



„Мой ребенок всегда на смартфоне...“

## Рекомендации по использованию средств массовой информации во внеурочное время

Смартфон, планшет и ПК являются ценными инструментами и компаньонами в повседневной жизни, но в то же время представляют опасность при неправильном использовании. Рекомендации, содержащиеся в этом информационном бюллетене, помогают родителям направлять интерес своих детей к технологиям и контролировать использование ими средств массовой информации. Они ограничены наиболее важными аспектами, чтобы сделать использование максимально простым. В целом, родители должны активно подходить к вопросу использования гаджетов, должны сами разбираться с приложениями и обсуждать их с помощью устройств вместе со своими детьми.

### Перед началом занятий в школе

Дети дошкольного возраста не должны иметь собственных устройств. Им можно использовать их целенаправленно и в течение ограниченного периода времени, чтобы чутко научиться использовать цифровые носители и программы:

- Использование средств массовой информации только в присутствии родителей
- Развлечения с играми или просмотром видео макс. 30 минут в день с соответствующим возрасту контентом
- Общение по Skype, Facetime и WhatsApp только вместе с родителями

### При посещении школы

До 7-го класса действует следующее: Смартфон находится вне досягаемости детей во время выполнения домашних заданий. Родители должны знать, какие программы, игры и развлекательные средства используются детьми. Время, указанное в приведенных ниже рекомендациях для классов, является максимальным временем для каждого дня; Более короткое использование в один день не может привести к более длительному использованию в другой день. В зависимости от таких факторов, как успеваемость в школе и физическая активность, рекомендации могут отклоняться от: Если ребенок имеет хорошие оценки и активно занимается спортом (не киберспортом!), разрешенное время использования средств массовой информации может быть повышено. Если ребенок имеет плохие оценки или не очень активен, использование средств массовой информации должно быть обязательно ограничено.

Рекомендации для класса



## Рекомендации для класса

### 1 + 2 класс

В первые два года обучения в школе дети еще не должны владеть собственными устройствами. Исключение составляет простой сотовый телефон, если это необходимо. Использование средств массовой информации должно происходить в первую очередь в присутствии родителей.

Развлечения с играми или видео*	Распространенные коммуникационные приложения**	Общее потребление мультимедиа***
Макс. 30 мин	Skype, Facetime, WhatsApp	макс. 60 мин

### 3 + 4 класс

С 3-го класса, возможно, уже не удастся избежать того, чтобы у детей был собственный смартфон. Тем не менее, время использования медиа остается прежним, контент адаптируется. Использование все чаще может происходить без присутствия родителей, но контент все равно должен контролироваться.

Развлечения с играми или видео*	Распространенные коммуникационные приложения**	Общее потребление мультимедиа***
Макс. 45 мин	WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	макс. 60 мин

### 5 класс

После перевода в Mittelschule, Realschule или Gymnasium дети должны перестраиваться в целом. Использование средств массовой информации может быть расширено.

Развлечения с играми или видео*	Распространенные коммуникационные приложения**	Общее потребление мультимедиа***
макс. 60 мин	WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	макс. 90 мин

### 6 + 7 класс

Использование мультимедиа может быть расширено индивидуально.

Развлечения с играми или видео*	Распространенные коммуникационные приложения**	Общее потребление мультимедиа***
Макс. 75 мин	WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	макс. 120 мин

### 8 - 10 класс

Начиная с 8-го класса, использование средств массовой информации основано на еженедельной квоте, которая распределяется ребенком самостоятельно. ВАЖНО: Если ребенок показывает плохие оценки или небольшую физическую активность или с трудом поддерживает социальные контакты со сверстниками, рекомендации 6-го + 7-го класса следует продлить на один или, возможно, два года.

Развлечения с играми или видео*	Распространенные коммуникационные приложения**	Общее потребление мультимедиа***
макс. 14 часов в неделю	WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	макс. 21 час в неделю

\* Должен быть обеспечен контент, соответствующий возрасту.

\*\* Вышеуказанные приложения отражают текущую реальность жизни многих родителей и учеников. Обратите внимание на любое отклоняющееся от законодательства и соответствующее возрасту использование приложений. (Некоторые из упомянутых приложений официально разрешены только с более старшего возраста).

\*\*\* Плюс обязательное использование средств массовой информации в школе и выбранные родителями образовательные/информационные приложения.



#### Дополнительная информация

Следующие веб-сайты предлагают очень хорошую, исчерпывающую информацию по теме использования цифровых медиа:

[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

Настройки для детей и подростков для всех популярных устройств и приложений. Персонализированный сервис обновления для новых разработок.

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

Обширная информация о надлежащем использовании носителей. Хорошая входная страница для обзора.

[www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)

Лаконичные описания популярных медиа и игр. Хорошо для понимания и разговора.