



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Деятельность педагога по профилактике гейм-зависимости у младших  
школьников**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.02 психолого – педагогическое образование**

**Направленность программы бакалавриата/магистратуры  
«Психология и педагогика начального образования»**

**Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

84% % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 11 » мая 2020 г.

Зав. кафедрой ПП и ПМ

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнил (а):

Студент (ка) группы ЗФ-508-110-5-1  
группы

Малыгина Ирина Юрьевна

Научный руководитель:

К.п.н., доцент

Жукова Марина Владимировна

Челябинск  
2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. РАССМОТРЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГЕЙМ-ЗАВИСИМОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ... 6	6
1.1. Особенности компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста.....	6
1.2. Формы и методы работы учителя по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников.....	14
Выводы по 1 главе.....	21
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГЕЙМ-ЗАВИСИМОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ .....	23
2.1 Цель и задачи экспериментальной работы. Характеристика использованных методик.....	23
2.2 Анализ результатов изучения уровня гейм-зависимости у детей младшего школьного возраста.....	27
2.3 Программа работы педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников .....	32
Выводы по 2 главе.....	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	44
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	47
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	53

## ВВЕДЕНИЕ

Сохранение здоровья обучающихся на этапе обучения в начальной школе – требование, которое осознают не только родители, но также и сами педагоги. В условиях здоровьесберегающей среды начальной школы обучающийся сможет наиболее полно раскрыть свой потенциал, освоить программу начального общего образования, а также обеспечить развитие тех качеств личности, которые необходимы для дальнейшего успешного развития и обучения.

Актуальность выбранной темы данной выпускной квалификационной работы определена тем, что на современном этапе под воздействием массового проникновения информационно-коммуникационных и компьютерных технологий в повседневную жизнь обучающихся младшего школьного возраста достаточно распространенными являются феномены гейм-зависимости или зависимости от компьютерных игр. В сравнении с аналогичной ситуацией на более поздних возрастных этапах, приобретение гейм-зависимости в младшем школьном возрасте наиболее опасно, поскольку в дальнейшем личность школьника испытывает гораздо больше трудностей в избавлении от данной формы нехимической аддикции, а также наступает максимальная инфантилизация потребностей, интересов, запросов младшего школьника в образовательной среде. Помимо этого, имеются исследования (Д.В. Малий, 2012, А.А. Алиев, 2016), доказывающие, что гейм-зависимость не позволяет младшим школьникам справляться с базовыми элементами образовательной программы.

В качестве теоретико-методологической базы используются труды следующих авторов: В.А. Аверина, А.А. Багдасарян, Л.К. Бусловской, А.Е. Войскунского, К.В. Вынту, А.В. Гришиной, А.Е. Елкиной, М.В. Жуковой, Е.В. Зеркиной, М.С. Иванова, Т.С. Комаровой, Ю.М. Кузнецовой, Д.В.

Малий, В.Г. Пахомовой, М.И. Степановой, В.Г. Титова, Е.В. Шавыркиной, К.С. Янг и др.

Противоречие исследования состоит в том, что в то время как в теоретических исследованиях проблема гейм-зависимости у младших школьников в достаточной степени изучена, отмечается недостаток методического обеспечения данного вида работы педагога по профилактике компьютерной зависимости среди обучающихся. Проблема исследования: каково содержание программы деятельности педагога, направленной на профилактику гейм-зависимости у детей младшего школьного возраста в деятельности учителя?

Цель исследования: изучение теоретических аспектов проблемы профилактики гейм-зависимости у младших школьников для разработки программы работы педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников.

Объект исследования: гейм-зависимость младших школьников.

Предмет исследования: деятельность педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников.

Задачи исследования:

1. Определить формы и методы работы учителя по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников.
2. Охарактеризовать особенности компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста.
3. Сформулировать цель и задачи экспериментальной работы, представить характеристику используемых методик.
4. Произвести анализ результатов изучения уровня гейм-зависимости у детей младшего школьного возраста.
5. Разработать программу работы педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников.

Для достижения поставленной цели и задач данной выпускной квалификационной работы были использованы следующие методы: анализ, синтез, определение, классификация, абстрагирование, конкретизация, изучение передового научно-теоретического и методического опыта, психодиагностика, опрос, моделирование.

База исследования: МБОУ «СОШ» г. Челябинска.

Практическая значимость результатов исследования состоит в разработке программы работы педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников, которая может быть предложена для внедрения в деятельность учителя начальных классов с учетом выдвинутых рекомендаций по диагностике и коррекции склонности к компьютерным играм среди обучающихся.

Структура исследования подчинена логике поставленной цели и задачам данной выпускной квалификационной работы. Исследование состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы, который включает в себя 50 наименований (1 источник на иностранном языке) и 2 приложений. В тексте работы 4 таблицы, 5 рисунков.

# ГЛАВА 1. РАССМОТРЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГЕЙМ-ЗАВИСИМОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

## 1.1. Особенности компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста

Компьютерная зависимость выступает в качестве одной из форм аддиктивного поведения, которая опирается не на химическую зависимость, а на поведенческую модель, к которой стремится аддикт, как характеризует данное явление А.Ю. Федосов [45]. Аддиктивное поведение выступает в качестве одного из проявления девиации, которое заключается в злоупотреблении теми или иными явлениями, наносящими вред физиологическому и психическому состоянию зависимого.

Ю.М. Кузнецова характеризует аддиктивное поведение в качестве «проявления девиантного поведения, когда личность стремится к уходу от реальности за счет искусственного изменения собственного психического состояния», прибегая, при этом, к использованию химических препаратов, созданию условий для получения адреналина, интенсивных эмоций и т.д. [31, с. 29]. Аддиктивное поведение оказывает разрушающее воздействие на жизнь личности, делая его беспомощным, понижая его волю и способность к самостоятельному преодолению собственного неблагополучия. Ф. Оскенбей выделяет следующие формы эскапистской деятельности, которую может предпринимать аддикт: бегство в тело, бегство в работу, бегство в контакты, либо в одиночество, либо бегство в мир фантазий [50]. Соответственно, учитывая специфику младшего школьного возраста, можно определить, что дети данной категории наиболее предрасположены к бегству в фантазии, поскольку пространство компьютерной игры создает

альтернативную реальность, наделяет их такими способностями, которых они лишены в реальности, тем самым, вызывая приверженность виртуальному образу жизни.

Явление компьютерной зависимости определяется О.И. Кашник в качестве «патологического пристрастия человека к работе, либо к проведению времени преимущественно за компьютером» [27, с. 86]. Впервые явление компьютерной зависимости стало обсуждаться в мировом сообществе в начале 80-х гг. в США, однако и на современном этапе данный феномен получает двойную оценку: одни исследователи определяют гейм-зависимость в качестве психического расстройства, в то время как другие вообще отрицают данное явление в качестве формы аддиктивного поведения.

Между тем, в современной отечественной науке наряду с терминами компьютерной и гейм-зависимости также довольно часто говорят об интернет-зависимости (А.А. Багдасарян, 2019, А.Е. Войскунский, 2004, Ю.М. Кузнецова, 2009, В.А. Лоскутова, 2004 и пр.), а также об игромании (А.А. Аветисова, 2011, А.А. Алиев, 2016, Е.Н. Волкова, 2020, О.И. Голубинская, 2016 и др.). Большинство существующих подходов едины в мнении о том, что компьютерная зависимость непосредственно связана с патологически длительным временем, которое личность проводит за компьютером.

В младшем школьном возрасте, с учетом возраста, компьютерная зависимость проявляется в нескольких видах: в форме зависимости от социальных сетей, а также в форме зависимости от компьютерных игр (гейм-зависимость), как пишет об этом А.Г. Днепров [16]. Л.Н. Юрьева и Т.Ю. Больбот дают более детальную классификацию проявлений компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте:

1. Зависимость от навязчивого интернет-серфинга (младший школьник ищет информацию по базам данных, по поисковым сайтам, путешествует в сети).

2. Зависимость от азартных игр.

3. Вступление в виртуальные знакомства.

4. Зависимость от порносайтов.

5. Гейм-зависимость [48].

Гейм-зависимость является одной из наиболее распространенных форм компьютерной зависимости, которая получает свою трактовку в качестве игровой аддикции, кибернетической лудомании [4]. Гейм-зависимость определяется в качестве патологического увлечения компьютерными играми, в которых ребенок испытывает азарт, может сталкиваться с денежным риском, либо риском для собственного здоровья [40].

На современном этапе создана обширная картотека компьютерных игр, которая слабо поддается классификации. К.С. Янг выделил следующие классы игр, зависимыми от которых могут стать младшие школьники, среди них:

– игры, стимулирующие формально-логические и комбинаторные операции;

– азартные игры, опирающиеся на интуитивное и иррациональное мышление (покер, тотализатор);

– спортивные игры, зависящие от ловкости, проворства, развитой сенсомоторной координации;

– военизированные игры, игры-шутеры (в которых требуется имитировать служебную деятельность, вступать в атаку с противником, убивать);

– игры, выстроенные по типу преследования-избегания (опираются на интуитивный компонент мышления, а также эмоционально-чувственное восприятие);

– авантурные игры (игры-приключения, аркады), которые требуют развитого наглядно-действенного мышления, сформированных локомоторных навыков, способности к абстрактному моделированию недостающих элементов зрительного поля, развитой оперативной памяти;

– игры-тренажеры [49].

Следует отметить, что, в общем и целом, компьютерные игры наделены как положительными, так и отрицательными чертами. Положительные черты связаны с тем, что пространство компьютерной игры совершенствует технические навыки взаимодействия с компьютером, которые в дальнейшем могут обеспечить получения профессии в сфере IT-технологий, а также создать компетентного пользователя ИКТ. Помимо этого, большинство игр опираются на те или иные формы мышления, формируют зрительную реакцию, ловкость, быстрое реагирование, что также необходимо для современного ребенка. Однако все эти достоинства могут быть достигнуты исключительно при грамотном включении некоторых элементов игрового взаимодействия в повседневную жизнь младшего школьника. Неконтролируемое же увлечение компьютерными играми накладывает негативный отпечаток на психику ребенка, как считает В.Г. Титов [44].

