

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
по безопасности детей в сети Интернет

- 1.Использовать средства обеспечения безопасности (антивирусная программа, настройки безопасного поиска, безопасный режим в соцсетях, использовать контентные фильтры).
2. «Родительский контроль». С помощью этой функции в системе Windows можно регулировать использование компьютера детьми.
- 3.Установить бесплатную программу «Интернет Цензор». Она блокирует сайты, на которые вы не хотите, чтобы заходили с вашего компьютера. Следить, чтобы ребёнок смотрел программы/фильмы с соответствующей маркировкой по возрасту (0+, 6+, 12+, 16+, 18+). Рассказать, что нельзя скачивать файлы, полученные от незнакомых пользователей
- 4.Ограничить время провозждения в сети. 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.
- 5.Объяснять детям, что не всё то, что пишут в Интернете – правда. Рассказать, в чём опасность «всемирной паутины».
- 6 Донести до ребёнка, что нельзя где-либо при регистрации указывать своё реальное имя и фамилию. Помогите юному пользователю подобрать надёжный логин.
7. Мониторить друзей и подписчиков ребёнка в соцсетях (нет ли среди них взрослых людей, незнакомых ребят с другой школы/города/района).
8. Объяснить, что онлайн-друзья могут отличаться при встрече. И пусть онлайн-дружба такой и остаётся (по крайней мере для младших школьников).
9. Слушать и поддерживать ребёнка в любой ситуации. Проводите больше совместного времени. Старайтесь вместе читать и рассуждать над прочитанным. Отдавайте предпочтение активным играм, чем нахождению в четырёх стенах.
10. 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.

Если вы переживаете, расстроены чем то или огорчены, но по какой либо причине не можете обсудить это с родными и близкими людьми. Вы можете позвонить, рассказать о своей проблеме и получить необходимую психологическую помощь.

Единый телефон доверия в РФ 88002000122.

Телефон доверия центра диагностики и консультирования г Улан-Удэ 83012553816.

Телефон педагога-психолога МАОУ ДО «ГДДЮТ» г Улан-Удэ 89085907228

