



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК
Работа педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших
школьников

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология и педагогика начального образования»

Проверка на объем заимствований:
55 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

«22» 12 2017г.
зав. кафедрой ППиПМ
Волчегорская Е.Ю.

Выполнил(а):
Студент(ка) группы 408/110-3-1
Францевир Юлия Николаевна

Научный руководитель:
к.п.н., доцент кафедры ППиПМ
Жукова М.В.

Челябинск
2018 год



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

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Выпускная квалификационная работа выполнена

Студентом (кой) Францевир Юлией Николаевной
Кафедра Педагогики, психологии и предметных методик
Группа ОФ-408/110-3-1
Направление 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль Психология и педагогика начального образования
Наименование темы Работа педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

Научный руководитель Жукова М.В., доцент кафедры ППиПМ, кандидат педагогических наук

Оценка соответствия требованиям ФГОС ВО
подготовленности автора выпускной квалификационной работы

Требования к профессиональной подготовке	Соответствует	В основном соответствует	Не соответствует
Умение корректно формулировать проблему своего исследования, его актуальность	+		
Умение корректно формулировать и ставить задачи своей деятельности при выполнении научной работы	+		
Умение применять утвержденные стандартные и рекомендованные методы и технологии, позволяющие решать диагностические и коррекционно-развивающие задачи	+		
Владение основными теоретическими методами научных психолого-педагогических исследований	+		
Владение качественными и количественными методами в психолого-педагогических исследованиях		+	


Умение рационально планировать время выполнения работы, определять грамотную последовательность и объем действий при решении поставленной задачи	+		
Умение анализировать и интерпретировать полученные результаты исследования		+	
Умение осуществлять просвещение педагогических работников и родителей (законных представителей) по вопросам обучения, воспитания и развития детей	+		
Умение пользоваться научной литературой профессиональной направленности	+		
Владение способами представления результатов своей научной работы на научных конференциях различного уровня, в виде тезисов докладов и статей в научных сборниках			
Самостоятельность обучающегося в сборе, систематизации и анализе фактического материала, формулировании выводов и рекомендаций	+		
Уровень оригинальности ВКР – 55 %			

Отмеченные достоинства: изучен достаточный объем психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, корректно представлен методологический аппарат исследования, использованы методики, адекватные целям исследования.

Отмеченные недостатки: цель исследования, представленная во введении не отражает всего содержания работы, в работе имеются стилистические неточности и опечатки.

Заключение: выпускная квалификационная работа Францевир Юлии Николаевны выполнена на высоком уровне, отвечает требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам бакалавра по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Психология и педагогика начального образования, и рекомендуется к защите.

Научный руководитель

 / М.В. Жукова

«15» января 2018 г.

Оглавление

Введение	6
Глава 1. Теоретические аспекты исследования работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников	9
1.1.Компьютерная зависимость как психолого-педагогическая проблема	9
1.2.Особенности компьютерной зависимости младших школьников	12
1.3.Роль педагога в профилактике компьютерной зависимости у младших школьников	17
Выводы по первой главе.....	22
Глава 2. Экспериментальная работа по изучению компьютерной зависимости у младших школьников	24
2.1. Цель и задачи исследования	24
2.2. Программа работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников	28
2.3. Анализ результативности программы работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников	32
Выводы по второй главе	39
Заключение	41
Библиографический список	43
Приложение	48

Введение

Актуальность. В век информационных технологий, компьютер является неотъемлемой частью жизни, как взрослых, так и детей. Федеральный государственный образовательный стандарт начального образования (ФГОС НО) ориентируется на повышение информационной компетентности у младших школьников. По мнению исследователей, ориентировка младших школьников в информационных и коммуникативных технологиях (ИКТ) и формирование способности их грамотно применять являются важным элементом формирования универсальных учебных действий (УУД) обучающихся на ступени начального общего образования, обеспечивающим его результативность. Таким образом, возникает **противоречие между:** необходимостью развития интеллектуальных способностей, повышению уровня эрудиции, развитию коммуникативных навыков, которое возможно в процессе овладения компьютерными технологиями и недостаточным вниманием педагогов к профилактике возникновения компьютерной зависимости.

На сегодняшний день вопрос о компьютерной зависимости младших школьников является одним из самых актуальных. Дети с раннего возраста имеют доступ к электронной технике: смотрят мультфильмы, играют в виртуальные игры. Современное обучение требует выполнение домашнего задания при помощи компьютера, школьникам приходится искать материал в Интернете, большую часть заданий им необходимо выполнять в электронном виде. Вопрос в том, насколько младший школьник, включенный в такой учебный процесс, сможет в дальнейшем социализироваться. Времяпровождение за компьютером и в сети Интернет может как положительно, так отрицательно влиять на развитие личности младшего школьника. С точки зрения положительного влияния работа за компьютером помогает учащимся развивать интеллектуальные способности, повышать уровень эрудиции, способствует развитию памяти. Социальные сети помогают приобретать более широкий круг знакомых и друзей, способствуя

развитию коммуникативных навыков. Онлайн - игры помогают развивать воображение.

К противоречивому влиянию сети Интернет на личность школьников исследователи относят интернет-аддикции, то есть зависимость от компьютера. Сюда относят пристрастие к играм, компульсивную навигацию по интернету, зависимость от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными. Это неуправляемая тяга влечет за собой много негативных последствий для школьников в сфере коммуникации. Заменяя непосредственное общение виртуальным, младшие школьники упускают возможность проявить свои чувства и эмоции, а также понять чувства и эмоции другого человека.

Проблема компьютерной зависимости изучалась такими авторами, как В. Абраменкова, А.Е. Войскунский, В.А. Бурова, А.Ю. Егоров, С.В. Лободина, А.Н. Ивлева, К. Янг и др. Были проведены эмпирические исследования, направленные на изучение взаимосвязи идентичности и поведения в Интернете пользователей юношеского возраста (А.Е. Жичкина), психологических детерминант компьютерной игровой зависимости (О.В. Литвиненко), взаимосвязи компьютерной зависимости и совладающего поведения ребенка (Ю.Н. Мураткина). Данная проблема продолжает изучаться и сейчас. В связи с тем, что она появилась не так давно, ещё не все её аспекты раскрыты в исследованиях.

Все вышесказанное определило **тему нашего исследования**: «Работа педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников».

Проблема исследования – каково содержание деятельности педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников?

Цель исследования: изучение теоретических и практических аспектов проблемы предупреждения компьютерной аддикции младших школьников экспериментальная проверка результативности программы деятельности педагога профилактической направленности.

Объект исследования – компьютерная зависимость у младших школьников.

Предмет исследования– деятельность педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников.

Задачи исследования:

1. Проанализировать компьютерную зависимость как психолого-педагогическую проблему
2. Выявить особенности компьютерной зависимости младших школьников.
3. Проанализировать роль педагога в профилактике компьютерной зависимости младших школьников.
4. Экспериментальным путем проверить результативность программы профилактики аддиктивного поведения у младших школьников.

Гипотеза исследования: внедрение в учебно-воспитательный процесс начальной школы программы работы педагога профилактической направленности, характерной особенностью которой является включение родителей, позволит снизить уровень риска формирования компьютерной зависимости у младших школьников.

Методы исследования:

- *теоретические* методы: анализ педагогической, психологической и методической литературы; обобщение, систематизация, сравнение.
- *эмпирические* методы: эксперимент, анкетирование.
- *методы обработки и интерпретации результатов.*

База исследования: исследование проводилось на базе Муниципальное автономное образовательное учреждение «Средней образовательной школы № 78 г. Челябинска». В эксперименте принимали участие 25 детей в возрасте 9-10 лет.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав с параграфами, выводов по ним, заключения, библиографического списка и двух приложений.

Глава 1. Теоретические аспекты исследования работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

1.1. Компьютерная зависимость как психолого-педагогическая проблема

Термин компьютерной зависимости появился относительно недавно, примерно в девяностых годах прошлого столетия. Под этим термином Л. Н. Юрьева и Т.Ю. Больбот [2], понимают такое «нехимическое» расстройство личности, при котором обычные привычки и интересы перестают занимать основную часть свободного времени, отходя на второй план. Таким образом, компьютерная зависимость — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящее к резкому сокращению всех остальных видов деятельности, ограничению общения с другими людьми. Компьютерная зависимость наиболее часта в детском возрасте, независимо от пола. По мнению А.Е. Войскуновского [4], неконтролируемое времяпрепровождение школьника за компьютером, обязательно со временем перерастёт в навязчивую привычку, которая по своей силе и проявлениям имеет сходство с наркотической.

М.С. Иванов [8] даёт следующее определение: компьютерная зависимость — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящим к резкому сокращению всех остальных видов деятельности. Зависимый человек погружается в мир иллюзий, у него возникает психологическая зависимость от виртуальной реальности. Нередко виртуальный мир кажется человеку более реальным, чем тот, который его окружает. Многие компьютероманы время от времени испытывают к компьютеру личные чувства (гнев, печаль, обиду и т.д.). Они способны оторваться от компьютера только для удовлетворения своих физиологических потребностей. Длительное отсутствие компьютера вызывает у зависимого человека «ломку», сходную с «ломкой» наркомана. Её симптомами являются беспокойство, рассеянное внимание, повышенная возбудимость и раздражительность, суэта, чувство неполноценности.

