



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБПОУ «Самарское
художественное училище
им. К.С. Петрова-Водкина»
..... Мисюк Г.М.

**Инструкция
использования мобильной (сотовой) связи
в ГБПОУ «Самарское художественное училище им. К.С. Петрова-Водкина»**

В целях минимизации вредного воздействия на обучающихся устройств мобильной связи:

- ослабление смысловой памяти;
- снижение внимания;
- скорости аудиомоторной реакции;
- нарушений фонематического восприятия;
- раздражительности;
- нарушений сна,

о чем свидетельствуют проведенные исследования, необходимо ограничить использование мобильных устройств связи обучающимися:

- во время учебных занятий и общественных мероприятий; устройства мобильной связи, находящиеся в помещении училища, должны быть переведены в режим «без звука»;
- допускать использование мобильных устройств на занятиях только с разрешения преподавателя;
- ограничения не распространяются на обучающихся, нуждающихся в пользовании такими устройствами по состоянию здоровья (мониторинг сахара крови при сахарном диабете 1 типа и др.), а также для экстренной связи с родителями или родственниками при срочной необходимости;
- преподавателям максимально использовать возможности ресурсов училища (в рамках сетевой формы) при выборе образовательных технологий и методик;
- классным руководителям и педагогу-психологу осуществлять мониторинг по упорядочению использования устройств мобильной связи с целью профилактики неблагоприятных для здоровья эффектов, повышения эффективности образовательного процесса и воспитания.

Приложение 1. Результаты исследований, показавших отрицательные последствия использования устройств мобильной связи на здоровье детей.

Исследователи	Отрицательные эффекты
Burnett and Lee, 2005	Использование навигационной системы смартфона ухудшает построение когнитивной пространственной карты
Day J.J et al., 2007	Формирование психологической зависимости
Ophir et al., 2009	Работают хуже в парадигме переключения задач из-за ограниченной способности отфильтровывать помехи
Черненко Ю.В. и др., 2009 Pagani L.S., et al., 2010 Nathanson A.I. et al., 2014 Moreira, G.A. et al, 2017 Григорьев Ю.Г. и др., 2017	Гиперактивность, повышенная раздражительность, снижение умственной работоспособности, долговременной памяти, расстройства сна, нарушения коммуникативных способностей, склонность к депрессивным состояниям

Panda N. et al., 2010	Нарушения фонематического восприятия
Sparrow et al., 2011	Запоминают не саму информацию, а место, где эта информация может быть доступна
Lu M. et al., 2012 L. Hardell et., 2013	Риски доброкачественных и злокачественных опухолей головного мозга, слухового нерва
Ralph et al., 2013	Более высокие уровни ежедневных сбоев внимания
Thornton et al., 2014	«простое присутствие» сотового телефона может привести к снижению внимания и ухудшению выполнения задач, особенно для задач с высокими когнитивными требованиями
Lepp et al., 2014	Положительная корреляция между использованием смартфона и беспокойством
Owens, J.A. et al., 2014	Задержка начала сна, сокращение ночного сна, прерывистый сон, дневная сонливость
Stothart et al., 2015	При выполнении задачи, требующей внимания, уведомления по мобильному телефону вызывают сбои в производительности, сходные по величине с активным использованием телефона
Barr et al., 2015	Большее использование смартфона коррелирует с более интуитивным и менее аналитическим мышлением
Moisala et al., 2016 Lepp A et al., 2015 Beland L.-P., 2015	При наличии раздражителей, отвлекающих внимание во время задачи постоянного внимания, «многозадачники» работают хуже и больше активности в правой префронтальной коре, отмечается снижение успеваемости
Cain et al., 2016	Связано с более низкой производительностью рабочей памяти и более низкими результатами стандартизированных тестов

Приложение 2. 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.