

Библиографический список

1. Исаева, И. Ю. Досуговая педагогика / И. Ю. Исаева. – Москва : Издательство. Флинта. – 2010. – 178 с.
2. Барышникова, Г. Б. Организация летней педагогической практики студентов : Методическое пособие / Г. Б. Барышникова. – Ярославль : Издательство Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, 2012. – 240 с.
3. Щетинин, П. В. Спортивно-оздоровительная гимнастика как подготовка детей дошкольного возраста к занятиям различными видами спорта / П. В. Щетинин // Молодежь – Барнаулу. Материалы XX городской научно-практической конференции молодых ученых / Главный редактор Ю. В. Анохин. – Барнаул, 2019. – С. 548.
4. Платонов, В. Н. Спортивно-оздоровительная подготовка детей школьного возраста к занятиям различными видами спорта / В. Н. Платонов // Тенденции развития науки и образования. – 2019. – № 48–1. – С. 37–40.
5. Попова, Н. В. Физическая культура и спорт как средство предупреждения девиантного поведения подростков / Н. В. Попова // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. – 2019. – № 1(38). – С. 16–21.

Иванова М.М., канд. пед. н., доцент кафедры теоретических основ физического воспитания

Попов А.Ю., студент 5 курса Института физической культуры и спорта

Потапов И.С., студент 5 курса Института физической культуры и спорта

Алтайский государственный педагогический университет

г. Барнаул

ПРОБЛЕМЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ (НА ПРИМЕРЕ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ)

Аннотация. В статье раскрывается сущность актуального в XXI веке стремительно развивающегося феномена «Интернет-зависимость». Авторами дается определение данному понятию, раскрываются основные признаки, анализируются причины возникновения данной аддикции. В работе переведены результаты социологического исследования по вопросу склонности будущих учителей физической культуры к интернет-зависимости. Анализируется полученный эмпирический материал в контексте проблемы формирования готовности педагогов к осуществлению своей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: интернет-зависимость, здоровье, будущий педагог, учитель физической культуры, мыслительная деятельность, образовательный процесс.

M.M. Ivanova,

A.Yu. Popov,

I.S. Potapov

PROBLEMS OF INTERNET ADDICTION OF FUTURE TEACHERS (ON THE EXAMPLE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS)

Abstract. The article reveals the essence of the current in the XXI century rapidly developing phenomenon of «Internet addiction». The authors define this concept, reveal the main features and analyze the causes of this addiction. The paper presents the results of a sociological study on the propensity of future physical education teachers to Internet addiction. The obtained empirical material is analyzed in the context of the problem of formation of teachers ' readiness to carry out their professional activities.

Key words: internet addiction, health, future teacher, physical education teacher, mental activity, educational process.

XXI век является периодом информационной эпохи, новой эры, характеризующейся глобальным сдвигом от традиционной индустрии к оцифрованной, компьютеризованной индустрии, основанной на трансфере информации. К 2020 году объем имеющейся в мире информации удваивается каждые 2 месяца. Увеличивающийся информационный поток помимо пользы, связанной с ее доступностью, несет в себе негативные тенденции. По мнению ряда исследователей, для данного века актуальной становится новая социальная болезнь – «интернет-зависимость» [1]. Интернет-зависимость (интернет-аддикция) – это навязчивое непреодолимое желание постоянно пользоваться интернетом, она побуждает человека к стремлению постоянно находиться в интернете и неспособности управлять своим поведением.

Впервые этот термин употребил в 1994 году Айвен Голдерг – американский психиатр и психофармаколог. Он рассматривал интернет-зависимость не как болезнь, подобную алкоголизму или наркомании, а как проблему, связанную со стрессом и низким самоконтролем человека [2]. Тем не менее, термин этот устоялся и в последние годы приобрел негативный оттенок.

