



Мария Василькова



\* \* \* \* \*

БЕЗОПАСНОСТЬ  
В ИНТЕРНЕТЕ

НА 5





## [ 04 ] 5 ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

[ 05 ] Правило первое. Мы доверяем друг другу

[ 08 ] Правило второе. Интернет — море новых возможностей

[ 14 ] Правило третье. В интернете, как в море, за буйки не заплываем

[ 16 ] Правило четвертое. Выбираем родительский контроль

[ 18 ] Правило пятое. Перед правилами все равны

## [ 20 ] **5 ПРАВИЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ**



[ 21 ] Правило первое. В сети ты Джеймс Бонд

[ 24 ] Правило второе. Защищаемся от взлома

[ 27 ] Правило третье. Проверяем поле на «мины»

[ 31 ] Правило четвертое. Как не стать «звездой» интернета

[ 33 ] Правило пятое. Защищаемся от кибертравли

## [ 36 ] **ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ**



[ 37 ] Бесплатные ресурсы для обучения английскому языку детей онлайн

[ 39 ] Бесплатные ресурсы для обучения детей программированию

[ 41 ] Бесплатные общеобразовательные сайты в помощь школьникам

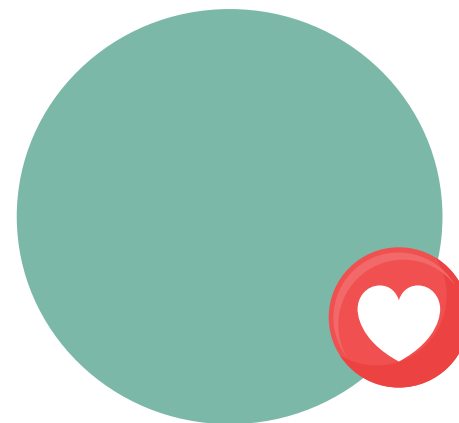
[ 42 ] Бесплатные сайты по общению и хобби для школьников

[ 43 ] Игры и развивающие занятия для дошкольников

[ СОДЕРЖАНИЕ ]







Для детей онлайн-пространство как воздух, они в нём общаются, учатся, играют, дружат. Другое дело, что, как и в жизни, в интернете скрывается много опасностей. И нам, взрослым, необходимо научить детей ориентироваться в сети.

Как это сделать, если мы сами не до конца понимаем суть кибербезопасности? Прислушаться к советам специалистов. В этом пособии мы собрали ключевые решения по этой теме. Усвоив их, вы сами начнёте по-другому относиться к возможностям интернета, и ваши дети также будут чувствовать себя защищёнными.



# 5 ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



ПРАВИЛО ПЕРВОЕ.  
МЫ ДОВЕРЯЕМ  
ДРУГ ДРУГУ



Ваш ребенок должен знать:  
**вы доверяете ему на 100%.**

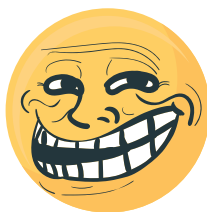
Никаких нравоучений типа: я взрослый, ты маленький, поэтому я решаю, что можно, а что нельзя. Ваши отношения должны строиться **на равных**.

Тем более что **в гаджетах дети разбираются гораздо быстрее**, чем взрослые. Они с ними родились, поэтому не удивляйтесь, что через какое-то время вы будете просить сына или дочь помочь с настройками в телефонах или соцсетях. То, с чем вы будете разбираться долго и с усилием, ваш ребёнок справится на раз-два. Уже через пару лет пользования смартфоном он **научится обходить все ваши блокировки** с виртуозной легкостью. И вы даже не сообразите, что он вас водит за нос.

**Доверие поможет** в самых сложных ситуациях, когда ребёнок столкнётся с поведением



мошенников



троллей



киберпреступников



просто нехороших людей



В этот момент ему нужно будет выстроить **психологическую защиту**, которую он, в силу своей неопытности, сам сделать не сможет. И тут вы придёте ему на помощь.

**НО, ПОМОГАЯ РЕБЕНКУ,  
СТРОГО СОБЛЮДАЙТЕ ТРИ РЕКОМЕНДАЦИИ:**



Ни в коем случае не следить за ребёнком.



Не встречать напрямую в его общение в сети со сверстниками.



Проявлять максимум деликатности в контроле за его присутствием в интернете.



**ПРИМЕР:**

Мама увидела, что её сына друзья активно включают в группы в мессенджере. Она понимает, что это мешает ребёнку. И тогда она пишет сообщение чужим детям с просьбой от себя не делать этого.

**ЭТО НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.**

Во-первых, оно принижает сына в глазах друзей. Во-вторых, это грубое вмешательство в отношения ребёнка с социумом, которое вряд ли ему понравится. Это грозит в будущем нарушением доверительных взаимоотношений между мамой и сыном. От таких активных родителей дети начинают закрываться.

**ПРАВИЛЬНЫМ** было бы обсудить с сыном эту историю, чтобы он сам принял решение и попросил друзей больше не включать его в группы.





