Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 27 имени

И.А. Курышева»

Интернет в жизни десятиклассников. Положительное и отрицательное влияние.

 Выполнила: ученица 10 А класса Перфильева Злата

 Руководитель: учитель географии Морозова Татьяна Александровна

г.Чита

2023

Содержание:

Введение.…………………………………………………………………………..2

Глава Первая.………………………………………………..……….……………5

Глава Вторая………………………………………………………………………9

 2.1…………………………………………………………………………………9

 2.2………………………………………………………………………………..10

 2.3………………………………………………………………………………..12

 2.4………………………………………………………………………………..15

Заключение. ………………………………………………………………….…..18

Список источников………………………………………………………………20

Введение.

 Актуальность- постановка новых проблем, с целью привлечения внимания общественности.

Интернет является частью жизни современного человека. Сейчас человек не может представить себе жизнь без доступа в интернет и соцсетей. По данным сайта Mediascope доля пользователей интернета в возрасте от 12 до 24 лет в России приблизилась к 100% и составила 97,1% за февраль—ноябрь 2020 года. Интернет в наше время стал центром в различных центрах, таких как науки, информации, обучения и торговли. Со временем сферы интернета прогрессирует, а вместе с этим количество пользователей увеличивается.При этом доступ в интернете имеют разные возрастные группы. Интернет оказывает влияние на все сферы жизни подростка, действует на физическое и умственное состояние. В интернете есть возможность получить образование или просто узнать полезную информацию, но погружение в виртуальный мир не всегда является безопасными.

 Проблема - нерациональное пользование интернетом старшеклассниками.

 Объектом исследования являются интернет.

 Предметом исследования является влияние интернета на десятиклассников.

 Цель: на основе опроса выявить и изучить какое влияние, положительное и отрицательное, выполняет интернет в жизни десятиклассников.

﻿В процессе исследования я буду выполнять следующие задачи:

 1.Используя дополнительные источники расмотреть интернет как зависимость у старшеклассников.

 2. На основе опыта выявить наиболее популярное времяпрепровождение во всемирной сети.

 3. Слелать вывод на основе исследования о влияние интернета.

 Гипотеза: предполагаю, что интернет имеет большое влияние в жизни старшеклассников.

 Основные этапы работы:

1. Подготовительный. Найти проблему и сформулировать тему работы

1. ﻿﻿ указать актуальность;
2. ﻿﻿ по достижению сформулировать цели и задачи;
3. ﻿﻿﻿выбрать оптимальный вариант решения проблемы.

2. Планирование работы.
 1. Выявить, где искать информацию. Определить способы сбора и анализа информации.

1. ﻿﻿Выбрать способ представления результатов работы.

3. Исследование.

 1. Сбор необходимой информации.

 2. Проведения того, что запланировано: опросы.

4. Выводы

 1. Анализ полученной информации.

 2. Выполнить цели и задачи.

5. Отчет и защита работы.

1. ﻿﻿﻿Оформить и подготовить представление результатов своей работы
2. ﻿﻿Проведение защиты работы.

Во время исследования буду использовать:

Эмпирические методы:

* опрос
* ﻿сравнение

Теоретические методы:

* анализ
* обобщение

Теоретическая значимость работы: использовать информацию для освещения ею родителей на собраниях.

Глава 1.

 Интернет на данный момент является неотъемлемой частью жизни современного человека. Благодаря интернету, подростки приобретают знания и социализируются дистанционно. Но всемирная сеть имеет разные направленности и не всегда действует положительно. Для начала разберемся, что такое интернет:

 В настоящее время мало кто не знает, что такое Интернет. Интернет – это глобальная сеть, которая объединяет огромное количество компьютеров по всему земному шару и дает возможность получения доступа к информационным ресурсам.[[1]](#footnote-1) Здесь можно обмениваться информацией, используя разные языки и форматы с пользователей со всего мира. С первого взгляда, интернет безусловно полезен, быстрый поиск информации и огромные возможности значительно освобождают время на нахождение нужной информации.

 К сожалению, пользователи данной сети даже не замечают, сколько времени они проводят в виртуальном мире. Родители часто начинают бить тревогу, когда замечают зависимость ребенка во всемирной паутине. Преобладающая часть жителей 20 века предпочитают проводить большое количество часов online. Окружающие считают данное пристрастие к нереальному миру зависимостью. Рассмотрим данное понятие более раскрыто. Интернет-зависимость – болезнь XXI века. Чаще всего с ней сталкиваются дети и подростки. Проблема возникает при стрессах, недостаточном внимании к ребенку внутри семьи, а также из-за гиперопеки родителей. И привести интернет-зависимость может не только к ухудшению психологического, но и физического здоровья ребенка.[[2]](#footnote-2)

