

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №108»**

**«Мобильный телефон – польза или вред?»**

Возрастная группа: № II

Направление: « Естественные науки»

Выполнила: Тагирова Самира,  
ученица 3 «А» класса  
МБОУ «СОШ №108»

Руководитель: Тагирова Ляйсан Юсуповна,  
учитель начальных классов  
МБОУ «СОШ №108»

г. Трехгорный

## **Содержание**

<b>Введение.....</b>	<b>3 стр.</b>
<b>1. Теоретическая часть</b>	
1.1. История создание мобильного телефона.....	4 стр.
1.2. Влияние мобильного телефона на жизнь и здоровье человека.....	5-6 стр.
<b>2. Практическая часть</b>	
2.1 Анкетирование «Я и мобильный телефон».....	7-10 стр.
2.2 Создание лэпбука « Мобильный телефон – польза или вред?».....	11 стр.
<b>Заключение.....</b>	<b>12 стр.</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>13 стр.</b>
<b>Приложение.....</b>	<b>14-15 стр.</b>

## **Введение**

Мобильные телефоны стали частью нашей жизни, как телевизоры или компьютеры. На переменах мои одноклассники играют в игры в телефоне, тратят много времени на разговоры по мобильному телефону. Я выбрала эту тему потому, что меня заинтересовало, как же воздействует сотовый телефон на здоровье человека, для чего нужен сотовый телефон и что знают учащиеся начальной школы о пользе и вреде мобильного телефона?

Я считаю, что выбранная мною тема важна, так как большинство школьников много разговаривают и играют по мобильному телефону, он является неотъемлемой частью их жизни и не все из них знают, какие правила надо соблюдать, чтобы сохранить своё здоровье.

**Цель работы** – создание лэпбука « Мобильный телефон – польза или вред? ».

Гипотеза: Я предполагаю, что мобильный телефон оказывает как положительное влияния на современного человека, так и вредное воздействие на его здоровье.

### **Задачи проекта:**

1. Изучить различные теоретические источники по теме проекта;
2. Провести анкетирование у сверстников, с целью выявления частоты использования ими мобильного телефона в течение дня;
3. Подвести итоги работы;
4. Создать лэпбук для учащихся начальных классов «Мобильный телефон – польза или вред?».

**Методы исследования:** наблюдение, исследования публицистических и научных источников, анкетирование.

Мобильный телефон – переносное средство связи, предназначенное преимущественно для голосового общения. Сегодня роль мобильного телефона в жизни человека сложно переоценить. С помощью этого компактного прибора мы в любой момент можем быстро связаться со своими родственниками и друзьями, сфотографировать момент своей жизни, узнать интересующую нас информацию. Представить мир без мобильной связи уже невозможно.

## 1. Теоретическая часть

### 1.1 История создание мобильного телефона

В далеком 1947 году лаборатория Bell Laboratories (США) официально выступила с предложением создать мобильный телефон. Эту дату можно считать точкой отсчета. Именно тогда официально началась активная работа по созданию нового устройства. Однако, появиться первому мобильному было суждено не в стенах Bell Laboratories.



Первый прототип мобильного сотового телефона был создан американской компанией Motorola. Это произошло в 1973 году. Создателем устройства стал инженер Мартин Купер. Вес первого сотового телефона составлял около 1 кг. У аппарата отсутствовал дисплей. Батарея телефона позволяла ему работать в режиме ожидания до 8 часов, а в режиме разговора-до 1 часа.

В 1984 году в продажу поступила рабочая модель сотового телефона (DynaTAC 8000X). Цена новинки составляла около 7.000 рублей. Однако, несмотря на это, тысячи желающих приобрести новое устройство записывались в очередь на покупку аппарата.[1]



Сотовый телефон с момента своего создания постоянно совершенствовался. В 1993 году в мире был выпущен первый сотовый со встроенными часами. Спустя 3 года немецкая компания Siemens начала производить аппараты с диктофоном и цветным дисплеем. В 2000-м году в продаже появились аппараты со встроенной фотокамерой.

