



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ 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

**Взаимодействие педагога с семьёй по профилактике гейм-аддикции у  
детей младшего школьного возраста**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры  
«Психолого-педагогическое сопровождение семьи»**

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

75 % авторского текста  
Работа рекомендована защите

« 15 » сентября 2021 г.  
зав. кафедрой ППиПМ

Юрьевна Волчегорская Евгения

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-308/207-2-1  
Фетисова Анастасия Алексеевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент  
Жукова Марина Владимировна

Челябинск  
2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
ГЛАВА 1. Теоретические основы проблемы формирования гейм-аддикции у младших школьников.....	9
1.1 Гейм-аддикция как психическое явление и причины формирования гейм-аддикции у младших школьников.....	9
1.2 Влияние семьи на формирование гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста.....	20
1.3 Направления деятельности педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у младших школьников.....	26
Выводы по 1 главе.....	33
ГЛАВА 2. Экспериментальная работа по изучению уровня сформированности гейм-аддикции у младших школьников.....	36
2.1 Цели и задачи экспериментальной работы.....	36
2.2 Программа взаимодействия педагога с родителями по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста.....	41
Выводы по 2 главе.....	46
ГЛАВА 3. Проверка результативности программы деятельности педагога, направленной на устранение гейм-аддикции.....	48
3.1 Анализ результатов констатирующего эксперимента.....	48
3.2 Анализ результатов контрольного эксперимента.....	61
Выводы по 3 главе.....	67
Заключение.....	70
Список использованных источников.....	74
Приложение.....	80

## Введение

Активное внедрение компьютерных технологий в жизнь и развитие современного общества накладывает свой отпечаток на воспитание современного поколения детей. Данные технологии используются не только для работы, обработки и хранения информации, но и заполняют собой воспитательное пространство, в котором находятся дети. Чрезмерное увлечение таким видом досуговой деятельности может привести к возникновению зависимости. При тесном взаимодействии с компьютером игра происходит в специфической среде виртуальной реальности, которая особенно привлекает ребят младшего школьного возраста. Нахождение в виртуальной реальности для многих из них заменяет развлечение со сверстниками, общение с родителями.

Исследования подавляющего большинства ученых доказывают тот факт, что проблема распространения зависимости от компьютерных игр является наиболее актуальной в современном мире.

Апогей игровой компьютерной активности приходится на возраст 10-11 лет. Компьютерная зависимость имеет пагубные последствия в период формирования личности ребенка младшего школьного возраста. Чрезмерное увлечение компьютерными играми сказывается в изменении поведения ребенка в худшую сторону, в снижении успеваемости в школе. В большинстве случаев появляются трудности в общении с окружением, прежде всего с членами семьи. В последнее время психологи, родители и педагоги натываются на эту проблему почти ежедневно и нуждаются в её разрешении.

Основной проблемой является негативное воздействие на детей младшего школьного возраста игр отрицательного содержания, которые отражают наипростейший уровень игровой культуры, популярный в современном обществе.

Данная проблема актуальна с точки зрения влияния на личность ребенка младшего школьного возраста, чем выше степень его увлечения

компьютерными играми, которая проявляется в игровой компьютерной активности, т.е. в частоте и продолжительности игры за компьютером. Дети младшего школьного возраста с высокой степенью игровой активности в первую очередь находятся в зоне риска формирования зависимости.

Актуальность нашего исследования можно рассматривать на трех уровнях:

**на социальном уровне:** наше современное общество заинтересовано в том, чтобы дети были здоровы физически и психически, а так же умели планировать свое свободное время. Так как компьютеризация распространена уже по всему земному шару, то нужно научиться использовать технические приспособления по назначению, а не пренебрегать ими.

**на научном уровне:** актуальность данной работы заключается в том, что несмотря на то, что аддиктивное поведение в целом изучено широко, гейм-аддикция остается недостаточно изученной. Так же большинство трудов ученых ориентировано на аддикции взрослых людей, а в наше современное время эта проблема остро стала проявляться в младшем школьном возрасте.

**на практическом уровне:** существует проблема недостаточного методического обеспечения профилактической деятельности для работы с семьей, направленной на профилактику гейм-аддикции.

**Теоретическую основу исследования составили:**

– основные исследования, раскрывающие сущность аддиктивного поведения, его виды, формы и направления (Ц. П. Короленко, А. С. Тимофеева, А. Ю. Акопов, С. А. Кулаков, Н. А. Бородина, Т. А. Донских, В. Миллер, М. Ландри);

– труды ученых, в которых раскрывается понятие компьютерной зависимости (М. Шоттон, Ш. Текл, К. Янг, Т. Больбот, Коул, А. В. Беляева, С. Л. Новоселова);

– исследования, в которых раскрывается одна из разновидностей компьютерной зависимости – гейм-аддикция (А. Г. Шмелев, А. Голдберг, Б. Соупер, М. Миллер, С. Поуп, М. С. Иванов, Д. Джейнтал, А. Л. Венгер, Ю. Д. Бабаев, Н. И. Алтухов, К. Ю. Галкин).

Таким образом, исходя из вышесказанного, возникает **противоречие** между увеличивающимися случаями проявления гейм-аддикции у младших школьников с одной стороны и недостаточным вниманием педагогов к взаимодействию с семьей в процессе профилактики гейм-аддикции с другой.

**Проблема** исследования: каково содержание работы педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у младших школьников?

На основании выявленного нами противоречия и проблемы мы сформулировали **тему магистерской диссертации**: «Работа педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста».

**Цель** исследования: теоретическое обоснование и экспериментальная проверка результативности программы взаимодействия педагога с семьями по профилактике зависимости от компьютерных игр.

**Объектом** исследования является гейм-аддикция у младших школьников.

**Предмет** исследования – профилактика гейм-аддикции у младших школьников в работе педагога.

**Гипотеза** исследования: если в учебный процесс начальной школы внедрить программу совместной деятельности педагога и семьи профилактической направленности, то уровень риска младших школьников к компьютерной зависимости снизится.

В соответствии с целью, гипотезой и предметом данного исследования можно сформулировать следующие **задачи**:

1. Изучить гейм-аддикцию как психическое явление и рассмотреть причины её формирования у детей младшего школьного возраста.
2. Изучить направления деятельности педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у младших школьников.
3. Экспериментальным путем проверить результативность программы деятельности педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста.

**Методологическую основу** нашего исследования составили:

- **системный подход**, который позволил нам раскрыть целостность явления гейм-аддикции и проанализировать её, как психосоциальное проявление современного общества.
- **аксиологический подход**, направленный на развитие мировоззренческих представлений об общечеловеческих и личностных ценностях, здоровом образе жизни.
- **лично-ориентированный подход**, позволил нам определить вероятность разработки основных течений профилактической работы с учетом индивидуальных характеристик младших школьников.

**Теоретическая и практическая значимость:** выявили возможности взаимодействия с семьей младшего школьника по профилактике гейм-аддикции. Разработанная нами программа совместной деятельности педагога и родителей по профилактике гейм-аддикции может быть использована педагогами в образовательных учреждениях.

**Базой исследования** было выбрано МКОУ СОШ Челябинской области. В эксперименте приняли участие 58 обучающихся 2 класса и 58 родителей обучающихся.

**Этапы исследования:** На первом этапе нашего исследования (ноябрь-февраль 2018-2019 гг.) мы сформулировали тему исследования, изучили основные понятия, актуальность, а так же степень изученности проблемы в психолого-педагогической литературе, подобрали методический инструментарий, провели предварительное исследование с учащимися и их родителями, начали разработку профилактической программы взаимодействия с семьей.

На втором этапе (сентябрь 2019 г.) проводился констатирующий эксперимент.

На третьем этапе (сентябрь – октябрь 2019 г.) – мы обработали, проанализировали полученные данные, а так же благодаря результатам скорректировали программу профилактики компьютерной зависимости младших школьников, совместно с семьей.

На четвертом этапе (май – сентябрь 2020 г.) нами был проведен формирующий эксперимент, обработка и анализ полученных данных, а так же окончательное оформление результатов исследования.

В данной работе мы использовали следующие **методы исследования:**

1. Теоретические (анализ педагогической и психологической литературы, обобщение, систематизация, сравнение и др.).
2. Эмпирические: опросные методы, диагностика, эксперимент.

**Апробация работы осуществлялась путем:**

– публикации результатов исследования:

1. Соплина, А. А., Жукова, М. В. Зависимость от компьютерных игр у младших школьников, как вид аддиктивного поведения / А. А. Соплина, М. В. Жукова // Наука XXI века: взгляд в будущее: сб. ст. по матер. XI Всероссийской научно-практической конференции учащейся молодёжи. – Шадринск, 2019. – С. 642-650.

2. Соплина, А. А., Жукова, М. В. Исследование явления гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста / А. А. Соплина, М. В. Жукова // СИБАК: сб. ст. по мат. CVI Студенческой международной научно-практической конференции «Научное сообщество студентов». – 2020 г. – С. 144-149.

– участия в конференциях:

1. XI Всероссийская научно-практическая конференция учащейся молодёжи. 2019 год, г. Шадринск.

2. CVI Студенческая международная научно-практическая конференция «Научное сообщество студентов». – 2020 г.

**Структура работы:** работа состоит из введения, трех глав, выводов по главам, заключения, библиографического списка и приложений. В тексте работы 19 таблиц, 9 рисунков. Список литературы представлен 55 источниками.



# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ГЕЙМ-АДДИКЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Гейм-аддикция как психическое явление и причины формирования гейм-аддикции у младших школьников

В психологии под аддиктивным поведением подразумевается особый тип форм деструктивного поведения, которые выражаются в стремлении к уходу от реальности посредством специального изменения своего психического состояния [35]. Процесс аддикции является серьезной угрозой для психического здоровья. Этот процесс может всецело управлять всеми аспектами жизни человека. Волевые качества ослабляют свое воздействие на человека, и он становится неспособным противостоять аддиктивному поведению.

Личность, подвергшаяся любому из видов аддиктивного поведения, в большинстве случаев пытается просто уходить от проблем, так как у нее уже нарушены адаптационные возможности на психофизиологическом уровне. Первое, что мы замечаем в людях с аддиктивным поведением – это психические нарушения. Они часто раздражены, с агрессией реагируют на свое окружение. Способом восстановления психического умиротворения эти люди считают всецелое погружение в аддикцию. Тем самым они получают приятные эмоции и решают свои проблемы на иллюзорном уровне. Привлекает их аддиктивное поведение тем, что представляет собой путь с наименьшей долей сопротивления. Используя аддиктивную реализацию, они уходят от трудных ситуаций и напрочь забывают о сложившихся проблемах [26, с. 12-13].

Реализация себя в аддикции заменяет человеку все виды активности и общения с социумом. Вся внутренняя сила и энергия поглощается

аддикцией и человек перестает получать удовольствие от развития себя как личности, от проявления симпатии, дружбы, любви и других видов эмоциональной активности.

Выбор личности конкретного объекта зависимости определяется воздействием его на организм человека. У людей существует предрасположенность к различным объектам аддикции. Формы зависимого поведения в отдельных случаях могут сочетаться между собой или переходить друг в друга, что является свидетельством того, что механизмы функционирования и возникновения зависимости являются идентичными [11, с. 75-79].

По мнению Е.В. Змановской, аддиктивное поведение – это одна из форм отклоняющегося поведения личности, в процессе которой объект злоупотребляет кем-то или чем-то в целях собственной адаптации [11, с. 77].

Ц. П. Короленко предложил классифицировать аддиктивное поведение следующим образом: химические и нехимические аддикции. К химическим относятся такие аддикции, которые развиваются в результате употребления психоактивных веществ (алкоголизм, наркомания, токсикомания и др.). Нехимическая зависимость – это аддикция, где объектом зависимости является какая-либо форма поведения. К таким аддикциям относятся: азартные игры (гэмблинг), аддикция отношений, сексуальная, любовная аддикции, аддикции избегания, работоголизм, аддикция к трате денег, ургентная аддикция, а также промежуточные аддикции, например, аддикция к еде. В современном обществе этот список расширился за счет технологических аддикций, т.е. аддикций к интернету, компьютеру, телевидению и др.

Есть и другая классификация аддиктивного поведения. В социологии аддикции рассматриваются как социальные явления, которые можно объединить в следующие группы:

а) в зависимости от масштаба выделяют массовые и индивидуальные аддикции; б) по значению последствий – негативные (вызывающие вредные последствия для организма) и позитивные (приносящие пользу обществу как, например, трудоголизм); в) по субъекту – аддикции конкретных лиц, неформальных групп, официальных структур, условных социальных групп (например, женский алкоголизм); г) по длительности – единовременные и длительные; д) по типу нарушаемой нормы – алкогольная, наркотическая аддикция.

А вот классификация Ю. А. Клейберга достаточно проста. В ней можно выделить всего три основных группы аддиктивного поведения: негативные (например, токсикомания, употребление алкоголя), позитивные (например, аддикция духовного поиска) и социально-нейтральные (например, шопинг-аддикция, охота на животных).

Психологов в настоящее время больше всего привлекает гейм-аддикция (зависимость от компьютерных игр). Такая форма зависимости возникает у тех людей, кому для реализации ложной цели необходимо, чтобы она достигалась в условиях специально разработанного виртуального мира, т.е. человек сам выбирает форму выражения своей цели в комфортном для него виртуальном мире. По исследованиям ученых самой подверженной гейм-аддикции возрастной категорией являются дети младшего школьного возраста. Это объясняется тем, что в этом возрасте у детей совершенно нестабильная психика. Нестабильность психики ребенка является самым главным основанием возникновения всевозможных видов зависимостей, и не только от компьютерных игр. Кроме этого, детская психика наиболее подвержена привыканию при постоянном воздействии на нее. Этому способствует то, что дома для детей компьютер находится в свободном доступе, а родители сами зачастую отправляют ребенка поиграть, чтобы он не мешал им заниматься домашними делами.

Под влиянием компьютерных игр в большинстве случаев у ребенка младшего школьного возраста может сформироваться аддиктивное поведение, которое характеризуется стремлением уйти от реальности посредством изменения состояния своей психики. Ребенок, увлеченный компьютерными играми, совершенно не интересуется обычными игрушками и постоянно стремится проводить свое время в виртуальном мире.

В современном мире по подсчетам ученых существуют сотни миллионов компьютерных игр различных жанров. Было огромное количество попыток систематизировать компьютерные игры, но из-за появления все новых и новых видов это практически не удается. Впервые классификацию игр в 1988 году предложил А. Г. Шмелев [52]. Исходя из его классификации можно выделить 7 классов игр:

1. Игры, стимулирующие формально-логическое, комбинаторное мышление.
2. Азартные игры, требующие от игрока интуитивного, иррационального мышления.
3. Спортивные игры, требующие ловкости, проворства, сенсомоторной координации, концентрации внимания.
4. Военные игры и игры-единоборства. Такие игры содержат элементы жестокости, сцены насилия, убийства и кровопролития, что негативно влияет на психику ребенка.
5. Игры типа преследование-избегание. Такие игры влияют на развитие интуиции, мышления и эмоционально-чувственного восприятия.
6. Авантюрные игры (игры-приключения). С точки зрения психологов требуют от игрока наглядно-действенного мышления.
7. Игры-тренажеры. С помощью этих игр можно довести до автоматизма какое-либо действие, либо развить навыки выполнения этого действия.

Большинство игр относят к комбинированному типу, т.к. они могут содержать элементы сразу нескольких видов игр.

В настоящее время компьютерная индустрия не стоит на месте, а продолжает стремительно развиваться. С каждым днем компьютерных игр становится все больше и больше, соответственно и расширяется отечественная классификация игр. Более полной считается следующая классификация, предложенная О. А. Поповым [41]:

1. Ролевые игры. Это такая разновидность компьютерных игр, основанная на элементах традиционных настольных ролевых игр. Главная особенность ролевой игры состоит в том, что поставленной цели нужно добиться с помощью персонажей (героев), каждый из которых имеет свои характеристики и списки умений. В процессе игры можно управлять как одним героем, так и несколькими, так называемым игровым кланом.

2. Логические игры. Это разновидность игры, которая содержит в себе всевозможные варианты головоломок (ребусы, шарады, загадки и др.). В большинстве случаев такие игры преследуют образовательные цели (обучению счету, иностранным языкам и т.д.).

3. Стратегии. Смысл компьютерной стратегической игры заключается в том, что нужно управлять определенными ресурсами (войска, отдельные персонажи), которые нужно постоянно развивать для достижения победы. Современные стратегии содержат в себе так же и экономические акценты. В этих играх существует игровая валюта, на которую нужно покупать себе какие-либо ресурсы. Стратегии делятся на пошаговые и онлайн-стратегии. В первом виде нужно делать определенные ходы и действия, которые впоследствии приводят к победе, а онлайн-стратегии предназначены для игры в Интернете.

4. Приключенческие игры. Этот жанр игры представляет собой историю с главным героем, представленную в мультипликационном формате. Ключевым в этой игре является процесс решения головоломок, требующих умственных усилий со стороны играющего.

5. 3D-Action. Эти игры выполнены в трехмерной графике и имеют мощные спецэффекты, благодаря которым игры становятся наиболее реалистичными. Основная цель этой игры – это убийство врагов.

6. Аркадные игры. Это игры с достаточно примитивным игровым процессом. Они предполагают поуровневое прохождение игры с получением вознаграждения (баллы, бонусы, игровая валюта и т.д).

7. Симуляторы. Игры, имитирующие какие-либо процессы. Самые распространенные игры связаны с управлением транспортных средств.

Наиболее интересными и опасными для детей младшего школьного возраста являются ролевые компьютерные игры. Именно эта разновидность игры способна вызывать устойчивую психологическую зависимость, приводить к нарушениям психического состояния. Наибольшее количество ролевых компьютерных игр рассчитано на младший школьный возраст, а так же на подростковый. Создатели этих игр не учли возрастные психологические особенности контингента играющих. Ролевые игры оказывают негативное влияние на формирование личности и усвоение социальных ролей. Мощная трехмерная компьютерная графика и звуковое сопровождение полностью заменяют реальную жизнь игроку. Через какой-то промежуток времени ребенок теряет интерес к реалиям жизни и полностью окунается в виртуальный мир, где он сполна получает острые впечатления. Прохождение игры в это время для него является чуть ли не основной составляющей жизни.

Большое влияние на формирование гейм-аддикции имеет игра в глобальной сети, где ребенок ведет игру с реальными людьми. В процессе этой игры он сам продумывает своего персонажа, тем самым строя свой новый мир, выставляя его за реальный. Играющий придумывает собственные правила и живет в игровом мире, подчиняясь им. Он осознает необъятность игрового мира и начинает принимать решения, которые далеки от реальной жизни.

Формирование гейм-аддикции происходит у всех по-разному. В большинстве случаев игра очень быстро поглощает человека, иногда это очень длительный процесс. Существует несколько стадий формирования игровой зависимости, которые выделил Н. П. Фетискин [50]:

1. Стадия увлеченности (игра носит ситуационный характер). Ребенку посоветовали товарищи одну интересную игру. Он поиграл в нее, получил заряд позитива и положительных эмоций. В дальнейшем он стремится снова пройти эту игру, чтобы испытать аналогичные эмоции. Игра на этом этапе не является для него особо значимой.

2. Стадия увлеченности (игра носит систематический характер). Ребенок начинает каждый день играть в игру, чтобы уйти от проблем реальной жизни. Если вдруг появляются какие-то препятствия на пути к прохождению игры, ребенок стремится устранить эти обстоятельства и любыми средствами добиться своей цели.

3. Стадия зависимости (игра становится основополагающим видом деятельности). Это наиболее опасная стадия формирования. Игра для ребенка становится смыслом существования. Меняется его сознание, самооценка. Его перестают интересовать проблемы реальной жизни, и он полностью уходит в себя.

4. Стадия привязанности (игра снова получает ситуационный характер). Ребенок постепенно теряет интерес, его игровая активность постепенно начинает угасать, но полностью избавиться от зависимости он не может.

Формирование гейм-аддикции не обязательно проходит именно по такой периодичности. Если игра оказалась неинтересной, или ребенок вовремя остановился и переключился на другой вид деятельности, то он может остановиться на втором этапе формирования. В таком случае зависимость не будет сформирована, и ему будет гораздо легче в дальнейшем заниматься другой деятельностью.

По мнению психологов к гейм-аддикции в основном склонны дети, у которых напряженные отношения в семье или в школе, или те дети, у которых нет никаких увлечений. Они в виртуальном мире самоутверждаются и считают игровые успехи победой над самим собой. Игра в глобальной сети дает возможность уйти от психологических проблем в реальном мире. Но этого ребенок добивается только тогда, когда пребывает в виртуальном пространстве. Жизнь, окружающая такого ребенка, будет опасной и неинтересной. Впоследствии он привыкнет жить в другом мире по своим правилам.

В психологии детерминантами называется любое причинное или предшествующее условие или средство [39]. В качестве детерминант представляют систему факторов, которые задают специфику поведения и участвуют в его формировании. Это могут быть [47]:

- внешние условия физической среды;
- внешние социальные условия;
- внутренние наследственно-биологические и конституциональные предпосылки;
- внутриличностные причины и механизмы отклоняющегося поведения. Так же к детерминантам принято относить побудительные воздействия, которые определяют тип поведения при их взаимодействии.

Исходя из этого, можно сказать, что детерминанты – это факторы, которые оказывают воздействие на поведение человека.

Формирование различного вида зависимостей у людей так же возникает ввиду разных причин и факторов. Исключением из этого и не стала распространенная в настоящее время зависимость от компьютерных игр. Категорией, самой подверженной появлению гейм-аддикции, являются младшие школьники и подростки. Чтобы всесторонне изучить проблему игровой компьютерной зависимости, нужно разобраться в



детерминантах, предшествующих появлению аддиктивного поведения у детей такого возраста.

Самой главной и распространенной причиной появления гейм-аддикции у детей является обстановка в семье [7]. В большинстве современных семей родители с самого детства позволяют детям играть в компьютерные игры. Объясняется это тем, что у родителей не хватает времени заниматься своим ребенком и, чтобы хоть как-то отвлечь его, они включают ему игры на компьютере. Ребенок из-за недостатка внимания и общения начинает привыкать к виртуальному миру, и он ему сполна заменяет мир реальный. Когда родители наконец-то замечают, что их ребенок стал замкнутым, большинство свободного времени проводит за компьютером, они пытаются принять меры. Зачастую к этим мерам относится наказание или критика в адрес ребенка, что является абсолютно неправильным по отношению к нему. Такие действия могут лишь усугубить ситуацию и отдалить ребенка от родителей [1]. Если ребенок уже страдает игровой зависимостью, то выходом из этой ситуации станет то, что нужно в какой-то мере разделить увлечение ребенка, либо придумать ему хобби, которое будет ему интересным и будет занимать большую часть его свободного времени.

Кроме влияния семьи существуют и другие причины формирования у младших школьников гейм-аддикции. Рассмотрим их подробно.

1. Отсутствие у ребенка определенного хобби или занятия. Если родители вовремя не заинтересовали ребенка или не отдали заниматься в секцию, то у ребенка будет в избытке свободного времени. Компьютер в это время может стать его главным увлечением, из-за которого он не захочет заниматься чем-нибудь еще.

2. Неумение налаживать социальные связи и поддерживать отношения. В младшем возрасте дети должны быть окружены своими сверстниками. С ними они налаживают контакт и у них появляются совместные увлечения. Если ребенок не стремится общаться с другими

детьми, или наоборот сверстники не хотят с ним общаться, обижают, унижают его, то он будет искать то увлечение, в котором будет «иметь верх» над другими ребятами. Этим увлечением может оказаться компьютерная игра, в которой он будет стремиться победить своего врага, тем самым он будет самоутверждаться, но в виртуальном мире.

3. Психика ребенка пребывает в стадии формирования. Зависимость от компьютерных игр может возникнуть как у подростков, так и в более раннем возрасте. Например, у младших школьников в силу возрастных особенностей психика характеризуется определенной нестабильностью [30]. Эта стадия формирования психики ребенка является главным основанием возникновения различных видов зависимостей, и не только игровых. Кроме того, психика ребенка в таком возрасте особо подвержена привыканию при постоянном воздействии на нее.

4. Формирование низкой самооценки. Колоссальные проблемы в воспитании детей связаны с положительной или отрицательной самооценкой школьников [42]. Ребенок привыкает к тому, что в семье его постоянно хвалят, говорят, что он все делает правильно. Реальная оценка в школе в сравнении с другими детьми в очень редких случаях совпадает. В результате давления со стороны сверстников у ребенка формируется низкая самооценка. Ребенок замыкается в себе и в большинстве случаев ищет свое спасение в виртуальном мире. Каждая победа в игре повышает его самооценку, и он становится уверенным в себе, что он может преодолеть все трудности, но это его и подводит в дальнейшем. Он привыкает решать проблемы в виртуальном мире, и если там что-то не удастся, все можно начать сначала, но в реальной жизни такой шанс может не предоставиться.

5. Слаборазвитые волевые качества. В младшем школьном возрасте волевые качества только начинают формироваться [42]. Повышенная чувствительность превалирует над доводами разума, поэтому ребенок совершает огромное количество необдуманных действий.

6. Желание ребенка быть «как все» его сверстники следовать за их увлечениями и не отставать. В младшем школьном возрасте у детей особо развита внушаемость и доверчивость, склонность к подражанию [42]. Если большинство детей в классе играют в компьютерные игры, то это становится «модным» и ребенку ничего не остается, кроме как тоже начать играть, чтобы не выделяться среди других.

7. Общая неудачливость ребенка. Если ребенок в школе учится плохо, в компании не имеет авторитета и с родителями плохие отношения, то он вполне может попасть в зависимость от компьютерных игр, где он – главный герой и победитель.

На самом деле причин возникновения гейм-аддикции существует гораздо больше, но вышеперечисленные являются наиболее характерными для детей младшего школьного возраста. В большинстве случаев главным избавлением от таких проблем является внимание родителей к своему ребенку. Они должны вовремя обращать внимания на появление хотя бы малейших признаков зависимости у своего ребенка. Любой нормальный родитель должен уделять своему чаду больше времени, чтобы он не чувствовал себя обделенным и одиноким. Первым шагом на пути избавления от зависимости станет организация домашнего личного пространства, где ребенок будет чувствовать себя комфортно. Нужно позволять ему общаться с друзьями и приводить их к себе домой. Так же по мере взросления нужно отдавать ребенка в кружок или секцию, чтобы у него появилось серьезное увлечение, которому он уделял бы как можно больше времени. Нужно стать ребенку другом и помощником, чтобы он в трудную минуту всегда мог положиться на своих родителей.

## 1.2 Влияние семьи на формирование гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста

Семья является важнейшим и самым первым институтом социализации ребёнка. По определению Н. Я. Соловьева, семья – это малая социальная группа общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениями между мужем и женой, родителями и детьми братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими одно хозяйство. Система взаимоотношений между каждым членом семьи, семейная атмосфера в целом напрямую оказывают влияние на процесс становления ребенка, как личности.

Каждый член семьи, вне зависимости от своей роли, выполняет свои определенные функции. Функциональное назначение семьи складывается из важных составляющих. Функции семьи – это сфера жизнедеятельности семьи, которая непосредственно связана с удовлетворением потребностей ее членов [51]. Существует классификация семейных обязательств (функций) по В. Ю. Слабинскому [43]:

1. Воспитательная функция. Эта функция несет в себе удовлетворение потребностей в отцовстве и материнстве, воспитании детей, налаживании с ними контактов.

2. Хозяйственно-бытовая функция. Эта функция подразумевает под собой удовлетворение материальных потребностей членов семьи.

3. Эмоциональная функция. Семья должна гарантировать удовлетворение потребностей во взаимной симпатии, уважении, признании, эмоциональной поддержке, психологической защите. Данная функция обеспечивает эмоциональную стабильность членов общества, активно содействует сохранению психического здоровья.

4. Духовная (культурная) функция. Данная функция предполагает под собой удовлетворение потребностей, связанных с совместным проведением досуга, духовным обогащением.

5. Функция социального контроля. Данная функция несёт в себе обеспечение выполнения социальных норм членами семьи, в особенности теми, кто в силу различных обстоятельств (возраст, заболевание и т.п.) не обладает в достаточной степени способностью самостоятельно строить своё поведение в полном соответствии с социальными нормами.

6. Сексуально-эротическая функция – удовлетворение сексуально-эротических потребностей членов семьи.

Семья оказывает огромное влияние на ребенка. Ребенок, наблюдая психо-эмоциональный климат в своей семье, невольно выбирает путь, по которому ему предстоит в жизни. Не всегда пример семьи может направить ребенка в нужное русло. В некоторых семьях сами взрослые могут стать причиной формирования разного рода зависимостей у своих детей. Большинство учёных в своих исследованиях делает выводы о том, что семейные факторы формирования зависимого поведения являются в настоящее время одними из основных.