 Наука и практика все ещё находятся в поиске ответов. Под сомнением пока даже само понимание такого феномена, как «интернет-компьютерная зависимость». Ученые-нейробиологи сравнили привлекательность компьютерных игр и привлекательность наркотиков для зависимых людей. Оказалось, что когда обычные геймеры видели изображения из своей любимой игры, их мозг реагировал так же, как мозг наркомана при упоминании о дозе, а именно – выработкой дофамина – гормона «удовольствия». Это дало основание Питеру Уайброу назвать экраны компьютеров «электронным кокаином». Если ребенок испытывает выброс дофамина во время компьютерной игры, а играет он часто, то со временем его организм адаптируется, привыкает к «дозе». Он перестает получать тот же уровень удовольствия и возбуждения, что провоцирует играть все чаще и больше, чтобы получить тот же эффект. Это превращается в порочный «дофаминовый» круг и формирует реальную зависимость на биохимическом уровне.[[3]](#footnote-3)

 В группе максимального риска обычно оказываются дети в возрасте от 14 до 18 лет. Особенности интернет-зависимость у подростков возникает из-за нестабильного гормонального фона. Им также не хватает внимания и одобрения со стороны близких и сверстников. Чаще всего психологи называют следующие причины:

• попытки отстраниться от реального мира из-за отсутствия взаимопонимания со сверстниками. Так ребенок пытается вернуть уверенность в общении, найти единомышленников.

• застенчивости. В виртуальном мире намного проще примерить новый образ, придумать игрового персонажа, изменить внешность, а при навыках работы с графическими программами и выдать себя за ребенка состоятельных родителей.

• агрессии со стороны сверстников. В этом случае у подростка появляется страх признаться родителям в эмоциональном или физическом насилии, но желание найти поддержку заставляет его окунуться в виртуальный мир.[[4]](#footnote-4)

 Симптомы интернет-зависимости схожи с психологическими признаками зависимостей других типов. При длительном отсутствии интернета быстро и часто меняется настроение. Часто подросток пытается оправдать необходимость и пристрастие к гаджетам, а при попытке родителей лишить их возникают конфликты. Кроме пренебрежения к собственному внешнему виду у подростка появляется апатия, нежелание общаться со сверстниками, расстройство внимания.2

 Зависимость, это одно из отрицательных влияний на подростка, рассмотрим и другие, положительное и негативное влияние интернета:

 В старшем подростковом возрасте (ориентировочно 15-16 лет) ключевые потребности — самопознание и самоопределение. Здесь на первый план выходит общение в соцсетях, где можно примерять разные роли и следить за всеми событиями в жизни друзей.

 Разумеется, наряду с положительным влиянием Сети на детей и подростков там их поджидают и опасности: непроверенная или откровенно ложная информация, хамство, мошенничество и другие преступления. Родители ответственны за то, чтобы самим осознавать и обсуждать с детьми возможное влияние онлайн-досуга: такие явления как троллинг, кибербуллинг, интернет-преследование и прочие опасности. У вас может возникнуть желание вовсе оградить ребенка от влияния Сети, но в современном мире это невозможно. Родителям нужно самим формировать у себя навык жизни и работы в цифровом мире, и учить этому молодежь.[3]

 К примеру, на сайте [4] выделяют следующие положительные и отрицательные позиции:

Положительное влияние интернета на жизнь современного человека:

1. Сбор, хранение, доступность и передача ценной информации.

2. Возможность общения с родственниками, поиск дальних родственников, новые знакомства, расширение круга общения.

3. Приобретение товаров и услуг, которые не предоставляются или нет в наличие в городе, котором мы проживаем, или не имеют достойного качества.

4. Возможность ведения своих профессиональных блогов, развитие своего бизнеса с помощью интернет-ресурсов, а именно сайтов, которые приносят целевых или потенциальных клиентов.

5. Успешный бизнес в интернет-сети — это огромный спектр услуг, которые предоставляются в электронном виде, а именно создание сайтов, написание книг для пользователей интернета, продвижение бизнес-сайтов, компаний, корпораций, продажа недвижимости, предоставление посреднических услуг и т. д.

6. Быстрый поиск как работодателей, так и людей различных специальностей, огромное количество объявлений из разных стран и городов мира.

7. И, наверное, стоит заметить, что плюсом также является возможность заявить о своем даре и продавать свои эксклюзивные работы, которые доступны только интернет-пользователям, а их сейчас насчитывается около 100 миллионов посещений в день из разнообразных поисковых систем. Нужно сказать, что всегда найдутся люди по интересам, которым будут интересны ваши работы, ваши высказывания, ваша личность.

8. Огромным плюсом интернета в современном обществе сегодня, является возможность вести активный образ жизни и быть всегда в курсе новых событий, которые происходят в любой точке мира. Мир новых технологий, разработки ученых, научные труды, разнообразие учебных интернет-заведений и это только начало века информационных технологий.

