

# ТЕЛЕФОН

КЛАССНЫЙ ЧАС



**Телефон доверия** – это служба, куда может анонимно обратиться абсолютно любой ребенок, чтобы обсудить отношения с друзьями, близкими, семейные и школьные отношения.

**Для чего нужен телефон доверия?**

**В жизни много вопросов и трудностей. Каждый может попасть в ситуацию, когда ему будет нужна помощь. В этот момент важно быть услышанным! И это очень важно!**



**Мобильный  
телефон:  
друг или враг?**

# Не навреди!

- Не рекомендуют пользоваться сотовыми телефонами детям до 18 лет.
- Вести разговоры по мобильному телефону в среднем не более десяти минут в день.

## Можно ли пользоваться телефонами в школе?

- ▢ Нельзя пользоваться сотовыми телефонами во время учебных занятий в школе, т.к. это мешает учебному процессу, отвлекает ваше внимание и внимание одноклассников от изучаемого предмета.
- ▢ Нельзя фотографировать одноклассников без их на то желания.



# Только факты.

- Каждый год сотни людей в мире гибнут от удара молнии. Золотое правило поведения во время грозы – нельзя пользоваться мобильными телефонами, так как они могут «притянуть» молнию.
- Слишком активное использование мобильного телефона может плохо сказаться на работе головного мозга.

# Можно ли пользоваться телефонами водителям?

- ▣ Анализ 700 дорожно-транспортных происшествий показал, что разговор по телефону повышает риск попадания в аварию в четыре раза.



**И если человек желает быть здоровым, то обязательно прислушается к рекомендациям врачей и учёных, и ограничит время своих разговоров по сотовому телефону, и будет держать его на безопасном расстоянии.**

## **Держите трубку на расстоянии от уха.**

**Допустим, расстояние от антенны плотно прижатой к уху трубки до коры головного мозга составляет 1 см. Тогда, отодвинув трубку от уха всего на 1 см, вы увеличите расстояние до мозга вдвое (2 см), и мощность, излучаемая в мозг, уменьшится в 4 раза!**

# Важно помнить!

- Сотовый телефон лучше носить **в сумке**, а не в кармане или на шее.
- Самый высокий уровень излучения достигается в момент поиска сети и соединения.
- Там где есть сильные помехи сотовыми телефонами надо пользоваться как можно меньше



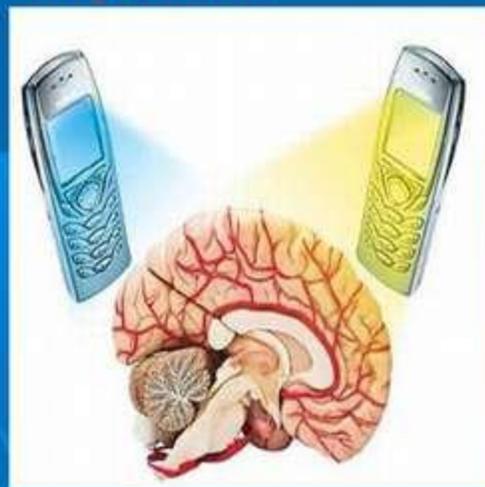
# **Звоните на улице.**

**Когда погода позволяет,  
лучше выйти  
прогуляться во время  
разговора.**

## Что испытывает человек, пользуясь телефоном?

- Известно, что те люди, которые использовали телефон около 2 минут в день, жаловались **на плохое самочувствие.**
- У тех людей, кто пользуется телефоном около 30 минут ежедневно, **наблюдается потеря памяти, головокружение, головная боль, утомляемость, сонливость.**

**А если пользоваться телефоном дольше, то проблемы со здоровьем возрастают.**



# Как же обезопасить себя?



## Ухудшается ли слух, когда говоришь по телефону?

- Постоянное использование наушников при разговоре по телефону может привести к ухудшению слуха.





- Работающий в режиме ожидания мобильник способен сократить и расстроить самые важные фазы ночного отдыха — быстрый сон и медленный сон.



- Наш организм особенно чувствителен именно к слабым излучениям, которые соразмерны колебаниям живых клеток. Если вы не расстаетесь 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.



