

ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) ПО БЕЗОПАСНОМУ ИНТЕРНЕТУ

НЕЛЬЗЯ

Сообщать свою частную информацию посторонним лицам (настоящие имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы, фотографии себя, друзей, родителей).

Менять настройки антивируса и открывать сайты, которые заблокированы.

Сохранять и открывать подозрительные файлы, в том числе отправленные через электронную почту.

Рассылать спам, «информационную грязь», «письма счастья».

Грубить, придирается, оказывать давление, вести себя невежливо и агрессивно, заниматься «троллингом», это может нанести вред тебе или твоим близким.

Не проверив сайт, отправлять деньги, расплачиваясь за покупки.

Встречаться с Интернет-знакомыми в реальной жизни (особенно детям): за псевдонимом в интернете может скрываться злоумышленник.

ОСТОРОЖНО

Читаешь о себе неправду в Интернете — сообщи об этом своим родителям (опекунам). Приглашают переписываться, играть, обмениваться — проверь, нет ли подвоха или посоветуйся со старшими.

Незаконное копирование файлов в Интернете запрещено (пользуйся ссылками).

Открыл что-то угрожающее — не бойся позвать на помощь.

МОЖНО

Ответственно относиться к логину и паролю.

Использовать «ник» (выдуманное имя) в переписке и переговорах.

Уважать другого пользователя.

Получив оскорбительное сообщение, прекратить общение.

При копировании информации из Интернета, делать ссылку на него.

Познакомился в сети и хочешь встретиться — посоветуйся со взрослым, которому доверяешь.

Открывай только те ссылки, в которых уверен.

Интернетом лучше всего пользоваться, когда поблизости есть кто-то из родителей или тех, кто хорошо знает, что такое Интернет, и как себя вести в сети.

Компьютер предназначен для образовательных программ и игр, помощи в учебе и чтения интересных книг.

БЕЗОПАСНАЯ РАБОТА ЗА КОМПЬЮТЕРОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Требования к организации работы на компьютерах детей различных возрастных групп, к рабочему месту пользователя, к гигиеническим условиям в помещениях изложены в СанПиНе «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы» (СанПиН 2.2.2./2/4/1340-03):

Детям до 3 лет не следует разрешать пользоваться компьютерами, это для них слишком высокая эмоциональная и зрительная нагрузка.

Дети 3-7 лет должны находиться у экрана не более 15 минут в день. При этом компьютерные игровые занятия рекомендуется проводить не чаще двух раз в неделю и обязательно завершать их гимнастикой для глаз.

Нормы времени нахождения детей за компьютером:

- Первоклассники – 10 минут.
- Ученики 2-5-х классов – 15 минут;
- 6–7-го – 20 минут;
- 8–9-го – 25 минут;
- 10–11-го в течение дня разрешается сидеть за компьютером не больше полутора часов.

После 15-20 минут работы за компьютером ребенок должен делать специальную зарядку для глаз.

Дополнительные ссылки на сайты по вопросам информационной безопасности детей и взрослых

- [Медиабезопасность \(СОИРО\)](#)
- [Лига безопасного интернета](#)
- [Обеспечение безопасности детей при работе в Интернет](#) (<http://www.oszone.net/6213/>) - обеспечение безопасности детей при работе в Интернет (статья, ссылки, материалы).
- [Anti-Malware.ru - независимый информационно-аналитический портал по безопасности](#) (<http://www.anti-malware.ru/>).
- [Защита детей от интернет угроз](#) - (<http://www.securitylab.ru/software/1423/>). Каталог программ «Защита детей от интернет-угроз» (описание, сравнение, оценки).
- <http://nicekit.ru/> - программа родительского контроля. <http://www.kidscontrol.ru/> - еще один вариант программы для организации родительского контроля. Сегодня многие из нас встают перед проблемой, как же ограничить доступ ребенка к компьютеру, как

ограничить время и защитить от негативной информации. Эти сайты помогут решить этот вопрос.

- [Сетевой этикет — Википедия](http://ru.wikipedia.org/wiki/Netiquette) - <http://ru.wikipedia.org/wiki/Netiquette> .
- [Проект Антиспам.Ру](http://www.antispam.ru/4user/) - <http://www.antispam.ru/4user/>
- [Основы безопасности в Интернете для молодежи](http://laste.arvutikaitse.ee/rus/html/etusivu.htm) - <http://laste.arvutikaitse.ee/rus/html/etusivu.htm> - интерактивный курс по Интернет-безопасности.
- CITFORUM <http://www.citforum.ru/security/> - информационная безопасность (большое количество материалов по теме).
- Родители, дети, компьютер. «Программа контроля использования компьютера ребенком — [КиберМама](http://cybermama.ru/)™» - (<http://cybermama.ru/>).
- [Компьютер и здоровье: болезни от компьютера, профилактика и лечение. Здоровый образ жизни и профессиональные заболевания пользователей компьютеров](http://www.comp-doctor.ru/) - (<http://www.comp-doctor.ru/>). Как выбрать безопасные для здоровья компьютер и программы, правильно организовать рабочее место.
- [\[Клякс@.net\]\[Информатика и ИКТ в школе. Компьютер на уроках.\]\[Комплексы упражнений\]](http://www.klyaksa.net/htm/pc_and_health/exercise/index.htm) (http://www.klyaksa.net/htm/pc_and_health/exercise/index.htm) — Сайт для учителей информатики и не только. Комплексы упражнений физкультминутки.
- Вопросы безопасности — сайт от компании **Semantec** - http://www.symantec.com/ru/ru/norton/clubsymantec/library/article.jsp?aid=c_s_teach_kids .
- Nachalka.com (<http://www.nachalka.com/bezopasnost>) - сайт для людей от 6-и лет и старше, имеющих отношение к начальной школе. Для детей это безопасная площадка, где можно узнавать что-то интересное, создавать что-то новое, играть в умные игры, общаться со сверстниками, участвовать в проектах и конкурсах. Родителям интересно обменяться советами о воспитании детей, получить при необходимости консультацию учителей, узнать больше о своих собственных детях. *«Пока мы спорим «пущать» или «не пущать» учеников начальной школы в Интернет — они уже здесь. Мы снова опоздали. Очевидно, что сейчас невозможно гарантировать стопроцентную защиту детей от нежелательного контента. Никакие фильтры никогда такой гарантии не дадут. Но мы можем формировать у ребят навык «безопасного» поведения в Интернете. Как?»* Этому и не только посвящен раздел сайта «Безопасность детей в Интернет» <http://www.nachalka.com/bezopasnost> .
- <http://www.gogul.tv/> - детский **браузер** Гогуль. Защита детей от нежелательного контента, контроль за интернет-серфингом.
- [ВебЛандия](#) - лучшие чайты для детей
- Информация о проблемах безопасности детей в сети Интернет. От компании Microsoft: книга [«Безопасность детей в Интернет»](#).
- Национальный форум информационной безопасности «ИНФОФОРУМ» - электронное периодическое издание по вопросам информационной безопасности - <http://www.infoforum.ru/> .
- [Пособие: Информационная безопасность детей](#)