|  |
| --- |
| **Безопасность детей в сети Интернет**-рисунок (21).png    Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение сети Интернет открывает большие возможности для общения и саморазвития. Мы понимаем, что Интернет – это не только кладезь возможностей, но и источник угроз.  Сегодня количество пользователей российской сети Интернет составляет десятки миллионов людей, и немалая часть из них – **ДЕТИ**, которые могут не знать об опасностях мировой паутины.   Интернет необходимо сделать максимально безопасным для подрастающих поколений. Эта цель осуществима, если родители осознают свое главенство в обеспечении безопасности детей.   Данные рекомендации – практическая информация для  Вас, уважаемые родители, которая поможет предупредить угрозы и сделать работу детей в Интернете полезной.**Правило 1.  Внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине»:**• Не отправляйте детей в «свободное плавание» по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернетом, особенно на этапе освоения.• Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернета, рассказывайте, как вовремя предупредить угрозы.**Правило 2.  Информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе сеть:**• Объясните ребенку, что в Интернете как в жизни встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием со стороны другого пользователя Интернета, ему нужно сообщить об этом близким людям.• Объясните ребенку, что размещать свои личные данные (адрес, телефон, место учебы) в социальных сетях и других открытых источниках нежелательно и даже опасно.• Научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с вашей помощью.• Научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернета, особенно путём отправки sms, – во избежание потери денег.• Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать. • Объясните, что нежелательно переходить по ссылкам в Интернете. Доказано, что за шесть кликов можно перейти от «белого» сайта к «чёрному».• Научите ребенка самостоятельно вносить адрес в адресную строку браузера. Это позволит избежать сайтов-клонов.**Правило 3.  Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Сети:**• Установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение – решение родительского контроля, антивирус Касперского или  Doctor Web.• Простые настройки компьютера позволят вам быть в курсе того, какую информацию просматривал ваш ребенок. Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ребенок.• Пользуйтесь программами семейной безопасности, которые позволяют полностью перекрыть доступ в Интернет или установить веб - фильтры, а также проверить, на какие сайты заходит ребенок, какие программы использует, сколько времени проводит в сети.• Если ваш ребенок – учащийся младших классов и часто остается дома один, ограничьте ему время пребывания в Интернете.• Если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.• Создавайте разные учетные записи на вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить ваши личные данные.**Правило 4.  Регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:**• Используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и Интернет - грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами. • Знакомьте всех членов вашей семьи с базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.• Учитесь у ребенка! Дети XXI века нередко продвинутее  родителей в вопросах компьютера и Интернета. В форме игры попросите ребенка показать свои возможности и научить вас незнакомым действиям.**Правило 5.  Будьте внимательны к поведению ребенка, отслеживайте признаки Интернет - зависимости:**• Уясните, вредные привычки влияют на здоровье, а Интернет-зависимость наносит вред психике человека. По мнению врачей и психологов, зависимость от Интернета является «удобным» типом зависимости для родителей, так как носит неявный характер по сравнению с другими серьезными проблемами, к примеру, алкоголем и наркотиками. • Будьте внимательны к переменам в поведении ребенка Раздражительность, рассеянность, замкнутость, потеря интереса к любимым занятиям, ложь о количестве времени, которое ребенок проводит в сети, частое употребление пищи перед компьютером – все это может быть признаками зависимости от Интернета.• Придумайте полезную альтернативу Интернету. Это может быть увлекательное занятие, активный отдых, посещение спортивных секций и кружков, обычная прогулка с друзьями или родителями.• Старайтесь распознать зависимость как можно раньше и при необходимости обратиться к специалисту.**Правило 6.  Руководствуйтесь рекомендациями педиатров:**Сколько времени можно позволять ребенку сидеть за компьютером?  В этом вопросе вы должны проявить настойчивость и непреклонность, как при дозировке лекарств.Ребенок до 6 лет не должен проводить за компьютером более 10 - 15 минут.Для детей в возрасте 7 - 8 лет ограничение составляет 30 - 40 минут в день.В  9 - 11 лет можно позволять сидеть за компьютером не более часа - двух в день.Помните, что злоупотребление компьютером рискованно для физического здоровья и может вызвать у ребенка ухудшение зрения, гиподинамию, подверженность аллергиям и даже сердечнососудистые заболевания! |