

БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ

Наталья КОВТУН, социальный педагог МБУ г. Мценска «ППМСП-Центр»

В последнее время в Интернете появляется много материалов агрессивного и социально опасного содержания. Сегодня Всемирная паутина буквально переполнена онлайн-играми и социальными сетями на любой вкус и цвет. Основная задача подобных сайтов - привлечь и как можно дольше удерживать на своих страницах новых пользователей.

Кроме того, большинство подобных ресурсов лишь позиционируют себя как бесплатные, занимаясь выманиванием у пользователей вполне реальных денег за различные виртуальные предметы и привилегии.

Чтобы снизить риск компьютерной зависимости у детей, взрослым важно придерживаться определенных правил.

Правило 1. Не отправляйте детей в свободное плавание по Интернету. Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернета и как вовремя предупредить угрозы.

Правило 2. Информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе сеть.

Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием от другого пользователя Интернета, ему нужно сообщить об этом близким людям; что размещать свои личные данные (адрес, телефон, место учебы) в социальных сетях и других открытых источниках опасно. Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок.



Правило 3. Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Интернете. Установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение - решение родительского контроля, антивирус Касперского или DoctorWeb. Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ваш ребенок.

Правило 4. Регулярно повышайте свой уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей. Учитесь у ребенка! Дети XXI века нередко продвинутое родителей в вопросах компьютера и Интернета. В форме игры попросите ребенка показать свои возможности и научить вас незнакомым действиям.

Правило 5. 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.

Правило 6. Руководствуйтесь рекомендациями педиатров: до 7 лет врачи не рекомендуют допускать детей к компьютеру (Интернету). В 7-10 лет время за компьютером рекомендовано ограничить 30 минутами в день. В 10-12 лет - до 1 часа, старше 12 лет - не более 1,5 часа с обязательными перерывами.

Помните, что злоупотребление компьютером рискованно для физического здоровья и может вызвать у ребенка ухудшение зрения, гиподинамию, подверженность аллергиям и даже сердечно-сосудистые заболевания.

В современном обществе родителям необходимо быть особенно внимательными к поведению и состоянию своих детей. Только любовь, доверие и понимание, царящие в семье, станут своеобразной прививкой, которая защитит подрастающее поколение от любых вредных воздействий.