

TELEFONŲ NAUDOJIMO POLITIKA

Telefonų naudojimų politikos aprašymai ir pagalbos šeimoms resursai.

Telefonų turėjimas mokykloje. Mokantis reikalinga susikaupti ir bendrauti palankesnė aplinka. Pastebime, kad tvarka, kai mokinys telefoną laiko kuprinėje, sukuria nemažai progų jį turėti su savimi slapta ir naudotis. Tai atitraukia dėmesį nuo pamokų ir buvimo su kitais mokiniais pertraukų metu. Siekiant sukurti mokyti ir bendrauti palankesnę aplinką, telefonai į mokyklą nesinešami, išskyrus atvejus kai telefonai bus naudojami ugdymo tikslais arba atskiru tėvų klasės auklėtojų susitarimu.

Telefonų naudojimas. Telefonais mokiniai nesinaudoja pamokų, pertraukų, renginių, būrelių, klasės išvykų, Popiečio metu. Prieš pamokas ir po jų, renginių ar būrelių mokykloje bei jos teritorijoje telefonu mokiniai naudojami tik būtinu atveju kaip ryšio priemone. Mokymosi tikslais telefonai naudojami laisvai. Apie ribas sprendžia pamoką vedantys mokytojai. Mokyklos išvykose galioja panaši tvarka kaip mokykloje, tikslesnę nustato išvyką organizuojantys mokytojai. Mokytojai pamokų metu telefonais nesinaudoja ir laiko garsą išjungtą, išskyrus būtinuosius atvejus, tokius kaip trauma ir kiti su sveikata susiję dalykai, nusikaltimas, gaisras, audra.

Telefonų laikymas, surinkimas ir atidavimas. Mokiniui piktavališkai naudojantis telefonu mokykloje, telefonas yra paaimamas ir perduodamas klasės auklėtojiui. Telefoną gali atsiimti tik mokinio tėvai. Mokiniui prireikus išvykti, telefoną atiduoda mokytojai, kurie tuo metu atsakingi už klasę. Renginių, būrelių metu, vykstant Popiečio grupei, telefonus mokiniai laiko kuprinėse.

Būtinoji komunikacija. Esant neatidėliotinam poreikiui, tėvai gali rašyti žinutę klasės mokytojams, šie perduoda informaciją mokiniams. Ypatingais atvejais, nepasiekdami mokytojų, tėvai gali kreiptis į administratore mokyklos svetainėje nurodytais kontaktais.

RESURSAI

Pagalba ir patarimai globėjams dėl telefonų ir ekranų naudojimo ir saugumo internete.

- **Ekranų naudojimas.** Skaitmeninės etikos centro tinklalapyje rasite naudingos informacijos apie tinkamą ekranų naudojimo kiekį, pavojaus ženklus ir reikalingus šeimos susitarimus: [Ekranų laikas](#) | [Skaitmeninės etikos centras](#)
- **Saugumas.** Skaitykite apie saugų interneto naudojimą: [Tėvų kontrolė](#) | [Skaitmeninės etikos centras](#) , [Saugumas](#) | [Skaitmeninės etikos centras](#)
- Straipsnis apie išmaniųjų telefonų žalą vaikams ir jos įveikimo būdus su psichologe Monika Skeryte-Kazlauskienė: Išmaniųjų telefonų žala vaikams – kaip ją įveikti? – [Bernardinai.lt](#)
- Informacija apie mokslinius tyrimus, kurių tikslas yra padėti suprasti vaikų naudojimosi šiuolaikinėmis technologijomis priežastį bei poveikį www.mediavaikai.lt
- **Priklausomybės testai.** Daugiausiai laiko vaikai ar suaugę praleidžia būdami internete ar žaisdami žaidimus. Čia rasite testus, padėsiančius stebėti priklausomybės lygį. Testus galima atlikti kartu su vaikais, klausimai padės suprasti, į ką reikia atkreipti dėmesį. Taip pat rasite patarimus ir pagalbos būdus. [Testai, priklausomybei nuo interneto ar žaidimų pamatuoti](#)
- [Atmintinės tėvams apie vaikų emocinę sveikatą](#)

Rekomendacijos šeimoms (plačiau skaitykite Skaitmeninės etikos centro tinklalapyje):

1. **Numatykite šeimos laiką, kada visi būna be telefonų ar kitų ekranų.** Tai gali būti skaitymo laikas, stalo žaidimų ar pokalbių laikas su šeima, žygiai. Svarbu pavyzdžiu parodyti, kad laikas be ekranų yra prasmingas bei reikalingas.
2. **Apginkite miegą – jokių ekranų likus valandai iki miego.** Saugokite vaikus nuo naudojimosi telefonais miego metu. Geram miegui padės aktyvi fizinė veikla, mankšta.
3. **Ribas nustatykite visi drauge.** Įtraukite vaikus planuodami ekrano laiką bei laiką be ekranų. Šiuos susitarimus kartkartėmis peržvelkite. Susitarimai turi galioti visiems šeimos nariams. Venkite ekrano laiką naudoti kaip apdovanojimą.
4. **Suteikite vaikams būtinų įgūdžių.** Kalbėkitės su vaikais apie skaitmenines rizikas, ekrano priklausomybę. Papasakokite apie jų amžiui tinkamus veiksmus. Būkite atidūs, nesmerkite ir domėkitės vaikų pomėgiais. Anonimiškai pranešti apie internete aptiktą netinkamą turinį [galite čia](#).

Rekomenduojame e-etika.lt šaltinius tėvams ir globėjams apie ekrano laiką, sesktingą, pornografiją, socialinius tinklus, žaidimus, tėvų kontrolę, e.patyčias, saugumą ir kritinį mąstymą.