Отрицательное влияние интернета на жизнь современного человека:

1. Наряду с доступной информацией, есть информация, которая разрушает психологию человека, разрушает моральные принципы и христианские устои общества, что пагубно влияет на жизнь современных людей. Мы не будем перечислять все ресурсы, но такие ресурсы, которые несут враждебность, насилие, порочность в отношениях, предложение интимных услуг, явные видео насильственных действий, которые сегодня выкладываются на интернет-площадках, все эта информация, которая должна преследоваться и незамедлительно удаляться.

2. Родственники — это очень хорошо, но здесь нужно заметить небольшой минус, вся информация доступна и все зависит настолько, насколько вы открываете ее для общего доступа, конечно когда мы кого-то ищем, мы стараемся предоставить наиболее полную информацию о себе, но мошенники не спят и сегодня чаще всего мы можем услышать или увидеть, такие моменты, когда люди писали на своих страничках, что уезжают к родственниками и когда приезжали, были огорчены тем, что в их квартире или доме почти ничего не осталось. Наш вам совет будьте очень осторожны и бдительны, старайтесь не предоставлять возможность, чтобы вашими данными воспользовались, ни в коем случае не надо загружать свои паспортные данные, идентификационный код, место проживание и т. д., что могло бы повлиять на доступность информации о вас.

3. Мошеннические действия в отношении продажи товаров и услуг в сети интернет, на которые попадаются неопытные пользователи сети. Огромное количество интернет-магазинов, которые предоставляют некачественную продукцию, а также обманным путем привлекают потенциальных клиентов за счет интернет-аукционов, на которых выставляют свой товар как новый, но когда получаешь его, понимаешь то, что он бывшего употребления. Минус еще в том, что очень затруднительно вернуть свои средства за некачественный товар и отстоять свои права потребителя, которые регулируются законом.

4. Что касается ведения блогов и сайтов профессиональной деятельности, хотелось бы более обширно показать минусы, есть определенные поисковые системы, которые показывают ресурсы и их места в выдаче, если раньше мы видели, как наш блог или сайт стоял в выдаче, к примеру поисковой системы Google, на 20 или 30 месте, то сегодня стоит на 2-3 месте, то это говорит о том, что наш ресурс полезен для людей и поисковые машины показывают его выше всех. Но минус заключается в том, что сегодня все оценивается в средствах, которые были вложены в сайт, а это огромное количество вложений и вложения должны быть целесообразными. Поисковые системы Google и Яндекс сегодня ведут жесткую конкуренцию между собой, но в любом случае Google считается наиболее популярной и качественной поисковой системой, а Яндекс в свою очередь продажной системой, в которой на первых строчках выдачи стоят сайты, заплатившие суммы с шестизначными нулями, но не имеющие ценности для целевых посетителей интернета, а только являются представителями продаж рекламных площадок, зависящий от числа посетителей сайта. Возможно, такая тенденция со временем изменится, но не будем тешить себя надеждами, а просто постараемся из этого минуса сделать плюс, отдавая предпочтение наиболее популярной поисковой системе Google.

5. Создание сайтов, продвижение, написание книг, продажа информации в интернете сегодня имеют большой спрос, но минус в том, что данная ниша сегодня очень конкурентная и для того, чтобы в ней заработать, нужно иметь огромное желание, профессиональные качества и ,как мы говорили выше, большие вложения, вот почему сегодня малый бизнес не имеет развитие, так как большие корпорации заняли должные места, тем самым уничтожая возможность к развитию малого и среднего бизнеса через сеть интернет. Зачастую посреднические услуги не оправдывают ожидаемых результатов, и те вложения, которые были выделены на развитие определенного сайта не приносят успеха, но тут все зависит от вашей креативности и анализа потенциальных интернет-пользователей.

Вторая часть.

2.1.Интернет внедрился в жизнь современного человека, в том числе подростков, поэтому я решила с помощью моего исследование определить, какое влияние он оказывает на моих сверстников. Для полного погружения в моё исследование я провела опрос среди учащихся десятиклассников 27 школы. В опросе приняло участие 50 учеников, вопросы, на которые отвечали ученики, имели следующую формулировку: «Сколько времени вы проводите во всемирной сети?»



 «Где чаще сидите?»

 Результаты опроса помогу определить наиболее посещаемые интернет- платформы и время препровождения в них. Благодаря этим результатам я смогу сформулировать рекомендации для учеников и их родителей по безопасному посещению виртуального мира.

 Рассмотрим диаграмму опроса: «Сколько времени вы проводите в интернете». Наиболее популярны вариантом стало, от 3 до 6 часов, что составило 56,9%. Следующая по наиболее большому количеству проголосовавших, является посещение интернета от шести часов, 35,3%. Наименьшая группа проголосовавших - до трех часов. Следовательно, могу сделать вывод, что большинство подростков превышают рекомендованное время посещения данных пространств. В медицине желательное ограничение 2-3 часа с перерывами на пять или десять минут, через каждые пол часа. Но даже при этом количестве часов, требуется поддерживать физическую активность и необходимое количество часов сна, к примеру, у моей возрастной группы опрашиваемых, это от 8 до 9 часов. Злоупотребляя всемирной сетью, человек подвергает себя опасности стать зависимым.