Наиболее опасными видами компьютерных игр являются ролевые игры, как считает М.И. Степанова [42]. Под ролевой компьютерной игрой следует понимать игру, в которой играющий принимает роль того или иного компьютерного персонажа, происходит отождествление собственной личности с данным персонажем, играющий включается в игровой сюжет. В современной игровой практике существуют следующие виды ролевых игр:

– игры от первого лица, в которых картинка окружающего мира транслируется как бы из глаз главного героя. Подобные игры максимально приближены к трансформации реальности, в результате чего младший школьник может потерять связь с окружающей действительностью, он целиком интегрируется в игровой процесс. Зачастую игры от первого лица представлены шутерами, когда необходимо постоянно вступать в борьбу с противниками (например, это игры «Counter strike», «Wolfenstein», «Minecraft»);

– игры от третьего лица (при которых игрок видит со стороны своего персонажа). Довольно часто РПГ от третьего лица связаны с квестами, путешествиями, выполнением заданий. В данном случае игрок уже меньше отождествляет себя с принятой ролью, может дистанцироваться от игрового пространства (например, это игры «The Witcher», «Assassin's creed», «Lineage», «Warcraft»);

– стратегические игры. В играх-стратегиях главный герой отсутствует, младший школьник может сам представлять своего героя. Ему необходимо руководить, управлять развитием государства (например, «Civilization», «Total war» и т.д.) [20, с. 5].

Опасность ролевых пошаговых игр в младшем школьном возрасте связана с тем, что психика и Я-образ ребенка пока что находятся в активной стадии формирования, крайне подвержены влиянию извне, следовательно, длительное времяпрепровождение от лица несуществующего персонажа могут спровоцировать диссоциацию ребенка с собственной личностью, увеличить расстояние между Я-реальным и Я-воображаемым, что будет крайне сложно поддаваться коррекции впоследствии.

Формирование компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста сопряжено со следующими факторами:

– социальные факторы (атмосфера в семье, степень включенности окружающих сверстников, а также взрослых в компьютерные игры, отсутствие других форм времяпрепровождения, недостаток контроля взрослых над использованием компьютера в свободное время);

– психологические и индивидуально-личностные факторы (частые тревожные состояния, конформизм, чувство неуверенности в себе, отказ от выполнения полезной работы, лень, стремление заслужить симпатию других людей вне зависимости от собственного отношения к ним, потребность получать высокую оценку при выполнении любого задания, стремление достигнуть результат любой ценой, получить похвалу, зависть к успешности других людей и т.д.) [22, с. 83].

В случае, если ребенок дома испытывает проблемы в установлении оптимальных взаимоотношений с окружающими, детско-родительские отношения являются неконструктивными, ребенок испытывает стресс и чувство неудовлетворенности большую часть времени, вероятнее всего, у него будет склонностью к компьютерной зависимости. Попадая в пространство игры, ребенок получает возможность почувствовать себя комфортно, поскольку он уже сильный, смелый, вооруженный и успешный. Возвращаясь из мира фантазий, ребенок с удвоенной силой ощущает собственную слабость, незащищенность, агрессию окружающих, поэтому стремится все свое свободное время посвятить компьютерным играм.

В младшем школьном возрасте возникновение компьютерной зависимости особенно опасно, поскольку, в первую очередь, дети в данном возрасте все еще увлечены игрой и вовремя распознать симптомы патологии не представляется возможным. Среди подобных признаков М.С. Иванов перечисляет:

- состояние полной поглощенности игрой (ребенок размышляет о прошлых играх, планирует свои действия в игре, даже когда находится в школе, занят интересным делом и т.д.);
- наличие эмоционального подъема при взаимодействии с компьютером, состояние взбудораженности, возбуждения во время игры;
- нежелание отвлекаться от игры, даже если на то существуют весомые обстоятельства (чувство голода, нужды, холода);
- демонстрация раздражения, тревоги, переживаний, если ребенку против воли необходимо выйти из игры;
- прибегание к игре как к средству избавления от неприятных эмоций, тревожных переживаний;
- частые попытки отыгаться, исправить ситуацию в случае неудачи;
- ложь, либо стремление оправдать свое поведение, если ребенок подозревает, что взрослый обеспокоен его включенностью в игру;
- пренебрежение домашними делами, обязанностями, учебой, личными встречами со сверстниками, понижение качества взаимоотношений в школе, с родителями, педагогами;
- воровство, либо одалживание денег у родителей, сверстников, чтобы получить бонусы в игре, либо купить новую игру;
- пренебрежение физиологическими потребностями в пользу игры, принятие пищи за компьютером, либо отказ от еды во время игры [25].

Характеризуя компьютерную зависимость в качестве болезни, можно выделить следующие стадии, которые актуальны и для детей младшего школьного возраста. Наиболее подробно стадии компьютерной зависимости описывает Р.А. Кардашян [26]:

I стадия – происходит легкое увлечение игрой после первого, либо повторного опыта. С каждым новым разом игра становится все более привлекательной: ее звуковые, графические характеристики,

правдоподобность, сюжет, персонажи и т.д. В игре ребенок может реализовать свою мечту, занять желанную роль и т.д.

Затем формируется потребность вновь оказаться в этой игре, стать тем или иным персонажем. Во время возвращения в игру ребенок испытывает удовольствие, быстро справляется с заданиями. Ребенок начинает все чаще играть в ту игру, которая ему понравилась, однако он может легко прерваться, отвлечься на другие дела, забыть об игре.

II стадия – возникновение потребности в игре. Ребенок стремится к игре, чтобы скрыться от действительности. Возникает привычка систематически играть в определенные игры. Если отсутствуют возможности по удовлетворению этой потребности, ребенок может предпринимать весьма серьезные меры, чтобы удовлетворить потребности (устраивать скандалы в магазине компьютерной техники, истерики, когда необходимо идти домой из гостей, у которых есть компьютер и т.д.).

III стадия – формирование непосредственной зависимости. Игра не только является потребностью, но также оказывает воздействие на деформацию жизненных и смысловых ценностей личности. Самооценка, а также самосознание ребенка неразрывно связаны с его успехами в компьютерной игре. Зависимость приобретает либо социализированную, либо индивидуализированную формы. При социализированной форме ребенок стремится сохранять социальные контакты с другими игроками, дети часто собираются вместе, либо играют во компьютерной сети вместе. Основа взаимодействия – соревнование друг с другом. Однако наиболее опасной является индивидуализированная форма, в которой личность полностью уходит в себя, максимально дистанцируется от окружающих людей.

При индивидуализированной форме ребенок может более 12 часов проводить в одиночестве, взаимодействия с игрой, базовые физиологические потребности максимально подавляются. Неудачи в игре

приводят к острым вспышкам фрустрации, при которых ребенок может сломать рядом лежащие вещи, разбросать игрушки, нанести себе увечья. Без специализированной помощи выведение ребенка в индивидуализированной стадии компьютерной зависимости невозможно.

Таким образом, было определено, что под компьютерной зависимостью следует понимать патологическую привязанность к чрезмерно длительному времяпрепровождению за компьютером. Младший школьный возраст опасен тем, что дети могут приобрести следующие формы компьютерной зависимости: зависимость от социальных сетей, либо от компьютерных игр. Гейм-зависимость – патологическая потребность находиться в игровом пространстве, действовать от лица воображаемого персонажа, посвящать игре все свое свободное время. В младшем школьном возрасте образ Я еще недостаточно четко сформирован у обучающихся, именно поэтому увлечение компьютерными играми, где необходимо брать на себя роль персонажа, развивать ее, действовать от ее лица особенно опасно. В условиях отсутствия внешнего контроля, у детей могут быть определены три стадии компьютерной зависимости, где самой опасной является индивидуализированная форма игровой зависимости.

## 1.2. Формы и методы работы учителя по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

Реалии сегодняшнего дня таковы, что ограждение ребенка от использования компьютера не только невозможно, но и нецелесообразно, следовательно, необходимо свести к минимуму риск возникновения компьютерной зависимости, установив правила взаимодействия с компьютером, как считает О.И. Кашник [27].

Прежде всего, необходимо соблюдать ряд гигиенических правил, поскольку продолжительная работа на компьютере может нанести непоправимый вред здоровью ребенка, провоцируя развитие близорукости, катаракты, нарушения осанки, головные боли, нарушения мозгового кровообращения. Известны случаи, когда продолжительная компьютерная игра заканчивалась у ребенка инсультом [32]. Предотвратить негативные последствия для здоровья поможет соблюдение несложных рекомендаций.

1. Время работы на компьютере для младшего школьника должно быть ограничено 20-30 минутами не чаще трех раз в неделю. Детям дошкольного возраста за компьютером находиться не рекомендуется вообще.

2. Ребенок, у которого ослаблено зрение, должен садиться за компьютер только в очках.

3. Освещение должно быть достаточным, недопустима работа в темноте.

4. Расстояние монитора от глаз ребенка должно быть не менее 50 – 70 см.

5. Компьютерный стол должен быть таким, чтобы ребенок мог принять правильную рабочую позу.

6. Работу за компьютером необходимо чередовать с выполнением гимнастики для глаз и снятия общего утомления [41].

Одним из главных направлений профилактики зависимости от компьютерных игр является тесное взаимодействие педагога с семьей, как отмечает Д.В. Малий [34]. Важно, чтобы в процессе организации взаимодействия ребенка с компьютером родители обратили внимание на следующее. Во-первых, при выборе игры необходимо учитывать личностные особенности ребенка, его темперамент. Игра поможет скорректировать присущие тому или иному типу темперамента недостатки. Ребенку-меланхолику лучше предложить игры с элементом

соревнований, холерику — интеллектуальные, флегматику — спортивные, а для сангвиника полезны будут игры-конструкторы.

Во-вторых, предпочтение следует отдавать играм с исследовательской направленностью, которые формируют у ребенка познавательную активность, являющуюся залогом успешности обучения.

В-третьих, уровень сложности игры должен соответствовать возможностям ребенка, поскольку «прохождение» слишком легкой игры не окажет влияния на развитие юного игрока, не приведет к возникновению удовольствия от хорошо выполненной задачи (что является важным для формирования учебной мотивации в будущем), а сложная вызовет потерю интереса [12].

В-четвертых, необходимо соблюдение баланса ритма и продолжительности игры: чем выше уровень напряженности игры, тем меньше ее продолжительность.

В-пятых, нельзя требовать от ребенка немедленного, по распоряжению родителей, прекращения игры. Необходимо дать возможность завершить игровой эпизод, иначе у него возникнет состояние эмоционального дискомфорта.

В-шестых, регламентировать время общения ребенка с компьютером ни в коем случае нельзя в резкой, беспелляционной форме. Это, скорее всего, вызовет обратную реакцию [10].

И, наконец, в-седьмых, поскольку для детей младшего школьного возраста рекомендуются ограничения по времени игры, необходимо объяснить, что она не должна вестись в ущерб другим, не менее важным и интересным занятиям, что существует множество интересных развлечений помимо компьютера.

