



**Муниципальное автономное общеобразовательное  
учреждение «Средняя школа № 7» городского округа  
город Урюпинск Волгоградской области**

**В интернете, как и в жизни,  
есть правила безопасности.**

**Главное – помни:  
если не знаешь, что делать –  
посоветуйся с родителями и  
учителями.**



Будь вежлив и дружелюбен!



Не открывай незнакомые сайты

Если тебя  
обижают в интернете – расскажи  
родителям

Рассказывай родителям о своих друзьях в сети.



Существуют компьютерные вирусы.  
От них есть лекарства –  
антивирусы.

Компьютерный вирус – это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. Вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, подконтрольные пользователю, от имени которого была запущена заражённая программа, а также повредить или даже уничтожить операционную систему со всеми файлами в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через интернет.

*Попроси родителей установить антивирус  
на твой компьютер.*

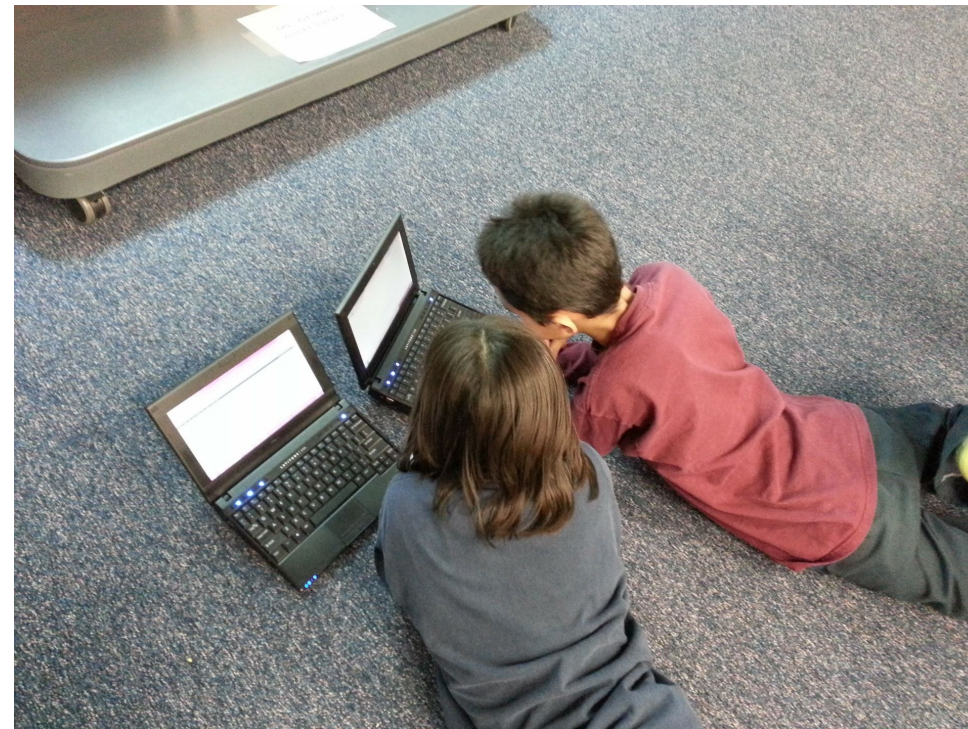


Остерегайся мошенников!



*Обязательно расскажи родителям  
о странных людях,  
которые тебе пишут  
в интернете.*


Не сиди долго  
за компьютером,  
живи реальной жизнью.



Читай книги,  
гуляй с родителями,  
играй с друзьями на улице.

Привет, Антон! Ты можешь играть вместе со мной в моем личном кабинете в классную игру. Заходи, вдвоём веселее!

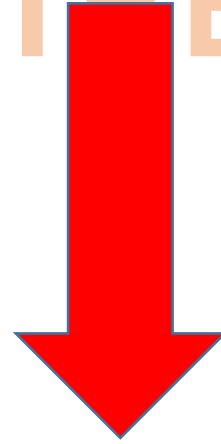
[Перейти в кабинет](#)



Антон Д. создал себе электронный ящик. Теперь он может обмениваться сообщениями со своими друзьями. Сегодня на адрес его электронной почты пришло сообщение: файл с игрой от неизвестного пользователя. Как поступить Антону?

- А) Скачать файл и начать играть
- Б) Не открывать файл
- В) Отправить файл своим друзьям

**ПРАВИЛЬНЫЙ  
ОТВЕТ**



**НЕ ОТКРЫВАТЬ  
ФАЙЛ!**





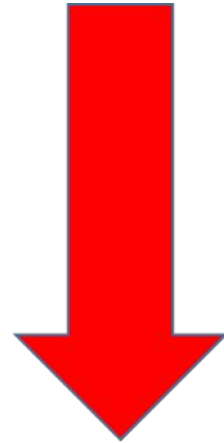
Антон Д. целый день проводит за компьютером. Через несколько дней у него стали слезиться глаза, появились боли в руках. Что делать Антону?

А) Продолжать проводить время за компьютером

Б) Соблюдать правила работы за компьютером

В) Больше никогда не работать на компьютере

**ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ**



**Соблюдать правила  
работы**

**за компьютером**

**Расстояние от глаз до экрана компьютера должно быть не менее 50 см.**

**1. Продолжительность одного занятия – не более 60 минут.**

**2. После 10–15 минут непрерывных занятий за ПК необходимо сделать перерыв для проведения физкультминутки и гимнастики для глаз.**

**3. Продолжительное сидение за компьютером может привести к перенапряжению нервной системы, нарушению сна, ухудшению самочувствия, утомлению глаз.**



**ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСЕН  
ТОЛЬКО В РУКАХ ЗНАЮЩЕГО  
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

