Методические рекомендации об использовании устройств мобильной связи в образовательных организациях

Цель: определение порядка использования устройств мобильной связи в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования с целью профилактики нарушений здоровья обучающихся, повышения эффективности образовательного процесса.

Международный опыт требований к режиму использования устройств мобильной связи

Анализ международного опыта показал

- Ранний возраст начала использования устройств мобильной связи и длительные накопленное время их использования являются факторами, ведущим к нарушениям психики.

- Чрезмерная эмоциональная и психическая стимуляция от использования электронных средств массовой информации вызывает у детей состояние психологической и физиологической гипервозбужденности перед сном.

- Отрицательная зависимость времени пользования смартфоном и успеваемостью у обучающихся: чем больше времени ежедневно он тратит на смартфон, тем хуже справляется с учебными тестами

Отрицательные эффекты

1. Использование навигационной системы смартфона ухудшает построение когнитивной пространственной карты.
2. Формирование психологической зависимости.
3. Работают хуже в парадигме переключения задач из-за ограниченной возможности отфильтровывать помехи.
4. Гиперактивность, повышенная раздражительность, снижение умственной работоспособности, долговременной памяти, расстройства сна, нарушения коммуникативных способностей, склонность к депрессивным состояниям.
5. Нарушения фонематического восприятия.
6. Запоминают не саму информацию, а место, где эта информация может быть доступна.
7. Риски доброкачественных и злокачественных опухолей головного мозга, слухового нерва.
8. Более высокие уровни ежедневных сбоев внимания.
9. «Простое присутствие» сотового телефона может привести к снижению внимания и ухудшению выполнения задач, особенно для задач с высокими когнитивными требованиями.
10. Задержка начала сна, сокращение ночного сна, прерывистый сон, дневная сонливость