ПРАВИЛО ВТОРОЕ.  
ИНТЕРНЕТ -  
МОРЕ НОВЫХ  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ



Как и в обычной жизни, в интернете **много разных возможностей**. Но чтобы ими воспользоваться, нужно хотя бы **знать о них**.

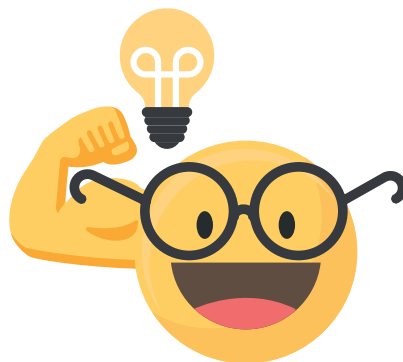


### ИГРЫ В ПОМОЩЬ

Компьютерные игры — это только маленькая часть интернета, которую чаще всего используют наши дети. Для нас, взрослых, кажется, что играть в игры на компьютере абсолютно бесполезное времяпрепровождение. Но психологи видят в играх **много полезных навыков**:



преодоление сложностей



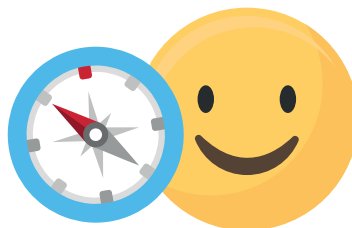
тренировка упорства и смекалки



концентрация внимания



развитие стратегического мышления и логики



улучшение реакции и ориентации в пространстве



расширение воображения и креативности

Взрослому полезно **поиграть в игры вместе** с ребёнком.  
Это позволит лучше его узнать, повысить уровень доверия между вами.

## ТЕСТ НА ЗНАНИЕ ВЗРОСЛЫМ СВОЕГО РЕБЁНКА



Психологи часто проводят такой тест. Просят назвать **три любимых игры** сына или дочери. Если вы ответили на него, значит вы:

В курсе, чем ребёнок занят, а это тоже форма контроля.

Уровень доверия между вами высок, значит, скорее всего, ребёнок придёт к вам за помощью в трудной ситуации.

**Игры бывают разные.** Предложите ребёнку познавательные игры, игры-стратегии, игры-обучения.





Но важно знать, что у каждой игры есть своё **возрастное ограничение!** Оно всегда указано на странице игры в магазине приложений.



дополнительные сведения		
Издатель	Ubisoft	Интернет-приложение
Дата выхода	1 апреля 2013 г.	100 000 000+
Поддержка игр	Трёхмерные игры Android iOS 3.0 и выше	Виртуальный контроллер
Интернетовые функции	Мультиплеер 20 000 000 000 000 000 Нет	Поддержка Телефона
Оценки	Пользователи Пользователи	Поддержка Пользователи

Если это игра для компьютера или игровой консоли, то **ограничение указано также на странице магазина.** На играх с диском возрастной ценз указан **на коробке.**

## ИНТЕРНЕТ — ЭТО ОБРАЗОВАНИЕ

Благодаря интернету даже проживая в небольшом городе, **можно учиться** в лучшей столичной гимназии или даже в другой стране. Причём совсем необязательно, что это дорого стоит. Есть много **бесплатных ресурсов**. И найти их и предложить ребёнку — тоже задача взрослого.



**Посмотрите на своего ребёнка и задайте себе вопросы:**

Чем он увлекается?

Какую его склонность вы хотели бы развить?

Хорошо рисует? Ищите курсы для маленьких художников. Играет в машинки? Ищите робототехнику или другие технические школы. Не бойтесь пробовать. Не пошло одно направление, дайте попробовать другое. Благодаря интернету можно найти увлекательные курсы с носителями языка, которые гораздо эффективнее помогут освоить английский язык, чем скучная учительница в школе.



**Перечень популярных бесплатных обучающих ресурсов смотри в разделе «5 правил для детей».**

## ИНТЕРНЕТ — ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ ОБЩАТЬСЯ СЕМЬЕЙ

Благодаря интернету можно **больше времени проводить вместе** с родными и близкими. Как?

### На совместных киносеансах.

Заведите хорошую традицию каждую субботу всей семьёй смотреть фильмы в интернет-кинотеатрах. В каждом из них вам предложат подборку хороших семейных фильмов. Попкорн купите в ближайшем супермаркете :-).

### Интернет-кинотеатры с бесплатными сеансами семейного кино:



more.tv



ivi.ru



megogo.ru



### На совместных фитнес-тренировках.

Предложите дочери вместе посещать онлайн-тренировки по растяжке или современным танцам. Мы предлагаем вам посетить бесплатный ресурс, но за небольшую плату вы найдёте много других фитнесов онлайн.

Онлайн-спортзал запустила сеть «Декатлон». Доступны бесплатные тренировки по фитнесу, йоге, подкачке и расслаблению. В том числе для детей. Для тренировок не нужны специальные тренажёры.



### Участие в совместных челенджах.

Эту акцию вы сможете организовать самостоятельно. Например, вы решаете всей семьёй месяц ежедневно вставать в планку, снимать видео и делиться им с друзьями.