2.2. На второй диаграмме мы можем увидеть, где молодёжь преимущественно проводит время. Опрошенные в преобладающем количестве посещают социальные сети. Без общения человек не оставался никогда, банально, он бы обезумел, поэтому век современных технологий не исключение. Правда, с новыми изобретением поддерживание разговоров несколько изменилось. Так, в скором будущем расстояние перестало быть помехой для передачи информации. Эволюция письма обеспечивает нас сотовой связью, разными мессенджерами и социальными сетями, где современные человек проводит большое количество своего времени. По опросу можно заметить, что большая часть подростков пренебрегает виртуальным общением. Наверное, вы могли заметить, что социальные сети меняют нас. Если вы хоть раз интересовались коммуникациями людей, то наверняка слышали о парадоксе дружбы. Который гласит, что у человека всегда меньше друзей, чем в среднем у его друзей. Этот парадокс можно отзеркалить на соцсети. На эту тему даже было исследование, Корнеллского университета, в 2012 году. Правда друзья были заменены на такую условную единицу, как подписчики, лайки и комментарии. Имея меньшее количество друзей или реакций на постах пользователи, обобщая, чувствуют себя менее популярными, чем их друзья. Что вызывала сомнения в себе и снижение самооценки. Позже ученые решили проверить, будет ли парадокс «дружбы» работать на «счастье». Выдвигая в начале работы гипотезу, что люди должны чувствовать себя менее счастливыми, чем в среднем их друзья. В конце исследования выделили две группы, счастливую и несчастливую. Парадокс, у счастливых проигрался на 58%, что намного хуже, чем у другой группы, где попадание равнялось 2/3. Поэтому по результатам опроса сделали вывод, что на уровень счастье парадокс «дружбы» не влияет, в отличие от заразительности настроения и сочувствия. Но какие же есть положительные стороны. Первое-это общение. Подростки очень много контактируют, взаимодействуют. И, как не удивительно, получая лайки и сообщения, он чувствует себя более социализированным, что он принадлежит к определенной группе и группа принимает его таким, какой он есть. Но у этого процесса есть и отрицательные стороны. Углубляясь в жизнь социальных сетей, подросток отвыкает от реального общения. Его желание гулять и общаться с друзьями постепенно угасает. Но интернет также является поводом для разговоров. Находясь в этом пространстве, мы узнаем о новостях, мероприятиях , читаем и смотрим видео и мемы. Полученная информация дает возможность находиться «на одной волне». Правда, невозможно разбираться во всех темах и иметь одинаковые интересы. Но во всех сферах жизни есть индивидуумы не уважающие мнения и интересы других людей. Негативно высказываясь в отношении других людей, высмеивая их мнение и поведение, они занимаются кибербуллингом. Хотя травля в интернете менее опасна, чем в жизни, она оказывает влияние на психику ребенка. При массовом буллинге человек может довести себя до самоубийства, у его появляется чувства, что он постоянно под присмотром. Жертва начинает грустить, чувствуя себя неловко и оскорблено, отказывается от своего хобби. Рассказать о своих проблемах и переживаниях становится страшно от последующих насмешек и недопонимания. Важно понимать, что никакое насилие нельзя оправдывать или скрывать. Если вас или вашего знакомого, друга оскорбляют, старайтесь не обращать внимания. Обидчик хочет задеть ваши чувства, чтобы получить реакцию и самоутвердиться за ее счет. Общение с такими интернет-пользователями можно приостановить, заблокировав их, или написать в поддержку ресурса. Подвергаясь унижению, вы всегда можете обратиться за помощью, это могут быть ваши друзья, родители, школьный психолог или соцпедагог. Поделитесь своими переживании с теми, кому доверяете, вам обязательно дадут совет и поддержку. Интернет также может заменить собеседника, если вы не хотите никому рассказывать об случившемся инциденте. Есть множество анонимных онлайн сайтов и горячих линий. Примером может послужить «Твоя территория. Онлайн.», где подростков бесплатно могут проконсультировать по поводу психологических беспокойств. В поиске поддержки вы можете обратиться к «детскому телефону доверия», совершив бесплатный звонок по номеру- 8-800-200-0122. Если травля набирает обороты, можно обратиться к юристу. Защищая свои права, вы можете подать на моральный ущерб. Какие же соцсети популярны на данный момент. В связи с ситуацией между Россией и Украиной, некоторые приложения запретили на территории РФ. Поэтому список наиболее популярных приложений среди россиян претерпел некоторые изменения. Список лидирующих социальных сетей и мессенджеров – WhatsApp и «ВКонтакте», их аудитория самая большая. Сразу за ними по численности ежемесячной аудитории идут Telegram, TikTok и «Одноклассники».[5]

Рассмотрим тройку наиболее популярных социальных пространств.

