

Исследовательская работа

«Увлекательные занятия – альтернатива телефонным играм»

Бертаев Аскар Серикович

МБОУ «Школа №54», Авиастроительный район, г. Казань

3 класс

Научный руководитель:

Коновалова Надежда Александровна,

учитель начальных классов

высшей квалификационной категории

МБОУ «Школа №54»

Авиастроительного района г.Казани

## Оглавление

Введение .....	3
Теоретическая часть.....	4
1.1 История создания мобильных телефонов.....	4
1.2 Влияние мобильного телефона на организм человека.....	5
1.3 Увлекательные занятия – альтернатива телефонным играм.....	6
Практическая часть.....	8
2.1 Исследование.....	8
2.2 Результаты исследования.....	9
Заключение .....	10
Список используемой литературы и ресурсов .....	11
Приложение.....	12

## **Введение**

**Актуальность темы** заключается в том, что в наше время мобильные телефоны есть у каждого взрослого и ребенка. И не удивительно, ведь мобильная связь помогает и облегчает жизнь людей. При правильном использовании телефона и в жизни ребенка является большим помощником. Но так как мобильный телефон является еще и игровым устройством, дети воспринимают его, прежде всего как игрушку. У многих возникает зависимость к телефону. Нередко можно наблюдать, как даже совсем маленькие дети плачем и криком выпрашивают телефон. В данной работе мы выясним наиболее эффективный путь борьбы с телефонными играми.

**Цель моего исследования:** выяснить, как часто школьники пользуются сотовым телефоном, и предложить альтернативу телефонным играм.

### **Задачи:**

1. Собрать информацию об истории создания мобильных телефонов.
2. Выяснить наносят ли вред мобильные телефоны нашему организму.
3. Провести анкетирование учащихся МБОУ СОШ №54 среди третьих классов по теме: «Мобильный телефон в твоей жизни».
4. Сформулировать выводы и рекомендации при работе с мобильными телефонами.

**Объект исследования:** мобильные телефоны.

**Предмет исследования:** влияние телефона на жизнь человека;

**Гипотеза:** проблему зависимости от телефона можно уменьшить. Для этого требуются всего лишь совместные усилия взрослых и детей.

**Методы исследования:** анализ научной литературы, наблюдение, опрос учащихся, сравнение и обобщение полученных результатов.

**Практическая значимость проекта,** что увеличение количества сотовых телефонов приводит к ухудшению здоровья, жизни детей и к отрицательному влиянию на окружающую природу.

## Теоретическая часть

### 1.1 История создания мобильного телефона

В 1969 г. мировые лидеры телекоммуникационного рынка стали думать об усовершенствовании проводного аппарата. Они хотели, чтобы каждый абонент имел свой номер, который был бы актуален не только в стране, где оформлен, но и за рубежом. Выпускник Стокгольмской технической школы Эстен Мякитоло был одним из первых, кому пришла в голову такая идея. Однако для практической реализации концепции Мякитоло требовались мощные технологии, которые появились только в 1980-х гг.

Поэтому только в 1983 г. компания Motorola смогла выпустить первый в мире сотовый телефон. Хотя экспериментальные звонки с опытного образца производились в 1970-х гг. Это была трубка весом около 0,8 кг и размерами 22,5x12,5x3,75 см. Аккумулятор позволял общаться целых 35 минут, но вот заряжать его приходилось чуть больше 10 часов. Конечно, с современными устройствами не сравнить, но для того времени это был огромный прорыв (см. Приложение 1). У Motorola очень быстро появились конкуренты, которые стали с каждым разом выпускать все более усовершенствованные и интеллектуальные модели. Так, со временем в телефоне появились калькулятор, будильник, календарь, фотокамера и многие другие приложения и функции. В 2000-х гг. стали появляться телефоны с операционной системой, что превратило их в персональные компьютеры. Сегодня с помощью смартфона можно не только позвонить другу или отправить сообщение. Для него это примитивно. Он может устанавливать связь со спутниками, делать широкомасштабные снимки, проигрывать музыку, не говоря уже о чтении книг, просмотре фильмов и работе в режиме многозадачности.