Не забудьте послать видеовызов друзьям или родственникам. Те должны отправить в ответ собственное видео. Кстати, вызовы могут быть разными. Можно не только тренироваться, но и, например, читать на камеру любимые стихи.



ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ.  
 В ИНТЕРНЕТЕ,  
 КАК В МОРЕ,  
 ЗА БУЙКИ  
 НЕ ЗАПЛЫВАЕМ

[ 5 ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ]



Познакомив ребёнка с различными позитивными возможностями интернета, необходимо **рассказать об угрозах сети**. Лучше всего сделать это на конкретном примере.

**Например**, вспомнить, как в последний раз ездили на море. Тёплое, ласковое, но одновременно несущее много опасностей. Перечислите их:

- Можно утонуть.
- Можно нахлебаться соленой воды.
- Можно порезаться об острые камни.



И мы **всё равно плаваем!** Но при этом:

- Надеваем очки и ласты.
- Учимся разным стилям плавания.
- Не заплываем за буйки.

**Так же и в интернете.** Готовимся к первым заплывам, но при этом не знаем, как всё получится? Рассуждаем логически вместе с ребёнком, устанавливая при этом **правила нахождения в сети:**

- Давай пока поставим родительский контроль.
- Будем плавать не дольше двух часов в сутки.
- Будем чередовать компьютерные игры с реальными во дворе на свежем воздухе.

Многие родители **боятся отпускать ребёнка** в интернет. Заранее уверены — залипнет, за уши не вытянешь! **Не торопитесь программировать плохое.** Дети — крайне любознательные существа. **Любопытство надо поддерживать и развивать.**



**Проведите эксперимент.**

Предложите сидящему в интернете ребёнку альтернативу — поход в лес или катание на велосипеде. Вы удивитесь: он с радостью согласится!



# ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ. ВЫБИРАЕТ РОДИТЕЛЬСКИЙ КОНТРОЛЬ

[ 5 ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ]



Многие родители предпочитают устанавливать **родительский контроль**. Его необходимость вызывает много споров. Тут каждый родитель должен решать индивидуально, оценив свои силы и возможности ребёнка.

В любом случае нужно осознавать, что это **временная мера** и подойдёт только маленьким детям 6–10 лет. Любые ограничения вызывают сильный интерес к запретной информации. В определённом возрасте ребёнок **научится обходить запреты** и начнет вас обманывать.

Тем не менее в родительском контроле есть **много плюсов**.

### Перечислим возможности **программ родительского контроля**:

- Ограничивать время пребывания в сети.
- Разрешать или запрещать использование определённых сайтов.
- Разрешать установку программ и приложений.
- Разрешать интернет-покупки.
- Ограничивать громкость музыки.
- Отслеживать местоположение ребёнка.
- Мониторить количество звонков и статистику присутствия в интернете.
- Использовать кнопку паники. Ребёнок нажимает её на своём телефоне, и сигнал приходит родителю вместе с координатами положения ребёнка.

### ВИДЫ РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ:



<https://www.kaspersky.ru/safe-kids>



<https://family-link.ru>



<https://www.usergate.com/ru/products/kindergate>

В разных поисковых системах есть **функции в настройках**, которые помогут отфильтровать непристойные кадры и сомнительные ресурсы:

в Яндексе — **это семейный поиск**,  
в Гугле — **строгая фильтрация**,  
в Ютубе — **ограничить взрослый контент** (во вкладке «Безопасность»).





ПРАВИЛО ПЯТОЕ.  
 ПЕРЕД ПРАВИЛАМИ  
 ВСЕ РАВНЫ

[ 5 ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ]



Это правило — самое сложное для взрослых. Ставя **временные ограничения** для ребёнка, **соблюдайте их сами**.

Если вы определили для ребёнка час нахождение в сети, а сами пропадаете в инстаграме часами, это не останется незамеченным. Дети решат, что **вы их обманываете**, и в ответ начнут искать способы **поступить так же**.

Если вы сами попали в зависимость от гаджета, придётся всей семьёй сесть на **диджитал-диету**.

## СОСТАВЛЯЕМ СЕМЕЙНУЮ ДИДЖИТАЛ-ДИЕТУ:

- Для начала договариваемся со всеми членами семьи, что она необходима.
- Определяем время, когда мы все вместе отказываемся от гаджетов.
- Складываем телефоны на это время в одну коробку, шкаф, полку.
- Придумываем, чем будем заниматься в это время, и проводим его с пользой.



Напишите **план жизни без гаджетов** и повесьте его на видное место. Например, на холодильник.



## ПРИМЕР ДИДЖИТАЛ-ДИЕТЫ

Мы не пользуемся телефонами:

За час до сна.

В первую половину воскресенья.

Во время семейных ужинов.