Еще одним важным направлением профилактики зависимости от компьютерных игр является демонстрация ребенку других, не менее захватывающих возможностей компьютера. Уже в младшем школьном

возрасте ребенок может овладеть азами программирования и веб-дизайна, компьютерной графики и анимации, научиться использовать возможности компьютера для общения (например, писать письма), в познавательных целях для поиска информации, как пишет об этом К.В. Оганесян [36]. Для того, чтобы компьютер стал помощником для ребенка, удобным инструментом для работы и творчества, необходимо, чтобы педагоги вместе с ним осваивали огромный и такой захватывающий компьютерный мир.

Необходимость овладения компьютерными технологиями на современном этапе развития общества не вызывает сомнений, однако требует повышенного внимания проблема профилактики аддиктивного поведения. В силу ряда причин учитель начальных классов является именно тем субъектом образовательного процесса, который может наиболее эффективно осуществлять профилактическую работу, в связи с чем перед высшей школой встает проблема теоретического и методического обеспечения подготовки будущих учителей начальных классов к работе по профилактике аддиктивного поведения, как пишет об этом Е.В. Шавыркина [47]. В своей деятельности учитель может руководствоваться следующими формами организации досуга обучающихся.

Проблема использования свободного времени подрастающего поколения в целях всестороннего воспитания и развития всегда были насущными для общества. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно это воспитание осуществлять в свободное от обучения время. Таким образом, профилактическая работа по преодолению гейм-зависимости у младших школьников в деятельности учителя должна быть направлена на их культурно-творческую деятельность и духовно-нравственный потенциал,

высокий уровень самосознания, дисциплины, способности сделать правильный нравственный выбор, как считает М.И. Степанова [41].

При проведении различных форм работы по профилактике зависимостей необходимо заинтересовывать ребёнка, увлекать деятельностью. Материал должен подаваться, учитывая возрастные особенности (то, что интересно ребёнку именно в этом возрасте), выделять акценты на формирование перспективы роста, развития. Единственным на настоящий момент проверенным способом не дать ребёнку оказаться в зависимости от компьютера - это привлечь его в процессы, не связанные с компьютерной деятельностью, чтобы электронные игры и процессы не стали заменой реальности, как отмечает А.А. Семенко [39].

Учитель может показать младшему школьнику, что существует масса интересных развлечений помимо компьютера, которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние. Задача педагога состоит в том, чтобы организовать досуг ребенка, оградить его от негативного воздействия информационных технологий, в том числе и компьютера [49].

Рассмотрим методы и формы деятельности учителя, направленной на профилактику зависимости от компьютерных игр:

1. Проведение встреч для родителей (цель: формирование родительской компетентности, просветительская работа в вопросах профилактики зависимости);

2. Проведение развивающих (тренинговых) занятий по профилактике зависимости с учащимися образовательного учреждения (Цель: формирование эмоционально-волевой сферы и социальных навыков; формирование установки на здоровый образ жизни);

3. Проведение мониторинговых исследований (анкетирования) в рамках профилактики зависимости от компьютерных игр (первичный, повторный);

4. Проведение игры-оболочки: «Брейн-ринг» (вопросы, направленные на профилактику зависимости, формирования здорового образа жизни.); КВН;

5. Проведение интегрированных уроков: создание социальных проектов (интегрированные занятия: социальный педагог, педагог-психолог, учитель информатики) интеграция возможностей проектной и исследовательской деятельности в целях формирования коммуникативной компетентности;

6. Проведения в школе «Дня здоровья», «Дня психологии», который включает в себя конкурсы, акции, игры, направленные на профилактику зависимости;

7. Работа с педагогическим составом школы, направленная на повышение педагогической компетентности учителя в рамках профилактики зависимости (проведение семинаров, мастер - классов, педагогических мастерских).

8. Создание видеотеки (электронной библиотеки) по профилактике различных видов зависимостей в образовательном учреждении. С помощью методов психологической науки можно решать целый ряд важных практических задач

9. Проведение серии занятий физической культурой, совместным детско-родительским активным отдыхом [34].

Важным показателем результативности профилактической деятельности является уровень удовлетворенности родителей и интереса школьников к занятиям. Неинтересно организованная деятельность не может привлечь внимание школьников и достичь целей. В процессе профилактической деятельности происходит развитие скрытых способностей и потенциала детей, что может быть по определенным причинам недостаточным во время школьного образования. Профилактическая деятельность учителя использует иные методы и

формы работы, что дает ей такой потенциал. Этим определяется ее важность и возможность использования внеурочной деятельности для профилактики зависимости от компьютерных игр у младших школьников, как считает В.А. Аверин [1].

В направлениях профилактики гейм-зависимости можно выделить следующие формы профилактики. Профилактика – это комплекс различного рода мероприятий, направленных на предупреждение какого-либо явления и/или устранение факторов риска [6]. В зависимости от состояния здоровья, наличия факторов риска заболевания или выраженной патологии можно рассмотреть три вида профилактики зависимости от компьютерных игр:

1. Первичная профилактика – система мер предупреждения возникновения и воздействия факторов риска развития зависимости (проведение встреч для родителей, проведение классных часов, беседы о влиянии компьютерной зависимости на младших школьников.) Ряд мероприятий первичной профилактики может осуществляться как с родителями, так и с детьми.

2. Вторичная профилактика — комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях могут привести к возникновению зависимости. Наиболее эффективным методом вторичной профилактики является работа с ребенком не только учителя, но и психолога.

3. Третичная профилактика — как комплекс мероприятий, по выявления причин возникновения зависимости, работа по устранению зависимости. Третичная профилактика имеет целью социальную (формирование уверенности в себе), трудовую (возможность восстановления трудовых навыков), психологическую (восстановление поведенческой активности) и медицинскую (восстановление функций органов и систем организма) реабилитацию [29].

Таким образом, было определено, что учитель может успешно проводить работу по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста. Для этого в школе может быть создана среда по проведению первичной, вторичной и третичной профилактики, которая будет способствовать обнаружению патологических явлений, коррекции существующих острых проявлений компьютерной зависимости, а также обеспечению поддержания высокого уровня организации досуга обучающихся. Также важно проводить просветительскую работу по направлению профилактики гейм-зависимости среди родителей и педагогов младших школьников и подключать средства физической культуры. При работе непосредственно с учениками можно избрать два подхода: один из них будет нацелен на смещение акцента с компьютерных игр на другие полезные, развивающие ресурсы компьютера, второй будет нацелен на смещение акцента с взаимодействия с компьютером на межличностное общение, игру со сверстниками в реальной действительности.

#### Выводы по 1 главе

Завершая исследование в рамках первой главы данной выпускной квалификационной работы, можно сформулировать следующие выводы:

1. Под компьютерной зависимостью следует понимать патологическую привязанность к чрезмерно длительному времяпрепровождению за компьютером. Младший школьный возраст опасен тем, что дети могут приобрести следующие формы компьютерной зависимости: зависимость от социальных сетей, либо от компьютерных игр. Гейм-зависимость – патологическая потребность находиться в игровом пространстве, действовать от лица воображаемого персонажа, посвящать игре все свое свободное время. В младшем школьном возрасте

образ Я еще недостаточно четко сформирован у обучающихся, именно поэтому увлечение компьютерными играми, где необходимо брать на себя роль персонажа, развивать ее, действовать от ее лица особенно опасно. В условиях отсутствия внешнего контроля, у детей могут быть определены три стадии компьютерной зависимости, где самой опасной является индивидуализированная форма игровой зависимости.

2. Учитель может успешно проводить работу по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста. Для этого в школе может быть создана среда по проведению первичной, вторичной и третичной профилактики, которая будет способствовать обнаружению патологических явлений, коррекции существующих острых проявлений компьютерной зависимости, а также обеспечению поддержания высокого уровня организации досуга обучающихся. Также важно проводить просветительскую работу по направлению профилактики гейм-зависимости среди родителей и педагогов младших школьников и подключать средства физической культуры, активного отдыха. При работе непосредственно с учениками можно избрать два подхода: один из них будет нацелен на смещение акцента с компьютерных игр на другие полезные, развивающие ресурсы компьютера, второй будет нацелен на смещение акцента с взаимодействия с компьютером на межличностное общение, игру со сверстниками в реальной действительности.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГЕЙМ-ЗАВИСИМОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

2.1 Цель и задачи экспериментальной работы. Характеристика использованных методик

Эмпирическое исследование было нацелено на определение особенностей профилактики гейм-зависимости младших школьников. В соответствии с поставленной целью эмпирического исследования были выдвинуты следующие задачи:

1. Осуществить отбор диагностирующего инструментария по исследованию гейм-зависимости среди обучающихся.
2. Провести исследование среди обучающихся, обработать и интерпретировать полученные данные.
3. Разработать по результатам исследования программу работы учителя по профилактике гейм-зависимости у младших школьников.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ СОШ г. Участниками исследования стали обучающиеся 4А класса в количестве 32 человек. Возраст испытуемых: 10-11 лет. Половое распределение: 14 девочек и 18 мальчиков. В соответствии с поставленной целью эмпирического исследования были отобраны следующие методики: тест-опросник увлеченности компьютерными играми А.В. Гришиной (в модификации для младшего школьного возраста) [15], тест Такера на выявление игровой зависимости [26], авторская анкета «Компьютерные игры в моей жизни» (см. Приложение А). Представим характеристику отобранных методов исследования:

1. Тест-опросник увлеченности компьютерными играми А.В. Гришиной (в модификации для младшего школьного возраста) [15].

Основной целью данного опросника является определение уровня увлеченности компьютерными играми среди детей младшего школьного возраста. В структуру опросника включено 22 вопроса, которые позволяют определить следующие шкалы:

- эмоциональное отношение испытуемых к компьютерным играм;
- показатели самоконтроля в компьютерной игре;
- показатели целевой направленности на компьютерную игру;
- особенности родительского отношения к компьютерным играм;
- общий характер предпочтения виртуального общения реальному.

На выполнение опросника отводится до 25 минут. В соответствии с каждым вопросом испытуемый выбирает готовые варианты ответов от «никогда» до «постоянно». Вопросы разработаны таким образом, чтобы можно было применить шкалу Лайкерта: варианту ответа «никогда» соответствует 1 балл, варианту ответа «постоянно» - 6 баллов. Обработка результатов происходит в соответствии с ключом.

