

МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ НА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Туровская А.М.

Научный руководитель: к.м.н., доцент Солтан М.М.

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Аннотация. Цель исследования – изучить распространенность использования онлайн-игр и их влияние на академическую успеваемость и образ жизни учащихся начальных классов. Сбор данных осуществлялся анкетно-опросным методом. Всего было обследовано 117 учащихся в возрасте от 9 до 11 лет. Выявлено, что большинство респондентов предпочитают свой досуг проводить в цифровой среде за компьютерными играми. Такой досуг негативно сказывается на академической успеваемости и образе жизни учащихся. Необходимо формировать у подрастающего поколения ценностное отношение к собственному здоровью и мотивировать на ведение здорового образа жизни, активно включая в этот процесс родителей.

Ключевые слова: школьники, цифровая среда, успеваемость, досуг, образ жизни.

Введение. В период быстро развивающихся информационно-коммуникационных технологий появилось огромное множество онлайн-игр в различных жанрах, доступных для всеобщего пользования в интернете [1]. При наличии соответствующих средств коммуникации и базовых навыков пользования ими, любую игру может скачать даже ребенок. При отсутствии должного контроля со стороны взрослых дети могут проводить за ней неограниченное количество времени, что, с одной стороны, не безопасно для растущего организма, а с другой, может приводить к формированию зависимости от современных информационно-коммуникационных технологий. Формирование аддитивных форм поведения влечет за собой нарушение психики и личностного развития ребенка, что в дальнейшем приводит к школьной и социальной дезадаптации. Типичными проявлениями дезадаптивного поведения учащихся являются нарушения усвоения знаний (школьная неуспешность) и развитие стрессовых или невротических реакций, сопровождающихся психосоматическими расстройствами [3].

Цель исследования. Изучить распространенность использования онлайн-игр и их влияние на академическую успеваемость и образ жизни учащихся начальных классов.

Материал и методы. Всего было обследовано 117 учащихся в возрасте от 9 до 11 лет. Для целей исследования использовался анкетно-опросный метод. База данных создавалась в Microsoft Excel. Обработка данных осуществлена с помощью программы STATISTICA 8,0. Для оценки достоверности различий применялся критерий χ^2 . Уровень значимости при проверке статистических гипотез исследования принимался не выше 0,05. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p=0,05$ составляет 3,841 [2].

Результаты исследования. При изучении распространённости онлайн-игр среди школьников было установлено, что такую форму проведения досуга выбирают 86,32% детей. При этом достоверно чаще для игр выбирают киберпространство мальчики (60,4%), чем девочки (39,6%; $\chi^2=25,13$; $p<0,001$).

При гендерном анализе предпочтений использования средств коммуникации оказалось, что 65% девочек предпочитают мобильные устройства для доступа к онлайн-играм, 15% - компьютеры, 20% - используют и мобильные устройства, и компьютеры. В то время, как мальчики достоверно чаще используют комбинированные средства выхода в интернет (52,46%; $\chi^2=11,92$; $p<0,001$).

Анализ длительности онлайн-временипрепровождения показал, что 68% опрошенных проводят в цифровой среде от 1 до 2 часов в сутки, 21% - 2-4 часа, 10% - 4-6 часов и 1% - 6 и более часов.

Сравнительный анализ длительности игрового времени и академической успеваемости выявил следующее: по мере увеличения длительности игрового времени академическая успеваемость достоверно снижается. Так, среди школьников, длительность игрового времени которых составляла 1-2 часа, имеют академическую успеваемость от 8 до 10 баллов 55% респондентов. В то время, как среди детей, у которых длительность онлайн-игр составляла 2-4 часа, имеют академическую успеваемость от 8 до 10 баллов только 39% респондентов ($\chi^2=54,032$; $p<0,001$).

63% респондентов предпочитают онлайн-игры с элементами насилия и только в 37% выбирают игры, сюжет которых учит бережному и заботливому отношению к окружающим людям и животным. Среди школьников, которые проводят время за играми с элементами жестокости и насилия, 55% имеют академическую успеваемость от 6 до 9 баллов, 14% - от 4 до 8 баллов и только 31% - от 8 до 10 баллов. В то время, как среди школьников, предпочитающих игры без насильственного контекста, имеют академическую успеваемость от 8 до 10 баллов 72% респондентов ($\chi^2=4,878$; $p<0,05$).

Выявлено влияние цифровой среды на образ жизни школьников. Так, в зимний период года играют на улице ежедневно 23% школьников, играющих в онлайн-игры, и 47% детей, предпочитающих другие формы времяпрепровождения ($\chi^2=56,977$; $p<0,001$). В летний период ситуация несколько улучшается и ежедневно играют на улице 52% «игроков» и 87% «не игроков» ($\chi^2=56,977$; $p<0,001$).

При анализе длительности ночного сна выяснилось, что в будние дни спят более 8 часов 65% учащихся-игроков и 88% учащихся-не игроков ($\chi^2=7,922$; $p<0,01$), от 6 до 7 часов - 32% играющих и 12% неиграющих. Дети с длительностью ночного сна менее 5 часов в сутки были выявлены только среди «игроков» и составили 3%. В выходные дни ситуация среди «игроков» несколько улучшается: спят более 8 часов 78% учащихся-игроков и 88% учащихся-не игроков, от 6 до 7 часов - 18% играющих и 12% неиграющих. Дети с длительностью ночного сна менее 5 часов в сутки по-прежнему были выявлены только среди «игроков» и составили 4%.

Заключение. Цифровая среда для большинства учащихся начальной школы становится основным местом проведения досуга. Такой досуг чаще встречается у мальчиков. Каждый десятый младший школьник находится в киберпространстве более 4 часов в сутки. Сюжет большинства выбираемых игр имеет элементы насилия и жестокости. Взаимодействие с цифровой средой негативно сказывается на академической успеваемости и образе жизни учащихся. Необходимо формировать у подрастающего поколения ценностное отношение к собственному здоровью и мотивировать на ведение здорового образа жизни, активно включая в этот процесс родителей.

Список литературы:

1. Войскунский, А. Е. Киберпсихология в прошлом, настоящем и будущем [Текст] / А. Е. Войскунский // Журнал практического психолога. – 2010. – № 4. – С. 7-16.
2. Гланц, С. Медико-биологическая статистика / С. Гланц. – М.: Практика, 1998. – 459 с.
3. Могилёва, В. Н. Психофизические особенности детей младшего школьного возраста и их учет в работе с компьютером / В. Н. Могилёва. – М.: Академия, 2007. – С.167-194.