СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
протокол № 01 от 310.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Берновская СОШ»
О.В. Баранова
приказ № 129 от 31.08.2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
об организации использования цифровых технологий обучающимися МБОУ «Берновская СОШ»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регламентирует деятельность МБОУ «Берновская СОШ» (далее – Образовательная организация) и разработано в соответствии с:

− Федеральным законом от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

− Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

− Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

− письмом Минпросвещения России от 4 июня 2026 г. № 07-8526 «О направлении материалов» (вместе с Методическими рекомендациями по регулированию вопросов, связанных с использованием цифровых технологий несовершеннолетними в зависимости от их возраста);

− санитарными правилами СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

− санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

− методическими рекомендациями МР 2.4.0330-23 по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

− приказом Минпросвещения России от 8 мая 2026 г. № 316, закрепляющим запрет на использование мобильных телефонов во время уроков.

1.2. Настоящее Положение устанавливает порядок и правила использования цифровых технологий (электронных средств обучения, мобильных устройств, сети Интернет, цифровых образовательных платформ и иных ресурсов) обучающимися в Образовательной организации и в домашних условиях при выполнении учебных заданий.

1.3. Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений: обучающимися, их родителями (законными представителями), педагогическими и иными работниками Образовательной организации.

1.4. Цифровые технологии в Образовательной организации используются как вспомогательный инструмент образовательного процесса, не заменяющий живого общения учителя и ребенка, традиционных форм обучения и воспитания.

2. Основные цели и задачи

2.1. Целями настоящего Положения являются:

− обеспечение безопасности жизни, здоровья и психического благополучия несовершеннолетних при использовании цифровых технологий;

− формирование у обучающихся цифровой грамотности, критического мышления и навыков безопасного поведения в цифровой среде;

− создание условий для дозированного, педагогически обоснованного и возрастосообразного использования цифровых технологий в образовательном процессе и внеурочной деятельности;

− профилактика рисков, связанных с чрезмерным использованием цифровых устройств, воздействием деструктивного контента и вовлечением в противоправную деятельность в сети Интернет.

2.2. Задачами Положения являются:

− регламентация допустимого объема экранного времени для обучающихся разных возрастных групп;

− определение порядка использования мобильных устройств и электронных средств обучения в Образовательной организации;

− организация работы по информированию обучающихся и родителей о рисках цифровой среды и мерах их снижения;

− координация деятельности педагогического коллектива, родителей и медицинских работников по вопросам цифровой безопасности несовершеннолетних.

3. Возрастные особенности использования цифровых технологий

3.1. Использование цифровых технологий несовершеннолетними должно строго соответствовать их возрастным психофизиологическим особенностям.

3.2. В возрастной периодизации учитываются следующие этапы развития:

- дошкольный возраст (0 – 7 лет);

− младший школьный возраст (7–11 лет);

− подростковый возраст (11–15 лет);

− старший школьный возраст (15–17 лет).

3.3. Для воспитанников дошкольной группы:

- для детей до 2-х лет максимально **исключить гаджеты**. Активно **использовать традиционные формы воспитания**: подвижные игры, творчество, семейное общение, заменить экранное время на сенсорную игру с реальными объектами (игрушки, природные элементы);

- для детей от 2 – 3 лет суммарное экранное время (включая образовательную и досуговую деятельность) не должно превышать 20 минут в день;

- для детей 3 – 6 лет суммарное экранное время (включая образовательную и досуговую деятельность) не должно превышать 1 часа в день;

− непрерывная работа за экраном – не более 10 минут с обязательными перерывами для активной деятельности;

3.4. Для обучающихся младшего школьного возраста (7–11 лет):

− суммарное экранное время (включая образовательную и досуговую деятельность) не должно превышать 1,5 часа в день;

− непрерывная работа за экраном – не более 20 минут с обязательными перерывами для гимнастики глаз и физических упражнений;

− образовательные задания с использованием цифровых технологий должны сочетать игровую форму с задачами на синтез, сравнение и обобщение.

3.5. Для обучающихся подросткового возраста (11–15 лет):

− суммарное экранное время – не более 2 часов в день;

− непрерывная работа за экраном – не более 30–40 минут с последующим перерывом;

− особое внимание уделяется формированию критического мышления и распознаванию манипулятивных стратегий в сети.

3.6. Для обучающихся старшего школьного возраста (15–17 лет):

− суммарное экранное время – не более 2–3 часов в день;

− непрерывная работа за экраном – не более 45 минут;

− акцент делается на развитие навыков анализа информации, цифровой гигиены и ответственного поведения в сети.

