Ты и Интернет

Юсова Ирина Викторовна, МБОУ «Мстерская средняя общеобразовательная школа Вязниковского района»

Интернет может быть прекрасным и полезным средством для обучения, отдыха или общения с друзьями. Но – как и реальный мир – Сеть тоже может быть опасна: в ней появились своя преступность, хулиганство, вредительство и прочие малоприятные явления. Виртуальность общения предоставляет людям с недобрыми намерениями дополнительные возможности причинить тебе вред.

Использование Интернета будет безопасным, если ты будешь выполнять три правила:

- Защити свой компьютер
- Защити себя в Интернете
- Соблюдай правила

Вирусы

- Вирусы, трояны и черви представляют собой опасные программы, которые могут распространяться через электронную почту или веб-страницы. Вирусы могут повредить файлы или программное обеспечение, хранящиеся на компьютере

Хакеры и взломщики

- Хакерами и взломщиками называют людей, которые взламывают защиту систем данных. Они могут вторгнуться на незащищенный компьютер через Интернет и воспользоваться им со злым умыслом, а также украсть или скопировать файлы и использовать их в противозаконной деятельности. Лучшим способом защиты компьютера от вторжения является применение брандмауэра и регулярное обновление операционной системы.

Спам в Интернете

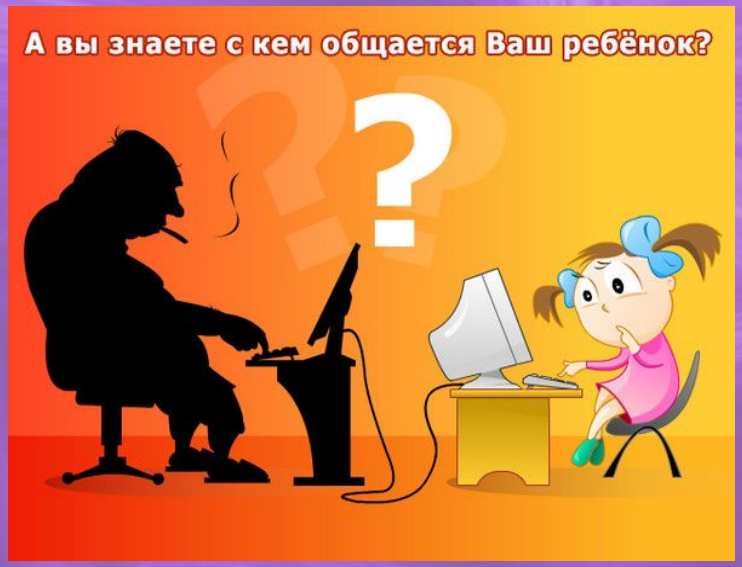
Массовая рассылка нежелательных сообщений электронной почты известна как спам . Он приводит к перегрузке систем электронной почты и может заблокировать почтовые ящики. В качестве средства для рассылки спама его отправители иногда используют червей электронной почты.

Защити себя в Интернете

- *Избегай контактов с незнакомыми людьми с помощью чатов или электронной почты. Все чаще и чаще злоумышленники используют эти каналы для того, чтобы заставить детей выдать личную информацию. В других случаях это могут быть педофилы, которые ищут новые жертвы. Выдавая себя за сверстника жертвы, они могут выеедывать личную информацию и искать личной встречи.*

Нельзя через Интернет давать сведения о своем имени, возрасте, номере телефона, номере школы или домашнем адресе, и т.д.

Встреча в реальной жизни со знакомыми по Интернет-общению не является очень хорошей идеей, поскольку люди могут быть разными в электронном общении и при реальной встрече, и, если ты желаешь встретиться с ними, то лучше пойти на первую встречу вместе с родителями. Родители тоже должны знать, с кем ты общаешься в Интернете.



Профилактика Интернет-зависимости

Не забывай при работе в Интернете о домашних делах и учебе, важных личных встречах, не пренебрегай занятиями. Может возникнуть Интернет – зависимость. При этом состоянии возможны тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории; нежелание принимать критику подобного рода образа жизни; готовность мириться с потерей друзей и круга общения.

Ухудшение здоровья: резкое сокращение длительности сна; избегание физической активности, пренебрежение личной гигиеной; постоянное забывание о еде

Интернет станет тебе верным помощником, если ты постоянно будешь помнить и соблюдать эти правила!

Удачи тебе в работе!

Использованные ресурсы

http://www.slideshare.net/Valentina050560/ss-7248641

http :// www.copyright.ru

http://www.interneshka.net