В результате компьютерной зависимости человек разумный превращается в человека информационного.

Основоположниками психологического изучения зависимости от интернета считаются американские исследователи: К. Янг и И. Голдберг [12]. В своих работах они дают характеристику типам компьютерной зависимости:

- зависимость от интернета – это род зависимости при котором человек испытывает моральное удовлетворение от поиска информации в интернете (зачастую бесполезной), также человек заводит бесцельные знакомства в интернете, не приводящие к развитию социальных контактов (с данной позиции люди ищут по различным параметрам себе собеседников, общаются, но при этом не приносят пользы для развития своей личности);

- зависимость от игры – это навязчивое увлечение компьютерными играми по сети или стационарно.

Понятие «Интернет-зависимость» впервые дал Айвен Голдберг в 1996 году: Интернет-зависимость — это непреодолимое влечение к использованию Интернета, характеризующееся пагубным воздействием на бытовую, учебную, рабочую, семейную, финансовую или психологическую сферы деятельности. Интернет-зависимыми является около 10 % пользователей Интернета во всём мире, 4-6 % в России.

Проблему компьютерной зависимости исследуют психологи, врачи, педагоги, социологи. В социологической литературе проблемы игрового поведения и игровой деятельности изучались в контексте проблем социализации и усвоения социальных ролей (Д. Босард, М. Вебер, Б. Малиновский, Д.Г. Мид, Г. Мертон, Я. Морено, Т. Парсонс, Г.В. Плеханов, Г. Риккерт, Н. Смелзер, Г. Спенсер, Г. Тард, Ш. Текл, Т. Шибутани, М.Шоттон). Социокультурные и исторические проблемы воспитания в игре рассматривались в работах историков, культурологов, социологов культуры Ф. Ареса, Г. Дайн, Е. А. Покровского. Уникальное место в разработке теории игры и ее места в истории культуры, в формировании социокультурных норм и традиций в истории человечества принадлежит И. Хейзинги, который считается основателем новой отрасли в науке. Социальные

аспекты игрового поведения и игровой деятельности очень активно изучались в работах советских и российских психологов и педагогов (П.П. Блонский, Л.И. Божович, Л.А. Венгер, Л.С. Выготский, П.М. Ершов, А.В. Запорожец, Н.Я. Иванова, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, А.Е. Личко, С.Л. Рубенштейн, Д. Н. Узнадзе, П. Г. Шедровицкий, Д.Б. Эльконин) [41, с.160]. Начиная с конца XX века, некоторые аспекты игровой деятельности старших школьников и молодежи рассматривались в контексте проблематики свободного времени и организации досуга (Л. А. Гордон, Т.М. Дридзе, Л.Б. Коган, Н.В. Коротникова, В.А. Лапшов, В. Д. Патрушев).

Наиболее существенные исследования в области компьютерной зависимости ведутся с конца 90-х годов. Их интенсивность растет прямо пропорционально числу пользователей компьютерных сетей. Научные работы как отечественных авторов, так и зарубежных, которые посвящены различным аспектам [41, с.234]:

- проблема Интернет-зависимости (А.В. Ваганов, А.Е. Войскунский, К.Ю. Галкин, А.Е. Жичкина, В.А. Лоскутова, А.В. Минаков, Н.А. Носов, А.И. Ракитов, А.С. Холл, А.В. Церковный, М.А. Шоттон);

- основные положения возрастной психологии о закономерностях формирования личности, о структуре личности и ее взаимосвязи с деятельностью (Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, С.Л. Рубинштейн).

- концептуальные положения о сущности феномена зависимости (Ц.П. Короленко, С.А. Куликов, Е.В. Мельник, В.Д. Менделевич, К.В. Сельченко).

- влияние компьютерных игр на личность ребенка (И.Г. Белавина, А.В. Беляева, И.В. Булгаков, П.Д. Биленчук, Е.Л. Болескина, Н.В. Иванов, Л.В. Подригало, Л.А. Пережогин, Н.А. Садовская, Н.А. Шапира, Г.В. Чайка);

- общепсихологические принципы формирования личности ребенка (Л.И. Божович, П.С. Карпенко, И.С. Кон, И.Ю. Кулагина Л.Ф. Обухова, Ю.А. Приходько, Д.И. Фельдштейн).

- исследование идентичности у пользователей сети Интернет и процессов самопрезентации в сети (А.Е. Жичкина, Е.А. Мулик, А. Ортштейн, В.М. Розин);

– психологические аспекты коммуникативных процессов в сети (О.М. Арестова, Ю.Д. Бабаева, Л.М. Бабанин, А.Е. Войскунский, А. Голдберг, Л.П. Гурьева, Д.В. Иванов, Т.В. Карабин, А.В. Смысловая, Д. Сулер, А.Н. Черемисина, Л.М. Юрьева, А.В. Якушина, К.С. Янг);

– исследования психических и поведенческих расстройств у лиц молодого возраста с компьютерной зависимостью (Т.Ю. Больбот, Л.М. Юрьева).

1.2. Особенности компьютерной зависимости младших школьников

Рассмотрим главные причины возникновения компьютерной зависимости у младших школьников:

Первая причина, отношения в семье, а именно нехватка или отсутствие теплых эмоциональных отношений. Большинство родителей в наше время заняты финансовыми проблемами, поэтому живут по принципу «работа – дом – работа», они не уделяют ребенку достаточно времени, не интересуются чем занят ребенок в свободное время, что тревожит школьника, не интересуются его мыслями и чувствами. Всё это приводит к тому, что ребенок считает своих родителей скучными и неинтересными, и хотят быть полной противоположностью им.

Вторая причина – у ребенка нет серьезных увлечений, хобби, занятий по интересу, не связанных с компьютером. Этот ребенок понимает, что можно не выходя из дома и сидя за компьютером найти себе собеседника, и если он будет не интересен в любой момент прекратить с ним общение, скачать доклад, ради которого ранее бы пришлось идти в библиотеку, в игре не утруждая себя стать классным бандитом. Такая заманчивая перспектива притягивает ребенка в экрану монитора как магнит. Подвержены такому влиянию не коммуникабельные дети, которым сложно выстраивать отношения в реальности. Вероятно, существование видимого физического недостатка отталкивает от общения с ними, или же у них развились такие черты характера, которые препятствуют установлению дружеских отношений: застенчивость, замкнутость, обидчивость, агрессия. [14, с. 54].

Компьютерной аддикции подвержены и дети, у которых плохая успеваемость в школе, в компании такие дети не являются лидерами, и с родителями не ладятся отношения. Если такие проблемы есть, то ребенок вполне может быть зависим от компьютера, ведь в игре он всегда будет главным героем, на высоте успеха, победителем, лидером. В сети ребенок может создать образ иной от реального: другое имя, внешность, успешные навыки, способности, другая более успешная презентация своего «я».

Зависимость от компьютера осознают окружающие ребенка, родственники, друзья, но не он сам, что очень похоже с любыми другими видами зависимости. Основными проявлениями компьютерной зависимости являются:

- беспричинное возбуждение или вялость, частые и резкие перепады настроения от безучастно-подавленного до эйфорически-приподнятого, болезненная и неадекватная реакция на критику, замечания, советы, нарастающая оппозиционность к родителям, старым друзьям, значительное эмоциональное отчуждение;

- оскуднение памяти, внимания;

- снижение успеваемости, систематическое не посещение занятий, уроков.

- ограничение общения с ранее значимыми людьми: родственниками, друзьями, любимым человеком, значительное изменение круга общения, подозрительные контакты, телефонные звонки, встречи;

- уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;

- пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей, денежные долги ребенка;

- проявления изворотливости, лживости;

- неопрятность, неряшливость;

- приступы депрессии, страха, тревоги [5, с. 96].

А.Е. Войскунский перечисляет следующие характеристики зависимого поведения от сети Интернет [4]:

- отсутствие желание проводить досуг за пределами виртуальной реальности;
- пренебрежение домашними и рабочими делами;
- неспособность контролировать времяпрепровождение за компьютером;
- нежелание слушать негативные отзывы о бесконтрольном времени препровождения в сети от близких и друзей и др.

Особенности поведения младшего школьника, которые свидетельствуют о компьютерной зависимости, связаны с приоритетами в общении ребенка, нежеланием выполнять домашние поручения, контролем времени, снижением успеваемости и пренебрежением к успехам.

Рассмотрим существующие стадии развития компьютерной зависимости:

1 Стадия легкой увлеченности.

После того как ребенок один раз поиграл в компьютерную игру, он начинает "чувствовать вкус", ему начинают нравиться компьютерная графика, звук, сам факт имитации реальной жизни или каких-то фантастических сюжетов. Он получает удовольствие, играя в компьютерную игру, чему сопутствуют положительные эмоции. Однако специфика этой стадии в том, что потребность играть в компьютерные игры носит скорее ситуационный, нежели систематический характер. Устойчивая, постоянная потребность в игре еще не сформирована, игра не является значимой ценностью для человека.

2 Стадия увлеченности.