По итогам подсчета общей суммы баллов можно определить показатели увлеченности компьютерными играми в соответствии со следующими показателями:

- набрано от 6-11 баллов: естественный уровень, при котором компьютерная игра представляется в качестве развлечения, не имеет негативных последствий для обучающихся, дети способны контролировать собственную игровую активность, редко играют;
- набрано от 12 до 21 балла: компьютерная игра занимает важную часть в жизни подростка, он интересуется теми или иными видами компьютерных игр, но способен оценивать время, проведенное за игрой, компьютерная игра реализует компенсаторные функции;
- набрано от 22-37 баллов: компьютерная игра занимает все свободное время ученика, его волнуют собственные результаты в игре, все мысли в свободное время об играх.

## 2. Тест Такера на выявление игровой зависимости [26].

Экспресс-диагностика Такера позволяет определить наличие игровой зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста. В структуру опросника входит 9 вопросов, в соответствии с которыми ученику необходимо выбрать следующие варианты ответов: от «никогда» до «почти всегда». Обрабатываются варианты ответа с применением шкалы Лайкерта, как в предыдущем опроснике.

На выполнение экспресс-диагностики отводится до 15 минут. Обработка осуществляется количественным путем, где по итогам подсчета общей суммы баллов можно определить показатели игровой зависимости в соответствии со следующими уровнями:

- до 3 баллов: игровая зависимость отсутствует, игра не представляет опасности для младшего школьника;
- 3-7 балла: игровая зависимость находится в стадии формирования, существуют причины, определяющие склонность ученика к частым компьютерным играм;
- 8-21 балл: игровая зависимость сформирована, ребенок не способен самостоятельно контролировать время, проведенное за компьютером в игре, ищет в ней способы для самореализации и компенсации тех недостатков, которые существуют в окружающей действительности.

## 3. Авторская анкета «Компьютерные игры в моей жизни» (см. Приложение А).

Целью разработанной анкеты было определение личной оценки учеником места компьютерных игр в своей жизни. При разработке анкеты учитывались рекомендации по проведению диагностики гейм-зависимости среди обучающихся в авторстве Е.В. Зеркиной, Р.А. Кардашян, Л.Н. Юревой и К.С. Янг.

В структуру анкеты входит 15 вопросов, которые условно подразделены на следующие блоки:

- знакомство с компьютерными играми;
- интеграция с компьютерной игрой;
- ограничения родителей по компьютерным играм;
- самооценка влияния компьютерных игр.

Вопросы анкеты составлены таким образом, чтобы можно было применить шкалу Лайкерта, варианту А соответствует 3 балла, варианту Б – 2 балла, варианту В – 1 балл. По итогам подсчета общей суммы баллов можно определить наличие гейм-зависимости у детей младшего школьного возраста:

- 45-31 балл: высокий уровень гейм-зависимости;
- 30-16 баллов: средний уровень гейм-зависимости;
- 15 баллов и ниже: низкий уровень гейм-зависимости.

Таким образом, было определено, что эмпирическое исследование было подчинено цели определения уровня гейм-зависимости среди детей младшего школьного возраста. В содержание исследования вошли три последовательных этапа, в рамках которых происходил отбор диагностирующего инструментария, проведение эмпирического исследования, а также разработка программы работы учителя по профилактике гейм-зависимости младших школьников. Для целей изучения гейм-зависимости были отобраны следующие методики: тест-опросник увлеченности компьютерными играми А.В. Гришиной (в модификации для младшего школьного возраста), тест Такера на выявление игровой зависимости, авторская анкета «Компьютерные игры в моей жизни».

## 2.2 Анализ результатов изучения уровня гейм-зависимости у детей младшего школьного возраста

По результатам проведенного исследования была составлена сводная таблица результатов, представленная в приложении (см. Приложение Б). Дадим характеристику особенностей увлеченности компьютерными играми по тесту-опроснику А.В. Гришиной, результаты представлены в средних значениях (см. рис. 1):

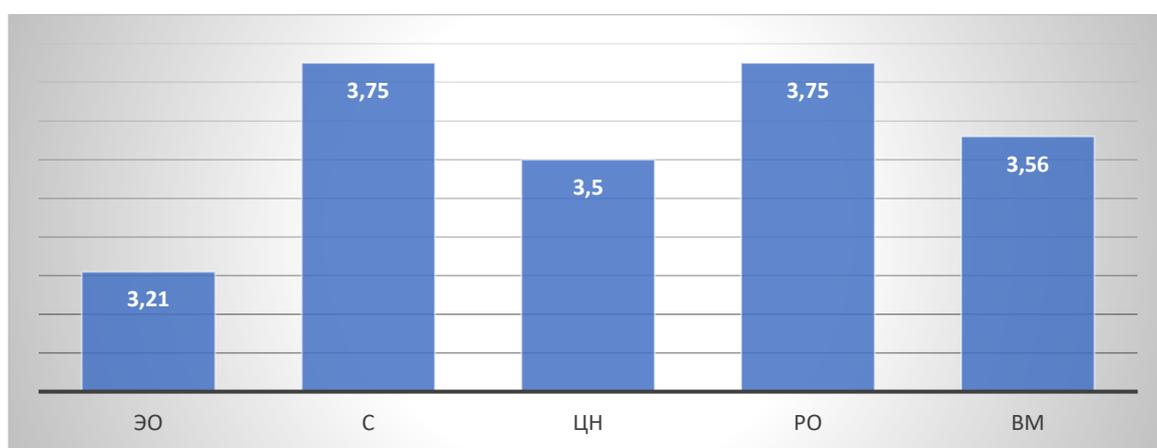


Рисунок 1 – Показатели шкал увлеченности компьютерными играми среди младших школьников, где ЭО – эмоциональное отношение, С – самоконтроль, ЦН – целевая направленность, РО – родительское отношение, ВМ – предпочтение виртуального мира реальному. Из представленного выше рисунка видно, что младшие школьники по результатам диагностики наделены различными показателями выраженности шкал. В целом показатели эмоционального отношения к компьютерным играм является умеренным, что указывает на наличие удовлетворительного уровня восприятия места компьютерной игры в жизни младших школьников. Наиболее высокими являются показатели самоконтроля, а также родительского отношения, указывающие на то, что для большинства младших школьников характерно наличие привычки контролировать время, проведенное за компьютерной игрой. Показатели целевой направленности на игру и предпочтения виртуального мира реальности находятся на умеренном уровне, указывая на то, что многие

школьники целенаправленно увлекаются определенными играми, испытывают потребность в погружении в воображаемый мир.

Определим уровни увлеченности компьютерными играми среди младших школьников по тесту-опроснику А.В. Гришиной (см. табл. 1):

Таблица 1 – Уровни увлеченности компьютерными играми среди младших школьников

Уровень	Процентный показатель	Количественный показатель
Естественный уровень	15,63%	5 обучающихся
Компенсаторный уровень	53,13%	17 обучающихся
Критический уровень	31,25%	10 обучающихся

Продемонстрируем полученные показатели в виде рисунка (см. рис. 2):

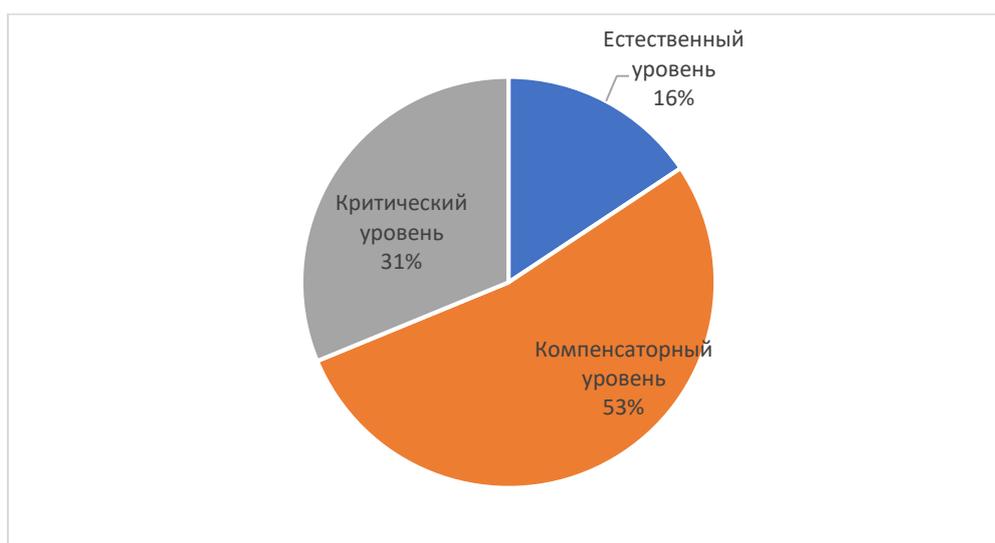


Рисунок 2 – Уровни увлеченности компьютерными играми среди младших школьников

Насколько позволяет наглядно определить осуществленное исследование, более половины младших школьников наделены компенсаторным уровнем увлеченности компьютерными играми: это означает, что обучающиеся в целом склонны контролировать себя во время игры, но в их жизни существуют аспекты, которые могут быть достигнуты исключительно в условиях игрового пространства. Также достаточно многочисленной оказалась подгруппа обучающихся с критическим

уровнем увлеченности компьютерными играми. В классе присутствуют также дети с естественным уровнем, не испытывающие особенной приверженности частым компьютерным играм.