# 5 ПРАВИЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ



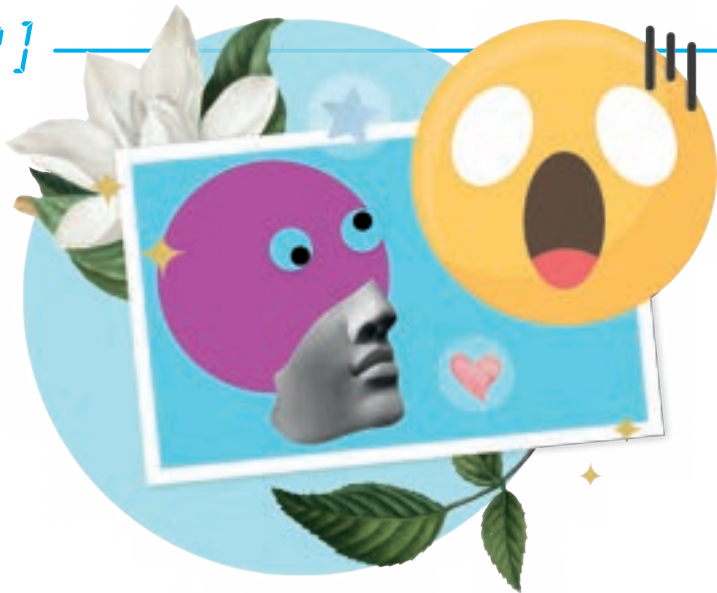
ПРАВИЛО ПЕРВОЕ.  
В СЕТИ ТЫ  
ДЖЕЙМС БОНД



Объясните ребёнку, что в интернете необходимо фильтровать личную информацию. Для этого лучше пользоваться яркими примерами.

Предупредите ребёнка, что **всё, что пишется в сети, остаётся там навсегда**. Покажите это наглядно.

Пусть он пришлёт вам сообщение. **Сделайте скрин текста** и сохраните. Объясните, что даже если он сейчас удалит его, на вашем телефоне сообщение останется.

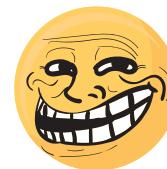


Также и с фотографиями. Найдите какую-то **смешную фотографию** ребёнка, например на горшке. И спросите, как он себя будет чувствовать через 30 лет, если он станет:

- Известным ученым.
- Президентом страны.
- Директором школы.

**А при этом кто-то опубликует его фото на горшке!**

### ПОЧЕМУ ЕЩЁ НЕ СТОИТ РАЗМЕЩАТЬ ЛИЧНУЮ ИНФОРМАЦИЮ В СЕТИ:



Дети в школе могут **в шутку разместить фото** в соцсетях.



По информации в соцсетях мошенники могут узнать, что вы в отпуске, и **огрбить квартиру**.



По твоим постам и селфи можно **узнать о тебе всё!** И это делает тебя уязвимым перед недоброжелателями.



**ПРИМЕР.**

Нехорошие люди по постам в интернете узнали имя, школу, где учится ребёнок, имя его родителей, кличку питомца. На улице они подошли к ребёнку и, назвав имя мамы, крикнули: «Мы нашли твоего Барсика, он потерялся! Мама просит, чтобы ты поехал с нами!» Ребёнок, услышав имя матери и кличку питомца, без раздумий садится в машину к незнакомцам. Точно так же он пустит в квартиру, если кто-то позвонит и назовет имя отца и сообщит ещё какую-то на первый взгляд секретную информацию, которую на самом деле вы разместили когда-то в сети.

Если вы с ребёнком приняли решение, что ему лучше **ограничить информацию о себе** в сети, то сделать это можно **в форме игры** под условным названием «Защита Джеймса Бонда».

**ПРОТОКОЛ ЗАЩИТЫ  
ДЖЕЙМСА БОНДА:**

Ограничиваем доступ к страничке в сети **кругом друзей**.

Фото из отпуска размещаем **только по возвращении** домой.

Любой пост **сначала обдумываем**, потом публикуем.

Над постом, который касается другого человека, думаем — **не навредит ли** он ему.

**При запросе на дружбу** размышляем: знаком ли нам этот человек, нужен он нам в друзьях?



ПРАВИЛО ВТОРОЕ.  
ЗАЩИЩАЕТСЯ  
ОТ ВЗЛОМА



Мошенники взламывают почты, страницы в соцсетях. Делают это они **по разным причинам**.

### ОБЪЯСНИТЕ РЕБЁНКУ, С КАКОЙ ЦЕЛЮ ЭТО ДЕЛАЕТСЯ:

- Взломать страницу человека, чтобы потом от его имени рассылать просьбы о финансовой помощи.
- Разместить на чужой странице компрометирующую информацию и попросить выкуп за удаление.
- Получить доступ к паролям, чтобы снять деньги с карт владельцев.

- Разослать спам от имени человека и испортить этим его репутацию.
- Распространить чужую переписку или фото.
- Украсть сканы документов, которые пересылали через почту или мессенджеры.
- Испортить чью-то группу в соцсетях.
- Подписать на ежемесячный платный контент.
- «Залить» на чужую страничку запрещённый контент, например, порнографию или призывы употреблять наркотики. Уголовная ответственность за это будет на хозяине.

**Защититься от мошенников** можно, прежде всего, установив надёжный **пароль с высокой степенью защиты**.



### ЧЕГО НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ В ПАРОЛЕ:

- Имени и фамилии.
- Даты рождения.
- Названия города, где живёшь.
- Любых ненадежных комбинаций цифр типа 12345.
- Любого слова, которое можно угадать методом подбора.