Фактом, свидетельствующим о переходе человека на эту стадию формирования зависимости, является появление в иерархии потребностей новой потребности - играть в компьютерные игры. Она на этом этапе принимает систематический характер. Если человек не имеет постоянного доступа к компьютеру, то есть, нет возможности удовлетворения своей потребности, то возможны достаточно активные действия по устранению мешающих обстоятельств.

3 Стадия зависимости.

Эта стадия характеризуется сдвигом потребности в игре на нижний уровень пирамиды потребностей А. Маслоу. Зависимость может проявляться в одной из двух форм: социализированной и индивидуализированной.

Социализированная форма игровой зависимости отличается поддержанием социальных контактов. Такие дети любят играть совместно, играть с помощью компьютерной сети друг с другом. Игровая мотивация в основном носит соревновательный характер.

Эта форма зависимости менее пагубна в своем влиянии на психику человека, чем индивидуализированная форма, поскольку социальное окружение, хотя и состоящее из таких же фанатов, все же, как правило, не дает ребенку полностью оторваться от реальности, "уйти" в виртуальный мир и довести себя до соматических и психических нарушений.

Индивидуализированная форма зависимости - это крайняя форма зависимости, когда нарушается не только мировоззрение, но и взаимодействие с окружающим миром. Нарушается основная функция психики: она начинает отражать не воздействие объективного мира, а виртуальную реальность. Такие дети подолгу играют в одиночку, потребность в игре у них находится на одном уровне с базовыми физиологическими потребностями. Если у ребенка эта стадия затянулась, и он не в состоянии самостоятельно перейти на другую, то ему необходима помощь специалистов.

4 Стадия привязанности.

Эта стадия характеризуется угасанием игровой активности человека. Отношения ребенка с компьютером можно сравнить с неплотно, но крепко пришитой пуговицей. То есть человек уже "держит дистанцию" с компьютером, однако полностью избавиться от психологической зависимости от компьютерных игр не может. Это самая длительная из всех стадий - она может длиться всю жизнь, в зависимости от скорости угасания привязанности[23, с. 78].

Существуют и стадии формирования Интернет-зависимости:

1 стадия – человек испытывает эйфорию и хорошее настроение, сидя за компьютером, не замечает внешний мир и красоту природы, часами бродит по Сети, скрывает от близких, сколько времени проводит на сайтах.

2 стадия – при отлучении от компьютера у человека снижается внимание и работоспособность, возникают навязчивые мысли, бессонница, депрессия,

нервозность, приступы страха, увеличивается или появляется тяга к кофе, сигаретам, алкоголю, наркотикам, возможны головные боли, скачки давления, резь в глазах, ломота в костях, тремор (дрожание рук).

3 стадия – социальная дезадаптация, отсутствие удовольствия от общения в Интернете, но неспособность к самоконтролю, человек перестаёт обращать внимание на окружающих, на свой внешний вид, на гигиену[12, с. 90].

Высказывается мнение, что занятия с компьютером – это своего рода зависимость, которая выражается в таких психопатологических симптомах, как неспособность ребенка переключаться на другие развлечения, чувство мнимого превосходства над окружающими, так называемый синдром «вершителя судеб», который приобретает игрок, управляя "жизнью" компьютерных персонажей. Некоторые компьютерные игры провоцируют агрессивное поведение, возвеличивание войн и насилия.

В качестве негативных последствий компьютерных игр указывают сужения круга интересов ребенка, стремление к созданию собственного мира, уход от реальности, агрессивность, утомляемость. По мнению некоторых ученых, занятия с компьютером один на один, часто в ущерб общению со сверстниками, приводит к социальной изоляции и трудностям в межличностных контактах.

В общении ребенка со сверстниками не только более охотно осуществляется познавательная предметная деятельность, но и формируются важнейшие навыки межличностного общения и нравственного поведения. Стремление к сверстникам, жажда общения с ним делает группу сверстников для школьника чрезвычайно ценной и привлекательной. Участием в группе они очень дорожат. От того, как ребенок общается со сверстниками, будет зависеть направление его развития [16, с. 32].

1.3. Роль педагога в профилактике компьютерной зависимости у младших школьников

Профилактика компьютерной зависимости среди детей младшего школьного возраста должна быть ориентирована на повышение их интереса к различным сферам современного досуга, на подготовку психики детей к противодействию негативным воздействиям компьютерных игр, на помощь детям осознать их образовательные и культурные потребности и способы их удовлетворения с помощью компьютера; информирование детей и их родителей о негативном влиянии компьютерных технологий; уменьшение интереса детей к компьютерным играм, а также организацию социально-общественного противодействия формированию игровой зависимости у детей как ресурса нации и государства.

Специалисты считают, что вопросы профилактики и предупреждения зависимости детей от компьютерных игр должны быть включены в общешкольную программу валеологического воспитания учащихся. В данном направлении предлагается проводить с родителями младших школьников тематические беседы, консультации, круглые столы, организацию которых осуществляют учителя начальных классов, школьная администрация, приглашаются специалисты – медицинские работники. Важное значение имеет и систематическое проведение психологических тренингов, во время которых родители совместно с детьми учатся лучше понимать друг друга, благодаря чему расширяется область их общих интересов и увлечений, обеспечивается благоприятный психоэмоциональный фон в условиях домашней среды.

Активная позиция отводится и самим младшим школьникам, с которыми должны в обязательном порядке разучиваться правила работы за компьютером, элементы гимнастики для глаз, дети могут самостоятельно изготовить памятки, которые прикрепят дома возле компьютера.

В качестве одного из действенных, способов профилактики компьютерной аддикции у младших школьников специалисты (А.С.Белкин) предлагают создание

ситуации успеха в учебной деятельности, которая является ведущей для детей данного возраста.

По мнению А.С. Белкина «...успех – это переживание состояния радости, удовлетворение оттого, что результат, к которому стремилась личность в своей деятельности, либо совпал с ее ожиданиями, надеждами, либо превзошел их. На базе этого состояния формируются новые, более сильные мотивы деятельности, меняются уровни самооценки, самоуважения» [6, с. 28].

Педагогу необходимо отслеживать не только уровень эмоционального фона, преобладающий в группе, но и уровень самооценки детей, степень их удовлетворенности результатами своей деятельности, чему способствует организация процесса рефлексии на уроке (самооценка результатов работы, взаимная оценка, подведение итогов).

Создание ситуации успеха особенно актуально для тех учащихся, у которых имеется предрасположенности к формированию аддиктивных форм реализации. Такие дети нуждаются в коррекции личностных качеств (агрессивности, трудностей коммуникации, неуверенности, замкнутости, конформности, пассивности и т.д.).

А.С. Белкин [2] предлагает в несколько типов ситуаций успеха:

- радость познания – чувство удовлетворения от полученных знаний, успешно решенной познавательной проблемы;
- неожиданную радость, связанную с получением высоких результатов деятельности;
- общую радость коллектива, вызванную успешностью одного из его членов).

Исследователи называют ряд приемов, способствующих повышению успешности ребенка [22]:

- прием «Лестница» – обеспечение поступательного продвижения ребенка, повышения его успешности и уровня самооценки;
- прием «Даю шанс» – предоставление учащемуся неожиданной возможности проявить свои лучшие качества и способности;

- прием «Исповедь» или «Когда учитель плачет» – это обращение учителя к «высоким» чувствам учащихся;

- прием «Следуй за нами» – обеспечение поддержки коллективом малейших проявлений успеха учащегося;

- прием «Эмоциональный всплеск» или «Ты так высоко взлетел» – создание ситуации, когда ребенок сможет максимально проявить свои умения и способности;

- прием «Заражение» – использование потенциала групповой работы;

- прием «Эврика» – раскрытие неизвестных ранее для ученика возможностей через выполнение учебного задания путем получения интересного результата;

- прием «Линия горизонта» – демонстрация новых возможностей. Эффективность того или иного приема обусловлена личностью педагога, его опытом, заинтересованностью, степенью ответственности, творческим потенциалом.

Другое направление профилактики аддикции, предлагаемое детскими психологами, развитие произвольности собственного поведения, что подразумевает под собой освоение социальных норм и правил.

Дети младшего школьного возраста активно осваивают не только социальные требования и границы, но и границы собственного «Я». Часто, в совместных играх они соревнуются в том, «кто самый ловкий», «самый быстрый», «самый красивый» и т.д. Эта соревновательность детей младшего школьного возраста отражает потребность в определении тех своих качеств, на которые ребенок может самостоятельно оказывать воздействие. С поступлением в школу самовоздействие, самоизменение должно стать основным содержанием большинства форм его деятельности (конечно, нельзя исключать и другие, в которых ребенок просто отвлекается, например, игру).

Зачастую возросшая ответственность – как в школе, так и перед собой самим – оказывается слишком тяжелой для детей, и одной из форм ухода, отказа от нее как раз и является компьютерная зависимость. "Не получается ничего изменить в школе, дома - можно в игре!" - примерно так думает ребенок.

Психологи выделяют следующие негативные новообразования у детей младшего школьного возраста, обусловленных неверной адаптацией к школе (иначе: дефицитарные качества личности).

