

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.
6. При входе в школу целесообразно переводить устройства мобильной связи в режим без звука, в т. ч. с исключением использования режима вибрации из-за возникновения фантомных вибраций.
7. Во время проведения учебных занятий рекомендовано хранить телефон в специально отведенных для этих целей местах, оборудованных в каждом учебном классе. Следует обеспечить согласование с родителями вопросов коммуникации родителей с обучающимися в случае возникновения необходимости, внештатной ситуации.
8. Время перемен рекомендуется использовать для общения, активного отдыха обучающихся, восполнения их физиологической потребности в двигательной активности. Устройства связи на переменах следует использовать при необходимости по прямому назначению (для звонка, смс-сообщения).
9. Вне школы на время сна рекомендуется размещать устройства мобильной связи на расстоянии более 2 метров от головы.