

рекомендациям и будете их выполнять. От этого зависит здоровье вашего ребёнка.

- источники освещения в комнате не должны вызывать блики на экране, поэтому монитор нельзя располагать напротив окна или прямого источника света;

- провода и кабеля компьютера должны подводиться к задней панели и не быть в прямом доступе для ребёнка.

2. В комнатах, где включён компьютер, достаточно быстро теряет влагу воздух, поэтому чаще проветривайте эти комнаты, проводите влажную уборку, используйте искусственные увлажнители воздуха.

Соблюдение несложных правил работы на компьютере позволит вам сохранить здоровье вашего малыша и одновременно открыть ребёнку мир огромных возможностей, доступный сегодня маленькому пользователю.



Предлагаем Вашему вниманию интересные сайты, порталы, электронные библиотеки для детей и родителей, где первые найдут интересные игры, раскраски, стихи, конкурсы, мультфильмы а взрослые информацию по воспитанию и обучению своих чад.

Взрослым важно помнить, что даже самые искушенные дети не видят опасностей Интернета и не осознают рисков его использования. Проблема заключается в том, что у детей еще не сформированы критерии различия. Ребенку, в силу особенностей его психологического развития, интересно все. Оставить ребенка один на один с компьютером в Интернете, это все равно, что бросить его одного на улице большого и незнакомого города.

Итак, не будем бояться компьютера в детской. Лучше возьмем «на вооружение» девиз компании «IBM»: «Машины должны работать. Люди должны думать!» А научиться думать детям 21 века помогут компьютеры.

МБДОУ ЦРР - д/с №200

«Солнышко»

Рекомендации родителям «Безопасное информационное пространство детям»



2021г.

Сколько времени ребёнок может проводить за компьютером без вреда для собственного здоровья?

Компьютер, которым пользуется маленький ребенок, должен отвечать высоким технологическим требованиям. В принципе, оптимальный вариант для дошкольников – специальный детский компьютер. Он соответствует гигиеническим требованиям, а его обучающие и развивающие программы, флеш-мультики, программы для рисования и сочинения музыки идеально подойдут для малыша. К тому же наличие собственного ноутбука не только поднимет самооценку ребенка, но и защитит ваш компьютер от маленького хакера.

Однако опыт показывает, что возможности детских компьютеров довольно быстро перестают удовлетворять растущие интеллектуальные запросы их владельцев, и спустя максимум год–два проблема возникает вновь. Конечно, покупать собственный стационарный компьютер ребенку моложе десяти лет совершенно незачем, а значит, родительский компьютер должен быть качественным и безопасным

Компьютер должен устанавливаться в хорошо проветриваемом помещении, где регулярно проводится влажная уборка.

Комната должна иметь хорошее.

Специалисты советуют выбирать высококачественный жидкокристаллический монитор. Для детей желательно приобретать монитор с диагональю не меньше 17 дюймов.

Расположите монитор таким образом,

чтобы на него не попадал прямой солнечный свет и не падали блики от лампы. Лучше расположить его в углу или уперев заднюю поверхность в стену.

Экран должен быть расположен так, чтобы по отношению к центру дисплея взгляд падал немного сверху вниз, под углом 10–20°. Проверьте, ровно ли стоит монитор, не приходится ли ребёнку поворачиваться к нему. Лучше всего расположить монитор на расстоянии семидесяти сантиметров от глаз ребёнка. Размеры компьютерного стола и стула должны соответствовать росту ребёнка. Желательно, чтобы у стола была выдвижная доска для клавиатуры.

Для ребёнка 6 лет если он абсолютно здоров, т. е. относится по состоянию здоровья к 1-й группе здоровья максимальный предел одноразовой работы на компьютере — 15 мин.

Однако не все дети дошкольного возраста абсолютно здоровы, многие из них имеют те или иные отклонения от нормы, или даже хронические заболевания.

Для всех детей 5 лет и для детей 6 лет, имеющих отклонения в состоянии здоровья, время работы лучше сократить до 10 мин; для ребят постарше время работы не более получаса. Для детей, относящихся к группе риска по состоянию зрения, время, проведённое у компьютера, следует дозировать индивидуально. Не рекомендуется допускать ребёнка

дошкольного возраста к компьютеру чаще 2-3 раз в неделю, больше одного раза в течение дня, а также поздно вечером или перед сном.

Продолжительность разовой работы ребёнка на компьютере не должна превышать 10 минут для детей 5 лет, 15 минут – для детей 6 лет. Хотя, конечно, желательно, как можно дольше оттянуть тот день, когда малыш впервые окажется перед экраном компьютера. Лучше всего, чтобы это произошло не раньше трёх лет.

Соблюдение несложных правил работы на компьютере позволит сохранить здоровье и одновременно открыть ребёнку мир огромных возможностей.

Кроме всего, важно знать, как правильно организовать рабочее место. Сделать это не трудно, а сохранению здоровья ребёнка помочь может. Важную роль в уменьшении физической нагрузки на ребёнка при работе с компьютером играет правильно подобранная мебель, соответствующая возрасту и росту ребёнка.

1. Стул должен быть обязательно со спинкой. Сидеть ребёнок должен на расстоянии не менее 50-70 см от компьютера (чем дальше, тем лучше), упираясь взором перпендикулярно в центр экрана. Посадка прямая или слегка наклонённая вперёд, с небольшим наклоном головы. Руки свободно лежат на столе. Ноги согнуты в тазобедренном и коленном суставах под прямым углом и располагаются под столом на соответствующей подставке.

