

Правила безпечної роботи в Інтернеті

1. Нікому без дозволу батьків не давай особисту інформацію: домашню адресу, номер домашнього телефону, місце роботи батьків, їхні номери телефонів, назву й адресу школи.
2. Не додавай незнайомих людей у свої контакти.
3. Ніколи не погоджуйся на зустріч з людиною, з якою познайомився в Інтернеті. Якщо все ж таки це необхідно, то спочатку потрібно спитати дозволу батьків, а зустріч повинна відбутися в громадському місці й у присутності батьків.
4. Не публікуй фотографії, на яких зображені інші особи. Для цього потрібно отримати їхню згоду.
5. Не посилай свої фотографії чи іншу інформацію без дозволу батьків. Користуйся надійними джерелами інформації. Ігноруй листи з незрозумілим змістом. Не відповідай на невиховані і грубі листи. Якщо одержиш такі листи, або знайдеш якусь інформацію, що стурбує тебе, то сповісти про це батьків.
6. Не заходь на аморальні сайти. Не завантажуй файли із сумнівних сайтів: вони можуть містити шкідливі програми — віруси.
7. Пам'ятай про авторське право, коли будеш використовувати матеріали з Інтернету.
8. Використовуй надійні паролі. Для цього варто комбінувати букви, цифри та інші символи. Тримай власні паролі в таємниці. Не давай нікому, крім батьків свої паролі, навіть найближчим друзям.
9. Не займайся кібербулінгом. Будь толерантним з іншими користувачами. Не роби протизаконних вчинків в Інтернеті.
10. Розроби з батьками правила користування Інтернетом. Особливо домовся з ними про прийнятний час роботи в Інтернеті і сайти, на які збираєшся заходити.

Обов'язково слідкуйте, щоб тривалість роботи в гаджетах не перевищувала допустимих норм:

Діти до 12 років – 1-2 год. в день, з перервами до 30 хвилин.

Підлітки – до 4 годин, з перервами до 60 хвилин.

А найголовніше – дотримуйтеся порад лікаря-офтальмолога!!!