
ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ
**«КАК КОМПЬЮТЕРНЫЕ
ИГРЫ ВЛИЯЮТ НА
ЧЕЛОВЕКА»**



Компьютерные игры

Компьютерные игры – популярное хобби в наше время.

По подсчетам экспертов, 2,5 млрд человек в мире проводят время за играми. В России таких насчитали 65 млн. Средний возраст геймера в мире — 34 года.

Показатель для россиян немного отличается — он равен 36 годам. (По результатам исследования Центра развития и Национальный исследовательский университета «Высшая школа экономики»)

У этого увлечения есть положительные и отрицательные стороны, о которых я хочу рассказать в презентации.

Положительное влияние компьютерных игр

Во-первых, большинство компьютерных игр помогает человеку расслабиться после тяжёлых трудовых будней. К сожалению, нынешняя жизнь многих людей придерживается строгого ритма «дом → работа → дом», поэтому у них просто не остаётся лишнего времени и сил, чтобы сходить, например, в кинотеатр. Именно по этой причине они и предпочитают играть в видеоигры, потому что этот вид отдыха не вынуждает их выходить куда-либо и способен преподнести им такие же эмоции, как и любой интересный фильм или сериал.

Во-вторых, некоторые разновидности игр, которые, по мнению большинства, вызывают у людей раздражительность, наоборот, помогают им избавиться от неё. Особенно это свойственно для таких жанров игровой индустрии, как шутеры и файтинги. Приведу пример: если в Вашей жизни произошла какая-нибудь неприятная ситуация, вызвавшая у Вас сильное чувство злости, то вместо того, чтобы срывать её на своих родных и близких, Вы можете зайти в любой шутер и пострелять там в вымышленных персонажей. Таким образом, у Вас получится избавиться от гнева и успокоиться.

В-третьих, благодаря видеоиграм у детей формируется богатое воображение. По сути, любая компьютерная игра — это сказочная вселенная, которую можно исследовать не выходя из дома. Очутившись в таком месте, ребёнок начинает принимать непосредственное участие в развитии этого мира, совершая добрые и героические поступки. Другими словами, во многих играх подростки могут стать отважными храбрецами, защищающими волшебную страну, что, в свою очередь, оказывает положительное влияние на их мышление и фантазию.

Положительное влияние

В-четвёртых, большинство компьютерных игр стремится донести до своих игроков глубокий смысл о добре, справедливости и других качествах, которыми должен обладать каждый из нас. В этом можно с лёгкостью убедиться, обратив внимание на значительную часть всех современных видеоигр, главный смысл которых заключается в спасении мира и борьбе со злом. Конечно, существуют исключения из этого правила, но такую же закономерность можно обнаружить, например, в кинематографе. Следовательно, в этом нет ничего необычного, так как негативные стороны можно найти у большинства произведений искусства.

В-пятых, игры формирует у людей полезные знания и навыки, а именно:

- Шутеры развивают реакцию, хитрость и способность работать в команде.
- Стратегии развивают тактичность, логику и умственную координацию.
- РПГ развивает фантазию и способность принятия сложных решений.
- Онлайн-игры развивают коммуникабельные способности.
- Хорроры помогают преодолеть страх.

Помимо этого, при помощи компьютерных игр можно обзавестись новыми знакомствами, изучить иностранные языки и даже заработать денежные средства. Молодое поколение не согласно с негативным мнением старшего поколения к игровой индустрии, обвиняя её в отрицательном воздействии на характер и поведение молодёжи.

Негативное влияние

Проблемы со спиной

Заболевания спины возникают в результате долгого сидения. Спектр таких заболеваний довольно широк: сюда входят остеохондроз, сколиоз, артроз и множество других.

Наиболее популярен остеохондроз – он встречается у 9 из 10 взрослых людей в возрасте от 20 лет.

Более того – при компьютерных играх от непрерывного сидячего положения также страдают мышцы шеи и верхних отделов спины, становясь слабее: ведь их нагрузка снижается. Чего не скажешь о пояснице – нагрузка на нее случае возрастает вдвое. Чтобы не столкнуться с проблемами спины, во время компьютерной игры необходимо время от времени разминать спину, чередуя нахождение перед экраном с легкой гимнастикой или физической нагрузкой.

Ухудшение зрения

Ухудшению зрения вследствие долгого времянахождения за компьютерным монитором наиболее подвержены люди в возрасте от 18 до 45 лет.

Симптомами этого могут стать дискомфорт и усталость глаз, краснота, сухость роговицы глаза, слезотечение, расфокусировка и снижение остроты зрения.

Из-за длительного слежения за компьютерным монитором может возникнуть «сухость глаз», которую офтальмологи выделяют как одну из самых опасных болезней. Ее симптомы включают в себя жжение и рези в районе глаза, ощущение, что туда что-то попало. Больше всего «сухость глаз» наблюдается у людей, носящих контактные линзы.

Негативное влияние

Причина — в моргании: в обычном состоянии человек моргает в среднем двадцать раз в минуту, однако во время долгого безотрывного взгляда на светящийся компьютерный экран частота моргания снижается в три раза. Глаз постепенно «высушивается», со временем снижается его острота, а вскоре зрение рискует и вовсе пропасть.

Каждый час необходимо устраивать отдых для глаз, делая при этом простые, но в то же время неоценимо полезные упражнения:

- Провести глазами слева направо, сверху вниз.
- Вращать зрачками по часовой стрелке и против нее поочередно.
- Поставить указательный палец на уровень глаз и сосредоточиться на нем. Затем быстро перевести взгляд на другой предмет, находящийся на расстоянии – и снова посмотреть на палец.

Повторять каждое упражнение следует в течение 2 — 3 минут.

Заключение

Итак, игры не способны негативно повлиять на психику и характер людей. Однако, чрезмерное засиживание перед компьютером может отрицательно сказаться на нашем здоровье. И несмотря на перечисленные достоинства видеоигр, нам всё же не стоит тратить на них значительную часть своего времени. Как бы то ни было, мы должны гордиться исключительно теми достижениями, которые мы получили на протяжении нашей реальной жизни, а не виртуальной.



Спасибо за внимание!