

Воспитательский час: « Мобильный телефон: друг или враг»

Чебан Н.Г, воспитатель высшей
квалификационной категории
ГБОУ школа-интернат
с. Малый Толкай

Цель: формирование навыков правильного пользования сотовым телефоном.

Задачи:

- 1) Дать понятие культуры пользования мобильным телефоном в школе, общественных местах;
- 2) Развивать осознание пользы и вреда пользования сотовым телефоном;
- 3) Развивать устную речь, умение анализировать и делать выводы;
- 4) Формировать навыки сохранения собственного здоровья через правильное пользование сотовыми телефонами;
- 5) Воспитывать навыки культуры общения по телефону.

Ход занятия:

Мобильный телефон – это переносное средство связи, предназначенное для голосового общения и общения посредством **SMS (СМС)** дословно переводится с английского языка как Short Message Service, что буквально означает «служба (передачи) коротких сообщений». В настоящее время сотовая связь – самая распространённая из всех видов мобильной радиосвязи, поэтому чаще всего мобильный телефон называют сотовый.

Слайд 2

В 1973 году американский инженер Мартин Купер, сотрудник компании Motorola, совершил звонок с первого действующего мобильного телефона. Вы только представьте себе: это была трубка весом около 1,15 кг, высотой 25 см, по толщине и ширине около 5 см. На панели было расположено всего 12 клавиш. Аккумулятор позволял общаться по телефону целых 35 минут, а заряжать его приходилось 10 часов. Слайд 3,4,5

Вопрос: У кого есть сотовые телефоны? (ответы)

Могли бы вы обойтись без мобильного телефона? (ответы)

Действительно, большинство из нас с трудом представляет свою жизнь без мобильного. Ведь современный мобильный телефон - это не просто средство связи. Он приносит множество возможностей, невообразимых ещё каких-то десять лет назад.

Вопрос: В каких целях вы используете свой мобильник? (ответы)

Мобильный телефон может выступать в роли: фото- и видеокамеры, mp3-плеера, это и календарь, записная книжка, калькулятор, блокнот, будильник. С помощью мобильного телефона можно просматривать странички интернета, читать электронную почту, делать записи в блоги, посещать социальные сети: «вКонтакте», «Одноклассники» и другие.

Слайд 6

Напрашивается ответ на наш вопрос – **мобильный телефон друг?** Да, но...

Слайд 7

Но не все знают о том, что наш мобильный друг может оказаться мобильным врагом!

Мобильник вызывает зависимость

Во-первых, это **беспокойство по поводу отсутствия телефона**. При этом фиксируются гипертонические явления – скачки артериального давления.

Слайд 8.

Во-вторых, это **SMS-мания**. 95% юношей и 98% девушек в Италии имеют мобильный телефон, при этом 25% опрошенных получают и отправляют примерно 15 SMS в день. Слайд 9.

В третьих - **информационная мания**. Владелец телефона постоянно ждёт звонка или SMS, достаёт мобильник, проверяет, не пропустил ли он важную информацию, читает электронную почту и SMS-сообщения. В итоге, человек не может запомнить, какая именно информация для него важна, и обращается к своему мобильному снова и снова. Слайд 10.

Далее отметим **зависимость человека от самого девайса**. Владелец телефона стремится прикупить новую модель, какие-либо аксессуары, выделяющие его мобильного друга из массы обычных «средних»

телефонов. В этой ситуации человек ощущает повышение своего социального статуса и готов тратить все деньги на свой сотовый телефон, даже в ущерб другим важным вещам. Слайд 11.

Всем известны случаи проявления **«мобильного фантома»**. Представьте себе ситуацию, когда у кого-то в кармане раздаётся звонок телефона и все люди поблизости начинают лихорадочно доставать свои мобильные, проверяя входящие звонки. Слайд 12.

Ещё одно **типичное проявление зависимости – это звуковые галлюцинации**. Порой людям кажется, что они слышат звонок мобильного телефона, хотя в действительности аппарат не звонил или был вовсе выключен. Такие случаи хотя бы раз происходили со всеми обладателями сотовых, однако у некоторых людей несуществующие звонки становятся хронической фобией. Этот феномен получил название «мания звонка». Слайд 13.