### КАК СДЕЛАТЬ НАДЁЖНЫЙ ПАРОЛЬ?



- Он должен быть длинным — не менее 15 символов.
- Состоять из цифр, прописных и строчных букв, специальных символов.



Его нужно периодически менять. Лучше делать это как минимум 3 раза в год.



Лучше сделать его с двухфакторной защитой (при регистрации соцсеть предлагает её подключить), когда для подтверждения входа в аккаунт требуется ввести пароль, приходящий в СМС-сообщении.



Лучше использовать разные пароли для разных учётных записей.

### **ВАЖНО! ПАРОЛЬ, ЛОГИН НЕЛЬЗЯ:**

Сообщать друзьям и знакомым.

Пересылать по незащищённым каналам в чатах или форумах. Хакеры могут его перехватить и использовать в своих целях.

Оставлять в доступном месте, например, на бумажном стикере, наклеенном на монитор компьютера.



Также **нельзя давать чужим людям** свой телефон, планшет, ноутбук для пользования. Либо необходимо контролировать эти действия.

Важно установить на всех гаджетах **сертифицированную антивирусную систему защиты**. Это поможет от попадания на устройство вирусов, интернет-атак. Например, если установить «Касперского», то можно в настройках антивируса выбрать пункты безопасности, которые не позволят ребёнку отправлять через чаты и мессенджеры личную информацию: имя и адрес, номер банковского счёта.



ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ.  
ПРОВЕРЯЕТ ПОИСК  
НА «ТИНЫ»



Знать, где ваш ребёнок бывает, сидя в интернете, нужно также для того, чтобы вовремя пресечь негативное влияние на его неокрепшую психику.

### И ТУТ ТОЖЕ ЕСТЬ АЛГОРИТМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

- Поясните ребёнку, что фильтровать опасные сайты нужно, чтобы **не подцепить вирус**.
- Скачивать кино и книги лучше **с платных платформ**, где гарантированно нет сюрпризов.



Никогда не доверяйте ребёнку **оплачивать скачивание игр** с вашей банковской карты. Платить за что-то в интернете **должен только взрослый**.



Регулярно проверяйте, где ребёнок бывает в интернете. Для этого в браузере вашего компьютера зайдите в «Меню», в открывшемся окне найдите слово **«история»**. Щелкнув на эту задачу, вы откроете список тех сайтов, где был предыдущий пользователь.



Проверяем интернет на **странички-клоны**. Для этого есть программа **Findclone**, которая вычисляет наличие страниц с вашими фотографиями. Ее можно скачать в любом магазине приложений.

О ваших проверках ребёнку  
знать необязательно.



## РАССКАЖИТЕ РЕБЁНКУ, КАК ВЫЧИСЛИТЬ НЕДОБРОЖЕЛАТЕЛЯ.

Чтобы понять, что к вам «постучался» мошенник, достаточно соблюдать **протокол защиты**.



Пришло любое сообщение от друга **с просьбой помочь**, перезвони ему, уточни, так ли это.



Пришло письмо от неизвестного отправителя с невинным сообщением «высылаю документы», не открывайте вложение! Там может быть скрытая гиперссылка на сайт, где от вас попросят ввести пароль. **Все ваши данные при этом похилят.**

**ПИСЬМА МОШЕННИКОВ:**

Не содержат личного обращения.

Требуют немедленных действий.

Отправлены с подозрительной почты.

Даже письма от техподдержки **нужно проверять**, прежде чем реагировать на них. Для этого достаточно зайти на официальный сайт техподдержки и сравнить настоящий адрес почты с тем, откуда пришло письмо.

**РАССКАЖИТЕ РЕБЁНКУ, КАК ОТЛИЧИТЬ ФЕЙКОВУЮ СТРАНИЦУ В ИНТЕРНЕТЕ ОТ НАСТОЯЩЕЙ:**

Посмотрите **дату создания** страницы. Если она создана недавно, но на ней видна подозрительная активность, есть повод заподозрить её в фейке.



Изучите, насколько активен пользователь. У реальных пользователей данные на странице будут появляться постепенно. У фейков это часто происходит **одномоментно**.



**Проверьте фото** на подлинность с помощью Google.



Проверьте, накручены ли друзья у пользователя. **«Липовые» друзья**, как правило, находятся в других городах и даже странах. Среди них также может быть много фейков.



Если это **сообщество**, то на настоящей странице будут указаны «живые» контакты и физический адрес.



Посмотрите **актуальные сторис и ленту сообщений** со свежими публикациями.



У реального сообщества будет стоять значок верификации — синяя галочка. Это значок подлинности аккаунта, который даёт понять аудитории, что страница представляет реальный бренд или блогера, а не мошенников.

Важно знать, что создание фейковых ресурсов может быть расценено как **незаконная деятельность**.

### **ПРИМЕР РАБОТЫ МОШЕННИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФЕЙКОВОЙ СТРАНИЦЫ:**

В рассылке вам предложили подписаться на аккаунт известного банка, за что пообещали подарить карту с некой суммой. При этом нужно было сообщить номер карты. После сбора данных мошенники подобрали недостающий код и похитили деньги с карт у наивных подписчиков. При этом у каждого банка на странице стоит значок верификации.







# ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ. КАК НЕ СТАТЬ «ЗВЕЗДОЙ» ИНТЕРНЕТА



Особо опасными являются люди, которые пытаются развести ребёнка на интимное общение. Об этом нужно особо предупредить детей, независимо от пола.

## ОБГОВАРИВАЕМ СЛЕДУЮЩИЕ МЕХАНИЗМЫ ЗАЩИТЫ:

**Никогда не делать интимные фотографии.**

**Никогда и никому не высылать интимные фото.**

Даже если вы уверены в этом человеке на 100%.

Почему? Перечислим причины:



В случае ссоры этот человек может выложить фотографии в общий доступ, разослать знакомым.



У него эту фотографию могут украсть.

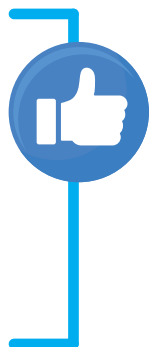


Она может попасть в интернет случайным образом.

И тогда велика вероятность стать порнозвездой интернета. Напоминаем ребёнку, что **любое фото, попавшее в сеть, остаётся там навсегда.**

**Всегда проверяем собеседника.** При интернет-знакомствах очень вероятна ситуация, когда человек, который пишет тебе сообщение, не тот, за кого себя выдаёт. Например, он взрослый, а пишет от имени 12-летнего мальчика.

В этом разделе важно вспомнить про первое правило — **наличие доверительных отношений с ребёнком.** Если доверие есть, ребёнок подойдет к вам за советом и помощью даже в самой стыдной ситуации.





ПРАВИЛО ПЯТОЕ.  
ЗАЩИЩАЕТСЯ  
ОТ КИБЕРТРАВМЫ



Общение в интернете — обязательная часть жизни любого подростка. Дети сидят в чатах, болтают на форумах. Под любым постом, как правило, появляются комментарии. Очень часто их оставляют анонимные собеседники. Анонимность, желание выглядеть лучше, чем на самом деле, и другие факторы порождают в интернет-пространстве агрессию, ложь, зависть и прочие худшие человеческие качества.

Каждый человек, выходящий в сеть, **должен быть готов к встрече с хейтом и даже кибертравлей**. Для детской психики это может быть очень травмирующим фактором. Поэтому обязательно проговариваем это с ребёнком.

## КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ВАШ РЕБЁНОК СТОЛКНУЛСЯ С КИБЕРТРАВЛЕЙ?

Его поведение и привычки **вдруг поменялись**, исчез аппетит, поменялся сон.

Он **с нежеланием** идет в школу, начал получать плохие оценки, не встречается с друзьями.

Давно **не был онлайн в соцсетях**, где зарегистрирован, меньше сидит в телефоне.

**Нервно реагирует** на разговоры про друзей и школу, чаще злится.



Если вы поняли, что с сыном или дочкой что-то происходит, не пытайтесь выяснить это силой.

Начните рассказывать ему **похожие истории из своего детства**. Как только ребёнок поймёт, что его опыт не уникален, а вы уже смогли разобраться с похожей историей, он **сам поделится с вами наболевшим**.

Как только проблема проговорена, начинаем выстраивать **линию защиты от кибертравли**.

## ДЛЯ ЭТОГО ОБЪЯСНЯЕМ РЕБЁНКУ СУТЬ ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ В ИНТЕРНЕТЕ:



Рассказываем, что многие люди в сети лукавят, размещая на своих страничках фото с изображениями красивой жизни. Порой специально для селфи они берут напрокат или взаймы дорогие вещи, машины.



Анонимные комментаторы специально прячутся под ником, чтобы оскорбить другого

Справиться с травлей вообще и в интернете без поддержки взрослых очень трудно. Часто бывает, что ребёнок не признается близким, что его обижают. Считает это постыдным, боится обидчиков, боится, что реакция родителей будет осуждаема в его сообществе.

человека и не нести ответственность за свои слова.



Цель оскорблений — увидеть, как ты переживаешь. В этом смысл любой провокации. Ни в коем случае нельзя идти на поводу у провокаторов.



Поведение хейтеров строится на зависти к жертве травли.



Злобные комментаторы, как правило, сами несчастные люди и их стоит только пожалеть.

### ПОСЛЕ ПОЯСНЕНИЙ ДЕЙСТВУЕМ ПО СЛЕДУЮЩИМ ПРАВИЛАМ:



Объясняем, что тебе, как родителю, важно защитить своего ребёнка.



На всякий случай скриншотим все сообщения с оскорблениями или угрозами.



Блокируем обидчика, вносим его в бан.



Пишем жалобу администратору соцсети с приложением скриншотов.



Если это реальный человек, лучше с ним поговорить. Хорошо, если ребёнок сможет это сделать сам. Если не сможет, это должен сделать родитель. Сделать это нужно спокойно, без угроз, но уверенным голосом. При этом можно перечислить статьи УК РФ, которые предусматривают ответственность за клевету (ст. 128,1), угрозу убийством (ст. 119), доведение до самоубийств (ст. 110,1).