Стол, на котором стоит компьютер, следует поставить в хорошо освещённое место, но так, чтобы на экране не было бликов. Помните, занятия на компьютере принесут пользу, если вы прислушаетесь к данным



Предлагаем Вашему вниманию интересные сайты, порталы, электронные библиотеки для детей и родителей, где первые найдут интересные демо-игры, раскраски, стихи, конкурсы, мультфильмы а взрослые информацию по воспитанию и обучению своих чад.

-“Мама plus” <http://mama-plus.ru/viewtopic.php?id=4247> (все о

сюжетно-ролевых играх детей)

-Сайт для родителей “Mamainfo”

<http://www.mamainfo.ru/goods/283.html>

(статьи о выборе школы и дошкольной подготовке, консультации психолога, юридическая страничка)

-Детский сайт “Играемся” <http://www.igraemsa.ru/> (развивающие игры онлайн)

-Веселые обучалки и развивалки <http://www.kindergenii.ru/>

-“Детская страничка” <http://www.deti.religiousbook.org.ua/index.htm>

-Сайт “В мире животных” <http://www.worldofanimals.ru/>

-Электронный журнал “Юный натуралист” <http://unnaturalist.ru/>

-Информационный портал “Добрая дорога детства” <http://www.dddgazeta.ru/>

-Образовательно - развлекательный онлайн клуб для детей и родителей “У тетушки Софы”

<http://usovi.ru/portals/index.php?page=home&pid=15>

-Портал детской безопасности МЧС России “Спас Экстрим” <http://www.spas-extreme.ru/>

-Детский сайт “Мурзилка”

<http://www.murzilka.org/>

-Лукошко сказок <http://lukoshko.net/>

-Детская электронная библиотека

<http://flashesait.com/>

-Русские народные сказки

<http://hyaenidae.narod.ru/>

-Семейный сайт 7я.ру: все о детях и семье

<http://www.7ya.ru/>

-Электронные образовательные ресурсы

<http://eor-np.ru/>

-Психологический центр “Адалин”

<http://adalin.mospsy.ru>

-Мультфильм “Безопасный интернет - детям!” <http://azbez.com/node/2015>

-Мультимедиа для дошколят

<http://lutiksol.narod2.ru/>



МБДОУ ЦРР - д/с №200

«Солнышко»

Рекомендации для родителей

“Безопасный Интернет для детей”



2021 г.

Правило 1. Внимательно относитесь к действиям ваших детей в "мировой паутине":

- Не отправляйте детей в "свободное плавание" по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребёнка с Интернетом, особенно на этапе освоения.
- Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернета и как вовремя предупредить угрозы.

Правило 2. Информировать ребёнка о возможностях и опасностях, которые несёт в себе Сеть:

- Объясните ребенку, что в Интернете, как и в жизни встречаются и хорошие, и плохие люди. Если ребенок столкнулся с негативом или насилием от другого пользователя Интернета, ему нужно сообщить об этом близким людям.
- Научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять её, в том числе с вашей помощью.
- Научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернета, особенно через отправку sms - сообщений, во избежание потери денег.

- Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может воспользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.

Правило 3. Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Сети:

- Установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение - это решение проблемы родительского контроля и антивирусную программу.
- Если ваш ребенок - учащийся младших классов и часто остается дома один, ограничьте время пребывания вашего ребенка в Сети.
- Если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.
- Создавайте разные учетные записи на вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить ваши личные данные.
- Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ваш ребенок. Простые настройки компьютера позволят уберечь ребенка от насилия или негатива.

Правило 4. Регулярно повышайте уровень вашей компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:

- Используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и интернет-грамотности, например, посещение курсов, дистанционное обучение, чтение специальной литературы, консультации с экспертами.
- Знакомьте всех членов вашей семьи с базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.





РЕБЕНОК + ИНТЕРНЕТ = ???

Интернет уже давно вошел в нашу жизнь, прочно в ней закрепился и стал вполне обыденным. И вместе с взрослыми активно бороздят его просторы дети.

Что они там видят, чему учатся и как уберечь их от тяжелых психологических травм?



Родителям о безопасном Интернете - детям!



УСЛУГА
«РЕБЕНОК В ДОМЕ»
ДОМАШНИЙ ИНТЕРНЕТ
БЕЗ ЖЕСТОКОСТИ,
НЕЦЕНЗУРНЫХ ФРАЗ,
ВЗРОСЛОГО КОНТЕНТА

МБДОУ ЦРР - д/с №200

«Солнышко»

2021 г.

Правило 1.

1. внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине»:
2. не отправляйте детей в «свободное плавание» по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с интернетом, особенно на этапе освоения.
3. беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью интернет и как вовремя предупредить угрозы.

Правило 2.

1. информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе сеть:
2. объясните ребенку, что в интернете как и в жизни встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием от другого пользователя интернет, ему нужно сообщить об этом близким людям.
3. научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с вашей помощью.
4. научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и

получению платных услуг из Интернет, особенно путём отправки sms, - во избежание потери денег.

5. сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.

Правило 3.

1. выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в сети:
2. установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение - решение родительского контроля, антивирус Касперского или Doctor Web.
3. если ваш ребенок - учащийся младших классов и остается часто дома один, ограничьте время пребывания вашего ребенка в интернете.
4. если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.
5. создавайте разные учетные записи на вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и

сохранить ваши личные данные.

6. регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ваш ребенок. простые настройки компьютера позволят вам быть в курсе того, какую информацию просматривал ваш ребенок.

Правило 4.

1. регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:
2. используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и интернет грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами.
3. знакомьте всех членов вашей семьи с Базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.