- Ориентация на ошибки. Она возникает тогда, когда взрослые, а затем и сам ребенок, оценивают его действие по ошибкам в результате. Страх допустить ошибку тормозит проявления инициативы школьника. Он становится пассивным, не проявляет живого интереса к учебе и другим видам деятельности, в которой его могут оценивать.

«А за компьютером - можно делать то, что хочешь и то, что получается» - мысли могут быть такими.

Взрослый в этом случае должен учить ребенка видеть познавательное значение ошибки: ошибка дает возможность сделать в следующий раз правильно. «На ошибках учатся», это не страшно.

- Недооценка себя, неуверенность в себе. Такие дети постоянно уклоняются от ситуаций напряжения, от ответственности, так как считают, что не справятся. Неуверенность возникает тогда, когда взрослые постоянно объясняют неудачи ребенка его глупостью, невнимательностью, невезением («все у тебя вечно не так»), а успехи – случайностью. Выражение «Как вы яхту назовете, так она и поплывет» хорошо передает специфику этой неуверенности.

«Зачем тратить силы, если все равно не получается, а в игре все легко» - может думать ребенок

Преодоление неуверенности возможно через создание ситуаций успеха и одобрение при малейшем успехе.

- Сокращенная жизненная перспектива. Такие дети легко поддаются влиянию других, во всем ждут подсказки взрослого или ориентируются на сверстника.

«Я и сам не знаю, чего хочу» - возможны такие мысли.

Преодоление этого качества – развитие самостоятельности детей: как через дозирование помощи, так и через стимулирование к самостоятельным действиям, а также планированию своих действий: «Давай составим план на сегодня, чем ты будешь заниматься», «Посмотри, у тебя получается и без моей помощи».

- Ограниченный языковой код. Ребенок судит о своих способностях и способностях других только по школьным оценкам. Или ценность другого определяется какой-то вещью либо отдельным качеством, которое у него есть.

«Все играют, это классно. А я не хуже» - ребенок может думать и так.

Ограниченность эту можно и нужно преодолевать, показывая ребенку разные качества других людей и его самого, которые проявляются во взаимоотношениях с другими, в действиях других.

Профилактика компьютерной зависимости среди младших школьников основана на необходимости включать ребенка в разнообразные виды деятельности с целью сформировать у него устойчивое убеждение в том, что своими действиями он может изменять себя к лучшему: он постарается, и сможет хорошо учиться, достигать успехов в спорте, творчестве и т.д. И это интереснее, чем «часами за компьютером» [30].

Еще одно направление профилактики аддикции – формирование нравственных представлений посредством компьютерных игр [14, с. 56].

Установлено, что компьютерные игры обладают значительным потенциалом как для психического, так и нравственного развития личности. В процессе компьютерных игр дети вживаются в роли героев, сопереживают им, сочувствуют, совершают добрые поступки. В процессе игр школьники усваивают систему взаимоотношений между людьми и детьми, оказывают взаимопомощь, у них формируется нравственное поведение, развиваются нравственные качества и сознание.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что сложный и длительный процесс профилактики компьютерной зависимости основывается на сочетании различных методов и средствах воспитания. Процесс включает в себя поэтапность работы учителя, родителей с детьми. Для того, чтобы правильно организовать деятельность школьника за компьютером необходимо свою работу строить поэтапно, и продумать какой конечный результат своей работы вы хотели бы достичь. В организации профилактики компьютерной зависимости необходимо сочетать различные формы и методы воспитательных мероприятий.

Выводы по первой главе

Изучение теоретических аспектов исследования работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников позволило нам сделать следующие выводы:

Термин компьютерной зависимости появился относительно недавно, примерно в девяностых годах прошлого столетия. Компьютерная зависимость — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящим к резкому сокращению всех остальных видов деятельности. Проблема компьютерной зависимости изучалась такими авторами, как В. Абраменкова, А.Е. Войскунский, В.А. Бурова, А.Ю. Егоров, С.В. Лободина, А.Н. Ивлева, К. Янг и др.

Выделяют четыре стадии развития компьютерной зависимости у младших школьников: стадия легкой увлеченности, стадия сильной увлеченности, стадия зависимости и стадия привязанности. На первой стадии устойчивая, постоянная потребность в игре еще не сформирована, игра не является значимой ценностью для человека. Фактом, свидетельствующим о переходе человека на стадию сильной увлеченности, является появление в иерархии потребностей новой потребности — играть в компьютерные игры. Стадия зависимости характеризуется сдвигом потребности в игре на нижний уровень пирамиды потребностей А. Маслоу. Стадия привязанности характеризуется угасанием игровой активности человека. Отношения ребенка с компьютером можно сравнить с неплотно, но крепко пришитой пуговицей. В качестве негативных последствий компьютера выделяются сужения круга интересов ребенка, стремление к созданию собственного мира, уход от реальности, агрессивность, утомляемость.

Компьютерная зависимость может принимать 2 формы: социализированную (поддерживаются контакты с социумом, в основном с такими же игроманами, с которыми зависимый человек любит играть вместе) и индивидуализированную (нарушается взаимодействие человека с окружающим миром, он играет в

одинокую, потребность в игре по значимости приравнивается к физиологическим). Компьютерная аддикция имеет два направления: компьютерные игры и интернет.

Профилактика компьютерной зависимости среди детей младшего школьного возраста должна быть ориентирована на повышение их интереса к различным сферам современного досуга, на подготовку психики детей к противодействию негативным воздействиям компьютерных игр, на помощь детям осознать их образовательные и культурные потребности и способы их удовлетворения с помощью компьютера; информирование детей и их родителей о негативном влиянии компьютерных технологий; уменьшение интереса детей к компьютерным играм, а также организацию социально-общественного противодействия формированию игровой зависимости у детей как ресурса нации и государства.

Глава 2. Экспериментальная работа по изучению компьютерной зависимости у младших школьников

2.1. Цель и задачи исследования

Результаты проведенного нами теоретического исследования требуют экспериментальной проверки уровня компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста. В ходе экспериментальной работы нами была проведена оценка результативности педагогических условий по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников. Во второй главе представлен опыт и результаты, полученные в ходе апробации педагогических условий, выявлены проблемы их применения.

Экспериментальная работа проводилась на базе МАОУ СОШ № 78 г. Челябинска. В нем принимали участие 25 детей в возрасте 9-10 лет. Эксперимент включал 3 этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

Экспериментальная работа осуществлялась в три этапа.

1 этап – констатирующий. Отобраны методики исследования компьютерной зависимости у младших школьников, проведена диагностика.

2 этап – формирующий. Созданы условия по профилактике компьютерной зависимости младших школьников.

3 этап – контрольный. Проведена повторная диагностика компьютерной зависимости у младших школьников, выполнен анализ полученных результатов.

Методы экспериментального этапа: педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, изучение документации образовательного учреждения

Цель констатирующего этапа экспериментальной работы: изучение компьютерной зависимости у младших школьников.

Задачи:

1. Подобрать диагностические методики для определения компьютерной зависимости младших школьников, разработать диагностические задания и критерии их оценки.

2. Провести диагностику компьютерной зависимости у детей третьего класса.

3. Провести анкетирование родителей по вопросу компьютерной зависимости младших школьников.

4. Проанализировать результаты диагностического исследования.

Гипотеза исследования: внедрение в учебно-воспитательный процесс начальной школы программы работы педагога профилактической направленности, характерной особенностью которой является включение родителей, позволит снизить уровень риска формирования компьютерной зависимости у младших школьников.

Для решения первой и второй задач констатирующего этапа нашего исследования мы взяли за основу методику «Шкала Интернет-зависимости» Анастасии Жичкиной [16]. Далее представим описание данной методики.

Детям дается следующая инструкция: Выберите, пожалуйста, один из двух вариантов ответов (А или Б) тот, который лучше всего подходит для описания вашего поведения в Интернете и отметьте его галочкой. В этой анкете нет правильных или неправильных ответов, нам важно знать именно Ваше мнение.

1. А. Когда мне грустно или одиноко, я обычно выхожу в Интернет.

1. Б. Я не чувствую необходимости выйти в Интернет тогда, когда у меня плохое настроение.

2. А. Когда я провожу в Интернете меньше времени, чем обычно, я чувствую себя подавленно.

2. Б. Мое эмоциональное состояние не зависит от того, сколько времени я провожу в Интернете.

3. А. Я чувствую, что мое увлечение Интернетом мешает моей учебе, работе или отношениям с людьми вне Интернета.

3. Б. Использование Интернета не мешает моим отношениям с людьми, учебе или работе.

4. А. Многие мои знакомые не знают, сколько времени я на самом деле провожу в Интернете.

4. Б. Большинство моих знакомых знает, сколько времени я провожу в Интернете.

5. А. Я часто пытаюсь уменьшить количество времени, которое я провожу в Интернете.

5. Б. Я не пытаюсь уменьшить количество времени, которое я провожу в Интернете.

6. А. Когда я не в Интернете, я часто думаю о том, что там происходит.

6. Б. Когда я не в Интернете, я редко думаю о нем.

7. А. Я предпочитаю общаться с людьми или искать информацию через Интернет, а не в реальной жизни.

7. Б. Я далеко не всегда прибегаю к помощи Интернета, когда мне нужно найти информацию или пообщаться.