ВКонтакте - российское приложение, дающее доступ к публикации фото, историй, опросов, видеозаписей и музыки. У данной сети есть посты, есть возможность оценивания, в виде лайков, комментариев или репоста. Здесь можно общаться как текстовыми, так и голосовыми и видео сообщениями. В контакте есть возможность создавать различные группы и сообщества, находя единомышленников. А множества веб-приложений и видеоклипов, заменяют аналогичные интернет-платформы.

Telegram - мессенджер, который дает возможность обмениваться текстом, голосовыми и видео сообщениями, стикерами, делится фотографиями. Можно созваниваться по видео и аудио звонкам; вести различные трансляции в каналах и группах, создавать конференции, за считанные секунды. Функционал приложения расширяют телеграмм боты.

TikTok – это соцсеть, занимающая список самых популярных социальных сетей мира. Приложение быстро набрало популярность, как среди школьников, которые в больше степени посещают его чтобы скоротать время или так называемо «отдохнуть»; так и среди более взрослого населения, которые могут найти здесь и что-то для себя. Разнонаправленность платформы позволяет пользователям найти то, что им нравится. Умные алгоритмы будут рекомендовать видео с понравившиеся направленностью. Удобства на этом не заканчиваются, отличительной чертой являются небольшая длительность клипов ( в среднем занимающая 15-20 секунд), которыми вы можете делиться и обсуждать не выходя из приложения. Помимо просматривания ленты, вы также можете публиковать материал и вести свою страничку. В случае успешного продвижения, вы можете зарабатывать с помощью данной соц. Сети.

Вышеперечисленные сети легки в регистрации, что дает доступ ко многим возрастным группам. Подросток с легкостью может создать аккаунт на любой платформе, при желании обманывая систему и не используя свой реальный возраст. Полезность этих платформ неоспорима, они значительно упрощают возможности общения с друзьями, родственниками. Открываются возможности входить в группы и сообщества интересующей тематики. Ускоряют время поиска необходимой информации, к примеру по саморазвитию. Здесь большое разнообразие видео о спорте, готовки и учению. Позволяют найти потерянные контакты знакомых или завести новые. Но отсюда выливается и опасность подобных платформ. Знакомясь с человеком в сети, мы не можем проверить достоверность личности собеседника, его реальные цели и намерений от общения. Так же интернет не защищает нас от недобросовестных пользователей, которые так и жаждут нажиться на нашей невнимательности. В поиске той или иной информации по заданному вопросу, мы можем наткнуться на мошенников. Которые к примеру, могу «продать» курсы по саморазвитию, но получив деньги, перестанут отвечать.

Как обезопасить себя в социальной сети? Если вы ходите быть в безопасности и не обманутым, вам не следует применять различные запросы на дружбу от незнакомцев, а тем более им отвечать. На защиту всех учетных записей ставьте сложные и неповторимые пороли. Это необходимо для сохранения конфиденциальности чатов, закрытых записей. Ведь все, что вы пишете, постите, лайкаете в интернете, может оказать влияние на повседневную жизнь.

2.3. Второй по числу проголосовавших, занимают Игры. Запрещать ли играть в видео игры? Сколько в них можно находиться? Как определить адекватность игры? Есть ли полезные игры? Какая бывает польза?

Запрет игр, как и запрет на сладкое, не приведет к решению первоначальной задачи. Можно поставить ограничения, но не совсем строгие. При категорическом отношении к развлекательным приложениям, желание ребенка нарушить их будет значительно больше, он сможет позаимствовать «запретный плод» в школе, пока гуляет, присмотрев видео с прохождением или просто наблюдая за играющим. Так же игры являются одним из способов социализации, участники могут общаться в чатах игр, как печатных, так и голосовых. Помимо общения внутри этой сферы сверстники могут поддерживать диалоги об обсуждении уровней, испытаний, персонажей в жизни.