Интернет-зависимость в большинстве стран не признают психическим расстройством, однако в 2019 году в списки заболеваний по официальным медицинским критериям (МКБ–11) включены зависимость от видеоигр и зависимость от азартных онлайн-игр. При этом интернет-зависимость считается заболеванием в таких странах, как Австралия, Китай, Индия, Италия, Южная Корея и Япония. В Южной Корее медики отмечают тенденцию к увеличению новой болезни под названием «цифровое слабоумие». Этот термин подразумевает падение познавательных способностей человека, которое наблюдается у людей, переживших черепно-мозговые травмы или психические заболевания. Отмечается, что в группу риска попадают молодые люди, которые не могут обходиться без разного рода гаджетов, ощущая себя беспомощными, и рассчитывают исключительно на цифровую память. По официальным данным Республика Корея насчитывает наибольшее количество владельцев гаджетов в мировом рейтинге [3].

В России о возможности деструктивного влияния Интернета, в первую очередь на подростков, впервые заговорили в 2000-е годы. В настоящее время официальной статистики о числе страдающих интернет-зависимостью нет. Это связано с тем, что люди с подобными проблемами не обращаются за помощью. В настоящее время эта болезнь активно изучается специалистами в области психологии, но до конца не изучена [4].

Специалисты в области психического здоровья приводят данные, что диагноз интернет-зависимость можно ставить примерно 7–10% людей на планете, а предрасположенность к этому расстройству есть у 40% людей. При этом у подростков 12–13-летнего возраста этот показатель может достигать 80%. Основными причинами интернет-зависимости называют следующие: низкая самооценка, неумение выстраивать конструктивные взаимоотношения; доступность и простота виртуального мира по сравнению с реальным, отсутствие в Интернете каких-либо обязательств и ответственности, различные личностные и психологические проблемы и так далее [5].

Для распознавания интернет-зависимости психологами выделяются следующие симптомы:

- абстиненция – добровольный отказ всего, кроме проведения времени за компьютером или с гаджетом;
- компульсивность – неконтролируемое поведение, единственная цель которого — оказаться за компьютером или с гаджетом;
- отрицание– снижение критики по отношению к своему поведению;
- толерантность – снижение реакции на длительность работы за компьютером или нахождения в Интернете.

Зависимость от Интернета приводим к таким негативным последствиям, как:

– клиповое мышление, когда человек воспринимает мир исключительно через короткие яркие образы или небольшие видеоролики. Клиповое мышление – относительно новый термин, описывающий способ восприятия информации, когда человек перестает углубляться в суть явлений и считает лишь поверхностные факты.

– деградация – сокращение словарного запаса, ослабление познавательных процессов, ухудшение восприятия информации;

– сбой логического мышления: исчезает возможность качественного выполнения мыслительных операций: анализ, синтез, абстрагирование, конкретизация, обобщение, классификация, сравнение и т.д.

Помимо обозначенных выше проблем остаются слабо изученными вопросы достоверной диагностики и выявления интернет-зависимости у различных возрастных категорий. Основным критерием является время нахождения в сети, а также невозможность контролировать свое поведение во время пребывания в сети Интернет. Особую опасность представляет тот факт, что зависимость от Интернета может появиться у людей в любом возрасте.

Данную проблему помимо социально-психологического и медицинского аспектов можно рассмотреть в контексте педагогической проблематики. В XXI веке Интернет является доминирующим источником в поиске информации. Возбуждающие нейромедиаторы головного мозга, связанные с системойощерения, предвкушения и удовольствия, создают мотивы для погружения человека в бесконечный информационно-технологический поток, воздействуя на когнитивные способности, нарушающие дальнейшую социализацию и выстраивание конструктивных межличностных отношений. Мозг человека закрепляет примитивные и малозатратные способы поведения и получения удовольствия от потребления низкокачественного контента, избегая личностного развития через трудовую, умственную, творческую, общественную, научную и любую другую преобразовывающую деятельность. Все это совпадает с сенситивными периодами развития ребенка в школьные годы.