4. Медицинские требования к использованию цифровых технологий

4.1. При использовании цифровых устройств должны соблюдаться следующие гигиенические требования:

− расстояние от глаз до экрана – не менее 50–70 см;

− экран должен располагаться на уровне глаз или чуть ниже;

− продолжительность непрерывной работы за экраном регламентируется согласно возрастным нормам (п. 3.5–3.7);

− каждые 20 минут необходимо отводить взгляд на 20 секунд на расстояние не менее 5–6 метров (правило 20–20–20);

− помещение должно иметь равномерное естественное или искусственное освещение, исключающее блики на экране.
4.2. Запрещается использование цифровых устройств в положении лежа, на боку, а также в условиях недостаточного освещения.
4.3. При использовании наушников необходимо контролировать уровень громкости – он не должен превышать 60 % от максимального, длительность использования наушников – не более 30 минут непрерывно.
4.4. Использование цифровых устройств должно чередоваться с физической активностью: на каждый час экранного времени рекомендуется не менее 10–15 минут двигательной активности.
4.5. Запрещается использование цифровых устройств за 1–2 часа до сна в связи с негативным воздействием синего света на выработку мелатонина и качество сна.

5. Регламентация использования цифровых технологий в Образовательной организации
5.1. Использование мобильных телефонов и иных личных цифровых устройств обучающимися во время уроков запрещается, за исключением случаев возникновения угрозы жизни или здоровью, иных экстренных случаев.
5.2. Мобильные устройства могут быть сданы в специально отведенное место (шкаф, ячейка) перед началом первого урока либо находиться в выключенном состоянии в рюкзаке обучающегося.
5.3. На переменах обучающиеся имеют право пользоваться мобильными устройствами при условии, что это не нарушает дисциплину и не создает помех другим участникам образовательного процесса.
5.4. Использование электронных средств обучения (интерактивные доски, компьютеры, планшеты) в образовательных целях допускается только в соответствии с утвержденным расписанием и санитарными нормами.
5.5. Продолжительность непрерывного использования ЭСО на уроках (занятиях) составляет:
− для обучающихся 1–2 классов – не более 20 минут;
− для обучающихся 3–4 классов – не более 25 минут;
− для обучающихся 5–6 классов – не более 30 минут;
− для обучающихся 7–9 классов – не более 35 минут;
− для обучающихся 10–11 классов – не более 40 минут.

5.6. Суммарная продолжительность использования ЭСО в течение учебного дня не должна превышать возрастных норм, установленных п. 3.3–3.6 настоящего Положения.
5.7. Педагогические работники обязаны проводить физкультурные минутки и гимнастику для глаз при использовании ЭСО на уроке.

6. Риски цифровой среды и меры по их снижению
6.1. Основными рисками использования цифровых технологий несовершеннолетними являются:
− контентные риски: воздействие информации, способной вызвать стрессовую реакцию (сцены насилия, жестокости, шок-контент, пропаганда наркотиков, экстремистских идеологий);
− коммуникационные риски: кибербуллинг, вовлечение в деструктивные сообщества, общение с незнакомцами, манипуляции;
− технические риски: заражение устройств вредоносным ПО, утечка персональных данных, финансовое мошенничество;
− потребительские риски: маркетинговое давление, навязывание платных услуг и товаров;
− репутационные риски: публикация личной информации, компрометирующих материалов.

6.2. Меры по снижению рисков в Образовательной организации:

6.2.1. Технические меры:
− контент-фильтрация доступа к сети Интернет, исключающая доступ к ресурсам, несовместимым с целями образования и воспитания;
− установка на компьютерах и ноутбуках Образовательной организации программ родительского контроля и антивирусного ПО;
− регулярное обновление программного обеспечения и систем защиты.

6.2.2. Организационно-педагогические меры:
− включение в учебные программы (информатика, обществознание, ОБЗР) тем по цифровой грамотности, безопасности в сети, защите персональных данных;
− проведение классных часов, родительских собраний, лекций и бесед по вопросам цифровой безопасности;
− организация внеурочной деятельности, направленной на формирование у обучающихся позитивных интересов, альтернативных цифровому досугу (спорт, творчество, волонтерство, общественно полезная деятельность);
− формирование у обучающихся навыков критического мышления, умения определять причинно-следственные связи, распознавать манипуляции.