Ключи: Интернет-зависимость – один из видов поведенческих зависимостей, который проявляется в навязчивом постоянном стремлении войти в Интернет и потере субъективного контроля за его использованием.

Выбор варианта «А» оценивается в 1 балл, выбор варианта «Б» – 0 баллов. Нормы: склонными к Интернет-зависимости считаются испытуемые с баллами по шкале Интернет-зависимости 3 и выше, не склонными к Интернет-зависимости – с баллом 0 по этой шкале. Интернет-зависимыми в строгом смысле слова считаются те, кто набирает 6-7 баллов по этой шкале.

В рамках решения третьей задачи констатирующего этапа экспериментальной работы мы разработали анкету для родителей детей экспериментальной группы по проблеме компьютерной зависимости младших школьников.

Цель анкетирования – выявить отношение родителей к проблеме компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста.

Родителям предлагается ответить на вопросы, указанные ниже касательно своих детей.

Вопросы анкеты:

1. Проводит время за компьютером ежедневно, не пропуская ни дня;
2. Включая компьютер, утрачивает ощущение времени;
3. Никогда не встает из-за компьютера, не завершив игру;
4. Принимает пищу возле монитора компьютера;
5. Не соглашается с вашим утверждением, что слишком много времени занят компьютером;
6. Не заканчивает игры, пока не достигнет желаемого уровня;
7. Слишком сильно гордится результатами и достижениями в играх и сообщает о них всем окружающим;
8. Не делает уроки, не слушает замечания;
9. Если компьютер сломался, сильно раздражается;
10. Если взрослые отсутствуют дома, все время проводит за компьютером.

Бланк анкеты представлен в приложении (приложение 1).

Ключи к тесту. Если на 5 вопросов теста вы ответили положительно, то уже вполне можно говорить о компьютерной зависимости ребенка.

Формирующий этап исследования длился на протяжении трех месяцев.

Цель формирующего этапа исследования – реализация программы работы педагога, направленной на профилактику компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста.

Задачи формирующего этапа:

1. Разработать программу работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников.
2. Составить перспективный план по вовлечению родителей в работу по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста.
3. Реализовать исполнение разработанной программы.

Методы:

- педагогическое планирование;

- педагогический эксперимент.

С целью выявления эффективности составленной программы по профилактике компьютерной зависимости младших школьников проводился контрольный этап нашего исследования.

Основная задача контрольного этапа заключалась в выявлении динамики уровня компьютерной зависимости у младших школьников после проведенного формирующего этапа эксперимента.

На контрольном этапе проводилась повторная диагностика уровня склонности младших школьников к компьютерной зависимости по тем же диагностическим методикам, что и на констатирующем этапе.

Далее опишем более подробно реализацию каждого выделенного нами этапа экспериментального исследования.

2.2. Программа работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников

Основной группой риска для развития компьютерной зависимости являются младшие школьники в возрасте 9-10 лет. Этому способствует ряд факторов, основным из которых считают недостаток общения и взаимопонимания с родителями, сверстниками и значимыми людьми.

Таким образом, профилактика аддиктивного поведения приобретает особенную значимость в данном возрасте.

Формирующий этап исследования длился на протяжении 3 месяцев.

Цель формирующего этапа исследования –реализация комплекса мероприятий по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста.

Задачи формирующего этапа:

1. Разработать программу для детей младшего школьного возраста по профилактике компьютерной зависимости.

2. Составить программу по включению родителей в работу по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста.

3. Реализовать исполнение разработанной программы.

Решая первую задачу формирующего этапа, с учетом результатов проведенного нами констатирующего этапа исследования нами была разработана программа по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников, которая направлена на укрепление их личностного и социального статуса, а также на улучшение межличностных отношений со сверстниками и родственниками (таблица 3).

Таблица 3

Перспективный план по использованию игр с целью профилактики компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста

Месяц	Название мероприятия	Тип	Цель
Первый месяц	«Здоровым быть модно»	Классный час	Приобщить учащихся к здоровому образу жизни, формировать у учащихся активной позиции по данной проблеме, развивать творческие способности, память, внимание, познавательный интерес
	«Что положительного дает мне интернет»	Беседа	Ознакомить детей с вредными последствиями компьютерных игр, донести представление о компьютере, интернет-зависимость. Формировать положительное отношение к таким качествам характера, как самостоятельность, любознательность. Развивать навыки участия в дискуссии;

	«Профилактика компьютерной зависимости» (приложение 2)	Тренинг	Проинформировать детей о проблемах, связанных с повышенным интересом к телевизору, компьютеру, побудить детей к полноценному общению со своими сверстниками, родителями
Второй месяц	«Компьютер – друг или враг?»	Конкурс сочинений	Воспитывать бережное отношение к своему здоровью
	«Мое самочувствие и интернет»	Беседа	Показать детям влияние интернета на собственное самочувствие. Познакомить с приемами и упражнениями, восстанавливающими организм после работы с компьютером
	«Я и компьютер»	Конкурс плакатов	Способствовать совместной работе родителей и учащихся по проблеме профилактики компьютерной зависимости
Третий месяц	«Фестиваль настольной игры»	Досуг	Выявить степень востребованности настольных игр. Популяризация настольной игры как альтернатива виртуальным и сетевым
	«Живое общение»	Тренинг	Организация круглых столов, обсуждение событий в спортивном мире, в мире культуры, киноиндустрии и т.д. с целью профилактики компьютерной зависимости
	«Суд над компьютером»	Итоговый классный час	Формулирование умений осмысливать практические задачи, формирование навыков

			группового целеполагания и отбора форм и методов достижения целей. Развитие эмпатии в группе. Показать, что человек сам должен заботиться о своём здоровье
--	--	--	--

Описанная нами программа включает разнообразные формы работы с детьми: классный час, тренинг, занятие, конкурс, беседа и т.д. Мероприятия проводились педагогом с младшими школьниками в экспериментальной группе систематически в течение трех месяцев три раза в неделю.

В рамках решения второй задачи формирующего этапа нашего исследования мы составили перспективный план по включению родителей в работу по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста (таблица 4).

Таблица 4

Перспективный план по работе с родителями по проблеме профилактики компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста

Месяц	Название мероприятия	Тип мероприятия	Цель
Первый месяц	«Компьютер и здоровье детей»	Родительское собрание	просвещение родителей по теме «Компьютер и здоровье ребёнка»
	«Ребенок и компьютер: как вернуть его в реальный мир?»	Памятка	Дать родителям советы по способам профилактики компьютерной зависимости у младших школьников
Второй месяц	«Интернет-зависимость»	Консультация	Дать родителям общие рекомендации по профилактике компьютерной зависимости

	«Польза и вред современных компьютеров»	Консультация	Обобщить знания родителей младших школьников о пользе и вреде компьютеров
Третий месяц	«Компьютерная зависимость»	Тренинг	Информирование о последствиях злоупотребления компьютером у детей и подростков
	«Как избыток компьютеров влияет на здоровье ученика?»	Родительское собрание	Показать влияние компьютера за здоровье детей младшего школьного возраста

Описанная нами программа включает разнообразные формы работы с родителями: родительское собрание, тренинг, консультация, конкурс, беседа, консультация и т.д. Мероприятия проводились педагогом с родителями младших школьников в экспериментальной группе систематически в течение трех месяцев два раза в неделю.

Предварительные наблюдения показали, что после апробации разработанных нами мероприятий, дети стали менее зависимыми от компьютеров, стали более заинтересованными во время занятий в школе, повысилась общая успеваемость класса.

2.3. Анализ результативности программы работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников

Констатирующий этап исследования проводился на базе МАОУ СОШ № 78 г. Челябинска. В нем принимали участие 25 детей в возрасте 9-10 лет.

Для начала представим результаты анкетирования родителей младших школьников по вопросу компьютерной зависимости их детей.

Так, 36% опрошенных родителей считают, что компьютерные игры и интернет безопасны для их ребенка, а 48% считают, что компьютер может вызывать зависимость. Также нужно отметить, что 28% опрошенных родителей часто запрещают детям играть в компьютерные игры и долго проводить время в интернете и всего 16% не ограничивают своих детей от компьютера и не запрещают им играть и сидеть в интернете.

Достаточно большое количество родителей уверены, что не стоит прилагать усилия для предотвращения возникновения компьютерной зависимости у своего ребенка. Третья часть из них (32%) думает иначе и старается разнообразить досуг своего ребенка, отвлечь его от компьютера либо отследить характер игр, в которые играет ребенок.

При этом, если родителям понадобится помощь в решении проблем, связанных с риском развития у ребенка компьютерной зависимости, то только 36% обратятся за помощью к специалистам. Это говорит о том, что родители действительно не вполне осознают серьезность и сложность ситуации попадания ребенка в зависимость от компьютерной игры и предпочитают решать свои проблемы самостоятельно, не выносить «сор из избы».

Далее опишем результаты исследования интернет-зависимости у младших школьников с помощью методики А. Жичкиной. Мы провели обследования по отобранной методике и получили результаты, представленные в таблице ниже (таблица 1).

