

Здоровье и безопасность детей в мире Интернет





СОДЕРЖАНИЕ:

- Шесть правил, которые помогут предупредить угрозы и сделать работу детей в Интернете полезной
- Правила для родителей
- Родителям - на заметку, детям – на пользу

Шесть правил, которые помогут предупредить угрозы и сделать работу детей в Интернете полезной



Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение сети Интернет открывает перед людьми большие возможности для общения и саморазвития. Мы понимаем, что Интернет – это не только кладезь возможностей, но и источник угроз. Сегодня количество пользователей российской сети Интернет составляет десятки миллионов людей, и немалая часть из них – дети, которые могут не знать об опасностях мировой паутины.

Мы хотим сделать Интернет максимально безопасным для подрастающих поколений. Эта цель осуществима, если государство, представители бизнеса, правоохранительные органы и общественность объединят усилия, а родители осознают свое главенство в обеспечении безопасности детей.

Данные рекомендации – практическая информация для Вас, уважаемые родители, которая поможет предупредить угрозы и сделать работу детей в Интернете полезной.

Правило 1. Внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине» :

- Не отправляйте детей в «свободное плавание» по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернетом, особенно на этапе освоения.
- Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернета, рассказывайте, как вовремя предупредить угрозы.

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

- Объясните ребенку, что в Интернете как в жизни встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием со стороны другого пользователя Интернета, ему нужно сообщить об этом близким людям.
- Объясните ребенку, что размещать свои личные данные (адрес, телефон, место учебы) в социальных сетях и других открытых источниках нежелательно и даже опасно.

- Научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с вашей помощью.
- Научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернета, особенно путём отправки sms, – во избежание потери денег.
- Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.
- Объясните, что нежелательно переходить по ссылкам в Интернете. Доказано, что за шесть кликов можно перейти от «белого» сайта к «чёрному».
- Научите ребенка самостоятельно вносить адрес в адресную строку браузера. Это позволит избежать сайтов-клонов.

Правило 3. Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Сети:

- Установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение – решение родительского контроля, антивирус Касперского или Doctor Web.
 - Простые настройки компьютера позволят вам быть в курсе того, какую информацию просматривал ваш ребенок. Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ребенок.
- Пользуйтесь программами семейной безопасности, которые позволяют полностью перекрыть доступ в Интернет или установить веб - фильтры, а также проверить, на какие сайты заходит ребенок, какие программы использует, сколько времени проводит в сети.
- Если ваш ребенок – учащийся младших классов и часто остается дома один, ограничьте ему время пребывания в Интернете.
- Если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.
- Создавайте разные учетные записи на вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить ваши личные данные.

Правило 4. Регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:

- Используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и Интернет - грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами.
- Знакомьте всех членов вашей семьи с базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.



- 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 поведению ребенка, отслеживайте признаки Интернет - зависимости:

- Уясните, вредные привычки влияют на здоровье, а Интернет-зависимость наносит вред психике человека. По мнению врачей и психологов, зависимость от Интернета является «удобным» типом зависимости для родителей, так как носит неявный характер по сравнению с другими серьезными проблемами, к примеру, алкоголем и наркотиками.
- 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. Это может быть увлекательное занятие, активный отдых, посещение спортивных секций и кружков, обычная прогулка с друзьями или родителями.
- Старайтесь распознать зависимость как можно раньше и при необходимости обратиться к специалисту.

Правило 6. Руководствуйтесь рекомендациями педиатров:

Сколько времени можно позволять ребенку сидеть за компьютером? В этом вопросе вы должны проявить настойчивость и непреклонность, как при дозировке лекарств.

Ребенок до 6 лет не должен проводить за компьютером более 10 - 15 минут.

Для детей в возрасте 7 - 8 лет ограничение составляет 30 - 40 минут в день.

В 9 - 11 лет можно позволять сидеть за компьютером не более часа - двух в день.

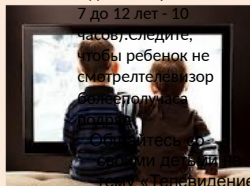
Помните, что злоупотребление компьютером рискованно для физического здоровья и может вызвать у ребенка ухудшение зрения, гиподинамию, подверженность аллергиям и даже сердечнососудистые заболевания.



Информационная безопасность

Правила при просмотре телевизионных передач

Оказывайте помощь детям в выборе телепередач и следите за временем их просмотра (до 7 лет оно не должно превышать 6-7 часов в неделю, от



Опасность. Дети». Объясните ребёнку, почему существуют запретные телепередачи с учетом возрастной маркировки, размещенной на экране (0+, 6+, 12+, 16+, 18+).

