



Безопасный интернет

**Сегодня день
особенный
Для всех, кто чтит
прогресс.
Все в Интернете
собрано,
Все в Интернете есть.**



**Желаем вам,
естественно,
Почаще заходить,
И много интересного**

О мире не ходит!

Что такое ИНТЕРНЕТ?

всемирная система
объединённых компьютерн
ых сетей для хранения и
передачи информации.

Компьютер – друг, враг или ПОМОЩНИК?

Друг – человек, который поможет в трудной ситуации, к которому можно обратиться с проблемой, с которым интересно общаться.

Враг – человек, который приносит вред здоровью физическому и психическому, из за которого возникают конфликты с близкими людьми.

Советы, чтобы уберечь

- здоровье:**
1. Работать за современными компьютерами с хорошо освещенным рабочим столом.
 2. Для учащихся 2 - 6 классов непрерывная продолжительность занятий с компьютером не должна превышать 15 минут
 3. Каждый час вставать из-за компьютера и делать комплекс упражнений для позвоночника.
 4. Каждый час делать комплекс упражнений для кистей рук.
 5. Каждые полчаса делать гимнастику для глаз.
 6. Обязательно чередовать работу за компьютером с прогулкой на свежем воздухе.

Оцените

ответы: Никогда или крайне редко - 1 балл.

• Иногда — 2 балла.

• Регулярно — 3 балла.

• Часто — 4 балла.

• Всегда — 5 баллов.

Подсчитайте результаты:

20-49 баллов. Вы — мудрый пользователь интернетом. Можете путешествовать в сети очень долго, потому что умеете контролировать себя.

50-79 баллов. У вас есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом. Если вы не обратите на них внимания сейчас — в дальнейшем они могут заполнить всю вашу жизнь.

80-100 баллов. Использование интернета вызывает значительные проблемы в вашей

Свод правил безопасного

интернета:

- Никогда не сообщайте свои имя, номер телефона, адрес проживания или учебы, пароли или номера кредитных карт, любимые места отдыха или проведения досуга.
- Используйте нейтральное экранное имя, не выдающее никаких личных сведений, в том числе и о школе, в которой вы учитесь, места, которые часто посещаете или планируете посетить, и пр.
- Если вас что-то пугает в работе компьютера, немедленно выключите его. Расскажите об этом родителям или другим взрослым.
- Всегда сообщайте взрослым обо всех случаях в Интернете, которые вызвали у вас смущение или тревогу.
- Используйте фильтры электронной почты для блокирования спама и нежелательных сообщений.
- Никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. О подобных

- **-Кому на уроке было интересно, прикрепите на доску смайлик с улыбкой.**
- **- Кому просто комфортно было на уроке, смайлик с прямой линией.**
- **- Кому было грустно, неинтересно на уроке, прикрепите грустного смайлика.**

**Желаю, чтобы и в жизни,
и на просторах
Интернета у вас было
всё просто отлично!**