Исследователями отмечено, что одной из главных причин формирования зависимого поведения может стать семейная депривация. Материнская и семейная депривация – недостаточность материнского тепла и эмоционального резонанса в общении с ребёнком, отсутствие родителей/матери (истинное сиротство) или отсутствие семьи при живых родителях (социальное сиротство) [31]. Данный процесс, особенно с материнской стороны, может нарушить процесс созревания личности. Вследствие чего, у ребенка происходит снижение самооценки, которое может привести к инфантильности и уходу от ответственности путем поведения, которое не соответствует данным возрастным рамкам. Данное явление приводит к тому, что ребенок пытается повысить себе самооценку

путем ухода в компьютерные игры. Играя, он пытается добиться лидерства, тем самым укрепляя свою самооценку и повышая уровень развития компьютерной и игровой зависимости. Сам того не понимая, он уже не может остановить данный процесс, так как реальная жизнь не приносит ему того удовлетворения, которое он получает в игре.

Еще одно негативное влияние на поведение ребенка может оказать наличие конфликтных ситуаций в семье. В семьях, где между родителями происходит большое число конфликтов, характерен неадекватный уровень контроля со стороны родителей. Кто-то из них пытается настроить ребенка против другого члена семьи, кто-то вымещает свою злость на ребенке. Дети в семьях с такими проблемами категорически отказываются осуществлять требования взрослых, к примеру, правила, которые ограничивают время пользования компьютером. Дети начинают назло проводить больше времени за компьютером, в надежде найти там поддержку, которой им не хватает в семье или социальное одобрение. Злоупотребляя данными правилами, дети могут привести себя к возникновению зависимости, а так же к усилению конфликтов в семье.

Стиль семейного воспитания играет важнейшую и ключевую роль в психическом становлении личности ребенка. Повышенная или пониженная опека могут привести ребенка к формированию многих видов зависимостей, и не только от компьютерных игр. В стиле воспитания должно быть в меру контроля, дозволенности, чтобы ребенок гармонично развивался и не испытывал никаких эмоциональных потрясений. В психологии принято выделять несколько стилей воспитания, которые могут оказать наиболее сильное влияние на формирование зависимости от компьютерных игр:

1. Потворствующая гиперпротекция. Данный стиль характеризуется отсутствием требований, запретов и санкций, вседозволенностью. Ребенок, который растет в семье с данным стилем воспитания, не может сдерживать и ограничивать себя. С самого раннего

детства он видит смысл своей жизни только в удовлетворении и получении удовольствия. Попытки родителей ограничить ребёнка в использовании компьютера в таких семьях не увенчаются успехом, так как у родителей изначально не выработан механизм общения и грамотного взаимодействия с ребенком.

2. Доминирующая гиперпротекция. При данном стиле воспитания ребёнок так же находится в центре внимания родителей, но в отличие от потворствующей гиперпротекции на него возлагают огромное число запретов и ограничений. По итогу данных ограничений, ребенок теряет свою самостоятельность и становится неспособным нести за свои поступки определенную ответственность. Огромное влияние матери может привести либо к полному подчинению или к усилению протестного поведения. Те школьники, которые не могут позволить себе полный и открытый протест, считают компьютер своим спасательным кругом, так как, благодаря ему, они могут уйти от реальности и получить поддержку.

3. Эмоциональное отвержение. В крайнем варианте это воспитание по типу «Золушки». В основе этого стиля воспитания лежит осознаваемое или неосознаваемое отождествление ребёнка родителями с неприятными событиями из своей жизни. Ребёнок ощущает себя помехой в жизни родителей, в результате чего у него возникает потребность ухода от реальности, которую предоставляет ему компьютер.

4. Гипопротекция. Данный стиль воспитания предполагает то, что ребенок предоставлен самому себе, родителей мало интересует его жизнь, они его не контролируют, ничего ему не запрещают. Такое бесконтрольное поведение говорит о том, что они не смогут остановить вовремя формирование компьютерной зависимости, так как не являются компетентными в этом вопросе.

Еще одним немаловажным фактором риска формирования аддиктивной личности может стать дисфункциональная семья. По определению дисфункциональная семья - это семья, которая порождает

неадаптивное, деструктивное поведение одного или нескольких ее членов, в которой существуют условия, препятствующие их личностному росту. Таким образом, данные семьи становятся полной противоположностью счастливым семьям. Воспитание в дисфункциональной семье живёт по своим законам, так как взрослые являются хозяевами своих детей и лишь только они определяют, что ребенок делает правильно, а что неправильно. Каждое волеизъявление ребенка расценивается в такой семье, как упрямство, которое должно быть сломлено в кратчайшие сроки.

По классификации Г. Г. Шиханцова выделяются следующие типы дисфункциональных семей:

1. Псевдоблагополучная семья. Данный тип семьи отличается деспотическим характером ее членов, безоговорочным доминированием одного из взрослых, полным подчинением ему остальных членов семьи, наличие жестоких взаимоотношений. В такой семье возможно применение физического наказания, которое воспринимают, как основное средство воспитания. В семьях данного типа у ребенка формируется заниженная самооценка, агрессия, которую он может реализовывать в компьютерных играх и реальной жизни, утрата способности сочувствовать и сопереживать другим людям.

2. Неполная семья. В такой семье отсутствует один из родителей. Большинство семей данного типа испытывает материально-бытовые трудности и сталкивается с проблемами в воспитании детей. Дети в таких семьях в большинстве случаев испытывают одиночество, особенно мальчики, которые остались без отца, или девочки, которые остались без матери. Порой, если семья пережила развод, то у детей формируется негативное и порой агрессивное отношение к отцу или матери, бросившим свою семью.

3. Проблемная семья. Такой тип семей характеризуется постоянным соперничеством между взрослыми за положение главы семьи. Члены семьи отказываются сотрудничать между собой. В таких семьях



возникают постоянные конфликтные ситуации, которые не дают развиваться гармонично личности ребенка. У детей, как правило отсутствует эмоциональная связь с родителями, они чувствуют себя брошенными и ненужными, стремятся как можно меньше находиться дома или предпочитают общение в виртуальной среде.

4. Аморальная семья. В семьях данного типа наблюдаются такие отрицательные факторы, как совершение правонарушений, пьянство, наркомания, алкоголизм, систематические конфликты, доходящие до рукоприкладства, развратное поведение. Дети в таких семьях имеют шанс стать созависимыми со своими родителями, а так же они не обеспечены оптимальными условиями для физического, интеллектуального и эмоционального развития. Такие дети чаще всего получают травмы в результате побоев, испытывают подавленное состояние, вследствие чего у них пропадает уважение к родителям и формируется озлобленность к окружению.

5. Криминогенная семья. В семьях данного типа превалирует преступное поведение взрослых членов семьи. Дети с самых ранних лет видят образец антиобщественного поведения. У них формируется деформированная структура потребностей. В таких семьях дети с малых лет могут начать совершать правонарушения, плавно перерастающие в преступления перед законом.

Роль семьи в жизни ребенка невозможно сравнить ни с чем по своей силе, ведь именно в семье формируется личность человека. Семья выступает первым воспитательным институтом, благодаря которому ребенок будет строить свою дальнейшую жизнь. В семье закладываются самые основы нравственности, поведения, а так же происходит раскрытие способностей и внутреннего мира ребенка и формирование его индивидуальных качеств.

Таким образом, любая дисгармония в семье может привести к формированию компьютерной зависимости, но механизмы её формирования в каждом случае будут различными.

### 1.3 Направления деятельности педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у младших школьников

Профилактика аддиктивного поведения приобретает особенную значимость в младшем школьном возрасте. Однако нужно отметить, что вопросы профилактики компьютерной зависимости в настоящее время практически не разработаны. Недостаточная эффективность профилактических и коррекционных программ на практике обусловлена тем, что сами пользователи компьютеров и их родственники не расценивают признаки, характеризующие риск развития компьютерной зависимости, как предболезненное состояние и обращаются к специалистам только на этапе уже сформированной компьютерной зависимости.

Под профилактикой принято понимать совокупность разнообразного рода мероприятий, направленных на устранение причин риска или предупреждение каких-либо явлений.

Выделяют две разновидности профилактики: общественную и индивидуальную. Рассмотрим эти разновидности относительно к профилактике гейм-аддикции. Индивидуальную профилактику компьютерной зависимости осуществляет непосредственно сам младший школьник. В этом случае он должен сам контролировать свое времяпровождение за компьютером, грамотно планировать свой распорядок дня. Общественную профилактику, прежде всего, будет осуществлять семья, школа и ближайшее окружение. Меры общественной профилактики направлены на обеспечение высокого уровня

общественного здоровья, искоренение причин профилактики игровой зависимости. Огромное количество педагогов, считают, что безобидная игра в компьютер, которая зачастую является средством отвлечения, не принесет никакого вреда детям и не поспособствует развитию зависимости. При этом если беда все-таки наступила детей, они зачастую не знают, что нужно делать и как отвлечь ребенка от игры в компьютер. Из этого можно сделать вывод, что они не могут осознать всю серьезность сложившейся ситуации и находятся в растерянности.

Ребенок половину своего дня проводит в школе. В это время за ним наблюдает учитель. В процессе обучения и общения с детьми, он замечает то, какие проблемы есть у каждого ребенка. Именно поэтому учитель является основным помощником для родителей при решении проблем, возникающих у детей. Для этого он приглашает родителей на собрания, где проводит им специальные тренинг или углубляется в информации о назревшей проблеме у детей.

В зависимости от состояния здоровья, наличия факторов риска заболевания Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет 3 основных вида профилактики:

- первичная профилактика;
- вторичная профилактика;
- третичная профилактика.

К первичной профилактике принято относить комплекс мер, направленных на устранение условий и причин возникновения аддиктивного поведения, которое впоследствии вызывает серьезные психические нарушения и многочисленные заболевания. Первоочередной задачей данного вида профилактики является предупреждение отрицательных воздействий факторов риска на здоровье человека.

Вторичная профилактика подразумевает совокупность мероприятий, которые направлены на устранение выраженных факторов риска, которые

при появлении компьютерной зависимости, в большинстве случаев приводят к обострению и рецидиву данного вида аддиктивного поведения. В это время совмещается индивидуальная и общественная разновидности профилактики, потому что уже в одиночку ребенок справиться со всем этим не может. К решению проблемы подключаются учителя, родители, друзья и все близкое окружение школьника. Именно благодаря их помощи и поддержки ребенок сможет преодолеть обострение игровой зависимости и вернуться к обыденной жизни.

При профилактике компьютерной зависимости редко можно наблюдать третичную профилактику – комплекс мероприятий по возвращению школьника из виртуальной жизни. В данном случае ребенок преодолеет все только благодаря помощи, которую будет оказывать ему окружение.

Преподаватели непосредственно могут оказывать влияние на детей, предотвращая появление гейм-аддикции, посредством специальных упражнений. К примеру, можно предлагать детям выполнять задания на различных компьютерных тренажерах, работать в образовательных программах. К тому же, можно предложить комплексы разнообразных упражнений для выполнения на компьютере по различным учебным предметам. В комплексы упражнений можно включать задания на выполнение презентаций, на создание рефератов, буклетов и т.д.

Предотвращение процесса развития гейм-аддикции у ребенка младшего школьного возраста – это сложный, многоступенчатый процесс, который требует пристального внимания не только семьи и родственников, а так же педагога. Для того чтобы грамотно выстроить работу с детьми, подверженными гейм-аддикции, педагог должен выбрать именно те направления своей деятельности, которые будут действовать эффективно именно на этих детей. Существует психолого-педагогическая профилактика – это система мер воспитания, направленных на создание оптимальной ситуации развития детей и подростков и способствующих

проявлению различных видов активности. Сущностью данного вида профилактики будет разработка программы, которая будет включать в себя комплекс предупредительных мер, направленных на ликвидацию внешних причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии детей. Осуществление данной программы будет проходить на фоне общей гуманизации педагогического процесса. Профилактика предусматривает решение еще не возникших проблем, исходя из этого, можно сделать вывод, что ряд мер принимается задолго до их возникновения, но есть и те меры, которые принимаются непосредственно перед возникновением проблем.

Изучая труды зарубежных и отечественных ученых, можно предположить, что наиболее действенным в профилактике гейм-аддикции детей является продуманная организация досуга детей, различных мероприятий воспитательного характера. При профессиональном подходе к проведению воспитательных мероприятий у детей значительно снижается уровень зависимости от компьютерных игр.

В современном обществе наиболее остро стоит проблема организации детского досуга, так как нынешние дети растут и развиваются в интенсивной социальной обстановке. Родители зачастую не имеют возможности уследить за тем, чем занято свободное время ребенка, которое при отсутствии контроля занимается отрицательными занятиями (компьютер, различные игровые приставки и т.д.). Именно поэтому возникают трудности в отношениях с родителями и другими близкими родственниками. При отсутствии должного контроля, дети организуют свой досуг самостоятельно и, опираясь на собственные интересы и предпочтения. Исходя из этого, можно сделать вывод, что педагогическая профилактика гейм-аддикции у детей невероятно широка и ее решение должно включать не только организацию досуга детей, но так же и организацию работы с родителями и учителями.

Психолого-педагогическая деятельность включает в себя следующие направления и методы профилактики аддиктивного поведения:

Диагностическое направление. Благодаря мероприятиям данного вида можно всестороннее изучить личностные особенности детей, которые могут влиять на формирование отклоняющегося поведения: повышенная тревожность, стрессоустойчивость, нервозность и т.д. Ученые выделяют следующие приоритетные направления деятельности при диагностике аддиктивного поведения:

- разработка инструментария по диагностике наличия зависимости у конкретного индивида;
- определение современных тенденций в развитии зависимостей у представителей различных возрастных групп;
- выявление индивидуальных признаков психологического и социального характера, которые способствуют формированию зависимости.

Чтобы определить предрасположенность или наличие гейм-аддикции применяются различные диагностические методики (Гришина А.В. «Тест-опросник степени увлеченности младших школьников компьютерными играми», Шакурова А.Р. «Тест на выявление компьютерной зависимости» и т.д.).

Профилактическое направление. Комплекс профилактических мер включает в себя создание благоприятных социально-педагогических условий, реализацию воспитательных функций общеобразовательными учреждениями всех типов, обеспечение полноценного развития интересов и способностей детей, занятость общественно-полезной деятельностью во внеурочное время, защиту детей от невнимания родителей, жестокости и негативного влияния асоциальной среды.

Исходя из видов социальных отклонений, существуют следующие типы профилактических мероприятий:

- нейтрализующие;
- компенсирующие;
- предупреждающие возникновение обстоятельств, способствующих социальным отклонениям;
- устраняющие эти обстоятельства;
- контролирующие проводимую профилактическую работу и ее результаты.

Существуют условия, которые позволяют эффективно провести профилактические мероприятия:

1. Направленность на устранение источников дискомфорта, как в самом ребенке, так и в окружающем его социуме, и в то же время на создание условий для приобретения ребенком необходимого опыта для решения возникающих проблем.

2. Обучение ребенка навыкам, которые впоследствии будут использоваться при достижении поставленных целей или при сохранении здоровья.

Во время проведения профилактической работы необходимо соблюдение следующих требований:

- содержательность, направленность, непрерывность процесса воспитания;
- изучение, с одной стороны, требований общества к несовершеннолетнему, а с другой - индивидуальных особенностей и общих законов развития личности ребенка младшего школьного возраста;
- поддержка и развитие внутренних, зачастую внешне не проявляющихся, общественно полезных интересов и способностей ребенка;
- активность самого ребенка, чтобы он понимал оказываемое на него воздействие, проявляя при этом свою инициативу и волевое усилие.

Профилактическое направление педагогической деятельности должно осуществляться в тесном взаимодействии разнообразных социальных институтов: образовательного учреждения, семьи, досуговой среды. Для профилактики гейм-аддикции у младших школьников можно выделить следующие формы и методы работы:

- проведение тренинговых занятий по профилактике гейм-аддикции с учащимися образовательного учреждения;
- проведение различных конкурсов в рамках профилактики различных видов аддикций (конкурс рисунков «Я выбираю детство», конкурс «Планета, свободная от компьютерных игр» и т.д.);
- проведение интегрированных уроков;
- проведение в школе недели ЗОЖ, спортивных мероприятий.

Работа с семьей. Основным в этом направлении работы будет являться то, что педагог будет повышать психолого-педагогическую и компьютерную культуру родителей, сформировывать потребность родителей к конструктивному взаимодействию с педагогами по проблеме гейм-аддикции у младших школьников.

Для эффективного осуществления данного направления можно использовать следующие формы работы:

- семейное консультирование;
- родительские тематические собрания;
- тренинги;
- туристические совместные походы, прогулки.

Зависимость от компьютерных игр легче предотвратить, чем лечить. Поэтому деятельность педагога в приоритете должна быть направлена на предупреждение и профилактику гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста. Суть этой деятельности будет в том, что педагог своевременно выявит степень предрасположенности ребенка к



воздействию на него аддикции, а так же понизит уровень вероятности возникновения зависимости.

## Выводы по 1 главе

Аддиктивное поведение – это одна из форм отклоняющегося поведения личности, в процессе которой объект злоупотребляет кем-то или чем-то в целях собственной адаптации. Существует два типа аддиктивного поведения: химические и нехимические. К химическим относятся зависимости, связанные с употреблением психоактивных веществ, а к нехимическим, связанные с какой-либо деятельностью.

Гейм-аддикция – это зависимость от компьютерных игр, которая относится к нехимическому типу аддиктивного поведения. Наиболее подверженной гейм-аддикции категорией являются дети младшего школьного возраста, т.к. их психика находится в стадии формирования и характеризуется нестабильностью.

Существует много видов компьютерных игр, но самыми опасными и интересными для детей младшего школьного возраста являются ролевые игры, т.к. именно эта разновидность игры способна вызывать устойчивую психологическую зависимость, а так же наибольшее количество ролевых игр рассчитано именно на младший школьный возраст.

Формирование гейм-аддикции проходит в несколько стадий: стадия увлеченности (игра имеет ситуационный характер), стадия увлеченности (игра носит систематический характер), стадия зависимости, стадия привязанности. Самой опасной является третья стадия, и если вовремя не остановиться, то можно никогда не избавиться от игровой зависимости.

Детерминанты – это факторы, которые оказывают воздействие на поведение человека. Выделяют внутренние и внешние детерминанты.

Система взаимоотношений между каждым членом семьи, семейная атмосфера в целом напрямую оказывают влияние на процесс становления ребенка, как личности.

Существует классификация семейных обязательств (функций) по В. Ю. Слабинскому:

1. Воспитательная функция.
2. Хозяйственно-бытовая функция.
3. Эмоциональная функция.
4. Духовная (культурная) функция.
5. Функция социального контроля.
6. Сексуально-эротическая функция.

Стиль семейного воспитания играет важнейшую и ключевую роль в психическом становлении личности ребенка.

В психологии принято выделять несколько стилей воспитания, которые могут оказать наиболее сильное влияние на формирование зависимости от компьютерных игр.

1. Потворствующая гиперпротекция.
2. Доминирующая гиперпротекция.
3. Эмоциональное отвержение.
4. Гипопротекция.

Еще одним немаловажным фактором риска формирования аддиктивной личности может стать дисфункциональная семья.

По классификации Г. Г. Шиханцова выделяются следующие типы дисфункциональных семей

1. Псевдоблагополучная семья.
2. Неполная семья.
3. Проблемная семья.
4. Аморальная семья.
5. Криминогенная семья.

В зависимости от состояния здоровья, наличия факторов риска заболевания Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет 3 основных вида профилактики:

- первичная профилактика;
- вторичная профилактика;
- третичная профилактика.

Психолого-педагогическая деятельность включает в себя следующие направления и методы профилактики аддиктивного поведения:

1. Диагностическое направление.
2. Профилактическое направление.
3. Реабилитационное направление.
4. Работа с педагогическим составом.
5. Работа с семьей.

## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ГЕЙМ-АДДИКЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

### 2.1 Цели и задачи экспериментальной работы

Наше исследование проходило на базе начальной школы города Челябинска. В исследовании приняли участие дети вторых классов и их родители.

В исследовании принимало участие 56 родителей и 56 учащихся в возрасте 8-9 лет. Способ формирования данной выборки: формальная группа. Данная выборка была поделена нами на 2 группы: контрольную, в которую вошли учащиеся класса 2-11 в количестве 28 человек и их родители, и экспериментальную группу, в которую вошли учащиеся 2-9 класса в количестве 28 человек и так же их родители. Данные классы, выбранные для нашего исследования, обучаются по образовательной программе «Школа России». Педагоги, которые преподают дисциплины в этих классах, имеют категорию молодых специалистов и одинаковый стаж работы в образовательном учреждении.

Для исследования нами были использованы следующие методики: тест-опросник степени увлеченности младших школьников компьютерными играми Гришиной А. В. и тест на выявление ранних признаков компьютерной зависимости у обучающихся для родителей.

**1. Тест-опросник Гришиной А. В.** разработан на базе методики К. Янг позволяет нам оценить количественную выраженность степени увлеченности детей младшего школьного возраста компьютерными играми.

Опросник состоит из 5 шкал, которые охватывают увлеченность компьютерными играми с различных сторон. Учащимся было предложено ответить на 22 вопроса, на каждый из которых было предоставлено 6

вариантов ответа. Вопросы касались рассмотрения степени увлеченности компьютерных игр с разных сторон. Детям были предложены вопросы, определяющие эмоциональное отношение к компьютерным играм, самоконтроль в компьютерных играх, целевая направленности на компьютерные игры, родительское отношение к компьютерным играм и предпочтение виртуального общения реальному.

Детям необходимо было наиболее подходящий ответ занести в нужную колонку. Каждому ответу школьника присваивается балл от 1 до 6 в соответствии с предложенными градациями ответов: «никогда» - 1 балл; «редко» - 2; «иногда» - 3; «часто» - 4; «очень часто» - 5; «постоянно» - 6 баллов. Каждому ответу присваивается балл от 1 до 6. По каждой шкале опросника набранные баллы суммируются. Полученные результаты при обработке результатов подставляем в данную формулу:

$$И_{кз}=0.21***\times И_{э}+0.43***\times И_{с}+0.08***\times И_{р}+0.34***\times И_{о}+0.3$$

**Шкалы для проведения методики представлены следующим образом:**

– *Шкала эмоционального отношения к компьютерной игре (Иэ).* Высокий показатель говорит о том, что компьютерная игра является привлекательной для ребенка на эмоциональном уровне. Низкий показатель указывает на то, что ребенок не получает положительных эмоций от игры в компьютер.

– *Шкала самоконтроля в компьютерной игре (Ис).* Высокий показатель свидетельствует о том, что ребенок не может самостоятельно контролировать свою игру за компьютером. Он находится в раздражении и напряжении при отвлечении от игры. Низкий показатель говорит о том, что ребенок контролирует себя в процессе игры и может вовремя остановиться и переключиться на другой вид деятельности.

– *Шкала целевой направленности на компьютерную игру (Иц).* Высокий показатель свидетельствует о постоянном стремлении к

достижению самых высоких результатов в процессе игры. Низкий показатель показывает то, что ребенок умеренно стремится достигнуть каких-либо целей и результатов.

– *Шкала родительского отношения к компьютерной игре (Ир).*

Высокий уровень демонстрирует негативное отношение родителей к игре за компьютером своих детей. Низкий уровень говорит о том, что родители сами иницируют занятость своих детей за компьютерными играми.

– *Шкала предпочтения виртуального общения в компьютерной игре реальному общению (Ио).*

Высокий уровень свидетельствует о том, что ребенок в игре самоутверждается и для него игра является средством общения и реализации себя. Низкий уровень говорит о том, что это лишь дополнительный источник общения.

Диагностика уровня игровой компьютерной зависимости – важная задача психодиагностической работы с младшими школьниками. Разработанный тест дает возможность получения количественной оценки степени компьютерной зависимости, предоставляет возможность математической обработки, является относительно оперативным способом оценки большого количества лиц, способствует объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование: обеспечивает сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых. При использовании данной методики необходимо учитывать, что переносить интерпретацию полученных результатов можно только на те группы испытуемых, которые по своим основным социокультурным и демографическим признакам аналогичны базовой.

На основании опросника по индексам степени интереса к компьютерной игре выделяется **3 уровня вовлеченности младшего школьника в компьютерную игру:**

*1 уровень – естественный (от 6 до 11 баллов):* компьютерная игра является развлечением для ребенка. Она не несет в себе негативные последствия. Дети могут самостоятельно контролировать свою активность в игре, играют достаточно редко;

*2 уровень – средний (от 12 до 21 балла):* компьютерная игра является неотъемлемой частью жизни младшего школьника; его внимание сосредоточено на определенных видах компьютерной игры, но не теряет собственного самообладания и контроля над временными затратами на игру;

*3 уровень – зависимость (от 22 до 37 баллов):* компьютерная игра занимает большую часть жизни ребенка. Главная цель у школьника – это достижение максимально высоких результатов в компьютерной игре.

Данная методика была проверена на надежность с помощью таких показателей, как альфа Кронбаха и усредненная взаимная корреляция пунктов шкалы. Результаты данного эксперимента приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Характеристика надежности опросника

Показатели	Иэ	Ис	Иц	Ир	Ио
Стабильность	0,96	0,94	0,96	0,87	0,90
Внутренняя согласованность	0,87	0,94	0,90	0,37	0,69

Ретестовая надежность выявлялась по коэффициенту стабильности теста с использованием метода тест-ретест, проведенного с промежутком в 1 месяц. Надежность проверялась на выборке из 304 человек с использованием двухвыборочного t-критерия Стьюдента для зависимых выборок. По результатам исследования было выявлено, что различия между показателями теста и ретеста незначимы, при этом коэффициент корреляции между первым и вторым измерениями составил 0,89, а коэффициент, подсчитанный по формуле Стьюдента – 1,65. На основании полученных данных можно сделать вывод о стабильности показателя увлеченности компьютерными играми. Полученные результаты проверки

разработанной методики на надежность свидетельствуют о возможности использования её не только в исследовательских, но и психодиагностических целях.

**2. Тест на выявление ранних признаков компьютерной зависимости у обучающихся для родителей.** Данный тест позволяет нам определить уровень компьютерной зависимости обучающихся образовательных организаций разной возрастной категории. Вопросы этого теста касались отношения к компьютерным играм детей, но отвечали на эти вопросы родители.

Этот тест существует в нескольких вариациях. Мы выбрали вариант, который состоит из 9 вопросов. Исходя из ответов родителей, мы можем определить уровень подверженности зависимости у их детей и то, насколько родители осведомлены об увлечениях детьми компьютерными играми.

**На основании данного теста могут получиться следующие результаты:**

*0-3 балла* – низкий уровень компьютерной зависимости, который позволяет родителям справиться с возникшей проблемой самостоятельно.

*4-6 балла* – средний уровень компьютерной зависимости. В данном случае родителям стоит прибегнуть к помощи специалиста-психолога.

*7-9 баллов* – высокий уровень компьютерной зависимости. Такое увлечение компьютерными играми может привести к психологической зависимости ребенка. В данном случае родителям тяжело справиться с проблемой самостоятельно, поэтому потребуется помощь к таким специалистам как психолог и психотерапевт.

Данная методика позволяет нам оценить то, знают ли родители об отношении детей к компьютерным играм, но мы считаем, что нельзя опираться на ответы только данной методики, чтобы объективно оценить сложившуюся ситуацию.



В процессе проведения формирующего этапа нашей работы в экспериментальную группу была внедрена разработанная нами программа деятельности педагога с семьей по профилактике зависимости от компьютерных игр, а в контрольную группу внедрялись только некоторые элементы данной программы, такие как: классный час «Компьютер и я: враги или друзья?», родительское собрание «Компьютер – друг или враг? Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?», конкурс плакатов «Освободим планету от компьютерных игр».

Для обработки результатов экспериментального исследования нами были использованы следующие методы математической статистики: t-критерий Стьюдента, Хи-квадрат Пирсона.

## 2.2 Программа взаимодействия педагога с родителями по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста

### **Пояснительная записка**

В век научно-технического прогресса активно продолжают развиваться компьютерные технологии. Компьютер становится основным инструментом деятельности и всесторонне охватывает всю жизнь человека. Параллельно с появлением компьютеров стала активно развиваться игровая сфера. На рынке стало появляться огромное количество компьютерных игр, которые сразу же нашли себе поклонников в лице детей младшего школьного возраста.

Увлечшись виртуальной реальностью, ребенок проявляет наименьший интерес к обычным игрушкам, к общению со сверстниками и играм на свежем воздухе. Все свое свободное время он стремится провести за монитором, проходя очередную «миссию» в игре. В период активной социализации ребенка, увлечения подобного рода могут негативно отразиться на формировании личности и социально-психологической адаптации в социуме.

Компьютерные игры накладывают отпечаток на развитие личностных качеств ребенка. Младшие школьники, ввиду своей несформированной психики оказываются категорией, наиболее подверженной влиянию игр. Их привлекает то, что по ту сторону экрана они создают свой мир, в котором они могут самостоятельно принимать решения, реализовать свои желания, и таким образом теряют интерес к реальной жизни. Было отмечено так же то, что дети, которые проводят большое количество времени за игрой в компьютер, перестают проявлять фантазию, начинают мыслить шаблонно, и в конечном итоге у них снижается эффективность работы некоторых видов памяти.

