

Профилактика игровой и медиазависимости учащихся

Активный рост компьютерных технологий в настоящее время накладывает отпечаток на воспитание личности современного ребенка. Мощный поток новой информации, распространение компьютерных игр и социальных сетей заполняют воспитательное пространство, в котором находятся дети.

Компьютер, мобильный телефон, планшет уже давно стали частью жизни современного человека. Эти технические средства значительно изменили всю социальную среду: с одной стороны, это позволило упростить жизнь современному человеку, в том числе и ребёнку, но с другой стороны, появилось немало новых проблем, среди которых — игровая компьютерная и интернет-зависимость детей и подростков. Именно они могут помешать ребёнку развить в себе творчество, интеллект, умение строить глубокие отношения и преодолевать трудности, а также негативно сказаться на нравственном воспитании.

Мозг человека, систематически попадая в определённую ситуацию, приспосабливается к ней. Компьютерные игры, яркие фильмы, и другие «медиапродукты» вызывают у человека различные сильные эмоции, от которых он со временем может стать зависимым. Дети и подростки особенно уязвимы для такой зависимости. Что же мы, взрослые, можем сделать? Как организовать жизнь ребёнка, чтобы технические средства помогали ему развиваться, но не владели им?

Организуемые профилактические работы должны быть ориентированы, как на саму личность школьника, так и на основные сферы, в которых реализуется его жизнедеятельность: семью, образовательное учреждение, а также и досуговые общности, включая микросоциальное окружение ребенка. Посредством организации среды возможно защитить личность школьника, предупредить формирование зависимостей, в том числе игровой и медиазависимости.

В МБОУ «Щекинская СОШ» разработана Программа по профилактике компьютерной зависимости среди младших школьников и подростков. Целью данной программы является: профилактика игровой и медиазависимости учащихся, а также изменение ценностного отношения учащихся к окружающей действительности.

В ходе реализации программы решаются такие задачи, как проведение диагностики по выявлению степени зависимости младших школьников и подростков от компьютерных игр и медиаресурсов, предоставление информации родителям о негативных последствиях компьютерной зависимости, а также увеличение интереса детей к различным сферам досуговой деятельности.

Эффективность и положительные результаты реализации данной программы можно отследить по таким показателям, как:

- информированность родителей в области влияния компьютерных технологий на досуговую, учебную и профессиональную деятельность человека;
- уменьшение процента детей, увлечённых компьютерными играми и медиаресурсами;
- увеличение интереса детей к различным сферам досуговой деятельности (учащиеся стали посещать кружки танцев, рисования, технического творчества, спортивные секции, занятия внеурочной деятельности).

Таких результатов возможно добиться только путём слаженной, совместной работы общеобразовательного учреждения, родителей и самих детей. Поэтому работа по профилактике компьютерной зависимости среди младших школьников и подростков разбита на два блока: «Работа с родителями» и «Работа с детьми».

В ходе реализации блока «Работа с детьми» учителем информатики, а также классными руководителями ведётся очень большая работа: в начале с учащимися проводится анкетирование, которое позволяет определить предпочтения и степень увлечённости как младших школьников, так и подростков компьютерными играми и

медиаресурсами. После обработки результатов анкетирования в зависимости от возраста учащихся учителем информатики во время классных часов, общешкольных мероприятий и уроков информатики проводятся беседы, такие как «Роль компьютера в твоей жизни», «Мир виртуальный и мир реальный», «Компьютерные игры в твоей жизни», «Компьютер – друг или враг?», «Суд над компьютерными играми» и другие.

Очень интересно и увлекательно проходят ежегодные открытые уроки в конце сентября среди учащихся начальной и старшей школы, которые посвящены компьютерной безопасности. На них ребятам предлагается ряд видеороликов «Детская интернет-зависимость и её последствия», «Дикий мир Интернета», «Интернет-зависимость - Чума XXI века». Просмотрев и обсудив их, учащиеся знакомятся с правилами пользования Интернет-ресурсов, рациональным использованием рабочего времени при работе за компьютером, правилами сетевого общения.

