Государственное общеобразовательное казенное учреждение

Амурской области «Общеобразовательная школа

при учреждениях исполнения наказания»

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙПРОЕКТ

**Влияние интернета на современных подростков**

Автор: Афанасьев Дмитрий Сергеевич,

обучающийся 11« Б» класса \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ подпись

Руководитель: Руцынская Наталья Викторовна,

учитель информатики

с. Среднебелая, 2023

|  |  |
| --- | --- |
| ОГЛАВЛЕНИЕ | 2 |
| ВВЕДЕНИЕ | 3-4 |
| 1 ПОНЯТИЕ СИСТЕМЫ ИНТЕРНЕТ И ИСТОРИЯ ЕЁ РАЗВИТИЯ | 5 |
| 2 ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРНЕТА НА ЖИЗНЬ ПОДРОСТКОВ | 6 -7 |
| 3 КАК БОРОТЬСЯ С НЕГАТИВОМ? ЧТО НАС ЖДЁТ В БЛИЖАЙШЕМ БУДУЩЕМ? | 8-9 |
| 4 РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТИРОВАНИЯ ОБУЧАЩИХСЯ | 10-11 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 12 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ | 13 |

ВВЕДЕНИЕ

Каждый понимает, что развитие технологий - это неотъемлемая часть современной жизни. В XX веке, с появлением СМИ (Средств Массовой Информации), жизнь каждого человека изменилась коренным образом. В современном мире уже никто не представляет свою жизнь без интернета, компьютера и сотового телефона.

Ежедневно ведутся споры о влиянии интернета на сознание людей. Многочисленные исследования показывают, что наряду с очевидными преимуществами от пользования современными технологиями, существуют и негативные факторы, пагубно влияющие на каждого человека, особенно на подростков.

Подростки - наиболее подвержены влиянию интернета, так как их личность еще не сформировалась. Мне стало интересно, какое негативное влияние оказывает интернет на подрастающее поколение. Выполняя проектную работу я провел анкетирование среди своих сверстников в нашей школы и узнав их мнение по данной проблеме.

Большинство современной молодежи не представляют свою жизнь без гаджетов, ни учёбу, ни досуг, часами просиживаютперед экранами, становясь зависимыми от компьютерных игр, телевидения и социальных сетей. Хорошо это или плохо? Что заставляет современную молодежь уходить от активного образа жизни и часами просиживать в компьютерных играх и в интернете?

Таким образом, проблема использования детьми и подростками интернета становится все более острой и создает предпосылки ухудшения качества самого человека, вплоть до его деградации. Именно эту проблему я считаю сегодня первой в нашей стране, потому как здоровое состояние молодёжи сегодня - основа России и русского народа будущего.

**Гипотеза:**  предположим, что чрезмерное пользование интернетом может негативно сказываться на развитии современных подростков и вести к деградации людей.

**Цель:** выяснение причины столь частого использования подростками интернета и определение масштаба вреда, приносимого интернетом.

**Задачи:**

1. Изучение и анализ литературы по исследуемой проблеме.
2. Раскрыть позитивные и негативные стороны влияния интернета на подрастающее поколение.
3. Провести краткий тест доктора Янг, позволяющий выяснить степень интернет - зависимости.
4. Вспомнить о правилах безопасности при работе в сети интернет.

**Объект исследования:**  современные подростки.

**Предмет исследования**:  влияние интернета на подростков.

**Методы исследования:**  тестирование, изучение, описательный, статистический, сравнительно - сопоставительный.

**Продукт:** презентация.

**Практическая значимость:**

* распространение материала исследования посредством показа и публикации презентации;
* использование данной исследовательской работы учителем на уроке информатики.

1 ПОНЯТИЕ СИСТЕМЫ ИНТЕРНЕТ И ИСТОРИЯ ЕЁ РАЗВИТИЯ

Интернет - это глобальная компьютерная сеть, объединяющая многие локальные, региональные и корпоративные сети, предоставляющая информационные и коммуникационные свободы пользователям.

