



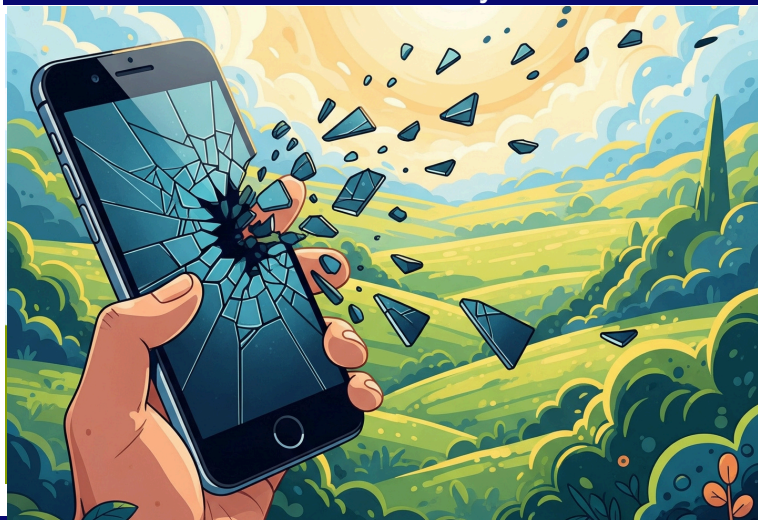
Elwood Union Free School District

- ✓ Students in grades K-5 will store their devices in their bags that are placed inside their cubbies
- ✓ Students in grades 6-12 will store their devices in their lockers
- ✓ Devices covered by this policy include (but are not limited to): cell phones, tablets, smart watches, earbuds/headphones, and e-readers
- ✓ Parents can still reach their children through the main office, and students can access office phones if they need to contact home

Implementation of a new state law prohibits the use of personal internet-enabled devices throughout the school day, including lunch, recess, study halls, and passing time.

Only school-issued devices may be used during school hours.

[Click here for Elwood's Complete Cell Phone Policy](#)



SCREEN TIME REDUCTION:

- aims to increase student engagement in learning, reduce distractions, and alleviate anxiety and depression
- encourages face-to-face interactions during breaks and downtime to improve interpersonal skills
- helps students build stronger relationships and foster a greater sense of community within the school
- increases participation in extracurricular activities, as students are less likely to retreat into their devices during free time
- helps prevent misuse for recording others without consent, cyberbullying, or accessing inappropriate content, contributing to a safer school environment
- encourages students to develop self-control and manage their attention without constant reliance on devices

TIPS TO REDUCE SCREEN TIME

Set Clear Limits

- Establish a maximum of 2 hours for recreational screen time daily
- Use built-in screen time controls on devices
- Monitor screen usage and celebrate milestones as a family to reinforce positive changes

Create Tech-Free Zones

- Designate spaces like bedrooms and dining areas as screen-free
- Develop hobbies, schedule outdoor adventures, and plan family time

[See the American Association for Pediatrics Screen Time Guide for more information.](#)



Distrito Escolar Libre de Elwood Union

- ✓ Los estudiantes de jardín de infantes a quinto grado guardarán sus dispositivos en sus bolsos que se colocan dentro de sus cubículos.
- ✓ Los estudiantes de los grados 6 a 12 guardarán sus dispositivos en sus casilleros.
- ✓ Los dispositivos cubiertos por esta política incluyen (pero no se limitan a): teléfonos celulares, tabletas, relojes inteligentes, auriculares/audífonos y lectores electrónicos.
- ✓ Los padres aún pueden comunicarse con sus hijos a través de la oficina principal y los estudiantes pueden acceder a los teléfonos de la oficina si necesitan comunicarse con sus hogares.

La implementación de una nueva ley estatal prohíbe el uso de dispositivos personales con acceso a Internet durante el día escolar, incluido el almuerzo, el recreo, las salas de estudio y el tiempo libre.

Durante el horario escolar sólo se podrán utilizar los dispositivos proporcionados por la escuela.

Haga clic aquí para conocer la política completa de teléfonos celulares de Elwood



PO FRENTE A LA PANTALLA

REDUCCIÓN:

- Tiene como objetivo aumentar la participación de los estudiantes en el aprendizaje, reducir las distracciones y aliviar la ansiedad y la depresión.
- Fomenta las interacciones cara a cara durante los descansos y el tiempo de inactividad para mejorar las habilidades interpersonales.
- Ayuda a los estudiantes a construir relaciones más sólidas y fomentar un mayor sentido de comunidad dentro de la escuela.
- Aumenta la participación en actividades extracurriculares, ya que es menos probable que los estudiantes se refugien en sus dispositivos durante el tiempo libre.
- Ayuda a prevenir el uso indebido para grabar a otros sin consentimiento, el acoso cibernético o el acceso a contenido inapropiado, lo que contribuye a un entorno escolar más seguro.
- Alienta a los estudiantes a desarrollar el autocontrol y gestionar su atención sin depender constantemente de dispositivos.

CONSEJOS PARA REDUCIR TIEMPO FRENTE A LA PANTALLA

Establezca límites claros

- Establecer un máximo de 2 horas para
- Tiempo de pantalla recreativo diario
- Utilice los controles de tiempo de pantalla integrados en los dispositivos
- Supervise el uso de la pantalla y celebre los hitos en familia para reforzar cambios positivos

Crear zonas libres de tecnología

- Diseñe espacios como dormitorios y comedores como libres de pantallas.
- Desarrolla pasatiempos, programa aventuras al aire libre y planifica tiempo en familia.

