

Памятка
по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов
от воздействия устройств мобильной связи

Анализ международного опыта показал, что ранний возраст начала использования устройств мобильной связи и длительные накопленное время их использования являются факторами, ведущими к нарушениям психики, что проявляется у ребенка гиперактивностью, повышенной раздражительностью, снижением долговременной памяти и умственной работоспособности, нарушением коммуникативных способностей, расстройством сна.

Для оценки роли использования смартфонов в учебной деятельности в Великобритании было проведено исследование, которое показало, что запрет 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.

С целью профилактики рисков здоровью от воздействия электромагнитного излучения, генерируемого устройствами мобильной связи, возможных негативных последствий и эффективности учебного процесса при неупорядоченном использовании устройств мобильной связи в образовательном процессе следует:

1. Исключить ношение устройств мобильной связи на шее, поясе, в карманах одежды с целью снижения негативного влияния на здоровье.
2. Максимально сократить время контакта с устройствами мобильной связи.
3. Максимально удалить устройства мобильной связи от головы в момент соединения и разговора (с использованием громкой связи и гарнитуры).
4. Максимально ограничить звонки с устройств мобильной связи в условиях неустойчивого приема сигнала сотовой связи (автобус, метро, поезд, автомобиль).
5. Размещать устройства мобильной связи на ночь на расстоянии более 2 метров от головы.