

☐☐☐ Методические рекомендации для родителей по обеспечению информационной безопасности детей

Современные технологии — неотъемлемая часть жизни ребёнка. Задача родителей — не ограничить доступ, а научить безопасному и ответственному использованию интернета.

☐ 1. Будьте примером

Дети копируют поведение взрослых. Покажите, как можно использовать интернет с пользой — для учёбы, творчества, саморазвития.

☐ 2. Разговаривайте о безопасности

Регулярно обсуждайте с ребёнком, какие сайты он посещает, с кем общается, какие игры играет. Спокойно объясняйте возможные риски.

☐ 3. Настройте цифровую защиту

Установите родительский контроль, антивирус и фильтры контента. Это не запрет, а способ создать безопасную онлайн-среду.

☐ 4. Регулируйте время онлайн

Составьте совместно режим дня, где есть место и для гаджетов, и для прогулок, общения и хобби. Помогите ребёнку не зависеть от экрана.

☐ 5. Следите за эмоциональным состоянием

Если ребёнок становится раздражительным или замкнутым — обсудите, не связано ли это с интернетом. Иногда кибербуллинг или тревожный контент могут быть причиной.

☐ 6. Доверие — основа безопасности

Создайте атмосферу, где ребёнок не боится рассказать, если столкнулся с неприятностью онлайн. Поддержите, а не наказывайте.

☐ 7. Используйте обучающие ресурсы

Покажите детям проверенные сайты для учёбы и развития. Вместе ищите интересные и полезные онлайн-проекты.

☐ Безопасный интернет начинается с семьи. Доверие, внимание и пример родителей — лучший инструмент защиты детей.