Охарактеризуем полученные результаты в соответствии с тестом Такера (см. табл. 2):

Таблица 2 – Уровни игровой зависимости по тесту Такера

Уровень	Процентный показатель	Количественный показатель
Зависимость отсутствует	18,75%	6 обучающихся
Зависимость формируется	43,75%	14 обучающихся
Зависимость сформирована	37,5%	12 обучающихся

Продемонстрируем полученные показатели в виде рисунка (см. рис. 3):

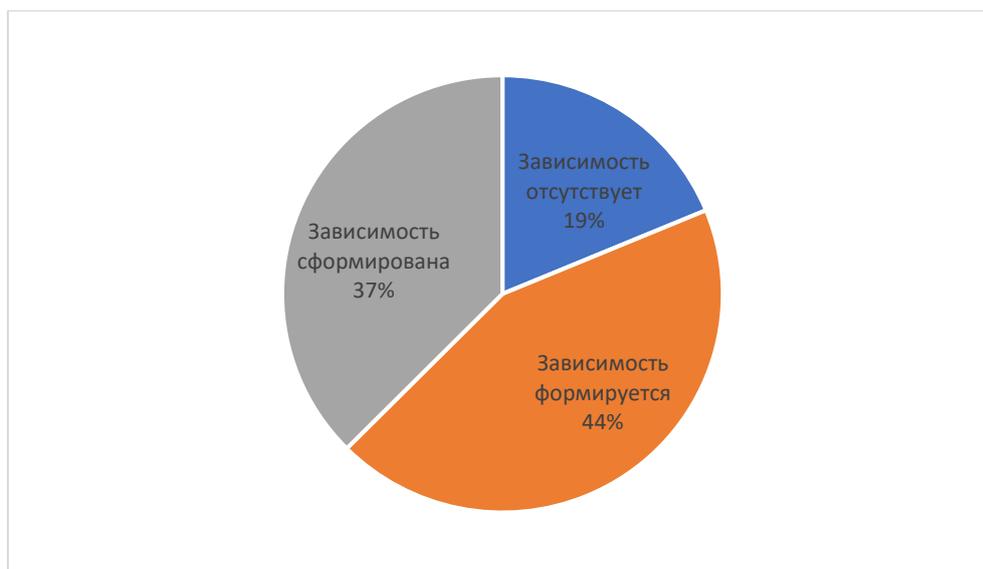


Рисунок 3 – Уровни игровой зависимости среди младших школьников по тесту Такера

Из представленного выше рисунка видно, что тест Такера позволил определить более грубые показатели сформированности игровой зависимости среди большинства участников эмпирического исследования. Наиболее многочисленной все еще является подгруппа обучающихся со стадией формирования игровой зависимости, однако численность обучающихся со сформированной игровой зависимостью также

достаточно многочисленна. Подгруппа обучающихся с отсутствующей зависимостью практически не изменилась в своих пределах. Это указывает на наличие бесконтрольного увлечения большинством обучающихся компьютерными играми, что негативно сказывается на их психическом состоянии.

Охарактеризуем результаты, полученные в соответствии с проведенной анкетой, результаты представлены в средних значениях (см. рис. 4):

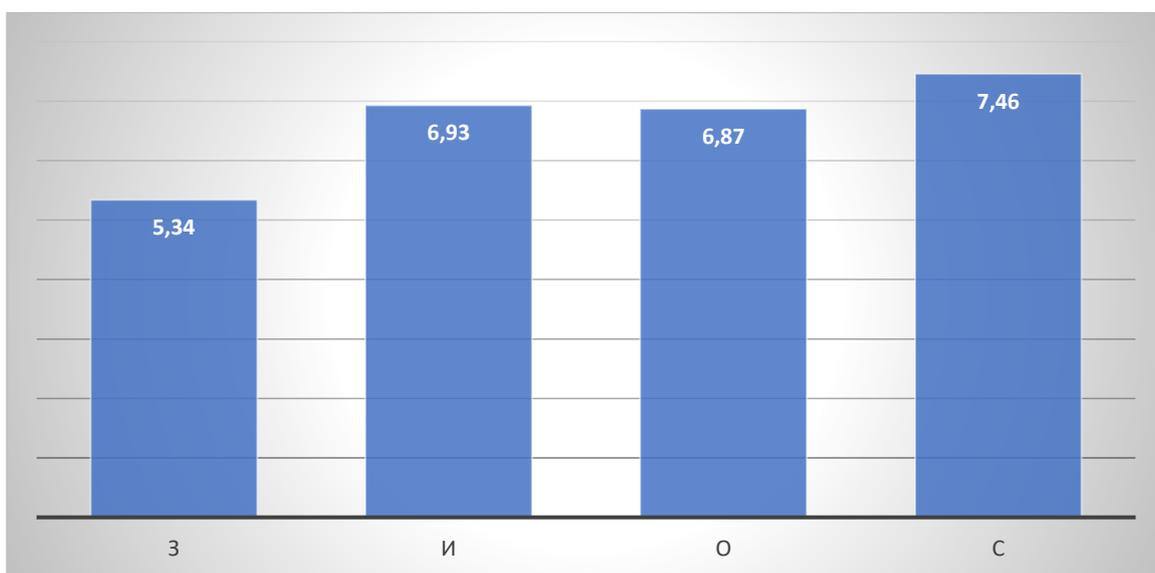


Рисунок 4 – Показатели шкал по результатам анкетирования «Компьютерные игры в моей жизни», где З – знания о компьютерных играх, И – интеграция с компьютерной игрой, О – ограничения родителей по компьютерным играм, С – самооценка своей привычки

Насколько позволяет определить приведенный выше рисунок, обучающиеся наделены умеренными показателями оценки места компьютерных игр в своей жизни. В целом они имеют фрагментарные представления о многообразии компьютерных игр, что указывает на наличие пристрастий к определенным жанрам. Во время игры дети способны полностью интегрироваться в виртуальное пространство, теряя связь с окружающей действительностью. Родительский контроль недостаточно представлен: у 65% опрошенных родители сами в свое свободное время занимаются компьютерными играми, у 23% существуют

правила на проведение времени за компьютером. Между тем, довольно большое количество опрошенных призналось, что замечают свою привычку проводить время за компьютерными играми, но не могут самостоятельно избавиться от нее. Это означает, что в классе требуется проведение качественной формирующей работы для целей профилактики гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста.

Охарактеризуем показатели уровня гейм-зависимости среди обучающихся по итогам анкетирования (см. табл. 3):

Таблица 3 – Уровни гейм-зависимости по результатам анкетирования

Уровень	Процентный показатель	Количественный показатель
Высокий уровень	34,38%	11 обучающихся
Средний уровень	56,25%	18 обучающихся
Низкий уровень	9,38%	3 обучающихся

Продemonстрируем полученные показатели в виде рисунка (см. рис. 5):

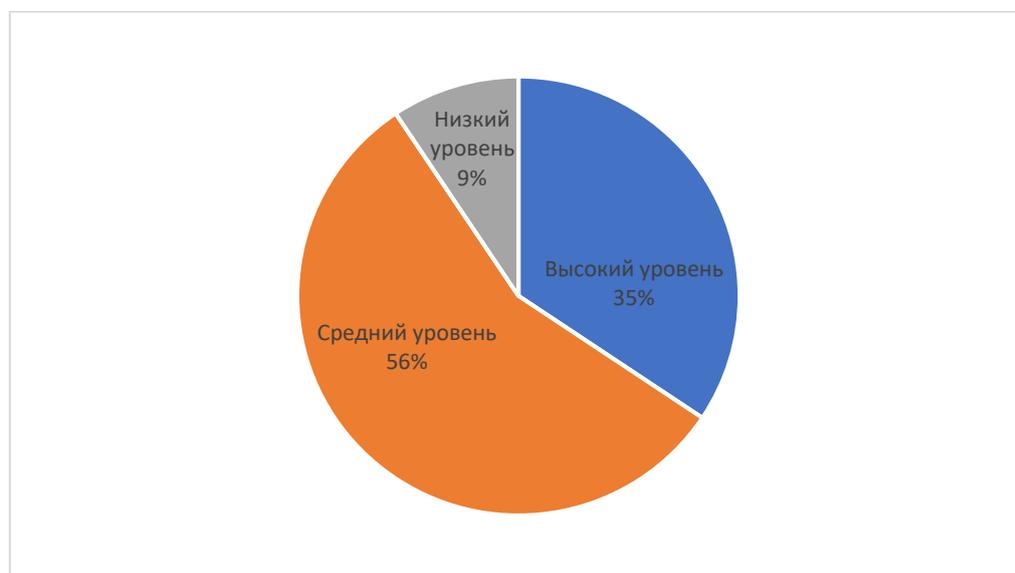


Рисунок 5 – Уровни гейм-зависимости по результатам анкетирования среди младших школьников

Из представленного выше рисунка видно, что наиболее выраженным является средний уровень гейм-зависимости среди большинства детей младшего школьного возраста. Также достаточно многочисленной

является подгруппа обучающихся с высоким уровнем, обучающиеся с низкими показателями в измеряемом отношении представлены в меньшинстве. Полученные данные эмпирического исследования позволяют определить наличие довольно серьезной проблемы и необходимости профилактики гейм-зависимости среди большинства обучающихся младшего школьного возраста.

Таким образом, организованное исследование особенностей гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста позволило определить наличие выраженного среднего уровня увлеченности компьютерными играми, сформированных и формирующихся стадий игровой зависимости, а также выраженного среднего и высокого уровня гейм-зависимости среди участников исследования. Как правило, ученики способны контролировать время, проведенное за компьютерной игрой, однако видят в виртуальном пространстве возможности для компенсации тех явлений, которые вызывают у них неблагоприятные эмоциональные переживания. Родители стремятся контролировать увлеченность детей компьютерными играми, но при этом сами склонны проводить свое свободное время за ними, в некоторых семьях отсутствуют правила по проведению времени ребенка за компьютером. Также многие ученики признают наличие проблемы собственной увлеченности компьютерными играми, но не знают, как еще организовать свой досуг. Все это указывает на необходимость организации работы по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся в деятельности педагога.

### 2.3 Программа работы педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников

Основываясь на полученных эмпирическим путем данных по итогам диагностирующего этапа исследования, мы выявили, что целевая

аудитория педагогического эксперимента проявляет высокие и средние уровни гейм-зависимости, которые необходимо корректировать в специальных психолого-педагогических условиях. Исходя из этого, в разделе данного параграфа выпускной квалификационной работы мы представляем методическое обоснование и описание особенностей апробации программы профилактики гейм-зависимости у младших школьников средствами физической культуры. Представим паспорт разработанной программы:

1. обоснование программы;

Результаты осуществленного теоретического исследования позволили нам определить, что гейм-зависимость представляет собой специфическое поведение человека, проявляющего все симптомы социальной дезадаптации, а также неумения управлять собственным психоэмоциональным состоянием, используя общепринятые приемы совладающего поведения. Мы также выделили, что психолого-педагогические условия профилактики гейм-зависимости включают в себя период диагностики, информационно-просветительской деятельности, и разнообразных практико-ориентированных форм. В числе наиболее эффективного средства профилактики выступает физическая культура.

Осуществленная констатирующая диагностика позволила нам определить необходимость специального психолого-педагогического сопровождения обучающихся со средними и высокими уровнями гейм-зависимости, исходя из чего мы разработали и программу профилактики гейм-зависимости у младших школьников средствами физической культуры.

2. Предварительная практическая работа по разработке содержания программы профилактики гейм-зависимости младших школьников средствами физической культуры;

Для того, чтобы разработанная программа имела максимально развивающий и профилактический эффект, мы осуществили последовательный и тщательный анализ отобранной теоретической и методической литературы по вопросам профилактики гейм-зависимости, а также особенностям использования занятий спортом и физической культурой для купирования проявлений склонности к патологическому увлечению компьютерными играми среди обучающихся.

