

• Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет.

• Помогите им защититься от спама. Научите подростков не выдавать в Интернет своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.



• Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.

• Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск.

• Используйте специальные детские поисковые машины, типа MSN Kids Search.

• Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.

• Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни.

Нормы, установленные Министерством
Здравоохранения РФ, по использованию
компьютера детьми.

Для первоклассников время за компьютером не должно превышать 10-ти минут в день, всего лишь 15 минут рекомендуют проводить детям вторых – пятых классов и 20 минут ученикам шестых-седьмых классов. Старшеклассникам нормы Минздрава предписывают не более 30-ти минут непрерывной работы за компьютером на первом часу занятий и 20-ти минут на втором. Безопасная норма компьютерных игр, которые так любят современные подростки, составила 10 минут для детей младших классов и 15 минут для старшеклассников. Кроме того, категорически запрещаются компьютерные игры перед сном.

Зачастую, увлекшись компьютерной игрой, дети не замечают переутомлений, которые в дальнейшем сильно отражаются на их зрении. Усталость, рассеянность внимания, беспокойство начинают проявляться у детей уже после 15-ти минутной работы за компьютером, а после 20-ти минут у 25 % детей

Если вы нуждаетесь в консультации специалиста:

по вопросам безопасного использования Интернета или если Ваш ребенок уже столкнулся с рисками в Сети, обратитесь на линию помощи (<https://deti-online.com/>), по телефону 88002500015 (звонок по России бесплатный).



ЗАЩИТИ СВОИ ГАДЖЕТЫ ОТ ВРЕДОНОСНЫХ ПРОГРАММ



1. УСТАНОВИТЕ НА ГАДЖЕТЫ АНТИВИРУСНЫЕ ПРОГРАММЫ И НАСТРОЙТЕ ПОЧТОВЫЕ ФИЛЬТРЫ. ОНИ МОГУТ ПРЕДОТВРАТИТЬ АТАКИ ВРЕДОНОСНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ И ХИЩЕНИЕ ДАННЫХ.

2. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО ЛИЦЕНЗИОННЫЕ ПРОГРАММЫ. ЧАЩЕ ВСЕГО ВИРУСАМИ БЫВАЮТ ЗАРАЖЕНЫ ПИРАТСКИЕ КОПИИ ПРОГРАММ.

3. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРОВЕРЕННЫЕ САЙТЫ.

4. СИСТЕМАТИЧЕСКИ ПРОВЕРЯЙТЕ СВОИ ДОМАШНИЕ КОМПЬЮТЕРЫ НА НАЛИЧИЕ ВИРУСОВ.

5. ДЕЛАЙТЕ РЕЗЕРВНУЮ КОПИЮ ВАЖНЫХ ДАННЫХ.

6. ПЕРИОДИЧЕСКИ МЕНЯЙТЕ ПАРОЛИ ОТ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ, СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ, ФОРУМОВ И ПРОЧЕЕ.

7. НЕ ОСТАВЛЯЙ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ СВОИ ГАДЖЕТЫ БЕЗ ПРИСМОТРА.



Информационно-библиографический отдел
центральной библиотеки Канашского МО
Ответственный за выпуск Т.Р. Григорьева

Тел.: 8(83533)49-7-00;

E-mail: library-shihazan@yandex.ru

МБУК «Централизованная библиотечная
система» Канашского муниципального округа

Информационный буклет

«ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ РАБОТЫ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ»



Шихазаны, 2025 г.

Современные дети с удивительной легкостью овладевают навыками использования компьютерных технологий, в том числе глобальной сети Интернет. Не редко родители не предполагают о существующих рисках в сети, не всегда способны помочь при использовании компьютера и не знают, как оградить ребенка от возможной опасности.

Компьютерные технологии могут стать эффективным средством развития ребенка. Но его необдуманное использование может причинить непоправимый вред здоровью.

Используя Интернет, ребенок подвергается постоянному воздействию внешних факторов, среди которых можно выделить: технические, санитарно-гигиенические, психологические.

Компьютерные игры провоцируют перевозбуждение участков головного мозга ребенка, отвечающих за удовольствие. Ребенок становится зависимым и чувствует постоянную необходимость в получении такого удовлетворения. Виртуальная реальность, с которой ребенок сталкивается в ходе игры, меняет его восприятие. Все больше дети пытаются перенести в жизнь то, что увидели на экране или мониторе компьютера.

Наряду с тем, что интернет предоставляет детям быстрый и удобный доступ к полезной информации, а также к развлекательным материалам, все же пользование интернетом сопряжено с огромными рисками:

- нежелательный контент
- интернет-хищники
- киберпреступность
- кибербуллинг



Кто в ответе за наших детей в интернете?

Безопасность детей одна из главных задач цивилизованного общества, поэтому обеспечивать безопасность детей в Интернете должны все, кто причастен к этому обществу. И так по порядку:

1. Правительство. Должны быть законы, которые смогли бы оградить детей от вредной информации в

Интернете. Так в России все школы обязали установить программы контентной фильтрации в классах информатики.

2. Семья. Конечно же ни кто так сильно не отвечает за безопасность детей в Интернете, как сами родители. Ведь только родители могут полностью контролировать своих детей.

3. Образовательные учреждения. Защита детей от информационных угроз и рисков Интернет-ресурсов связана с формированием медиа-грамотности. В образовательных учреждениях данная задача может решаться педагогами с использованием различных форм медиа-образования.

Правила работы в сети Интернет

ПРАВИЛО 1

Старайтесь не выкладывать в Интернет личную информацию: фотографии, видео, ФИО, дату рождения, адрес дома, номер школы, телефоны, иные данные или существенно сократите объем данных, которые публикуете в Интернете.

ПРАВИЛО 2

Не выкладывайте личную информацию (совместные фотографии, видео, иные данные) о ваших друзьях в Интернет без их разрешения.

ПРАВИЛО 3

Не отправляйте свои персональные данные, а также свои видео и фото людям, с которыми вы познакомились в Интернете, тем более если вы не знаете их в реальной жизни.

ПРАВИЛО 4

Выходите из своих аккаунтов, если пользуетесь общественными компьютерами в школе, кафе, библиотеке или иных общественных местах.

ПРАВИЛО 5

Не встречайтесь в реальной жизни с онлайн-знакомыми без разрешения родителей или в отсутствие взрослого человека.

ПРАВИЛО 6

Не оставляйте без присмотра в общественных местах компьютер с важными сведениями на экране.

ПРАВИЛО 7

При общении с другими пользователями в социальных сетях старайтесь быть вежливыми и дружелюбными. Не пишите грубостей, оскорблений, матерных слов – читать такие высказывания так же неприятно, как и слышать.

ПРАВИЛО 8

Старайтесь не реагировать на обидные комментарии, хамство и грубость других пользователей. Ни в коем случае не отвечайте на агрессию тем же способом.

ПРАВИЛО 9

Если к вам поступило письмо с неизвестного аккаунта, подумайте, стоит ли его открывать? Возможно лучше сразу его удалить.

ПРАВИЛО 10

Не используйте Сеть Интернет для распространения сплетен, угроз или хулиганства. Если решить проблему мирным путем не удалось, напишите жалобу администратору сайта, потребуйте заблокировать обидчика.

Рекомендации для родителей по детской интернет безопасности

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Покажите ребёнку, что готовы всегда его выслушать;
- Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером.
- Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.