

Смирнов Сергей Александрович

старший преподаватель

Попёнова Анастасия Андреевна

студентка

Борисова Александра Владимировна

студентка

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный

педагогический университет им. К. Минина»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

DOI 10.31483/r-97162

ВЛИЯНИЕ КИБЕРСПОРТА НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** в статье рассмотрено понятие киберспорта, а также его влияние на подрастающий организм, определены основные особенности данного вида спорта. Актуальность исследования обусловлена тем, что киберспорт становится все популярнее в современном мире, привлекает всё больше школьников, поэтому появляется необходимость понимания и осознания ими влияния данного вида спорта на их психологическое и физическое здоровье, возможные последствия. Результатом исследования является разработка внеклассного мероприятия и буклета для школьников, с целью формирования полного представления о киберспорте.*

***Ключевые слова:** киберспорт, киберспортсмены, спорт, соревнование, Интернет, игровая зависимость.*

Информационный мир развивается с огромной скоростью. Некогда привычные нам вещи уходят из повседневного обихода и заменяются другими новыми возможностями. Давайте взглянем на спорт. Киберспорт стал неотъемлемой частью жизни любого человека в XXI веке. Сотни людей выбирают эту профессию и посвящают ей всю свою жизнь, компьютерная игра становится

спортзалом, а игрок за компьютером тренируется и принимает участие в соревнованиях, стремится к победе, совершенствует свои способности, как представитель любого традиционного вида спорта.

Особую тревогу у родителей вызывает увлечение подростков социальными сетями и компьютерными играми. Зависимость от компьютера, вред здоровью, снижение мотивации к обучению, потеря контактов со сверстниками в реальном мире, именно с такими сложностями пришлось столкнуться людям в XXI веке. Какого же влияние на организм такого образа жизни и влечение к такому виду спорта?

В.В. Панкина и Р.Т. Хадиева в своей статье «Киберспорт как феномен XXI века» указывают, что киберспорт нацелен на то, чтобы выявить наиболее успешного игрока-спортсмена в той или иной дисциплине, оценить его уровень понимания игрового процесса и мастерства. Также авторы указывают то, что согласно проведенным исследованиям, современные киберспортсмены могут похвастаться скоростью реакции, значительно превышающей её же у среднестатистического человека, а помимо этого они способны делать до 300 осознанных нажатий по клавиатуре в минуту. Игры тренируют и умение в максимально короткие сроки принимать решения, стратегически мыслить, выбирать тактику.

Однако многие психологи и врачи предупреждают родителей о пагубном воздействии на организм излучения компьютера, отрицательного влияния игр на психику ребенка, появился термин «игровая зависимость». Клинический психолог Лиана Тимофеева в своей статье «Игромания» дает такое определение данному термину: это патологическое пристрастие человека к азартным или компьютерным играм, сопровождающееся серьезными психическими и физическими нарушениями. Психолог указывает такие последствия данного феномена, как: потеря аппетита; бессонница; головные боли; нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Цель данной исследовательской работы – изучить понятие киберспорта, его влияние на детей школьного возраста, разработать буклет на тему «Кибер-

спорт», а также внеклассное мероприятие, направленное на ознакомление детей с данным видом спорта, его особенностями и возможностями, влиянием на физическое и психологическое здоровье школьников, и способствующее формированию полного представления о киберспорте.

В ходе данного опроса мы пришли к выводу о том, что многие дети школьного возраста (11–17 лет) знают, что такое киберспорт и активно им занимаются. Также стоит отметить, что 57% школьники уверены, что увлечение киберспортом способствует в выборе будущей профессии и благоприятно сказывается на развитии логического мышления. 64% детей были бы рады, если бы в России появились киберспортивные школы. На главный вопрос о пользе вреде киберспорта на психику молодого поколения, 60% учащихся ответили, что если соблюдать меры предосторожности и все правила, то негативных последствий можно избежать.

Данные опроса, проводимого среди учащихся 5–11 класса МБОУ «Гимназии №4 им. А.С. Пушкина», по теме «Киберспорт» (рис. 1).