Появился интернет в середине прошлого века в Америке для секретного обмена сообщениями между высшими государственными органами и долгое время использовался только для обмена информацией.

До 1993 года интернет использовался в основном лишь в научной среде и для пересылки электронной почты. Были доступны и другие возможности: телеконференции, обмен мнений с помощью электронных писем; серверы новостей - рассылка новостей по темам; файловые серверы - хранилища файлов, которые пользователь может получить в виде письма.

В последствии бездонное хранилище ценной информации, люди стали использовать как развлечение. Причиной этому стало появление и широкое внедрение в сети новой службы - World Wide Web, в буквальном переводе - «всемирной паутины».

Интернет пришел в Россию вскоре после появления Всемирной паутины в  **1994** году. Блогеров и привычных сегодня сайтов в то время попросту не существовало.

Интернет сегодня не только источник информации, но и удобное, быстрое средство коммуникации; благоприятное пространство для бизнеса (нет области человеческой деятельности, которая не была бы представлена в сети); источник общения и развлечений.

2 ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРНЕТА НА ЖИЗНЬ ПОДРОСТКОВ

Информационные технологии молниеносно развиваются, пользоваться ими стало намного удобнее, появилось много революционных открытий, благодаря которым мы можем, вообще не выходя из дома, получать практически всё, что нужно. Значительно улучшилось качество жизни, комфорт и удобство, благодаря чему современный человек тратит меньше физических сил и затрачивает меньше умственных усилий для выполнения той или иной работы. В этом и заключена скрытая опасность.

Бытует мнение, что человек травит себя сигаретами и алкоголем, но теперь появилась новая «отрава» в виде IT технологий. Трудно поверить, но именно интернет - зависимость, а вовсе не наркотики и алкоголь, сегодня являются главной причиной физической и интеллектуальной деградации целого поколения молодёжи.

Примером того являются онлайн – игры. Дети виртуально строят дома и города, собирают виртуальные машины, качают героев, покупают к этому всему дополнительные аксессуары и супер устройства за реальные деньги, либо проводят дни и недели напролет, чтобы получить эти вещи бесплатно, но ценой собственного здоровья и постепенного уничтожения нервной системы. В современном мире мы уже отходим от реальности. Ведь дети не выходят на улицу, чтобы побегать с друзьями или сыграть в футбол, они играют в футбол с виртуальными друзьями, живущими в других городах и странах.

Люди сами переходят из реального мира в виртуальный.

Еще один пример, постоянное пользование интернетом и именно поисковыми машинами для получения быстрого ответа на нужные вопросы приводит к тому, что человек перестает запоминать новую информацию. Мозг человека начинает запоминать не сами полученные данные, а способы и места их получения. Что вы сознательно запомнили? Ничего? А закон прост, что не работает - то отмирает. В итоге люди жалуйтесь на слабую память. Также происходит и с физическим состоянием, энергетикой и интеллектом.

Как итог сказанному: все виды деятельности, осуществляемые посредством интернета, такие как общение, познание или игра, захватывать человека целиком и не оставляют ему времени и сил на реальную жизнь. Специалисты каждый день интенсивно обсуждают заболевание «интернет - зависимость».

Насколько опасна интернет - зависимость для детей и подростков? Очень опасна.

 Сначала теряется чувство реального времени, затем появляется быстрая утомляемость, немного позже нарушится нормальный цикл сна - бодрствования, как следствие - снижается физическая активность, и как правило, наблюдается ухудшение успеваемости. У подростков резко снижается заинтересованность в обучении.

Средства современных технологий - это легко, быстро и красиво, а занятие в реальной жизни - это труд. Для достижения результата в виртуальном мире достаточно просто нажать кнопку, а для достижения результатов в реальной жизни, потребуются куда больше сил и времени.

В большинстве случаев интернет «отупляет» подростков и поглощает огромное количество времени из реальной жизни.