Во всех играх есть система вознаграждений, в большинстве случаев — это игровая валюта, новые уровни, повышения в звании и другие награды. Получая такие призы, человек получает удовлетворение и в мозге вырабатывается специальный карбон дофамин, который стимулирует нас продолжать играть и не отвлекаться. Мозг дает сигнал, что все идет по плану и впереди еще больше трофеев. Создатели игр так учитывают нашу потребность к запасу и собирательству, которая приобретена еще древним человеком. Раньше, от количества запасов зависела жизнь, поэтому сейчас нас провоцируют накапливать какие-либо предметы. В процессе прохождения испытаний, геймеры продолжают накапливать ресурсы, даже если они не важны. Есть такое мнение, что игры вызывают агрессию, но исследования, проводимые на эту тему, не смогли подтвердить это заявление. Наоборот, в 2013 году американцы, наблюдающие за подростками, которых считают самой уязвимой группой, не было найдено связи между игрой и правонарушением, преступлениями. На некоторых детей игры влияют успокаивающим действием, играя можно выплеснуть все накопленную агрессию на пути к победе. Игры также можно использовать, как способ развития, к примеру для обучения счету или чтению. А также они могут увеличить память человека и научить различать большое количество цветов и их оттенков. Но также есть и отрицательные стороны, которые многим знакомы, как игровое расстройство. Почему же видео игры вызывают зависимость? На самом деле источник привыкания не выявлен до сих пор. Скорее всего это связано с тем, что нам нравится выполнять квесты, получать новые уровни, а также одерживать победу над боссами или реальными игроками. При достижении уровень дофамина подскакивает, настроение улучшится, мы заряжаемся энергией. Это стимулирует центр удовольствия, поэтому чем больше мы получаем гормона, тем больше увеличивается наша потребность к его новому получению. Но игровая зависимость не приобретается сразу, у нее есть несколько стадий, каждая из которых, меняет некоторые черты поведения. Геймеры ни в чем не отличаются от обычных людей, за исключением того, что со временем становятся импульсивнее, развиваются психические нарушения и отсутствует самоконтроль, что приводит к распаду личности. Нарушается психическая деятельность, выражающаяся в отсутствии мышления, памяти, восприятия, ограничение общения с окружающими. Еще одним побочным проявлением, является то, что внешнее состояние неважно, они элементарно забивают на гигиену, переходя на фаст-фуд. Постепенно человек теряет рассудок, убеждая себя, что он герой виртуальной игры. Зависимость может появиться также из-за проблем в семье, допустим, когда родители ссорятся, ребенку это приносит отрицательные эмоции. Он не способен вмешаться и помочь, поэтому он уходит в вертикальный мир, игрушки, мультики, детские книжки или видео игры. На фоне отсутствия возможности поиграть, больной человек раздражается. Он больше беспокоиться, начинается злиться или грустить. Я постаралась выявить способы избавления от зависимости. Первое, что необходимо, установить лимит. Изначально это может раздражать, но нужно понимать, что пора научиться ограничивать себя как во временном плане, так и в материальном. К примеру, многие пользователи тратят деньги на продвижения скила, покупки скинов. ( Скил – костюм для персонажа.) В этом случае можно поставить ограничение в мобильном приложении банка. Следующий важный пункт, это уменьшение количества игр. К примеру, человек с набором от трех игр, может чередовать прохождения, в этом случае проведение время будет больше, в отличие от того, у кого одна игра, банально одна игра рано или поздно наскучит играющими, притяжение будет уменьшаться.

Мой следующий совет, не заходить в игры, если у вас есть какие недоделанные или невыполнение задачи. Можно выбирать самый сложный уровень прохождения, в этом случае удовольствие от победы над боссом будет значительно больше, нежели вы пройдете то же испытание на easy level, но этот совет поможет не каждому. Если игра вам не поддаётся, вспомните, вы никому ничего не должны доказывать. Если не пройдете испытание, задание или даже игру, это не будет обозначать, что вы слабы. Игры подразделяются на: интеллектуальные - основанные на логическом мышлении и памяти; ролевые, где игрок постоянно сталкивается с выбором, влияющим на дальнейший сюжет и не ролевые, где играющий не может поменять историю и последствия. Головоломки и боевики.

Сравнив результаты поиска по запросу: «популярные компьютерные игры в России», я выбрала три, о которых знают большинство.

 Minecraft. Игра, в которую играют или просто знаю большинство российских подростков. Тут возможно создание целого мира, который ты будешь обустраивать и обживать в режиме по выбору:

* творчество (создание мира, без надобности поддержать уровень здоровья);
* выживание (мир, где помимо добычи ресурсов и постройки домов, тебе нужно спасать от монстров и голода),
* приключение и наблюдение. Игра с главной особенностью- квадратного строения, может развивать некоторые качества ребенка. Разность добываемых ресурсов, позволяемых построить дома, замки и целые деревни, развивает оригинальность, абстрактное мышление. Большие просторы также могут научить ребенка ориентироваться в пространстве.

 Игра, в которой с первого раза может показаться опасной, на самом деле может быть очень полезной. Игра является сетевой, это говорит о том, что во время боя участники могут общаться с помощью голосового чата. Это функция может помочь в знакомстве с напарниками и нахождением интернет друзей. А также может быть полезна для сближения коллектива и налаживанию командной работы. А большой обхват стран, дает возможность общения с иностранцами и изучением языка. CSGO, также развивает реакцию и логическое мышление, которые необходимы в быстром обнаружении противника и его уничтожения.

Grand Theft Auto V (GTA V) - это компьютерная игра, где играми находясь в Лос-Сантос виртуально заниматься различными преступлениями.

Игра способна развить стратегического мышления: ведь игроку необходимо придумать план своих действий, размышлять, что будет после тех или иных ходов. Здесь также важно быстро реагировать, управлять персонажами и перемещать его по карте. Все это может развивать качества координация, которые очень важны в реальный жизни, что уметь ориентироваться в пространстве и ускорением реакции. Улучшить креативность игроки может создавать миссии собственной разработки, сцены, персонажей.

