***Родительское  собрание  на  тему:***

**Право  на  здоровье**

(Профилактика  компьютерной  зависимости)

***Цель:***

– обеспечение информационной безопасности несовершеннолетних  путем привития им навыков ответственного и безопасного поведения в современной информационно-телекоммуникационной среде.

 **Задачи:**

1. информирование родителей о видах информации, способной причинить вред здоровью и развитию несовершеннолетних, запрещенной или ограниченной для распространения на территории Российской Федерации, а также о негативных последствиях распространения такой информации;
2. информирование родителей о способах незаконного распространения такой информации в информационно-телекоммуникационных сетях, в сетях Интернет и мобильной (сотовой) связи (в том числе путем рассылки SMS-сообщений незаконного содержания);
3. обучение детей и подростков правилам  ответственного и  безопасного пользования услугами Интернет и мобильной (сотовой) связи, другими электронными средствами связи и коммуникации, в том числе способам защиты от противоправных и иных общественно опасных посягательств в информационно-телекоммуникационных сетях, в частности, от таких способов разрушительного воздействия на психику детей, как кибербуллинг (жестокое обращение с детьми в виртуальной среде) и буллицид (доведение до самоубийства путем психологического насилия);
4. профилактика формирования у учащихся интернет – зависимости и игровой зависимости (игромании, гэмблинга);
5. предупреждение совершения учащимися правонарушений с использованием информационно-телекоммуникационных технологий.

Ход  собрания:

**Классный руководитель**: Здравствуйте. Сегодня мы поговорим с вами на тему: «Компьютер – друг, враг, помощник?»  Но сначала немного теории.

* ***Медиаобразование*** выполняет важную роль в защите детей от негативного воздействия средств массовой коммуникации, способствует осознанному участию детей и подростков в медиасреде и медиакультуре, что является одним из необходимых условий эффективного развития гражданского общества**.**
* ***Информационная безопасность детей***– это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.
* *Выделяется 5 основных типов интернет – зависимости с учетом того, к чему сформировалось пристрастие у конкретной личности:*
1. Навязчивый веб-серфинг — бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.

2.Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам — большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.

3.Игровая зависимость — навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.

4.Навязчивая финансовая потребность — игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет – магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах.

5.Пристрастие к просмотру фильмов через интернет, когда больной может провести перед экраном весь день, не отрываясь из-за того, что в сети можно посмотреть практически любой фильм или передачу.

***Признаки  компьютерной  зависимости  у  детей:***

Ваш  ребенок:

* Мало  общается.
* Забывает  сделать  домашнее  задание.
* Игнорирует  просьбы  близких  относительно  других  дел,  помимо  пребывания  в  сети  интернет.
* Прогулял  школу – играл  в  компьютерную  игру.
* Принимает  пищу  перед  ПК.
* Не  гуляет  с  друзьями  на  улице.
* Груб  и  раздражителен.
* Пребывает  в  плохом  настроении.
* Не  знает,  чем  себя  занять,  если  его  любимая  игрушка – компьютер  сломался.

**Уважаемые  родители!**

**Несомненно,  интернет – прекрасное  место  для  общения,  обучения  и  отдыха.  Но  не  стоит  забывать,  что,  как  и  реальный  мир,  Всемирная  Паутина  может  быть  весьма  опасна.**

***Основные  правила  для  родителей***

*Чтобы  помочь  своим  детям,  Вы  должны  это  знать:*

* Будьте  в  курсе  того,  чем  занимаются  ваши  дети  в  Интернете.  Попросите  их  научить  Вас  пользоваться  различными  приложениями,  которыми  вы  не  пользовались  ранее.
* Помогите  своим  детям  понять,  что  они  не  должны  предоставлять  никому  информацию  о  себе  в  Интернете – номер  мобильного  телефона,  домашний  адрес,  название/номер  школы,  а  также  показывать  фотографии  свои  и  семьи.
* Если  Ваш  ребенок  получает  спам  (нежелательную  электронную  почту),  напомните  ему,  чтобы  он  не  верил  написанному  в  письмах  и  ни  в  коем  случе  не  отвечал  на  них.
* Объясните  детям,  что  нельзя  открывать  файлы,  присланные  от  неизвестных  вам  людей.  Эти  фото  могут  содержать  вирусы  или  фото/видео  с  «агрессивным»  содержанием.
* Помогите  ребенку  понять,  что  некоторые  люди  в  Интернете  могут  говорить  неправду  и  быть  не  теми,  за  кого  себя  выдают.  Дети  никогда  не  должны  встречаться  с  сетевыми  друзьями  в  реальной  жизни  самостоятельно  без  взрослых.
* Постоянно  общайтесь  со  своими  детьми.  Никогда  не  поздно  рассказать  ребенку,  как  правильно  поступать  и  реагировать  на  действия  других  людей  в  Интернете.
* Научите  своих  детей  как  реагировать,  в  случае,  если  их  кто –то  обидел  или  они  получили/натолкнулись  на  агрессивный  контент  в  Интернете,  так  же  расскажете  куда  в  подобном  случае  они  могут  обратиться.
* Убедитесь,  что  на  компьютерах  установлены  и  правильно  настроены  средства  фильтрации

*Это  важно  знать!*

* Если  вы  решили  ребенку  купить  компьютер,  не  экономьте  на  качестве!
* Располагать  компьютер  следует  на  столе  в  углу  комнаты,  задней  частью  к  стене.  Стол  должен  стоять  в  хорошо  освещенном  месте  так,  чтобы  на  экране  не  было  бликов.
* Мебель  должна  соответствовать  росту  ребенка.  Сидеть  за  столом  он  должен  так,  чтобы  ноги  стояли  на  полу  или  специальной  подставке.
* Сидеть  ребенок  должен  на  расстоянии  не  менее  50 –70 см  от  монитора. Поза  ребенка – прямая  или  слегка   наклонная  вперед.
* В  помещении  ,  где  используется  компьютер,  ежедневно  делайте  влажную  уборку  и  проветривание,  обязательно  проветривайте  компьютер.
* Компьютерные  программы  должны  соответствовать  возрасту  ребенка.
* Школьники  1-4  классов  могут  непрерывно  работать  за  компьютером  не  более  15 минут,  5-9  классов  20-25  минут,  10-11  классов  30-40  минут.  Общая  продолжительность  работы  не  должна  превышать  1,5 2  часа  в  день.
* В  перерыве  проводите  с  ребенком  упражнения  для  глаз  и  общеукрепляющие  упражнения.