Классный час

**«Культура общения: сотовый телефон»**

**Цель занятия:** формирование представлений учащихся об основных этических нормах и навыках культурного общения

**Задачи:**

1. Познакомить учащихся с правилами мобильного этикета.

2. Познакомить учащихся со способами ограничения воздействия мобильного телефона на организм человека.

3.Совместно с учащимися создать правила, запрещающие использование сотового телефона во время урока в стенах родной школы.

**Ход занятия**

Сотовый телефон вошел в нашу жизнь сравнительно недавно, но уже стал непременным, привычным, широко распространенным атрибутом. По последним опубликованным данным аналитических компаний, число пользователей сотовой связи в России превысило 137 миллионов, а показатель проникновения достиг 95%. Сотовая связь стала социальным явлением, ее удобства очевидны всем: она предоставляет широкие возможности для общения — голосового, с помощью мультимедийных сервисов, передачи данных, доступа в интернет.

Однако каждый из нас наверняка сталкивался с ситуациями, когда использование этих возможностей приносило дискомфорт или мешало окружающим, так как принцип «всегда быть на связи» — это иногда и чей-то разговор шипящим шепотом в кинотеатре как всегда на самом интересном месте, и выслушивание краткого содержания последней серии какой-то мыльной оперы в исполнении соседки по маршрутке, и чей-то слишком ранний звонок по ошибке на ваш номер, и обсуждение рабочих моментов в примерочной магазина, просто потому, что коллеге было удобно позвонить вам именно сейчас. Этот список можно продолжать до бесконечности.

 Телефон это, конечно же, по большей части средство общения между двумя людьми, но поговорить на конфиденциальные темы, используя это средство коммуникации, как правило, удается только шпионам из фильмов. Когда бы вы ни говорили, вас обязательно слышит кто-то еще, пусть даже случайно, поэтому если вам срочно необходимо сообщить что-то «не для общих ушей», постарайтесь найти максимально удаленное место. Особенно неприятно бывает людям, находящимся в маршрутном такси, другом общественном транспорте, поневоле вынужденным слушать чужие разговоры, а им зачастую не хочется быть посвященными в ваши личные дела. Если вам позвонили, когда вы находитесь в общественном транспорте, сообщите собеседнику, что в данный момент вы не можете говорить и перезвоните позже. Кстати, привычка прислоняться к телефону ухом с обратной стороны (где обычно и находится антенна – источник излучения), например, когда вам хочется послушать, о чем говорит ваш знакомый со своим собеседником – это, по сути, самовольное попадание под воздействие излучения. Даже на расстоянии 5 см излучение сохраняется на уровне 75%. Другими словами, соблюдая культуру общения по мобильному телефону, вы во многом оказываете услугу не только себе, но и близким (в плане воздействия излучения) людям.

 Для звонков по телефону существует приемлемое и неприемлемое время. Лучше отложить звонки, которые приходятся на время до половины восьмого утра и после половины одиннадцатого вечера. Исключением является ситуация, когда вы точно знаете привычки собеседника и уверены, что не разбудите его домочадцев. Кстати, звонки на домашний или личный мобильный номер недопустимы в случае отсутствия дружеских личных отношений.

В праздники и выходные дни необходимо стараться удержаться от поручений и разговоров на рабочую тему, в это время можно позвонить и поздравить тех коллег, с которыми вы наиболее тесно общаетесь.

 Разговоры по мобильному телефону не должны беспокоить окружающих вас людей. Громкость звонка должна быть сбалансирована так, чтобы находящиеся рядом с вами люди не подпрыгивали от того, что кто-то позвонил.

Разговаривать по телефону громко – это признак недостаточного воспитания. Никогда не кричите в трубку, если плохо слышите вы – пожалейте уши вашего собеседника и просто нормальным голосом попросите говорить громче.

 Мобильный телефон должен быть отключен в таких общественных местах, как театры, на таких важных событиях, как совещания или семейные праздники, если это предусматривается этикетом конкретной семьи, а также в самолетах в целях безопасности.