Излишнее времяпрепровождение за игрой в компьютер несет так же отрицательные последствия для физического здоровья ребенка: нарушение зрения, снижение иммунитета, усталость, бессонницу, головные боли, боли в пояснице, проблемы с осанкой и т.д.

В настоящее время статистические данные о том, сколько детей находятся на грани развития гейм-аддикции, достаточно плачевные. С каждым годом число зависимых становится все больше и больше, и поэтому проблема возникновения гейм-аддикции остро стоит перед родителями и педагогами-психологами образовательных учреждений.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что существует необходимость создания программы деятельности педагога по профилактике зависимости от компьютерных игр.

**Цель нашей программы:** профилактика формирования зависимости от компьютерных игр у младших школьников и их родителей.

**Задачи:**

1. Проведение диагностики на выявление уровня зависимости от компьютерных игр у младших школьников.
2. Разработка и проведение профилактических мероприятий с младшими школьниками и их родителями.

3. Проведение работы с родителями с целью информирования их о проблеме формирования гейм-аддикции.

В рамках данной программы работа будет осуществляться в 3 этапа:

- диагностический этап;
- профилактический этап;
- этап информирования.

Диагностический этап включает в себя проведение различных диагностик на выявление предрасположенности детей к возникновению зависимости от компьютерных игр.

Профилактический этап включает в себя проведение различных совместных тренингов родителей с детьми, тематических классных часов, упражнений, конкурсов для младших школьников и т.д.

Этап информирования будет включать в себя проведение круглых столов, тематических родительских собраний, с целью информирования их о данной проблеме.

По окончании программы ожидается достижение поставленной цели и проводится повторная диагностика и мониторинг.

Программа предназначена для работы с обучающимися 2 классов. Все упражнения и техники подобраны с учетом возрастных особенностей. Основные формы занятий: тренинги, круглые столы, беседы и т.д.

Данная программа рассчитана на 1 учебный год, по 2 занятия в месяц.

### **Планируемые результаты**

1. Информированность детей и их родителей в области влияния компьютерных игр на досуговую и учебную деятельность школьников;
2. Увеличение интереса детей к различным сферам досуговой деятельности;
3. Уменьшение процента детей, в наибольшей степени увлеченных компьютерными играми;

4. Осознание детьми и их родителями влияния компьютерных игр на структуру досуга, а также на социально-психологическое и физическое здоровье младших школьников.

### **Содержание программы**

#### **1. Диагностический этап (3 часа).**

Диагностика с использованием методик:

#### **2. Профилактический этап (15 часов).**

Тематический классный час: «Компьютер и я: враги или друзья?». Викторина «Мы выбираем здоровый образ жизни». Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух!». Тематический классный час: «Какие игры нам приносят пользу?». Конкурс плакатов «Освободим планету от компьютерных игр». Практическое занятие: «Знакомство с развивающими компьютерными играми». Практическое занятие: «Знакомство с обучающими программами и тренажерами на компьютере». Мероприятие «Я и мой день». Мероприятие «Литературная гостиная». Тематический классный час: «А чем занимаешься ты в свободное время?». Занятие-тренинг «Скажи зависимости НЕТ». Конкурс проектов на тему «Профилактика зависимости от компьютерных игр». Мероприятие «Суд над компьютерными играми». Итоговый классный час. Спортивная эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья!».

#### **3. Этап информирования (3 часа).**

Родительское собрание «Компьютер – друг или враг? Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?». Круглый стол с родителями «Влияние компьютерных игр на поведение ребенка». Итоговое родительское собрание.

Таблица 2 – Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Дата проведения
1	Диагностика предрасположенности детей к возникновению зависимости от компьютерных игр.	1	10.09
2	Диагностика индивидуально-личностных особенностей обучающихся с гейм-аддикцией.	1	14.09
3	Родительское собрание «Компьютер – друг или враг? Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?».	1	20.09
4	Тематический классный час: «Компьютер и я: враги или друзья?».	1	01.10
5	Викторина «Мы выбираем здоровый образ жизни».	1	17.10
6	Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух!».	1	09.11
7	Тематический классный час: «Какие игры нам приносят пользу?».	1	22.11
8	Круглый стол с родителями «Влияние компьютерных игр на поведение ребенка».	1	10.12
9	Конкурс плакатов «Освободим планету от компьютерных игр».	1	20.12
10	Практическое занятие: «Знакомство с развивающими компьютерными играми».	1	15.01
11	Практическое занятие: «Знакомство с обучающими программами и тренажерами на компьютере».	1	25.01
12	Мероприятие «Я и мой день».	1	06.02
13	Мероприятие «Литературная гостиная».	1	20.02
14	Спортивная эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья!».	1	06.03
15	Тематический классный час: «А чем занимаешься ты в свободное время?».	1	20.03
16	Занятие-тренинг «Скажи зависимости НЕТ».	1	10.04
17	Конкурс проектов на тему «Профилактика зависимости от компьютерных игр».	1	19.04
18	Мероприятие «Суд над компьютерными играми».	1	13.05
19	Повторная диагностика предрасположенности детей к возникновению зависимости от компьютерных игр.	1	20.05
20	Итоговое родительское собрание.	1	23.05
21	Итоговый классный час.	1	24.05
	Итого:	21 час	

## Выводы по 2 главе

Наше исследование проходило на базе начальной школы города Челябинска. В исследовании приняли участие дети вторых классов и их родители.

В исследовании принимало участие 56 родителей и 56 учащихся в возрасте 8-9 лет. Способ формирования данной выборки: формальная группа. Данная выборка была поделена нами на 2 группы: контрольную, в которую вошли учащиеся класса 2-11 в количестве 28 человек и их родители, и экспериментальную группу, в которую вошли учащиеся 2-9 класса в количестве 28 человек и так же их родители. Данные классы, выбранные для нашего исследования, обучаются по образовательной программе «Школа России». Педагоги, которые преподают дисциплины в этих классах, имеют категорию молодых специалистов и одинаковый стаж работы в образовательном учреждении.

Для исследования нами были использованы следующие методики: тест-опросник степени увлеченности младших школьников компьютерными играми Гришиной А. В. и тест на выявление ранних признаков компьютерной зависимости у обучающихся для родителей.

В процессе проведения формирующего этапа нашей работы в экспериментальную группу была внедрена разработанная нами программа деятельности педагога с семьей по профилактике зависимости от компьютерных игр, а в контрольную группу внедрялись только некоторые элементы данной программы, такие как: классный час «Компьютер и я: враги или друзья?», родительское собрание «Компьютер – друг или враг? Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?», конкурс плакатов «Освободим планету от компьютерных игр».

Для обработки результатов экспериментального исследования нами были использованы следующие методы математической статистики: t-критерий Стьюдента, Хи-квадрат Пирсона.

Нами была разработана программа работы педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста.

В рамках данной программы работа будет осуществляться в 3 этапа:

- диагностический этап;
- профилактический этап;
- этап информирования.

По окончании программы ожидается достижение поставленной цели и проводится повторная диагностика и мониторинг.

Программа предназначена для работы с обучающимися 2 классов. Все упражнения и техники подобраны с учетом возрастных особенностей. Основные формы занятий: тренинги, круглые столы, беседы и т.д.

Данная программа рассчитана на 1 учебный год, по 2 занятия в месяц.

### ГЛАВА 3. ПРОВЕРКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА, НАПРАВЛЕННОЙ НА УСТРАНЕНИЕ ГЕЙМ-АДДИКЦИИ

#### 3.1 Анализ результатов констатирующего эксперимента

В данной работе мы анализируем уровень гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста и их родителей, а так же определяем взаимосвязь между результатами диагностики детей и их родителей.

Таблица 3 – Результаты изучения уровня сформированности гейм-аддикции у младших школьников в ЭГ

№	Имя, фамилия	Уровень эмоционального отношения к КИ	Уровень самоконтроля в КИ	Уровень целевой направленности на КИ	Уровень родительского отношения к тому, что дети играют в КИ	Уровень предпочтения общения с героями КИ реальному общению
1	Алина И.	5	11	5	3	4
2	Софья А.	15	24	16	2	4
3	Арина Г.	9	22	6	6	7
4	Илья М.	17	32	13	10	15
5	Михаил В.	11	23	10	3	4
6	Иван А.	13	34	12	5	10
7	Георгий К.	10	17	10	3	5
8	Валентина А.	19	17	10	4	7
9	Артем Р.	8	17	9	3	8
10	Сабина К.	5	23	12	2	7
11	Андрей Л.	5	19	9	5	3
12	Полина В.	8	19	6	5	5



*Продолжение таблицы 2*

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
13	Валерия Ш.	7	28	15	4	4
14	Матвей Б.	10	38	13	4	3
15	Рианна Н.	19	27	14	4	3
16	Милана С.	10	34	13	2	13
17	Ярослав В.	13	19	10	5	8
18	Илья Д.	8	16	5	5	7
19	Гордей К.	16	23	13	6	11
20	Роман Ч.	6	14	7	2	4
21	Сергей У.	6	20	9	2	7
22	Полина Л.	5	21	6	3	7
23	Елена П.	10	34	18	2	8
24	Полина Н.	9	18	5	6	4
25	Азамат Б.	29	30	18	8	13
26	Софья П.	7	16	7	3	3
27	Ева Т.	7	36	13	4	13
28	Алина Х.	5	9	4	5	3

В таблице 2 представлены данные по тесту-опроснику степени увлеченности младших школьников компьютерными играми А. В. Гришиной детей 2-9 класса, которые вошли в экспериментальную группу. Полученные результаты являются констатирующими. В таблице 2 приведены баллы по 5 шкалам: уровня эмоционального отношения к компьютерной игре, уровня самоконтроля в компьютерной игре, уровня целевой направленности на компьютерную игру, уровня родительского отношения к тому, что дети играют в компьютерные игры, уровня предпочтения общения с героями компьютерной игры реальному общению. По результатам опроса каждого ребенка были подсчитаны баллы, и по формуле рассчитан уровень интереса к компьютерной игре. Полученные результаты представлены в таблице (табл.4).

Таблица 4 – Уровень интереса испытуемых к компьютерной игре

№	Имя, фамилия	Количество баллов	Уровень интереса к компьютерной игре
1	Алина И.	7,68	Естественный
2	Софья А.	15,29	Средний
3	Арина Г.	14,51	Средний
4	Илья М.	23,53	Зависимость
5	Михаил В.	14,1	Средний
6	Иван А.	21,45	Зависимость
7	Георгий К.	11,65	Средний
8	Валентина А.	14,3	Средний
9	Артем Р.	12,25	Средний
10	Сабина К.	13,78	Средний
11	Андрей Л.	10,94	Естественный
12	Полина В.	12,25	Средний
13	Валерия Ш.	15,49	Средний
14	Матвей Б.	20,08	Средний
15	Рианна Н.	17,24	Средний
16	Милана С.	21,6	Зависимость
17	Ярослав В.	14,32	Средний
18	Илья Д.	11,64	Средний
19	Гордей К.	17,77	Средний
20	Роман Ч.	9,1	Естественный
21	Сергей У.	12,7	Средний
22	Полина Л.	13	Средний
23	Елена П.	19,9	Средний
24	Полина Н.	11,77	Средний
25	Азамат Б.	24,35	Зависимость
26	Софья П.	9,91	Естественный
27	Ева Т.	22	Зависимость
28	Алина Х.	6,64	Естественный

Распределение испытуемых по уровням сформированности гейм-аддикции представлено нами в таблице (табл.5).

Таблица 5 – Распределение испытуемых по уровням сформированности гейм-аддикции

Уровень	Количество	
	N	%
Естественный	5	17,9
Средний	18	64,2
Зависимость	5	17,9

Исходя из полученных данных, мы видим, что в коллективе 2-9 класса у 5 человек естественный уровень вовлеченности в компьютерную игру, у 18 – средний уровень и еще 5 человек находятся в стадии зависимости от компьютерных игр.

Больше половины учащихся 2-9 класса имеют средний уровень вовлеченности в компьютерную игру. Это свидетельствует о том, что эта часть класса более подвержена развитию компьютерной зависимости. Компьютерные игры занимают наибольшее количество их свободного времени, но дети в состоянии самостоятельно вовремя остановиться и прервать свой игровой сеанс, а так снизить частоту этих игр. Большинство детей, которые имеют средний уровень вовлеченности в компьютерную игру, набрали наибольшее количество баллов по шкале уровня самоконтроля в компьютерной игре, а наименьшее – по шкале уровня родительского отношения к тому, что дети играют в компьютерные игры. Из этого можно сделать вывод, что школьники имеют слабое воздействие самоконтроля на свое увлечение. В основном, тотальный контроль над временем, затраченным на игру, осуществляют родители.

Испытуемым со средним уровнем гораздо проще ограничить времяпрепровождение за игрой в компьютер, чем зависимым, так как игра еще не является для них самой важной составляющей жизни.

Стадия зависимости была обнаружена у 17,9 % от общего числа испытуемых, т.е. у пяти человек. В большинстве своих ответов на вопросы у них были максимальные баллы. Это говорит нам о том, что дети уже перешагнули границу и стали зависимыми. В младшем школьном возрасте эту проблему предотвратить будет гораздо проще, если вести систематическую работу над этим.

У 17,9 % испытуемых степень интереса к компьютерной игре имеет естественный характер. Это количество равно тому, сколько человек находится в стадии зависимости. У этих детей, как мы выяснили, очень много других увлечений: театр, творческие кружки, спортивные секции и т.д. Игра носит для них лишь характер развлечения, а у некоторых и в принципе дома отсутствует возможность провести время за компьютером. У них практически нет времени на игру, они редко о ней думают, а если все-таки играют, то очень четко контролируют время, проведенное за компьютером, и в любой момент сами могут остановиться и прекратить игровые действия.

Наглядно представим результаты на рисунке (рис.1).

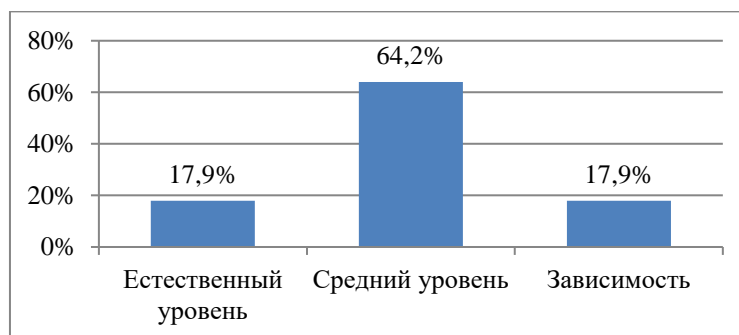


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням интереса к компьютерной игре

Исходя из результатов анализа ответов испытуемых, можно сделать вывод о том, что более половины испытуемых находятся либо в стадии зависимости, либо стоят на грани появления игровой зависимости. Это говорит о том, что современные дети достаточно сильно подвержены влиянию игровых технологий. Игра для многих становится основополагающей свободного времени. Детей все меньше начинает

интересовать окружающая их реальность. Все свое общение они заменяют виртуальными переписками. В игре они создают персонажа и начинают все силы отдавать на жизнь по ту сторону экрана.

Что касается 2-11 класса, который является в нашем эксперименте контрольной группой, то здесь мы получили следующие данные (табл.6).

Таблица 6 – Результаты изучения уровня сформированности гейм-аддикции у младших школьников в КГ

№	Имя, фамилия	Уровень эмоционального отношения к КИ	Уровень самоконтроля в КИ	Уровень целевой направленности на КИ	Уровень родительского отношения к тому, что дети играют в КИ	Уровень предпочтения общения с героями КИ реальному общению
1	Татьяна А.	12	23	7	4	9
2	Мария А.	17	36	11	6	9
3	Анна А.	15	29	12	6	9
4	Владислав Б.	17	25	11	6	10
5	Максим Б.	14	21	7	5	8
6	Варвара В.	15	27	9	6	9
7	Ольга Г.	6	18	4	3	5
8	Ольга Гам.	17	36	8	7	11
9	Полина Г.	13	23	9	5	7
10	Арсений Г.	9	16	7	4	5
11	Матвей Д.	17	30	10	8	9
12	Диана Е.	19	31	10	9	13
13	Максим Е.	14	24	7	6	9
14	Софья И.	16	29	11	6	8
15	Алла К.	13	22	9	4	7
16	Мария К.	18	30	11	7	10
17	Вячеслав К.	13	19	8	6	6
18	Даниил К.	17	29	7	7	10
19	Полина Л.	13	16	8	6	6

*Продолжение таблицы 6*

1	2	3	4	5	6	7
20	Софья Л.	15	26	8	6	10
21	Мария Л.	15	27	9	6	9
22	Эвелина М.	16	33	14	8	12
23	Маргарита М.	17	29	10	6	9
24	Ксения О.	13	23	8	5	7
25	Артем П.	10	23	7	5	7
26	Шарафатхон С.	15	30	10	9	10
27	Вероника С.	12	27	11	6	12
28	Виктория Т.	13	22	6	7	9

В таблице 6 нами представлены результаты данной диагностики контрольной группы констатирующего эксперимента. По результатам опроса каждого ребенка были подсчитаны баллы, и по формуле рассчитан уровень интереса к компьютерной игре. Полученные результаты представлены в таблице (табл.7).

Таблица 7 – Уровень интереса испытуемых к компьютерной игре

№	Имя, фамилия	Количество баллов	Уровень интереса к компьютерной игре
1	Татьяна А.	16,09	Средний
2	Мария А.	23,29	Зависимость
3	Анна А.	19,94	Средний
4	Владислав Б.	18,9	Средний
5	Максим Б.	15,55	Средний
6	Варвара В.	18,84	Средний
7	Ольга Г.	11,02	Естественный
8	Ольга Гам.	23,73	Зависимость
9	Полина Г.	16,02	Средний
10	Арсений Г.	11,03	Естественный
11	Матвей Д.	20,63	Средний
12	Диана Е.	22,84	Зависимость

*Продолжение таблицы 7*

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
13	Максим Е.	17,18	Средний
14	Софья И.	19,73	Средний
15	Алла К.	15,59	Средний
16	Мария К.	21,01	Средний
17	Вячеслав К.	13,88	Средний
18	Даниил К.	20,3	Средний
19	Полина Л.	12,59	Средний
20	Софья Л.	18,67	Средний
21	Мария Л.	18,84	Средний
22	Эвелина М.	23,05	Зависимость
23	Маргарита М.	20,2	Средний
24	Ксения О.	15,94	Средний
25	Артем П.	15,23	Средний
26	Шарафатхон С.	20,55	Средний
27	Вероника С.	19,39	Средний
28	Виктория Т.	16,03	Средний

Распределение испытуемых по уровням сформированности гейм-аддикции представлено нами в таблице (табл.8)

Таблица 8 – Распределение испытуемых по уровням сформированности гейм-аддикции

Уровень	Количество детей	
	N	%
Естественный	2	7,1
Средний	22	78,6
Зависимость	4	14,3

Исходя из полученных данных, мы видим, что в коллективе 2-11класса у 2 человек естественный уровень вовлеченности в компьютерную игру, у 22 – средний уровень и еще 4 человека находятся в стадии зависимости от компьютерных игр.

Если смотреть в сравнении с экспериментальной группой, то в этой группе меньше на одного человека со стадией зависимости, но больше со средним уровнем сформированности гейм-аддикции. Большая часть данного класса вовлечены в компьютерную игру и только лишь два человека не интересуются компьютерными играми, либо у них дома отсутствует компьютер.

Стадия зависимости была обнаружена у 14,3 % от общего числа испытуемых, т.е. у четырех человек. В их ответах преобладали ответы «часто» и «постоянно», что свидетельствует о том, что они, действительно, подвержены влиянию компьютерных игр, и эту проблему нужно решать.

У 7,1 % испытуемых степень интереса к компьютерной игре имеет естественный характер. Это всего два человека от общего числа испытуемых данной группы. У этих детей, так же как и в экспериментальной группе есть очень много увлечений во внешкольное время. Поэтому, дети заняты другими важными делами, и времени играть за компьютером у них просто не остается. Наглядно представим результаты на рисунке (рис.2).

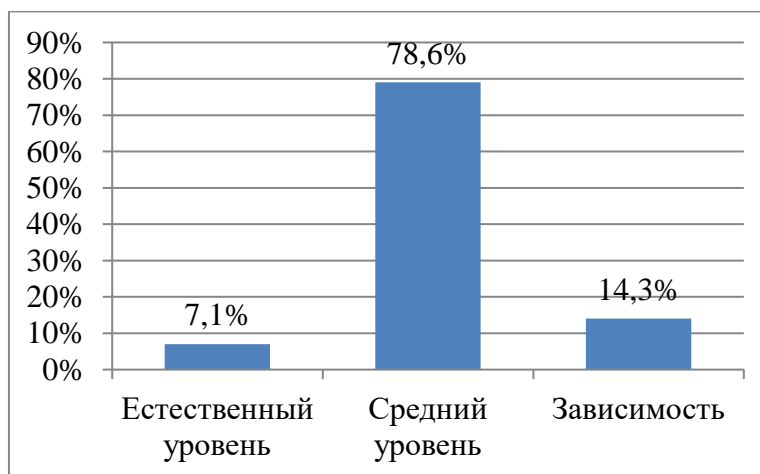


Рисунок 2 – Распределение испытуемых по уровням интереса к компьютерной игре

Исходя из результатов анализа ответов испытуемых, можно сделать вывод о том, что большая часть контрольной группы находится либо в стадии зависимости, либо стоит на границе к появлению зависимости. Эти результаты похожи на те, которые были получены нами в



экспериментальной группе. Соответственно, мы можем сделать аналогичные выводы и об этой группе испытуемых.

Таким образом, в экспериментальной группе детей с явно выраженной зависимостью больше по сравнению с контрольной группой. Основная масса обучающихся как в экспериментальной, так и в контрольной группах имеют выраженную на среднем уровне компьютерную зависимость.

Для доказательства достоверности полученных результатов в ходе формирующего эксперимента нами был применён непараметрический метод математической статистики в педагогических исследованиях, который называется критерием  $\chi^2$  (Хи-квадрат Пирсона).

Таблица 9 – Таблица критических значений распределения  $\chi^2$  уровня компьютерной зависимости контрольной и экспериментальной групп

Степень выраженности компьютерной зависимости	Количество детей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Естественный уровень	5	2	7
Средний уровень	18	22	40
Зависимость	5	4	9
Всего	28	28	56

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 1.797. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Исходя из этого, можно сделать вывод, что между группами нет значимых различий.

Еще одним направлением нашего исследования стало проведение теста для родителей. Вопросы данного теста были направлены на то, знают ли родители о том, какой уровень зависимости от компьютерных игр у их детей.

Результаты данного исследования представлены нами в табл. 10. и рис.3.

Таблица 10 – Распределение мнения родителей о степени компьютерной зависимости детей

Уровень зависимости у детей	Количество родителей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Число родителей	%	Число родителей	%
Низкий уровень (0-3 балла)	21	75	23	82
Средний уровень (4-6 баллов)	7	25	5	18
Высокий уровень (7-9 баллов)	0	0	0	0

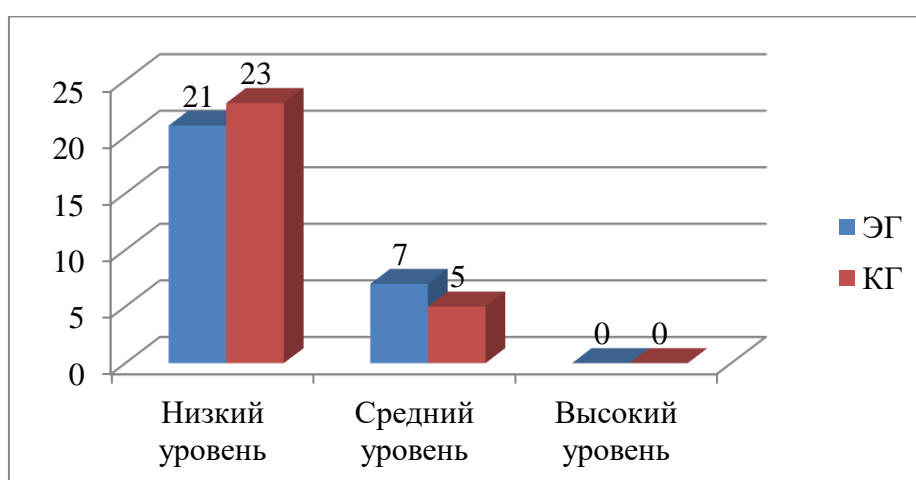


Рисунок 3 – Распределение мнения родителей о степени компьютерной зависимости детей

Проанализировав полученные данные в табл.10 и рис.3, мы видим, что 21 родитель экспериментальной группы (75 %) уверены, что у их детей низкий уровень компьютерной зависимости, 7 родителей (25 %) считают, что у их детей отсутствует зависимость к компьютерным играм, но они к ней предрасположены. По результатам контрольной группы получились следующие значения: 23 родителя (82 %) полагают, что у их детей нет компьютерной зависимости, 5 родителей (18 %) считают, что их дети не пребывают в стадии зависимости от компьютерных игр, но имеют к этому предрасположенность.

Для доказательства достоверности полученных результатов в ходе формирующего эксперимента нами был применён непараметрический

метод математической статистики в педагогических исследованиях, который называется критерием  $\chi^2$  (Хи-квадрат Пирсона).

Таблица 11 – Таблица критических значений распределения  $\chi^2$  уровня компьютерной зависимости контрольной и экспериментальной групп

Степень выраженности компьютерной зависимости	Количество родителей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Низкий уровень	21	23	44
Средний уровень	7	5	12
Всего	28	28	56

Число степеней свободы равно 1. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 0.424. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 3.841. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Из этого следует, что существенных различий между данными группами нет.

Из анализа данных наглядно видно, что при обработке результатов теста родителей и детей прояснилось количественное различие по степени выраженности зависимости от компьютерных игр у детей. Как в экспериментальной, так и в контрольной группе наибольшее число родителей убеждены в том, что их дети не предрасположены возникновению компьютерной зависимости, что вызывает противоречие результатам диагностики детей. У подавляющего большинства детей обозначилась предрасположенность к зависимости от компьютерных игр, т.е. это говорит нам о том, что следует отнестись с особым вниманием к дальнейшей работе с данной категорией детей. Для того чтобы проверить, различаются ли результаты ответов родителей и детей, нами был применён метод математической статистики Т-критерий Стьюдента.

Таблица 12 – Расчет t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	Ответы детей	Ответы родителей	Ответы детей	Ответы родителей	Ответы детей	Ответы родителей
1	21	5	11.67	-4.33	136.1889	18.7489

Продолжение таблицы 12

1	2	3	4	5	6	7
2	7	18	-2.33	8.67	5.4289	75.1689
3	0	5	-9.33	-4.33	87.0489	18.7489
Суммы	28	28	0.01	0.01	228.6667	112.6667
Среднее	9,33	9,33				

По результатам автоматического расчета t-критерия Стьюдента было получено  $t_{\text{эмп}} = 0$ . Критическое значение  $t_{\text{кр}}$  при уровне значимости  $p \leq 0.05$  составляет 2.78, при уровне значимости  $p \leq 0.01$  составляет 4.6. Ниже на рис.4 можно увидеть ось значимости t-критерия Стьюдента. Полученный нами t-критерий Стьюдента находится в зоне незначимости. Из этого следует, что различия в результатах ответов родителей и детей в экспериментальной группе статистически не значимы.



Рисунок 4 – Ось значимости t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

Аналогично, рассчитаем t-критерий Стьюдента контрольной группы на констатирующем этапе данного эксперимента.

Таблица 13 – Расчет t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	Ответы детей	Ответы родителей	Ответы детей	Ответы родителей	Ответы детей	Ответы родителей
1	23	2	13.67	-7.33	186.8689	53.7289
2	5	22	-4.33	12.67	18.7489	160.5289
3	0	4	-9.33	-5.33	87.0489	28.4089
Суммы	28	28	0.01	0.01	292.6667	242.6667
Среднее	9.33	9.33				

По результатам автоматического расчета t-критерия Стьюдента было получено  $t_{\text{эмп}} = 0$ . Критическое значение  $t_{\text{кр}}$  при уровне значимости  $p \leq 0.05$  составляет 2.78, при уровне значимости  $p \leq 0.01$  составляет 4.6. Ниже на рис.5 можно увидеть ось значимости t-критерия Стьюдента. Полученный нами t-критерий Стьюдента находится в зоне незначимости. Из этого следует, что различия в результатах ответов родителей и детей в экспериментальной группе статистически не значимы.



Рисунок 5 – Ось значимости t-критерия Стьюдента для экспериментальной группы

Исходя из полученных нами данных, можно сделать следующий вывод: в контрольной и экспериментальной группах родители адекватно оценивают степень зависимости от компьютерных игр у детей. Именно поэтому мы считаем, что родители мотивированы на работу по профилактике данного вида зависимости.