Это произошло в Японии. Примерно в это же время вышли в продажу телефоны со встроенным mp3-плеером. [5]



Перечислять все появляющиеся в процессе совершенствования сотовых телефонов новые функции можно долго. Процесс улучшения продолжается и сегодня.

На сегодняшний день более двух с половиной миллиардов людей в мире используют мобильную связь, мы не выходим из дома, не взяв с собой ключи и мобильник.

## 1.2 Влияние мобильного телефона на жизнь и здоровье человека

**Положительное влияние** – это все функции мобильного телефона, которые делают жизнь человека проще:

- *связь*: всегда можно связаться с окружающим миром, позвонить родителям, друзьям;
- *калькулятор*: посчитать решение примеров на математике;
- *Интернет*: в свободное время можно выйти на свои любимые сайты, проверить почту, посмотреть последние новости;
- *музыка*: наслаждаться любимыми песнями ;
- *органайзер*;
- *будильник*: никогда не проспичь, заводя его;
- *Bluetooth*: можно передавать письма на расстоянии, при этом абсолютно бесплатно;
- *Календарь*: заранее происходит оповещение о событии в ближайшие дни, что очень удобно;
- *Мессенджеры*: большое разнообразие;
- *Фотоаппараты*: запечатлеть моменты;
- *Приложения*: большое разнообразие на различные темы и направления.[3]

Мобильный телефон имеет и **отрицательное воздействие** на жизнь, и здоровье человека.

- Во-первых, мобильный телефон понижает иммунитет.
- Во-вторых, страдает зрение.
- В-третьих, сотовый аппарат может спровоцировать попадания в человека молнии.
- В-четвертых, происходит нарушение генного порядка.
- В-пятых, телефон нарушает фазы сна.
- В-шестых, плохо влияет на биологические ритмы человека.
- В-седьмых, может привести к развитию раковых опухолей.
- В-восьмых, частое излучение мобильного телефона *на внутренние органы человека*. [3]
- - опасность на дороге

В ходе исследований было доказано, что при использовании сотового телефона за рулём риск попасть в аварию возрастает на 50%. До 30% аварий на дорогах происходит по вине

водителей, разговаривающих за рулём по телефону или читающих в дороге sms-сообщения.

- - невнимательность на уроке

Сотовые телефоны – источник возникновения проблемных ситуаций в школах, причина конфликтов между учеником и учителем. Дети не стесняются использовать телефоны на уроках, слушать музыку и обмениваться sms-сообщениями. Это отвлекает учащихся от занятий и нарушает учебный процесс.

- - эффект «варёных мозгов»

Есть такой термин «эффект варёных мозгов». При слишком длительном общении по сотовому телефону резко повышается температура, происходит поражение сосудов головного мозга на уровне уха.

- - риск возникновения серьёзных болезней

Также существует риск возникновения серьёзных болезней. С целью прояснения данной проблемы учёные на протяжении более чем 6 лет изучали эффекты воздействия электромагнитного излучения, исходящего от сотовых телефонов. Они пришли к выводу, что связь между использованием сотового телефона и риском возникновения определённых форм злокачественных опухолей, т. е. рака, существует.[6]

Мобильный телефон, как и вся техника, излучает вредное воздействие. Чем больше в телефоне функций, тем, как правило, выше уровень вредного воздействия. Таким образом, можно утверждать, что мобильный телефон имеет влияние на организм человека. При неправильном использовании это влияние негативно!