С одной стороны интернет дал людям большие возможности для образования и общения, а с другой стороны крадет огромное количество реального времени, снижает интеллект человека, ведет к деградации личности.

3 КАК БОРОТЬСЯ С НЕГАТИВОМ? ЧТО НАС ЖДЁТ В БЛИЖАЙШЕМ БУДУЩЕМ?

Если не предпринимать никаких шагов для решения данной проблемы, то встает вопрос: «Каким же вырастет это новое поколение?» Ответить на этот вопрос крайне сложно, поэтому мы можем только предполагать, что будет потом. Но одно можно сказать точно, что след от влияния интернета на подрастающее поколение отразится на нашем «завтра», так как дети - это наше будущее.

Бороться с интернет - зависимостью в нашей стране нужно, но как?

Один из способов борьбы государства с негативным влиянием интернета на подрастающее поколение следующий. На данный момент во всех общеобразовательных школах подключён бесплатный доступ к сети Интернет и установлены специальные «фильтры», которые не позволяют заходить на сайты не учебного характера.

Например, в Северной Корее пошли на крайние меры - запретили использовать интернет вообще, а в Китае ограничили доступ к нему. Но как этого можно добиться, если интернет настолько прочно вошёл в нашу жизнь. Если запретить пользоваться интернетом вообще, то обанкротится большинство больших заводов и предприятий и, как следствие этого, рухнет экономика нашей страны.

Интернет - это гениальное достижение современности. Ведь ничто не заменит «скоростную почту», благодаря которой происходит моментальная передача документов, связь с другим концом мира. Это очень удобно, не правда ли?

В ближайшем интернет расширится настолько быстро, что заменит не только почту, но и телевидение, библиотеки, магазины. Вследствие этого люди перестанут посещать театры, выставки, музеи, и таким образом перейдут к виртуальному восприятию мира.

И, если не придумать радикальных методов по контролю за теми, кто посещает интернет, то наше общество начнёт деградировать. На мой взгляд, этот процесс уже начался, а что будет дальше, зависит только от нас самих. Бесконтрольное посещение интернета - это, на самом деле очень большая проблема, которая требует её незамедлительного решения.

Предлагаю начать с себя. Опираясь на литературные источники, которые пришлось изучить и проанализировать в ходе работы над данной проблемой, мной сформулирован ряд практических рекомендаций, которые помогут избежать интернет - зависимости:

* для входа в интернет должна быть обоснованная цель, можно планировать, какие сайты посетить, что там сделать и посмотреть, сколько времени на это выделить;
* необходимо уменьшать количество времени, проводимое в интернете, чтобы в конечном итоге свести его к минимуму;
* если работа с устройством в учебных целях, то необходимо следить за тем, чтобы не отвлекаться на ненужные ресурсы;
* если появилось свободное время, то лучше заняться активной деятельностью (двигаться и заниматься спортом), а также лично общаться с друзьями и знакомыми;
* необходимо урегулировать режим сна и питания, исключив практику питания за компьютером;
* избегайте простых способов достижения цели: бесплатный сыр - только в мышеловке;
* помните: интернет - это все лишь инструмент, усиливающий ваши способности, а не заменитель цели.

4 РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТИРОВАНИЯ ОБУЧАЩИХСЯ

Явление интернет - зависимости начали изучать в зарубежной психологии с 1994 года.

**Интернет - зависимость** определяется, как «навязчивое желание выйти в интернет, находясь  off-line, и неспособность выйти из интернета, будучи  on-line».

Доктор Кимберли Янг, психолог, директор Центра интернет - зависимости считает, что каждый, у кого есть доступ к выходу в интернет, может стать интернет - зависимым, причем наибольшему риску подвергаются владельцы домашнего компьютера.

В 1996 году доктор Янг разработала краткий тест, с помощью которого можно определить степень зависимости от сети Интернет. Этот тест был предложен мною десятью обучающимся нашей школы.