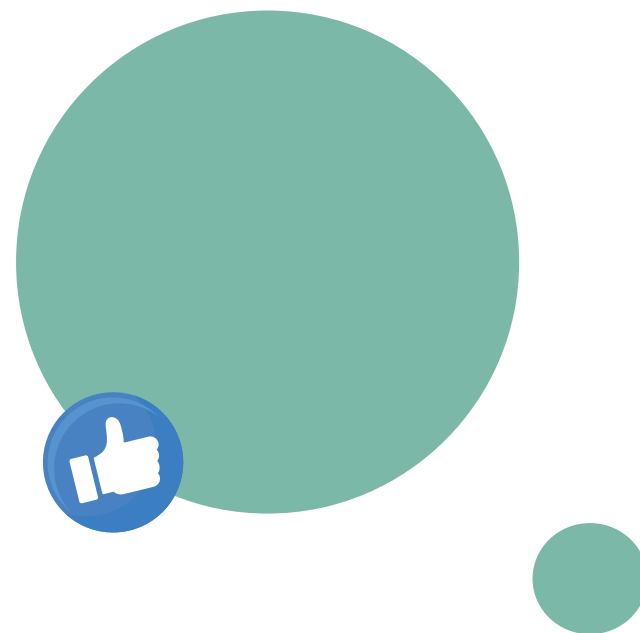
**Обычно это отрезвляет даже самые горячие головы.**




Если разговор не помог, общаемся с родителями, учителями, директором школы.



Крайний случай — подаём в суд.



ПОЛЕЗНЫЕ  
ССЫЛКИ 



БЕСПЛАТНЫЕ  
РЕСУРСЫ  
ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ  
АНГЛИЙСКОМУ ЯЗЫКУ  
ДЕТЕЙ ОНЛАЙН

[ Полезные ссылки ]



Выбирая обучающий ресурс для ребёнка, обратите внимание на возрастную аудиторию, для которой он предназначен.



[starfall.com](https://www.starfall.com)



Яркий и красочный сайт. Навыки чтения, разговора развивают с помощью разных простых игр. Каждое задание сопровождается полезным видео. Можно выучить алфавит, научиться писать, считать, воспринимать английскую речь на слух. Но все задания подаются на английском языке.



### [learnenglishkids.britishcouncil.org](https://learnenglishkids.britishcouncil.org)

Интересный сайт для детей 5–13 лет. Учить слова, стихи, песни и правила можно с помощью видео, игр, мультфильмов. Ресурс рассчитан также и на учителей, так как множество печатных, видео- и аудиоматериалов можно использовать на уроках.



### [abcya.com](https://abcya.com)

Сайт для детей от дошкольного возраста до 5 класса. С помощью разных интерактивных заданий малыши могут выучить алфавит, цифры, праздники, названия животных, развивать логику и многое другое. Задания чётко дифференцированы по возрасту. Из недостатков: ресурс полностью на английском языке, ребёнку нужно помочь разобраться.



### [duolingo.com](https://duolingo.com)

Ресурс рассчитан на детей от 8 лет, а русская версия делает его совсем простым в использовании. Есть также мобильное приложение для iOS и Android, благодаря которому вы сможете изучать английский вместе с ребёнком везде — от дома до очереди в поликлинике.



### [digitaldialects.com](https://digitaldialects.com)

Сайт подходит для детей любого возраста и создан для изучения новых слов. В форме игры ребёнок незаметно для себя выучит множество слов из разных сфер повседневной жизни.



### [kizclub.com](https://kizclub.com)

Простой сайт для родителей и учителей с множеством разных материалов для изучения алфавита, слов, песенок. Почти все задания можно распечатать, есть раздел заготовок для творческих поделок.





### [lingualeo.com](https://lingualeo.com)

Аудио- и видеоматериалы на любой вкус, тренировки для расширения словарного запаса, возможность ставить цели и отслеживать свой прогресс и следить за успехами друзей. Платформа рассчитана на детей от 9 лет. Сайт полностью русифицирован. Есть приложение.



БЕСПЛАТНЫЕ  
РЕСУРСЫ ДЛЯ  
ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ  
ПРОГРАММИРОВАНИЮ

[ Полезные ссылки ]



[Scratch.mit.edu](https://Scratch.mit.edu) — разработан специально для детей на основе языка программирования Logo и конструктора Lego. С помощью блоков-пазлов можно программировать движения

и речь героев, менять внешность, реакцию на действия пользователя и другие параметры. В итоге дети научатся делать мультфильмы и двухмерные флеш-игры.



[Codim.Online](https://Codim.Online) — youtube-канал бесплатных мастер-классов по освоению Scratch, новости и много полезной информации об обучении программированию детей.



[Code.org](https://Code.org) — международная некоммерческая школа программирования. Создана волонтерами, братьями Партови, которые стали распространять видео об основах программирования.

Теперь школу поддерживают крупные IT-компании. На сайте много простых игр о базовых принципах работы языков программирования, а также обучающие видео и курсы. Материал разбит на возрастные группы.