Осуществив указанные выше процедуры, мы разработали следующие виды мероприятий, которые впоследствии были включены в контекст программы:

- занятия информационно-просветительского блока (конспекты бесед, семинаров, практических и лабораторных занятий, посвященных знакомству со спецификой гейм-зависимости, различным симптомам компьютерной зависимости, последствиям подобного образа жизни с обучающимися, спортивным, гимнастическим занятиям по преодолению негативных проявлений гейм-зависимости у младших школьников);

- занятия непосредственно физической культурой для расширения границ социальной и общественной активности участников программы (совместные туристические походы, полевые сюжетные игры, совершение туристических образовательных поездок по Челябинской области, занятия скалолазанием, плаванием, пинг-понгом, фитнесом, велосипедными прогулками (осенью).

- положение о проведении итогового спортивного праздника по результатам апробации программы «Торжество здоровья».

### 3. разработчики программы;

Разработчиками являются автор данной выпускной квалификационной работы, научный руководитель исследования, преподаватели физической культуры и хореографии на базе начальной школы.

#### 4. исполнители программы:

- руководитель программы или автор данного исследования;
- преподаватели физической культуры и хореографии на базе начальной школы;
- педагоги дополнительного образования в организации;
- сотрудники психолого-педагогической службы города;
- сотрудники туристического бюро, занимающегося организацией спортивного туризма по территории Челябинской области.

#### 5. цель программы:

Создание оптимальных психолого-педагогических условий для успешной профилактики гейм-зависимости у младших школьников средствами физической культуры.

#### 6. задачи программы:

- осуществление диагностирующего этапа исследования, выявление основных уровней гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста;
- отбор и систематизация научного и методического материала по выделенной проблеме исследования;
- составление и реализация мероприятий профилактики гейм-зависимости средствами физической культуры в начальной школе;
- осуществление контролирующего этапа исследования, определение динамики изменений уровня проявления симптомов гейм-зависимости среди участников программы;
- оценка результатов апробации программы.

#### 7. сроки и этапы реализации программы;

Программа предполагает полугодовое функционирование в рамках одного учебного полугодия начальной школы. Основные этапы определены логикой поставленной цели и задачами эмпирического исследования. К ним относятся:

- диагностирующий этап;
  - подготовительный этап;
  - информационно-просветительский этап;
  - этап практического применения полученных навыков в спортивной деятельности;
  - этап вторичной диагностики;
  - этап определения уровня апробации программы.
8. направления программы;
- определение склонности к гейм-зависимости среди участников программы;
  - информационно-просветительский блок программы;
  - формирующее направление, позволяющее овладеть основными подходами к самостоятельной профилактике собственного поведения;
  - направление повышения качеств общей физической подготовки;
  - направление овладения дополнительными физическими умениями (гимнастика, стретчинг, танец, плавание, скалолазание);
  - медико-оздоровительное направление;
  - направление спортивного туризма и активного отдыха;
9. ожидаемые результаты по итогам апробации программы;
- обучающиеся со средними и высокими показателями гейм-зависимости станут реже проявлять склонность к отклоняющемуся поведению;
  - общее укрепление и совершенствование физических, духовных качеств участников программы;
  - формирование активной жизненной позиции;
  - участие обучающихся в общественной жизни начальной школы;
  - овладение основными техниками по преодолению чувства фрустрации и агрессии через общественно приемлемое поведение.
10. показатели эффективности программы:

- снижение уровня выраженности гейм-зависимости среди младших школьников, отнесенных к группе риска;

- снижение уровня конфликтности, агрессивности поведения среди обучающихся, отнесенных к группе риска, в условиях ученического коллектива и общественной жизни начальной школы;

- повышение показателей физиологического и психологического здоровья среди участников программы.

#### 11. риски реализации программы;

- отсутствие качественной обратной связи с участниками программы;
- отказ обучающихся, отнесенных к группе риска, принимать участие в предлагаемых формах профилактики;

- недостаточно налаженная связь между основными исполнителями всех направлений программы;

- отсутствие учета особенностей гейм-зависимости у младших школьников, несоответствие уровня сложности имеющимся физиологическим ресурсам участников программы;

- несоответствие предлагаемых форм и занятий возрастным особенностям, а также личностным характеристикам обучающихся.

#### 12. мониторинг качества апробации программы;

Во время апробации программы учитель осуществляет следующие виды контроля за качеством предоставляемых услуг в области профилактики гейм-зависимости у обучающихся:

- информационные опросы и срезы (еженедельно);
- выполнение обучающимися практических работ;
- успехи участников программы во время занятий спортом и физической культурой;

- проведение культурно-массовых спортивных мероприятий с привлечением участников программы.

#### 13. финансирование программы;

Необходимо создание неприкосновенного запаса (ок. 20 000 р.) для приобретения необходимого спортивного инвентаря, организации и проведения культурно-массовых спортивных мероприятий, закупки поощрительных призов для участников программы, а также приобретения туристического пакета спортивного туризма по Челябинской области. Источниками финансирования программы является администрация г. Челябинск.

Представим содержание программы профилактики гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста (см. табл. 4):

Таблица 4 – Мероприятия программы профилактики гейм-зависимости младших школьников в деятельности учителя

№ п/п	Этапы Программы	Формы профилактики и цель мероприятия	Ответственные лица и исполнители	Срок
1	Первичная диагностика	– констатирующий эксперимент на выявление уровней гейм-зависимости	Руководитель программы, классный руководитель	Сентябрь
2.	Этап сбора и обработки материала	– отбор необходимой теоретической, методической литературы по проблеме; – разработка конспектов бесед, семинаров, научно-практических конференций, практических занятий по выделенным направлениям	Руководитель программы	Сентябрь
3.	Информационно-просветительский этап	– проведение конспектов составленных информационных часов, бесед, совместных исследовательских работ; – выполнение	Руководитель программы, участники программы  Участники программы, руководитель	Октябрь  Ноябрь

		<p>участниками программы исследовательских проектов «Физкультура и гейм-зависимость»</p> <p>– посещение занятий физкультуры в других классах участниками программы с выступлениями и краткими интерактивными спортивными играми.</p>	<p>Участники программы, руководитель</p>	<p>Ноябрь</p>
4.	<p>Психокоррекционный тренаж</p>	<p>– посещение психолого-педагогической службы города для занятия оздоровительной медициной;</p> <p>– занятия нетрадиционными видами физической культуры на релаксацию (йога, стретчинг, аэробная гимнастика, самомассаж);</p> <p>– проведение серии психологических тренингов по овладевающему поведению, овладению техниками преодоления фрустрации и агрессии;</p> <p>– серия занятий физическими силовыми и гимнастическими упражнениями в спортивном зале «Стресс и</p>	<p>Сотрудники психолого-педагогической службы</p> <p>Педагоги физической культуры и хореографии</p> <p>Руководитель программы</p> <p>Руководитель программы, педагоги физической культуры и хореографии</p>	<p>Раз в месяц</p> <p>На протяжении всего периода апробации Программы</p> <p>Ноябрь</p> <p>На протяжении всего периода апробации программы</p>

		активность»		
5.	Инструментальный этап	<ul style="list-style-type: none"> <li>– организация и проведение оздоровительного туристического похода;</li> <li>– организация занятий физической культурой в бассейне;</li> <li>– проведение оздоровительных и общеукрепляющих занятий в фитнес-зале, в гимнастическом зале;</li> <li>– организация велотура «По нашим улицам»;</li> <li>– организация и проведение полевой спортивной игры «Турнир при Карле X» (соревнования по фехтованию, верховой езде, метанию);</li> <li>– проведение общешкольных культурно-массовых спортивных мероприятий (соревнования по плаванию, пинг-понгу, эстафета).</li> <li>– подготовка и проведение итогового общешкольного мероприятия «Торжество здоровья»</li> </ul>	<p>Руководитель программы, педагоги физической культуры</p> <p>Руководитель программы</p> <p>Туристическое бюро Руководитель программы, педагоги дополнительного образования</p> <p>Все указанные выше исполнители Программы</p> <p>Все указанные выше исполнители программы</p>	<p>Ноябрь</p> <p>На протяжении всего периода апробации</p> <p>Декабрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>На протяжении всего периода апробации</p> <p>Октябрь</p> <p>На протяжении всего периода</p> <p>Декабрь</p>
6.	Повторная диагностика, оценка эффективности программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– вторичная диагностика уровня гейм-зависимости;</li> <li>– оценка</li> </ul>	Руководитель программы	Январь

		эффективности программы		
--	--	-------------------------	--	--

Таким образом, было определено, что обоснованная программа работы учителя по профилактике гейм-зависимости у младших школьников основной акцент ставила на средства физической культуры и включила в себя следующие направления: определение уровня гейм-зависимости среди участников программы, информационно-просветительский блок программы, формирующее направление, позволяющее овладеть основными подходами к самостоятельной профилактике собственного поведения, направление повышения качества общей физической подготовки, направление овладения дополнительными физическими умениями (гимнастика, стретчинг, танец, плавание, фехтование, скалолазание, медико-оздоровительное направление, направление спортивного туризма и активного отдыха, психокорректирующее направление.

#### Выводы по 2 главе

Завершая исследование в рамках второй главы данной выпускной квалификационной работы, можно сформулировать следующие выводы:

1. Эмпирическое исследование было подчинено цели определения уровня гейм-зависимости среди детей младшего школьного возраста. В содержание исследования вошли три последовательных этапа, в рамках которых происходил отбор диагностирующего инструментария, проведение эмпирического исследования, а также разработка программы работы учителя по профилактике гейм-зависимости младших школьников. Для целей изучения гейм-зависимости были отобраны следующие методики: тест-опросник увлеченности компьютерными играми А.В. Гришиной (в модификации для младшего школьного возраста), тест

Такера на выявление игровой зависимости, авторская анкета «Компьютерные игры в моей жизни».

2. Организованное исследование особенностей гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста позволило определить наличие выраженного среднего уровня увлеченности компьютерными играми, сформированных и формирующихся стадий игровой зависимости, а также выраженного среднего и высокого уровня гейм-зависимости среди участников исследования. Как правило, ученики способны контролировать время, проведенное за компьютерной игрой, однако видят в виртуальном пространстве возможности для компенсации тех явлений, которые вызывают у них неблагоприятные эмоциональные переживания. Родители стремятся контролировать увлеченность детей компьютерными играми, но при этом сами склонны проводить свое свободное время за ними, в некоторых семьях отсутствуют правила по проведению времени ребенка за компьютером. Также многие ученики признают наличие проблемы собственной увлеченности компьютерными играми, но не знают, как еще организовать свой досуг. Все это указывает на необходимость организации работы по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся в деятельности педагога.

