

Интернет-ресурсы по вопросам цифровой гигиены

Молодёжный цифровой омбудсмен — ЦифроЗащитник российской молодёжи



НА РАСПУТЬЕ.РУ информационный портал для родителей и педагогов



Раздел на Госуслугах «Кибербезопасность – это просто»






Методическая разработка ГБОУ 459 классный час по теме «Цифровая гигиена»










10 полезных советов по безопасности в сети для тебя и твоих друзей



Десять советов для детей

-  Для развлечения и общения с настоящими друзьями Интернет не нужен, нужно реальная жизнь. **Сокращай время пользования Интернетом!**
-  Не забывай сам себя контролировать. Планируй своё время!
-  Проводи больше времени в реальной жизни: общайся с друзьями, родителями, найди себе действительно интересные увлечения, читай, занимайся спортом, приобщайся к реальной полезным социальным проектам, помогай людям, включайся в общественную деятельность, смелее используй свои таланты.
-  Будь бдительным! В Интернете много мошенников, которые пытаются за твоими данными и данными. Просто не поддавайся на себе незнакомых людей и не позволяй им сделать из тебя свою жертву.
-  Не выкладывай свои персональные данные в Интернет. Помните, что отправить их не стоит даже друзьям.

-  Не выкладывай свои персональные данные в Интернет. Помните, что отправить их не стоит даже друзьям.
-  Закрой свои странички в соцсетях от посторонних. Будь осторожен с незнакомцами в Интернете.
-  Не бойся рассказать родителям о своих проблемах. Если кто-то решил тебе обидеть, травить, угрожать тебе, даже если ты попадаешь на удочку мошенников, родители смогут помочь тебе и подскажут, как надо поступить.
-  Планируй, что из Интернета ничего не удаляется. Если ты не хочешь, чтобы кто-то тебе фото или посты увидел все друзья и знакомые – лучше обработай их не выкладывая.
-  Не верь всему, что написано в Интернете. В сети много врагов, которые затопили Интернет просто для того, чтобы привлечь внимание.
-  Соблюдай в Интернете все те же правила, которые ты соблюдаешь в реальной жизни. Общайся с людьми так же, как хотел бы, чтобы они общались с тобой.

 Социальные сети – самый верный способ любить друзей. Сетевые развлечения позволяют это без усилий. Но с головой погружаясь в виртуальный мир, мы забываем про друзей, близких, учёбу, работу, активный отдых и развитие.

Тебе может показаться, что не иметь профиля в социальной сети – это странно, но на самом деле все вовсе не так. Если у тебя нет профиля в соцсети – поздравляем! Ты уже победил! Ведь теперь у тебя будет гораздо больше времени на полезные вещи: учёбу, спорт, настоящих, не сетевую дружбу!