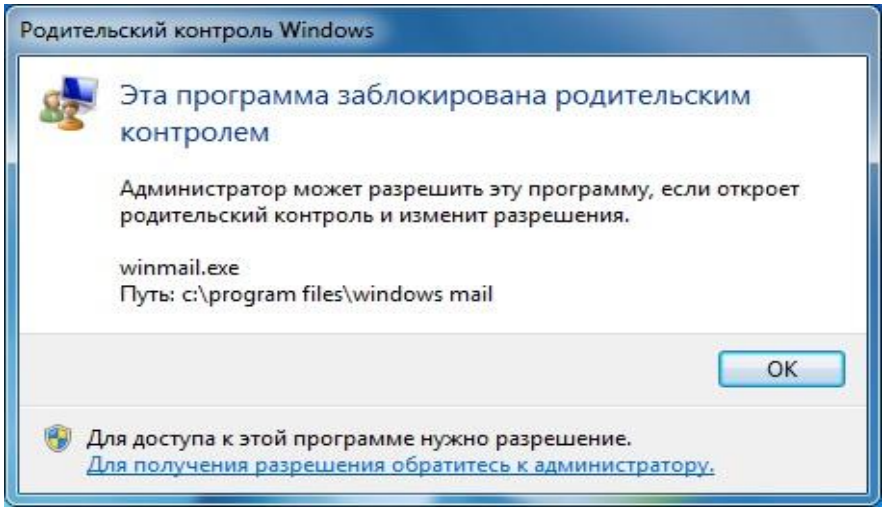
«Влияние сети Интернет на подростков»

Как обезопасить себя в Интернете?
Простые правила.

Пункт №1

- **Вам следует уменьшить время своего нахождения в Интернете.**

Это можно сделать с помощью программы родительского контроля в следующих системах: Windows, WinLock, ContentWasher, Kaspersky Safe Kids, а также различных веб-фильтров.



Пункт №2

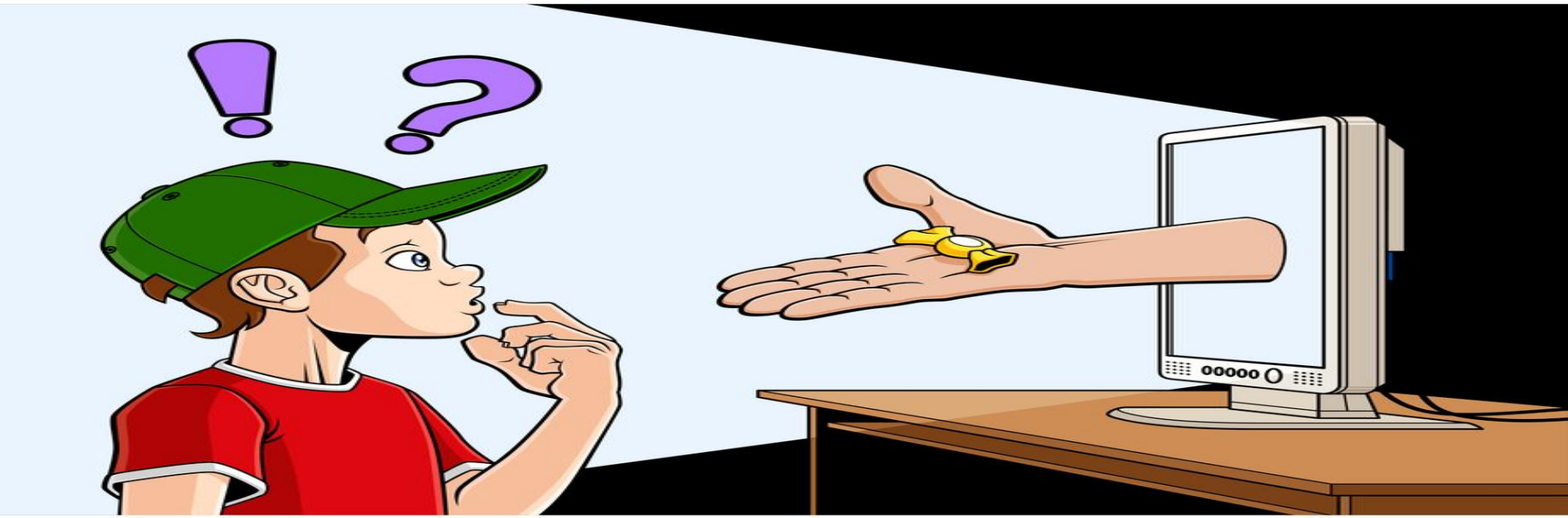
- **Никогда не показывать личную информацию в Интернете,** такую, как адрес, номер телефона, имя, расположение школы, имена родителей. Это привлекает внимание кибер-мошенников.

