

№1 ТАҚЫРЫП. Баланың ақпараттық қауіпсіздігін қамтамасыз ету.

Ақпараттық қауіпсіздікті қамтамасыз ету – зиянды ақпарат, оның ішінде Интернет желісінде таралатын ақпарат алу арқылы баланың денсаулығына және оның дамуына (физикалық, психикалық, рухани және адамгершілік) зиян келтіру қаупін жоюды білдіреді.

Баланың ақпараттық қауіпсіздігін қамтамасыз етуге жауапкершілік оның ата-анасының мойнында.



Ата-ананың міндеті – баланың Интернетті пайдалануын өз бақылауына қою және баланың Интернет жеткізетін қызметтер мен ақпаратты тұтыну мәдениетін қалыптастыру.

ИНТЕРНЕТ БАЛАЛАР ҮШІН НЕСІМЕН ҚАУІПТІ?

ҚАУІП ТҮРЛЕРІ :



Ақпараттық қауіпсіздікті қамтамасыз ету үшін, МЫНАДАЙ ЖЕТІ ЕРЕЖЕНІ ОРЫНДАУ ҚАЖЕТ:



БІРІНШІ ЕРЕЖЕ.

Балаларыңыз Интернетте немен айналысатынынан хабардар болыңыз.



ЕКІНШІ ЕРЕЖЕ.

- **Балалардан қандай чаттарға, топтарға, хабарландыру парақшаларына кіретінін және кіммен араласатынын сұрап біліңіз. Қадағаланатын чаттардағы қарым-қатынасын құптаңыз (спорт, музыка сабақтары бойынша сыныптастарымен, достарымен және т.б.) және балалардың тек ортақ чат терезелерінде ғана араласуын талап етіңіз.**



ҮШІНШІ ЕРЕЖЕ.

- **Балаларыңызға Интернетте қандай да бір адамға өзі туралы ақпарат бермеуі (мобильді телефон нөмірі, үй мекенжайы, мектебінің атауы мен нөмірі), сондай-ақ өзі мен отбасының фотосуреттерін орналастырмауы тиіс екенін түсінуге көмектесіңіз.**



ТӨРТІНШІ ЕРЕЖЕ.

- **Балаңызға оған және сізге белгісіз адамдардан жіберілген файлдарды ашуға болмайтындығын түсіндіріңіз. Бұл файлдарда вирустар немесе зиянды, агрессивті мазмұндағы фото/бейне болуы мүмкін.**



БЕСІНШІ ЕРЕЖЕ.

- **Балаңызға Интернетте кей адамдардың өтірік айтуы және өзі көрсеткен адам болып шықпауы мүмкін екенін түсінуге көмектесіңіз. Сіздің балаңыз ешқашан өз бетінше, ересектерсіз шынайы өмірде интернет-достармен кездеспеуі керек.**

АЛТЫНШЫ ЕРЕЖЕ.

Балаларыңызды Интернетте біреу ренжіткен немесе агрессивті сөздерге, кінәлауға, балағаттауға тап болған жағдайда, оларды дұрыс әрекет етуге үйретіңіз. Оларға бұндай жағдайларды Сізге айтуы тиіс екенін және Сіз міндетті түрде көмектесетініңізді айтыңыз.

ЖЕТІНШІ ЕРЕЖЕ.

Сіздің үй компьютеріңізде сүзгілеу құралдарының орнатылғанына және дұрыс күйге келтірілгеніне көз жеткізіңіз. Бұл жерде Сізге интернет-қауіпсіздік саласындағы маман көмектеседі. Қажетсіз контентті бұғаттауға мүмкіндік беретін бақылау құралдары бар (мысалы, MNS Premium's Parental Controls).

№2 ТАҚЫРЫП. Балаларда интернет-тәуелділік қалыптасуының алдын алу.

КОМПЬЮТЕР ЖАУҒА АЙНАЛМАС ҮШІН, ӘРЕКЕТ ЕТУІҢІЗ КЕРЕК!

ЕСІҢІЗДЕ БОЛСЫН:



Әсіресе компьютерге ер балалар жақын болады: бір интернетке тәуелді қыз балаға 10 ер баладан келеді. Бұл ер балалардың мектептегі сәтсіздіктеріне көбірек уайымға берілетіндігімен байланысты, және қыз балаларға арналған компьютер ойындары да әлдеқайда аз ойлап табылған.

ПСИХОЛОГТАР АЙТАДЫ: көбінесе, үйде сирек болатын жұмысшыл ата-аналардың балалары желіде жоғалады.

Баланың компьютерге әуестенуі оның психикалық және физикалық денсаулығы, тұлғалық дамуы және әлеуметтенуі үшін қауіпті бола бастағандығының белгілері.

Мектеп оқушысында оқуда және/немесе құрдастарымен қарым-қатынаста қиындықтар туындайды.

Бала оның назарын ойыннан басқаға аударуға тырысу кезінде агрессия танытады және Сіздің өтініштеріңізге жауап қатудан қалады.

