**Памятка для родителей «Чем опасен ИНТЕРНЕТ**»

В связи с развитием новых технологий в области виртуального пространства, в том числе с распространением сети Интернет возникла проблема, связанная с доступом несовершеннолетних к информации сомнительного содержания и противоречащей общепринятой этике.

В настоящее время любой человек, в т. ч. и ребенок, владеющий знаниями в области компьютерных технологий, может получить доступ к данным, хранящимся в Интернете или создать свой собственный веб-ресурс. Любопытная детская природа может завести их на сайты расистского, дискриминационного, сексуального, насильственного содержания или на сайты, содержащие материалы, побуждающие ребенка к действиям, которые могут поставить под угрозу его психологическое или физическое здоровья.

Вот несколько основных правил, которые помогут оградить ваших детей от информации сомнительного содержания, и сделать их работу в Интернете полезной и безопасной.

* Внимательно относитесь к действиям ваших детей в Интернете. Расскажите своим детям, что такое Интернет-пространство. Объясните, что Интернет – это в первую очередь помощник в поиске информации. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернетом;
* Информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые существуют в Интернете;
* Объясните ребенку, что размещать свои личные данные (адрес, телефон, место учебы) в социальных сетях нежелательно и даже очень опасно. Помогите придумать псевдоним.
* Никогда не разрешайте встречаться со знакомыми по Интернету без контроля со стороны взрослых. Объясните ребенку, что в Интернете человек может быть не тем, за кого он себя выдает. Двенадцатилетняя девочка из чата может в реальной жизни оказаться сорокалетним дядей.
* Если ребенок хочет встретиться с Интернет-другом в реальной жизни, то перед этим он обязательно должен посоветоваться с родителями.
* Расскажите ребенку о мошенничестве в Сети– розыграшах, лотереях,платных услугах. Приучите его никогда без ведома взрослых не отправлять sms во избежании потери денег.
* Объясните, что нежелательно переходить по ссылкам в Интернете. Доказано, что можно перейти от «белого» сайта к «черному».
* Контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных программ. Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он делает на них, сколько времени проводит в сети.

Таким образом вы сможете обезопасить ребенка от ненужных контактов и информации.

Уясните, что вредные привычки влияют на здоровье, а Интернет–зависимость наносит вред психике человека. Будьте внимательны к переменам в поведении ребенка. Раздражительность, рассеянность, замкнутость, потеря интереса к учебе, к любимым занятиям, длительное время нахождение у компьютера - все это может быть признаками зависимости от Интернета. Придумайте полезную альтернативу Интернету. Как можно больше общайтесь с детьми. Детям нужно чувствовать вашу любовь и заботу, быть уверенным, что его понимают и поддерживают.

Установите для детей время работы на компьютере и будьте в этом непреклонны. Чем младше ребенок, тем меньше времени он должен находиться у компьютера.

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