Есть несколько общепринятых правил телефонных разговоров:

* если разговор прервался, то перезвонить должен тот, по чьей инициативе состоялся разговор;
* следует говорить максимально кратко и по существу;
* нельзя говорить слишком громко в трубку, избегая в то же время и слишком тихой речи;
* если вы звоните кому-то и на ваш звонок не отвечают, не кладите трубку, пока не услышите 4-6 длинных гудков - вашему собеседнику может потребоваться некоторое время для того, чтобы подойти к телефону;
* как минимум несколько раз подумайте перед тем, как звонить в неурочное время - слишком рано утром или поздно вечером. Как правило, не следует звонить до 8 утра и после 11 вечера;
* следует избегать деловых звонков по домашним номерам в выходные и праздничные дни.

Неудобные ситуации

* Часто бывает так, что телефонный звонок застал вас во время важного разговора или совещания. В таких случаях лучше всего попросить собеседника оставить свой номер телефона и пообещать перезвонить ему позже. Лучше всего обозначить возможное время ответного звонка (при этом не забудьте выполнить свое обещание).
* Если у вас посетители, а вам необходимо позвонить, то следует попросить у них прощения, а сам звонок постараться сделать максимально коротким.
* Бывает так, что вы в гостях и вам необходимо позвонить. Это можно сделать, только предварительно попросив разрешения у хозяев.
* Отправляясь в гости или на деловое свидание, вы в случае необходимости можете оставить своим сотрудникам или родственникам телефонный номер того места, куда вы идете. Правда, необходимо спросить разрешения хозяев или своих деловых партнеров заранее. При этом следует предупредить о том, что вы ожидаете звонка. Но лучше все-таки избегать подобных ситуаций.
* Если вы звоните на номер сотового телефона, то следует помнить, что ваш собеседник может быть в дороге, за рулем автомашины и, отвлекая его, вы можете подвергнуть его опасности. Поэтому будьте кратки и отложите обсуждение деталей до другого раза.

Общие правила телефонного разговора:

1. Поднимайте трубку до четвертого звонка: первое впечатление о вас или вашей фирме складывается уже и от того, как долго приходится ждать ответа;

2. Беседуя по телефону, следует на время оставить все посторонние разговоры. Ваш собеседник имеет полное право на внимание к себе;

3. Во время телефонного разговора считается неприличным, что-то есть, пить, курить, шуршать бумагой, жевать резинку;

4. Недопустимо, сняв трубку и ответив: «Минуточку», заставлять звонящего ждать, пока вы справитесь со своими делами. Это возможно только в крайнем случае и только в пределах одной минуты. Если в данный момент вы очень заняты и не можете разговаривать, лучше извиниться и предложить перезвонить;

5. Перезванивайте всегда, когда ждут вашего звонка;

6. Если вы «не туда попали», не следует выяснять: «А какой у вас номер?». Можно уточнить: «Это номер такой-то…?», услышав отрицательный ответ, извиниться и положить трубку;

7. Звонок домой является вторжением в личную жизнь, поэтому всегда спрашивайте, в удобное ли время вы звоните: «У вас есть время со мной поговорить?», «Вы сейчас очень заняты?» и т. п. Если ответ положительный, вы можете поговорить в свое удовольствие, но услышав первые признаки желания завершить беседу, следует вежливо попрощаться. На службе время телефонного разговора тоже ограничено;

8. Разговор по телефону должен быть предельно вежлив. Недопустимо кричать и раздражаться во время телефонного разговора, это является грубым нарушением этики межличностного и делового общения. В ответ на оскорбление кладут трубку. Ругань по телефону считается противозаконной;

9. Беседа по телефону должна быть учтиво, но немедленно завершена, если к вам в дом пришел гость или посетитель в офис. Следует извиниться и, кратко назвав причину, договориться о звонке. Дома вы можете сказать: «Прошу меня извинить, ко мне пришли гости, я перезвоню вам завтра вечером (утром)»; на работе: «Простите, ко мне пришел посетитель, я перезвоню вам примерно через час». Обязательно выполните свое обещание.