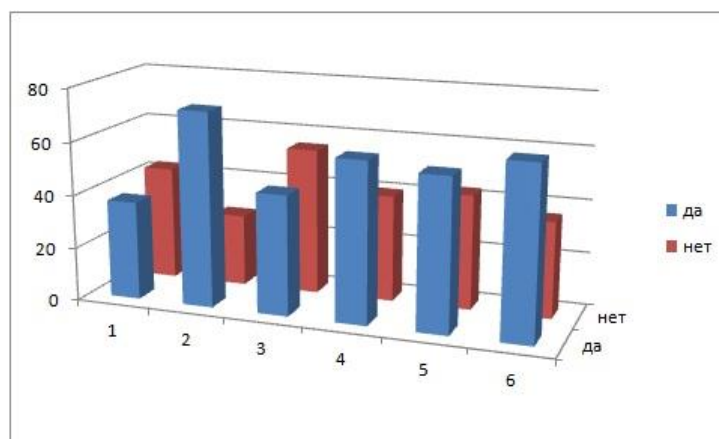


Рис. 1

Внеклассное мероприятие – классный час на тему «Киберспорт и его особенности» содержит в себе опрос детей по данной теме, а затем рассказ учителя о значении киберспорта и его влиянии на организм школьника, и также задания, которые помогут детям закрепить пройденный материал, например, деление на 2 команды, чтобы определить положительные и отрицательные воздействия данного вида спорта. Задачей классного часа является формирование у

школьников полного представления о понятии киберспорт и его влиянии на организм человека.

В качестве информационно-раздаточного материала нами был создан буклет на тему исследования, который может быть использован для закрепления материала.

Киберспорт

Киберспорт – это командные и индивидуальные соревнования по компьютерным играм.



Цель:
Киберспорт нацелен на то, чтобы выявить наиболее успешного игрока-спортсмена в той или иной дисциплине, оценить его уровень понимания игрового процесса и мастерства.

Меры предосторожности:

1. Выполнять физические упражнения в перерывах между играми;
2. Выполнять зарядку для глаз после каждых 30 минут;
3. Не играть в игры более 40 минут в день;
4. Сидеть на допустимом расстоянии от компьютера;
5. После игры за компьютером следует выходить на улицу.

Немного истории:

- Уже в первых видеоиграх существовали режимы, в которых люди могли соревноваться друг с другом, а не с компьютером. Например, в 1958 году вышла игра Tennis for Two, в которой два человека могли перебрасываться виртуальным теннисным мячом.



Tennis for Two

- В 1972 году 24 студента Стэнфордского университета решили провести турнир по игре Spacewar. В 1990-х индустрия компьютерных игр начала расти. Появилось много шутеров, по которым постоянно проводились мелкие соревнования.



Spacewar



Статистика

Попенкова Анастасия и Борисова Александра решили выяснить как дети школьного возраста относятся к кибер спорту мы провели исследование на детях разного возраста от 12 до 17 лет. Опрос проводили в МБОУ «Гимназия 4 имени А.С.Пушкина». Данный опрос показал такие результаты:

1) Играете ли вы в компьютерные игры, если да, то, как часто



2) Знаете ли вы что такое киберспорт?



Влияние киберспорта на детей

- **Положительное влияние киберспорта на детей школьного возраста:**
 1. Повышение скорости реакции;
 2. Умение в максимально короткие сроки принимать решения, выбирать тактику, оценивать возможность, предугадывая дальнейшие шаги оппонента или же соперника;
 3. Формирование стратегического мышления;
 4. Формирование лидерских качеств;
 5. Умение работать в команде.
- **Негативное влияние киберспорта на детей школьного возраста:**
 1. Сильное влияние на психику ребенка;
 2. Формирование «игровой зависимости»;
 3. Возможность появления физических отклонений: потеря аппетита, бессонница, головные боли, нарушения работы сердечно-сосудистой системы;
 4. Формирование замкнутости ребенка в себе.

Киберспорт



Попенкова А.А.
Борисова А.

Рис. 2

Список литературы

1. Лебедев И.Б. Кибернетическая лудомания – новая область психологических исследований криминальной агрессии подростков / И.Б. Лебедев, Т.П. Филатова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2013. – №1 (52). – С.55–59.
2. Кто круче, или История киберспорта. – 2011. – Ч. I. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gamer.ru/cybersport/kto-kruche-ili-istoriy>
3. Киберспорт // Википедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Киберспорт>
4. Киберспорт, экодвижение: какие инициативы предлагают школьникам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.gazeta.ru/social/2020/09/17/13254463.shtml>
5. Тимофеева Л. Игромания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.vperemen.com/igromaniya/#_04
6. Панкина В.В. Киберспорт как феномен XXI века / В.В. Панкина, Р.Т. Хадиева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kibersport-kak-fenomen-xxi-veka>
7. Буянова А.В. Киберспорт: история становления, современное состояние и перспективы развития / А.В. Буянова, В. Козилина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kibersport-istoriya-stanovleniya-sovremennoe-sostoyanie-i-perspektivy-razvitiya>
8. Снежницкая В.В. Оптимизация учебного процесса по физической культуре на основе использования современных физкультурно-спортивных технологий / В.В. Снежницкая, И.Ю. Бурханова, А.В. Стафеева // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №61–3. С. 271–275.