### 3.2 Анализ результатов контрольного эксперимента

После внедрения и апробации программы взаимодействия педагога с семьей в ЭГ и элементов программы в КГ, которая была направлена на профилактику гейм-аддикции у младших школьников, была проведена повторная диагностика младших школьников на определение уровня сформированности компьютерной зависимости.

Первым направлением данного исследования было тестирование детей младшего школьного возраста на определение уровня сформированности компьютерной зависимости.

Данные, полученные на контрольном этапе, представлены в табл.14

Таблица 14 – Распределение испытуемых по определению уровня сформированности компьютерной зависимости

Уровень	Количество детей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	N	%	N	%
Естественный	8	28,6	1	3,6
Средний	20	71,4	21	75
Зависимость	0	0	6	21,4

Проанализировав результаты табл.14, что в экспериментальной группе большинство обучающихся (71,4 %) имеют средний уровень компьютерной зависимости. Естественный уровень компьютерной зависимости у 28,6 % обучающихся и в стадии зависимости нет ни одного обучающегося.

На данном этапе эксперимента контрольная группа показала следующие результаты: естественный уровень у 3,6 %, средний уровень компьютерной зависимости у 75 % и 21,4 % обучающихся находятся в стадии зависимости.

Наглядно представим результаты анкетирования на рис. 6

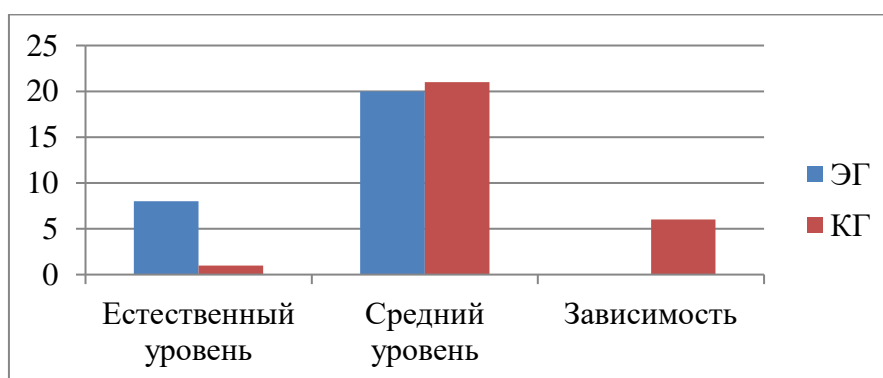


Рисунок 6 – Распределение испытуемых по уровням сформированности гейм-аддикции

Для доказательства достоверности полученных результатов контрольного этапа применим  $\chi^2$ . (Хи-квадрат Пирсона).

Таблица 15 – Таблица критических значений распределения  $\chi^2$  уровня компьютерной зависимости контрольной и экспериментальной групп

Уровень	Количество детей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Естественный	8	1	9
Средний	20	21	41
Зависимость	0	6	6
Всего	28	28	56

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 11.469. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p=0.01$  составляет 9.21. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически значима. Следовательно, между группами имеются существенные различия между показателями степени выраженности компьютерной зависимости.

Представим данные экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапе в табл. 16.

Таблица 16 – Распределение испытуемых по уровню компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста

Уровень	Количество детей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Естественный	5	8	2	1
Средний	18	20	22	21
Зависимость	5	0	4	6

На рис. 7 представлены результаты диагностики детей младшего школьного возраста на констатирующем и контрольном этапах.

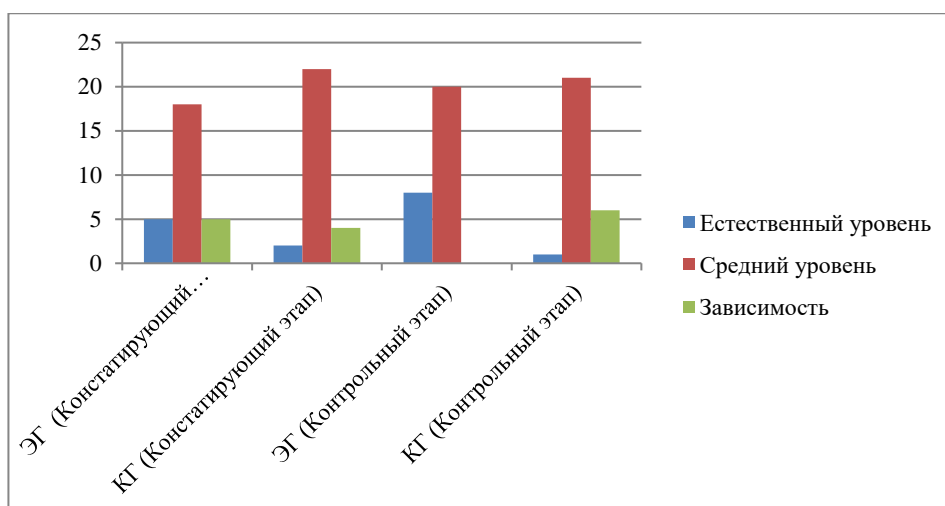


Рисунок 7 – Распределение испытуемых экспериментальной и контрольной группы по уровням сформированности компьютерной зависимости констатирующего и контрольного этапов

Следующим этапом нашего исследования стало проведение повторного анкетирования родителей младших школьников на определение компьютерной зависимости у их детей.

Результаты данного анкетирования представлены нами в табл. 17.

Таблица 17 – Распределение мнения родителей о степени компьютерной зависимости детей

Уровень сформированности компьютерной зависимости у детей	Количество родителей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	N	%	N	%
Естественный уровень	26	93	23	82
Средний уровень	2	7	5	18
Зависимость	0	0	0	0

Для наглядности представим данные на рис. 8.

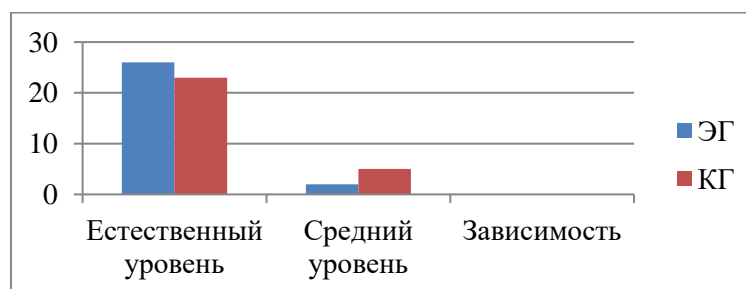


Рисунок 8 – Распределение мнения родителей о степени компьютерной зависимости детей



Анализ табл. 17 и рис. 8 показал нам, что большинство родителей экспериментальной группы (93 %) уверены, что у их детей компьютерная зависимость не выражена, 2 % родителей считают, что их дети не страдают компьютерной зависимостью, но существует предрасположенность к её появлению, и тех, кто уверен, что их дети находятся в стадии зависимости - нет. В контрольной группе 82 % родителей считают, что у их детей компьютерная зависимость не выражена, 18 % родителей считают, что их дети не страдают компьютерной зависимостью, но в дальнейшем могут ее приобрести, и аналогично нет тех, кто считает, что у его ребенка существует зависимость.

Для доказательства достоверности полученных результатов контрольного этапа используем  $\chi^2$  (Chi – квадрат Пирсона).

Таблица 18 – Таблица критических значений распределения  $\chi^2$  уровня компьютерной зависимости

Уровень	Количество родителей		Сумма
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	
Естественный	26	23	49
Средний	2	5	7
Зависимость	0	0	0
Всего	28	28	56

Число степеней свободы равно 2. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991. Связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Следовательно, между группами нет существенных различий между показателями уровня компьютерной зависимости.

Представим данные анкетирования родителей экспериментальной и контрольной группы на констатирующем и контрольном этапе в табл. 19.

Таблица 19 – Распределение мнения родителей об уровне компьютерной зависимости их детей

Уровень	Количество родителей			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Естественный	21	26	23	23
Средний	7	2	5	5
Зависимость	0	0	0	0

На рис. 9 представлены результаты анкетирования родителей младших школьников на констатирующем и контрольном этапе.

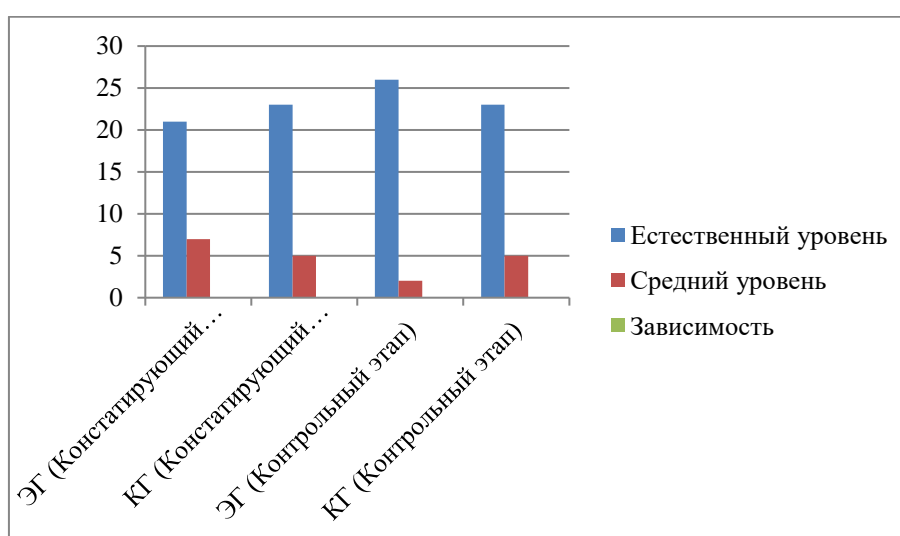


Рисунок 9 – Распределение мнения родителей экспериментальной и контрольной группы об уровне сформированности компьютерной зависимости констатирующего и контрольного этапов

Подводя итог нашему исследованию, хочется сказать о том, что после обработки тестов детей на контрольном этапе четко выявлены различия между показателями уровня компьютерной зависимости у детей в экспериментальной и контрольной группе. В экспериментальной группе, где внедрялась полностью программа деятельности педагога, были отмечены изменения в положительную сторону. Детей с зависимостью не стало и выросло число детей с естественным уровнем компьютерной зависимости. В контрольной группе, где внедрялась только часть программы, улучшений не выявлено, и заметен отрицательный регресс. Это говорит о том, что разработанная программа является эффективным

средством профилактики компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста при полном её внедрении.

Исходя из результатов анкетирования родителей на контрольном этапе, можно сделать вывод о том, что родители контрольной группы недостаточно осведомлены о проблемах детей, у которых формируется компьютерная зависимость. Вследствие чего, нужно продолжать дальнейшую работу именно с родителями, чтобы количество зависимых в контрольной группе начало существенно снижаться.

### Выводы по 3 главе

На констатирующем этапе первым направлением нашего исследования стала диагностика детей младшего школьного возраста на определение уровня предрасположенности к компьютерной зависимости. Анализируя результаты данного этапа исследования, мы выявили, что в экспериментальной группе у 17,9 % естественный уровень предрасположенности к компьютерной зависимости, у 64,2 % обучающихся имеется выраженная на среднем уровне компьютерная зависимость, а у 17,9 % обнаружена стадия зависимости. В контрольной группе результаты были следующими: у 7,1 % от числа обучающихся естественный уровень предрасположенности, у 78,6 % имеется выраженная на среднем уровне компьютерная зависимость, а 14,3 % находятся в стадии зависимости.

Нами было установлено, что в экспериментальной группе учеников со стадией зависимости обучающихся было выявлено больше по сравнению с контрольной группой. Большая часть учащихся обеих групп имеет выраженную на среднем уровне зависимость от компьютера.

Для того чтобы проверить объективность, мы использовали методику Хи-квадрат Пирсона. В результате данная методика показала,

что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Из этого мы сделали вывод, что значимых различий между данными группами нет.

Второе направление нашего исследования подразумевало под собой анкетирование родителей обучающихся на определение уровня компьютерной зависимости у их детей.

Анализ данных анкет показал нам, что 75 % родителей экспериментальной группы уверены, что у их детей отсутствует компьютерная зависимость, 25 % считают, что зависимости у данных детей нет, но существует предрасположенность к её появлению. В контрольной группе 82 % родителей отрицают компьютерную зависимость у своих детей, 18 % убеждены, что их дети не имеют компьютерной зависимости, но имеется риск её возникновения.

Аналогично, чтобы проверить объективность методики, нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона, с помощью которой было установлено, что между экспериментальной и контрольной группами связь статистически не значима. Из этого мы сделали вывод о том, что между группами нет принципиальных различий.

Все описанное выше говорит о том, что необходимо внедрять программу взаимодействия педагога с обучающимися и их родителями, направленную на профилактику зависимости от компьютерных игр. Суть формирующего эксперимента заключалась в том, чтобы апробировать программу, направленную на профилактику зависимости от компьютерных игр. Диагностика по итогам внедрения программы проводилась с помощью тех же самых методик.

В экспериментальной группе число зависимых детей с 5 человек сократилось до нуля, так же повысилось число детей, у которых отсутствуют признаки компьютерной зависимости. В контрольной группе повысилось число детей с явными признаками зависимости и сократилось число с естественным уровнем сформированности зависимости.

Чтобы проверить объективность мы вновь применили методику Хи-квадрата Пирсона. По результатам вычислений мы установили, что связь между экспериментальной и контрольной группами статистически значима. Из этого следует, что между группами есть существенные различия между показателями уровня сформированности зависимости от компьютерных игр.

Вновь было проведено анкетирование родителей учащихся на определение уровня предрасположенности к возникновению компьютерной зависимости у их детей. В экспериментальной группе увеличилось число родителей, которые уверены в том, что их дети не подвержены зависимости от компьютерных игр. В контрольной группе большинство родителей считает, что у их детей нет зависимости, что сильно расходится с результатами детей.

Результаты анкетирования родителей были проверены по методике Хи-квадрата Пирсона. Было выявлено, что существенных различий между результатами нет.

По итогам внедрения программы взаимодействия педагога с родителями и учащимися, направленной на профилактику компьютерной зависимости, в экспериментальной группе было достигнуто снижения уровня компьютерной аддикции. Между экспериментальной и контрольной группой после формирующего эксперимента были выявленные существенные различия. Из вышесказанного можно сделать вывод, что гипотеза о том, что, если в учебный процесс начальной школы внедрить программу совместной деятельности педагога и семьи профилактической направленности, то уровень риска младших школьников к компьютерной зависимости снизится, подтвердилась.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Перед началом проведения данного исследования нами была поставлена цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить результативность программы взаимодействия педагога с семьями по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста. В результате работы поставленная нами цель исследования была достигнута путем решения задач.

Первой поставленной нашей задачей необходимо было изучить гейм-аддикцию как психическое явление и рассмотреть причины её формирования у детей младшего школьного возраста. Для того, чтобы решить поставленную задачу, у нас возникла необходимость в изучении литературы психолого-педагогической направленности. В результате было выявлено, что гейм-аддикция – это зависимость от компьютерных игр.

Гейм-аддикция несет в себе много негативных последствий психологических, физических и психических. Все компьютерные игры принято разделять на следующие группы: ролевые, логические, стратегии, приключенческие, 3D-Action, аркадные, симуляторы. Ученые выделяют следующие стадии формирования зависимости от компьютерных игр: стадия легкой увлеченности, стадия увлеченности, стадия зависимости и стадия привязанности.

Второй нашей задачей было изучение направлений деятельности педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста. Нами было выявлено что, для того чтобы работа была эффективной, следует уделять должное внимание следующим направлениям деятельности педагога с семьей: диагностическое, профилактическое, реабилитационное, работа с педагогическим составом и непосредственно работа с семьей. Работая по всем данным направлениям, можно достичь оптимального результата при работе с семьей.

У младших школьников существует огромная потребность в общении, взаимопомощи, сопереживании. Если ребенок не в полной мере

удовлетворяет данные потребности, то он начинает искать способ их получения. Имея данный недостаток, ребенок начинает активно заполнять свое свободное время игровой деятельностью. Зачастую, в современных реалиях эта игровая деятельность связана с информационными технологиями. Дети начинают проводить своё свободное время в играх на компьютере, телефоне или других гаджетах. Именно в таком возрасте, родители и педагог должны обращать должное внимание на излишнее проведение свободного времени за игрой на компьютере. С периода младшего школьного возраста требуется проводить различные профилактические мероприятия, которые помогут в будущем избежать проблемы появления зависимости от компьютерных игр.

Следующая и последняя наша задача заключалась в том, что нужно экспериментальным путем проверить результативность программы взаимодействия педагога с семьей, направленной на профилактику гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста.

Наше исследование проходило на базе начальной школы города Челябинска: экспериментальная группа в количестве 28 учащихся 3 класса и контрольная группа в количестве 28 учащихся 3 класса. В рамках констатирующего этапа первым направлением нашего исследования стала диагностика с помощью теста-опросника Гришиной на определение уровня сформированности компьютерной зависимости у младших школьников. В результате данной диагностики было выявлено, что в экспериментальной группе по сравнению с контрольной учащихся с зависимостью оказалось больше. Основное число обучающихся обеих групп имеют средний уровень сформированности зависимости. Чтобы проверить объективность, мы применили методiku Хи-квадрата Пирсона, которая показала, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Из этого следует то, что между группами нет существенных различий.

Следующим направлением нашего исследования было проведено анкетирование среди родителей учащихся младшего школьного возраста на определение компьютерной зависимости у их детей. Проанализировав ответы, полученные от родителей, мы увидели, что большая часть родителей экспериментальной и контрольной группы считает, что у их детей отсутствует компьютерная зависимость. Оставшееся число родителей считает, что у их детей существует предрасположенность к возникновению компьютерной зависимости. Для того, чтобы проверить объективность, нами была применена методика Хи-квадрат Пирсона, которая показала нам то, что связь между экспериментальной и контрольной группой статистически не значима. Следовательно, существенных различий между данными группами нет. Чтобы проверить отличия между ответами детей и их родителей, мы применили методику Т-критерий Стьюдента, с помощью которой мы установили, что в результатах ответов детей и их родителей в экспериментальной и контрольной группах статистически не значимы.

Формирующий эксперимент нашего исследования заключался в апробации программы, направленной на профилактику гейм-аддикции. В экспериментальной группе внедрялась программа в полном объеме, в контрольной группе лишь элементы программы. Диагностика на окончание года была осуществлена нами с помощью тех же методик, что и в начале года.

В экспериментальной группе число зависимых детей с 6 человек сократилось до нуля, так же повысилось число детей, у которых отсутствуют признаки компьютерной зависимости. В контрольной группе повысилось число детей с явными признаками зависимости и сократилось число с естественным уровнем сформированности зависимости.

Чтобы проверить объективность мы вновь применили методику Хи-квадрата Пирсона. По результатам вычислений мы установили, что связь между экспериментальной и контрольной группами статистически



значима. Из этого следует, что между группами есть существенные различия между показателями уровня сформированности зависимости от компьютерных игр.

Вновь было проведено анкетирование родителей учащихся на определение уровня предрасположенности к возникновению компьютерной зависимости у их детей. В экспериментальной группе увеличилось число родителей, которые уверены в том, что их дети не подвержены зависимости от компьютерных игр. В контрольной группе большинство родителей считает, что у их детей нет зависимости, что сильно расходится с результатами детей.

Результаты анкетирования родителей были проверены по методике Хи-квадрата Пирсона. Было выявлено, что существенных различий между результатами нет.

По итогам внедрения программы взаимодействия педагога с родителями и учащимися, направленной на профилактику компьютерной зависимости, в экспериментальной группе было достигнуто снижения уровня компьютерной аддикции. Между экспериментальной и контрольной группой после формирующего эксперимента были выявленные существенные различия.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены. Гипотеза о том, что уровень выраженности компьютерной зависимости младших школьников снизится, если разработать и внедрить программу взаимодействия педагога с семьей, направленную на профилактику компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста, составленную на основе системного, аксиологического, личностно-ориентированного подходов, подтвердилась.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акопов, А. Ю. Лечение игровой зависимости. Психотерапевтический метод контрадиктивной стимуляции / А.Ю. Акопов. – Санкт-Петербург, 2004. – 203 с.
2. Александров, В. В. Интеллект и компьютер / В. В. Александров. – Санкт-Петербург : Издательство «Анатолия», 2004. – С. 32-34.
3. Алексеева, М. Воспитание социальной активности / М. Алексеева // Дошкольное воспитание. – 2012. – №11. – С. 31-35.
4. Бурлакова, И. В. Психология компьютерных игр / И. В. Бурлакова. – Москва : Независимая фирма «Класс», 2000. – С. 102-110.
5. Венгер, А. Л. Индивидуальные особенности психического развития и практические задачи психологии развития / А. Л. Венгер. – 2-е изд. – Москва : АСТ, 2011. – 320 с.
6. Войскунский, А. Е. От психологии компьютеризации к психологии Интернета / А. Е. Войскунский // Вестник Московского университета. – 2008. – №2. – С. 140-153.
7. Гоголева, А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А. В. Гоголева. – 2-е изд., стер. – Москва : Московский психолого-социальный институт; Воронеж. Издательство НПО «МОДЭК», 2003. – 240 с.
8. Горелова, А. В. Интернет-зависимость как объект социологического исследования [Электронный ресурс] / А. В. Горелова. – Режим доступа:  
[http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/grani/2013\\_2/25.pdf](http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/grani/2013_2/25.pdf)
9. Долганов, Д. Н. Некоторые особенности системы личных конструкторов при аддиктивном поведении / Д. Н. Долганов // Вестник Кемеровского государственного университета. – № 2(22). – 2005. – С. 75-81.

10. Егоров, А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции [Электронный ресурс] / А. Ю. Егоров. – Режим доступа: <http://www.narcom.ru/cabinet/online/88.html>

11. Змановская, Е. В. Девиантология. Учеб.пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Е. В. Змановская. – 2-е изд., испр. – Москва : Издательский центр «Академия», 2007. – 288 с.

12. Жукова, М. В. Профилактика зависимости от компьютерных игр у младших школьников / М. В. Жукова // Личность и общество: проблемы взаимодействия. – 2014. – С.18-23.

13. Жукова, М. В. Компьютерная зависимость как один из видов аддиктивной реализации / М. В. Жукова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2013. – №11. – С.120-129.

14. Жукова, М. В. Профилактика зависимости от компьютерных игр у младших школьников / М. В. Жукова // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2011. – №1. – С.69-75.

15. Жукова, М. В. Увлечение компьютерными играми как фактор зависимого поведения в дошкольном возрасте / М. В. Жукова // Начальная школа плюс До и После. – 2010. – №10. – С.32.

16. Жукова, М. В. Зависимость от виртуальной реальности компьютера как один из видов аддиктивного поведения / М. В. Жукова // Начальное образование: проблемы и перспективы развития в условиях модернизации. – 2005. – С.49-53.

17. Иванов, М. С. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / М. С. Иванов // Психологический журнал. – 2013. – №2. – С. 48-54.

18. Иванов, М. С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека / М. С. Иванов // Психологический журнал. – 1999. – Том 20. – № 1. – С. 54-63.

19. Иванов, М. С. Формирование зависимости от ролевых компьютерных игр / М. С. Иванов. – Кемерово, 1999. – С. 63-71.
20. Керделан, К. Дети процессора: как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых / К. Керделан, Г. Грезийон; пер. с фр. А. Луцанова. – Екатеринбург : У – Фактория, 2006. – С. 74-80.
21. Колесникова, Г. И. Девиантное поведение : учеб. пособие / Г. И. Колесникова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2007. – 218 с.
22. Компьютерный синдром [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.bfmap.ru/content/kompsin>
23. Коптелова, Н. И. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков / Н. И. Коптелова // Молодой ученый. – 2014. – №20.
24. Коптелова, Н. И. Социально-педагогическая профилактика компьютерной зависимости у подростков в общеобразовательных учреждениях / Н. И. Коптелова, В. А. Попов // Молодой ученый. – 2015. – №24.
25. Короленко, Ц. П. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Наука, 1990. – 222 с.
26. Короленко, Ц. П. Психосоциальная аддиктология / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – Новосибирск : Издательство «Олсиб», 2001. – 251 с.
27. Котова, С. А. Компьютер в жизни ребенка младшего школьного возраста. Другое детство / С. А. Котова // Сборник тезисов участников II Всерос. научно-практ. конфер. по психологии развития. – Москва : МГППУ, 2009. – 327 с.
28. Котова, С. А. Ребенок в новом информационном пространстве / С. А. Котова // Интернет-зависимость. Психологическая природа и динамика развития. – Москва : Издательство МГУ, 2009.

29. Кудрявцев, В. Интернет или «экологически чистый» наркотик / В. Кудрявцев // Воспитание школьников. – 2009. – №5. – С. 23-25.
30. Курганский, С. М. Организация досуговой деятельности младших школьников / С. М. Курганский // Завуч начальной школы. – 2004. – №6. – С. 89-113.
31. Лангмейер, Й., Матейчик, З. Психическая депривация в детском возрасте / Й. Лангмейер, З. Матейчик. – Прага : Авиценум, 1984. – С. 84-90.
32. Лучшие компьютерные игры минувшего года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.mirnov.ru/arhiv/mn840/mn/32-1.php>
33. Малыгина, Ю. А. Причины компьютерной зависимости (интернет-зависимости, игровой зависимости) / Ю. А. Малыгина. – Москва : Авант, 2006.
34. Меделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Меделевич. – Москва : МЕДпресс, 2001. – С. 76-85.
35. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – Москва : Издательство «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002. – 633 с.
36. Могилева, В. Н. Психофизические особенности детей младшего школьного возраста и их учет в работе с компьютером / В. Н. Могилева. – Москва : Академия, 2007. – С. 44-60.
37. Новосельцев, В. И. Компьютерные игры: детская забава или педагогическая проблема? / В. И. Новосельцев // Директор школы. – 2013. – № 9.
38. Носов, Н. А. Виртуальная психология / Н. А. Носов. – Москва : Аграф, 2000. – 430 с.
39. Оксфордский толковый словарь по психологии / Под ред. А. Ребера: в 2-х тт: Т.1./ Пер. с англ. Чеботарева Е. Ю. – Москва : Вече АСТ, 2003. – 592 с.

40. Пахомова, В. Г. Психологические детерминанты увлеченности компьютерными играми в младшем школьном возрасте / В. Г. Пахомова // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. – 2016. – С.46-57
41. Попов, О. А. Новая классификация компьютерных игр [Электронный ресурс] / О. А. Попов – Режим доступа <http://psystat.at.ua/publ/4-1-0-30>
42. Подласый, И. П. Педагогика начальной школы / И. П. Подласый. – Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2008. – 405 с.
43. Слабинский, В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов / В. Ю. Слабинский. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – С. 105-112.
44. Слостенин, В. А. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; Под ред. В. А. Слостенина. – Москва : Академия, 2012. – 576 с.
45. Соколова, М. В. О развивающих видеопрограммах для младенцев. Другое детство / М. В. Соколова. – Москва : МГППУ, 2009. – 327 с.
46. Тендрякова, М. В. Старые и новые лики игры: игровая специфика виртуального пространства / М. В. Тендрякова // Культурно-историческая психология. – 2008. – с. 60-68.
47. Усова, Е. Б. Психология девиантного поведения: учеб.-метод. Комплекс / Е. Б. Усова. – Минск : Издательство МИУ, 2010. – 180 с.
48. Федоров, А. В. Школьники и компьютерные игры с «экранном насилиям» / А. В. Федоров // Педагогика. – 2014.
49. Федоров, А. В. Проблемы игровой компьютерной интернет - зависимости у подростков / А. В. Федоров, И. А. Власова // Молодой ученый. – 2013. – №5.
50. Фетискин, Н. П. Практическая девиантология: учебно-методическое пособие / Н. П. Фетискин. – Москва : ФОРУМ - 2015. – 272 с.

51. Хрестоматия. Семейная психотерапия. – Санкт-Петербург : Речь, 2000 – 67 с.
52. Шмелев, А. Г. Мир поправимых ошибок / А. Г. Шмелев. – Москва : Знание, 1988 г. – №3.
53. Эйдемиллер, Э. Г. Исследование образа "Я" у подростков с аддиктивным поведением / Э. Г. Эйдемиллер, С. Л. Кулаков, О. В. Черемисин // Психологические исследования и психотерапия в наркологии: сборник научных трудов. – Санкт-Петербург : 2006.
54. Юрьева, Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск : Пороги, 2006. – 196 с.
55. Яврый, Г. Г. Интернет и человек. / Г. Г. Яврый. Ставрополь : Издательство «Графа», 2009. – 165 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Гришина А.В. Тест-опросник степени увлеченности младших школьников компьютерными играми

*Инструкция:* Предлагаемый вам тест содержит 22 вопроса с 6 вариантами ответов: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «очень часто», «постоянно». В бланке для ответов перед соответствующим номером вопроса поставьте знак «+» в соответствующей колонке ответов. Свое мнение выражайте искренне.