## **1.2 Влияние сотового телефона на организм человека**

За последние годы телефон из игрушки и богатства превратился в обычный рабочий инструмент, каким он и должен быть. Сотовыми телефонами пользуются практически все. Мобильные телефоны очень далеко продвинулись в своём развитии, и это дало новые поводы для споров об их вреде. И если раньше говорилось в основном о неблагоприятном воздействии излучения телефонного передатчика на органы слуха и кору головного мозга, то сейчас говорится и о влиянии на сердце, на внимание и способность к концентрации, на познавательную функцию и даже на сон.

Отсюда и вытекает главный вопрос нашего исследования, а безопасен ли сотовый телефон для нашего здоровья?

Сегодня многие школьники практически не расстаются с мобильными телефонами. Они носят их на шее, на поясе, постоянно разговаривают. Причём часто звонок можно услышать и на уроке, что очень мешает его ведению, отвлекая всех. Во время урока у некоторых ребят появляется желание незаметно для учителя посылать SMS - сообщения. Иногда даже приходится собирать надоедливые мобильники и складывать их на учительском столе. Популярность телефонов среди школьников понятна, ведь им очень хочется общаться со своими друзьями. Жизнь становится намного интересней, если можно с кем-то поделиться своими эмоциями, впечатлениями. Более того, и родители тоже заинтересованы в том, чтобы у ребёнка был телефон: ведь всегда можно узнать, всё ли в порядке, что-то сообщить.

Но мало кто из родителей задумывается о том, что сотовый телефон может представлять угрозу для здоровья. А ведь в прессе часто можно встретить статьи, предупреждающие об опасности, исходящие от мобильника.

Излучение мобильников особенно сказывается на детском организме, что связано с недостаточным развитием у них иммунной системы.

### **1.3 Увлекательные занятия – альтернатива телефонным играм**

Было время, и я ел только с телефоном, засыпал с телефоном. И всегда просил смотреть мультики. Чтобы у меня не возникла большая зависимость к телефону, родители отдали меня в спорт. Я с четырех лет занимаюсь футболом и плаванием. Мне очень нравятся подвижные игры, поэтому недавно я начал ходить еще на легкую атлетику.

Я знаю, что в телефоне можно узнать много интересного. Быстро найти нужную информацию, передать срочно сообщения. Для детей телефон интересен в первую очередь играми, но напрасно так говорят только о детях. Многие взрослые также подвержены этому. Ведь взрослый вырастает из ребенка. И многие семьи проводят вечера, сидя каждый в своем телефоне.

А как было раньше? Когда не было телефонов?

Мне захотелось узнать, как проводили время, когда телефонов не было. Обратился к родителям, они рассказали, как это было. В то время дети много времени проводили на свежем воздухе. Оказывается так много подвижных игр, о которых забыли, тут помог интернет. Такие групповые подвижные веселые игры как: красно-синие, казаки разбойники, лапта, палочка выручалочка, вышибалы. Футбол, хоккей, ручной мяч перешли в залы, и со временем уменьшилось число играющих. А раньше в эти игры играли почти в каждом дворе. Зимой лепили снеговиков, строили крепости из снега, горки, играли в снежки. Катались на санках, лыжах, самокатах. А летом велосипед, ролики, качели. Конечно, и сейчас есть детвора гонящая мяч во дворе. Но нередко можно наблюдать, как несколько друзей сидят рядом во дворе и каждый занят своими телефонами.

В наше время это проблема всех от детей до взрослых. Двигаться стали меньше, читать мало. Я думаю, это проблема всего поколения. И взрослые, и дети все свободное время проводят в социальных сетях. Нам всем надо задуматься над этим. У меня на телефон очень мало времени, но я не в обиде.