Вопросы теста с ответами:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вопрос теста | Вариант ответа |
| + | - |
| 1 | Есть ли у вас непреодолимое желание через небольшие промежутки времени снова и снова проверять свой e-mail или заходить в социальную сеть? |  |  |
| 2 | Ощущаете ли Вы потребность в увеличении времени, проведенного в сети? |  |  |
| 3 | Были ли у Вас безуспешные попытки контролировать, ограничить или прекратить использование интернета? |  |  |
| 4 | Чувствуете ли Вы себя усталым, угнетенным или раздраженным при попытках ограничить или прекратить пользование интернетом? |  |  |
| 5 | Находитесь ли Вы on-line больше, чем предполагали? |  |  |
| 6 | Были ли у Вас случаи, когда Вы рисковали получить проблемы в  учебе или в  личной жизни из - за интернета? |  |  |
| 7 | Случалось ли Вам лгать членам семьи или другим людям, чтобы скрыть время пребывания в  сети? |  |  |
| 8 | Используете ли Вы интернет для того, чтобы уйти от проблем или от дурного настроения (например, от чувства беспомощности, виновности, раздраженности или депрессии)? |  |  |

Человек считается интернет - зависимым в  случае пяти или более положительных ответов на эти вопросы.

В результате проведения данного теста было выявлено, что из 10 опрошенных: значительная часть 70 % (7/10 чел.) являются «обычными пользователями», 30 % (3/10 чел.) находятся в «группе риска» и 0 % (0/10 чел.) являются «интернет - зависимыми».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В процессе работы над проектом было изучено много материала по данной проблеме в сети Интернет, что в свою очередь помогло раскрыть тему, осветить все необходимые вопросы. Я открыл для себя много нового не только об интернете, но и о своих одноклассниках.

В результате исследования получены данные, частично подтверждающие гипотезу. Интернет действительно может негативно и очень опасно влиять на жизнь подростков. Изучив специальную литературу, можно сделать вывод, что тенденция интернет - зависимости у обучающихся действительно присутствует.

Учитывая, что воздействие интернета на социализацию молодого поколения может быть как положительным, так и отрицательным, необходимо управлять этой технологией в интересах человека.

В ходе работы были составлены общие рекомендации для родителей по профилактике интернет - зависимости детей, о которых можно прочитать в буклете.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи решены. Получено подтверждение выдвинутой гипотезе, что интернет способствует негативному преобразованию личности подростка, так как в этом возрасте в относительно короткий промежуток времени происходят кардинальные сдвиги в формировании личности.

Хочется надеяться, что, познакомившись с данной работой, многие задумаются… Достучаться до сверстников - вот самая главная для меня задача! Необходимо понимать, что все наши действия чреваты последствиями, а проявятся они не сегодня, не завтра, а через поколения. И то, какими вырастут наши дети, зависит только от нас самих! У человека всегда есть выбор, даже если, кажется, что его нет.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бабаева Ю. Д., Войскунский А. Е., Смыслова О. В. «Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете» Под ред. А. Е. Войскунского. - М.: Можайск - Терра, 2000.
2. Балонов И. М. «Компьютер и подросток». М., 2002.
3. Солдатова Г. В., Зотова Е. Ю., Чекалина А. И., Гостимская О. С. Пойманные одной сетью: социально - психологическое исследование представлений детей и взрослых об Интернете / Под ред. Г. В. Солдатовой. - М., 2011.
4. [http://ru.wikipedia.org/wiki/Интернет](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B5%D1%82)
5. <https://school-science.ru/2/4/31393>
6. <https://cyberpsy.ru/articles/young-internet-addiction/>
7. <https://www.wellnews.ru/society/internet/13692-rol-interneta-v-zhizni-sovremennogo-grazhdanina-rossii.html>
8. Советский энциклопедический словарь  [http://www.edudic.ru/bes/7754/](https://www.google.com/url?q=http://www.edudic.ru/bes/7754/&sa=D&ust=1551178538526000)