Содержание теста:

1. Играете ли вы в компьютерные игры?
2. Запрещают ли родители играть вам в компьютерные игры из-за того, что вы тратите на них слишком много времени?
3. Откладываете ли вы выполнение школьных домашних заданий, чтобы поиграть за компьютером?
4. Чувствуете ли вы себя раздраженным, если по каким-то причинам вам необходимо прекратить компьютерную игру?
5. Расстраиваетесь ли вы, если в течение дня вам не удастся поиграть за компьютером?
6. Думаете ли вы о результатах, достигнутых в компьютерной игре?
7. Планируете ли вы повысить уровень своих результатов в игре?
8. Приходилось ли вам засиживаться за компьютерной игрой допоздна?
9. Чувствуете ли вы тягу к компьютерным играм?
10. Отказываетесь ли вы от общения с друзьями, чтобы поиграть за компьютером?
11. Случалось ли вам тратить на компьютерные игры деньги, которые были предназначены для других целей?



12. Приходилось ли вам играть за компьютером более 5 часов в день?
13. Предпочитаете ли вы компьютерную игру чтению интересной книги или просмотру фильма?
14. Играете ли вы с друзьями в компьютерные игры?
15. Замечаете ли вы, как летит время, пока вы играете в компьютерную игру?
16. Как часто вы играли бы в компьютерные игры, если бы у вас была такая возможность?
17. Случалось ли вам скрывать от родителей, что вы играли за компьютером?
18. Используете ли вы компьютерную игру для того, чтобы уйти от проблем или от плохого настроения?
19. Обсуждаете ли вы результаты компьютерных игр с друзьями?
20. Злитесь ли вы, когда вас кто-то отвлекает от компьютерной игры?
21. Случалось ли вам уставать из-за того, что вы слишком долго играли за компьютером?
22. Стремитесь ли вы все свое свободное время играть за компьютером?

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Тест на компьютерную зависимость (для родителей)

Ваш ребенок:

1) Приходя домой, первым делом садится за компьютер?

да нет

2) Забросил домашние дела, учебу, стал непослушным?

да нет

3) Груб и раздражителен, если его отвлекают от компьютера?

да нет

4) Ест и пьет, не отрываясь от компьютера?

да нет

5) Не знает, чем себя занять, если компьютер недоступен или сломался?

да нет

6) Не способен контролировать время, проводимое за компьютером?

да нет

7) Не общается или почти не общается с друзьями как раньше?

да нет

8) Использует компьютер как отдушину и средство уйти от проблем?

да нет

9) Ребенок погружен в виртуальность и вне компьютера (постоянно думает об игре, об общении в Интернет)?

да нет

**7-9 положительных ответов. Результат:**

Высокий уровень компьютерной зависимости. Похоже, ваш ребенок действительно болен компьютерной зависимостью. У него стирается интерес к реальной жизни, он становится раздражительным и непослушным. Необходимо срочно принимать меры. Для начала ограничьте время пребывания ребенка за компьютером. Проконсультируйтесь с педагогом или психологом. Ознакомьтесь с

советами психологов как предотвратить и вылечить компьютерную зависимость. Навязчивое использование Интернет может быть симптомом других проблем, таких как депрессия, раздражение или низкая самооценка.

**4-6 положительных ответов. Результат:**

Средний уровень компьютерной зависимости. Ваш ребенок в опасной близости до возникновения зависимости от компьютера. Уже сейчас он предпочитает общение в Интернет реальному общению. Желательно уменьшить время его работы за компьютером. Ознакомьтесь с советами психологов как предотвратить возникновение компьютерной зависимости. Можно также контролировать время, проводимое ребенком в Интернет. Вы сможете установить разрешенные и запрещенные дни и часы пользования доступом в Интернет и другим программами.

**0-3 положительных ответов. Результат:**

Низкий уровень компьютерной зависимости. Ваш ребенок в близости до возникновения зависимости от компьютера. Желательно уменьшить время его работы за компьютером

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Содержание занятий в рамках программы работы педагога с семьей по профилактике гейм-аддикции у детей младшего школьного возраста

##### 1 занятие. Диагностика предрасположенности детей к возникновению зависимости от компьютерных игр.

Проведение диагностики по тесту-опроснику Гришиной А.В.

*Инструкция:* Предлагаемый вам тест содержит 22 вопроса с 6 вариантами ответов: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «очень часто», «постоянно». В бланке для ответов перед соответствующим номером вопроса поставьте знак «+» в соответствующей колонке ответов. Свое мнение выражайте искренне.

Содержание теста:

1. Играете ли вы в компьютерные игры?
2. Запрещают ли родители играть вам в компьютерные игры из-за того, что вы тратите на них слишком много времени?
3. Откладываете ли вы выполнение школьных домашних заданий, чтобы поиграть за компьютером?
4. Чувствуете ли вы себя раздраженным, если по каким-то причинам вам необходимо прекратить компьютерную игру?
5. Расстраиваетесь ли вы, если в течение дня вам не удастся поиграть за компьютером?
6. Думаете ли вы о результатах, достигнутых в компьютерной игре?
7. Планируете ли вы повысить уровень своих результатов в игре?
8. Приходилось ли вам засиживаться за компьютерной игрой допоздна?
9. Чувствуете ли вы тягу к компьютерным играм?
10. Отказываетесь ли вы от общения с друзьями, чтобы поиграть за компьютером?

11. Случалось ли вам тратить на компьютерные игры деньги, которые были предназначены для других целей?
12. Приходилось ли вам играть за компьютером более 5 часов в день?
13. Предпочитаете ли вы компьютерную игру чтению интересной книги или просмотру фильма?
14. Играете ли вы с друзьями в компьютерные игры?
15. Замечаете ли вы, как летит время, пока вы играете в компьютерную игру?
16. Как часто вы играли бы в компьютерные игры, если бы у вас была такая возможность?
17. Случалось ли вам скрывать от родителей, что вы играли за компьютером?
18. Используете ли вы компьютерную игру для того, чтобы уйти от проблем или от плохого настроения?
19. Обсуждаете ли вы результаты компьютерных игр с друзьями?
20. Злитесь ли вы, когда вас кто-то отвлекает от компьютерной игры?
21. Случалось ли вам уставать из-за того, что вы слишком долго играли за компьютером?
22. Стремитесь ли вы все свое свободное время играть за компьютером?

2 занятие. Диагностика индивидуально-личностных особенностей обучающихся с гейм-аддикцией.

На данном занятии будет проведена диагностика тех ребят, у которых обнаружена зависимость от компьютерных игр.

**«Исследование словесно-логического мышления»**

**Цель:** выявление уровня осведомленности, выявления существенных признаков, сформированности обобщающих понятий

*(направлен на выявление осведомлённости, выявление существенных признаков)*

У сапога всегда есть...

шнурок, пряжка, подошва, ремешки, пуговицы

В тёплых краях живёт...

медведь, олень, волк, верблюд, пингвин

В году...

24 мес., 3 мес., 12 мес., 4 мес., 7 мес.

Месяц зимы...

сентябрь, октябрь, февраль, ноябрь, март

В нашей стране не живет...

соловей, страус, аист, синица, скворец

Отец старше своего сына...

часто, всегда, никогда, редко, иногда

Время суток...

год, месяц, неделя, день, понедельник

*(направлен на сформированность обобщающих понятий)*

Окунь, карась ...

Метла, лопата...

Лето, зима...

Огурец, помидор...

Сирень, орешник...

**«Определение уровня саморегуляции».**

**Цель:** определить уровень сформированности саморегуляции младшего школьника

**Испытуемому предлагается задание:** «На этом листе дан образец написания палочек: |--||--|||--| и т. д. Продолжи написание палочек, соблюдая следующие правила:

– пиши палочки и черточки в такой же последовательности;

- правильно перенося их с одной строчки на другую;
- не пиши на полях;
- пиши не в каждой строчке, а через одну».

Время выполнения задания 5 минут.

**Анализ проводится по следующим критериям:**

5 баллов – ребенок воспринимает задание полностью и во всех компонентах сохраняет его до конца занятия; работает, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе на протяжении всего времени; если допускает ошибки, то сам их находит и исправляет; не спешит сдать работу после сигнала, стремится проверить ее, делает все возможное, чтобы работа была выполнена правильно и аккуратно.

4 балла – по ходу работы ученик допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и не устраняет их; качество работы, ее оформление его не заботит, хотя желание получить хороший результат есть.

3 балла – ребенок воспринимает лишь часть задания, но и ее не может сохранить до конца в полном объеме; постепенно (примерно через 2--3 минуты) система знаков нарушается, допускаются ошибки, он не замечает их, не проявляет желания улучшить качество работы; к результату работы безразличен.

2 балла – ребенок воспринимает лишь небольшую часть задания, но сразу ее теряет и пишет палочки и строчки в случайном порядке; ошибки не замечает и не исправляет, к качеству работы безразличен.

1 балл – ребенок не воспринимает задания и пишет (или рисует) на своем листе что-то свое или ничего не делает.

**«Диагностика школьной тревожности» Е. Амен.**

**Цель:** определить наличие школьной тревожности у младшего школьника

«Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Картинки у меня не совсем обычные. Посмотри, на них нет лиц. Все – и взрослые, и

дети нарисованы без лиц (предъявляется картинка № 1). Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего 12, а ты должен будешь придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лица у нас веселые, радостные, счастливые, а когда плохое – грустные, печальные. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо – веселое, грустное, или какое-нибудь еще и объяснишь, почему у него такое лицо».

Выполнение задания по картинке 1 рассматривается как тренировочное. В ходе его можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки 2–12. Перед предъявлением каждой повторяется вопрос: Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?

Все ответы детей фиксируются.

### **Обработка данных.**

Оцениваются ответы на 10 рисунков (2–11). Рисунок 1 – тренировочный. Рисунок 12 выполняет «буферную» функцию и предназначен для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем, следует обратить внимание на редкие случаи (по нашим данным, не более 5–7 %), когда ребенок на 12 карточку дает отрицательный ответ, Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны рассматриваться отдельно.

Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам испытуемых, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.



### 3 занятие. Родительское собрание на тему «Компьютер – друг или враг?»

#### Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?»

##### **Цели:**

- информирование родителей о проблеме, связанной с повышенным интересом детей к компьютерным играм;
- донести до родителей возможные профилактические методы для разрешения проблемы игровой зависимости.

##### **Задачи:**

- подробно разобрать с родителями проблему игровой зависимости, причины и факторы ее проявления и признаки, по которым можно распознать наличие этой проблемы;
- познакомить родителей с возможными мерами, которые можно использовать для профилактики гейм-аддикции.

##### **Ход собрания:**

##### **Приветствие.**

– Добрый день, уважаемые родители! Сегодня мы с вами собрались, чтобы обсудить одну из самых распространенных проблем современности – зависимость от компьютерных игр. Эта проблема довольно широко распространена у детей младшего школьного возраста, т.к. именно у этой возрастной категории еще слабо развита психика, и поэтому она подвержена любому влиянию на нее извне.

##### **Информационный блок.**

Большинство современных детей свое свободное время проводят за компьютером. С каждым днем выходит все больше и больше игровых новинок, которые привлекают детей. Это могут быть и обычные компьютерные игры, а так же игры через интернет с реальными людьми. По статистике около 20 % российских детей страдают игровой зависимостью. Во всем мире примерно 10 % детей страдают игроманией. Эта проблема не обошла и наш класс. 50 % в классе имеют средний

уровень вовлеченности в компьютерную игру, 45 % - естественный уровень и 5 %, что составляет 1 человек из класса, уже находится в стадии зависимости. Давайте с вами поговорим о том, что же такое игровая зависимость и почему она возникает у детей. Но для начала давайте проведем с вами небольшой тренинг и выясним вашу точку зрения на эту проблему.

### **Тренинг.**

Родители образуют круг, сидя на стульях, им дается какой-либо предмет, приятный на ощупь (мячик, небольшая игрушка и т.д.). Им задаются вопросы, они высказывают свою точку зрения, аргументируют ее и передают предмет другому человеку.

### **Примерные вопросы:**

1. Чем является компьютер в вашей семье? Можете ли вы привести ситуации, связанные с негативными и позитивными эмоциями по поводу пользования компьютером?
2. Необходимо ли, чтобы в доме был компьютер? Почему?
3. Часто ли ваш ребенок играет в компьютерные игры? Сколько по времени? Предпринимаете ли вы меры по уменьшению временипрепровождения ребенка за компьютером?
4. Что нужно сделать для того, чтобы не твердить ребенку изо дня в день: «Сколько можно сидеть за компьютером? Ты будешь заниматься другими делами?».

Исходя из ваших ответов, я вижу, что у некоторых проблема игровой зависимости имеет место быть. Так давайте теперь уточним для себя, что же это такое.

**Игровая зависимость** – форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми.

Игры принято делить по различным жанрам:

1. Ролевые игры. Это такая разновидность компьютерных игр, основанная на элементах традиционных настольных ролевых игр. Главная особенность ролевой игры состоит в том, что поставленной цели нужно добиться с помощью персонажей (героев), каждый из которых имеет свои характеристики и списки умений. В процессе игры можно управлять как одним героем, так и несколькими, так называемым игровым кланом.

2. Логические игры. Это разновидность игры, которая содержит в себе всевозможные варианты головоломок (ребусы, шарадки, загадки и др.). В большинстве случаев такие игры преследуют образовательные цели (обучению счету, иностранным языкам и т.д.).

3. Стратегии. Смысл компьютерной стратегической игры заключается в том, что нужно управлять определенными ресурсами (войска, отдельные персонажи), которые нужно постоянно развивать для достижения победы. Современные стратегии содержат в себе так же и экономические акценты. В этих играх существует игровая валюта, на которую нужно покупать себе какие-либо ресурсы. Стратегии делятся на пошаговые и онлайн-стратегии. В первом виде нужно делать определенные ходы и действия, которые впоследствии приводят к победе, а онлайн-стратегии предназначены для игры в Интернете.

4. Приключенческие игры. Этот жанр игры представляет собой историю с главным героем, представленную в мультипликационном формате. Ключевым в этой игре является процесс решения головоломок, требующих умственных усилий со стороны играющего.

5. 3D-Action. Эти игры выполнены в трехмерной графике и имеют мощные спецэффекты, благодаря которым игры становятся наиболее реалистичными. Основная цель этой игры – это убийство врагов.

6. Аркадные игры. Это игры с достаточно примитивным игровым процессом. Они предполагают поуровневое прохождение игры с получением вознаграждения (баллы, бонусы, игровая валюта и т.д.).

7. Симуляторы. Игры, имитирующие какие-либо процессы. Самые распространенные игры связаны с управлением транспортных средств.

Наиболее интересными и опасными для детей младшего школьного возраста являются ролевые компьютерные игры. Именно эта разновидность игры способна вызывать устойчивую психологическую зависимость, приводить к нарушениям психического состояния. Наибольшее количество ролевых компьютерных игр рассчитано на младший школьный возраст, а так же на подростковый. Создатели этих игр не учли возрастные психологические особенностей контингента играющих. Ролевые игры оказывают негативное влияние на формирование личности и усвоение социальных ролей. Мощная трехмерная компьютерная графика и звуковое сопровождение полностью заменяют реальную жизнь игроку. Через какой-то промежуток времени ребенок теряет интерес к реалиям жизни и полностью окунается в виртуальный мир, где он сполна получает острые впечатления. Прохождение игры в это время для него является чуть ли не основной составляющей жизни.

#### **Основные причины формирования игровой зависимости.**

Многим из родителей кажется, что если ребенок играет в компьютер, то ничего страшного в этом нет, но это совсем не так. Существует большое количество причин, которые способствуют формированию игровой зависимости у детей:

1. Отсутствие у ребенка определенного хобби и занятия.
2. Неумение налаживать социальные связи и поддерживать отношения.
3. Психика ребенка пребывает в стадии формирования.
4. Формирование низкой самооценки.
5. Слаборазвитые волевые качества.
6. Желание ребенка быть «как все» его сверстники и следовать за их увлечением и не отставать.

7. Общая неудачливость ребенка.
8. Неблагополучная обстановка в семье.

Вам, как родителям нужно внимательно наблюдать за своими детьми, а так же за обстановкой в семье. Если отец или мать сами позволяют сидеть часами за компьютером, соответственно вы не должны требовать от ребенка, чтобы он ограничил время, проведенное за игрой. Он копирует ваше поведение и не может понять ваших требований, прекратить игру, потому что вы своим поведением показываете, что играть можно долго и вам это тоже интересно. Так же нужно внимательно следить за проведением досуга ребенка. Нужно найти ему такое занятие, которое его всецело заинтересует, и у него не будет времени играть в компьютер.

Характерными признаками компьютерной зависимости, которые вы можете распознать самостоятельно при общении с ребенком, являются:

- Увеличение времени, проводимого в ситуации игры.
- Изменение круга своих интересов.
- Неспособность самостоятельно контролировать себя в процессе игры.
- Частые беспричинные колебания настроения.
- Неадекватная реакция на критику.
- Эмоциональное отчуждение.
- Пренебрежение правилами личной гигиены.

Именно эти признаки помогут вам распознать, что ребенок близок к стадии зависимости от игры, от которой в дальнейшем будет достаточно трудно избавиться.

### **Практическая часть.**

А сейчас я хочу вам предложить сыграть в одну игру, которая называется «Корзина мнений». Вы ведь хорошо знаете, что у каждой проблемы есть 2 стороны, как и у медали: положительная и отрицательная.

Сейчас я вам предложу список вопросов и ответы с отрицательной и положительной стороны. Я предлагаю поделиться вам на 2 группы. Вы поочередно берете листок с вопросом, обсуждаете его в группах и высказываете точку зрения по данным вопросам. После обсуждения разных точек зрения вы зачитываете заранее подготовленные ответы, где описываются как положительные, так и отрицательные способы влияния компьютерных игр на личность ребенка.

### **Вопросы и ответы на них:**

– Влияет ли частая игра в компьютер на взаимоотношения со сверстниками?

«+» Много возможностей познакомиться с невероятным количеством интересных людей, имеющими те же интересы, что и у вас. Отношения завязываются легко и быстро в процессе игры через Интернет.

«-» Время, проведенное с реальными людьми, зачастую становится неинтересным и скучным. Вначале зависимость проявляется в том, что вместо занятий такими обычными делами, люди сидят перед компьютером. Эти повседневные заботы игнорируются точно так же, как и учеба в школе, занятия в секциях и кружках, общение с друзьями. Зависимые пользователи продолжают уже эмоционально разрывать свои отношения с реальными людьми и сознательно, все больше и больше, погружаться в мир игры.

– Влияет ли работа на компьютере на состояние здоровья вашего ребенка? «+» Физический вред здоровью от игровой зависимости не столь очевиден, как, например, наличие других вредных привычек, таких как табакокурение, употребление алкоголя и других влияющих на психику веществ.

«-» Обычно зависимые люди стараются играть при малейшей возможности, причем иногда игра может занимать не один час, и даже не два, а часов пять-шесть. Зависимый человек обычно встает позже

остальных. Такие бессонные ночи способствуют появлению постоянной усталости, раздражительности и ослаблению иммунной системы ребенка, после чего резко повышается вероятность заболевания. Вдобавок, сидячий образ жизни может привести к возникновению проблем с позвоночником, а неправильное освещение и большое количество часов, проведенных за компьютером – к различным заболеваниям глаз.

– Возможно ли близким людям (родителям, учителю) определить у ребенка зависимость от игры?

«+» Это заметить невозможно, человек, часто «зависающий» в игре ничем не отличается от других.

« – » Зависимый становится озлобленным и старается защититься от всех, кто пытается ограничить использование компьютера для победы в новом уровне. Например, следуют такие стандартные фразы, как "У меня нет проблем" или "Я просто играю, не мешайте мне" – это все является признаком установившейся зависимости. Ну и, наконец, подобно алкоголикам, которые скрывают свою потребность в алкоголе, люди начинают лгать о количестве времени, проведенном за компьютером. Такие дети мало общаются с друзьями, не посещают кружки и секции, перестают делать домашние задания, получают плохие отметки в школе и перестают следить за собой.

– Влияет ли игровая зависимость на чувство времени у ребенка?

«+» Нет, человек воспринимает время точно так же как любой другой.

«-» Психологи Константин Блохин и Александр Кроник доказали, что для зависимых людей время течет быстрее: при субъективном хронометрировании (без часов) отрезок времени, который кажется им минутой, равен в среднем 46 секундам, что на четверть меньше, чем у здоровых людей.

**Подведение итогов собрания.**

Сегодня мы с вами обсудили проблему игровой зависимости. Рассмотрели со всех сторон. Каждый из вас высказал свое мнение и отношение к какому-либо аспекту проблемы игровой зависимости. В завершении собрания я хотела бы вам предложить рекомендации, которые могут помочь вам предотвратить появление у ваших детей игровой зависимости:

1. Нужно быть с ребенком «на одной волне».
2. Ограничение времени, проведенного за компьютером.
3. Отслеживать игры, в которые играет ребенок.
4. Развитие в ребенке других интересов, не связанных с компьютером.
5. Рассказывать ребенку о негативных влияниях жизни.
6. Привлекать ребенка к помощи в выполнении домашних обязанностей.
7. Контролировать круг общения ребенка.
8. Заменить компьютерную игру настольными играми.
9. Игры следует выбирать с образовательным уклоном или исследовательской направленности, чтобы в дальнейшем обеспечить ребенку успешное обучение в школе.
10. Родители при выборе игры своему ребенку должны учитывать его личностные особенности, а так же тип его темперамента.

11. Родители должны быть ОБРАЗЦОМ ДЛЯ ПОДРАЖАНИЯ!

Запомните, что «ребенок учится всему, что видит у себя в доме». Старайтесь следовать данным рекомендациям и постоянно наблюдайте за своим ребенком, чтобы избежать в дальнейшем появление различных проблем. Благодарю всех за участие, откровенность и прошу на листке, который лежит перед вами закончить следующие предложения:

«Для меня было новым ...»

«Я задумался сегодня о ...»

«Я бы провёл собрание на тему ...»



Всего вам доброго! Встретимся на следующем собрании.

4 занятие. Тематический классный час: «Компьютер и я: враги или друзья?»

*Цель:* знакомство учащихся с влиянием компьютера на здоровье человека.

*Задачи:*

- выяснить отношение детей к компьютеру и компьютерным играм;
- обсудить, к каким результатам приводит компьютерная зависимость;
- активизировать мыслительную, самостоятельную и игровую деятельность учащихся;
- подвести к выводам о пользе и вреде компьютера.

**Ход мероприятия**

**Учитель:** Тема нашего классного часа «Компьютер и я: враги или друзья?». Как вы думаете, о чем сегодня мы будем говорить?

У кого дома есть компьютер?

Вам нравится работать за компьютером?

Сколько времени вы проводите за компьютером?

Кто контролирует ваше времяпрепровождение за компьютером?

Нравятся ли вам компьютерные игры?

Ваши родители знают о содержании ваших компьютерных игр?

Трудно ли вам бывает оторваться от компьютера? Почему?

Знаете ли вы о том, какой вред может принести длительное пребывание за компьютером? (Устают глаза, портится осанка, некоторые игры бывают «злые» и т.д.)

Чему вы отдадите предпочтение: общению с другом или с компьютером?

**Ученик:**

Я с компьютером дружу,  
Долго я за ним сижу.  
Мне ужасно интересно,  
Хоть пока не все известно.  
Зовет друг мой прогуляться,  
Но не могу я оторваться.  
Игру новую открыл,  
Ту, что дядя подарил.  
Вот закончились все сроки,  
Пора сесть бы за уроки.  
Только что мне делать, братцы?  
Не могу я оторваться.  
Отличился брат мой в школе  
И участвовал в футболе  
Так, что в брюках есть заплата.  
Но не слушаю я брата.  
Я игрою поглощен,  
Брат сказал: "Порабощен".  
Зовет мама на обед,  
Слышит мое «нет» в ответ.  
Говорит мне моя мама:  
"Ах, какой же ты упрямый!"

**Учитель:** Что вы можете сказать об этом мальчике? Что значит "порабощен"?

**Ученики:**

Если ты не можешь оторваться от компьютерной игры, это означает, что ты попал в зависимость от компьютера, стал рабом компьютерных игр. Мальчиком руководит компьютер и та зависимость, в которую он попал.

Этот мальчик не умеет дружить. Из-за компьютерной игры он оставил своего друга без внимания, который приглашал его на прогулку.

Он еще и невнимателен к своему брату. А ведь он хотел поделиться с ним своими радостными новостями.

Еще он не заботится о своем здоровье, потому что есть надо вовремя, чтобы оставаться здоровым и расти сильным.

Взрослые говорят, что многие компьютерные игры не учат детей ничему хорошему. Ведь больше дети в этих играх стреляют, убивают, разрушают. А мы должны учиться делать добро, строить, помогать, выручать.

**Учитель:** Что бы вы могли посоветовать этому мальчику?

**Ученики:** гулять, играть с друзьями, учить уроки, помогать родителям, уделять внимание брату, заботиться о своем здоровье, о своих глазах.

**Учитель:** Действительно, компьютер бывает вредным и полезным. За компьютером можно не только играть, но и брать интересную информацию. Поэтому врачи советуют работать за компьютером в вашем возрасте не более, чем 30-40 минут. И чтобы глаза не уставали, нужно делать гимнастику для глаз. И сейчас мы с вами научимся выполнять эту гимнастику.

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса. *(Закрывают оба глаза)*  
Наши глазки отдыхают, упражнения выполняют. *(Стоят с закрытыми глазами)*

А теперь мы их откроем, через речку мост построим. *(Открывают глаза, взглядом рисуют мост)*

Нарисуем букву О, получается легко. *(Глазами рисуют букву О)*

Вверх поднимем, глянем вниз, *(Глаза поднимают вверх, опускают вниз)*

Вправо, влево повернем, *(Глаза смотрят вправо- влево)*

Заниматься вновь начнем.

**Учитель:** Ребята, а кто любит играть в разные игры вместе со своими одноклассниками, друзьями?

Дети отвечают.

**Учитель:** Я предлагаю вам немного поиграть и узнать, когда компьютер нам с вами будет другом, а когда сможет навредить.

**Учитель:** Итак, даю вам первое задание. Перед вами лежат карточки, а на них написаны задания, которые вы должны выполнить. Даю вам 5 минут на выполнение этих заданий.

К - написать как можно больше имен на букву К.

О - написать как можно больше слов-предметов, которые являются круглыми и в этих словах есть буква О (горох).

М - написать как можно больше названий птиц, зверей на букву М.

П - написать как можно больше вежливых слов, которые содержат букву П.

Ь - написать слова с мягким знаком на конце.

Ю - написать существительные, которые начинаются с буквы Ю.

Т - написать города, которые начинаются с буквы Т.

Е - написать растения на букву Е.

Р - написать фамилии на букву Р.

**Учитель:** Молодцы! С первым заданием вы справились. А сейчас отгадайте загадки.

Что за друг такой? - Железный,

Интересный и полезный.

Дома скучно, нет уюта,

Если выключен... (компьютер)

С телевизором - два брата,

Но для разных дел, ребята.

Не догадались до сих пор? -

К компьютеру... (монитор)

У компьютера рука

На веревочке пока.  
Как приветливый мальчишка,  
Кто вам тянет руку? (Мышка)  
Лежит дощечка у экрана,  
Буквам-кнопкам она мама!  
Знает русский алфавит  
И английским удивит -  
Очень умная натура!  
Это что? (Клавиатура)  
То-то радость, то-то смех  
На бумаге, без огрех,  
Из какой коробки лезет  
Текст на удивленье всех?  
(Принтер)

**Учитель:** А теперь предлагаю вам всем провести игру "Аукцион".

На каждую букву слова "компьютер" нужно назвать такие слова, которые содержат в себе эту букву и относятся к компьютеру или работе с ним. Победителем каждой буквы становится тот, кто последним произнесет подходящее слово.

Примерные слова:

К - комната, клавиатура, коврик и др.

О - освещение, вопрос, прогресс и др.

М - мышка, монитор, мысли и др.

П - помещение, пробел, проблема и др.

Б - сидеть, работать, играть и др.

Ю - юзер, ключ, и др.

Т - терпение, сайт, Интернет и др.

Е - сеть, время, внимание и др.

Р - игра, вирус, экран и др.

**Учитель** (проводит рефлексию): Понравились ли вам игры? Нравится ли вам играть не за компьютером, а вместе с одноклассниками? Почему вам понравилось играть с ребятами?

**Ученики:**

- Потому что было интересно.
- Потому что было весело.
- Можно было посоветоваться с ребятами из команды и правильно ответить.
- Мы разговаривали друг с другом и помогали членам команды.
- Потому что мы дружно боролись за победу.
- Мы были вместе, и нам это понравилось.

**Учитель:** Подведем итог: в зависимости от того, как мы сами ведем себя с компьютером, он может быть хорошим и плохим, вредным и полезным.