Я увлечен спортом, учебой. Я готов играть в футбол целый день. Хожу пять раз в неделю на тренировки, и дома у меня всегда в руках мяч. А плавание? Не менее интересно, весело, я хожу всего один раз в неделю, а хотелось бы больше. Мне нравится изучать что-то новое, и я стал заниматься еще и легкой атлетикой. Она очень помогает для общего развития. Я очень рад, что летом научился кататься на роликах: спасибо маме, бабушкам и дедушкам, они все помогли мне в этом. Меня интересуют не только подвижные игры. Недавно воспользовался возможностью посещать дополнительный урок рисования, мама меня поддержала. Я хочу научиться рисовать, хочу ходить на танцы, и вообще хочу многому научиться.

Есть много интересных современных занятий для всей семьи. Например, пазлы, мне с раннего детства нравилось их собирать. Вначале были маленького размера. Мы всей семьей устраивали соревнования – кто соберет быстрее. А потом мы все вместе собрали пазлы большого размера, и в рамке повесили на стену (см. Приложение 2). Еще мама купила мне алмазную мозаику, и мы вместе собрали картину (см. Приложение 3). Еще покупали мне гравюру, ее доступно сделать ребенку. Красиво получилось, всем родным понравилось, это хороший подарок своими руками (см. Приложение 4). А потом мы увидели картины по номерам. Оказалось тоже интересно. Черно-белый холст под твоими руками превращается в картину. Краски, кисти все прилагается, это по силам детям. А если взять большую и провести несколько вечеров вместе с родителями с холстом и красками, можно получить красивую картину (см. Приложение 5). И всем вместе радоваться результату.

Есть еще много всего интересного, чем можно заняться детям и родителям вместе. Это также испытанные временем шахматы, шашки, лото, домино, лего. Эти игры позволяют весело и дружно проводить время.

## **Практическая часть**

### **2.1 Исследование**

Опираясь на всё вышесказанное, мы решили провести анкетирование на тему «Мобильный телефон в твоей жизни». Мною была составлена анкета. Опрос проводился в третьих классах МБОУ «Школа №54».

#### **Анкета**

1. Есть ли у вас мобильный телефон с играми?
2. В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?
3. Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?



## **2.2 Результаты исследования**

Проанализировав данные анкетирования, можно сделать следующие выводы. Почти все учащиеся имеют мобильный телефон. На вопрос: «В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?» - больше половины опрошенных учеников ответили, да. Это говорит о том, что дети не замечают, как становятся всё более зависимыми от маленького электронного устройства. Радует то, что 47 опрошенных учеников используют телефон, как средство общения и больше уделяют время другим играм. Также из анкетирования видно не все учащиеся знают, что использование сотового телефона опасно для здоровья. Не все знают, что чтобы обезопасить себя от вредного воздействия мобильного телефона, нужно соблюдать правила по его использованию.

Результаты опроса приведены в сводной таблице.(см. Приложение б)

## Заключение

Подводя итог, можно сделать вывод о том:

1. Мобильный телефон прочно вошёл в нашу жизнь и занял в ней своё место. И дети, и взрослые не представляют своей жизни без мобильного телефона. Мы не замечаем, как становимся всё более зависимыми, от маленького электронного устройства.

2. Совместное время, проведенное родителями с детьми на пользу всем. Это помогает развитию ребенка. Понятно, что у взрослых очень много взрослых дел связанных с их работой и бытом. Но детские игры не менее важны. И детям очень нужна в этом помощь родителей. Общие интересы хорошо влияют на отношения в семье. Детям необходима помощь и участие родителей в их жизни, в учебе, в играх. Чем больше времени дети и взрослые проведут вместе, тем меньше времени останется у них на телефоны.

3. Как видно из опроса, большинство не знает о том, что сотовый телефон вредит здоровью. Мы подготовили рекомендации по использованию мобильных телефонов максимально безопасно для здоровья, позволяющих ограничить вредное воздействие на нас с вами (см. Приложение 7)

По ходу работы я понял, что свободное время, как и учеба, очень важна для ребенка, и имеет огромное значение для развития человека. И если родители свое свободное время посвятят ребенку, вместо времени в социальных сетях, значит, и ребенок в это время не будет сидеть в телефоне. Выдвинутая гипотеза подтвердилась, а значит и цель, поставленная в начале исследовательской работы, достигнута.