## 2. Практическая работа

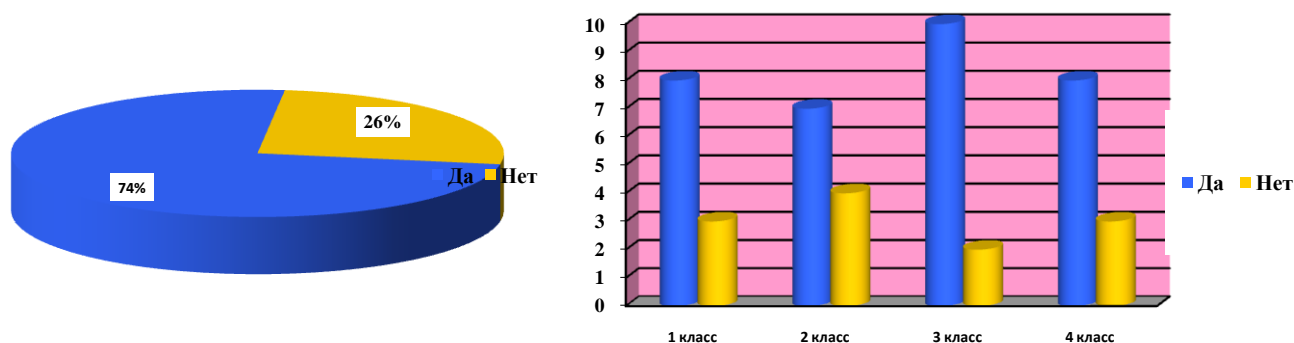
### 2.1 «Анкетирование «Мобильный телефон в жизни школьника»

Изучив теоретический материал, решила выяснить, насколько мобильный телефон вошел в нашу жизнь, и провела исследование в виде *анкетирования*. Для проведения анкетирования составила анкету «Мобильный телефон в жизни школьника». (Приложение 1).

В анкетировании приняли участие 143 – учащиеся 1-4 классов МБОУ «СОШ № 108».

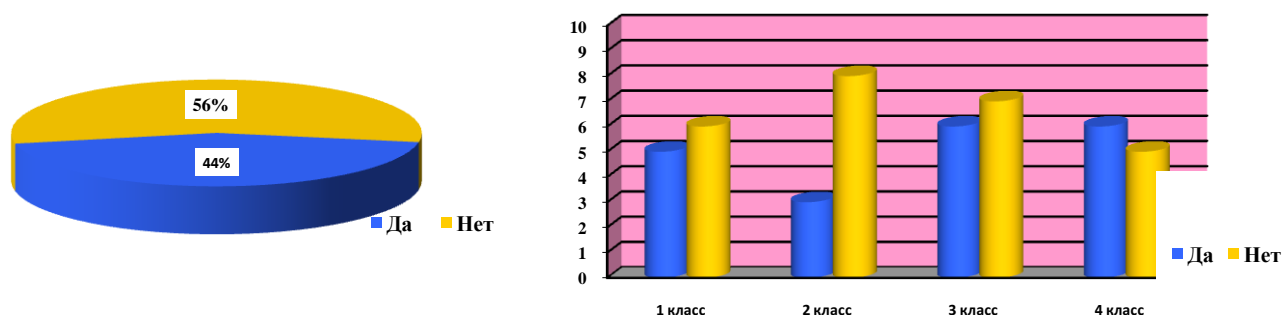
**Цель исследования** – проанализировать информацию об отношении к телефону и его использованию моими сверстниками. В ходе анкетирования я выявили следующее:

#### 1. У Вас есть сотовый телефон?



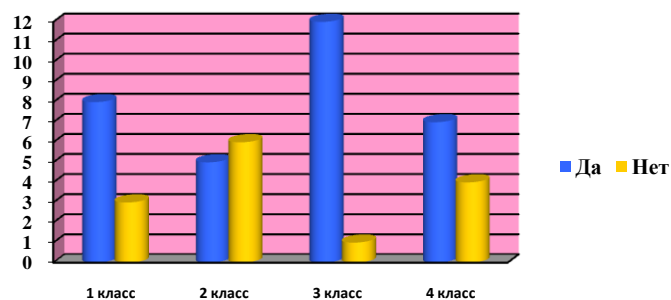
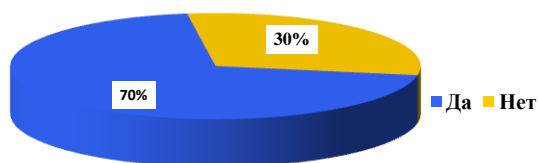
**Вывод:** большая часть учащихся пользуется сотовым телефоном. Значит телефон это уже неотъемлемая часть нашей жизни.