Оказывается, мобильный телефон - источник высокочастотного электромагнитного излучения. Его воздействие на ткани человеческого тела аналогично воздействию излучения, применяемого в микроволновых печах. Конечно, мощность излучения телефона гораздо меньше, однако оно тоже имеет способность приводить к локальному нагреву тканей, разрывам молекул ДНК и другим повреждениям клеток. Слайд 14

К чему приводит излучение телефонов?

Самыми «безобидными» и очень быстро наступающими последствиями регулярного пользования мобильным телефоном являются:

- ослабление памяти,
- частые головные боли,
- снижения внимания,
- напряжение в барабанных перепонках,
- раздражительность,
- нарушения сна,
- внезапные приступы усталости,

- снижение умственных и познавательных способностей.

Длительное использование телефона существенно увеличивает риск развития доброкачественной опухоли слухового нерва. Подобная опухоль возникает только на той стороне головы, к которой чаще всего прикладывается сотовый телефон. Если мобильный телефон постоянно прикладывается к одной и той же части головы, риск возрастает в 4 раза.

Слайд 15

Наш организм особенно чувствителен именно к слабым излучениям, которые соразмерны колебаниям живых клеток. Если вы не расстаётесь с сотовым телефоном даже во сне (к примеру, привыкли использовать его в качестве будильника и для этого кладете рядом с подушкой), не удивляйтесь, если перестанете высыпаться. Слайд 16

Оказывается, что около четверти автокатастроф случаются из-за невнимательности водителей, разговаривающих за рулем по мобильному телефону Слайд 17.

Разговаривать по мобильному телефону опасно не только для водителей, но и для пешеходов, когда они пересекают проезжую часть. Пешеходы, болтающие по телефону, медленнее идут, чаще меняют направление движения, испытывают трудности с навигацией. Разговор по мобильному телефону вызывает эффект «частичной слепоты», когда человек попросту не обращает внимания на то, что происходит вокруг него. Слайд 18.

Как же обезопасить себя? Слайд 19

1. Звоните на улице. Когда погода позволяет, лучше выйти прогуляться во время разговора - телефон-то мобильный. Если на улицу выйти нельзя, то хотя бы повернитесь так, чтобы ваша голова не закрывала вид телефона в окно на улицу - это должно дать дополнительных 5 дБ. Слайд 20

2. Дождитесь соединения, прежде чем подносить телефон к голове. Прием вызова абонента – это момент пика излучения. Слайд 21

3. Пользуйтесь гарнитурами и системами "свободные руки" ("hands free"), чтобы держать сотовый телефон подальше от головы и тем самым уменьшить его воздействие. Слайд 22

4. Старайтесь не разговаривать в закрытом пространстве (автомобиле, лифте, поезде, гараже и др.). Металлический «экран» ухудшает радиосвязь, в ответ на это мобильный аппарат увеличивает свою мощность. Слайд 23

5. Не пользуйтесь мобильным телефоном во время грозы. Вероятность попадания молнии в работающий телефон в несколько раз выше попадания в человека. Слайд 24

6. Не пользуйтесь мобильным телефоном во время пересечения проезжей части и управления транспортным средством. Слайд 25

7. Правило мобильного этикета: уважайте других людей – выключайте телефон или, по крайней мере, не разговаривайте по телефону в общественных местах и транспорте. Слайд 26

Вывод: мобильный телефон будет нашим другом, если выполнять эти правила.

Вопрос. Знаете ли вы запрещающий знак пользования телефоном? Слайд 27

В каких общественных местах запрещается пользоваться телефонами?

Пользоваться телефоном запрещается.

1. В местах с повышенной опасностью.
2. В театрах, музеях, кино, православных храмах.
3. В самолётах (с 2000 г.)
4. В учебных учреждениях при проведении экзаменов, во время уроков.
5. В медицинских учреждениях (влияние на аппаратуру)
6. На промышленных площадках (влияние на аппаратуру)
7. Водителями автомобилей.

Как правильно пользоваться телефонами в школе (обсуждение). Вручение памяток.

Вопрос. Сотовый телефон – часть нашей жизни. Он друг или враг (студенты высказывают своё мнение).

Выводы. Подведение итогов воспитательского часа.