Однако не следует забывать о возможных негативных воздействиях на игроков, таких как насилие, отвращение к закону, потеря реальности и другие.

2.4. Интернет-поиски. Поисковые системы — это некоторый комплекс программ, который осуществляет поиск информации во всемирной сети по запросам. Каждый день большая часть населения задает интересующие вопросы сети, получая на них ответы. Отсюда вытекают полезность системы, быстрый поиск ответа на свой вопрос. Это функция значительно экономит время на решение поставленных задач, пути решения можно получить не выходя из дома. Но рассылки, топящие пользователей в потоке новостей, интересных фактов, могу затянуть пользователя на неопределенный период времени. А также современные человек прекращает думать или размышлять, полностью доверяя интернету. Поисковые платформы в жизни учеников занимают важное место. С одной стороны, они расширяются возможности получения знаний. Саморазвитием можно заняться как при прочтении статьи и решением задачников, так и смотря видео уроки. Но легкость поиска, большая база данных, дает возможность списывать домашние задания, контрольные и тесты, которые задают в школах для проверки знаний. В таком случае мозг деградирует, решаясь даже минимальных напряжений и размышлений. Но все же по иски чаще используют для развлекательного, информативного контента. Однако, из-за легкости использования этой платформы, любой человек и даже ребенок может найти нежелательный контент. Материалы, содержащие аморальное, неприемлемо жесткое поведение, не желательны для просмотра. Хоть и алгоритмы работают по интересам ранее заданных поисковых вопросов, некоторые рекламы могут рекомендовать сайты не интересующие нас ранее. Это будет зависеть от геолокации отмеченной на использованном устройстве, популярности данного сайта или иной информации. Сейчас можно легко обезопасить себя и ребенка от не интересующего контента. Первый способ не всегда защищает пользователя на все 100%, но поможет избежать материалов с насилием и грубым поведением. Это использование настроек фильтрации, которые доступны для множества систем. Следите за активностью ребенка, помогайте находить информацию. Попутно объясняя опасность пиратских сайтов, не запрашиваемых ссылок. Если у родителя нет возможности проводить много времени с ребенком и следить за его интересом в сети, можно установить родительский контроль, позволяющий, как и по времени, так и по интернет-платформам ограничить ребенка.

 Услышав термин «интернет поиск», мы сразу же вспоминаем о Google или Яндекс. Это не удивительно, ведь обе это корпорации находятся на лидирующих позиция по популярности. Но чем же отличаются это системы и какая лучше? Сказать какая из систем придется конкретному человеку по вкусу нельзя, так как на это влияют индивидуальные предпочтения и требования. Могу сказать, что Яндекс куда лучше ориентируются по СНГ. Удобства Google, в использовании документов, карт и почты. А также по отношению к потребителю, здесь гораздо меньше не интересующих окон и реклам.

Обе компании имеют свои плюсы и минусы, которые пользователь найдет для себя.

Вывод. Сейчас мы часто можем услышать, что мы живем онлайн жизнью. И это относительно является правдой, так как в среднем по миру люди тратят около 7 часов на интернет в день. В моем опросе подростки в большей степени проголосовали за отметку выше 6 часов. Каждый раз, когда пользователи посещают интернет, разрываясь между социальными сетями, играми и интернет-поисками, мышление меняется. К примеру, при прочтении книги, мозгу требуется вдумываться слова, воображать, что не скажешь о преимущественном числе статей интернета. Чтение в интернете будет диагональным, внимание будет рассеиваться на отвлекающие нас ссылки, ролики, различные рекламы и картинки. Здесь можно упомянуть о нейропластичности. Это способность мозга меняться, когда мы изменяем мышление или приобретаем новые навыки. Интернет позволяет не задумываясь найди необходимую информацию, откладывая ее в кратковременную память, тем самым не позволяет мозгу совершенствоваться. Несмотря на это, я думаю, что интернет будет влиять положительно, если человек пользуется им рационально. Имеет хобби помимо вертикальной сети, ведет активный образ жизни, соблюдает режимы сна. Интернет это одно из незаменимых изобретений, позволяющий обмениваться информацией, поддерживать связи на расстоянии, заниматься саморазвитием. Теперь мы можем совершать онлайн покупки, не выходя из дома. Имеем возможность поделиться своим творчеством с другими посетителями сети. Здесь мы находим новые знакомства, приобретаем друзей или врагов. Находимся в курсе последних новостей, что позволяет нам иметь общие темы. Для разговора. Что бы избежать отрицательное влияние, достаточно быть осторожным и менее любопытным. Не стоит посещать или скачивать не известные документы и приложения. Соблюдать примитивные правила безопасности, то есть не отвечать и не добавлять незнакомых пользователей интернета. Не доверять людям, утверждающим о своей трудозанятости в банке, не говорить банковские данные и секретные коды. Уметь ограничивать время препровождения в сети. После превышения рекомендуемого количества часов на интернет-пространстве делайте зарядку для глаз. Самое главное, не стоит чрезмерно увлекаться виртуальным миром, важно помнить, что - интернет частично является иллюзией.

