



**КонсультантПлюс**

"Методические рекомендации об использовании устройств мобильной связи в общеобразовательных организациях" (утв. Роспотребнадзором N МР 2.4.0150-19, Рособрнадзором N 01-230/13-01 14.08.2019) (вместе с "Результатами исследований, показавших отрицательные последствия использования устройств мобильной связи на здоровье детей", "Памяткой для обучающихся, родителей и педагогических работников по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи")

Документ предоставлен **КонсультантПлюс**

[www.consultant.ru](http://www.consultant.ru)

Дата сохранения: 10.12.2021

Утверждаю

Руководитель Федеральной службы  
по надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия человека  
А.Ю.ПОПОВА  
14.08.2019 N МР 2.4.0150-19

Руководитель Федеральной службы  
по надзору в сфере образования и науки  
С.С.КРАВЦОВ  
14.08.2019 N 01-230/13-01

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УСТРОЙСТВ МОБИЛЬНОЙ СВЯЗИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Методические рекомендации об использовании устройств мобильной связи в общеобразовательных организациях

### 1. Разработаны:

Роспотребнадзор (Шевкун И.Г., Кузьмин С.В., Яновская Г.В.); ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора (Новикова И.И., Ерофеев Ю.В.); Управление Роспотребнадзора по Новосибирской области (Щербатов А.Ф.); ФБУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии по Новосибирской области (Семенова Е.В.), Управление Роспотребнадзора по Омской области (Крига А.С., Бойко М.Н.);

Минпросвещения России (Синюгина Т.Ю., Садовникова Ж.В.);

Рособрнадзор (Кравцов С.С., Музаев А.А., Семченко Е.Е., Смирнова П.П.);

ФГБУ Российская академия образования (Зинченко Ю.П., Цветкова Л.А., Малых С.Б.);

ФГБОУ ВО "Новосибирский государственный медицинский университет" Минздрава России (Шпагина Л.А.);

ФГБНУ "НИИ медицины труда имени академика Измерова Н.Ф. (Рубцова Н.Б.).

Методические рекомендации  
об использовании устройств мобильной связи  
в общеобразовательных организациях  
(далее - Методические рекомендации)

### **1. Общие положения**

Целью настоящих Методических рекомендаций является определение порядка

использования устройств мобильной связи в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы **начального** общего, **основного** общего и **среднего** общего образования (далее - образовательные организации, общеобразовательные программы) с целью профилактики нарушений **здоровья** обучающихся, повышения эффективности образовательного процесса.

## **2. Международный опыт регламентации требований к режиму использования устройств мобильной связи в образовательных организациях**

Анализ международного опыта показал, что ранний возраст начала использования устройств мобильной связи и длительные накопленное время их использования являются факторами, ведущим к нарушениям психики, что проявляется у ребенка гиперактивностью, повышенной раздражительностью, снижением долговременной памяти и умственной работоспособности, нарушением коммуникативных способностей, расстройством сна <1>.

-----

<1> Nathanson A.I., Alade F., Sharp M.L., Rasmussen E.E., Christy K. The relation between television exposure and executive function among preschoolers//Dev. Psychol. 2014. N 50. P. 1497 - 1506; <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01833/full>; Pagani L.S., Fitzpatrick C., Barnett T.A., Dubow E. Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood//Arch. Pediatr. Adolesc. Med. 2010. T. 164. P. 425 - 431; <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/article-abstract/383160>; Moreira, G.A., Pradella-Hallinan M. Sleepiness in Children//Sleep Med. Clin. 2017. N 12. P. 407 - 413; <https://www.ncbi.nlm.nih.gov>.

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

Исследования, представленные в работах российских ученых, выявили негативные реакции у детей, использующих мобильные телефоны в образовательной организации, существенно отличающие их от сверстников, не использующих мобильные устройства. Негативные реакции проявлялись в виде ослабления смысловой памяти, снижения внимания, скорости аудиомоторной реакции, нарушений фонематического восприятия, раздражительности, нарушений сна.

Проведенные исследования свидетельствуют об отрицательной зависимости времени пользования смартфоном и успеваемостью у обучающихся: чем больше времени ежедневно он тратит на смартфон, тем хуже справляется с учебными тестами. Таким образом, интенсивное использование телефона даже для решения учебных задач может отрицательно сказываться на учебной деятельности. Объяснение полученной зависимости исследователи связывают с феноменом многозадачности. Многофункциональность телефона, наличие множества приложений неизбежно создают ситуацию многозадачности, требующую постоянных переключений с одного вида активности на другой, в том числе в процессе обучения. Это ведет к ухудшению усвоения материала и снижению успеваемости.

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 <2>.

-----

<2>

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000037284333&dateTexte=&categorieLien=id>; <https://www.theguardian.com/world/2018/jun/07/french-school-students-to-be-banned-from-using-mobile-phones>.