Таблица 1

Результаты диагностики интернет-зависимости по методике А. Жичкиной на констатирующем этапе исследования

№ п/п	Имя ребенка	Количество баллов	Склонность к интернет-зависимости
1	Аня А.	7	Высокая
2	Дима А.	0	Несклонный
3	Карина В.	3	Средняя
4	Саша Д.	7	Высокая
5	Рустам Е.	0	Не склонный
6	Ева З.	1	Не склонный

7	Семен Ку.	1	Не склонный
8	Матвей М.	7	Высокая
9	Андрей Н.	5	Средняя
10	Варя П.	4	Средняя
11	Роман С.	3	Средняя
12	Диана Т.	6	Высокая
13	Артем Т.	4	Средняя
14	Юля У.	0	Несклонный
15	Арина У.	0	Несклонный
16	Ира Ф.	3	Средняя
17	Слава Х.	3	Средняя
18	София Х.	7	Высокая
19	Тимур Ц.	4	Средняя
20	Саша Ч.	4	Средняя
21	Даша Ш.	3	Средняя
22	Артур Щ	6	Высокая
23	Василина Ю.	4	Средняя
24	Люба Ю.	4	Средняя
25	Таня Я.	7	Высокая

Обобщим полученные результаты с помощью таблицы ниже (таблица 2).

Таблица 2

Результаты констатирующего этапа исследования компьютерной
зависимости младших школьников

Уровень	ЭГ	
	Количество (чел.)	В %
Высокая степень интернет-зависимости	7 чел.	28 %
Средняя степень интернет-зависимости	12 чел.	48 %
Не склонны к интернет-зависимости	6 чел.	24 %

Представим результаты констатирующего этапа нашего эксперимента с помощью диаграммы (рисунок 1).

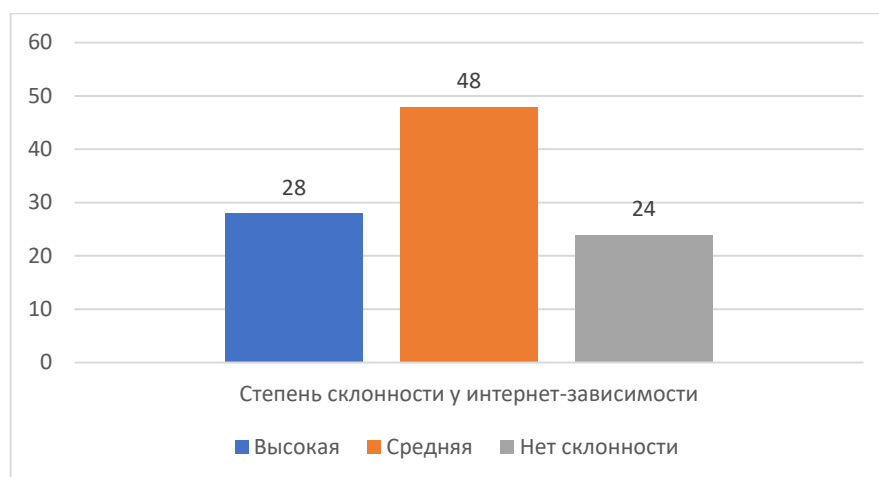


Рисунок 1 – Результаты констатирующего этапа исследования компьютерной зависимости младших школьников

В сводных таблицах 1,2 и рисунке 1 представлена общая шкала баллов. Исходя из нее, мы видим, что к высокой степени компьютерной зависимости относятся 28 % детей (7 чел.). Эти дети ответили положительно практически на все вопросы, с ними необходимо провести работу по преодолению компьютерной зависимости совместной с родителями. Большинство детей (48 % от общего количества детей, 12 детей) показали средний уровень интернет-зависимости: эти дети ответили положительно на половину вопросов. С данной группой детей важно своевременно провести работу по профилактике компьютерной зависимости. Последняя группа детей показала наименьший риск возникновения компьютерной зависимости: они ответили на все или практически все вопросы отрицательно. Эту группу детей также нельзя упускать из внимания и необходимо также проводить работу по профилактике компьютерной зависимости. Таким образом, мы можем сделать вывод о высоком уровне компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста в экспериментальной группе.

Полученные на констатирующем этапе данные будут учтены при разработке программы работы педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников на формирующем этапе исследования.

С целью выявления эффективности предложенной программы работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста проводился контрольный этап нашего исследования.

Основная задача контрольного этапа заключалась в выявлении динамики уровня компьютерной зависимости у младших школьников после проведенного формирующего этапа экспериментальной работы.

В связи с этим на контрольном этапе проводилась повторная диагностика интернет-зависимости у младших школьников по тем же диагностическим методикам, что и на констатирующем этапе исследования. В ходе контрольного этапа были получены результаты, описанные нами далее.

В диагностических таблицах представлены результаты выявления уровня интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста на контрольном этапе нашего исследования (таблица 5).

Таблица 5

Результаты диагностики интернет-зависимости по методике А. Жичкиной на контрольном этапе исследования

№ п/п	Имя ребенка	Количество баллов	Склонность к интернет-зависимости
1	Аня А.	5	Средняя
2	Дима А.	0	Несклонный
3	Карина В.	0	Несклонный
4	Саша Д.	4	Средняя
5	Рустам Е.	0	Не склонный
6	Ева З.	0	Не склонный
7	Семен Ку.	0	Не склонный
8	Матвей М.	4	Средняя
9	Андрей Н.	3	Средняя
10	Варя П.	3	Средняя
11	Роман С.	0	Не склонен
12	Диана Т.	6	Высокая
13	Артем Т.	4	Средняя
14	Юля У.	0	Несклонный
15	Арина У.	0	Несклонный
16	Ира Ф.	0	Несклонный
17	Слава Х.	3	Средняя

18	София Х.	7	Высокая
19	Тимур Ц.	4	Средняя
20	Саша Ч.	1	Несклонный
21	Даша Ш.	3	Средняя
22	Артур Щ	6	Высокая
23	Василина Ю.	4	Средняя
24	Люба Ю.	1	Несклонный
25	Таня Я.	4	Средняя

Обобщим полученные результаты с помощью таблицы ниже (таблица 6).

Таблица 6

Результаты контрольного этапа исследования компьютерной зависимости младших школьников

Уровень	ЭГ	
	Количество (чел.)	В %
Высокая степень интернет-зависимости	3 чел.	12 %
Средняя степень интернет-зависимости	11 чел.	44 %
Несклонные к интернет-зависимости	11 чел.	44 %

Представим результаты контрольного этапа нашего эксперимента с помощью диаграммы (рисунок 2).

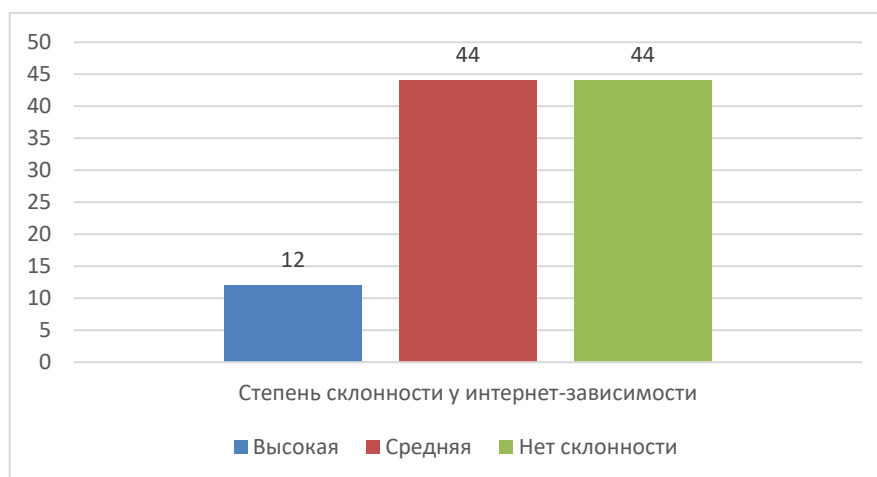


Рисунок 2 – Результаты контрольного этапа исследования компьютерной зависимости младших школьников

В сводных таблицах 5,6 и на рисунке 2 представлена общая шкала баллов. Исходя из нее, мы видим, что к высокой степени компьютерной зависимости относятся 12 % детей (3 чел.). Большинство детей (44% от общего количества

детей, 11 детей) показали средний уровень интернет-зависимости: эти дети ответили положительно на половину вопросов. Последняя группа детей показала наименьший риск возникновения компьютерной зависимости (44 %): они ответили на все или практически все вопросы отрицательно.

Сравним полученные данные с данными констатирующего этапа нашего исследования с помощью диаграммы (рисунок 3).

