**Нормы продолжительности использования электронных средств обучения согласно актуальных СанПиН 1.2.3685-21.**

**Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 были утверждены**[**санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"**](https://docs.cntd.ru/document/573500115#6560IO)

**Вот, выдержка из СанПиН 1.2.3685-21:  
Продолжительность использования ЭСО**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Электронные средства обучения | Классы | на уроке, мин, не более | суммарно в день в школе, мин, не более | суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Интерактивная доска | 5-7 лет | 7 | 20 | - |
|  | 1-3 классы | 20 | 80 | - |
|  | 4 классы | 30 | 90 | - |
|  | 5-9 классы | 30 | 100 | - |
|  | 10-11 классы, 1-2 курс ПОО | 30 | 120 | - |
| Интерактивная панель | 5-7 лет | 5 | 10 | - |
|  | 1-3 классы | 10 | 30 | - |
|  | 4 классы | 15 | 45 | - |
|  | 5-6 классы | 20 | 80 | - |
|  | 7-11 классы, 1-2 курс ПОО | 25 | 100 | - |
| Персональный компьютер | 6-7 лет | 15 | 20 | - |
|  | 1-2 классы | 20 | 40 | 80 |
|  | 3-4 классы | 25 | 50 | 90 |
|  | 5-9 классы | 30 | 60 | 120 |
|  | 10-11 классы, 1-2 курс ПОО | 35 | 70 | 170 |
| Ноутбук | 6-7 лет | 15 | 20 | - |
|  | 1-2 классы | 20 | 40 | 80 |
|  | 3-4 классы | 25 | 50 | 90 |
|  | 5-9 классы | 30 | 60 | 120 |
|  | 10-11 классы, 1-2 курс ПОО | 35 | 70 | 170 |
| Планшет | 6-7 лет | 10 | 10 | - |
|  | 1-2 классы | 10 | 30 | 80 |
|  | 3-4 классы | 15 | 45 | 90 |
|  | 5-9 классы | 20 | 60 | 120 |
|  | 10-11 классы, 1-2 курс ПОО | 20 | 80 | 150 |