешь: А) Погулять

Б) Поиграть за компьютером В) ПочитатьГ) Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Как ты учишься в школе? А) на 4-5 Б) на 4-3 В) на 3 и ниже
* Занимаешься ли ты в каких-нибудь кружках? Если да, то в каких?

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

* Как ты считаешь, компьютерные игры полезны или вредны?

А) Вредны Б) Полезны В) Полезны, если не играть долго

Результат нашего анкетирования мы оформили в виде таблицы. Приложение

Проанализировав результаты, и оформив их в таблицу, я пришел к выводу, что практически все ребята играют в компьютерные игры. Возраст основной группы опрашиваемых - мои ровесники. Большинство играет в пределах допустимой для здоровья нормы – 30 минут, но, довольно-таки много- 1,5 часа, 2 и более. Бывает, играют с братьями, сестрами и с родителями, но также и с родителями бывают ссоры из-за длительной игры. Основные игры в которые играют мои одноклассники и друзья это - Roblox , Minecraft, Brawl stars. Эти игры не агрессивные, можно даже сказать в какой то степени познавательные. Игра же Minecraft представляет из себя пиксельную вселенную с огромным разнообразием жанров, карт, возможностей и режимов. Майнкрафт не ограничивает игрока в действиях, не ставит ему жестких целей и задач, поэтому каждый найдет для себя что-то подходящее – от простого развлечения до серьезного программирования.

Замечательно то, что всего 1/3 детей ответили, что в свободное время будет играть в компьютер, большинство находит много других полезных занятий – попеть, отдохнуть, погулять. Также хочу отметить, что увлечение компьютерными играми в большинстве своём не влияет на хорошую успеваемость в школе, подавляющее большинство учится на 4 и 5.

Много ребят среди опрошенных мною посещают дополнительные занятия, а иногда, даже 2 и 3, такие как игра на фортепиано, танцы, футбол, бокс, английский язык и др.

Ну и в заключение анализа анкетирования, хочется отметить, что большинство ребят понимают, что игры могут быть полезны, если играть в них не долго.

**2.2. Эксперимент «Один день без компьютерной игры».**

После обработки результатов анкетирования, мне стало интересно, а все ли опрошенные ребята смогут провести один день, не играя в компьютерные игры. Мы договорились, что после школы будем заниматься любыми другими занятиями, но ни в какие игры заходить не будем. Всем понравилась эта идея эксперимента.

На следующий день, мои одноклассники и друзья поделились своими впечатлениями:

1. Первое, что отметили все участники эксперимента, так это то, что практически все хотели поиграть, хотя бы немного.

2. Большая часть ребят в этот день нашли себе другие занятия- читали больше обычного, просто отдыхали, пошли погулять, общались с друзьями и родственниками.

3. Но были и такие, кто всё-таки не выдержал и хоть 15 минут, но поиграл в компьютерную игру, обосновав это тем, что они же недолго играли, всего 15 минут.

По результатам эксперимента, хочется сделать вывод, что всё-таки ребята довольно привязаны к компьютерным играм, привыкли, что уже хоть 15 минут, но нужно поиграть. Однако большинству ребят не составило труда найти себе другие не менее замечательные занятия.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

 Проблема влияния компьютера на человека очень обширна и многогранна. Но я считаю, что моя гипотеза полностью подтвердилась. Влияние компьютерных игр на людей, и, детей в частности, неоднозначно. Нельзя сказать, что компьютерные игры – это плохо, и надо совсем отказаться от них. (Приложение 7. Рис.1.) Как нельзя сказать, что хорошо, и можно играть сколько хочется и в любые игры. В компьютерных играх, как и во много другом, нужно пользоваться принципом не навреди. Компьютер, как и всё, что окружает нас, может быть и полезным, и вредным.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

* Симонович С.В., Евсеев Г.А. «Занимательный компьютер: Книга для учителей и родителей», М.: Информком-пресс, АСТ – пресс, 2002
* Липков А. Ящик Пандоры: феномен компьютерных игр в мире и в России. -М.: Изд-во ЛКИ, 2008
* Леонтьев В.П. Развлечения в Интернете. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.
* <https://www.gov.kz/memleket/entities/dsek-zhetisu/press/news/details/625958?lang=ru>
* <https://infourok.ru/polza-i-vred-kompyutera-kakie-osnovnye-preimushestva-i-nedostatki-5407465.html>
* <https://www.art-talant.org/publikacii/92800-statyya-na-temu-o-polyze-i-vrede-kompyyutera>
* <https://mogcp.by/information-section/information/item/1052-kompyuter-polza-ili-vred>
* <https://dzen.ru/a/ZIm7dquEFG5m9wPJ>
* <https://obrazovaka.ru/question/polza-i-vred-kompyutera-sochinenie-272264>
* [https://08.rospotrebnadzor.ru/280/-/asset\_publisher/58fC/content/памятка-польза-и-вред-компьютера](https://08.rospotrebnadzor.ru/280/-/asset_publisher/58fC/content/%D0%BF%D0%B0%D0%BC%D1%8F%D1%82%D0%BA%D0%B0-%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B0-%D0%B8-%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%B4-%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D1%8C%D1%8E%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0)

|  |  |
| --- | --- |
| Сколько тебе лет? | ***Кол-во Человек*** |
| Играешь ли ты в компьютерные игры? |  |
| А) Да | 19 |
| Б) Нет | 3 |
| В) Иногда | 12 |
| Сколько времени в день ты тратишь на игру?  |  |
| А) Меньше 30 минут | 18 |
| Б) Около 1,5-2 часов | 8 |
| В) Более 2 часов | 5 |
| Г) Нисколько, т.к. не играю | 3 |
| Кто-нибудь, дома/родственники играют с тобой в компьютерные игры? |  |
| А) Нет | 12 |
| Б) Да | 22 |
| Бывают ли у тебя ссоры с родителями из-за компьютера? |  |
| А) Да | 13 |
| Б) Нет | 7 |
| В) Иногда | 14 |
| В какие компьютерные игры ты любишь играть? |  |
| Gacha Life, Roblox , Minecraft, Brawl stars и др. |  |
| Если у тебя есть свободное время, ты предпочтешь? |  |
| А) Погулять | 11 |
| Б) Поиграть за компьютером | 12 |
| В) Почитать | 4 |
| Г) Другое – попеть, посмотреть ютуб, отдохнуть, помочь маме, посмотреть мультики и др. | 7 |
| Как ты учишься в школе? |  |
| А) на 4-5 | 26 |
| Б) на 4-3 | 8 |
| В) на 3 и ниже | 0 |
| Занимаешься ли ты в каких-нибудь кружках? Если да, то в каких? |  |
| Гимнастика, художественная школа, английский язык, баскетбол, футбол, бокс, уроки фортепиано, танцы и др. |  |
| Как ты считаешь, компьютерные игры полезны или вредны? |  |
| А) Вредны | 3 |
| Б) Полезны | 10 |
| В) Полезны, если не играть долго | 21 |