В Бельгии <3> и Великобритании <4> вопрос запрета на использование мобильных телефонов решается по каждой школе индивидуально. Общего разрешительного или запретительного правила не установлено.

-----

<3> <https://ru.euronews.com/2018/09/03/ru-school-phones>.

<4>

<https://www.theguardian.com/education/2015/may/16/schools-mobile-phones-academic-results>.

С 2019 года запрещено пользоваться мобильными телефонами в школах провинции Онтарио (Канада) <5> и в штате Новый Южный Уэльс (Австралия) <6>.

-----

<5> <https://www.oxfordlearning.com/should-cell-phones-be-allowed-classrooms/>.

<6>

<https://kidspot.co.nz/school-age/back-to-school/should-mobile-phones-be-banned-from-schools/>.

Запрещено пользоваться мобильными телефонами с 2012 года в Малайзии и Нигерии, с 2013 года - в Уганде <7>.

-----

<7> <https://blogs.worldbank.org/edutech/banning-and-unbanning-phones-schools>.

### **3. Рекомендации по упорядочению использования устройств мобильной связи в образовательных организациях**

---

В целях минимизации вредного воздействия на детей устройств мобильной связи органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования, местного самоуправления муниципальных районов и городских округов в сфере образования общеобразовательным организациям рекомендуется:

- рассмотреть вопрос об ограничении использования мобильных устройств связи в образовательной организации обучающимися, за исключением детей, нуждающихся в пользовании такими устройствами по состоянию здоровья (мониторинг сахара крови при сахарном диабете 1 типа и др.), а также педагогическими работниками и родителями в целях снижения рисков нанесения вреда здоровью и развитию детей в связи с использованием устройств мобильной связи;

- проводить регулярную информационно-просветительскую и разъяснительную работу с руководителями образовательных организаций, педагогическими работниками (в том числе через курсы повышения квалификации с привлечением квалифицированных специалистов), родителями (законными представителями) и обучающимися о рисках здоровью от воздействия электромагнитного излучения, генерируемого устройствами мобильной связи, о возможных негативных последствиях и эффективности учебного процесса при неупорядоченном использовании устройств мобильной связи в образовательном процессе; включить в метапредметные результаты основных образовательных программ школ вопросы формирования знаний и навыков по соблюдению правил безопасности в современной цифровой среде; разрабатывать памятки, инструкции, иные средства наглядной агитации по разъяснению порядка упорядочения использования устройств мобильной связи в образовательной организации для педагогических работников, родителей и обучающихся;

- обеспечить психолого-педагогическое сопровождение процесса, связанного с ограничением использования устройств мобильной связи в образовательной организации;

- предусмотреть для всех участников образовательного процесса целесообразность перевода устройств мобильной связи в режим "без звука" при входе в образовательную организацию (в том числе с исключением использования режима вибрации из-за возникновения фантомных вибраций);

- информировать родителей и обучающихся об их ответственности за сохранность личных устройств мобильной связи в общеобразовательной организации;

- предусмотреть места хранения во время образовательного процесса устройств мобильной связи обучающихся (при наличии такой возможности и необходимости);

- ограничить использование обучающимися устройств мобильной связи во время учебного процесса;

- учитывать необходимость использования имеющихся ресурсов образовательной организации или ресурсов иных организаций (в рамках сетевой формы) при выборе образовательных технологий и методик, в том числе для использования доступа обучающихся к их учетной записи в случае перехода в школе на электронные дневники, без использования личных устройств мобильной связи обучающихся;

---

- проводить мероприятия, направленные на воспитание культуры использования устройств мобильной связи у всех участников образовательного процесса, с использованием воспитательного потенциала совместной работы (педагогического коллектива с детьми, старшеклассников с младшими детьми) в части воспитания культуры использования устройств мобильной связи;

- обеспечить согласование с родителями вопросов коммуникации родителей с обучающимися в случае возникновения необходимости, внештатной ситуации;

- определить лиц, организующих выполнение мероприятий с обучающимися и их родителями по выработке культуры безопасной эксплуатации устройств мобильной связи, профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов; за соблюдение установленного порядка; хранение устройств мобильной связи;

- использовать время перемен для общения, активного отдыха обучающихся между уроками (занятиями), восполнения их физиологической потребности в двигательной активности с учетом возрастных норм; при необходимости - использование на переменах устройств мобильной связи по прямому назначению (для звонка, смс-сообщения);

- осуществлять мониторинг и анализ работы образовательных организаций по упорядочению использования участниками образовательного процесса устройств мобильной связи с целью профилактики неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов, повышения эффективности образовательного процесса и воспитания;

- распространить Памятки для обучающихся, родителей и педагогических работников по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи ([Приложение 2](#)).

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;<br>Pagani L.S. et al., 2010;<br>Nathanson A.I. et al., 2014;<br>Moreira, G.A et al., 2017;<br>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<br>L. Hardell et al., 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;<br>Lepp A et al., 2015;<br>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.