Заключение.

 Перед началом работы, я поставила перед собой следующую цель: на основе опроса выявить и изучить какое влияние, положительное и отрицательное играет интернет в жизни десятиклассников. Цель работы я выполнила и на основе полученной информации сделала методичку по правильному использования интернета.

 Достигнуть цели мне получилось, благодаря правильно поставленным задачам. В первой задаче было, необходимо используя дополнительные источники рассмотреть интернет, как зависимость у старшеклассников.

 Выполняя вторую цель, мне понадобилось выяснить наиболее популярную интернет-платформу. А также по анализу опроса определить, сколько подросток проводит времени в всемирной сети. Для этого был проведен опрос среди десятиклассников моей школы.

Анализируя полученную информацию, я решила третью задачу, преобразовав свои рекомендации по использованию интернета в методичку.

 В начале у меня была гипотеза, что интернет имеет большое влияние в жизни десятиклассников. Как положительное, так и отрицательное. Я считаю, что гипотеза подтверждена, так как на основе опросов стало понятно, что подростки пользуются интернетом в два раза больше положенного времени. Пользуюсь не только с целью образования и поиска информации, а также ради развлекательного контента, игр и социальных сетей.

 После реализации проекта можно составить методичку, что буд являться эффектом от проделанной работы. Благодаря которому некоторые интернет-пользователи смогут ознакомиться с моими личными рекомендациями и с рекомендуемыми условиями время препровождения в сети от профессионалов.

 Во время работы над моим исследованием, я просмотрела множество статей и видео, по разбору моей темы, узнавая необходимый материал. Впервые раз в своей жизни я проводила социальные опросы и делала по ним заключение. Благодаря исследованию, научилась создавать опросы, анализировать и обрабатывать полученные результаты. Получила опыт по составлению и прочтению диаграмм. Также узнала о технических требованиях, правильном оформлении текстовых документов и информационных ссылок. Получила знания на тему Интернета, о его влияние и более подробно познакомилась с виртуальными пространствами. Конечный продукт моей работы, это методичка, навыки по составлению которой, я подучила во время выполнения работы.

 Интереснее всего мне было находить информацию об играх. Иногда я и сама могу провалиться в этом пространстве, потеряв счет времени. Углубившись в эту тему, узнала об получении наград, как о способе выработке дофамина. Что создатели игр, также не оставляют без внимания наше желание создавать запасы, поэтому создают различные ресурсы, которые дают нам возможно накопить их во время прохождения игр. Данные приемы затягивают, у челрвека появляется желание обогнать соперников по запасам и трахеям.

 Перед началом работы я планировала найти информацию, которая будет помогать интернет пользователям. Эту задумку мне получилось реализовать. Найдя информацию о различных интернет-платформах, таких как игры, соцсети и интернет-поиски.

 Желающим разобрать эту тему повторно, хотелось бы пожелать разобрать тему «о мошенничестве в сети». Узнать схему работы мошенников, как их определить и не попасться на удочку. Что нужно делать и куда обратиться, если вас обманули. Кто такие вертикальных преступников, какие наказания они могут понести.

 Если бы у меня было чуть больше времени для реализации проекта я бы более расширенно разобрала каждую из подтем, раскрыла тему: «Как обезопасить себя в сети». Узнать каким методам предосторожности следовать, чтобы интернет оставался безопасным пространством.

[1]- Интернет и его возможности . — Текст : электронный // internetpolicy.ky : [сайт]. — URL: (дата обращения: 09.04.2023).

[2]- Интернет зависимость у детей и подростков. — Текст : электронный // SkyDNS : [сайт]. — URL: (дата обращения: 09.04.2023).

[3]- Ребёнок в виртуальном мире / Sheep1. — Текст : электронный // EsscaysChub : [сайт]. — URL: (дата обращения: 09.04.2023).

[4]- Малашенков, Д. А. Влияние интернета на человека / Д. А. Малашенков. — Текст : электронный // Sites Google : [сайт]. — URL: https://sites.google.com/site/denmalahenkov/tema-issledovania (дата обращения: 09.04.2023).https://docs.google.com/document/u/0/d/16mfm7OtivXbAuRRQKWbUuhaoVIYOz5hdT\_Jsn-vg4JE/mobilebasic

[5]- Популярные соцсети: что изменилось в 2023 году. — Текст : электронный // GeekBrains : [сайт]. — URL: https://gb.ru/blog/populyarnye-sotsseti/ (дата обращения: 09.04.2023).

1. [↑](#footnote-ref-1)
2. [↑](#footnote-ref-2)
3. [↑](#footnote-ref-3)
4. [↑](#footnote-ref-4)