Выполняя с учащимися на уроках информатики учебные проекты и практические работы с основными приложениями компьютерных программ Microsoft Office: Excel, Word, PowerPoint, Publisher, Paint и др., стараюсь подбирать материал по данной проблеме. Например, в 5 классе по теме «Работа в графическом редакторе», предусмотрено выполнение рисунка на тему «Безопасный Интернет». В 6 классе при изучении тем «Табличные и информационные модели» и «Графики и диаграммы» предлагаю учащимся заполнять таблицы данными статистики по использованию сети Интернет младшими школьниками и подростками, результатами анкетирования учащихся по использованию компьютера в свободное время. Такая работа даёт возможность учащимся самим проанализировать данные и сделать необходимые выводы.

В 8-11 классах, работая над учебными проектами, учащиеся выполняют презентации, буклеты и бюллетени для младших школьников и своих сверстников освещая следующие вопросы: «Признаки компьютерной зависимости», «Классификация интернет-зависимости», «Компьютер – друг или враг?». Учащиеся 10-11 классов ежемесячно публикуют в школьной газете «Школьные вести» статьи и памятки для младших школьников по безопасному использованию компьютера в свободное время.

С большим интересом уже в третий раз учащиеся принимают участие в международном квесте по цифровой грамоте «Сетевичок», который проводится в рамках группы конкурсов, входящих в Национальный рейтинг молодежи "Страна молодых". В ходе данного мероприятия у ребят формируются компетенции цифрового гражданина для успешной и безопасной жизни и учебы в сети.

Организуя мероприятия блока «Работа с родителями», также в первую очередь мы проводим тестирование родителей по темам «Компьютерные игры - что это?», «Что вы знаете о виртуальном мире?» и анкетирование, которое позволяет определить информированность родителей о свободном времяпровождении их детей, тематике медиаресурсов и содержания компьютерных игр, которые используют учащиеся.

После анализа проведённых тестов и анкетирования работа с родителями строится по конкретным выявленным проблемным вопросам.

Так, ежегодно проводится общешкольное родительское собрание «Осторожно, дети в Интернете!», где наиболее подробно освещаются вопросы безопасного пользования компьютером, приводятся цифры статистики игровой и медиазависимости младших школьников и подростков, а также даются рекомендации родителям о регламентации времени, проводимом детьми за компьютером, контроле посещённых Интернет-ресурсов, путём установки программ-фильтров таких, как Kaspersky Internet Security, NetPolice, Интернет Цензор.

Среди родителей учащихся начальных классов в начале учебного года проводятся тренинги «Компьютерная безопасность», «Компьютер и здоровье детей», в ходе которых родители могут побыть в роли своих детей и попробовать свои силы в

простейших компьютерных играх. Тем самым взрослые могут ощутить на себе увлечённость игрой, заманчивость игровых сюжетов, что в дальнейшем может привести к игровой зависимости, а так же ухудшению психического и физического здоровья, зрения, раздражительности и многим другим негативным влияниям. По завершению таких тренингов родителям выдаются буклеты: «Признаки компьютерной зависимости», «Семейные факторы, способствующие возникновению и развитию у младших школьников гейминга (компьютерных игр) и сетеголизма (Интернет-зависимости)».

Очень интересно и увлечённо проходят с родителями старшеклассников круглые столы: «Суд над компьютером», «Компьютер – друг или враг?», ролевая игра «Дети и компьютер», в ходе которых оживлённо проходят споры родителей за положительные и отрицательные стороны использования компьютера и Интернет-ресурсов. В результате таких мероприятий родители самостоятельно разрабатывают свод правил по теме «Дети и Интернет».

Таким образом, сложный и длительный процесс профилактики компьютерной зависимости основывается на сочетании различных методов и средств воспитания. Процесс включает в себя поэтапность работы учителя и родителей с детьми. Для целостного решения проблемы формирования здорового образа жизни учащихся, необходимо предпринимать своевременные меры по профилактике и предупреждению зависимости учащихся от компьютерных игр, начиная с младшего школьного возраста проводить активную работу по просвещению родителей учащихся, обеспечивая активное включение детей и их родителей в различные виды деятельности.