Памятка для родителей

Уважаемые родители (законные представители)!

Мы обращаем ваше внимание на то, что в школе действует правило:

не пользоваться средствами подвижной радиотелефонной связи во время проведения учебных занятий при освоении общеобразовательных программ.

И одна из главных причин этого запрета — забота о здоровье ребят.

- Почему это важно? Исследования показывают, что регулярное и длительное использование средств подвижной радиотелефонной связи может негативно сказываться на ребёнке:
- **Зрение.** Чтение с маленького экрана вызывает зрительное утомление и повышает риск нарушений зрения.
- **Нервная система и сон.** У младших школьников частая связь с телефоном коррелирует с более частыми простудами, а у детей постарше — с головными болями и трудностями с засыпанием.
- **Внимание и учёба.** Режим многозадачности (когда ребёнок параллельно играет, сидит в соцсетях и пытается слушать учителя) мешает полноценно концентрироваться на объяснении, снижает успеваемость и может влиять на развитие способности долго удерживать внимание.
- **Другие риски.** Длительное сидение с телефоном также способствует нарушению осанки, а в целом чрезмерное экранное время связано с рисками для общего физического развития (осанка, вес, активность).

Как лучше поступить?

- По возможности постарайтесь, чтобы ребёнок вообще не брал телефон в школу.
- Если вы переживаете, как ребёнок дойдёт домой, разрешите взять устройство, но попросите при входе в школу выключить его или перевести в беззвучный (а лучше — безвибрационный) режим. Включить телефон можно уже при выходе из школы.
- На уроке доставать телефон нельзя — даже чтобы воспользоваться им как калькулятором.
- Если ребёнок ждёт важный звонок, пусть поставит телефон на беззвучный режим, а при сигнале попросит у учителя разрешения выйти в коридор, чтобы поговорить.
- Родителям не стоит звонить ребёнку прямо во время урока. Если возникла срочная необходимость, лучше передать сообщение через классного руководителя или в секретариат школы — учитель передаст информацию ученику.
- Исключение из правила — только экстренные случаи, когда есть угроза жизни или здоровью ребёнка, учителя или других людей.

Ещё один важный момент:

Поскольку телефон — это личная собственность ребёнка (и ваша ответственность),

школа не несёт материальной ответственности,

если устройство будет потеряно или украдено в стенах школы.

Давайте вместе поможем ребёнку сосредоточиться на учёбе и сохраним его здоровье!

С уважением, администрация МОУ СШ № 89