А сейчас я бы хотела дать вам полезные советы, чтобы компьютер приносил вам только пользу:

– стол с компьютером следует поставить сбоку от окна так, чтобы свет падал слева, подальше от источников тепла. Стол, за которым вы сидите, должен подходить вам по росту. Ваши ноги не должны «болтаться», лучше подставить под ноги подставку;

– стул или кресло должно быть с подлокотниками, так же желательно наличие специальной выпуклости для запястья, например, коврик для мыши.

Долгое сидение у монитора грозит здоровью головными болями, слезотечением, резью в глазах, снижением остроты зрения, болями в спине, руках. Поэтому надо соблюдать ряд правил:

монитор должен располагаться на расстоянии 45 см., это расстояние вытянутой руки;

монитор поставить в угол, чтобы электромагнитное излучение от компьютера поглощалось стенами и не оставляйте компьютер надолго включенным;

хорошее освещение;

ежедневно проводить в комнате с компьютером влажную уборку и проветривание, а ещё неплохо держать в комнате аквариум;

каждые полчаса делать 10-15 минутный перерыв для глаз, делая простые упражнения;

как можно чаще прерывать нахождение в одной позе, вставать из-за стола, двигаться, делать зарядку и упражнения для позвоночника и кистей рук;

длительность занятий за компьютером для учащихся 2 класса: 15 минут.

В руках знающего пользователя компьютер совершенно безопасен.

Спасибо всем за участие!

#### 5 занятие. Викторина «Мы выбираем здоровый образ жизни!»

**Цель:** сформировать у детей понятия о здоровом образе жизни.

**Ход мероприятия:**

Здравствуйте ребята, очень рада приветствовать Вас на нашей викторине, посвященной здоровому образу жизни.

Как Вы думаете, чему будет посвящена наша викторина? Дети дают ответы (На доске можно закрепить ключевые слова: здоровье, иммунитет, зарядка, витамины, закаливание и т.д.)

**Педагог читает стих:**

Купить можно много:

Игрушку, компьютер,

Смешного бульдога,

Стремительный скутер,

Коралловый остров

(Хоть это и сложно),  
Но только здоровье.  
Купить невозможно.  
Оно нам по жизни.  
Всегда пригодится.  
Заботливо надо.  
К нему относить.

**Педагог:** Как вы думаете, о какой заботе, о здоровье говорит автор?  
(Дети отвечают).

**Педагог:** А сейчас я вам расскажу о некоторых правилах, которые надо соблюдать регулярно, что бы здоровье сохранить и приумножить.

Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда.  
Не страшна тебе хандра.

Чтобы ни один микроб.  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.



Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

**Педагог:** А сейчас мы начнем нашу игру викторину, в ходе которой и узнаем, как много вы знаете о здоровом образе жизни.

Мы разделимся с вами на две команды и выберем капитанов.

### **1. Первый этап « Название» (до 3 баллов)**

Придумать название команды, с учетом основной темы нашей викторины.

### **2. «Угадай-ка» (по 2 балла)**

Всех лохматых расчесать,

Кудри в косы заплетать,

Делать модную причёску

Помогает нам... **(расческа)**

Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? **(полотенце)**

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли,

Чтоб варили кисели,

Чтобы не было беды...

Жить нельзя нам без ... **(воды)**

Разгрызёшь стальные трубы,

Если часто чистишь ... **(зубы)**

Я беру гантели смело -

Тренирую мышцы ... **(тела)**

Подружилась с физкультурой -

И горжусь теперь...**(фигурой)**

Сок, таблеток всех полезней,

Он спасёт от всех ... **(болезней)**

С детства людям всем твердят:

Никотин - смертельный ... **(яд)**

Хоть ранку щиплет он и жжёт,

отлично лечит - рыжий ...**(йод)**

Для царапинок Алёнки

Полный есть флакон ... **(зеленки)**

Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным.

Заправляю сам кровать,

Быстро делаю ... **(Зарядку)**

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит... **(Зубная щетка)**

Болезнь мне некогда друзья,  
В футбол, хоккей играю я.  
И очень я собою горд,  
Что дарит мне здоровье... **(Спорт)**

Позабудь ты про компьютер.  
Марш на улицу гулять.  
Ведь полезней для здоровья  
Свежим воздухом... **(Дышать)**

**Педагог:** А сейчас у нас физ минутка.

Чтоб здоровье сохранить.  
Надо с нами повторить:  
Ноги шире, руки шире — в бок наклоны.  
Три-четыре.  
Начинаем приседать —  
Раз-два-три-четыре-пять.  
И с особым вдохновением  
Дружно делаем вращения:  
Раз-два-три-четыре.  
Не мешает нам порой.  
Поработать головой,  
А еще точнее —  
Поработать шеей.  
Раз-два-три-четыре.  
В заключении все вместе.  
Совершаем бег на месте.  
Ноги в руки дружно взяли —  
Побежали, побежали!

И на месте стой, раз-два!!!

Зарядка, бодрость нам дала.

### **3. «Анаграммы» (по 3 балла за ответ)**

– Сейчас мы с вами закрепим понятия, которые связаны со здоровым образом жизни. Нужно собрать слово, связанное со здоровьем.

АМИНЫВИТ – витамины

РТПОС – спорт

ЛКАЗАКА – закалка

НИТЕТИММУ – иммунитет

ЛКАПРОГУ – прогулка

БАДЬХО - ходьба

### **4. «Конкурс капитанов» (2 балла за ответ)**

Назовите как можно больше видов спорта, которые начинаются с букв: Ф, В, К, С, Б.

Капитан команды выбирает конверт, в котором находится одна из букв.

Ф: Футбол, фехтование, фигурное катание, фристайл,

В: Волейбол, велоспорт, вольная борьба, ватерполо

К: Карате, кикбоксинг, конкур, кудо, конное троеборье.

С: Сумо, стрельба из лука, самбо, синхронное плавание, спортивная гимнастика.

Б: Баскетбол, биатлон, бобслей, бокс, борьба.

Пока капитаны пишут, звучит музыка «ГТО-Побеждай» (группа «Крутые девчонки»)

**Педагог:** А все знают, что такое ГТО? (Дети отвечают)

**Педагог:** Всероссийский физкультурно - спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – это нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта.

Предложение ввести всесоюзные испытания «Готов к труду и обороне» поступило в 1930 году, а ещё через год был сформирован первый комплекс ГТО, включавший 21 норматив. Возродили комплекс «Готов к труду и обороне» в 2014 году.

24 марта 2014 года Президент России подписал указ, которым постановил до 15 июня 2014 года утвердить «Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе „Готов к труду и обороне“ (ГТО)», и ввести комплекс в действие с 1 сентября. Был утвержден новый перечень испытаний, разработаны нормативы, а так же дизайн знаков отличия.

Комплекс ГТО включает в себя 11 возрастных групп. В зависимости от пола и возраста меняются нормативы и количество испытаний.

Систематические занятия по подготовке и сдаче норм комплекса ГТО, особенно учащейся молодежи, позволяют постепенно приобщаться к физической культуре и спорту, подниматься по ступенькам спортивного мастерства. Обязательные испытания состоят из тестов на силу, быстроту, гибкость и выносливость. Испытания по выбору состоят из тестов на координационные способности и прикладные навыки. Для подготовки к испытаниям даются рекомендации к недельному двигательному режиму. Комплекс может также содержать оценку знания о гигиене занятий физической культурой, основы истории развития физической культуры и основы методики самостоятельных занятий. На базе нашей школы каждый желающий то же может сдать нормы ГТО. А кто из вас хотел бы испытать свои силы и пройти комплекс нормативов? (Дети высказывают свое мнение)

**Педагог:** А теперь мы приступим к заключительному этапу нашей викторины.

## **5. «Блиц-опрос» (по 1 баллу за ответ).**

Она является залогом здоровья (Чистота).

Решающая характеристика внешности для баскетболиста (Рост).

Как называется любое массовое заболевание людей. (Эпидемия)

Тренировка организма холодом называется (Закаливание)

Жидкость, переносящая в организме кислород, - это...(Кровь)

Наука о чистоте – это... (Гигиена)

Мельчайший организм, переносящий инфекцию – это...(Микроб)

Теннисная площадка – это...(Корт).

Спортивный переходящий приз – это...(Кубок).

Каких людей называют моржами? (Купающимися зимой в проруби).

Как называют людей, питающихся только растительной пищей?  
(Вегетарианцы).

Из шерсти, каких животных делают лечебную одежду? (Из собачьей и верблюжьей шерсти).

Какое лекарственное средство пропагандировал Дуремар? (медицинские пиявки).

Зачем пьют рыбий жир? (Витамин Д нужен для формирования скелета).

Когда отмечается Всемирный День здоровья? (7 апреля).

Способность организма защищать себя от вторжения вирусов и бактерий – это... (Иммунитет).

Ягода, очень полезная для зрения (Черника).

Недостаток витаминов в организме – это... (Авитаминоз).

## **6. Награждение (Подведение итогов, вручение дипломов)**

### **7. Рефлексия деятельности.**

Какую задачу ставили сегодня?

Удалось ли её решить?

Как вы думаете, для чего вам могут пригодиться знания, полученные сегодня?

6 занятие. Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух!»

**Цели:**

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Задачи:**

- развивать выносливость, ловкость, быстроту реакции, интерес к занятиям физической культурой;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, коллективизм, взаимовыручку;
- укреплять уверенность учащихся в своих спортивных способностях.

**Инвентарь:** кегли, обручи (4 шт.), спортивные скамейки, воздушные шары, ракетки (4шт.), свисток, баскетбольные мячи, ведра, газеты

**Ведущий.**

Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам,  
Физкультурой заниматься,  
Заниматься нужно нам!!!!

**Вступительное слово.** Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр – «Весёлые старты» и наш спортивный зал превращается в веселый стадион. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

**Ведущий:** Сегодня мы рады приветствовать дружные команды. В соревнованиях примут участие 4 команды. (**Представление**).

### **Представление жюри**

*Итак, с командами познакомились – пора начинать соревнование!*

### Разминка. **Эстафета. «Яичница».**

**Инвентарь** – кегли, ракетки для бадминтона, шарики.

**Комментарий:** А сейчас конкурс-эстафета. Участвуют все члены команды. Наш конкурс называется «Яичница».

**Задача участников** - Добежать до определенного места, неся на ракетке шарик, и вернуться обратно, передавая эстафету следующему участнику.

Задача успеть приготовить яичницу раньше других - завершить дистанцию.

### **Эстафета "Меткий стрелок"**

**Учитель.** Мишенью будет служить обычное ведро, в которое участники станут метать мячи. Участнику каждой команды вручается по три мяча. Ведро-мишень установлено на расстоянии 5 метров от финишной черты. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает мячи, стремясь попасть в ведро. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. Побеждает команда, которая больше забросит мячей.

### **Эстафета «Догони и прокати»**

Команды стоят в исходном положении ноги врозь. По команде 1-й бежит до ориентира с мячом в руках, обегает ориентир, бежит назад в конец колонны и оттуда прокатывает мяч под ногами команды. Впереди стоящий берет мяч и продолжает бег.

### **Для капитанов «Эстафета с мячом»**

Капитаны стоят на линии старта, в руках клюшки с мячом. На расстоянии 15м стоит фишка. По свистку направляющий клюшкой ведёт мяч, обводит фишку и возвращается в свою команду. Кто быстрее пройдет?



### **«Дружба»**

Удерживая лбами, воздушный шарик и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре

### **Эстафета**

*Учитель.* Для ядра мы взяли газету и скомкали ее, чтобы получился плотный небольшой ком. Теперь вспомните, как толкают ядро спортсмены: берут его в одну руку, плотно прижимают к плечу, а затем рука распрямляется так, чтобы все усилие шло на ядро, которое надо вытолкнуть. Вы делаете точно так же. Первый игрок начинает с финишной прямой. Второй игрок подбегает к тому месту, где ядро упало и начинает с того места. Таким образом, поступают и все остальные участники. В итоге, когда последний участник отбрасывает ядро, и чье ядро будет дальше, тот и победил. На старт, внимание, марш!

### **Эстафета «Спортивная ходьба»**

*Учитель.* В нашей эстафете процесс ходьбы будет таким: участники, делая шаг, пятку одной ноги должны вплотную приставить к носку другой. То есть с каждым шагом участники будут передвигаться вперед только на длину подошвы их обуви. Дошли до обруча, который лежит на дистанции 8 метров, взяли мяч, который лежит в кругу, и таким же шагом назад. Передали мяч следующему участнику, который должен положить мяч в круг, и стали в конец колонны. Так до последнего человека. Кто нарушает правила, начинает дистанцию с самого начала. На старт, внимание, марш!

### **«Посиделки»**

Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку мяч. Последний с мячом бежит, садится вперёд и снова передаёт мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

### **«Пингвины с мячом».**

По сигналу участник зажимает мяч между коленями и устремляется

к обручу, оставляет мяч в обруче и возвращается в команду. Следующий бежит за мячом, зажимает таким же образом и бежит в команду, чтобы передать мяч 3–ему игроку.

**Подведение итогов.** Предоставляем слово жюри, которое подведет итог наших соревнований.

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

7 занятие. Тематический классный час «Какие игры приносят нам пользу?»

Приветствую всех собравшихся на наш мини форум.  
Сегодня на суд выносятся «Любимое увлечение»

И конечно же все догадались, что предметом обсуждения будут комп. игры.

Познакомлю всех с правилами.  
Начнём с сюжетов.

**Сюжет №1. Прослушайте и если считаете, что в этом сюжете К.И. приносят пользу, поднимите красную карточку, а если вред то чёрную**

Устройство ядра атома  
Понять не может Саша  
Но друг из класса выручил  
Принёс по теме диск  
Минут через 15  
Исчезла в мыслях каша  
Учебный диск понравился  
Исчез и двойки риск

**Обсуждение сюжета №1**

**Сюжет №2**

Включила Маша брату  
Игру. Из лабиринта  
Герою нужно выбраться.  
Пусть ищет до поры.  
Понравилось Антону.  
И он прошёл как спринтер.  
Осилит первый уровень  
За полчаса игры.  
Ещё играл минутку.  
Но Маша попросила:  
Тебе Антон пора уже  
Компьютер выключать  
А у тебя есть сдержанность?  
Есть внутренняя сила?  
Компьютерной игрою  
Не злоупотреблять.

### **Обсуждение сюжета №2**

#### **Сюжет №3**

Играют на компьютере  
Василий, Коля, Петя,  
Игра, ну просто ужас!  
Вампиры, трупы, кровь!  
Пожалуй нет ужаснее  
Игры на белом свете.  
Ребята, словно, зомби  
Играют вновь и вновь

Размазан по экрану  
И Николай и Петя,  
Обоим снятся ужасы,

Не спят вторую ночь,  
Ни папа и ни мама,  
И ни сестрёнка Света  
Не могут успокоить,  
Не могут им помочь.

По телефону скорую  
Уж вызывали дважды  
Приехали врачи  
И братьев увезли.  
Подумай на досуге  
Чтоб не случилось также.  
Ведь успокоить братьев  
В больнице лишь смогли.

### **Обсуждение сюжета №3**

Если заглянем в Интернет, то нам сразу встретятся высказывания:  
Ребенок прогуливает школу, предпочитая компьютерные клубы  
Компьютерные игры наносят вред психическому здоровью ребенка  
Компьютерный спорт наносит вред физическому здоровью  
Компьютерные клубы – притоны для подростков  
*Посмотрим видеоролик об этих клубах. Смотрим внимательно.*

### **Голосование Нужны ли комп. клубы, какие они есть сейчас?**

*Разминка. Конструируем свой Клуб. Раздаю конверты с заготовками для клуба. Нужно выбрать, то, что вы считаете нужным и приклеить на схему.*

### **Представление полученного клуба. Оценивают взрослые.**

### **Сюжет №4**

Искал подросток деньги  
На диск с игрой азартной.

Весь день просил знакомых,  
Но всё же не нашёл.  
Продал он телевизор  
Продешевил трёхкратно.  
Подарок маме к празднику  
По прихоти ушёл

Он проиграл всю ночь  
В любимую «стрелялку»,  
И у экрана в клубе  
Глаза он не сомкнул.  
Не думал ни минуты,  
Не стало ему жалко,  
О том, что душу чистую  
Сегодня в грязь столкнул.

### **Голосование, обсуждение**

*Новый вид спорта – киберспорт.*

*(ролик)*

### **Кто за киберспорт, а кто против?**

#### **Сюжет №5**

Когда бы ещё Маша  
Смогла увидеть Гога  
Полотна и картины  
И Гогу подражать.  
И в то же время слушать  
Чайковского и Дога  
Подруга диск с игрою  
Смогла вчера достать.

## ***Голосование.***

### ***Новое в науке.***

Как установили ученые, самочувствие людей, страдающих клаустрофобией (то есть боязнью закрытых пространств) и арахнофобией (патологическим страхом перед пауками) значительно улучшается после сеанса игры с компьютером.

В ходе эксперимента люди, страдающие арахнофобией, сражались с пауками из игры «Half-Life», а больные клаустрофобией играли в «Unreal Tournament», где героям приходится вести бои в высотных зданиях и городских лабиринтах.

### **Голосование**

#### **Лечат глаза**

Игры расширяют зрительную систему человека до максимального предела, а мозг адаптируется к этим изменениям и позволяет использовать их в повседневной жизни.

### **Голосование**

#### **Заключение**

Никто не может сказать, что ждёт нас в будущем, как скажутся последствия от К.И. на нашем здоровье через 10, 20, 30 лет, постараемся из всего сказанного сделать выводы и сохранить своё здоровье.

*8 занятие. Круглый стол с родителями «Влияние компьютерных игр на поведение ребенка».*

**Цель:** сформировать у родителей представление о влиянии компьютерных игр на психику и поведение ребёнка, психологическую установку на снижение отрицательного воздействия компьютерных игр на ребёнка.

#### **Задачи:**

1. Создать доброжелательную атмосферу в коллективе родителей.

2. Проинформировать родителей о воздействии компьютерных игр на психику и поведение ребёнка, о последствиях этого воздействия.

3. Создать условия для самостоятельного анализа ситуации родителями.

4. Способствовать поиску способов снижения отрицательного влияния компьютерных игр на ребёнка.

#### **Этапы:**

1. Организационный. На данном этапе педагог организует среду, соответствующую целям собрания, организует взаимодействие с родителями для эффективной совместной работы (т.е. оформляет комнату, готовит необходимые материалы и оборудование, произносит вступительное слово, проводит игры на приветствие и раскрепощение участников).

2. Основной. На этом этапе педагог проводит основную работу по теме в виде мини лекции, игр, упражнений, дискуссии.

3. Заключительный. На данном этапе подводятся итоги проделанной работы, оценивается её эффективность, участники высказывают свои пожелания на будущее.

#### **Материалы и оборудование:**

1. Столы и стулья (расставленные по кругу).

2. Доска и мел.

3. Карточки с названиями и описанием игр.

4. Видеопроектор, экран.

#### **Ход собрания:**

Здравствуйте, уважаемые родители! Я рада видеть вас за нашим круглым столом! Давайте поприветствуем друг друга и поделимся своим настроением. Продолжите, пожалуйста, фразу «Здравствуйте! Сегодня замечательный день, потому что...

**Сообщение о результатах анкетирования.** Педагог информирует родителей о результатах анкетирования, называет, сколько семей имеют

компьютер, кто из членов семьи и в каких целях в основном пользуется компьютером, сколько времени в среднем дети уделяют компьютерным играм и в какие игры играют, чем дети любят заниматься в свободное время.

**Беседа (создать условия для самостоятельного анализа ситуации родителями).** Педагог предлагает поделиться своими наблюдениями за поведением детей (результаты выполненного домашнего задания). Предлагается ответить на вопросы: «Заметили ли вы изменения в поведении ребёнка после прогулки и после игры на компьютере? Отличалось ли поведение в этих двух ситуациях?» В итоге беседы педагог подводит родителей к выводу о том, что физическая нагрузка, прогулки на свежем воздухе дают эмоциональную и физическую разрядку, успокаивают нервную систему ребёнка, а компьютерные игры, наоборот, создают нервное напряжение, ребёнок становится раздражительным.

**Мини – лекция на тему «Влияние компьютерных игр на поведение ребёнка» (проинформировать родителей о воздействии компьютерных игр на психику и поведение ребёнка, о последствиях этого воздействия).**

Врачи предупреждают, что многочасовое сидение за компьютером отрицательно сказывается на физическом и психическом здоровье ребёнка. Школьникам пятых классов можно без ущерба для здоровья заниматься за компьютером или играть в игры не более 30 минут. Компьютерные игры перед сном категорически запрещены. (Санитарные нормы, установленные Министерством Здравоохранения РФ, по использованию компьютера детьми.) В настоящее время разработано множество развивающих игр: логические, стратегические, приключенческие, ролевые, игры – симуляторы. Они развивают логическое мышление, сообразительность, способность к планированию своих действий, скорость реакции, усидчивость, пространственную ориентацию. Многие игры дают определённые знания – об истории человечества, о жизни животных и т.д.



Начнём с того, что разные игры по-разному влияют на поведение ребёнка. Логическая игра организует ребёнка, развивая логическое мышление, заставляет ребёнка поступать рационально. Обучающая игра развивает познавательный интерес. Играя в обучающие игры, ребёнок всё больше стремится узнавать новое, искать интересную информацию, а значит и поведение его нацелено на это. Он начнёт задавать вопросы родителям, искать ответы в книгах и интернете, увлечётся той наукой, на основах которой построена данная игра. (Например, если игра позволяет получить знания о различных животных, то у ребёнка появится интерес к биологии). Но и этими играми не стоит слишком увлекаться.

Переутомление от игры на компьютере приводит к физическому и моральному истощению, а значит, ребёнок становится раздражительным и может начать вести себя неадекватно. У ребёнка должно оставаться достаточно времени, чтобы выполнить домашнее задание, позаниматься хобби, посетить кружок или спортивную секцию, погулять на улице, пообщаться с друзьями и с семьёй. «Ребенок, который всем остальным развлечениям и увлечениям предпочитает лишь компьютерные игры, пусть даже и развивающие, подвергается риску возникновения многих серьезных проблем. Просиживая за любимой компьютерной игрушкой, ребенок начинает вести не свойственный своему возрасту образ жизни, исключая необходимую двигательную активность, развитие широкого спектра эмоциональных реакций, познание окружающего мира, формирование коммуникативных навыков в общении и в обычных играх со сверстниками».

Развлекательные игры (при условии, что ребёнок играет в них непродолжительное количество времени) приносят положительные эмоции ребёнку и позволяют ему отвлечься от забот и огорчений, расслабиться, переключиться на что-то приятное. Это не касается игр с агрессивным содержанием. Выплеснуть свою негативную энергию (агрессию) ребёнок может, занимаясь спортом или просто поколотив боксёрскую грушу.

Используя для этой цели компьютерную игру, ребёнок не получает физической разрядки и при этом не учится выражать свои эмоции. Игры с агрессивным содержанием (драками, кровью, убийствами и т.д.) приучают ребёнка равнодушно смотреть на чужие страдания. В реальной жизни такому ребёнку проще поступиться принципами морали и причинить вред окружающим. Т.е., рассердившись на одноклассника, ребёнок может никак не выразить своих эмоций (не защитить себя, не дать понять, что такое поведение по отношению к нему неприемлемо), выплеснуть их с помощью компьютерной игры. В определённый момент негативные эмоции у ребёнка накапливаются, и ребёнок реагирует на поведение сверстников тем способом, которому научила его игра.

«Компьютерные игры буквально нашпигованы всякой нечистью: монстрами, скелетами, привидениями, киборгами, злобными орками, людоедами... Ну а дети под предлогом борьбы со злом настраиваются, я бы даже сказала — программируются, на садизм.

Неудивительно, что многие дети, насытив свою фантазию этими страшными образами, начинают пугаться темноты, жалуются на кошмарные сны, боятся оставаться одни в комнате.

Компьютерные игры подспудно формируют у современных детей психологию сверхчеловека. А что еще может получиться из ребенка, который уничтожает отдельных людей или даже целые города и государства простым нажатием кнопок? Он сидит перед экраном, а там — много маленьких движущихся человечков, изображенных вполне реалистично. Этакое ожившие лилипуты, и ребенок-Гуливер ими владеет.

Он может в любое мгновение эту жизнь остановить, прервать. В компьютерных играх граница условности недопустимо сдвинута в сторону реализма. И сдвигается все больше и больше. Недаром сейчас принято говорить о виртуальной реальности».

**Просмотр видео сюжета о компьютерных играх и их влиянии на психику и поведение детей.**

Видео ролик вы можете найти на сайте [youtube.com](https://www.youtube.com) , набрав в поиске название ролика

"Влияние компьютерных игр на психику детей". Обсуждение видеоролика.

### **Мозговой штурм (способствовать поиску способов снижения отрицательного влияния компьютерных игр на ребёнка).**

Что могут сделать родители для снижения отрицательного влияния компьютерных игр на ребёнка?

Педагог выслушивает мнения родителей, записывает их на доске. Принимаются во внимание абсолютно все предложения.

Предложения могут быть такими:

- ограничивать время игры на компьютере;
- контролировать выбор ребёнком игр;
- способствовать тому, чтобы у ребёнка появились увлечения (записать его в кружок или секцию);
- стараться заинтересовать подвижными, настольными, ролевыми играми;
- проводить время всей семьёй (совместные прогулки, походы в гости, в театр, кино и т.д.) После того, как все мнения высказаны и записаны, идёт обсуждение, подробный разбор каждого пункта, как именно это осуществить.

### **Подведение итогов.**

Педагог предлагает родителям поделиться своими эмоциями и впечатлениями от собрания. Предлагается ответить на вопросы:

- что больше всего запомнилось, что было интересным на собрании;
- была ли полученная информация полезной;
- как собираетесь использовать эту информацию.

Родители высказывают свои пожелания на будущее (какие темы их интересуют, какой помощи они ждут от педагога и какую помощь могут предложить сами).

9 занятие. Конкурс плакатов «Освободим планету от компьютерных игр».

10 занятие. Практическое занятие «Знакомство с развивающими компьютерными играми».

**Учитель:**

Дети, речь сегодня пойдет о компьютере. В наше время компьютеры так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины сложно себе представить. Мы все живем в мире, где компьютер - такая же привычная вещь, как телевизоры, автомобили, электрическое освещение. Однако в последнее время встает волнующий всех вопрос о влиянии компьютера на здоровье человека, а ребенка в особенности. Вот именно поэтому, ваши родители, приобретая компьютер – вещь, вне сомнения, очень полезную - должны понимать, что на них ложится ответственность за то, пользу или вред принесёт вам компьютер.

Вот это мы сегодня и будем с вами выяснять: какая же от компьютера польза, и какой вред здоровью он может принести. Действительно, ребята, компьютер – вещь очень полезная. В чем его польза? (ответы детей)

В этом году в нашей стране проводился опрос о том, для каких целей используют компьютер ваши сверстники. В результате было получено:

8-9% детей используют компьютер для работы, учебы и поиска информации в Интернете;

11% - для прослушивания музыки, редактирования фотографий;

10% - для разнообразных игр;

9% детей для просмотра фильмов, в том числе ужастиков.

Сегодня мир компьютерных игр обширен, как никогда. В нем можно найти игры на любой вкус. И кому-то из вас нравятся приключения и стратегии, кому-то тетрис и пазлы, а кому-то «стрелялки» и «войнушки».

Казалось бы – игры – разве могут они причинить нам вред? Как вы считаете?

Ученики: отвечают на вопрос, высказывают свои мнения.

**Учитель:** Оказалось, ребята, могут.

Есть такое понятие «зависимость от компьютера». Это такое состояние, когда человек часами и даже днями сидит за компьютером, не может от него оторваться. Все ночи он просиживает за компьютером. Он играет или «бродит» по Интернету. Среди вас таких нет и это очень хорошо. Не каждый человек подвержен стать «игроманом». Так называется этот вид зависимости. Обычно в игровую зависимость попадают дети с заниженной самооценкой, которые хотят хотя бы в игре быть лидером. Учитесь дружить, не будьте равнодушными к проблемам друзей. Если у вас возникают проблемы в семье, с друзьями, постарайтесь их обсудить с тем человеком, которому вы доверяете. Во многом, разовьётся зависимость или нет, зависит от характера. А характер, как вы знаете, можно и нужно в себе воспитывать. И самое главное, ребята, научитесь пользоваться компьютером во благо! Он может помочь в учебе, развить мышление, смекалку, сообразительность. С его помощью можно делать доклады, научиться будущей профессии. К тому же, есть хорошие развивающие компьютерные игры для детей – а это отличный способ чему-то научиться, а умение пользоваться Интернетом может стать хорошей школой общения, и кроме того вы научитесь искать и отбирать нужную вам информацию. Существуют игры, приносящие пользу, например мы же с вами участвуем в олимпиадах на площадке «UCHi.RU».

Эти игры вам нравятся и они полезные для вас. И как вы радуетесь, когда получаете хорошие баллы!

