



## Памятка для классных руководителей и родителей по безопасности в сети Интернет

Если вы встретили в интернете или социальной сети подозрительную активность подростков: сообщества, группы, отдельные аккаунты, вы можете:

1. обратиться к администрации социальной сети или ресурса с просьбой заблокировать данный контент (ссылка на ст. 5 Закона о защите детей от информации, способной нанести вред их здоровью и развитию);
2. обратиться в компетентные органы для блокировки вредной информации через специальную форму для оперативной обработки информации на сайте Роскомнадзора [eais.rkn.gov.ru/feedback/](https://eais.rkn.gov.ru/feedback/)

Если вы подозреваете, что ребенок вовлечен в подозрительную игру в социальной сети, которая может нанести вред его здоровью и психологическому состоянию:

1. проанализируйте содержание страницы (аккаунта) ребенка в социальной сети (их может быть несколько) на предмет подозрительных хэштегов, символов и словосочетаний (например, «синий кит, разбуди меня в 4:20»);
2. сигналом, что ребенок вовлечен в игру, могут быть подозрительные группы, в которых он состоит или статусы (посты), которые он публикует на своей странице (подозрительными являются цифры с отсчетом от 1 до 50, публикуемые раз в сутки, фотографии с порезами на руках, ожогами);
3. при обнаружении перечисленных признаков необходимо немедленно провести с ребенком беседу и объяснить, что свое здоровье и жизнь не стоит доверять незнакомым людям даже в качестве виртуальной игры.



## Основные правила для родителей

1. Будьте в курсе того, чем занимаются ваши дети в Интернете. Попросите их научить вас пользоваться различными приложениями, которыми вы не пользовались ранее.
2. Помогите своим детям понять, что они не должны размещать в Сети информацию о себе: номер мобильного телефона, домашний адрес и т.д. Ведь любой может это увидеть и использовать во вред.
3. Если ваш ребенок получает спам (нежелательную электронную почту), напомните ему, чтобы он не верил написанному в таких письмах и ни в коем случае не отвечал на них.
4. Объясните детям, что нельзя открывать файлы, присланные незнакомыми людьми. Эти файлы могут содержать вирусы или фото-, видеоматериалы непристойного или агрессивного содержания.
5. Объясните, что некоторые люди в Интернете могут говорить неправду и быть не теми, за кого себя выдают. Дети никогда не должны самостоятельно, без взрослых встречаться с сетевыми друзьями, которых не знают в реальной жизни.
6. Постоянно общайтесь со своими детьми, рассказывайте, советуйте, как правильно поступать и реагировать на действия других людей в Интернете.
7. Научите своих детей правильно реагировать, если их кто-то обидел в Сети или они получили/натолкнулись на агрессивный контент. Расскажите, куда в подобном случае они могут обратиться.
8. Убедитесь, что на компьютере, которым пользуются ваши дети, установлены и правильно настроены средства фильтрации.

## Рекомендации родителям по предупреждению компьютерной зависимости

Не нужно ограждать ребенка от компьютера вообще, поскольку это неотъемлемая часть будущего, в котором ребенку предстоит жить.

Придерживайтесь демократического стиля воспитания в семье — он в наибольшей степени способствует воспитанию в ребенке самостоятельности, активности, инициативы и ответственности.

Не бойтесь показывать свои чувства ребенку, если Вы расстроены сложившейся «компьютерной» ситуацией. Тогда он увидит в Вас не противника, а близкого человека, который тоже нуждается в заботе.

Оговаривайте время игры ребенка на компьютере и точно придерживайтесь этих рамок. Количество времени нужно выбирать, исходя из возрастных особенностей ребенка.

Категорически запрещайте играть в компьютерные игры перед сном.

Прививайте ребенку интерес к активным играм и физическим упражнениям (чтобы он чувствовал радость от этого), а также приобщайте ребенка к домашним делам.

Следите, чтобы игра на компьютере не подменяла реальное общение со сверстниками, друзьями и близкими. Приглашайте чаще друзей ребенка в дом.

## Помните!

**Эти простые меры, а также доверительные беседы с детьми о правилах работы в Интернете позволят вам чувствовать себя спокойно, отпуская ребенка в познавательное путешествие по Всемирной сети.**