10. Если во время разговора оборвалась связь, следует положить трубку; вновь набирает номер тот, кто позвонил. Если представитель компании разговаривал с заказчиком или клиентом, то тогда он должен набрать номер;

11. Инициатива завершения телефонного разговора принадлежит тому, кто позвонил. Исключение составляет разговор со старшими по возрасту или социальному положению;

12. Ничто не заменит теплых слов благодарности и прощания в конце любой беседы, разговора. При этом следует помнить, что слова прощания должны содержать возможность будущего контакта: «Давайте созвонимся в следующий вторник», «увидимся завтра» и т. д.

Если уж мы начали разговор о сотовых телефонах, нельзя не затронуть вопрос о влиянии его излучения. Сейчас в кабинете находится 25 человек, 25 активно работающих сотовых телефонов. Вредно ли это?

Давайте попробуем выделить для себя, в чем вы видите пользу от использования сотового телефона и вред, предлагайте.

В процессе обсуждения заполняем таблицу:

|  |  |
| --- | --- |
| + | - |
| Можно в любой момент дозвониться до близких людей | Опасны разговоры за рулем |
| Можно в любой момент дозвониться в экстренные службы: спасатели, полиция, скорая помощь | Излучение телефона опасно для здоровья человека |
| Удобно пользоваться телефонной книгой | Увеличиваются расходы семьи на оплату телефонных разговоров всех членов семьи |
| Возможность оплаты счетов за коммунальные услуги | Обеднение лексикона из-за постоянного использования СМС |
| Компактен | Утрата прямого контакта с друзьями и дальними родственниками |
| Большие расстояния больше не мешают вашему общению | Вы доступны в любую минуту – то есть вы теперь «должны» быть доступны в любой момент, быть на связи, в том числе для тех, от кого порою хотелось бы скрыться |

И т.д. насколько хватит фантазии школьников.

 В зависимости от частоты и мощности радиосигналов телефоны могут существенно изменять фоновые значения магнитного поля Земли (то есть те значения, к которым мы уже адаптировались). В этом легко убедиться – поднесите звонящий телефон к радиоприемнику, или к динамикам компьютера, и Вы услышите сильное трещание; прием звонка или смс у монитора может вызвать эффект «плывущего» экрана и т.д.

Относительно угрозы здоровью – огромное количество мнений. Одни исследователи говорят о повышении риска развитии лейкемии, рака костного мозга, опухолей головного мозга, снижении иммунитета, работоспособности, нарушении сна и т.д. Другие заявляют о ненаучности проведенных экспериментов и об обратимости влияния электромагнитного излучения на человека (то есть, в отличие от, например, химического влияния, следов электромагнитного воздействия не остается). Кстати, и ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) официально придерживается последнего мнения.

 Кому же верить? Трудно сказать… Но для себя можно четко определить две вещи:

1. Не нужно панически бояться воздействия мобильных телефонов.
2. Нужно минимизировать их воздействие.

Каким образом можно осуществить последнее?

В различных режимах мобильный телефон излучает разное количество энергии, в порядке уменьшения это можно представить так: Прием вызова –> Вызов абонента –> Интернет –> Прием СМС –> Разговор –> Запрос по USSD (проверка счета, например) –> Режим ожидания.

 Таким образом, во время приема или осуществления вызова телефон нужно держать не около уха, а желательно в руке, само время вызова уменьшать быстрым поднятием трубки. Пользование мобильным интернетом также должно быть ограничено как по времени, так и по расстоянию до «жизненно важных органов». Режим разговора, хотя и более щадящий по сравнению с предыдущими, но «наверстывает» свое за счет времени (если вызов идет 5-30 сек, то разговор, как правило, минуты, десятки минут и часы). Поэтому здесь основные рекомендации – снова же ограничение по времени и «смена уха» при необходимости длительного общения. Помимо этого можно использовать громкую связь или беспроводную гарнитуру. Хотя при этом мощность излучения самого аппарата увеличивается, зато он уже вдали от головы, что очень важно.