Кстати сейчас большое внимание начали уделять спорту. Самое время отложить телефоны и заняться спортом. Ведь спорт это хорошее настроение, укрепление здоровья и радость от общения. А на телефон можно ввести ограниченное время в выходной день.

## Список используемой литературы и ресурсов

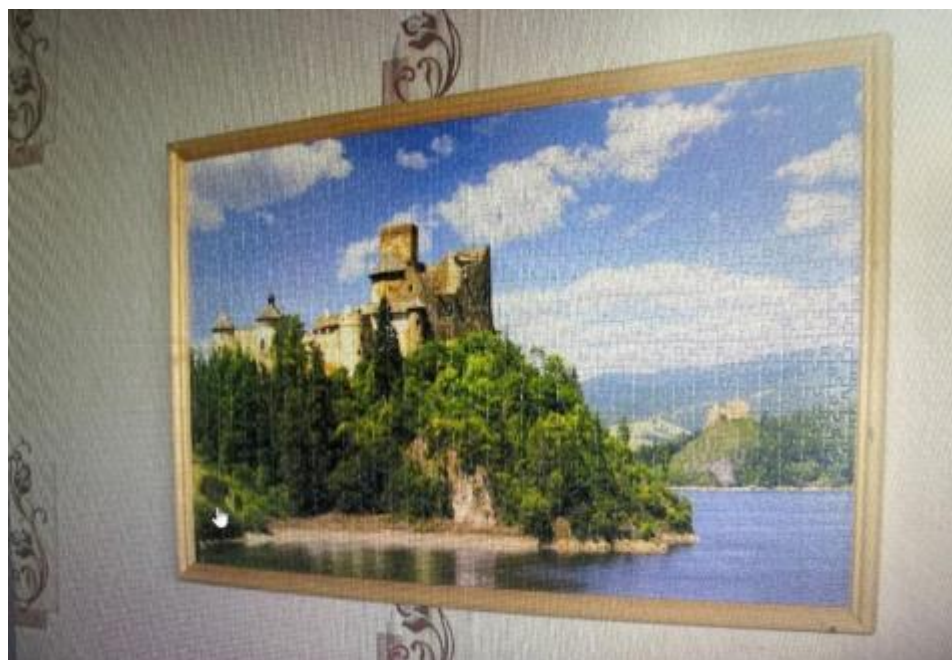
1. В. Сергеев Детский научный журнал «ОБЖ», 2005 г.
2. Журнал «Здоровье детей», В. Зайцева «Дети и мобильник», № 2 2008 г.
3. Майер В. А. Мобильная связь и её воздействие, СПб.: Знание, 1999 г.
4. Ратынский М. А. Основы сотовой связи, М.: Радио и связь, 2000 г.
5. А.А. Леонович, О.Г.Хинн. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Физика. – М.: «АСТ», 1996 г.
6. Большая Российская энциклопедия: в 30т/Председатель Науч.-ред. совета Ю.С. Осипов.- М.: Большая Российская энциклопедия, 2008 г.
7. Гаврилов А. А., Нестеров Е. К., Оленьев В. В., Сомов А. Ю. Добровольный и вынужденный экологический риск при воздействии электромагнитного излучения, создаваемого системами сотовой связи. Известия Академии промышленной экологии, 2002 г.
8. Маркушевич А.И., Кузнецов А.М. Детская энциклопедия. Том 5. О вреде телефонов [http://nauka.name/2006/10/25/vred\\_sotovykh\\_telefonov\\_\\_realnost.ml](http://nauka.name/2006/10/25/vred_sotovykh_telefonov__realnost.ml)
9. Самые опасные и безопасные сотовые телефоны - <http://www.ferra.ru/online/phones/s26610/>
10. Удельный показатель поглощения для разных моделей сотовых телефонов - <http://ru.wikipedia.org/wiki/SAR>
11. <https://www.mobileleader.ru/interesnye-fakty/23-istoriya-sozdaniya-mobilnogo-telefona.html>