#### **Упражнения для глаз.**

- Зажмурьте глаза на ~ 10 секунд;
- Быстро моргайте в течении ~5-10 сек.;
- Сделайте несколько круговых движений глазами;
- Наша беседа подходит к концу и в заключение скажите;

- Что нового и интересного вы узнали из нашей беседы;
- Какие выводы вы могли бы сделать.

Спасибо за работу, я желаю, что бы для каждого из вас компьютер стал другом.

А сейчас вместе с вами мы зайдем на портал Учи.ру и попробуем выполнить практические задания развивающей игры с нашим Динозавриком.

11 занятие: Практическое занятие «Знакомство с обучающими компьютерными играми и тренажерами на компьютере».

1. Работа с детьми на компьютерах в программе «Мир информатики».

2. Регистрация на портале ЯндексУчебник и просмотр ознакомительного видео по работе с обучающими тренажерами.

3. Выполнение одной карточки по любому школьному предмету для закрепления полученных знаний и умений.

12 занятие: Мероприятие «Я и мой день».

### **Введение в тему занятия.**

Ребята, это внеклассное мероприятие посвящаем самому ценному – нашему ЗДОРОВЬЮ.

Давайте порассуждаем – а что такое здоровье?

Важно ли для человека здоровье? Попробуйте не просто дать односложный ответ, а привести аргумент (доказательство) вашего мнения.

### **Актуализация знаний учащихся.**

Скажите, какие важные условия должен соблюдать человек, чтобы сохранить своё здоровье.

*(Возможные ответы детей):* Правильно питаться.

Соблюдать режим дня.

Принимать в пищу овощи и фрукты.

Своевременно ложиться спать.

Бороться с вредными привычками.

Дружить со спортом, чтобы здоровым и сильным.)

Совершенно верно. Молодцы! И это еще далеко не полный список того, что может сделать человек, чтобы сохранить свое здоровье.

### **Погружение в тему занятия.**

Сегодня я предлагаю более подробно остановиться лишь на одном показателе здоровья.

Послушайте, пожалуйста, стихотворение и попробуйте догадаться, о чем мы сегодня будем говорить подробно?

*Несколько подготовленных учеников читают стихотворение «Режим дня».*

Чтоб прогнать тоску и лень,  
Подниматься каждый день  
Нужно ровно в семь часов.  
Отворив окна засов,  
Сделать лёгкую зарядку  
И убрать свою кровать!  
Душ принять и завтрак съесть  
А потом за парту сесть.  
Но запомните, ребята,  
Очень важно это знать,  
Идя в школу, на дороге  
Вы не вздумайте играть!  
Опасайтесь вы машин,  
Их коварных чёрных шин.  
На занятиях сиди  
И всё тихо слушай.  
За учителем следи,  
Наостривши уши.  
После школы отдыхай:

Но только не валяйся.  
Дома маме помогай,  
Гуляй, закаляйся.  
Пообедав, можешь сесть  
Выполнять задания.  
Всё в порядке, если есть  
Воля и старание.  
Соблюдаем мы всегда  
Распорядок строго дня.  
В час положенный ложимся,  
В час положенный встаём.  
Нам болезни ни почём!

Какова же тема нашего сегодняшнего разговора? (*Режим дня.*)

Какие ассоциации возникают у вас с этим словом? (*Порядок, расписание, последовательность и т. п.*)

Обратите внимание на запись на доске: «Режим – установленный распорядок жизни (дел, действий)».

Совпало ли ваше предположение о значении слова «режим» с его научным значением? (*Да.*)

Ребята, а для чего нужен режим дня? Зачем нужно соблюдать такой распорядок дня? (*Чтобы все успевать сделать, чтобы на все хватало времени, чтобы правильно распределить свое время не волноваться из-за того, что что-то не успеешь и т. п.*)

Действительно, ребята, когда взрослые и дети не соблюдают простейший режим дня, появляется много неприятностей. Они не успевают, опаздывают, забывают в спешке что-то сделать, быстро устают, начинают нервничать, ругаться с окружающими и т.п. И устают то люди не столько от того, что много работают, сколько от того, что неправильно организовывают свою работу, не соблюдают режим дня. Дело в том, что все физиологические процессы в нашем организме совершаются в



определённом ритме. И если приучиться к строгому чередованию бодрствования, сна, игр, отдыха, приёма пищи, то можно быть всегда здоровым и добиться успехов в любых занятиях.

### **Беседа по содержанию стихотворения.**

Давайте вспомним стихотворение и попробуем восстановить правильную последовательность элементов режима дня:

- подъем;
- утренняя гимнастика, утренний туалет, уборка постели;
- завтрак;
- дорога в школу;
- учебные, дополнительные занятия;
- дорога из школы домой;
- обед;
- послеобеденный отдых (сон, чтение книг, настольные игры);
- пребывание на воздухе: прогулка, подвижные игры и развлечения;
- приготовление уроков;
- пребывание на воздухе: прогулка, подвижные игры и развлечения;
- ужин;
- свободное время, просмотр телепередач;
- приготовление ко сну (проветривание комнаты, приготовление постели);
- сон.

Молодцы! Все хорошо запомнили.

Режим ты этот запиши

И строго время укажи,

Его старайся выполнять,

И будешь ты все успевать.

*(Детям раздаются красочные заготовки мини-плакатов «Режим дня», которые они заполняют дома вместе с родителями.)*

Ребята, а кто из вас придерживается режима дня?

Расскажите о своем режиме дня? *(Краткие рассказы детей.)*

Вспомните содержание стихотворения и скажите о каком еще здоровьесберегающем компоненте предупреждал нас автор. *(Не играть на дороге по пути в школу и из школы.)*

- Как вы думаете почему автор предупредил нас об этом? *(Игры на проезжей части дороги приводят к травмам.)*

### **Практическая работа с учащимися по группам.**

Чтобы лучше усвоить важность соблюдения режима дня для сохранения здоровья, я предлагаю вам творческую работу. Наша работа будет проходить по группам. У каждого из вас есть цветной жетон. Он подскажет вам, как найти тех, с кем вы сейчас будете работать в одной команде.

1 группа *(дети с низкими познавательными способностями)* попробует составить мини коллаж из картинок предметов, необходимых для выполнения водных процедур. На столе уже есть несколько журналов из которых вы можете брать иллюстрации. *(Чтобы композиция имела законченный вид, этой группе детей заранее предложен лист формата А3 с центральной фигурой – героем книги К. Чуковского «Мойдодыр».)*

2 группа *(дети с высокими познавательными способностями, с развитой речью)* сделает обзор художественной литературы, в которой есть упоминание о времени, о часах или о выполнении или невыполнении героями режима дня. Подборку таких книг можно найти в нашей классной библиотечке. *(Классная библиотечка такими книгами пополнена учителем заранее.)*

3 группа *(дети, имеющие ярко выраженные художественные способности)* с помощью цветной бумаги, ножниц и клея сделает самые

необходимые дорожные знаки, которые помогают ориентироваться на дорогах. *(В помощь учащимся имеется набор дорожных знаков «Юный пешеход»)*

### **Творческий отчет каждой группы.**

Покажите то, что у вас получилось и прокомментируйте свои работы.

### **Подведение итогов классного часа.**

Что такое режим дня? *{Распределение по времени действий человека за сутки.}*

Почему необходим режим дня? *(Для постоянного поддержания здоровья и настроения.)*

Совершенно верно. Молодцы! Режим дня способствует правильному развитию, укреплению здоровья, воспитанию воли, дисциплинированности.

### **Рефлексия.**

Ребята, кто из вас после сегодняшнего занятия твердо решил для себя ежедневно соблюдать режим дня?

Я рада за вас. Это самое мудрое и правильное решение.

В заключение классного часа мне хотелось сказать вам несколько слов

Режим дня соблюдайте,

Старших уважайте,

Малышей не обижайте –

Вот вам мой совет.

Будете на свете

Жить сто лет!

13 занятие: Мероприятие «Литературная гостиная».

**Цель:** показать ребятам прелесть чтения, научить их любить книгу для того, чтобы через литературу они воспринимали «разумное, доброе, вечное».

### **Задачи:**

- формировать мотивацию чтения, отношение к читательской деятельности как сфере самореализации и творчества, создать условия для воспитания интереса к творчеству писателя, внедрение новых интерактивных форм воспитательного воздействия на формирование чтения обучающихся;
- развивать память, речь, наблюдательность, активность, самостоятельность.

*Звучит мелодия «В гостях у сказки»*

Ведущий: Здравствуйте ребята

Что-то недружно отвечаете?

Здравствуйте ребята!

Ребята вы смелые? (да)

Ребята вы умелые? (да)

А сказки любите? (да)

А вы их знаете? (да)

Молодцы! Мы очень рады, что здесь собрались самые смелые, самые весёлый, самые умелые, ребята, которые любят сказки. Сказки любят все и даже взрослые. Сегодня мы побываем в гостях у разных сказок и авторских, и народных, проверим как вы хорошо их знаете.

А кто из вас знает, как можно попасть в страну сказок? (сказать волшебные слова)

Скажем все вместе: Крибле-крабле бумс!!! (*минус в гостях у сказки*)

И вот мы оказались в чудесной стране сказок! Любимые ваши сказки приглашают вас в гости!

Вы хотите поиграть? Чтобы сказки отгадать и героев всех узнать?

Вы уже получили жетончики, красные и синие. Прошу разделиться на две команды.

Для начала придумайте название своей команде и выберите капитана.

## **Разминка «Да» - «Нет»**

Ведущий по цепочке называет фамилии известных людей, а дети отвечают «Да», только если этот человек писал сказки. Во всех других случаях – «Нет». Чуковский («Да»), Чайковский («Нет»), Гагарин(нет), Перро («Да»), Андерсен («Да»), Маршак («Да»), Шишкин(нет), Гримм («Да»), Некрасов(нет), Пушкин («Да»), Успенский («Да»), Тютчев («Нет»), Крылов - нет, Носов («Да»), Есенин - нет, Бианки («Да»), Михалков («Да»), Чехов (нет), Волков («Да»)

**1 конкурс : «Найдите пару».** Раздаются карточки с именами литературных персонажей, необходимо найти пару, т.е. героя из той же сказки,

Чья команда окажется быстрее?

**Для болельщиков**

*Викторина «Сколько?»*

Сколько сказочных героев тянуло репку?(6)

Сколько месяцев сидело у новогоднего костра? (12)

Сколько козлят похитил волк? (6)

Сколько раз обращался старик с просьбами к золотой рыбке? (5)

Сколько золотых монет Карабас Барабас дал Буратино?(3)

Сколько героев предлагали Дюймовочке выйти замуж? (4)

Сколько лет спала спящая красавица? (100)

**2 конкурс: “Отгадай загадки” (каждой команде по очереди)**

1. Ждали маму с молоком,

А пустили волка в дом...

Кем же были эти

Маленькие дети? (**Семеро козлят**)

2. Покупала самовар,

А спасал ее комар. (**Муха-цокотуха**)

3. Уплетая калачи,

Ехал парень на печи.

Прокатился по деревне

И женился на царевне. **(Емеля)**

4. Сладкий яблоч аромат

Заманил ту птицу в сад.

Перья светятся огнём,

И светло вокруг, как днём. **(Жар-птица)**

5. Как у Бабы у Яги

Нет совсем одной ноги,

Зато есть замечательный

Аппарат летательный.

Какой? **(Ступа)**

6. Над простым моим вопросом

Не потратишь много сил.

Кто мальчишку с длинным носом

Из полена смастерил? **(Папа Карло)**

7. Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор... **(Айболит)**

8. Вот совсем нетрудный,

Коротенький вопрос:

Кто в чернила сунул

Деревянный нос? **(Буратино)**

9. Родилась у мамы дочка

Из прекрасного цветочка.

Хороша, малютка просто!

С дюйм была малышка ростом.

Если сказку вы читали,

Знаете, как дочку звали. **(Дюймовочка)**

10. Она Буратино учила писать,  
И ключ золотой помогала искать.  
Та девочка-кукла с большими глазами,  
Как неба лазурного высь, волосами,  
На милом лице — аккуратненький нос.  
Как имя её? Отвечай на вопрос. **(Мальвина)**

11. Я обаятельная жутко,  
И обладаю нюхом чутким,  
Причёской славлюсь неземною,  
Летать умею над землёю. **(Баба-Яга)**

12. В стране чудес я кот известный:  
Обманщик, попрошайка, плут.  
Ловить мышей неинтересно,  
Не лучше ль простаков надуть? **(Кот Базилио)**

#### ***Физкультминутка «Если весело живётся»***

#### **3 конкурс «Кто даёт полезный совет?» (Герой какой сказки?)**

Не открывай двери незнакомым людям. (Семеро козлят)  
Чисти зубы, мой руки, принимай регулярно душ. (Мойдодыр)  
Покушал, вымой за собой посуду. (Федора)  
Не ходи по лесу один. (Красная Шапочка)  
Тщательно пережевывай пищу, не торопись и не разговаривай во время еды. (Курочка из сказки «Петушок и бобовое зёрнышко»)  
Не выполняй просьбы малознакомых людей. (Колобок)  
Пей только чистую воду. (Братец Иванушка)  
Хорошо учись. (Мальвина)

#### **4 конкурс «Вспоминайка».**

Вспомните, кто говорил в какой сказке следующие слова:

1. Сивка-бурка, вещий каурка!

Стань передо мной, как лист перед травой. (Иванушка-дурачок, рус. нар. сказка “Сивка-бурка”)

2. Крекс Фекс Пекс! (Буратино. А. Толстой “Золотой ключик или приключения Буратино”)

Вспомните, в кого превращались или были заколдованы сказочные герои:

- Князь Гвидон (в комара, в муху, в шмеля);
- Гадкий утёнок (в лебедя);
- Братец Иванушка (в козлёнка);
- Василиса Прекрасная (в лягушку).

**5 конкурс «Продолжи сказочную фразу»**

*Раздаются карточки, где указано начало фразы из сказки*

Поди туда, ... (не знаю куда)

Скоро сказка сказывается ... (да не скоро дело делается.)

Это всё присказка ... (сказка впереди будет)

Ложись спать утро ... (вечера мудренее)

И я там был, мед, пиво пил... (по усам текло, а в рот не попало.)

**Для болельщиков Викторина «По страницам русских народных сказок»**

Кто из сказочных персонажей использовал хвост в качестве удочки? (Волк в сказке «Лиса и Волк»)

Сказочная владелица, пожалуй, первого летательного аппарата. (Баба-Яга)

Уникальный рецепт вкусного и питательного блюда из строительного инструмента? (Каша из топора)

Кто помог брату и сестре из сказки «Гуси-лебеди» убежать от Бабы-Яги? (Мышка)

Она бывает живой и мёртвой. (Вода)

Какую рыбу выловил Емеля? (Щуку)

Почему братец Иванушка превратился в козлёнка? (Не послушался сестры и попил из копытца)

Кому принадлежит присказка: «битый небитого везёт»? (Лисе)

**Ведущий:** Отгадайте, герои какой сказки пришли к нам сегодня в гости?



Выросла она на грядке.  
И тянули по порядку:  
Дедка, бабка, внучка, Жучка –  
не смогли! – большая штука!  
Кошка с мышкой лишь пришли –  
сразу вытянуть смогли!

### **Репка**

### **Инсценировка сказки «Репка» на новый лад**

#### **Ведущий:**

Посидите тихо, детки,  
Да послушайте про репку  
Сказка может и мала  
Да про важные дела.

#### **Ведущий:**

Дед и баба жили-были.  
Славно жили, не тужили.  
С ними вместе кров делили:  
Кошка, внучка,  
Мышь, да Жучка.  
На крылечко дед выходит  
И такую речь заводит  
*(Дед выходит из дома)*

**Дед:** Я семечко в землю весной посажу  
Высоким забором его огражу  
Расти, моя репка, на грядке,  
Чтоб всё с тобой было в порядке.

**Ведущий:** Землю дружно поливали,  
Удобрляли, взрыхляли.  
Наконец, настал денёк,  
Появился и росток.

*(Репка начинает постепенно «расти» - появляться из-за забора)*

Подрастающую репку

Холил и лелеял дедка!

Всех размером удивляя,

Репка выросла большая!

*(Репка появилась полностью)*

**Дед:** Вот так репка, вот так диво!

И крупна ты и красива!

А уж крепкая какая!

Как и вытащу, не знаю!

*(Тянет-потянет, вытянуть не может)*

**Дед:** Одному не совладать!

Надо бабку мне позвать!

*(Бабка выходит из дома)*

**Бабка:** погоди! Бегу, бегу!

И тебе, дед, помогу!

Становись скорее, дедка,

Вместе вытянем мы репку!

Как тянуть? С какого боку?

**Дед:** Ты хватайся за бока,

Что есть сил тяни меня!

*(Тянут-потянут, вытянуть не могут)*

**Ведущий:** Результаты не видать,

Стали внучку в помощь звать:

**Бабка:** Рекордсменка наша репка -

В землю села очень крепко!

**Внучка:** погодите, бабка с дедкой.

Помогу тянуть я репку.

К вам уже спешу на помощь.

Где он - непослушный овощ?

**Дед:** Становись скорей, тяни!

Ну-ка, дружно: раз, два, три!

**Внучка:** Нет, не справимся втроём,  
Может, Жучку позовём?  
Жучка, косточку бросай,  
Репку вытянем давай!

**Жучка:** Что за шум и что за драка?  
Я устала, как собака.  
А теперь под самым носом  
Репка выросла без спросу.  
Что это за беспорядки, гав!  
Убирайся, репка, с грядки!

**Внучка:** Становись за мной, тяни...  
Ну-ка, дружно! Раз, два, три!

**Жучка:** Нам не вытянуть без кошки,  
Пусть поможет нам немножко!  
(Жучка зовет кошку)

**Кошка:** От ушей и до хвоста  
Кошка просто красота.  
Потому что шубка эта  
Не одежда, а мечта.  
Чтоб свои не пачкать лапки,  
Надеваю я перчатки.  
И пушистые усы причешу я для красы.

**Жучка:** Ты, Мурка, скорее к хозяйке беги  
И репку тянуть из земли помоги.

**Ведущий:** Впятером уже умело  
Принялись они за дело.  
Вытянут уже вот-вот

Столь упрямый корнеплод!

**Ведущий:**

Мимо мышка пробегала,

Кошка мышку увидала:

**Кошка:** погоди, не убегай!

Нас, подружка, выручай!

**Ведущий:** Дед промолвил:

**Дед:** Взались дружно,

Вытянуть нам репку нужно!

**Мышка:** Становитесь дружно в ряд

Эх, раз, ещё раз, репку вытянем сейчас

**Ведущий:** Вот и вытянули репку,

Что в земле сидела крепко.

Чудо-овощ – на столе...

Сказка кончилась уже.

Этой сказки суть проста:

Помогайте всем всегда!

**Все вместе:**

Мы весело и дружно работали сейчас,

За дружбой дело спорится - об этом был рассказ.

**Ведущий:** Мы вам сказку рассказали, хорошо ли, плохо ли, а теперь попросим Вас, что бы вы похлопали!

*Ведущий по очереди представляет артистов. Дети кланяются и уходят со сцены под музыку.*

**Заключение.**

У тебя друзей немало,

И живут они вокруг,

Но из всех друзей хороших

Книга – самый лучший друг!

Книга – друг твой и товарищ,

Мы берём ее везде,  
Ведь она тебе поможет  
И в учебе, и в труде.

### **Подведение итогов. Вручение призов.**

*14 занятие: Спортивная эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья!»*

**Ведущий.** Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы проводим соревнование - конкурс «Папа, мама, я - спортивная семья». И праздник у нас семейный, в котором будут принимать участие не только ребята, но и их родители.

Сегодня у нас первая семейная встреча, и это здорово, что у нас есть стремление подружиться друг с другом. Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне. Мы с удовольствием познакомим вас с семьями.

Во все времена человек стремился к здоровому образу жизни, желая познать пределы своих возможностей, не боясь бросить вызов судьбе. И часто выходил победителем. А спорт это и есть: жизнь, здоровье, риск, поиск, победа.

Сегодня на ваших глазах разыгрываются семейные соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых.

Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

**Ведущий.** И так сегодня звание самая спортивная и здоровая семья оспаривают команды: ( Под музыку команды будут входить в спортивный зал.) Представление команд.

**Ведущий:** Для того чтобы перейти к основному соревнованию команды должны разогреться и выполнить утреннюю гимнастику.

(под музыку” Гимнастика” Высоцкого.)

Гимнастика оценивается только улыбками жюри и присутствующих.

**Ведущий:** Молодцы! Хорошая разминка укрепляет и закалка помогает.

Для того чтобы начать наше соревнование нам надо провести жеребьевку.

(Капитаны команд подходят к счетной палате и проводят жеребьевку.)

Затей у нас большой запас,

И все они, друзья, для вас!

И сейчас без опоздания

Начинаем состязанье.

### **Первый конкурс. «Визитная карточка»**

(название команды, девиз) семейных команд. Я не сомневаюсь, что визитные карточки наших команд – это их обаяние, остроумие, способности и талант, трудолюбие и, бесспорно, умение подать себя. Так посмотрим, кому это удастся лучше всех. Максимальная оценка 5 баллов.

**Ведущий:** Пройти через болото может каждый!

Но как пройти, чтоб ног не замочить?

Весёлый смех, стремление к победе

Помогут вам и гарантируют успех!

### **Второй конкурс. «Болото».**

По сигналу мама должна начать проходить «болото», не замочив ног. У мамы для этого есть 3 листа. Перекладывая листы всё вперёд и вперёд, проходит болото. Выигрывает та семья, которая затратила на переход меньше времени.

Пока жюри подводит итоги двух конкурсов, музыкальный номер от болельщиков.

**Слово предоставляется жюри.**

**Ведущий.** Когда идешь на штурм ты эстафеты,

Победа нам не очень — то видна.

Но все равно дойдем мы до победы,

Ни пуха вам, команды, ни пера!

**Третий конкурс.** Эстафета «Переноска мячей».

(Каждый игрок команды добегают до стены, возвращается к команде, передаёт мяч следующему участнику: дети – один мяч, мамы два – мяча, папы три – мяча.) Конкурс оценивается по пятибалльной системе.

**Ведущий.** С эстафетой справились отлично.

Быстро бегать — это всем привычно.

А теперь, попрыгаем, друзья,

Узнаем - кто самая прыгающая семья?

**Четвертый конкурс.** « Кто больше .»

Прыжки с короткой скакалкой за 30 секунд. Суммируется количество прыжков всей команды.

Пока жюри подводит итоги двух конкурсов, музыкальный номер от болельщиков. ( Джигитовка 3 класс.)

**Слово предоставляется жюри.**

**Ведущий.** Видим мы со стороны

Команды в технике равны

Взглянуть хотим мы побыстрей

Чьи капитаны пошустрей.

**Пятый конкурс.** «Конкурс капитанов».

Приглашаются капитаны команд: Дети – это наша гордость, это наша слава! На переменах происходят постоянные тренировки на ловкость, отвагу, смелость, силу. Посмотрим, упорно ли тренировались наши дети. На полу разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны садиться на воздушные шары так, чтобы они лопнули. Кто больше лопнет шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета.

Да поможет нам ежедневная зарядка, которую мы делаем перед уроками, да помогут нам наши прыжки, наклоны, приседания. Учителя на

уроках не раз говорили: как важно работать не только руками, но и головой.

**Шестой конкурс:** «Самый ловкий папа!»

**Ведущий:** Ну-ка, папы, выходите!

Свою ловкость покажите!

На виду у всех детей,

Поймайте мячик поскорей!

**Правила игры:** Папа в ведро ловит мячики, которые по очереди бросают мамы и дети. Выигрывает папа, который поймает наибольшее количество мячиков

**Ведущий.** Пока жюри подводит итоги, выступление танцевальной группы.

Слово предоставляется жюри.

**Седьмой конкурс: Барон Мюнхаузен**

Как и знаменитый сказочный путешественник Барон Мюнхаузен летал на ядре, так и вам придется преодолеть расстояние от линии старта до стены и обратно зажав мяч между коленями. (Побеждает команда которая пролетит на ядре быстрее всех.)

**Восьмой конкурс:** «Дружные водохлебы.»

А сейчас внимание! Заключительное соревнование!

У наших семей есть шанс проявить сплоченность.

**Правила игры:** мы предлагаем выпить 500мл. вкусного сока через соломинку. Пить надо всем членам команды одновременно. Кто быстрее выпьет тот и победитель в этом конкурсе .)

Пока жюри подводит итоги соревнований. Музыкальный привет нашим гостям. (Выступление школьного хора»

**Ведущий.** Пожалуй, пора дать слово жюри. Сейчас мы узнаем, чья семья сегодня стала самой лучшей, дружной и спортивной.

(Жюри подводит итоги соревнований. Вручаются грамоты и призы.)

**Ведущий.**



Всем спасибо за вниманье,  
За задор и звонкий смех,  
За азарт соревнований,  
Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья  
Будет краткой моя речь.  
Говорю я: «До свиданья!  
До счастливых новых встреч!»

15 занятие: Тематический классный час «А чем занимаешься ты в свободное время?»

Эти люди жили в разное время, но все они практически говорят об одном и том же, о важной составляющей нашей жизни. - О чем? ( О здоровье).

Давайте дадим определение, что такое здоровье? - Как вы понимаете значение этого слова? (ответы детей)

Если быть точными и заглянуть в словарь Сергея Ивановича Ожегова, то он дает следующее определение: «Здоровье – правильная, нормальная жизнедеятельность организма». - А сейчас нам предстоит вместе разобраться и ответить на вопрос: какого человека можно считать здоровым? (выслушиваются ответы детей)

(Ведет здоровый образ жизни, занимается спортом, у этого человека отсутствуют вредные привычки: не курит, не употребляет алкоголь, правильно питается.)

А вот интересно, как обстоят дела со здоровьем у тебя, у твоих родных? Как часто ты или твои родные жалуются на свое здоровье? Что болит? Как думаешь – почему? (ответы детей)

Доктора говорят, что чаще всего к ним обращаются с простудными заболеваниями, болезнями почек и опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Давайте сыграем в игру и проверим, а вы знаете, что полезно для вашего организма, а что вредно, знаете ли вы как сохранить здоровье?

### **Игра – кричалка: (полезно-вредно)**

Читать лёжа (вредно)

Смотреть на яркий свет (вредно)

Умываться (полезно)

Близко сидеть у телевизора (вредно)

Употреблять в пищу овощи и фрукты (полезно)

Заниматься спортом (полезно)

Курить (вредно)

Употреблять алкоголь (вредно)

Объедаться (вредно)

Не мыть руки перед едой (вредно)

Закаляться (полезно)

Заниматься физическим трудом (полезно)

Дополни этот список (работа в группах)

Врачи, ученые считают, что здоровье держится на трёх китах: питание; занятие спортом; отказ от вредных привычек

Что называют вредными привычками? – Почему? (вредят здоровью)

Как вы понимаете смысл слова привычка? Я опять обращаюсь к словарю Сергея Ивановича Ожегова, он дал определение, что такое привычка?

«Привычка – поведение, образ действий, ставшие в жизни обычными, постоянными».

Привычка — это такое действие, которое человек выполняет автоматически. У каждого человека в течение жизни вырабатывается много привычек. Это относится и к вам ребята. Для кого-то стало привычным делом заниматься спортом, читать книги, помогать по дому, без напоминаний делать уроки, чистить зубы по утрам. Это какие привычки? Полезные.

Полезные и вредные привычки человек выращивает в себе сам.

Только вот обратите внимание, что полезные привычки требуют к себе особого ухода, дело это нелёгкое, изо дня в день надо трудиться, чтобы получить результат.

Ученые подсчитали, что здоровье человека зависит: - на 60% от его поведения - на 20% от здоровья родителей (наследственность) - на 20% от условий, в которых живет человек.

Поэтому необходимо с детства вырабатывать в себе «здоровые привычки», чтобы не стать рабом «вредных привычек».

А сейчас я предлагаю вам проверить свое физическое состояние, на каком уровне оно у вас находится. Этот тест только для вас. Вы посчитаете баллы и сделаете самостоятельно выводы о своём физическом развитии на данном этапе.

Возьмите ручки и листочки, вам предстоит ответить на 9 вопросов.

1. Соблюдаю ли я режим дня? да - 3б. нет -1б.
2. Делаю ли я утреннюю зарядку? да - 3б. нет -1б.
3. С удовольствием ли я хожу на уроки физкультуры? да -3б. нет -1б.
4. Занимаюсь ли я физическим трудом? да - 3б. нет-1б.
5. Вызывает ли у меня отвращение табачный дым? да - 3б. нет - 1б.
6. Могу ли я несколько раз отжаться от пола? да - 3б. нет -1б.
7. Люблю ли я свежий воздух? да - 3б. нет -1б.
8. Считаю ли я табак вредным существом? да -3б. нет -1б.
9. Умею ли я плавать? да - 3б. нет -1б.