Одним из ключевых направлений модернизации образования является информатизация образовательного процесса (Закон РФ об Образовании (Федеральный Закон от 29.12.2012 №. 273-ФЗ, Федеральные государственные образовательные стандарты, Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018–2025 годы и др.). Данное инновационное направление может повлечь ряд негативных изменений. При переходе к массовой информатизации письмо «от руки» будет сокращено. Вследствие этого возникнут проблемы с мелкой моторикой, и как следствие, – с общей координацией, дети будут хуже читать, понимать и анализировать прочитанное. При ручном письме задействованы участки мозга, отвечающие за интерпретацию сенсорных ощущений и формирование речи. А у тех, кто рукой не пишет, эти участки включаются гораздо реже. При ручном письме зона Брока – участок головного мозга, отвечающий за складывание букв в слова и их распознавание, будет хуже функционировать. Из этого учёные норвежского университета Ставангера сделали вывод, что люди, которые быстро пишут, лучше читают. И наоборот, – люди, медленно читающие и тяжело понимающие текст, плохо пишут.

Как следствие, у детей, которые мало пишут, плохо развит глазомер. И наоборот, – те, у кого проблемы с глазомером, плохо пишут. В свою очередь, это приведет к ухудшению умственной деятельности. Школьники станут меньше учить орфографию, пунктуацию и грамматику, поскольку в гаджетах встроена функция «автоисправления», поэтому человек, который не будет уметь писать от руки, скорее всего, не сможет писать грамотно [6].

Без использования значительного объёма письменной речи детям сложнее формулировать свои мысли, поскольку при записи речи человек ещё до касания ручкой бумаги складывает в уме предложение. На самом деле письмо от руки требует высшей формы абстрактного мышления. Для того, чтобы набирать текст на компьютере, этого не нужно, ведь фразу, падеж, союз в любой момент можно поменять. Те, кто часто пишут рукой и записывают лекции, часто обращаются к абстрактному мышлению. А его тоже нужно

держат в тонусе. У школьников может ухудшиться воображение, поскольку, когда текст записывается «от руки», человеку лучше представляется содержание текста.

На компьютере или планшете можно делать почти всё то же самое, но у человека пропадает необходимость чётко продумывать мысль и структуру текста, потому что он в любой момент может что-то изменить. Сегодняшним студентам и школьникам при подготовке к экзаменам приходится перечитывать записи несколько раз.

Уже сейчас многие задания в школе подразумевают поиск информации в интернете. Приводит это к тому, что дети быстро привыкают к поиску ответов в сети, а как следствие привыкают к быстрому чтению, без углубления в суть. Цифровые технологии способствуют тому, что школьники будут минимизировать умственную работу, сводя свою деятельность к сумме операций по поиску и копированию информации, не переводя это в знания, тем самым приводя к ослаблению нейронных связей в головном мозге. Одним из примеров является проектная деятельность как один из ведущих методов работы в современной школе.

Дети не получают сенсорных стимулов (вкус, запах, прикосновение), это приводит к нивелированию «золотого правила дидактики». При помощи видео невозможно научиться хорошо говорить, потому что звук и движения губ не настолько идеально синхронизированы как в жизни.

Всё это ведет к острой необходимости минимизировать «взаимодействие ребенка с Интернетом» в учебном процессе. И данную деятельность необходимо осуществлять не только родителям, но и педагогам. С этой целью мы разработали анкету для выявления Интернет-зависимости у студентов педагогического университета. Анкета включала 16 вопросов как открытого, так и закрытого типа. В качестве респондентов выступили юноши и девушки – будущие учителя физической культуры – в количестве 50 человек в возрасте от 19 лет до 21 года. Выбор фокусной группы обусловлен тем, что учитель физической культуры в своей профессиональной деятельности призван обучать подрастающее поколение здоровому образу жизни, прививать «правильные» привычки, учить заботиться о своем здоровье. Приведем результаты ответов на некоторые вопросы.

На вопрос: «Как часто Вы пользуетесь интернетом?» 76% ответили – «Более 8 часов», остальные чуть меньше.

