

## Признаки зависимости:

Не стоит диагностировать интернет-зависимость у каждого ребёнка, получившего доступ в Сеть. То, что современные дети некоторое время проводят онлайн и черпают информацию из интернета, – это нормально.

Если поведение ребёнка не изменилось, успеваемость в школе не ухудшилась, настроение и самочувствие хорошее – причин для тревоги, скорее всего, нет.

### Когда же стоит беспокоиться?

Если ребенок стал проводить за компьютером больше времени, чем прежде (более 6 часов в неделю);

Если виртуальное общение стало для него важнее, чем реальное – он пропускает школу, перестал выходить во двор и т.д.;

Если наблюдаются нарушения сна, аппетита, изменение привычного режима;

Если ребёнок стал склонен к частым перепадам настроения, неадекватно (агрессивно) реагирует на просьбу выключить компьютер;

Если при невозможности быть онлайн он тревожен, угнетён, постоянно вспоминает о делах "в сети";



Как любое важное открытие или изобретение, интернет был создан, чтобы облегчить жизнь людей, сделать ее более легкой, удобной, интересной и качественной.

Но, как это нередко бывает, любое изобретение можно использовать как на благо, так и во вред.

Каким образом виртуальная реальность будет влиять на жизнь человека, каждый должен решать для себя сам...



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 393 г. Челябинска»

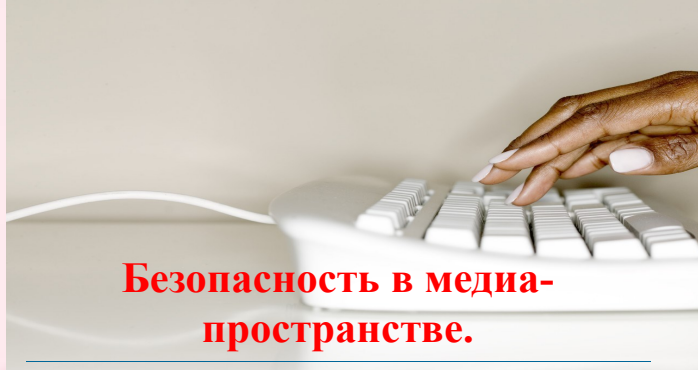
454071, г. Челябинск, ул. Комарова, 112Б, тел. 772-63-22, 772-63-28,  
E-mail: infoasad393@yandex.ru, сайт chebur393.nethouse.ru.

## Интернет нам друг или враг?



- ♦ Безопасность в медиа-пространстве.
- ♦ Правила поведения в виртуальном мире.
- ♦ Интернетзависимость.

Выполнила: Воспитатель  
Комилова М.Д.



## Безопасность в медиа-пространстве.

Интернет это пространство для коммуникаций, обучения и отдыха. Но, как и реальный мир, всемирная паутина также может быть весьма опасна.

С подключением к сети Интернет для получения доступа к полезной и нужной информации можно приобрести и массу серьезных проблем, при наличии которых наши гаджеты могут стать для семьи и ребенка настоящим врагом. В социальных сетях дети могут столкнуться с разнообразными опасностями: развращение, внушение противоправного и асоциального мировоззрения (экстремизм, терроризм, культура насилия), сбор информации о детях и их окружении с целью совершения противоправных действий.

Это далеко не все подводные камни, которые поджидают детей в сети онлайн. Взрослым следует понимать, что, подключаясь к сети Интернет, ребенок рискует встретиться с целым рядом угроз, о которых он может даже не подозревать.

Объяснить ребенку возможные риски, связанные с безопасностью в медиа-

## Все интернет-угрозы условно можно разделить на две группы:

- ⇒ интернет-угрозы, связанные с безопасностью гаджетов, с которых совершается выход в интернет;
- ⇒ интернет-угрозы психологического характера для детей.

Прежде всего, это:

- ⇒ Угроза заражения вредоносными программами.
- ⇒ Доступ к нежелательному содержанию.
- ⇒ Контакты с незнакомыми людьми с помощью чатов или электронной почты.
- ⇒ Неконтролируемые покупки.

## Правила поведения в виртуальном мире.

Поступайте и пишите в Сети так, как поступили бы в реальной жизни и как хотели бы, чтобы поступали с вами.

Уважайте своих собеседников и чужую собственность в Интернете, за ними скрываются настоящие люди и реальный труд.

Не сохраняйте на своем компьютере неизвестные файлы, не переходите по ссылкам от незнакомцев, какими бы заманчивыми они не были.

Обязательно устанавливайте антивирус и фаервол и регулярно обновляйте их базы.

Не запускайте неизвестные файлы.

Старайтесь давать как можно меньше информации о себе в Интернете.

Будьте осторожны при общении с незнакомыми людьми.

## Как защититься от негативного использования персональной информации в социальных сетях?

1. По возможности используйте псевдонимы.
2. Используйте лишь электронные способы связи, причем созданные специально для таких контактов.
3. Тщательно обдумайте, какую информацию о себе загружать в Интернет.
4. Осторожно подходите к выбору друзей, не принимайте все подряд заявки для количества.
5. Не открывайте доступ к своим личным страничкам незнакомым людям.

## Интернет-зависимость.

Интернет-зависимость – это явление, которое в последние годы приобрело поистине впечатляющий размах. Особую опасность представляет она для детей и подростков, ведь им гораздо сложнее самостоятельно справиться с влечением и вовремя остановиться в своём пристрастии к онлайн-жизни.

Интернет-зависимость называют аддикцией, т.е. отклонением в поведении, при котором у человека нарушается чувство реальности, теряется ощущение времени, утрачивается критическое мышление, ограничивается руководство своими поступками. Ребёнок становится менее активным, нарушается цикл сна и бодрствования. Наступает психическая и физическая зависимость.