

Урок № 8. Тема: «Опасности онлайн-игр и интернет-зависимость»

21.10.2024 года урок был посвящён рискам, связанным с онлайн-играми и интернет-зависимостью. Преподаватель объяснил, что хотя онлайн-игры могут быть увлекательными и развлекательными, их чрезмерное увлечение может иметь серьёзные последствия для здоровья и личной жизни. Долгое время, проведённое в игре, может привести к физическим проблемам (например, плохое зрение, нарушения сна) и ухудшению социальной адаптации.

Особое внимание было уделено психологической зависимости, когда человек начинает избегать реальной жизни, увлекаясь виртуальным миром. Признаками интернет-зависимости являются потеря контроля над временем, изоляция от близких, снижение интереса к реальной жизни и усиление потребности в новых играх.

Обсуждали также опасности онлайн-игр, в том числе насилие и агрессию, которые могут влиять на психику подростков.

Преподаватель подчеркнул важность баланса между увлечениями и реальной жизнью, а также развивать навыки самоконтроля, чтобы избежать зависимости от интернета и онлайн-игр.

Охват – 400 студентов.