#### 2. Вы пользуетесь телефоном каждый день?



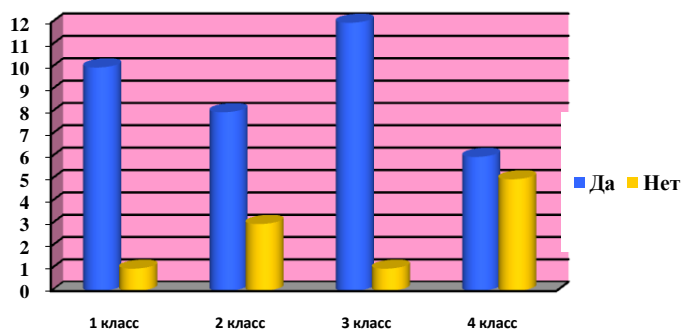
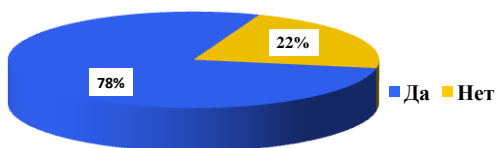
**Вывод:** 56% опрошенных детей пользуются телефоном каждый день.

### 3. Слышали ли Вы о влиянии телефона на организм?



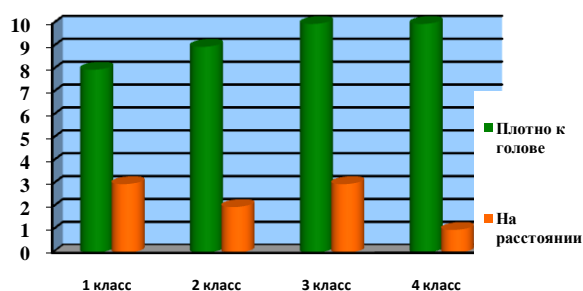
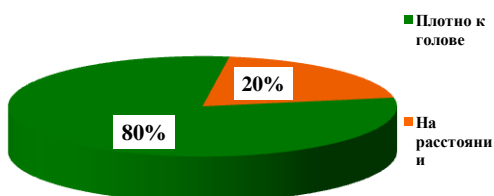
**Вывод:** большая часть опрошенных знают, что телефон может влиять на организм человека.

### 4. Может ли неправильное использование мобильного телефона принести вред?



**Вывод:** 78% считают, что неправильное использование мобильного телефона может принести вред. И они правы!

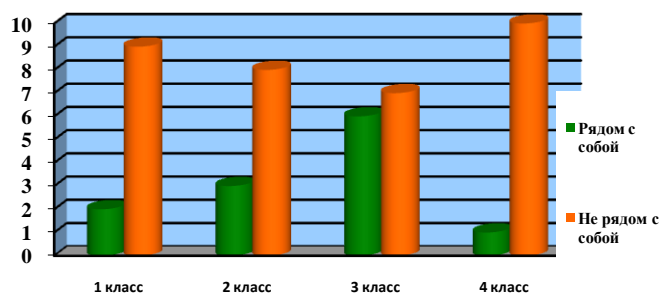
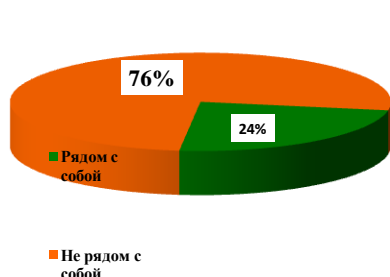
### 5. Как Вы держите телефон во время разговора?



**Вывод:** 80 % учащихся во время разговора держат телефон, плотно прижимая «трубку» к уху. Они не знают, что так получают большую дозу облучения.

