**Уважаемые родители! Изучите , пожалуйста,**

**методические рекомендации об использовании устройств мобильной связи в общеобразовательных организациях**

1. Разработаны:

- Роспотребнадзор (Шевкун И.Г., Кузьмин С.В., Яновская Г.В.);

- ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (Новикова ИИ., Ерофеев Ю.В.);

-Управление Роспотребнадзора по Новосибирской области (Щербатов А.Ф.);

- ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Новосибирской области (Семенова Е.В.),

- Управление Роспотребнадзора по Омской области (Крига А.С., Бойко М.Н.);

- Минпросвещения России (Синюгина Т.Ю., Садовникова Ж.В.);

- Рособрнадзор (Кравцов С.С., Музаев А.А., Семченко Е.Е., Смирнова П.П.);

- ФГБУ Российская академия образования (Зинченко Ю.П., Цветкова Л.А., Малых С.Б.);

- ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава России (Шпагина Л.А.);

- ФГБНУ «НИИ медицины труда имени академика Измерова Н.Ф. (Рубцова Н.Б.).

**1. Общие положения**

Целью настоящих Методических рекомендаций является определение порядка использования устройств мобильной связи в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования (далее-образовательные организации, общеобразовательные программы) с целью профилактики нарушений здоровья обучающихся, повышения эффективности образовательного процесса.

**2.Международный опыт**

Международный опыт регламентации требований к режиму использо-вания устройств мобильной связи в образовательных организациях Анализ международного опыта показал, что ранний возраст начала использования устройств мобильной связи и длительные накопленное время их исполь-зования являются факторами, ведущим к нарушениям психики, что про-является у ребенка гиперактивностью, повышенной раздражительностью, снижением долговременной памяти и умственной работоспособности, нарушением коммуникативных способностей, расстройством сна . Чрезмерная эмоциональная и психическая стимуляция от использования электронных средств массовой информации вызывает у детей состояние психологической и физиологической гипервозбужденности перед сном. Исследования, представленные в работах российских ученых, выявили негативные реакции у детей, использующих мобильные телефоны в образовательной организации, существенно отличающие их от сверстников, не использующих мобильные устройства.

Негативные реакции проявлялись в виде ослабления смысловой памяти, снижения внимания, скорости аудиомоторной реакции, нарушений фонематического восприятия, раздражительности, нарушений сна. Проведенные исследования свидетельствуют об отрицательной зависимости времени пользования смартфоном и успеваемостью у обучающихся: чем больше времени ежедневно он тратит на смартфон, тем хуже справляется с учебными тестами. Таким образом, интенсивное использование телефона даже для решения учебных задач может отрицательно сказываться на учебной деятельности. Объяснение полученной зависимости исследователи связывают с феноменом многозадачности.

Многофункциональность телефона, наличие множества приложений неизбежно создают ситуацию многозадачности, требующую постоянных переключений с одного вида активности на другой, в том числе в процессе обучения. Это ведет к ухудшению усвоения материала и снижению успе-ваемости.

Для оценки роли использования смартфонов в учебной деятельности в Великобритании было проведено исследование, которое показало, что зап-рет на использование телефона в школе у 16-летних школьников повышает успешность сдачи тестов на 6,4 %.

В Австралии, Бельгии, Великобритании, Канаде, Малайзии, Нигерии, Франции, Узбекистане, Уганде по результатам исследований выработаны рекомендации по режиму использования устройств мобильной связи детьми, в том числе в образовательных учреждениях.

Так, во Франции принят закон, запрещающий в школах все виды мобильных телефонов, а также планшеты и смарт-часы . В Бельгии и Великобритании вопрос запрета на использование мобильных телефонов решается по каждой школе индивидуально. Общего разрешительного или запретительного правила не установлено.

С 2019 года запрещено пользоваться мобильными телефонами в школах провинции Онтарио (Канада) и в штате Новый Южный Уэльс (Австралия) . Запрещено пользоваться мобильными телефонами с 2012 года в Малайзии и Нигерии, с 2013 года - в Уганде .

**3. Рекомендации по упорядочению использования устройств мобильной связи в образовательных организациях**

В целях минимизации вредного воздействия на детей устройств мобильной связи органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования, местного самоуправления муниципальных районов и городских округов в сфере образования, общеобразовательным организациям рекомендуется:

- рассмотреть вопрос об ограничении использования мобильных устройств связи в образовательной организации обучающимися, за исключением детей, нуждающихся в пользовании такими устройствами по состоянию здоровья (мониторинг сахара крови при сахарном диабете 1 типа и др.), а также педагогическими работниками и родителями в целях снижения рисков нанесения вреда здоровью и развитию детей в связи с использованием устройств мобильной связи;

- предусмотреть для всех участников образовательного процесса целесо-образность перевода устройств мобильной связи в режим «без звука» при входе в образовательную организацию (в том числе с исключением использования режима вибрации из-за возникновения фантомных вибраций);

- ограничить использование обучающимися устройств мобильной связи во время учебного процесса;

- информировать родителей и обучающихся об их ответственности за сохран-ность личных устройств мобильной связи в общеобразовательной орга-низации;

- обеспечить согласование с родителями вопросов коммуникации родителей с обучающимися в случае возникновения необходимости, внештатной ситуации;

- использовать время перемен для общения, активного отдыха обучающихся между уроками (занятиями), восполнения их физиологической потребности в двигательной активности с учетом возрастных норм; при необходимости - использование на переменах устройств мобильной связи по прямому назначению (для звонка, смс-сообщений).

**Памятка для обучающихся, родителей и педагогических работников по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи**

1.Исключение ношения устройств мобильной связи на шее, поясе, в карманах одежды с целью снижения негативного влияния на здоровье.

2.Максимальное сокращение времени контакта с устройствами мобильной связи.

3.Максимальное удаление устройств мобильной связи от головы в момент соединения и разговора (с использованием громкой связи и гарнитуры).

4. Максимальное ограничение звонков с устройств мобильной связи в условиях неустойчивого приема сигнала сотовой связи (автобус, метро, поезд, автомобиль).

5. Размещение устройств мобильной связи на ночь на расстоянии более 2 метров от головы.