[Consulte la Guía de tiempo frente a una pantalla de la Asociación Estadounidense de Pediatría para obtener más información.](#)



منطقة إلوود يونيون المدرسية المجانية

يحظر تنفيذ قانون ولاية جديد استخدام الأجهزة الشخصية المتصلة بالإنترنت طوال اليوم الدراسي، بما في ذلك وقت الغداء، والاستراحة، وقاعات الدراسة، ووقت التسلية. يُسمح فقط باستخدام الأجهزة التي تقدمها المدرسة أثناء ساعات الدراسة.

انقر هنا للاطلاع على سياسة إلوود الكاملة بشأن الهاتف المحمول

✓ سيقوم الطلاب في الصفوف من K-5 بتخزين أجهزتهم في حقائبهم الموضوعة داخل خزائنهم

✓ سيقوم الطلاب في الصفوف من 6 إلى 12 بتخزين أجهزتهم في خزائنهم

✓ تشمل الأجهزة التي تغطيها هذه السياسة (على سبيل المثال لا الحصر): الهواتف المحمولة، والأجهزة اللوحية، والساعات الذكية، وساعات الأذن/سماعات الرأس، وأجهزة قراءة الكتب الإلكترونية

✓ لا يزال بإمكان الوالدين التواصل مع أبنائهم من خلال المكتب الرئيسي، ويمكن للطلاب الوصول إلى هواتف المكتب إذا كانوا بحاجة إلى الاتصال بالمنزل



وقت الشاشة تخفيض:

- يهدف إلى زيادة مشاركة الطلاب في التعلم، والحد من عوامل التشبث، وتخفيف القلق والاكتئاب
- يشجع التفاعلات وجهاً لوجه أثناء فترات الراحة والأوقات المتوقفة لتحسين المهارات الشخصية
- يساعد الطلاب على بناء علاقات أقوى وتعزيز الشعور بالمجتمع داخل المدرسة
- يزيد من المشاركة في الأنشطة اللامنهجية، حيث يقل احتمال انشغال الطلاب بأجهزتهم أثناء وقت الفراغ
- يساعد على منع سوء الاستخدام لتسجيل الآخرين دون موافقة، أو التنمر الإلكتروني، أو الوصول إلى محتوى غير مناسب، مما يساهم في بيئة مدرسية أكثر أماناً
- يشجع الطلاب على تطوير ضبط النفس وإدارة انتباههم دون الاعتماد المستمر على الأجهزة

نصائح ليل وقت الشاشة

- **ضع حدوداً واضحة**
- تحديد حد أقصى لمدة ساعتين
- وقت الشاشة الترفيهي اليومي
- استخدم عناصر التحكم في وقت الشاشة
- المضمنة على الأجهزة
- راقب استخدام الشاشة واحتفل بالإنجازات كعائلة لتعزيزها
- تغييرات إيجابية
- **إنشاء مناطق خالية من التكنولوجيا**
- خصص مساحات مثل غرف النوم وأماكن تناول الطعام لتكون خالية من الشاشات
- تطوير الهوايات، وجدولة المغامرات الخارجية، والتخطيط للوقت العائلي

راجع دليل وقت الشاشة للجمعية الأمريكية لطب الأطفال للحصول على مزيد من المعلومات.



District scolaire libre d'Elwood Union

- ✓ Les élèves de la maternelle à la 5e année rangeront leurs appareils dans leurs sacs placés à l'intérieur de leurs casiers.
- ✓ Les élèves de la 6e à la 12e année rangeront leurs appareils dans leurs casiers.
- ✓ Les appareils couverts par cette politique comprennent (mais ne sont pas limités à) : les téléphones portables, les tablettes, les montres intelligentes, les écouteurs/casques et les liseuses électroniques
- ✓ Les parents peuvent toujours joindre leurs enfants via le bureau principal et les étudiants peuvent accéder aux téléphones du bureau s'ils ont besoin de contacter leur domicile.

La mise en œuvre d'une nouvelle loi de l'État interdit l'utilisation d'appareils personnels connectés à Internet tout au long de la journée scolaire, y compris pendant le déjeuner, la récréation, les salles d'étude et le temps de passe.

Seuls les appareils fournis par l'école peuvent être utilisés pendant les heures de cours.

Cliquez ici pour consulter la politique complète d'Elwood concernant les téléphones portables



TEMPS D'ÉCRAN RÉDUCTION:

- vise à accroître l'engagement des étudiants dans l'apprentissage, à réduire les distractions et à soulager l'anxiété et la dépression
- encourage les interactions en face à face pendant les pauses et les temps d'arrêt pour améliorer les compétences interpersonnelles
- aide les élèves à établir des relations plus solides et à favoriser un plus grand sentiment de communauté au sein de l'école
- augmente la participation aux activités parascolaires, car les étudiants sont moins susceptibles de se réfugier dans leurs appareils pendant leur temps libre
- aide à prévenir l'utilisation abusive pour enregistrer d'autres personnes sans leur consentement, la cyberintimidation ou l'accès à du contenu inapproprié, contribuant ainsi à un environnement scolaire plus sûr
- encourage les élèves à développer leur maîtrise de soi et à gérer leur attention sans dépendre constamment des appareils

CONSEILS RÉDUIRE TEMPS D'ÉCRAN

Fixez des limites claires

- Établir un maximum de 2 heures pour temps d'écran récréatif quotidien
- Utiliser les commandes de temps d'écran intégrées sur les appareils
- Surveillez l'utilisation de l'écran et célébrez les étapes importantes en famille pour renforcer changements positifs

Créer des zones sans technologie

- Désignez des espaces comme les chambres et les salles à manger comme étant sans écran
- Développez des passe-temps, planifiez des aventures en plein air et planifiez du temps en famille

[Consultez le guide sur le temps passé devant un écran de l'American Association for Pediatrics pour plus d'informations](#)