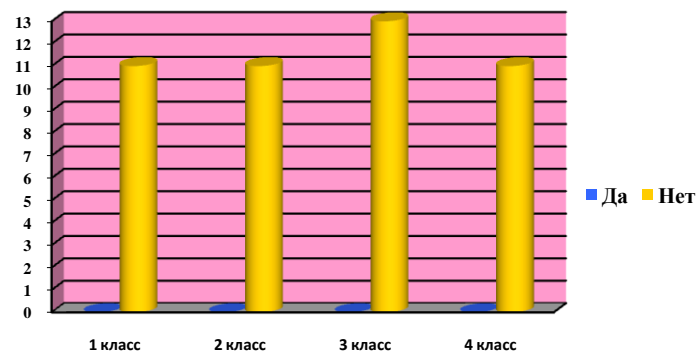


### 6. Где Вы оставляете телефон во время сна и отдыха?



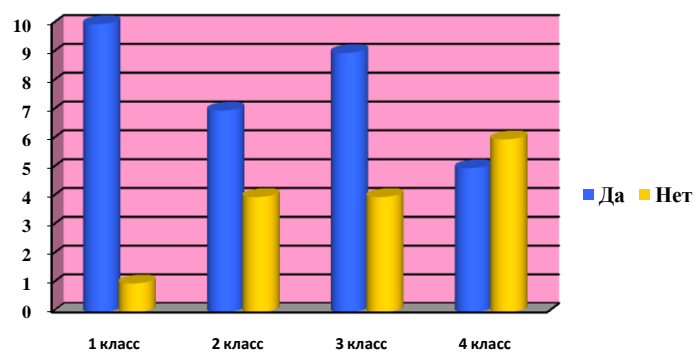
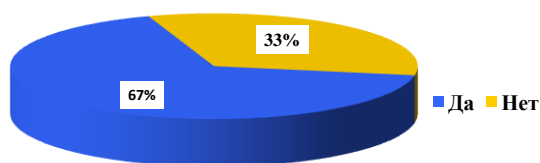
**Вывод:** телефон если даже не используется, производит вредное излучение. Правильно во время сна и отдыха держать телефон на расстоянии. Так как, даже не звонящий аппарат постоянно связывается с базовой станцией.

### 7. Пользуетесь ли Вы телефоном во время уроков?



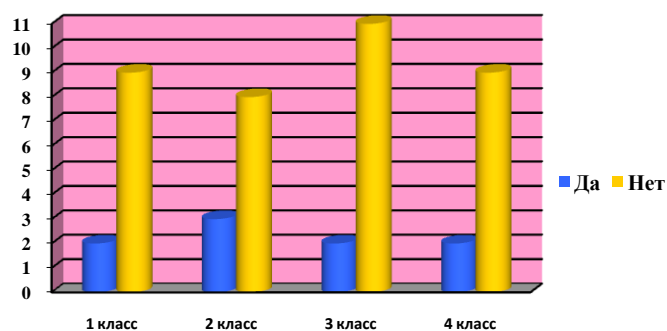
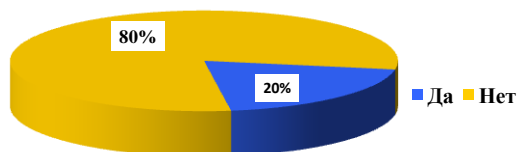
**Вывод:** никто из учащихся начальной школы не пользуется телефоном во время занятий. Я думаю, что телефон отвлекает и мешает учиться, поэтому на время уроков лучше отключать телефон.

### 8. Как Вы думаете, влияет ли чрезмерное использование телефона на успеваемость учеников в школе?



**Вывод:** да, чрезмерное использование телефона влияет на успеваемость в школе.

### 9. Известны ли Вам правила пользования сотовым телефоном?



**Вывод:** как видим, большинство учащихся, а это составляет 80%, не знают правила пользования мобильным телефоном, поэтому я решила создать лэпбук, в котором осветить положительное и отрицательное воздействие мобильного телефона на здоровье человека, а также советы ( Приложение 2) по использованию мобильного телефона.

## 2.2 Создание лэпбука « Мобильный телефон – польза или вред?»

Что такое Лэпбук? Лэпбук (lapbook) – в дословном переводе с английского значит «наколенная папка» (lap – колени, book – книга), или как его еще называют тематическая папка с кармашками, окошечками.

В создании лэпбука можно выделить несколько этапов:

- 1) этап: Выбрать формат и дизайн лэпбука.
- 2) этап: Определить содержания лэпбука. .
- 3) этап. Создание лэпбука.

