

**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, 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.
2. Во время проведения учебных занятий рекомендовано хранить телефон в специально отведенном для этой цели месте, оборудованном в учительской. Следует обеспечить согласование с родителями вопросов коммуникации родителей с обучающимися в случае возникновения необходимости, внештатной ситуации.
3. Время перемен рекомендуется использовать для общения, активного отдыха обучающихся, восполнения их физиологической потребности в двигательной активности.
4. Вне школы на время сна рекомендуется размещать устройства мобильной связи на расстоянии более 2 метров от головы.