3. Обоснованная программа работы учителя по профилактике гейм-зависимости у младших школьников основной акцент ставила на средства физической культуры и включила в себя следующие направления: определение уровня гейм-зависимости среди участников программы, информационно-просветительский блок программы, формирующее направление, позволяющее овладеть основными подходами к самостоятельной профилактике собственного поведения, направление повышения качеств общей физической подготовки, направление овладения дополнительными физическими умениями (гимнастика, стретчинг, танец, плавание, фехтование, скалолазание, медико-оздоровительное

направление, направление спортивного туризма и активного отдыха,  
психокорректирующее направление.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В рамках выбранной темы данной выпускной квалификационной работы было осуществлено исследование особенностей деятельности педагога по профилактике гейм-зависимости у младших школьников. По итогам осуществленного исследования были достигнуты следующие результаты:

Под компьютерной зависимостью следует понимать патологическую привязанность к чрезмерно длительному времяпрепровождению за компьютером. Младший школьный возраст опасен тем, что дети могут приобрести следующие формы компьютерной зависимости: зависимость от социальных сетей, либо от компьютерных игр. Гейм-зависимость – патологическая потребность находиться в игровом пространстве, действовать от лица воображаемого персонажа, посвящать игре все свое свободное время. В младшем школьном возрасте образ Я еще недостаточно четко сформирован у обучающихся, именно поэтому увлечение компьютерными играми, где необходимо брать на себя роль персонажа, развивать ее, действовать от ее лица особенно опасно. В условиях отсутствия внешнего контроля, у детей могут быть определены три стадии компьютерной зависимости, где самой опасной является индивидуализированная форма игровой зависимости.

Учитель может успешно проводить работу по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста. Для этого в школе может быть создана среда по проведению первичной, вторичной и третичной профилактики, которая будет способствовать обнаружению патологических явлений, коррекции существующих острых проявлений компьютерной зависимости, а также обеспечению поддержания высокого уровня организации досуга обучающихся. Также важно проводить просветительскую работу по направлению профилактики гейм-

зависимости среди родителей и педагогов младших школьников и подключать средства физической культуры, активного отдыха. При работе непосредственно с учениками можно избрать два подхода: один из них будет нацелен на смещение акцента с компьютерных игр на другие полезные, развивающие ресурсы компьютера, второй будет нацелен на смещение акцента с взаимодействия с компьютером на межличностное общение, игру со сверстниками в реальной действительности.

Эмпирическое исследование было подчинено цели определения уровня гейм-зависимости среди детей младшего школьного возраста. В содержание исследования вошли три последовательных этапа, в рамках которых происходил отбор диагностирующего инструментария, проведение эмпирического исследования, а также разработка программы работы учителя по профилактике гейм-зависимости младших школьников. Для целей изучения гейм-зависимости были отобраны следующие методики: тест-опросник увлеченности компьютерными играми А.В. Гришиной (в модификации для младшего школьного возраста), тест Такера на выявление игровой зависимости, авторская анкета «Компьютерные игры в моей жизни».

Организованное исследование особенностей гейм-зависимости среди обучающихся младшего школьного возраста позволило определить наличие выраженного среднего уровня увлеченности компьютерными играми, сформированных и формирующихся стадий игровой зависимости, а также выраженного среднего и высокого уровня гейм-зависимости среди участников исследования. Как правило, ученики способны контролировать время, проведенное за компьютерной игрой, однако видят в виртуальном пространстве возможности для компенсации тех явлений, которые вызывают у них неблагоприятные эмоциональные переживания. Родители стремятся контролировать увлеченность детей компьютерными играми, но при этом сами склонны проводить свое свободное время за ними, в

некоторых семьях отсутствуют правила по проведению времени ребенка за компьютером. Также многие ученики признают наличие проблемы собственной увлеченности компьютерными играми, но не знают, как еще организовать свой досуг. Все это указывает на необходимость организации работы по профилактике гейм-зависимости среди обучающихся в деятельности педагога.

Обоснованная программа работы учителя по профилактике гейм-зависимости у младших школьников основной акцент ставила на средства физической культуры и включила в себя следующие направления: определение уровня гейм-зависимости среди участников программы, информационно-просветительский блок программы, формирующее направление, позволяющее овладеть основными подходами к самостоятельной профилактике собственного поведения, направление повышения качеств общей физической подготовки, направление овладения дополнительными физическими умениями (гимнастика, стретчинг, танец, плавание, фехтование, скалолазание, медико-оздоровительное направление, направление спортивного туризма и активного отдыха, психокорректирующее направление.

Таким образом, можно сделать вывод, что поставленная цель данной выпускной квалификационной работы была достигнута. Предложенная программа может быть включена в деятельность учителя начальных классов для целей оценки эффективности разработанных форм и методов работы.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аверин, В. А. Психология детей и подростков [Текст] / В. А. Аверин. – Санкт-Петербург : Изд-во В.А. Михайлова, 1998. – 379 с.
2. Аветисова, А. А. Психологические особенности игроков в компьютерные игры [Текст] / А. А. Аветисова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2011. – № 4. – С. 23-29.
3. Алиев, А. А. Компьютерная игровая зависимость детей как педагогическая проблема [Текст] / А. А. Алиев // Мир науки, культуры, образования. – 2016. – №5. – С. 32-34.
4. Аркадьев-Берлин, Д. Кибернетическая лудомания [Электронный ресурс] / Д. Аркадьев-Берлин. – Режим доступа: <http://igrology.ru/cyberludo>.
5. Багдасарян, А. А., Саргсян, М. Э. Влияние компьютеров и интернета на младших школьников [Текст] / А. А. Багдасарян, М. Э. Саргсян // Наука и образование сегодня. – 2019. – №4. – С. 1-4.
6. Баранов, А. А. Кучма, В. П. Медико-профилактические основы безопасности использования информационно-коммуникационных технологий в образовательных учреждениях [Текст] / А. А. Баранов, В. П. Кучма // Вестник РАМН. – 2010. – №6. – С. 18-21.
7. Бусловская, Л. К. Физиологические основы формирования здорового образа жизни детей и подростков [Текст] / Л. К. Бусловская, А. Ю. Ковтуненко, Ю. П. Рыжкова. – Белгород : НИУ «БелГУ», 2018. – 128 с.
8. Войскунский, А. Е. Актуальные проблемы зависимости от Интернета [Текст] / А. Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – №1. – С. 90-100.
9. Войскунский, А. Е. Актуальные психологические проблемы кибер-этики [Текст] / А. Е. Войскунский // Гуманитарная информатика. – Томск: Изд-во Томского университета, 2007. – С. 92-104.

10. Волкова, Е. Н. Психологические особенности развития игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте: монография [Текст] / Е. Н. Волкова, А. В. Гришина. – Москва : Флинта, 2020. – 186 с.
11. Воронов, Д. И. Социально-психологические детерминанты компьютерной зависимости и ее профилактика средствами физической рекреации и психокоррекции: автореф. дисс... к. псих. н. [Текст] / Д. И. Воронов. – Санкт-Петербург, 2016. – 23 с.
12. Вынту, К. В., Колядич, Н. Н. Компьютерная зависимость у младшего школьника [Текст] / К. В. Вынту, Н. Г. Колядич // Наука, техника и образование. – 2018. – №4. – С. 1-4.
13. Голубинская, О. И. Комплексная профилактика компьютерной игровой зависимости у учащихся общеобразовательных учреждений: автореф. дисс... к. м. н. [Текст] / О. И. Голубинская. – Москва, 2016. – 23 с.
14. Гришина, А. В. Психологические факторы формирования игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте [Текст] / А. В. Гришина // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008. – №5. – С. 77-82.
15. Гришина, А. В. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми [Текст] / А. В. Гришина // Вестник Московского университета. – 2014. – №4. – С. 131-141.
16. Днепров, А. Г. Защита детей от компьютерных опасностей [Текст] / А. Г. Днепров. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 192 с.
17. Елкина, А. Е. Особенности компьютерной зависимости у младших школьников [Текст] / А. Е. Елкина // Молодой ученый. – 2017. – №20. – С. 394-399.
18. Жданова, С. Н. Информационная культура личности: социально-педагогический аспект [Текст]. – 2-е изд., стереотип. / С. Н. Жданова. – Москва : Издательство «ФЛИНТА», 2016. – 190 с.

19. Жукова, М. В. Профилактика зависимости от компьютерных игр у младших школьников [Текст] / М. В. Жукова // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2011. – №7. – С. 69-76.

20. Жукова, М. В., Бараш, Е. Л. Направления деятельности педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников [Текст] / М. В. Жукова, Е. Л. Бараш // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2018. – №5. – С. 1-16.

21. Захлебный, А. Н., Дзятковская, Е. Н. Информационная безопасность школьников и ее обеспечение в учебном процессе [Текст] / А. Н. Захлебный, Е. Н. Дзятковская // Здоровье и образование детей и подростков. – Москва, 2006. – С. 101-102.

22. Зеркина, Е. В. Методика диагностики и профилактики девиантного поведения школьников в сфере информационно-коммуникационных технологий [Текст] / Е. В. Зеркина. – Магнитогорск : МаГУ, 2006. – 311 с.

23. Зинова, И. М., Рубцова, А. В. Влияние семейных факторов на формирование компьютерной зависимости в младшем школьном возрасте [Текст] / И. М. Зинова, А. В. Рубцова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №4. – С. 1-4.

24. Зорин, К. В. «Одержимые». Зависимость: компьютерная, игровая, никотиновая... [Текст] / К. В. Зорин. – Москва : Русский Хронографъ, 2019. – 239 с.

25. Иванов, М. С. Особенности самореализации личности в компьютерной игровой деятельности: дисс... к. псих. н. [Текст] / М. С. Иванов. – Кемерово, 2005. – 214 с.

26. Кардашян, Р. А. Компьютерная игровая зависимость у учащихся общеобразовательных учреждений: (распространенность, способствующие и предрасполагающие факторы, диагностика, клиника,

терапия, профилактика) [Текст] / Р. А. Карадшян. – Москва : Российский университет дружбы народов, 2018. – 272 с.

27. Кашник, О. И. Аддиктивное поведение учащейся молодежи: эмпирические данные [Текст] / О. И. Кашник // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». – 2016. – №6. – С. 85-91.

28. Комарова, Т. С., Комарова, И. И. Дети младшего возраста и информационные технологии [Текст] / Т. С. Комарова, И. И. Комарова. – Москва : Педагогика, 2011. – 442 с.

29. Короленко, Ц. П., Дмитриева, Н. В. Жизненные ловушки зависимости и созависимости [Текст] / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – 325 с.