## Приложение

## Приложение 1



Приложение 2



Приложение 3



Приложение 4



Приложение 5



<b>3 а</b>		<b>Всего: 30</b>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Есть ли у вас мобильный телефон с играми?	30	-	
2	В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?	17	13	
3	Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?	11	19	

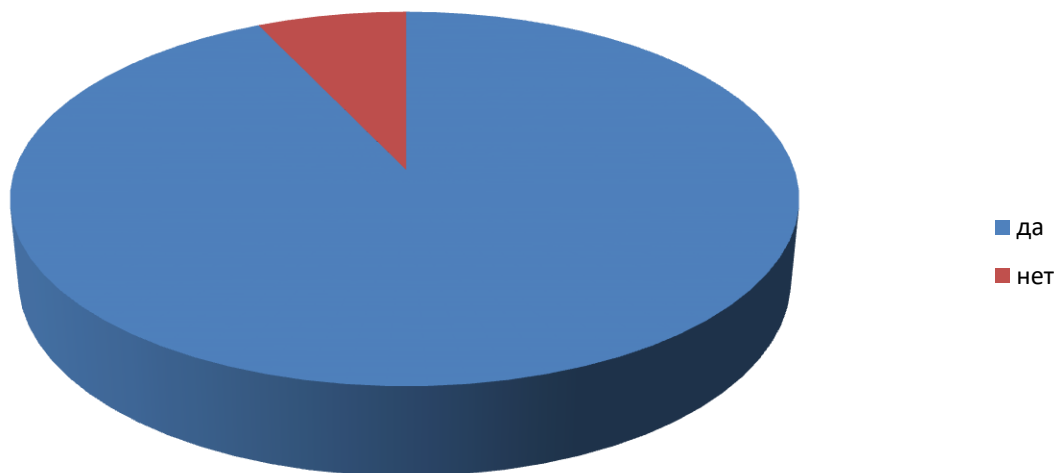
<b>3 б</b>		<b>Всего: 30</b>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Есть ли у вас мобильный телефон с играми?	29	1	
2	В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?	21	9	
3	Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?	12	18	

<b>3 в</b>		<b>Всего: 28</b>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Есть ли у вас мобильный телефон с играми?	24	4	
2	В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?	11	13	
3	Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?	10	14	

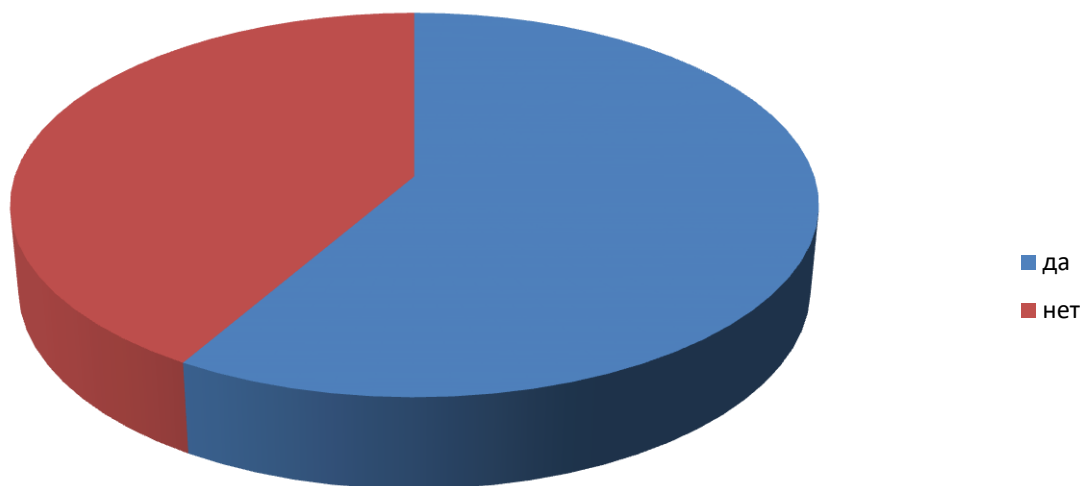
<b>3 г</b>		<b>Всего: 25</b>	<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Есть ли у вас мобильный телефон с играми?	22	3	
2	В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?	17	5	
3	Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?	15	7	