- **Исследования впервые показали, что все сотовые телефоны, продаваемые в нашей стране, не соответствуют санитарным нормам.**

## Что говорят учёные о вреде телефонов?



- Японские учёные утверждают, что мобильные телефоны могут привести к появлению таких заболеваний, как экзема, сенная лихорадка и астма.

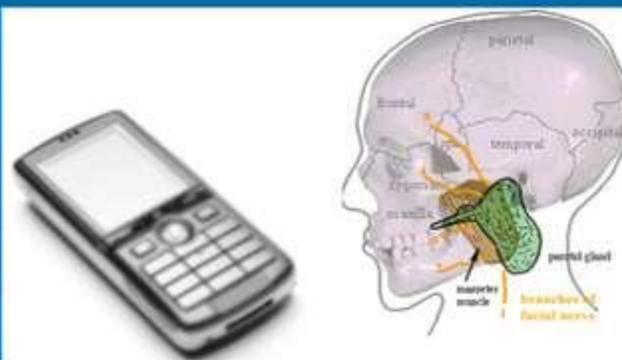
## Правда, что у пользователей телефона повышается давление?

- Германские исследователи обнаружили еще один изъян сотовых телефонов - **во время работы они повышают артериальное давление человека.**



## Какие ещё осложнения вызывает телефон?

- Установлено, что если люди пользовались телефоном более 10 лет, то у половины из них возникали **опухоли мозга** с той стороны, куда они прикладывали трубку.





- 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.

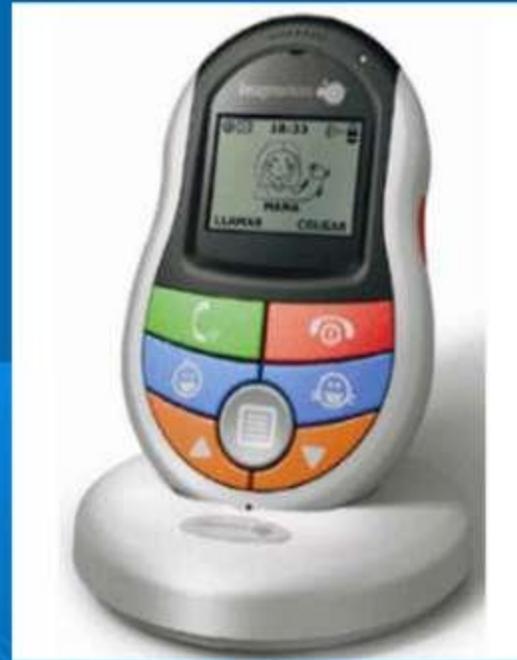
## Опасен ли сотовый телефон?

- А так ли безопасен сотовый телефон, как мы думаем?
- Когда сотовый телефон работает, то он окружён очень мощным электрическим полем, которое отрицательно влияет на организм, особенно детский.



## Какие бывают сотовые телефоны?

- Большинство сотовых телефонов для детей делают из прочного материала для каждодневного пользования.
- Но, несмотря на это, вы все равно должны ухаживать за телефоном, как следует, и проявлять осторожность.



## Нужны ли детям сотовые телефоны?

- ▮ **Сотовые телефоны действительно необходимы.**
- ▮ Они созданы для того, чтобы поддерживать отношения не только с членами семьи, но и с близкими и друзьями.
- ▮ **Встроенная функция GPS позволяет знать вашим родителям, где вы находитесь.**



## Сотовый телефон – это игрушка?

- Сотовый телефон для многих детей стал любимой игрушкой!
- По результатам последнего исследования, подростки большую часть своих карманных денег тратят на... сотовые телефоны!



# Операторы СОТОВОЙ СВЯЗИ

- Билайн
- Элайн
- Мегафон
- МТС
- Смартс

**Сотовый телефон представляет собой функционально законченное устройство, содержащее все элементы компьютера – это :**

- Процессор
- Память
- Устройства ввода (клавиатура, микрофон)
- Устройства вывода (дисплей, динамик)
- Коммуникационное оборудование (цифровые линии связи)

- **Сегодня сотовая связь стремительно вошла в жизнь каждого из нас- мобильный телефон не редкость.**
- **Это доступное средство для каждого из нас.**
- **И не важно где ты находишься –ты всюду можешь «**быть на связи**».**