**9-13 баллов — низкое**

**14-19 баллов – среднее**

**20-27 баллов — высокое**

Посчитайте баллы, если у вас 9-13 баллов вам следует задуматься о своём здоровье.

«Твоё здоровье, в твоих руках!» - Как понимаешь эти слова?

Как укрепить свое здоровье? - Когда это можно сделать?

Ведут часы секундам счет,

Ведут минутам счет.

Часы того не подведут,

Кто время бережет.

Кто жить умеет по часам

И ценит каждый час,

Того не надо по утрам

Будить по десять раз.

И он не станет говорить,

Что лень ему вставать,

Зарядку делать, руки мыть

И застилать кровать.

Успеет он одеться в срок,

Умыться и поесть,

Успеет встать он за станок,

За парту в школе сесть.

С часами дружба хороша!

Работай, отдыхай,

Уроки делай не спеша

И книг не забывай.

Чтоб вечером, ложась в кровать,

Когда наступит срок,

Ты мог уверенно сказать:

Хороший был денек ".

Природа поступила справедливо, отмерив для каждого из нас одинаковое количество времени в сутках. Она наделила возможностью каждого распоряжаться своим временем.

Но как раз распоряжаться своим временем у всех разные возможности. От того, какой монетой мы платим времени, зависит многое в жизни человека.

Свободное время должно стать продуктом рабочего времени. Ваш труд - это учеба. Как вы думаете, ваша учеба и свободное время связаны между собой или нет?

(Связаны, чем быстрее ты сделаешь уроки, тем больше у тебя будет свободного времени.)

А если сделал быстро, но неправильно?

(Тогда надо будет переделывать и времени потребуется больше.)

Правильно, время только тогда приносит пользу, когда правильно запланировано и когда и работа, и учеба, и досуг проходят качественно.

К досугу мы относим лишь те часы, которые используются для отдыха и развлечений. В жизни каждого человека эти часы должны быть обязательно.

То, что делает человек во время досуга, связано не только с интересами и наклонностями каждого, но прежде всего с восстановлением умственных и физических сил.

Много ребят свое свободное время тоже проводят в работе. Когда кто-то увлечен делом, он проводит часы, занимаясь им, и не устает. Ребята, которые ходят в кружки и секции, обучаясь, проводят свое свободное время. Это, конечно, очень полезно. Ведь впереди долгая жизнь и любые навыки обязательно пригодятся.

Свободное время можно разделить на 5 групп:

Первая группа. Действия физические. Что сюда входит? (Занятия спортом.)

Вторая группа. Действия практические. Как вы думаете, что входит в эту группу?

(Работа по дому, хозяйственные дела, посещение кружков.)

Третья группа - действия культурно-художественные. Что это?

(Посещение кинотеатров, музеев и выставок.) Кто-то посещает театры?

Четвертая группа - действия интеллектуальные.

Как вы думаете, что подразумевается под этим? (Кто-то пишет стихи в свободное время, кто-то увлекается астрономией, а кто-то, может, даже пишет книги.)

Пятая группа: действия, связанные с социальным отношением. - Как вы это понимаете? (Кто-то в свое свободное время помогает ухаживать за ребенком, помогает своим бабушке с дедушкой.)

Вы все правильно сказали. Мы с вами убеждаемся, что свободное время может быть очень полезным.

Мы знаем: время растяжимо.

Оно зависит от того,

Какого рода содержимым

Вы наполняете его.

Бывают у него застои,

А иногда оно течет,

Ненагруженное, пустое,

Часов и дней напрасный счет.

Пусть равномерны промежутки,

Что разделяют наши сутки,

Но, положив их на весы,

Находим долгие минутки

И очень краткие часы.

У тебя есть свободное время?

Чем занимаешься ты в свободное время?

Как распределяешь время? (ответы детей)

Начиная любое дело, научись рассчитывать время: сколько его уйдет на приготовление уроков, сколько на занятия в кружке, на помощь родителям, на прогулку, на игры на компьютере, на общение с друзьями, на просмотр телевизора.

Старайся выполнять намеченное.

Никогда и никуда не опаздывай, всегда приходи в назначенный час, береги время других.

Техника досуга интересна и своеобразна. Человек занимается чем-то, его увлекает другое, и так по цепочке. Чем богаче человеческая личность, тем шире круг его досуга.

Различают отдых активный и пассивный.

Лежать в лесу на полянке и мечтать о чем-то, это какой отдых? (Пассивный.)

Покорять вершину горы. Это какой отдых? (Активный.)

Правильно. А как вы думаете, какой отдых более полезен? (Активный.)

Тихая беседа с родными, мечтание в постели, когда вы улетаєте на крыльях фантазии, - все это пассивный отдых. Душевное расслабление должно быть обязательно. Просто пассивный отдых не может длиться долго. Он или переходит в активный, более высокий уровень, или скатывается на путь безделья.

Очень важно, чтобы у каждого из вас было увлечение. Что можно отнести к увлечениям? (Занятия искусством, спортом, моделированием. Путешествия. Рыбалку.)

Увлечений может быть много. У человека, который имеет серьезное хобби, всегда более богатый мир, у него больше друзей, осмысленней воображение.

Высоким этапом мы считаем творчество. Каждый человек способен к творчеству.

Ведь талантливые люди часто занимались творчеством в свободное время, а потом это становилось смыслом всей жизни.

Если ваше увлечение, которым вы занимаете свой досуг, перерастет в дело всей жизни, вы потом не раз благодарным словом вспомните увлечение детства.

Значение досуга сложно переоценить. Это важная сторона жизни каждого человека.

И если вы будете правильно расходовать свое время, полезно проводить свой досуг, вас обязательно ждет успех, и вы никогда не станете такими, как герой одного стихотворения.

Скажи, человек,

Как твои дела?

Дела ничего у меня:

Я спал неплохо.

Да ночь мала,

И я прихватил полдня.

Скажи, человек,

А что же успел

Сегодня ты совершить?

Да много успел:

Хорошо поел

И чаю успел попить.

Скажи, человек,

А когда поспал,

Вышел ли ты за порог?

Конечно, вышел,

Да очень устал,

Вернулся, не чуя ног.

Скажи, человек,

А что за окном

Увидеть тебе довелось?

Да что там увидишь,

Когда темно

И лютый стоит мороз!

Скажи, человек,



Ну а как потом -  
Было ли что-нибудь?  
А что потом?  
Поиграл с котом!  
И вновь прилег отдохнуть.  
Скажи, человек,  
А, кроме кота,  
Есть ли друзья у тебя?  
Да что ты!  
С друзьями одна маята!  
... Больше не спрашивал я.

Рефлексия: Ребята, если вы считаете, что классный час был для вас полезен - поднимите руки вверх и помашите ими. Кому было что-то не очень понятно – встаньте. Кто не понял, как организовать своё свободное время – потопайте ногами.

Итог классного часа. Желаю вам, ребята, с пользой проводить свободное время, правильно его организовывать. Подумайте, может нужно изменить свои привычки, обратиться за советом к товарищам, родителям, учителю. На следующем классном часе по данной теме вы расскажите, каким образом организуете свободное время, какие новые увлечения и хобби у вас появились, как вы научились вести ЗОЖ.

16 занятие: Занятие-тренинг «Скажи зависимости НЕТ».

Ребята наша речь сегодня пойдет о проблеме компьютерной зависимости среди подростков и детей. Владение компьютера должны позитивно влиять на детей и на все области в которых протекает его жизнь – это семья, образовательное учреждение и окружение подростка (друзья, одноклассники).

Международное сообщество, признало наличие «игровой угрозы» и ввело в реабилитационную практику специальный медицинский термин данному виду зависимости – лудомания

Этому виду зависимости могут быть подвержены люди любого возраста. Зависимость влечет за собой поведенческие расстройства у несовершеннолетних, страдающих от компьютерной и игровой зависимости.

Множество финансовых предприятий ведет свою деятельность по созданию компьютерных игр при этом не неся никакой ответственности за последствия своей деятельности.

Опрос детей с подозрением на наличие начальной стадии зависимости показал, что игра на компьютере носит у них характер увлечения. Проблема в том, что это увлечение подростков, будучи чрезмерным, может повлиять на развитие личности молодого человека.

Беседы с родственниками подростков показали следующее: в результате бесконтрольного времяпровождения у компьютера дети становятся излишне раздражительными, вспыльчивыми, эмоционально неустойчивыми. Всё это свидетельствует если не о нарушениях, то об отклонениях в эмоциональной сфере личности подростка, выражающихся в изменении психического состояния детей: снижение активности, настроения, ухудшение самочувствия, дисфории вплоть до депрессии.

Тревожность у детей и подростков, часто играющих в компьютерные игры это не только причина, но и следствие длительного или регулярного нахождения в виртуальной сфере. Тревожность, как личностная характеристика, является своего рода катализатором формирования и усиления психологической зависимости ребёнка от компьютерных игр.

При этом отсутствие зависимости не означает отсутствия негативного влияния от злоупотребления компьютерными играми на личность ребёнка. Особенно это относится к играм, содержащим насилие, убийство, кровавые сцены, обязывающие виртуального героя к насилию ради выживания. Такие игры для большинства детей и подростков служат поводом к неосознаемому изменению своего отношения к миру,

обществу, к себе самому, что в конечном итоге приводит к усилению дезадаптации и к другим негативным последствиям.

Злоупотребление компьютерными играми и сетью Интернет несёт в себе отрицательные последствия. Подросток вырабатывает у себя привычку уходить от проблем в «виртуал», что негативно сказывается на умении решать свои проблемы в реальности.

Отрицательное влияние оказывается и на физическое здоровье подростка, т.к. игровой процесс построен в первую очередь на эмоциональности и сам по себе не требует от игрока физической активности. Особенно страдает при этом зрение. Также оказывается отрицательное влияние на нервную систему и психику подростка. В результате многочасового сидения за монитором возникают постоянные перегрузки и утомление. Подростки стараются проводить максимум из доступного времени за компьютером, часто жертвуя сном ради игры. Большинство таких несовершеннолетних - в жизни, замкнутые, необщительные люди, отвыкшие или не научившиеся общаться напрямую без помощи компьютера. После потока ярких образов игры, насыщенной виртуальными событиями, подростку сложно переключиться на реальный мир, с его повседневными рутинными заботами.

### ***Рассказ для чтения и обсуждения с детьми:***

#### **В плену у компьютера**

– Володенька, погуляй во дворе. Денек-то какой славный, солнечный, – предложила мама. – Завтра пойдем на рыбалку, я же тебе давно обещал, – раздался голос папы.

Володя сидел у компьютера и молчал, отвечать было некогда. Армия инопланетян вторглась на Землю. Летающие тарелки кружили в воздухе. Володе выдали новое мощное оружие!

– Что ты, внук, прилип к компьютеру? На улицу третий день не выходишь. Выключай свой ящик, пойдем на рынок. Поможешь мне, – послышался голос бабушки.

– Ба, отстань, – попросил мальчик. – У меня земля погибает. Инопланетяне ворвались в город.

– Я сейчас выключу электричество и всех твоих врагов сразу убереу, – рассердилась бабушка.

«Что делать? Если бабушка выключит электричество, я не успею закончить игру. Помоги, ты же самый умный», – умолял Володя компьютер. Мальчику показалось, что компьютер понимает его. Картина улицы приблизилась. Из-за угла показался инопланетянин. Он рогами вышиб из рук мальчика оружие, и выпустила в него ядовитую струю.

Володя словно провалился сквозь стену.

Дальнейшие события Володя помнил с трудом. Он бегал, стрелял, кого-то спасал. Очнулся мальчик возле старинной крепости. Володя страшно устал и лег на траву возле каменной стены.

«Странно, здесь нет запахов», – подумал Володя. Мальчик вспомнил, как сладко пахнут цветы.

– Нельзя лежать. В правилах игры этого нет, – раздался металлический голос компьютера.

– Но я хочу полежать на травке, – возразил Володя. – Хотя на твоей траве лежать неинтересно. Она искусственная. Нет жуков, муравьев, разных цветочков. Даже разглядывать нечего.

– Разглядывать траву не нужно, – возразил металлический голос. – Создай свою армию, дерись...

– Я больше не хочу драться. Если бы ты знал, как хорошо на речке летом, в воде плескаться.

– Не понимаю, – перебил мальчика компьютер, – от воды все портится.

– Здорово смотреть на костер. Пламя играет, сверкает, – вспомнил мальчик.

– Не понимаю, где пламя? – заволновался металлический голос.

– Я просто мечтаю, – объяснил Володя. – Мечтаю поехать на рыбалку.

– Ты должен драться..., – голос компьютера задрожал и попросил:

– Расскажи мне про рыбалку.

– Я уже сто лет не был на рыбалке. Все с тобой играл.

– Этого не может быть. Тебя не было сто лет назад, а мне всего два года, – возразил компьютер, но мальчик только рукой махнул в ответ.

Голос замолчал. Перед глазами Володи начали появляться картинки, одна интереснее другой: гробницы с сокровищами, подводные царства, космические станции. Мальчик закрыл глаза и стал вспоминать запах маминых духов.

Вдруг все закружилось, и Володя увидел над собой испуганные лица мамы, папы и незнакомой женщины в белом халате.

– Спасибо, доктор, что привели его в чувство, – встревожено сказала мама.

– Не волнуйтесь, обморок прошел, – ответила доктор. – Пусть посидит дома.

Володя испуганно подскочил:

– Нет, я не хочу сидеть дома, папа обещал, что мы завтра на рыбалку поедем.

– Но ты слишком слабый, – попыталась возразить доктор.

– Слово мужчины нарушать нельзя, – подмигнул папа сыну.

### ***Компьютерная зависимость: вопросы для беседы***

1. Почему мальчик не мог оторваться от компьютера?
2. Почему мальчику стало скучно жить в компьютерном мире?
3. Расскажи о том, что человек не может сделать без компьютера.
4. Расскажи о том, что компьютер не может дать человеку.
5. Легко ли тебе прервать интересную игру на компьютере, если надо делать другие дела?

б. Что надо делать, чтобы, играя не уйти «во внутрь компьютера» и не забыть о реальной жизни?

Упражнения для участников тренинга

**Цель:** привитие навыков конструктивного общения в классе, группе, развитие мотивации на совместную конструктивную деятельность.

**Разминка:** время 5 минут. Игра «ТОК». Дети, сидя в кругу, обмениваются рукопожатием с рядом, сидящим учащимся (по часовой стрелке).

Информационная составляющая для учащихся по теме о преимуществах «живого» общения.

Игра «Похожие и разные»

Предварительная подготовка: доска делится на две части.

**Материалы:** доска, мел, наклейки для победителей (по желанию ведущего).

**Время:** примерно 10 минут.

**Инструкция:** Ребята, сейчас мы проведем небольшую игру, которая позволит нам понять наши сходства и различия. Для этого нам нужно поделиться на 2 команды. От каждой команды выбирается по одному добровольцу. Сейчас двум командам предстоит в течение одной минуты находить сходство и различия в добровольцах. Одна команда находит только сходства, другая – только различия. За каждый правильный ответ ведущий ставит на доске плюс. Затем мы увидим, чего же в двух людях больше: сходства или различий. Так как это соревнование, то нужно быть очень внимательным, если вы хотите выиграть.

Итак, всем понятны правила игры?

**Обсуждение:** Что понравилось? Что не понравилось? Что запомнилось? Какие выводы мы можем сделать?

**Выводы.** Все люди разные. Но у них есть много похожего.

**Упражнение «Слушаем тишину».**

Участники садятся на стулья и закрывают глаза. По команде тренера они начинают прислушиваться ко всем звукам, которые будут слышны. По сигналу тренера «Стоп!» участники открывают глаза и рассказывают о том, что они слышали.

### **Игра «Перебежки».**

Развитие коммуникативных способностей. Участники тренинга разбиваются на пары. В круг становятся стулья соответственно количеству пар играющих. Один участник игры сидит на стуле, а другой стоит у него за спиной, опустив руки вниз. Так образуется два круга: внутренний и внешний.

Сидящие в кругу делают друг другу определённые мимические знаки, например, подмигивают, что означает: «Давай меняться местами!». Задача каждого стоящего во внешнем кругу вовремя понять намерения партнёра и положить ему руки на плечи. Удерживать партнёра с силой нельзя. Затем игроки меняются местами. Эта игра вносит определённый азарт. Тренеру необходимо следить, чтобы правила игры соблюдались игроками, и не менялись во время игры.

### **Игра «Загадки по картинкам».**

Всем участникам выдаётся по картинке с изображением отдельных предметов. Каждый участник по очереди описывает свою картинку так, чтобы другие отгадали, что на ней изображено. После описания картинки, если ответ не найден, разрешается задавать любые вопросы.

### **Упражнение «Правда – неправда».**

Направлено на развитие речи, внимания и слуховой модальности.

Ведущий просит каждого участника по очереди рассказать о том, что он делал сегодня. В этот рассказ разрешается включать реальные события и вымышленные (совершенно нереальные, которые никак не могли произойти). После рассказа остальные участники отгадывают, что было правдой, а что неправдой.

### **Игра «Муха смеётся».**

Развитие творческого мышления.

Игра происходит в кругу. Ведущий бросает мяч любому участнику и называет существительное. Получивший мяч должен подобрать глагол, который не сочетается или почти не употребляется с данным существительным, а затем называет новое существительное и бросает мяч другому игроку. Тот, кому бросили мяч, продолжает отвечать аналогичным образом.

**Заключительная часть:**

**Упражнение «Скажи мне что-нибудь хорошее»**

По кругу – приятная фраза или назвать соседа ласково по имени.

17 занятие: Конкурс проектов на тему «Профилактика зависимости от компьютерных игр».

18 занятие: Мероприятие «Суд над компьютерными играми».

**I часть. Организационный момент.**

*Учитель.* Ребята, я хочу вам загадать загадку, которая и раскроет тему нашего классного часа:

Он рисует, он считает,

Проектирует заводы,

Даже в космосе летает

И даёт прогноз погоды.

Миллионы вычислений

Может сделать за минуту.

Догадайтесь, что за гений?

Ну, конечно же ... (*компьютер*).

*Учитель.* Сегодня мы поговорим о компьютерах, компьютерных играх и их вреде здоровью. За месяц до нашего классного часа мы объявили конкурс нарисовать рисунок или сочинить сказку на тему «Один на один с интернет-нечистью». Ваши рисунки сегодня украшают нашу доску, и предлагаю вам инсценировку одной из ваших сказок. А вы,



ребята, выделите основные области, в которых компьютер нанёс вред человеку или принёс пользу.

**II часть.** Обсуждение влияния компьютера на людей.

С К А З К А ( сценка- 3 человека).

Ведущий: В некотором царстве - тридевятом государстве жил-был царь... И было у него два сына: Старший и Младший. Так он их называл. Старший умный был детина, ну а Младший ни так, ни сяк, просто был дурак. Чтобы от века не отстать, чтоб детям помочь умнее стать, Чтоб могли сыновья в современном мире жить, решил царь ребятам компьютер купить. Самый крутой. Подключил им Интернет: безлимитный, высокоскоростной. Долго ли сказка сказывается, да недолго дело-то делается. Прошло много лет, что же случилось с сыновьями царя?

Старший сын говорит:

"У меня один лишь друг,  
Компьютером его зовут.  
Целый день с ним провожу,  
На прогулки не хожу.  
Спортом я не занимаюсь,  
И совсем не закаляюсь,  
Я с друзьями не общаюсь,  
Не учусь я целый день,  
И поверьте, мне не лень  
За компьютером сидеть,  
Фильмы, игры поглядеть.  
На все сайты без разбора  
Выхожу вплоть до упора.  
Плохо стал соображать,  
Отчего вдруг? - не понять.  
Стало плохо с головою,  
И с глазами. Что со мною?"

Младший сын говорит:

У меня есть новый друг,  
Его компьютером зовут.  
Дружу я с ним давно,  
И расскажу вам про него:  
Он всё по папочкам разложит,  
Через принтер всё размножит.  
Электронные файлы услуг  
Инструмент "на все руки",  
И лекарство от скуки,  
И учитель, и преданный друг.  
До чего же энергичный,  
Электронный человек,  
Мой попутчик симпатичный  
В двадцать первый век.

*Учитель:* Ребята, а теперь обсудим влияние компьютера на Старшего сына. Ведь он у царя был умным детиной. И что с ним стало? (*учащиеся перечисляют*). Как вы думаете, почему всё это произошло? (*целыми днями сидел за компьютером*). Верно. А как использовал компьютер Младший сын, хотя и был дураком? (*только по назначению*). Правильно.

Мы сегодня постараемся выяснить, компьютер для вас друг или враг.

*Учитель.* Как вы думаете, нужно следовать этим советам? (*Нет.*) Почему? (*в данном случае от компьютера будет только вред*). Продолжите фразу. Когда компьютер - враг (т.е. может причинить вред) ... (*излучение, чрезмерное увлечение играми, вирусы из Интернета, напряжение зрения, неподвижная поза и т.д.* )

А теперь продолжите фразу, компьютер – это друг, я с ним могу (что делать?).....

*(играть, рисовать, песни петь, фотографии рассматривать, решать задачи, примеры, писать упражнения, писать и отправлять письма, отыскивать нужные знания в Интернете)*

В этом случае от компьютера будет только польза.

Задание: Улыбнитесь друг другу. Я думаю, что при этом вы испытали приятные чувства. Если вы скажете друг другу приятные слова или дотронетесь до руки, то вновь испытаете такие же чувства.

А теперь представьте, что улыбаетесь компьютеру. Вы испытали приятные чувства, тепло от общения? Какой же мы можем сделать вывод? С компьютером интересно учиться, познавать окружающий мир. Компьютер помогает человеку работать, учиться, развиваться через правильные игры. Но он не может заменить радость общения с другом, сверстником. Только друг тебя поймет, с тобой помечтает, сможет приготовить сюрприз, сможет успокоить.

**III часть.** Научить учащихся обобщать и анализировать информацию, делать выводы о влиянии компьютерных игр.

Открывается дверь в класс и раздаётся голос:

Встать, суд идет! (Все в классе встают. Входит судья в черной мантии)

Судья: Прошу садиться! Слушается дело по обвинению «так называемых» компьютерных игр по статье 111, 112, 113. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью. Первое слово предоставляется 1 свидетелю обвинения (родителям):

Родитель: Многие ребята просто не понимают, как опасен компьютер, если его неправильно использовать. Я часто слышу жалобы от знакомых и соседей о том, что их сын перестал учиться, ворует деньги для виртуальных игр. Был страшный случай, когда 12-летний подросток погиб от инсульта после 12-часовой игры на компьютере. Дети сутками без еды и отдыха сидят перед компьютером дома, бросают учёбу, теряют друзей, конфликтуют с родителями. Были и такие случаи, когда старшеклассники

отнимали у бабушек деньги, чтобы затем потратить их все на виртуальные игры, которые засасывают детей на целые сутки, а родители думают, что их дети делают уроки за компьютером и интернетом.

Судья: Пригласите 2 свидетеля обвинения (классного руководителя).

Классный руководитель: Спасибо. У меня был такой ученик (не буду называть его), когда до начала уроков я заходила за ним домой и забирала его в школу, так его родители рано уезжали на работу, а он сразу же доставал планшет и играл в игры, лежа в кровати. Но заниматься в школе он уже не мог, а спал все уроки.

Судья: слово предоставляется 3 свидетелю обвинения (школьнику)

Школьник: Я очень люблю виртуальные игры. Но когда мать заходит в мою комнату и зовёт меня спать, напоминая о том, что завтра в школу, я просто зверею. Сначала я просто отмахивался от матери, но сейчас прихожу в ярость всё больше и больше, и готов наброситься на неё с кулаками. Мама в испуге выбегает из комнаты. А ведь мне всего-то лет 12.

Судья: Что скажут врачи? Слово - врачу.

Врач: Ежедневные обращения с жалобами в мой кабинет Кисти Рукововны (диагноз - тендовагинит - болезнь, при которой на тыльной стороне кисти появляются болезненные припухлости и шишечки, не говоря уже о писчих спазмах, и все это от долгой работы с мышкой и клавиатурой). У Госпожи Глазкиной всегда, на склерах проступают мелкие сосуды, глазные яблоки подёргиваются, присутствует чувство рези, жжения, туман, пелены и ряби перед глазами, изображение двоиться. У Позвоночника Спиновича, сдавлены легкие и сердце из-за деформации позвоночника в результате неправильной, скорченной в три погибели позы за компьютером. А из-за рекламных роликов Королева Нервная система не слезает с успокоительных таблеток. Отражение общей картины медицинского состояния школы не в пользу компьютерных игр.

Судья: Слово психологу школы.

Психолог: Западные медики утверждают, что компьютерная Интернет-зависимость существует. Учёные считают, что очень скоро это заболевание будет номер один в мире. Лудомания (игровая зависимость) является одним из самых распространённых психических заболеваний, которое крайне тяжело поддаётся лечению. Такие люди (социальные наркоманы) становятся социально опасными членами общества. На Западе уже есть клиники, где лечат компьютерные расстройства. А, например, в Финляндии даже были случаи, когда призывники получали отсрочку от армии для лечения компьютерной зависимости. В России люди тоже обращаются за такой медицинской помощью. В чём опасность компьютерной зависимости (лудомании)? Прежде всего, опасны многие компьютерные игры. В них главное действие - убийство, причём красочное, изощрённое. А ведь игра для ребёнка - это репетиция жизни. Так и складывается к 14-15 годам мнение, что насилие, убийство - это увлекательное и полезное занятие. Но самая страшная опасность в том, что компьютерная зависимость может перейти в другой вид зависимости: алкоголь, наркотики.

Судья: Спасибо. Ребята, что скажете вы в защиту обвиняемых компьютерных игр?

Ребята (высказывают своё мнение)

Судья: Приняв во внимание материалы со стороны обвинения, свидетелей защиты, нельзя однозначно утверждать о вреде компьютерных игр. Ребёнок, который с детства ориентируется в компьютере, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий. Нет необходимости посвящать себя всего виртуальной жизни. Для этого достаточно выделить всего пару часов. Конечно, ни одна игра не должна провоцировать агрессию к окружающим, жестокость. В этом мы согласны со стороной обвинения. Существует множество полезных компьютерных игр. Поэтому прошу всех участников помочь вынести

вердикт «Виновны» или «Не виновны» компьютерные игры на листах и передать их мне.

**IV часть.** Голосование и вынесение приговора компьютерным играм.

(Всем раздаются листы, где участники определяются со своим выбором по отношению к компьютерным играм: виновны или не виновны, подводятся итоги)

Судья:

*Если будет больше «виновны»* - Признать компьютерные игры **ВИНОВНЫМИ** в причинение вреда здоровью личности большинством голосов (\_\_\_ участников, \_\_\_ виновны, \_\_\_ не виновны). Однако, исходя из того, что компьютерные игры стали неотъемлемой частью досуга, учёбы, работы человека, обвинение считать условным, а сторонам обвинения и защиты, считаю необходимым разработать рекомендации по безопасному использованию игровых компьютерных технологий и предоставить их суду в течение 10 дней после оглашения приговора. Информацию по открытому делу «Причинении вреда физическому здоровью и нарушению психики человека компьютерными играми» выложить в свободном доступе на сайте гимназии, где любой желающий может ознакомиться с материалами следствия и решением суда, выразить своё мнение, оставить предложения и комментарии по данному вопросу.

*Если будет больше «не виновны»* - Признать компьютерные игры **НЕ ВИНОВНЫМИ** в причинение вреда здоровью личности большинством голосов (\_\_\_ участников, \_\_\_ не виновны, \_\_\_ виновны). Однако, исходя из того, что компьютерные игры стали неотъемлемой частью досуга, учёбы, работы человека, а сторона обвинения предоставили много фактов причинения вреда здоровью чрезмерным увлечением играми, сторонам обвинения и защиты, считаю необходимым разработать рекомендации по безопасному использованию игровых компьютерных технологий и предоставить их суду в течение 10 дней после оглашения

приговора. Информацию по открытому делу «Причинении вреда физическому здоровью и нарушению психики человека компьютерными играми» выложить в свободном доступе на сайте гимназии, где любой желающий может ознакомиться с материалами следствия и решением суда, выразить своё мнение, оставить предложения и комментарии по данному вопросу.

**V часть.** Заключительная – знакомство с памяткой и гимнастикой для глаз.

*Учитель:* Ребята, обратите внимание на доску. Вот правильная поза перед компьютером. Давайте прочитаем вместе правила, которые вы обязаны соблюдать, работая за компьютером и выполним полезную гимнастику для глаз. (Учащиеся читают правила и выполняют гимнастику) Надеюсь, что вы вынесете полезную информацию с нашего классного часа и будете пользоваться памятками и делать регулярно гимнастику для глаз. Спасибо всем за внимание!

19 занятие: Повторная диагностика предрасположенности детей к возникновению зависимости от компьютерных игр.

Используются для диагностики те же самые методики, что и в начале года перед апробацией и внедрением программы.

20 занятие: Итоговое родительское собрание (по результатам диагностики).

21 занятие: Итоговый классный час (по результатам диагностики).