Пункт №3

- **Вам надо всегда информировать своих родителей, когда вы сталкиваетесь с чем-нибудь в Интернете.** Они всегда постараются вам помочь.

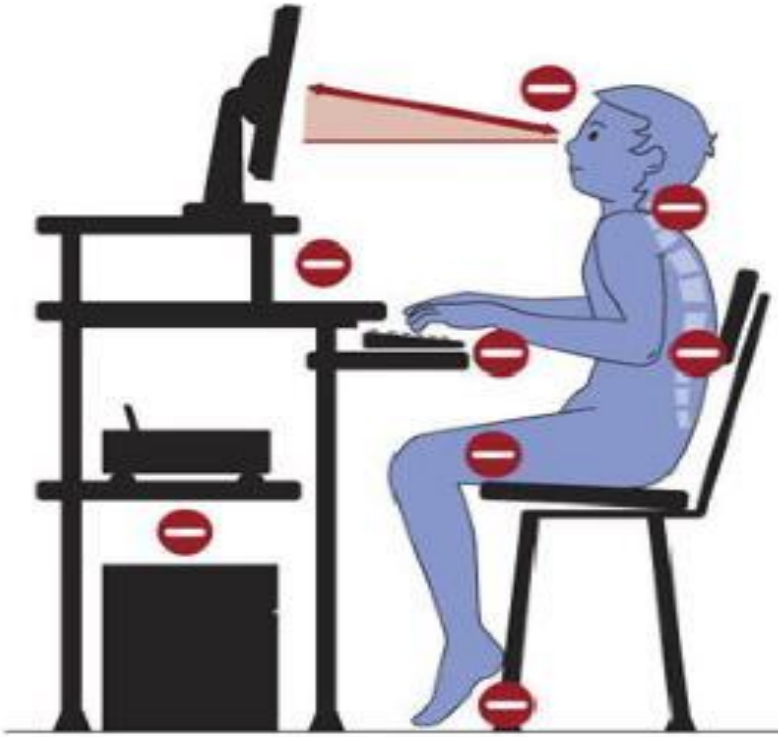
Пункт №4

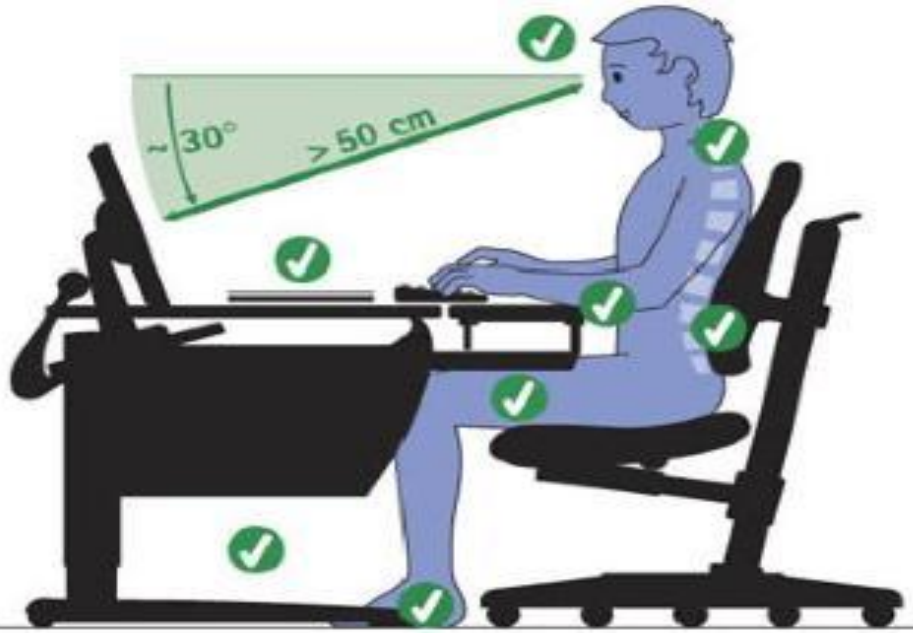
- **Всегда помните, что люди, которых вы встречаете в Интернете могут быть не теми, кем они кажутся.** Подростки часто заводят друзей в сети, но не знают, кто они.



Пункт №5

- **Располагайте рабочее место правильно.** С прямой спиной, глаза на уровне экрана на расстоянии не менее 50 см. А также каждый 15 минут делайте перерыв.





Пункт №6

- **Не забывайте о реальном мире, погружаясь в просторы Интернета.**

Евгения Александровна, выздоравливайте, ждем Вас в школе☺️