

ПАМЯТКА: "ПРОФИЛАКТИКА КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У РЕБЁНКА".

ПОДГОТОВИЛ ВОСПИТАТЕЛЬ: ЧЕТВЕРИКОВА А.В.



Надеюсь, при соблюдении данных рекомендаций вы вместе со своим ребёнком избежите проблем, о которых мы сегодня говорили.

1. Разместите компьютер в общей комнате – таким образом, обсуждение Интернета станет повседневной привычкой.

2. Используйте будильник. Чтобы ограничить время игр или пребывания ребёнка в интернете. Ребёнок не должен проводить время за компьютером не более 15 минут.

Играть в компьютерные игры перед сном – запрещено. |

3. Используйте технические способы защиты компьютера: функции родительского контроля в операционной системе, антивирус и спам – фильтр.

4. Установите любую из программ в зависимости от операционной системы вашего компьютера – это поможет отфильтровать вредоносные сайты.

5. Создайте «Семейные интернет – правила», которые будут способствовать онлайн – безопасности детей.

6. Обязательно обсуждайте с детьми все вопросы, которые возникают у них в процессе использования компьютера.

7. Предложите ребёнку другие возможности времяпрепровождения: походы в кино, прогулка, настольные игры, спортивные клубы.

8. Используйте компьютер как элемент эффективного воспитания в качестве поощрения (например- за уборку в своей комнате).

