**Международный день без интернета**



Международный день без Интернета в 2025 году отмечается 26 января. Этот праздник отмечают ежегодно в последнее воскресенье января.Цель этого праздника – хотя бы на один день сосредоточиться на реальном мире вокруг, а не виртуальном.

В соответствии с таблицей 6.8 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" нормы продолжительности использования электронного средства обучениядля детей и подростков, а именно:

**-для интерактивной доски:**

* 5 - 7 лет на уроке не более – 7 мин, а суммарно в день в школе не более – 20 мин;
* 1-3 классы на уроке не более – 20 мин, а суммарно в день в школе не более – 80 мин;
* 4 классы на уроке не более – 30 мин, а суммарно в день в школе не более – 90 мин;
* 5-9 классы на уроке не более – 30 мин, а суммарно в день в школе не более – 100 мин;
* 10-11 классы, 1-2 курс ПОО на уроке не более – 30 мин, а суммарно в день в школе не более – 120 мин.

**- для интерактивной панели:**

* 5-7 летна уроке не более – 5 мин, а суммарно в день в школе не более – 10 мин;
* 1-3 классы на уроке не более – 10 мин, а суммарно в день в школе не более – 30 мин;
* 4 классы на уроке не более – 15 мин, а суммарно в день в школе не более – 45 мин;
* 5-6 классы на уроке не более – 20 мин, а суммарно в день в школе не более – 80 мин;
* 7-11 классы, 1-2 курс ПООна уроке не более – 25 мин, а суммарно в день в школе не более – 100 мин.

**- для персонального компьютера:**

* 6-7 лет на уроке не более – 15 мин, суммарно в день в школе не более – 20 мин;
* 1-2 классы на уроке не более – 20 мин, суммарно в день в школе не более – 40 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 80 мин;
* 3-4 классы на уроке не более – 25 мин, суммарно в день в школе не более – 50 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 90 мин;
* 5-9 классы на уроке не более – 30 мин, суммарно в день в школе не более – 60 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 120 мин;
* 10-11 классы, 1-2 курс ПООна уроке не более – 35 мин, суммарно в день в школе не более – 70 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 170 мин.

**- для ноутбука:**

* 6-7 лет на уроке не более – 15 мин, суммарно в день в школе не более – 20 мин;
* 1-2 классы на уроке не более – 20 мин, суммарно в день в школе не более – 40 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 80 мин;
* 3-4 классы на уроке не более – 25 мин, суммарно в день в школе не более – 50 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 90 мин;
* 5-9 классы на уроке не более – 30 мин, суммарно в день в школе не более – 60 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 120 мин;
* 10-11 классы, 1-2 курс ПООна уроке не более – 35 мин, суммарно в день в школе не более – 70 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 170 мин.

**- для планшета:**

* 6-7 лет на уроке не более – 10 мин, суммарно в день в школе не более – 10 мин;
* 1-2 классы на уроке не более – 10 мин, суммарно в день в школе не более – 30 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 80 мин;
* 3-4 классы на уроке не более – 15 мин, суммарно в день в школе не более – 45 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 90 мин;
* 5-9 классы на уроке не более – 20 мин, суммарно в день в школе не более – 60 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 120 мин;
* 10-11 классы, 1-2 курс ПООна уроке не более – 20 мин, суммарно в день в школе не более – 80 мин и суммарно в день дома (включая досуговую деятельность) не более – 150 мин.