6.2.3. Работа с родителями (законными представителями):
− информирование родителей о возрастных нормах экранного времени, рисках цифровой среды и мерах их снижения;
− рекомендации по использованию программ родительского контроля на домашних устройствах;
− организация консультаций психолога и социального педагога по вопросам цифровой зависимости и безопасного поведения детей в сети.

6.3. В случае выявления фактов вовлечения обучающегося в деструктивные сообщества, кибербуллинга или иных противоправных действий в цифровой среде, образовательная организация незамедлительно информирует родителей (законных представителей) и, при необходимости, правоохранительные органы.

7. Особенности работы с разными возрастными группами
7.1. Для обучающихся начальной школы (1–4 классы):
− использование цифровых устройств в образовательных целях осуществляется только под непосредственным контролем педагога;
− доступ к сети Интернет ограничен образовательными ресурсами, прошедшими экспертизу;
− домашние задания с использованием цифровых технологий даются в минимальном объеме, с обязательными рекомендациями для родителей по контролю времени и контента;
− проведение бесед о правилах безопасного поведения в сети в доступной игровой форме.

7.2. Для обучающихся основной школы (5–9 классы):
− формирование навыков самостоятельной работы с цифровыми ресурсами при сохранении родительского контроля;
− акцент на развитие критического мышления и распознавания манипулятивных стратегий;
− профилактика вовлечения в деструктивные сообщества, кибербуллинг и аутодеструктивные явления;
− проведение тренингов по цифровой гигиене и безопасному общению в сети.

7.3. Для обучающихся старшей школы (10–11 классы):
− развитие навыков самостоятельного анализа информации, проверки источников, защиты персональных данных;
− обсуждение границ между виртуальной и реальной идентичностью;
− формирование ответственного отношения к цифровому поведению и его правовым последствиям.

8. Права и обязанности участников образовательных отношений
8.1. Обучающиеся имеют право:
− использовать цифровые технологии в образовательных целях в соответствии с настоящим Положением;
− обращаться за помощью к педагогам, психологу, социальному педагогу по вопросам, связанным с использованием цифровых технологий и безопасностью в сети.

8.2. Обучающиеся обязаны:
− соблюдать требования настоящего Положения;

− не использовать мобильные устройства во время уроков;

− не распространять и не потреблять контент, противоречащий законодательству Российской Федерации и нормам морали;

− соблюдать правила цифровой гигиены и безопасности;

− незамедлительно сообщать педагогу или родителям о случаях кибербуллинга, угроз, попыток вовлечения в противоправную деятельность.

8.3. Педагогические работники обязаны:
− использовать цифровые технологии в образовательном процессе с соблюдением возрастных и санитарных норм;
− проводить физкультурные минутки и гимнастику для глаз при работе с ЭСО;
− информировать обучающихся о правилах безопасного поведения в сети;
− своевременно выявлять и пресекать нарушения настоящего Положения;
− взаимодействовать с родителями по вопросам цифровой безопасности обучающихся.

8.4. Родители (законные представители) обязаны:
− контролировать использование цифровых устройств несовершеннолетними в домашних условиях, соблюдая возрастные нормы экранного времени;
− использовать средства родительского контроля на домашних устройствах;
− обсуждать с детьми правила безопасного поведения в сети, развивать их критическое мышление;
− своевременно информировать образовательную организацию о случаях, представляющих угрозу жизни, здоровью или благополучию ребенка в цифровой среде;
− служить примером ответственного использования цифровых технологий.

9. Ответственность и контроль

9.1. Ответственность за соблюдение настоящего Положения возлагается на:
− директора Образовательной организации – за общую организацию работы;

− заместителей директора – за организацию контроля в рамках своей компетенции;

− педагогических работников – за соблюдение требований на своих уроках и занятиях;

− родителей (законных представителей) – за соблюдение требований в домашних условиях.

9.2. Контроль за исполнением настоящего Положения осуществляется администрацией Образовательной организации в рамках внутреннего контроля качества образования и мониторинга безопасности образовательной среды.
9.3. В случае нарушения настоящего Положения обучающимся, к нему применяются меры дисциплинарного воздействия в соответствии с Уставом Образовательной организации и Правилами внутреннего распорядка обучающихся.

10. Заключительные положения

10.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения директором Образовательной организации и действует до принятия нового Положения.
10.2. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся приказом директора на основании изменений законодательства, санитарных норм или методических рекомендаций.
10.3. Настоящее Положение доводится до сведения всех участников образовательных отношений путем размещения на официальном сайте Образовательной организации и ознакомления под подпись сотрудников и родителей (законных представителей) обучающихся.