Ministero dell’Istruzione, dell’Università e della Ricerca e del Merito

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE**

**"*MARIO DELPOZZO*" - CUNEO**

Corso A.De Gasperi, 30 – 12100 CUNEO Tel. 0171- 634091 Fax 0171- 697961

cntf010005@istruzione.it cntf010005@pec.istruzione.it C.F.: 80005430048 C.M.: CNTF010005 www.itiscuneo.edu.it

**Cari studenti, Care famiglie**

come scuola, la nostra priorità è sempre stata quella di offrirvi un ambiente sereno e sicuro, un luogo in cui possiate concentrarvi sul vostro apprendimento e vivere al meglio il tempo che trascorrete con noi. Per questo motivo, la decisione di limitare l’uso dei cellulari non nasce come una semplice regola da rispettare, ma come un’opportunità che vi offriamo per il vostro benessere.

**Un tempo e un luogo per voi:**

Viviamo in un mondo sempre connesso, in cui le notifiche e i messaggi richiedono costantemente la nostra attenzione. La scuola, però, vuole essere uno spazio diverso, uno spazio dedicato solo a voi. Vogliamo che la vostra giornata scolastica sia un momento per disintossicarvi dal continuo bisogno di essere online e darvi l'opportunità di concentrarvi su voi stessi, sullo studio e sulle relazioni umane vere, quelle che si costruiscono guardandosi negli occhi.

**Perché vietare il cellulare? Alcuni dati importanti:**

1. **Perdita di concentrazione e calo delle prestazioni:** È stato dimostrato che l'uso prolungato del cellulare riduce drasticamente la capacità di concentrarsi. Secondo una ricerca condotta dall'Università di Londra, l’interruzione costante causata da notifiche e messaggi può ridurre il nostro quoziente intellettivo temporaneamente fino a 10 punti, un impatto simile a quello della privazione di sonno. Inoltre, un'indagine del 2018 su studenti di scuola superiore ha rilevato che chi utilizza il cellulare durante lo studio o le lezioni ha una probabilità del 20% inferiore di ricordare correttamente le informazioni.
2. **Danni alla salute:** Diversi studi hanno collegato un uso eccessivo del cellulare a problemi di salute, sia fisica che mentale. Ad esempio, la **World Health Organization** (WHO) ha evidenziato che passare molte ore al giorno davanti a uno schermo può causare problemi di postura e di vista. Inoltre, l'uso eccessivo del cellulare è associato a un aumento dei livelli di ansia e stress. Un’indagine su giovani tra i 13 e i 18 anni ha rilevato che l’80% dei partecipanti soffre di disturbi del sonno e maggiore ansia, in parte attribuibili all’uso incontrollato dello smartphone.
3. **Dipendenza digitale:** Il cellulare è uno strumento potente, ma può diventare una fonte di dipendenza. Gli studi hanno mostrato che più del 40% dei giovani tra i 14 e i 19 anni controlla il cellulare più di 50 volte al giorno, spesso in modo inconsapevole. Questo comportamento non solo distrae dalle attività scolastiche, ma può anche generare ansia e ridurre la capacità di staccarsi dallo schermo.

**Un impegno condiviso:**

La scelta di vietare l’uso del cellulare per il primo biennio e di limitarlo al secondo biennio e quinto anno durante le attività didattiche nasce dalla volontà di aiutarvi a vivere la vostra giornata scolastica con meno distrazioni, meno stress e maggiore serenità. Vogliamo offrirvi uno spazio in cui possiate disconnettervi, migliorare la concentrazione e costruire relazioni autentiche con i vostri compagni.

Questa scelta non è solo della dirigenza scolastica, ma è sostenuta da tutta la comunità scolastica, inclusi i vostri insegnanti e il personale della scuola, che si impegnano quotidianamente per offrirvi un ambiente accogliente e sereno. Contiamo anche sul vostro impegno e sulla vostra collaborazione per rispettare queste regole e contribuire a costruire un clima scolastico positivo.

**Quando è consentito l’uso del cellulare?**

Per il secondo biennio e il quinto anno, sarà possibile utilizzare il cellulare solo in casi strettamente legati all’attività didattica, previa indicazione nel registro elettronico e sotto la supervisione degli insegnanti.

Il nostro obiettivo è proteggere il vostro tempo scolastico, creando un ambiente che vi permetta di crescere serenamente, lontano dalle distrazioni, per dedicare ogni momento della giornata a voi stessi e al vostro futuro.

Grazie della vostra collaborazione e del vostro impegno.

Un caro saluto,

Il Dirigente Scolastico

Ivan RE