30. Котова, С. А. Компьютер в жизни ребенка младшего школьного возраста. Другое детство. Сборник тезисов участников II Всероссийской научно-практ. конфер. по психологии развития [Текст] / С. А. Котова. – Москва : МГППУ, 2009. – 327 с.

31. Кузнецова, Ю. М., Чудова, Н. В. Что мы знаем об интернет-аддикции? [Текст] / Ю. М. Кузнецова, Н. В. Чудова // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития. – Москва : Акрополь, 2009. – 314 с.

32. Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: автоорекф. дисс... к. м. н. [Текст] / В. А. Лоскутова. – Новосибирск, 2004. – 25 с.

33. Мавани, Д. Ч. Компьютерная зависимость: upgrade понимания [Текст]: монография / Д. Ч. Мавани, В. А. Солдаткин. – Ростов на-Дону : ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, 2018. – 253 с.

34. Малий, Д. В. К вопросу об увлеченности компьютерными играми и учебной успеваемости младших школьников [Текст] / Д. В.

Малий // Всероссийский журнал научных публикаций. – 2012. – №2. – С. 53-64.

35. Малий, Д. В., Медведев, П. Н. Профилактика игровой компьютерной увлеченности младших школьников [Текст] / Д. В. Малий, П. Н. Медведев // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2018. – №5. – С. 135-142.

36. Оганесян, К. В. Особенности влияния киберпространства на социальное воспитание современных школьников [Текст] / К. В. Оганесян // Молодежный сборник научных статей «Научные стремления». – 2013. – №1. – С. 50-57.

37. Пахомова, В. Г. Психологические детерминанты увлеченности компьютерными играми в младшем школьном возрасте [Текст] / В. Г. Пахомова // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2016. – №6. – С. 1-12.

38. Рерке, В. И. Психологические аспекты проявления и коррекции игровой компьютерной зависимости у младших школьников [Текст] / В. И. Рерке // Вестник Омского университета. – 2016. – №1. – С. 27-31.

39. Семенко, А. А. Игрозависимая молодежь и ее психологические особенности [Текст] / А. А. Семенко // Вестник Международного института экономики и права. – 2013. – №4. – С. 39-47.

40. Соплина, А. А. Проблема гейм-аддикции в младшем школьном возрасте [Электронный ресурс] / А. А. Соплина. – Режим доступа: <https://sibac.info/studconf/hum/lix/85421>.

41. Степанова, М. И. Гигиенические основы организации начального обучения детей в современной начальной школе: автореф. дисс... д.м.н. [Текст] / М. И. Степанова. – Москва, 2003. – 25 с.

42. Степанова, М. И., Сазанюк, З. И. Компьютерная занятость как фактор риска нарушения здоровья младших школьников [Текст] / М. И.

Степанова, З. И. Сазанюк // Российский педиатрический журнал. – 2013. – №3. – С. 43-48.

43. Стерледева, Т. Д. Мир человека в виртуальной реальности [Текст] / Т. Д. Стерледева. – Пермь : Изд-во Пермского гос. ун-та, 2003. – 147 с.

44. Титов, В. Г. Игра в жизнь: размышления о виртуальной реальности [Текст] / В. Г. Титов. – Москва : Изд-во Моск. подворья Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 1998. – 121 с.

45. Федосов, А. Ю. Реализация развивающей и воспитательной функций информационно-образовательной среды школы в аспекте профилактики интернет-аддикции учащихся [Текст] / А. Ю. Федосов // *Universum: вестник Герценовского университета*. – 2013. – №3. – С. 98-102.

46. Фомичева, Ю. В., Шмелев, А. Г. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми [Текст] / Ю. В. Фомичева, А. Г. Шмелев // *Вестник МГУ*. – 1991. – №3. – С. 27-39.

47. Шавыркина, Е. В. Состояние готовности студентов педвуза к деятельности по предупреждению игровой (компьютерной) зависимости младших школьников [Текст] / Е. В. Шавыркина // *Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета*. – 2012. – №8. – С. 1-15.

48. Юрьева, Л. Н., Больбот, Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика [Текст] / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск : Пороги, 2015. – 196 с.

49. Янг, К. С. Диагноз – Интернет-зависимость [Текст] / К. С. Янг // *Мир Интернет*. – 2000. – №2. – С. 24-49.

50. Oskenbay, F., Tolegenova, A. Psychological trauma as a reason for computer game addiction among adolescents [Text] / F. Oskenbay, A. Tolegenova // *International journal of environmental and science education*. – 2016. – N9. – P. 2343-2353.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

Анкета «Компьютерные игры в моей жизни» для младших школьников

Добрый день! Данная анкета посвящена компьютерным играм. Прочитай вопросы анкеты и выбери тот вариант ответа, который тебе более всего подходит

1. У меня дома есть компьютер, на котором присутствуют компьютерные игры:
  - А. Да.
  - Б. Есть компьютер у друга/подруги.
  - В. Нет.
2. Я могу сказать, что очень люблю играть в компьютерные игры
  - А. Да
  - Б. Не совсем
  - В. Нет
3. Я провожу свыше 2 часов за игрой в компьютерные игры
  - А. Да
  - Б. Не совсем
  - В. Нет
4. Я разбираюсь в различных жанрах игр и имею опыт успешной игры в них
  - А. Да
  - Б. Не совсем
  - В. Нет
5. Мне очень важно преуспеть в компьютерной игре
  - А. Да
  - Б. Не совсем

В. Нет

6. Если меня настигает неудача в компьютерной игре, я сильно злюсь

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

7. У меня есть друзья, с которыми я познакомился благодаря компьютерным играм

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

8. Когда я играю, я настолько погружаюсь в компьютерную игру, что перестаю замечать, что происходит вокруг

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

9. Когда я на уроке, я часто вспоминаю о своих играх дома, стремлюсь скорее пойти домой, чтобы поиграть в них

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

10. Мои родители тоже часто играют в компьютерные игры дома

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

11. Меня не ограничивают во времени, проведенном в компьютерной игре дома

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

12. У нас нет правил дома по тому, как долго я могу играть в компьютерные игры

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

13. Меня ругали за то, что я так увлекся/увлеклась компьютерной игрой, что забыла сделать свои домашние обязанности

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

14. Компьютерные игры влияют на мою успеваемость в школе

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

15. Мне кажется, что я слишком много времени уделяю компьютерным играм, но я не знаю, как избавиться от этой привычки

А. Да

Б. Не совсем

В. Нет

Благодарим за участие в опросе!

## Приложение Б. Результаты диагностики

Таблица Б1. – Сводная таблица результатов испытуемых

№	Возраст	Пол	1. Тест-опросник Гришиной							2. Тест Такера		3. Анкета					
			Э О	С	Ц Н	Р О	В М	Общий балл	Уровень	Показатель	Уровень	З	И	О	С	Общий балл	Уровень
1	11	ж	7	7	7	7	2	30	Критический	19	Сформирована	9	9	6	6	30	Средний
2	11	ж	1	3	2	1	3	10	Естественный	3	Отсутствует	6	8	5	7	26	Средний
3	10	ж	3	4	3	4	7	21	Компенсаторный	7	Формируется	4	6	4	1 0	24	Средний
4	11	ж	4	5	3	2	1	15	Компенсаторный	6	Формируется	4	3	7	4	18	Средний
5	11	ж	2	5	4	2	2	15	Компенсаторный	7	Формируется	5	8	7	1 0	30	Средний
6	10	ж	4	4	4	4	1	17	Компенсаторный	6	Формируется	9	3	1 0	8	30	Средний
7	10	ж	2	5	5	5	4	21	Компенсаторный	8	Сформирована	4	8	1 1	8	31	Высокий
8	10	ж	3	5	3	5	7	23	Критический	17	Сформирована	3	8	5	1 0	26	Средний
9	11	ж	1	7	5	6	4	23	Критический	8	Сформирована	6	9	1 2	6	33	Высокий
10	10	ж	2	5	4	7	7	25	Критический	14	Сформирована	7	3	5	6	21	Средний
11	10	ж	3	3	7	1	3	17	Компенсаторный	7	Формируется	4	9	1 1	3	27	Средний
12	10	ж	3	2	1	5	6	17	Компенсаторный	5	Формируется	8	1 2	5	6	31	Высокий
13	11	ж	1	2	1	3	3	10	Естественный	2	Отсутствует	5	4	3	3	15	Низкий
14	11	ж	1	2	1	1	1	6	Естественный	2	Отсутствует	3	3	4	3	13	Низкий

15	11	м	5	2	4	1	3	15	Компенсаторный	6	Формируется	3	1	1	1	39	Высокий
16	10	м	6	4	1	5	6	22	Критический	15	Сформирована	3	4	5	1	23	Средний
17	10	м	6	2	4	4	6	22	Критический	13	Сформирована	5	8	3	3	19	Средний
18	10	м	1	6	7	6	5	25	Критический	15	Сформирована	5	9	5	6	25	Средний
19	10	м	7	4	4	7	2	24	Критический	11	Сформирована	3	6	6	8	23	Средний
20	11	м	2	7	4	5	3	21	Компенсаторный	7	Формируется	5	7	1	9	32	Высокий
21	10	м	2	6	2	2	5	17	Компенсаторный	6	Формируется	3	9	7	1	30	Средний
22	10	м	3	4	2	5	3	17	Компенсаторный	7	Формируется	6	3	8	1	28	Средний
23	10	м	7	3	3	2	1	16	Компенсаторный	5	Формируется	6	3	3	1	22	Средний
24	11	м	1	1	2	1	1	6	Естественный	3	Отсутствует	3	4	3	4	14	Низкий
25	10	м	1	5	4	4	3	17	Компенсаторный	4	Формируется	7	1	6	7	31	Высокий
26	10	м	7	5	4	3	7	26	Критический	9	Сформирована	9	1	1	8	39	Высокий
27	11	м	1	1	7	6	2	17	Компенсаторный	6	Формируется	4	9	5	5	23	Средний
28	11	м	6	1	6	5	4	22	Критический	8	Сформирована	7	8	1	9	35	Высокий
29	10	м	4	3	1	1	5	14	Компенсаторный	8	Сформирована	6	1	8	8	34	Высокий
30	10	м	3	3	2	7	5	20	Компенсаторный	6	Формируется	9	4	4	1	27	Средний

									ый		я				0		
31	10	м	1	2	1	1	1	6	Естественный	3	Отсутствует	6	3	4	6	19	Средний
32	11	м	3	2	4	2	1	12	Компенсаторный	3	Отсутствует	4	7	1 2	1 1	34	Высокий