К каждому этапу я подошла серьезно и с тщательной подготовкой. Ведь создание лэпбука сложный и трудоемкий процесс. Весь лист поделила на несколько частей, разместила информацию на листе формата А4 по задуманному дизайну. Упор в тексте для лэпбука делается на индивидуальном и интересном дизайне, используя емкий, и короткий текст. Важно уделить внимание каждой части лэпбука с информацией, ведь от того, лэпбук будет, выглядит привлекательнее и интереснее.

При помощи лэпбука я постараюсь донести до сознания каждого ученика информацию о вреде и пользе мобильного телефона.

## **Заключение**

В результате работы над проектом, я достигла поставленной цели - создала лэпбук « Мобильный телефон – польза или вред? ». Моя гипотеза подтвердилась.

В ходе работы над проектом, я сама узнала много нового о мобильном телефоне, и это изменило мое отношение к нему. Я стала ограничивать продолжительность разговора, почти не играю в сотовом телефоне. Многие ученики моего класса тоже последовали моему примеру.

Я убедилась, что сотовый телефон со всеми его достоинствами – это полезная и необходимая вещь, а, учитывая его недостатки, можно утверждать, что телефон наносит вред человеку. И станет ли он другом или врагом, полностью зависит только от нас самих.

### Список использованной литературы

1. Баладина Н., Козлов Б., Майоров А., Шимановский В., Шугуров Л. Техника вокруг нас: [техника в доме] // Телефон, 2006.
2. Беляев, Ю.В. Неврологический эффект и мобильные коммуникации – М.: Мысль, 2014.
3. Биология № 12/2002. Ст. «Сотовый телефон: за и против», И. Сколотнев
4. Григорьев, О.А., Меркулов, А.В., Темников, А.Г. Оценка электромагнитной обстановки в районах размещения базовых станций сотовой связи – М.: Экосинформ, 2012, № 3.
5. Журнал «Здоровье детей» № 1, 2 2008 г. Статьи: В. Зайцева «Уровень безопасности» № 1; В. Зайцева « Дети и мобильник» № 2.;
6. Нечай О. Польза и вред мобильного телефона // Компьютера. – 2007.
7. <http://www.portal-slovo.ru>
8. <http://www.cnews.ru/news/top/index.shtml>
9. [www.mednovosti.ru](http://www.mednovosti.ru)
10. <http://www.mobimag.ru/Articles>

## Приложение 1

## Анкетирование «Я и мобильный телефон»

1. У Вас есть сотовый телефон?

а) да

б) нет

2. Вы пользуетесь телефоном каждый день?

а) да

б) нет

3. Слышали ли Вы о влиянии телефона на организм человека?

а) да

б) нет

- #### 4. Может ли неправильное использование мобильного телефона принести вред?

а) да

б) нет

5. Как Вы держите телефон во время разговора?

а) ПЛОТНО К ГОЛОВЕ

б) на расстоянии

6. Где оставляете телефон во время сна и отдыха?

а) рядом с собой

б) не рядом с собой

7. Пользуетесь ли Вы телефоном во время уроков?

а) да

б) нет

8. Как Вы думаете, влияет ли чрезмерное пользование телефоном на успеваемость учеников в школе?

а) да

б) нет

9. Известны ли Вам правила этикета по пользованию сотовым телефоном?

а) да

б) нет

## **Приложение 2**

### **Советы по использованию мобильного телефона**

1. Говорите по телефону не более 10 минут в день.
2. Слушайте музыку через наушники не более 10 – 15 минут.
3. Смотрите на дисплей телефона не более 15 минут.
4. Не используйте телефон в машине, самолете, так как это приводит к сбою приборов техники
5. Не держите мобильный телефон под подушкой и в руках, когда спите.
6. Пользуйтесь проводной гарнитурой для уменьшения вредного воздействия.
7. Контролируйте уровень заряда аккумулятора, при слабой зарядке – уровень излучение сотового аппарата возрастает.
8. Выбирайте место, где уровень сигнала связи больше. При слабом сигнале – уровень излучения телефона возрастает.
9. Не пользуйся телефоном во время уроков
10. Не клади телефон во внутренние карманы одежды, близко к телу
11. Выключай сотовый телефон в общественных местах.