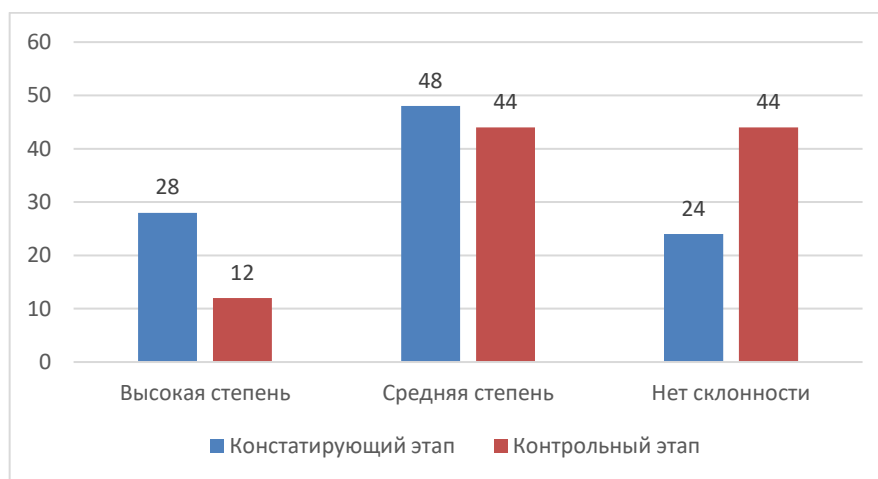


Рисунок 3 –Сравнение уровней компьютерной зависимости у детей экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

Как мы видим, данные контрольного этапа нашего исследования значительно лучше, чем данные констатирующего этапа. Количество детей с высокой степенью интернет-зависимости уменьшилось на 16 % (4 чел.) и теперь составляет 28 % (7 чел.) от общего количества детей. Число детей, не имеющих склонности к интернет-зависимости увеличилось на 20 % (5 чел.) и составляет теперь 44 % (11 чел.) от общего количества детей экспериментальной группы.

Таким образом, мы подтвердили выдвинутое нами предположение. Мы видим положительную динамику на протяжении всего исследования: данные контрольного этапа эксперимента значительно выше данных констатирующего этапа. Преодоление компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста возможно при правильно организованной работе педагога по профилактике компьютерной зависимости.

Выводы по второй главе

В результате проведения экспериментальной работы по изучению компьютерной зависимости у младших школьников мы пришли к следующим выводам:

Для исследования уровня сформированности компьютерной аддикции детей младшего школьного возраста мы провели анкетирование родителей и выявили их отношение к данной проблеме, а также провели диагностику по исследованию склонности к интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста по методике «Шкала Интернет-зависимости» Анастасии Жичкиной. В результате проведения данного диагностического обследования мы выяснили, что большинство детей младшего школьного возраста в экспериментальной группе имеют интернет-зависимость в различных степенях – к высокой степени интернет-зависимости относятся 28 % детей (7 чел.), к средней степени интернет-зависимости относятся 48 % (12 чел.).

Мы составили и экспериментально апробировали программу работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста, в которую включили два раздела: программа для детей младшего школьного возраста по профилактике компьютерной зависимости, программа по включению родителей в работу по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста. Данную программу мы разрабатывали на три месяца.

Мы провели повторную диагностику на предмет уровня склонности детей младшего школьного возраста к интернет-зависимости и выяснили, что в экспериментальной группе наблюдается положительная динамика по отсутствию компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста: количество детей с высокой степенью интернет-зависимости уменьшилось на 16 % (4 чел.) и теперь составляет 28 % от общего количества детей, число детей, не имеющих склонности к интернет-зависимости увеличилось на 20 % (5 чел.) и составляет теперь 44 % от общего количества детей.

Заключение

Теоретическое и экспериментальное исследование работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников позволило нам заключить следующее:

1. Термин компьютерной зависимости появился относительно недавно, примерно в девяностых годах прошлого столетия. Компьютерная зависимость — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера, приводящим к резкому сокращению всех остальных видов деятельности. Проблема компьютерной зависимости изучалась такими авторами, как В. Абраменкова, А.Е. Войскунский, В.А. Бурова, А.Ю. Егоров, С.В. Лободина, А.Н. Ивлева, К. Янг и др.

2. Выделяют четыре стадии развития компьютерной зависимости у младших школьников: стадия легкой увлеченности, стадия сильной увлеченности, стадия зависимости и стадия привязанности. Компьютерная зависимость может принимать 2 формы: социализированную (поддерживаются контакты с социумом, в основном с такими же игроманами, с которыми зависимый человек любит играть вместе) и индивидуализированную (нарушается взаимодействие человека с окружающим миром, он играет в одиночку, потребность в игре по значимости приравнивается к физиологическим). Компьютерная аддикция имеет два направления: компьютерные игры и интернет.

3. Профилактика компьютерной зависимости среди детей младшего школьного возраста должна быть ориентирована на повышение их интереса к различным сферам современного досуга, на подготовку психики детей к противодействию негативным воздействиям компьютерных игр, на помощь детям осознать их образовательные и культурные потребности и способы их удовлетворения с помощью компьютера; информирование детей и их родителей о негативном влиянии компьютерных технологий; уменьшение интереса детей к компьютерным играм, а также организацию социально-общественного

противодействия формированию игровой зависимости у детей как ресурса нации и государства.

4. Для исследования уровня сформированности компьютерной аддикции детей младшего школьного возраста мы провели анкетирование родителей, а также провели диагностику по исследованию склонности к интернет-зависимости у детей младшего школьного возраста по методике «Шкала Интернет-зависимости» Анастасии Жичкиной. В результате проведения данной диагностики мы выяснили, что большинство детей экспериментальной группы имеют высокую и среднюю степени интернет-зависимость

5. Мы составили и экспериментально апробировали программу работы педагога по профилактике компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста, в которую включили два раздела: программа для детей младшего школьного возраста по профилактике компьютерной зависимости, программа по включению родителей в работу по профилактике компьютерной зависимости детей младшего школьного возраста. В результате проведения повторной диагностики на предмет уровня склонности детей младшего школьного возраста к интернет-зависимости и выяснили, что в экспериментальной группе наблюдается положительная динамика: количество детей с высокой степенью интернет-зависимости уменьшилось на 16 % (4 чел.), число детей, не имеющих склонности к интернет-зависимости увеличилось на 20 % (5 чел.).

Таким образом, в нашем исследовании цель достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена.

Дальнейшим направлением исследования может стать разработка и реализации программы работы педагога по профилактике других видов зависимого поведения.

Библиографический список

1. Абраменкова, В. Ребёнок в «заякранье». Кромешный мир компьютерных игр / В. Абраменкова. – М.: Лепта Книга, 2009. – 112 с.
2. Абраменкова, В.В. Социальная психология детства: развитие отношений ребенка в детской субкультуре/ В.В. Абраменкова. – Москва-Воронеж. – 2000. – 106с.
3. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов/ Г.С. Абрамова. –4-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2012.
4. Аветисова, А.А. Психологические особенности игроков в компьютерные игры / А.А. Аветисова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2011. — Т. 8. — № 4.
5. Азарова, Р.И. Досуг современной молодежи/ Р.И. Азарова // Внешкольник. – 2003. - № 10. – 128с.
6. Васильева, И.Л. Психолого-педагогическое сопровождение интернет-зависимых в юношеском возрасте / И.Л. Васильева. – Уфа, 2010. – 72 с.
7. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета / А.Е. Войскуновский // Психологический журнал, 2004. — Т. 25. — № 1.
8. Дубровина. И.В. Практическая психология образования: учеб. пос. для студ. вузов / И.В. Дубровина. – СПб.: Питер, 2009. – 592 с.
9. Жичкина, А.Е. Взаимосвязь идентичности и поведения в интернете пользователей юношеского возраста: Автореф. дис. на соиск. учён. степ. канд. психол. Наук / А.Е. Жичкина. – М., 2001.
10. Жукова, М.В. Компьютерная зависимость как один из видов аддиктивной реализации / М.В. Жукова // Вестник Челябинского государственного университета, 2013.- Выпуск 11.
11. Зорин, К.В. «Одержимые». ЗАВИСИМОСТЬ: компьютерная, игровая, никотиновая / К.В. Зорин. – М.: Русский Хронографъ, 2008. – 256 с.

12. Елкина, А.Е. Особенности компьютерной зависимости у младших школьников / А.Е. Елкина // Молодой ученый. — 2017. — №20. — С. 394-396.
13. Ефремова, А.А. Проблема компьютерной зависимости и пути ее решения / А.А. Ефремова// Научное сообщество студентов XXI столетия. ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ: сб. ст. по мат. XXVI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 11(25). URL: [http://sibac.info/archive/technic/11\(25\).pdf](http://sibac.info/archive/technic/11(25).pdf) (дата обращения: 20.11.2017)
14. Иванов, М.С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека / М.С. Иванов // Психология зависимости: хрестоматия. – Мн.: Харвест, 2004. – 435 с.
15. Ивлева, А.Н. Профилактика компьютерной зависимости в подростковом возрасте (социально-психологические аспекты): учебно-методическое пособие / А.Н. Ивлева, З.А. Аксюткина. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2009. – 94 с.
16. Кикоин, Е.И. Младший школьник: возможности изучения и развития / Е.И. Кикоин. – М.: Просвещение, 2009. – 89 с.
17. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер/ В.И. Ковалько. – Москва. Вако, 2007. – 145 с.
18. Краснова, С.В. Как справиться с компьютерной зависимостью / С.В. Краснова. – М.: Эксмо, 2012. – 89 с.
19. Кулагина, И.Ю. Младшие школьники: особенности развития / И.Ю. Кулагина. – М.: Эксмо, 2009. – 176 с.
20. Курганский, С.М. Организация досуговой деятельности младших школьников/ С.М. Курганский //Завуч начальной школы. – 2004. – № 6.– 89 – 113с.
21. Литвиненко, О.В. Психологические детерминанты компьютерной игровой зависимости и особенности её психопрофилактики: Автореф. дис. на соиск. учён. степ. канд. психол. наук / О.В. Литвиненко. – СПб., 2008.
22. Лобастова, Е.И. Особенности проявления и профилактика игровой компьютерной зависимости младших школьников / Е.И. Лобастова, С.С. Быкова //

Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 32. – С. 41–45.
– URL: <http://e-koncept.ru/2015/95545.htm>.

