Авторы рекомендаций:

Ибрагимов, Копылова, Давыдова, Соколова, Старцева

Рекомендации для родителей

1. Семейные часы:

* Настольные игры;
* Уроки всей семьей;
* Прогулки;
* Просмотр и обсуждение фильмов.

1. Отказ от телефонов на время, которое посвящается семье.
2. Мониторинг социальных сетей ребенка.
3. Интересоваться миром ребенка (фильмы, игры, слэнг, увлечения).
4. Проводить семейные турниры (компьютерные игры и\ или настольные игры).
5. Во время работы за компьютером проводить разминки (через каждые 30 минут).

Рекомендации для педагогов:

1. Использовать телефон в поиске информации на уроке.
2. Проводить классные часы о гигиене использования интернета.
3. Обучение безопасному использованию интернета.
4. Рекомендация развивающих сайтов и каналов на различных сервисах.
5. Использование интернета как ресурс для тестирования.
6. Создание сайта класса.
7. Быть информированным в сфере блоггинга, видео-игр и т.д.