

## Ученые выяснили, какие компьютерные игры наиболее полезны для мозга

Длительные наблюдения за работой мозга геймеров показали, что лучше всего развивает и стимулирует нашу нервную систему не головоломки и игры на сообразительность, а стрелялки и аркады, заявляют нейробиологи в статье, опубликованной в журнале *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*.

"Современные видеоигры эволюционировали в очень сложные феномены, воплощающие в себе многие принципы, которые психологи, нейробиологи и педагоги считают фундаментально важными для появления позитивных изменений в поведении человека, увеличения пластичности мозга и всей его способности к обучению в целом. Игры по своей природе являются проактивной формой обучения, которые обычно бывают эффективнее, чем пассивное приобретение знаний", — заявил Шон Грин (Shawn Green) из университета штата Висконсин в Мэдисоне (США).



Грин и его коллега Аарон Зайтц (Aaron Seitz) из университета Калифорнии в Риверсайде (США) выяснили, что компьютерные игры различных жанров крайне неодинаково влияют на развитие и работу нашего мозга, проанализировав то, как некоторые популярные сегодня игры влияли на психику и когнитивные способности молодых людей в экспериментах, которые проводили другие ученые.

В их число вошли несколько шутеров, в том числе *Wolfenstein* и *GTA*, социальные игры вроде *Sims*, строительные "песочницы" (*Minecraft*), казуальные мобильные игры, такие как *Angry Birds* и *Candy Crush*, а также ряд развивающих игровых приложений, предназначенных специально для развития мозга.

Как показали наблюдения Грина и Зайтца, не все компьютерные игры одинаково полезны для развития интеллекта — к примеру, "песочницы", казуальные игры, карточные игры вроде *Heartstone* не влияли положительно на работу мозга игроков и не содержат в себе таких вещей, которые стимулировали бы развитие когнитивных способностей.

С другой стороны, достаточно неожиданным образом стрелялки и аркады достаточно неплохо улучшали умственные способности геймеров и справлялись с этой задачей не хуже, чем специально разработанные для этих целей игры.

"Стрелялки оказались связаны с улучшенным вниманием к деталям, ускорению обработки информации в мозге и с рядом других когнитивных функций, в том числе и с развитием умозрительного зрения и воображения. Что интересно, игры на сообразительность обычно воплощают в себе достаточно малое число этих свойств", — пишут авторы статьи.

Тем не менее, как подчеркивают ученые, не стоит забывать о том, что у компьютерных игр есть и негативные стороны. Хотя они и не способствуют развитию дефицита внимания, как считают многие родители, есть свидетельства того, говорит Грин, что они снижают интерес ребенка к тому, что происходит в учебном классе, а также обладают рядом других негативных социальных эффектов.

[Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)  
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:  
[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)



Автор текста: **Алиса Канарис**,  
обозреватель.

На сайте опубликовано **424**  
текстов этого автора.

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)  
Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [krsyar.babr@gmail.com](mailto:krsyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

---

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot\_bot

эл.почта: eqquatoria@gmail.com

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)