

Интернет – зависимость

*Порой, фантазией реальность заменяя,
Мы забываем наш прекрасный мир.*

Часами по сети гуляем!

Да! Интернет - у многих есть кумир.

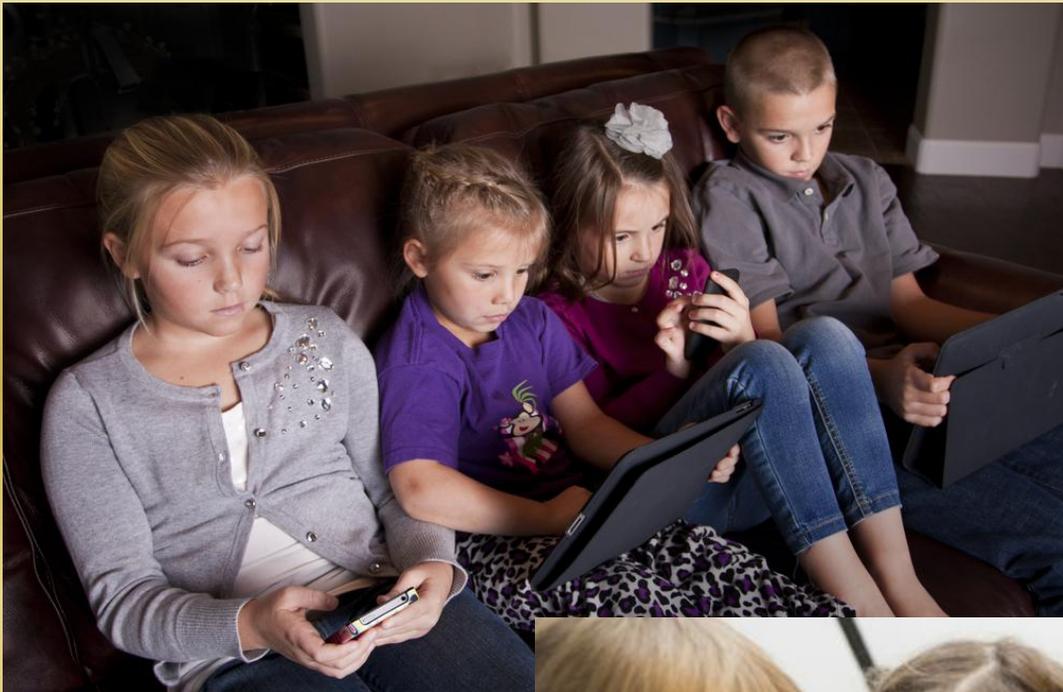
Кто ты: ПАУК в нем или МУХА?

Определись! И ситуацией владей!

Иначе же в сети сотрется личность,

Бесследно ты исчезнешь в ней!





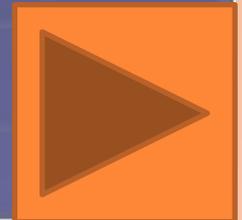
интернет - может быть опасным





При этом игры затягивают - взрослые и дети могут играть часами и даже сутками.

Помимо Интернет-зависимости и игромании, следует обратить внимание на возникновение зависимостей от постоянного просмотра телепрограмм (телемани), беспрестанные разговоры и переписка посредством SMS по мобильному телефону, исключительное внимание к собственной внешности (следование диетам, изнурение себя физическими упражнениями).



У младших школьников компьютерная зависимость обычно проявляется в форме пристрастия к компьютерным играм.



Игровая зависимость



- ❑ 30% игроков проводят за компьютером слишком много времени.
- ❑ 10% находятся в сильной психологической зависимости от своей любимой игры.
- ❑ Поведение человека можно контролировать при помощи простых стимулов и системы вознаграждений.
- ❑ В Китае и Корее компьютерная зависимость считается серьезнейшим заболеванием.



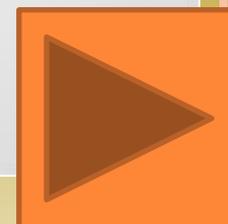
Формирование компьютерной зависимости



Занятые родители



досуг



Ограничения времени работы за компьютером в зависимости от возраста.

Сколько времени можно проводить за компьютером		
Учащимся 1-го класса		10-15 мин. в день
Во 2-5-м классах		15 мин. в день
В 6-7-м классах		20 мин. в день
В 8-9-м классах		25 мин. в день
В 10-11-м классах		30 мин. на первом часу занятий и 20 - на втором.



РЕБЕНОК В ИНТЕРНЕТЕ. ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Предупредите ребёнка о том, что в Сети он может встретиться с опасным контентом. Об этом нужно рассказать родителям.



Приучите детей, что нельзя раскрывать свои личные данные в Интернете. если майт требует ввода имени, помогите ребенку придумать псевдоним, не раскрывающий никакой личной информации.

Расскажите ребёнку о мошенничестве в Сети, лотереях, розыгрышах.



Беседуйте с детьми об их виртуальных друзьях. Если ребенок хочет встретиться с Интернет-другом, то перед этим он обязательно должен посоветоваться с родителями.

Договоритесь с ребенком сколько времени он будет проводить в Интернете. Для каждого возраста должна быть своя норма - чем старше ребенок, тем дольше он может находиться в Сети



Объясните ребенку, что в Интернете человек может быть не тем, за кого он себя выдаёт. 10-летний ребенок может оказаться 40-летним дядей.