**ITGenio** — открытый YouTube-канал для детей и подростков. Здесь ребёнок может научиться программировать, создавать игры, проектировать 3D-модели, познакомиться с Photoshop, узнать, что такое чат-бот.



**Geek Brains [gb.ru]** — блок из 11 видеуроков, за время которых ученик поймёт, хочет ли он развиваться в данной профессии, а также освоит базовый синтаксис написания кода и создаст свою первую программу. Курс рассчитан на школьников, которые уже имеют первичные знания по информатике.



**Академия Школьника [acadschool.ru]** — крупный портал по бесплатному онлайн-образованию с разделом по программированию. Огромный выбор тем от знакомства с понятиями «интернет» и «процессор» до объяснения алгоритмов и шифрования с использованием разных языков. Удобная сортировка материалов по категории, преподавателю, ключевому слову.



**Смотри.Учись [smotriuchis.ru]** — курсы по программированию для детей и школьников с бесплатными блоками, например, по основам РНР, состоящий из 10 лекций с практическими заданиями.



## БЕСПЛАТНЫЕ ОБЩЕ- ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ САЙТЫ В ПОМОЩЬ ШКОЛЬНИКАМ



**Skills4u.ru** — платформа открыла полный бесплатный доступ к срезовым тестам и урокам по русскому языку (1–11 классы, ОГЭ, ЕГЭ, ВПР) и математике (1–7 классы).



**Eschool.pro** — поможет дошкольникам и школьникам 1–8 классов бесплатно онлайн в игровой форме изучать математику и русский язык.



**Khan Academy [khanacademy.org]** — онлайн-курсы по математике, физике, биологии и другим дисциплинам для детей и подростков от 4 до 18 лет. Изучая школьные предметы на английском, заодно можно прокачать иностранный язык.



**Уроки рисования и черчения для начинающих [risovatlegko.ru]** — ресурс, который поможет школьникам подтянуть черчение, а также получить навыки будущего архитектора.



**Умназия [umnazia.ru]** — онлайн-платформа, на которой школьники младших классов могут бесплатно попробовать свои силы в предметных олимпиадах.





# БЕСПЛАТНЫЕ САЙТЫ ПО ОБЩЕНИЮ И ХОББИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ



**[Idialogue.com](https://idialogue.com)** — онлайн-платформа для коллаборативного обучения и кросс-культурной коммуникации для подростков из 90 стран. На ней дети из разных стран могут поработать над совместными проектами в разных сферах, обсудить проблемы с друзьями и заодно практиковать английский язык.



**[JuniorUni \[goethe.de\]](https://goethe.de)** — бесплатный онлайн-университет Гёте-Института для подростков прокачивает знания в области робототехники и космонавтики, технологий, энергетики и устойчивого развития, а ещё помогает улучшить немецкий язык.



**[MyBook.ru](https://mybook.ru)** — крупнейший книжный сервис по подписке предлагает месяц бесплатной подписки к стандартному каталогу в 140 000 электронных книг.



**[Финансовая грамотность на уроках Всеобщей истории и Истории России \[fingram-history.oc3.ru\]](https://fingram-history.oc3.ru)** — онлайн-ресурс, с помощью которого подростки могут погрузиться в финансы через историю развития денежных отношений. Тексты, презентации, творческие задания помогут детям не только усвоить основные понятия, но и разобраться в том, какие факторы влияют на принятие финансовых решений.



**Сматорика [smartorica.com]** — бесплатные онлайн-курсы робототехники и программирования роботов для детей от восьми лет.



**Анимация и я [multazbuka.ru]** — бесплатно и онлайн дети и подростки до 18 лет смогут научиться делать мультки в разных жанрах.



**ProstoyKarandash.ru** — бесплатные видеоуроки рисования в разных техниках, в том числе для начинающих и детей, инструктаж по работе в Photoshop, а также обзор графических онлайн-редакторов.



**Шахматы онлайн [chess.pro]** — ресурс, который поможет ребёнку не только освоить одну из древнейших игр, но и развить стратегическое мышление, умение просчитывать ситуацию на много ходов вперёд, а также эмпатию, стрессоустойчивость и способность держать себя в руках.



## ИГРЫ И РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ



**«Дети Онлайн» [deti-online.com]** — бесплатный ресурс со множеством идей и развивающих возможностей для детей: от аудиосказок до театра теней и оригами — увлекательный опыт совместной деятельности для детей и их родителей.



**[Играемся \[igraemsa.ru\]](http://igraemsa.ru)** — детский портал развивающих компьютерных игр с тренировкой внимания, развития логического мышления, начальных математических навыков.



**[StoryPlace.org](http://StoryPlace.org)** — бесплатные красочные обучающие мультки, комиксы и видео для изучения английского и испанского языков для детей от четырёх до восьми лет.



**[Смотри.Учись \[smotriuchis.ru\]](http://smotriuchis.ru)** — много бесплатных курсов, один из любопытных «[Лепка из пластилина для всей семьи](#)» станет полезным развлечением не только для детей, но для бабушек и дедушек.







2021  
ИЮНЬ

