

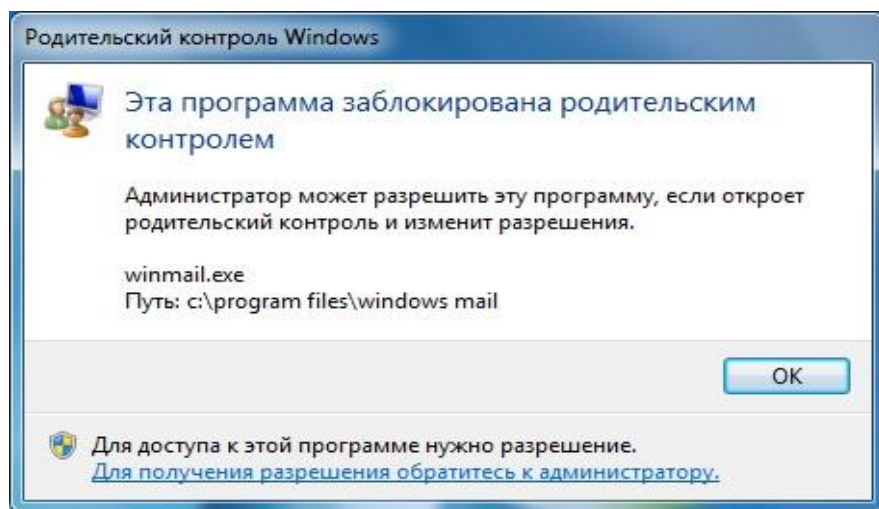
# «Влияние сети Интернет на подростков»

