

## Памятка для родителей о безопасном поведении ребёнка в сети Интернет



### Какие существуют виды интернет-угроз

Есть три основных вида опасности, подстерегающие юных пользователей:

- нежелательное содержимое сайтов, пропагандирующих экстремизм, насилие и формы поведения, отклоняющиеся от общепринятых норм;
- прямые угрозы жизни и здоровью школьников от незнакомцев, предлагающих личные встречи;
- различные виды мошенничества.



### Чем опасна «дружба» с телевизором и Интернетом

1. В первую очередь, чрезмерное пользование гаджетами влияет на психику ребёнка. Телевидение быстро информирует о событиях в мире и даёт «вкусную» картинку, вызывая тем самым привыкание. Ребёнок «подсаживается», и ему хочется больше. А Интернет позволяет найти всё, что угодно, не прилагая каких-либо усилий. Легко, быстро и доступно.
2. Длительное нахождение в статичном положении перед голубым экраном может привести к состоянию перевозбуждения. В итоге после завершения просмотра передачи/видеоролика ребёнок не знает, куда направить свою энергию.



После 11-12 лет ребёнок пытается осознать своё «Я». В этот период наблюдается всплеск активности в социальных сетях и чатах. Подросток хочет найти себя, и

Интернет даёт ему такую возможность: заводить страницы, менять ники и аватарки, а, значит, пробовать что-то новое.



Безусловно, с одной стороны, социальные сети позволяют общаться с большим кругом людей по всему миру, но с другой – юный пользователь незащищён от случайных контактов с незнакомцами.

Специалисты отмечают, что чаще всего злоумышленники стараются завлечь подростка для участия в непристойных сценах. Последствия могут быть плачевными: хищение детей, страх признаться во всём родителям, стыд из-за того, что видео и фото «гуляют» на просторах Интернета.

После 16 лет дети становятся крайне уязвимы, возрастает риск самоубийства. Добавьте к этому давление со стороны родителей и учителей из-за ЕГЭ, и вы получите гремучую смесь напряжения, ранимости и страхов. Кроме того, в Интернете всё чаще встречаются сообщества, которые призывают осуществить этот акт. Подростки, желая острых ощущений, из-за чувства тревоги, на зло родителям (причин много), не понимают до конца, что всё по-настоящему и навсегда. Масла в огонь добавляют и СМИ.

### **Как защитить ребенка от интернет-рисков?**

Для того чтобы помочь ребенку справиться с Интернет-рисками родителям необходимо, в первую очередь, понять, что единственным возможным вариантом помощи является участие родителей в жизни ребенка, включая и виртуальную реальность, «онлайн мир» ребенка.



### **16 правил Интернет-безопасности для детей**

1. Ограничить времяпровождения в сети.
2. Использовать средства обеспечения безопасности

3. Подключить у провайдера услугу «Детский Интернет».
4. «Родительский контроль». С помощью этой функции в системе Windows можно регулировать использование компьютера детьми.
5. Установить бесплатную программу «Интернет Цензор». Она блокирует сайты, на которые вы не хотите, чтобы заходили с вашего компьютера.
6. Следить, чтобы ребёнок смотрел программы/фильмы с соответствующей маркировкой по возрасту (0+, 6+, 12+, 16+, 18+).
7. Объяснять детям, что не всё то, что пишут в Интернете – правда. Рассказать, в чём опасность «всемирной паутины».
8. Донести до ребёнка, что нельзя где-либо при регистрации указывать своё реальное имя и фамилию.
9. Мониторить друзей и подписчиков ребёнка в соц. сетях (нет ли среди них взрослых людей, незнакомых ребят с другой школы/города/района).
10. Объяснить, что онлайн-друзья могут отличаться при встрече.
11. Быть внимательными к ребёнку. Убедитесь, что он не жертва интернет-буллинга. Если у ребёнка в подписках нет друзей, то, возможно, он удалил их именно потому, что подвергся издёвкам со стороны.
12. Слушать и поддерживать ребёнка в любой ситуации. Старайтесь вместе читать и рассуждать над прочитанным. Отдавайте предпочтение активным играм, чем нахождению в четырёх стенах.
13. Рассказать, что нельзя скачивать файлы, полученные от незнакомых пользователей.
14. Вводить компьютерные игры следует только после формирования игровой и творческой деятельностью, то есть после 6 лет. До этого времени малыш может вполне обойтись без виртуального мира.
15. **Помните, что до 7 лет ребёнку не нужен Интернет. Младшим школьникам достаточно 30 минут в день, по мнению педиатров. В 10-12 лет ребёнок может проводить в Интернете не более 1 часа. Старше 12 – не более 1,5 часа.**
15. Кроме того, родители тоже должны с осторожностью использовать свои социальные сети. Очень часто взрослые размещают в своём аккаунте фото и видео своих детей. У каждого для этого свои цели: кто-то хочет поделиться с онлайн друзьями фотографиями своих малышей, кто-то использует их для продвижения своего профиля (вспомним блогеров). В любом случае это большая информационная база для мошенников.
16. **Читать специальную литературу (и детям, и взрослым)**