

## **ВЛИЯНИЕ ГОНОЧНЫХ ИГР НА ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ: ПОЗИТИВНЫЕ И НЕГАТИВНЫЕ АСПЕКТЫ**

М.И. Шобанов, студент

Д.Л. Крутский, старший преподаватель

Кузбасский государственный технический университет имени Т.Ф. Горбачёва,  
г. Кемерово

Гоночные игры занимают особое место в мире видеоигр, привлекая внимание как детей, так и взрослых. С их яркой графикой, увлекательным игровым процессом и реалистичными физическими моделями они протягивают руку игрокам различного возраста и социального статуса. В данной статье мы рассмотрим как позитивные, так и негативные аспекты воздействия гоночных игр на различных участников игрового процесса, с акцентом на их психологическое, социальное и когнитивное влияние.

Позитивные аспекты.

### 1. Улучшение координации и моторики.

Исследования показывают, что видеоигры, включая гоночные, способны улучшать координацию движений. Игроки должны выполнять действия с высокой точностью, что требует тонкого контроля своих рук и глаз. Эти навыки особенно ценны не только для детей младшего возраста, но и для участников взрослого поколения, где точная моторика может быть полезна в профессиях, требующих высокой концентрации.

Исследование, проведенное в университете Норвегии, показало, что участники, игравшие в гоночные игры, демонстрировали значительно лучшую реакцию и точность в выполнении практических задач в реальной жизни по сравнению с теми, кто не играл. Это указывает на то, что геймификация, похожая на гоночные игры, может иметь практическое применение в обучении и тренингах [1].

### 2. Развитие стратегического мышления

Гоночные игры часто требуют от игроков быстрой оценки ситуации, принятия мгновенных решений и разработки стратегии. Игроки сталкиваются с разнообразными вызовами, от выбора маршрута до выбора момента для использования специальных возможностей своего транспортного средства. Этот процесс может способствовать развитию критического мышления и способности к планированию, что полезно как в детском, так и во взрослом возрасте.

Одна из популярных игр, например, "Gran Turismo", предоставляет игрокам возможность выбирать автомобили и стратегии, что требует глубокого анализа и понимания механики каждого автомобиля и трассы. Таким образом, игроки развивают не только игровые навыки, но и способность принимать обоснованные решения в условиях неопределенности.

### 3. Социальные связи

Многопользовательские гоночные игры позволяют игрокам взаимодействовать между собой, создавая уникальные социальные связи. Это может быть особенно полезным для детей, так как игры могут служить платформой для формирования дружеских

отношений. Взаимодействие с другими игроками, соревнование и совместные достижения сплачивают группы, развивая навыки общения и сотрудничества.

Технологии онлайн-игр создали сообщества, где игроки могут общаться вне контекста игры, обмениваться опытом и строить свои социальные круги. В таких ситуациях формируются не только дружеские, но и рабочие связи, что может положительно сказаться на будущем карьерном росте и интеграции в социальную жизнь.

#### 4. Эмоциональная разрядка

Игры могут служить средством снятия стресса. В условиях повседневной жизни, полной обязанностей и задач, игры предоставляют возможность расслабиться и отвлечься от реальности. Процесс соревнования и достижения целей в игре может принести удовольствие и эмоциональное удовлетворение, что важно для ментального здоровья.

По данным исследований, игроки, использующие видеоигры как способ снятия стресса, в большинстве случаев имеют более высокие показатели психологического благополучия. Это может служить полезным инструментом для родителей, стремящихся создать сбалансированное времяпрепровождение для своих детей, сочетая игру с другими видами деятельности [2].

Негативные аспекты.

##### 1. Риск зависимости.

Одним из наиболее значительных недостатков гоночных игр является опасность формирования зависимого поведения. Длительное увлечение видеоиграми может привести к игромании, что отрицательно сказывается на всех аспектах жизни игрока: социальной, образовательной и профессиональной. Способность игрока отвлекаться от реальных обязанностей, таких как учеба или работа, может иметь серьезные последствия.

В 2018 году Всемирная организация здравоохранения внесла «игровое расстройство» в список болезней, что подчеркивает необходимость осознания потенциальных рисков, связанных с видеоиграми. Важно, чтобы как родители, так и участники играли ответственно, устанавливая четкие временные рамки для игрового процесса.

##### 2. Агрессивное поведение.

Некоторые исследования связывают игры с насильственным поведением, где потенциальная связь между агрессией и видеоиграми является важным вопросом для родителей и педагогов. Гоночные игры, как и многие другие жанры, могут включать элементы насилия и агрессии, что иногда становится предметом обсуждения [3].

Хотя не все игроки демонстрируют агрессивное поведение, существует вероятность, что постоянное взаимодействие с агрессивными элементами в играх может нормализовать такое поведение в реальной жизни. Исследования показывают, что молодежь может быть особенно уязвима к таким воздействиям, что требует внимательного контроля со стороны взрослых.

##### 3. Влияние на здоровье

Длительное времяпрепровождение за игровыми консолями может негативно сказаться на физическом здоровье игроков. Проблемы с осанкой, нарушение зрения и недостаток физической активности становятся все более распространенными. Сидячий образ

жизни, вызванный привычкой проводить много времени за экранами, может привести к долгосрочным проблемам со здоровьем, таким как ожирение и сердечно-сосудистые заболевания.

Активное участие в играх должно сочетаться с регулярными физическими упражнениями и активными видами отдыха. Родителям стоит напоминать своим детям о необходимости делать перерывы и больше двигаться, особенно после длительных игровых сессий [3].

#### 4. Снижение учебной успеваемости

Увлечение гоночными играми может отвлекать детей от занятий, что отрицательно сказывается на их успеваемости. Способность фокусироваться на учебе снижается, когда занятия играми занимают слишком много времени. Исследования показывают, что дети, проводящие много времени за видеоиграми, имеют тенденцию получать низкие баллы по учебным предметам.

Родителям необходимо устанавливать четкие границы для игровых сессий и стимулировать свои детей к выполнению домашних и учебных заданий прежде, чем они садятся за игры. Это поможет создать баланс между учебой и развлечением.

#### Заключение

Гоночные игры оказывают как позитивное, так и негативное влияние на детей и взрослых. Они могут способствовать развитию важных навыков, таких как координация, стратегическое мышление и социальные связи, а также служить средством эмоциональной разрядки. Однако существующие риски, вроде зависимости, агрессивного поведения и ухудшения здоровья, требуют от родителей и общества адекватного контроля и осознания ответственности.

Важно помнить о балансе между игровыми увлечениями и реальной жизнью. Формирование здоровых игровых привычек, совместное времяпрепровождение и обсуждение потенциальных проблем могут помочь максимизировать положительное воздействие видеоигр на всех участников, сохраняя при этом их психологическое и физическое благополучие.

#### Список литературы

1. Boesche W. Violent content enhances video game performance // *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*. 2009. Vol. 21. P. 145-150.
2. Смирнова Е.О., Радева Р.Е. Психологические особенности компьютерных игр: новый контекст детской субкультуры / Е.О. Смирнова, Р.Е. Радева // *Образование и информационная культура. Социологические аспекты. Труды по социологии образования*. Т. V. Вып. VII. – М.: Центр социологии образования РАО, 2000. – С. 330–369.
3. Anderson C.A., Bushman B.J. Human aggression // *Annual Review of psychology*. 2002. Vol. 53. № 1. P. 27-51.
4. Ковалёв А.Е., Влияние видеоигр на ребёнка – польза или вред? Материалы Международной научно-практической конференции. Издательство: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского (Липецк) г. Липецк, 2019.