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.**



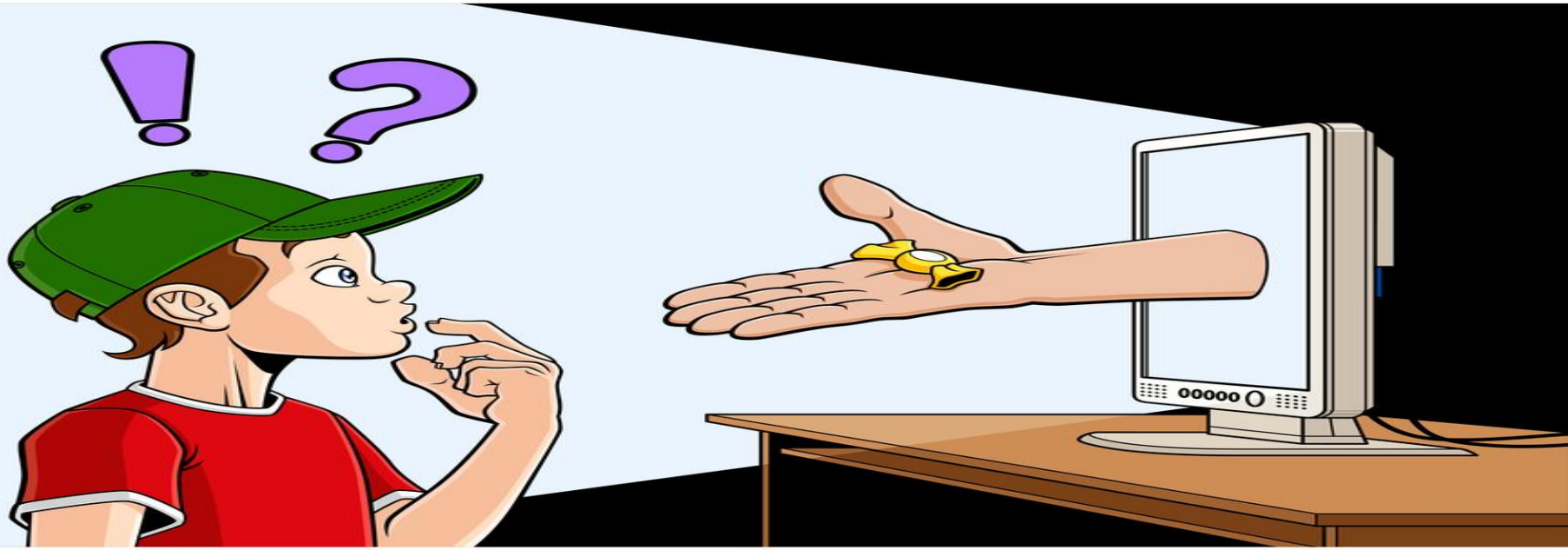
## Пункт №3

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



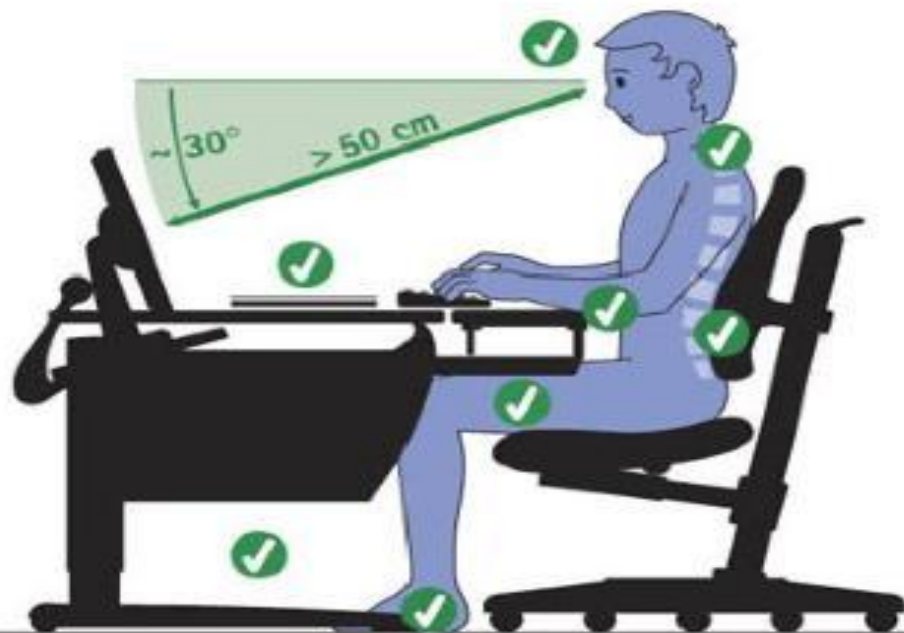
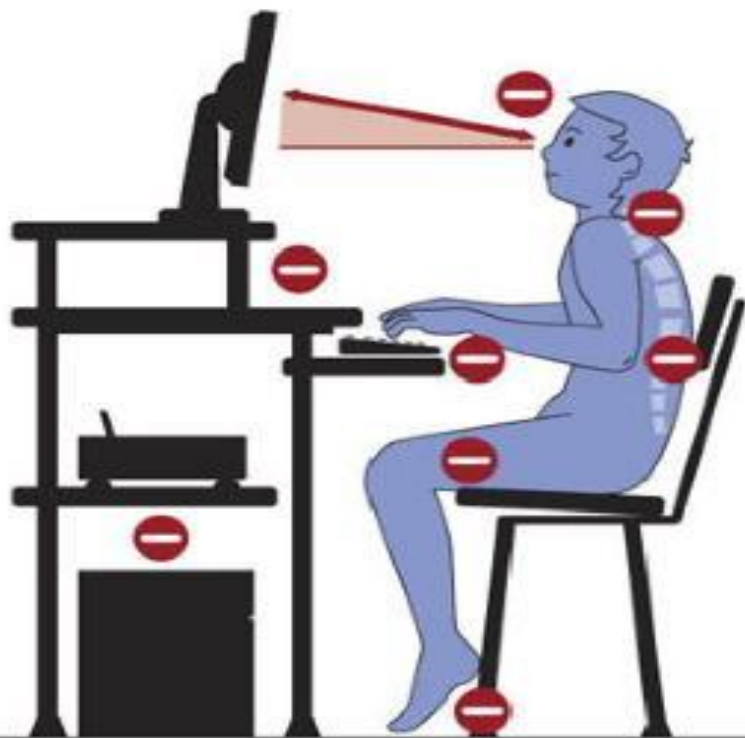
## Пункт №4

- **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,  
выздоровливайте, ждем Вас в  
школе 😊