 И, наконец, следует помнить, что в режиме ожидания телефон тоже излучает! – за счет периодического обмена данными со станцией, который внешне происходит совсем незаметно. Частота такого «общения» зависит от конкретного оператора, но в основном составляет раз на 2-5 минут. Такие обмены непродолжительны (1-3 сек), но все же не стоит, например, располагать телефон под голову на ночь . А лучше вообще выключать телефон в ночное время, как далеко бы он от вас не находился.

 А вот где же лучше носить телефон? Ответ казалось бы прост – на как можно большем расстоянии от тела. Но не будем же мы его носить постоянно в вытянутой вперед или в сторону руке, правильно? Это было бы как минимум странно. Наилучший вариант носить в портфеле или сумке, но если таковых не имеется, то уж выбор не велик. При ношении в карманах одежды оказывает влияние на те или иные органы, а потому лишь бы подальше от жизненноважных (головы, сердца). Не менее важно, чтобы телефон был повернут лицевой частью к телу, поскольку само излучение идет от антенны мобильного телефона, а она в свою очередь, как правило, располагается на тыльной части корпуса в верхней ее половине.

Таким образом, вы хотя бы немного уменьшите влияние излучения мобильного телефона себя.

Исследования доктора Джеральда Хайленда (Gerald Hyland) из Ворвикского университета (Warwick University) подтверждают сомнения в безопасности мобильных телефонов для детей. Мобильные телефоны могут привести к потере памяти, нарушению сна и другим проблемам со здоровьем. Дети более подвержены опасности, так как детская иммунная система находится в стадии становления и не так эффективна, как у взрослых.

 Управление исследований Европейского парламента опубликовало доклад с рекомендациями всем странам - членам Евросоюза ввести полный запрет на пользование мобильными телефонами детьми, не достигшими подросткового возраста. Пользование сотовой связью замедляет развитие ребенка и, по меньшей мере, вредит успехам в учебе, уверены специалисты.

 Более того, эксперты рекомендуют изъять из продажи даже игрушечные телефоны и исключить всякую рассчитанную на детей рекламу этого вида связи, чтобы не формировать слишком ранний интерес. В докладе утверждается, что детский мозг особо подвержен вредному воздействию исходящего из сотовых телефонов излучения. Для многих родителей в европейских странах эти выводы, вероятно, будут большой неприятностью: здесь уже привыкли покупать своим чадам мобильные вместе с учебниками для первого класса.

Власти Бангладеш запретили пользоваться мобильными телефонами детям в возрасте до 16 лет

Сегодня на занятии мы вели речь о мобильном этикете, и немного затронули тему о влиянии излучения телефона на организм человека.

Но это ещё не все. Мы прекрасно понимаем, что сотовому телефону на уроке не место. Я предлагаю вам придумать и написать правила использования мобильного телефона в стенах нашей школы.

Класс делится на команды. Каждая команда должна предложить 4-5 тезисов.

Занятие заканчивается обсуждением предложенных вариантов.

**Использованные ресурсы сети Интернет:**

1.Электронный помощник секретаря\_ <http://sekretar-eps.ru/katalog_statei/osobennosti_delovogo_telefonnogo_etiketa_i_razgovori_po_sotovomu_telefonu/>

2.Этикет разговора по телефону- http://www.coolreferat.com/Этикет\_разговора\_по\_телефону

3.Мир советов- http://mirsovetov.ru/a/hi-tech/cellular-phone/mobile-radiation.html

4. Мобильный этикет- http://ekonomschool.ucoz.ru/publ/5-1-0-29

5. Мобильные телефоны у детей -http://www.sotel66.ru/informaciya?c=more&id=77