Составьте для ребёнка собственную программу телепередач, учитывая его возрастные и личностные особенности.

Создайте вместе с ребёнком домашнюю видеотеку с детскими фильмами и мультфильмами. Формируйте у ребёнка самостоятельный выбор позитивного видео- и телепросмотра.

Ориентируйте ребёнка на выбор любимого телегероя. Обсудите с ним его поведение, основные черты характера.

Анализируйте вместе с ребёнком после просмотра телепередачи значимость программы, поведение героев или ведущих.



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН N 436-ФЗ
"О защите детей от информации,
причиняющей вред их здоровью и развитию"
вступил в силу 1 сентября 2012 года

Правила для родителей



Помните, что родители — образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребёнка

Правила при работе ребенка с компьютером и сетью Интернет

Разговаривайте с детьми. Вы должны знать, какие сайты они посещают, с кем общаются, что любят смотреть.

Определите предельный лимит времени, которое ребенок может проводить в сети Интернет и условия Доступа к нему (образовательные сайты, развивающие игры и др.).

Расскажите ребенку об опасности размещения в сети Интернет фотографий и сведений личного характера (номер телефона, домашний адрес, номер школы и др.).

Объясните ребенку, что при общении в чатах, форумах и других Интернет-ресурсах, не следует использовать реальное имя. Помогите ему выбрать регистрационное имя (ник), не содержащее информации личного характера. Вместо фотографии выберите вместе с ребенком аватар.

Контролируйте деятельность ребенка в сети Интернет с помощью специального программного обеспечения KasperskyInternetSecurity (Родительский контроль), SkyDNS и др.



Учите детей быть осторожными. Расскажите ребенку о возможных опасностях сети Интернет. Ребенок должен знать, что нельзя открывать подозрительные файлы и ссылки, как бы заманчиво они не выглядели.

Не позволяйте ребенку встречаться соp-line знакомыми. Объясните ему, что никогда нельзя быть уверенным в том, кто с тобой общается в виртуальном пространстве.

Составьте вместе с ребенком список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми он может пользоваться.

Повышайте уровень своей компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей.

Помните – злоупотребление компьютером рискованно для физического здоровья и может вызвать у ребенка ухудшение зрения, гиподинамию, подверженность аллергиям и даже сердечнососудистые заболевания.



Руководствуйтесь рекомендациями педиатров:

- До 7 лет врачи не рекомендуют допускать детей к компьютеру/Интернету.
- 7-10 лет время за компьютером рекомендовано ограничить 30 мин. в день.
- 10-12 лет до 1 часа за компьютером.
- старше 12 лет - не более 1,5 часов с обязательными перерывами.

Правила при работе с книгопечатной продукцией (книги, газеты, журналы)

Как можно чаще читайте ребенку. Совместное погружение в рассказ – прекрасный способ наладить контакт с ребенком.

Разнообразьте общение с ребенком при помощи книг и всего, что с ними связано: читайте при нем и вместе с ним, на ночь и по ролям, ходите в театр и слушайте аудиокниги.

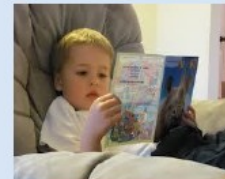
Совместно выбирайте книги для чтения. Помните, ребенка нужно направлять, подсказывать, какую книгу снять с полки.

Посещайте вместе книжный магазин или библиотеку.

Анализируйте вместе с ребенком прочитанные книги или журналы, обсуждайте поведение героев и их поступки.

Интересуйтесь мнением ребенка. Старайтесь выслушать, стимулируйте его стремление задавать вопросы. Отвечайте на них заинтересованно, не опасаясь признать своих сомнений.

Учите ребенка вести диалог. Это поможет поддержать с ним контакт в течение всего периода взросления.





ЧТО ТАКОЕ ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА?

состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их здоровью (или) физическому, и психическому, духовному, нравственному развитию. (Статья 2 ФЗ)



КАК СДЕЛАТЬ ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСНЫМ ДЛЯ РЕБЕНКА?

- ÿ используйте настройки безопасного поиска (установка запрета на открывание сайтов определенной тематики) и защитите их паролем;
- ÿ используйте контентные фильтры (установка запрета на определенное содержание) и другие инструменты защиты;
- ÿ используйте безопасный режим (не видна запретная информация) в социальных сетях.



КАКАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ И РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ?