Чаще всего Вы пользуетесь Интернетом:

- для личного общения («VK», «WhatsApp», «Skype», «Viber» и пр.) – 76%
- для поиска информации – 24%
- для публичного общения (блоги, форумы, чаты) – 19%
- для общения в соцсетях – 14%
- для работы – 14%.

В качестве основных причин использования сети Интернет студенты назвали «Доступность» и «Простоту использования».

38% опрошенных считают себя зависимыми от «Интернета». При этом более половины студентов забывали о важных вещах по причине нахождения в сети. 30% опрошенных регулярно пренебрегают домашними делами из-за предпочтения находиться в Интернете; 60% респондентов отметили, что зачастую проводят время в сети без определенного алгоритма и плана действий, хаотично занимаясь «серфингом».

Таким образом, проведенный анализ свидетельствует о том, что студенты – будущие педагоги сами испытывают определенные проблемы, связанные с интернет-зависимостью, проявляют недостаточную сформированность волевых качеств, умений планировать, контролировать свою деятельность и т.д. В связи с этим необходимо осуществлять деятельность с рефлексивным переосмыслением своего поведения. С этой целью в процессе получения профессионального образования необходимо пересмотреть методы обучения, связанные с использованием информационных технологий, больше давать заданий частично-поискового и творческого содержания. Контрольно-измерительные материалы в виде компьютерного тестирования заменять вопросами, требующими устных и письменных ответов, с обоснованием и четкой аргументацией своей позиции. Педагог как транслятор

социально значимых ценностей, в первую очередь, сам должен обладать ими на достаточно сформированном уровне.

Библиографический список

1. Иванова, М. М. Опорные конспекты как средство повышения качества знаний студентов до дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / М. М. Иванова // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. – 2020. – № 3(44). – С. 39–43.
2. Коган, Б. М. Современные подходы к исследованию влияния компьютерной реальности на подростков / Б. М. Коган, Д. К. Постникова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: «Педагогика и психология» – 2007. – № 1(16). – С. 77–90.
3. Асмолов, А. Г. Человек в информационном поле и информационные поля / В. А. Шилова, А. Г. Асмолов // Мир психологии. – 2004. – № 1. – С. 179–206.
4. Чухрова, М. Г. Ермолаева, А. В. Интернет-зависимость как вариант аддиктивного поведения / М. Г. Чухрова, А. В. Ермолаева // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 2(33). – С. 231–234.
5. Гоголева, А. Аддиктивное поведение и его профилактика : учебно-метод. пособие / РАО, Моск. психол.-соц. ин-т ; А.В. Гоголева. – Москва : Моск. психол.-соц. ин-т; Воронеж : МОДЭК, 2002. – 238 с.
6. Цифровизация образования, все минусы электронной школы. Что будет с детьми? : [сайт]. – URL: <https://vc.ru/flood/43800-cifrovizaciya-obrazovaniya-vse-minusy-elektronnoy-shkoly-chto-budet-s-detmi>

Клейменова М.Н., канд. техн. н., доцент кафедры теоретических основ физического воспитания

Алтайский государственный педагогический университет

Перевалов М.В., студент 3 курса Института физической культуры и спорта, учитель физической культуры

Алтайский государственный педагогический университет

КГБОУ «Алтайский краевой педагогический лицей-интернат»

г. Барнаул

ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. В статье представлен теоретическим и практический материал использования дистанционного обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья. Дистанционное обучение для детей с ОВЗ является эффективным, так как каждое занятие с ребенком проходит индивидуально, учителю проще расположить к себе ученика.

Ключевые слова: дистанционное обучение, ОВЗ, физическая культура, платформа skype.

M.N. Kleymenova,

M.V. Perevalov

DISTANCE LEARNING FOR CHILDREN WITH DISABILITIES

Abstract. The article presents theoretical and practical material of the use of distance learning for children with disabilities. Distance learning for children with disabilities is effective, since each lesson with a child is held individually, it is easier for the teacher to win over the student.

Key words: distance learning, disabilities, physical education, skype platform.