

Как пользоваться телефонами в школе

Эта памятка поможет тебе правильно использовать мобильные устройства

Если постоянно пользоваться мобильным устройством, появляется раздражительность, снижается память и умственная работоспособность, нарушается сон. От электронных устройств происходит чрезмерная эмоциональная и психическая нагрузка. Причина, по которой снижаются интеллектуальные функции – в многофункциональности телефона. Множество приложений требуют того, чтобы ты постоянно переключался с одного вида активности на другой. Из-за этого ты будешь хуже усваивать материал.

Советы по использованию телефона

1. Не слушай музыку через телефон, не смотри видео без указания учителя.
2. Не играй в игры, не просматривай соцсети даже на перемене.
3. Приноси телефон в беззвучном режиме и без вибрации.
4. Снимай видео и фотографируй людей только с их согласия.
5. Используй телефон, чтобы связаться с родителями. На уроке – только по просьбе учителя.
6. Ты можешь по телефону вызвать экстренные службы, если об этом попросил учитель или другой работник школы.