- ÿ побуждающая детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и (или) здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью, самоубийству;
- ÿ способная вызвать у детей желание употребить наркотические средства, психотропные и (или) одурманивающие вещества, табачные изделия, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки, изготавливаемые на его основе, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством;
- ÿ обосновывающая или оправдывающая допустимость насилия и (или) жестокости либо побуждающая осуществлять насильственные действия по отношению к людям или животным, за исключением случаев, предусмотренных настоящим Федеральным законом;
- ÿ отрицающая семейные ценности и формирующая неуважение к родителям и (или) другим членам семьи;
- ÿ противоправное и оправдывающее поведение;
- ÿ содержащая нецензурную брань;

- ÿ содержащая информацию порнографического характера. (Статья 5 ФЗ)

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН N 436-ФЗ
"О защите детей от информации,
приносящей вред их здоровью и развитию"
вступил в силу 1 сентября 2012 года

КАК ЗАЩИТИТЬ ДЕТЕЙ ОТ ВРЕДНОЙ ИНФОРМАЦИИ?

Родителям - на заметку,
детям - на пользу.





НА КАКИЕ ГРУППЫ ДЕЛИТСЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОДУКЦИЯ?

Û информационная продукция для детей, не достигших возраста шести лет;

Û информационная продукция для детей, достигших возраста шести лет;

Û информационная продукция для детей, достигших возраста двенадцати лет;

Û информационная продукция для детей, достигших возраста шестнадцати лет;

Û информационная продукция, запрещенная для детей. (Статья 6 ФЗ)



КАК ОБОЗНАЧАЕТСЯ СТЕПЕНЬ ОПАСНОСТИ ИНФОРМАЦИИ?

Û для детей, не достигших возраста шести лет, - в виде цифры «0» и знака «плюс»;

Û для детей, достигших возраста шести лет, - в виде цифры «6» и знака «плюс» и (или)

текстового предупреждения в виде словосочетания «для детей старше 6 лет»;

Û для детей, достигших возраста двенадцати лет, - в виде цифры «12» и знака «плюс» и (или)

текстового предупреждения в виде словосочетания «для детей старше 12 лет»;

Û для детей, достигших возраста шестнадцати лет, - в виде цифры «16» и знака «плюс» и (или) текстового предупреждения в виде

словосочетания «для детей старше 16 лет»;

Û для детей, - в виде цифры «18» и знака «плюс» и (или) текстового предупреждения в виде словосочетания «запрещено для детей».



КАК ОПРЕДЕЛИТЬ СТЕПЕНЬ ОПАСНОСТИ ИНФОРМАЦИИ?

Û производитель, распространитель информационной продукции размещают знак и (или) текстовое предупреждение об ограничении ее распространения перед началом трансляции телепрограммы, телепередачи, демонстрации фильма при кино- и виде о обслуживании;

Û з на кинформационной продукции демонстрируется в публикуемых программах теле- и радиопередач, в углу кадра, за исключением демонстрации фильма, осуществляемой в кинозале;

Û размер знака информационной продукции должен составлять не менее 5% площади экрана, афиши или иного объявления о проведении соответствующего зрелищного мероприятия, объявления о кино- или видеопозаказе, а также входного билета, приглашения. (Статья 12 ФЗ)



ВНИМАНИЕ!

Û доступ детей к информации, распространяемой посредством информационно-телекоммуникационных сетей (в том числе сети Интернет), предоставляется операторами связи, при условии применения ими средств защиты детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию (Статья 14 ФЗ); Û содержание и художественное оформление печатных изданий, полиграфической продукции (в том числе тетрадей, дневников, обложек для книг, закладок для книг), аудиовизуальной продукции, иной информационной продукции, используемой в образовательном процессе, должны соответствовать требованиям настоящего Федерального закона (Статья 15 ФЗ);

первая и последняя полосы газеты, обложка экземпляра печатной продукции, запрещенной для детей, при распространении для неопределенного круга лиц в местах, доступных для детей, не должны содержать информацию, причиняющую вред здоровью и (или) развитию детей;

Û информационная продукция, запрещенная для детей, в виде печатной продукции допускается к распространению в местах, доступных для детей, только в запечатанных упаковках;

Û информационная продукция, запрещенная для детей, не допускается к распространению в предназначенных для детей образовательных организациях, детских медицинских, санаторно-курортных, физкультурно-спортивных организациях, организациях культуры, организациях отдыха и оздоровления детей или на расстоянии менее чем 100 метров от границ территорий указанных организаций. (Статья 16 ФЗ)