23. Ломтева, Т. Большие игры маленьких детей / Т. Ломтева. – Изд. “Дрофа – плюс”. – Москва, 2005. – 156 с.

24. Макс, В.А. Компьютерная зависимость у подростков/ В.А. Макс // Молодой ученый. — 2014. — №7. — С. 272-274.

25. Малкова, Е.Е. Клинико-психологические феномены формирования компьютерной зависимости у современных подростков /Е.Е. Малкова, Н.И. Калин. // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2012. - N 4 . – с. 15.

26. Мураткина, Ю.Н. Взаимосвязь компьютерной зависимости и совладающего поведения подростков: Автореф. дис. на соиск. учён. степ. канд. психол. наук / Ю.Н. Мураткина. – Сургут, 2010. – 25 с.

27. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / С. В. Мухина. – М.: Академия, 2007. – 452 с.

28. Немов, Р.С. Психология. Книга 1: Основы общей психологии / Р.С. Немов. – М.: Просвещение, 2009. – 398 с.

29. Некрасова, З. Как оттащить ребёнка от компьютера и что с ним потом делать / З. Некрасова, Е. Некрасова. – М.: ООО Издательство «София», 2008. – 256 с.

30. Новосельцев, В.И. Компьютерные игры: детская забава или педагогическая проблема?/В.И. Новосельцев //Директор школы. – 2003. - № 9 - 13-18с.

31. Осипова, А.А. Общая психокоррекция:учеб. пос. для студ. вузов / А.А. Осипова. – М.: Сфера, 2000. – 512 с.

32. Оськина, Н.Р. Профилактика интернет-аддикции у детей младшего школьного возраста/ Н.Р. Оськина. – Начальная школа плюс до и после. – 2012. - № 12. – С. 12-19.

33. Прибылова, Ю.О. Психологические проблемы современных школьников в области информационных технологий/ Ю.О. Прибылова//Естествознание в школе. – 2005.-№ 4.– 35-39с.

34. Подласый, И.П. Педагогика начальной школы / И.П. Подласый. – М.: Владос, 2000. – 176 с.
35. Рерке, В.И. Психологические аспекты проявления и коррекции игровой компьютерной зависимости у младших школьников / В.И. Рерке // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2016. - № 1. – С. 27-31.
36. Рубцов, В.В. Ученик за компьютером: что можно, что нельзя / В.В. Рубцов // Основы социально-генетической психологии.– М.: Воронеж, 2006. – 23 с.
37. Савинова, С.Ю. Компьютерная зависимость подростка как психолого-педагогическая проблема / С.Ю. Савинова, Т.И. Олешко // Студенческая наука XXI века: материалы XII Междунар. студенч. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 25 янв. 2017 г.). — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017. — № 1 (12). — С. 209–210.
38. Сластенин, В.А. Педагогика: учебное пособие для студентов педагогических учебных заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, А.И. Мищенко, Е.Н. Шиянов. – М.: Школа-Пресс, 2007. – 202 с.
39. Трафимчик, Ж.И. Зависимость от компьютерных игр: причины формирования, особенности и последствия влияния на личность / Ж.И. Трафимчик // Вестник БГУ. Серия 3.– 2010. – №2. – С. 42-45.
40. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс]. – URL:<http://минобрнауки.рф/documents/922> (дата обращения: 19.02.16).
41. Федоров, А.В. Школьники и компьютерные игры с "экранном насилиям" / А.В. Федоров // Педагогика. – 2004. - № 6. – 56-58 с.
42. Фортова, Л.К. Игровая и оккультная аддикция: механизмы формирования и коррекции / Л.К. Фортова, С.А. Завражин. Учебное пособие. – М.: МСЭУ. – 2004. – 90с.
43. Фролов, В.А. Педагогические условия профилактики виртуальной аддикции старших школьников: дис. ... канд. пед. наук /В.А. Фролов. – М., 2010. – 238 с.
44. Цой, Н.А. Низкий самоконтроль как один из детерминирующих социальных факторов феномена интернет-зависимости / Н.А. Цой // Журнал

социологии и социальной антропологии. Том XIV. — № 4 (57). — 2011. — С. 72-85.

45. Чудинова, В.П. Социализация ребенка и медиа/ В.П. Чудинова//Школьная библиотека. — 2004. - № 4 – 14-18 с.

46. Шавыркина, Е.В. Особенности проявления игровой зависимости в школьном возрасте / Е.В. Шавыркина// Гуманитарные науки и образование. — 2010. — №1. — С. 71-73.

47. Юрьева, Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. — Днепропетровск, 2006. — 196 с.

48. Яманова, Т. Новый вид наркомании/ Т. Яманова //Аргументы и факты. Семейный совет. — 2004. - № 17 (234). С. 22-24.

Приложение

Приложение 1

Анкета

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты!

1. Проводит время за компьютером ежедневно, не пропуская ни дня

2. Включая компьютер, утрачивает ощущение времени

3. Никогда не встает из-за компьютера, не завершив игру

4. Принимает пищу возле монитора компьютера

5. Не соглашается с вашим утверждением, что слишком много времени занят компьютером

6. Не заканчивает игры, пока не достигнет желаемого уровня

7. Слишком сильно гордится результатами и достижениями в играх и сообщает о них всем окружающим

8. Не делает уроки, не слушает замечания

9. Если компьютер сломался, сильно раздражается

10. Если взрослые отсутствуют дома, все время проводит за компьютером

Большое спасибо!

Тренинг для детей по теме: «Профилактика компьютерной и игровой зависимости»

Цель: проинформировать детей о проблемах, связанных с повышенным интересом к телевизору, компьютеру, побудить детей к полноценному общению со своими сверстниками, родителями.

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 неосознаваемому 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, – слышался голос бабушки.

– Ба, отстань, – попросил мальчик. – У меня земля погибает. Инопланетяне ворвались в город.

– Я сейчас выключу электричество и всех твоих врагов сразу уберу, – 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 поедem.

– Но ты слишком слабый, – попыталась возразить доктор.

– Слово мужчины нарушать нельзя, – подмигнул папа сыну.

Компьютерная зависимость: вопросы для беседы

Почему мальчик не мог оторваться от компьютера?

Почему мальчику стало скучно жить в компьютерном мире?

Расскажи о том, что человек не может сделать без компьютера.

Расскажи о том, что компьютер не может дать человеку.

Легко ли тебе прервать интересную игру на компьютере, если надо делать другие дела?

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 проведём 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.

Памятка для родителей «Рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников»

1. Общайтесь со своим ребенком «на одной волне». С самого раннего детства делайте его своим союзником в семейных делах. Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы. Беседуя с ребенком, спрашивайте его мнение. Ежедневно рассказывайте, как прошел ваш день, спросите, что было интересного в его жизни. Помните, что для ребенка очень важно, как воспринимают его самые близкие люди. Это основа самооценки, и при таком стиле общения она будет оставаться адекватной.

2. Говорите с ребенком об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несет в себе энергию разрушения, уничтожения, деградации личности.

3. Ознакомьте ребенка с временными нормами использования компьютера (ведь все хорошо в меру). Ограничьте время, проводимое ребенком за компьютером, и не позволяйте ему играть в компьютерные игры за 1,5-2 ч до сна и особенно ночью.

4. Осуществляйте "цензуру" компьютерных игр и программ. Научите ребенка использовать компьютер и Интернет в помощь учебе. Следите, в какие игры играет ребенок. Старайтесь держать в домашнем компьютере игры, развивающие логическое мышление. Они могут быть не менее интересными, чем «бродилки» и «стрелялки». Если вы заметили, что ребенок начинает разговаривать с персонажами игр, прекратите игру.

5. Старайтесь развивать в ребенке другие интересы, кроме компьютерных игр. Секция или студия может быть любой направленности, главное, чтобы в жизни ребенка появился какой-либо интерес, будь то театр, космос... Обязательно ходите всей семьей в театр, музеи, кафе, выезжайте на пикники. Посещайте другие города, чтобы зарядиться новыми впечатлениями и запастись приятными воспоминаниями.

6. Приобщайте ребенка к домашним обязанностям.

7. Культивируйте семейное чтение.
8. Контролируйте круг общения ребенка, приглашайте его друзей в дом.
9. Знайте место, где ребенок проводит свободное время.
10. Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребенка.
11. Научите способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых состояний.
12. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к традиционным играм.
13. Не разрешайте выходить в Интернет бесконтрольно.
14. Не забывайте, что родители - образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка.
15. Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор? Ваше освобождение – лучший рецепт для профилактики зависимости у вашего ребенка.