Бала Сізден желіде қанша уақыт өткізетінін және қандай сайттарға кіретінін жасырады.



Егер Сіз баланың компьютермен өткізетін уақытын қысқартсаңыз, ол тұнжыраңқы күйге түседі.

Бала компьютерлер мен интернет туралы үнемі ойлайды және айтады, виртуалды шындыққа оралуын қуана күтеді.

Кіші жастағы мектеп оқушысының күн тәртібі, тамақтану және ұйқы тәртібі бұзылады.

КОМПЬЮТЕРГЕ ТӘУЕЛДІЛІКТІҢ СЕБЕПТЕРІ

Отбасындағы ересектердің психо-эмоционалдық шиеленіс күйін тудыратын үнемі болатын ұрыс-керістері, олардан бала басқа жаққа тығылғысы келеді.

Баланың түрлі компьютер ойындарынан алуы мүмкін қызықшылықтарға тоймауы.

Ата-анамен, сыныптастарымен, құрдастарымен қарым-қатынастың жетіспеушілігі.

Баланың қараусыздығы: бала еркіндікте, себебі ата-ана өз проблемаларын шешуден қолы босамайды.

Сыныптастары немесе құрдастары тарапынан физикалық және эмоционалды-психологиялық зорлық-зомбылық.

Баланың өзін бағалауы тым төмен немесе тым жоғары – шынайы өмірдегі сәтсіздіктер виртуалды өмірге сүңгуге түрткі болады.

Бала шынайы әлемді виртуалдыға айырбастап, бүкіләлемдік тордың шырмауында қалмауы үшін не істеуге керек?



Компьютерлік тәуелділік **– бұл ауру емес, оның белгілері: шындықтан қашу, өз орнын табуға қиналатын адамдарға тән.**

Түсінікті сөзбен айтқанда, мектеп өмірін бастаған бала өзін жалғыз сезінеді, ересек адамға болмашы болып көрінуі мүмкін проблемаларды қалай жеңу керектігін білмейді.

БІРІНШІ КЕҢЕС: интернет-тәуелділікке бейім баланың өмірін, яғни өз өміріңізді жарқын әрі қуанышқа толы ету қажет. **Егер ата-ананың өздері виртуалды әлемге батса – бұл жаман үлгі.** Ал егер бала күні бойы компьютерде отырып, олардың мазасын алмайтынына іштей қуанар болса, бұл одан да жаман.

ЕКІНШІ КЕҢЕС: өз балаңызбен «қазір және осы жерде» өмір сүріңіз, **бірінші сынып оқушысымен интернетпен еш байланысы жоқ жарқын сәттерді бастан өткеріңіз.** Бірге хайуанаттар паркіне, балық аулауға немесе футбол ойнауға барыңыз. Виртуалды өмірге байланған балаға бұл өте пайдалы, олар бұған аса мұқтаж.

ҮШІНШІ КЕҢЕС: Одан басқа дене арқылы сезінетін түйсіктермен байланысты ортақ сабақтар маңызды (бұл да интернетке тәуелді балалар үшін аса жетіспейді). Сіз ұлыңызбен пластиктен, ағаштан бұйымдар жасай аласыз, ыдысқа суреттер сала аласыз. Бастысы, балаңызбен бірге қызықты уақыт өткізесіз.

ТӨРТІНШІ, БАСТЫ КЕҢЕС: балаңыздың виртуалды емес, шынайы өмірдегі құрдастарымен, сыныптастарымен дос болуын қолдаңыз және нығайтыңыз. Оларға мерекеде немесе табиғатқа серуенде





Кіші мектеп оқушысының компьютерде жұмыс істеу ережелері туралы ЖАДЫНАМА.

1. 7- 10 жасар балалар үшін монитор алдында үздіксіз сабақ оқу ұзақтығы 15-20 минутты құрайды. Осы уақыт аралығы өткеннен кейін бала көзге арналған қысқа жаттығу жасауы керек.
2. Апта ішінде кіші мектеп оқушысы компьютерде 3 реттен артық жұмыс істеуге шамасы жетпейді.
3. Баланың көзі мен мониторға дейінгі алшақтық 60 см-дан аспауы тиіс.
4. Компьютерде жұмыс істеу және ойнау процесінде арқаны түзу ұстауды қадағалау қажет.
5. Компьютер ойындарын түске дейін ойнаған дұрыс. Олардың ұзақтығы 7-10 жасар балалар үшін 15 минуттан аспауы тиіс.
6. Компьютердегі жұмысты дене жаттығуларымен алмастырып отыру қажет.

ЕСІҢІЗДЕ БОЛСЫН: Интернет оқу, демалу және достармен араласу үшін тамаша құрал болуы мүмкін.

БІРАҚ!
Шынайы өмір секілді, ЖЕЛІ де қауіпті болуы мүмкін!



Құрметті ата-аналар!

Сіздерге және балаларыңызға барлық істеріңізде табыс тілейміз!

Бақытты болыңыздар!