<b>Всего: 113</b>		<b>ДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Есть ли у вас мобильный телефон с играми?	105	8
2	В свободное время вы чаще всего проводите за телефонными играми?	66	47
3	Знаете ли вы, что мобильные телефоны неблагоприятно влияют на организм человека?	48	65

### 1. Есть мобильный телефони с играми?

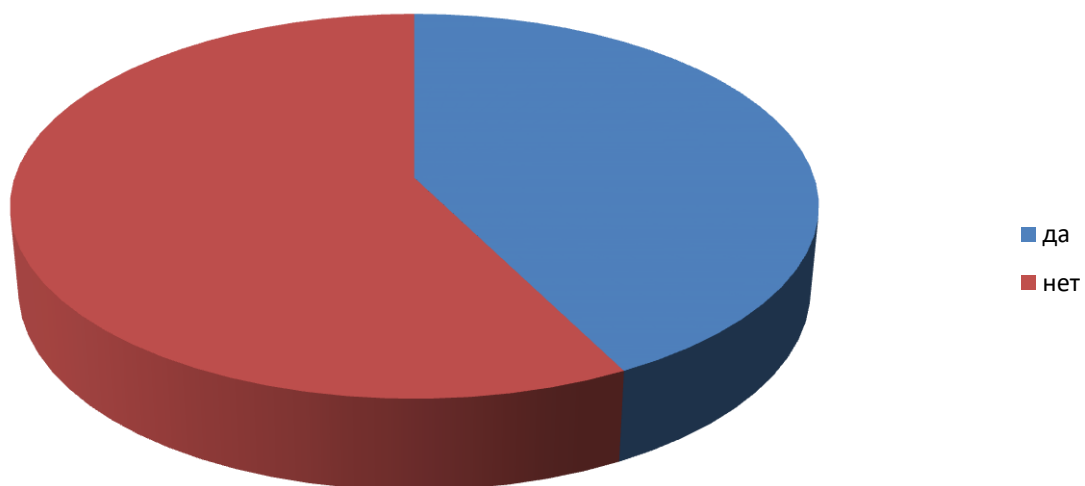


### 2. Свободное время вы проводите за телефонными играми?





### 3. Знаете о вреде мобильных телефонов?



### Рекомендации

- 1) Не следует разговаривать непрерывно более 3-4 минут.
- 2) Не пользуйтесь сотовым телефоном без необходимости.
- 3) Не держите телефон у изголовья кровати ночью.
- 4) Не носите его в кармане, на шее, на поясе.
- 5) Отключайте телефоны в зонах «неустойчивой связи».
- 6) Дома и на работе лучше пользоваться обычными проводными телефонами.
- 7) Следует отключать телефон, если на территории где вы находитесь, имеются надписи и знаки, предупреждающие о необходимости его отключения.
- 8) Не держите телефон близко к телу (лучше держать отдельно, например, в сумке).
- 9) Когда посылаете SMS, держите телефон дальше от тела.
- 10) На ночь выключайте телефон или не держите его рядом с головой.
- 11) Не используйте сотовый телефон в транспорте, поскольку в этом случае излучение усиливается.
- 12) Не играйте в игры, используя телефон.
- 13) Не держите телефон близко к уху, пока установится связь.
- 14) Не разрешайте пользоваться сотовым телефоном детям - их нервная система ещё не устойчива, а головной мозг особенно чувствителен к воздействию электромагнитных полей.