***Балалардың тарапынан ғаламторды қолдану қауіпсіздігі бойынша ата-аналарға арналған нұсқаулар***

*Компьютерлік технологиялардың жылдам дамуы мен Ғаламтор желінің кеңінен тарауы адам алдында араласу мен өздігінен даму үшін үлкен мүмкіндік береді. Біз, ғаламтор – бұл тек мүмкіндіктердің көзі ғана емес, сонымен бірге қауіп көзі екендігін де түсінеміз. Бүгінгі таңда Ғаламтор желісінің пайдаланушы саны ондаған миллион адамды құрайды, және де соның көбі әлемдік тордың қауіптігі туралы білмейтін – балалар.*

*Осы нұсқаулар – ата-аналарға арнлаған тәжірибелік ақпарат, ол балалардың Ғаламтормен жасайтын жұмысын пайдалы етуге және қауіпті алдын алуға көмек көрсетеді.*

***1 Ереже. Балалрыңыздың «әлем торында» жасайтын іс-әрекетіне мұқият болыңыз.***

*Балаларыңызға Ғаламторда «еркіндік» бермеңіз. Баланың Ғаламтормен байланысында белсенді қатысыңыз, әсіресе меңгеру кезеңінде.*

*Баламен, Ғаламтор арқылы өзі үшін қандай жаңалықты ашатынын және қауіпті қалай уақытында алдын алуға болатыны туралы тілдесіңіздер.*

***2 Ереже. Балаға тордың қаншалықты қауіпті және мүмкіндіктерді ашатыны жайлы ақпаратты жеткізіңіз.***

*Балаға, Ғаламторда өмірде сияқты «жақсы» және «жаман» адамдар да кездесетінін түсіндіріңіздер. Егер бала Ғаламтор пайдаланушысы тарапынан зорлыққа немесе жамандыққа тап болса, онда жақын адамдарға жеткізу қажеттілігі туралы түсіндіріңіздер.*

*Балаға, өзінің жеке тұлғалық мәліметтерін (мекен-жай, телефон, оқу орны) әлеуметтік желілерде және басқа да ашық қайнар көзіне орналастырудың қажеті жоқ және қауіпті екендігін жеткізіңіздер.*

*Балалны тек өзіне ғана қажетті ақпаратты іздеуді және оны тексеруді, сіздің көмегіңізбен, үйретіңіз.*

*Баланы, Ғаламтордан ақылы ақпаратты көшіруде және ақылы қызмет алуда, әсіресе sms арқылы жіберу кезінде – ақша жоғалтудан сақтану мақсатында, мұқият болуға үйретіңіздер.*

*Сіздің балаңыз қолдана алатын пайдалы, қызықты, қауіпсіз ресурстар тізімін қалыптастырыңыз, және де оларды пайдалануды ұсыныңыз.*

*Ғаламторда жолақтар бойынша өту қажетсіз екендігін түсіндіріңіздер.*

*6 рет басқан шақта «ақ» тан «қара» сайтқа ауысып кетуге болатыны дәлелденді.*

*Баланы, браузердің мекен-жай жолағына мекен-жайды өздігінен енгізуді үйретіңіздер. Бұл клон-сайттарға ұрынып қалудан сақтануға мүмкіндік береді.*

**3 Ереже. Сіздің балаңыздың Желіде болу уақытын ыңғайлы бақылау нысанын таңдаңыз.**

Өз компьютеріңізге қажетті бағдарламалық жабдықтарды құрыңыз — ата-ананың бақылау шешімі, Касперский, DoctorWeb немесе басқа антивирусі.

Компьютердің жай реттеуі Сізге балаңыздың қандай ақпарат байқағанын білуге мүмкіндік береді. Сіздің балаңыз көріп шыққан ресурстарды жиі бақылап отырыңыз.

Ғаламторға толықтай кіруге мүмкіндік беретін қауіпсіз отбасылық бағдарламаларымен қолданыңыздар немесе веб-фильтрді орнатыңыздар, сонымен бірге балаңыз қандай сайттарға кіретінін, қандай бағдарламаны қолданатынын, желіде қанша уақыт болатынны қадағалау қажет.

Егер Сіздің балаңыз – кіші буын оқушысы болса және үйде жиі жалғыз қалып отырса, онда балаңыздың Ғаламторда болу уақытын шектеңіз.

Егер компьютер барлық отбасы мүшелерімен қолданылса, онда оны баланың бөлмесінде емес, барлық отбасы мүшелері үшін қолжетімді орынға орнатыңыз.

Өзіңіздің компьютеріңізде ересек пен балаларға арналған түрлі жазба папкаларын құрыңыз. Бұл балаңызды қауіптен ғана қорғамайды, сонымен бірге Өзіңіздің жеке мәліметтеріңізді де сақтап қалуға мүмкіндік береді.

**4 Ереже. Баланың қауіпсіздігін қамту үшін, компьютерлік сауаттылық деңгейіңізді жиі артып отырыңыз.**

Компьютер және Ғаламтор сауаттылық деңгейін арттыру үшін ыңғайлы мүмкіндіктерді қолданыңыз, мәселен, курстарға қатысу, арнайы әдебиеттерді оқу, сарапшылармен кеңесу.

Өзіңіздің барлық отбасы мүшелерін компьютер мен Ғаламторда қауіпсіз жұмыс жасаудың негізгі принциптерімен таныстырып өтіңіз.

Баладан үйреніңіз! XXI ғасырдың баласы компьютер мен Ғаламтор сұрақтарында ата-аналарына қарағанда көбірек білетіндері бар. Ойын түрінде балаңызды өз мүмкіндіктері мен сізге бейтаныс іс-әрекеттерді көрсетуді сұраңыз.

**5 Ереже. Балаңыздың тәртібіне мұқият болыңыз, Ғаламторға тәуілділікті бақылауға алыңыз.**

Жаман әдеттер денсаулыққа, ал Ғаламтор-тәуелділік адамның психикасына зиянын тигізеді. Дәрігерлер мен психологтардың пікірі бойынша, баланың Ғаламторға тәуелді болуы ата-аналар үшін «қолайлы» болып табылады, мәселен, ішімдік пен есірткеге қарағанда.

Баланың тәртібіндегі өзгерістерге мұқият болыңыздар. Ашушаңдық, алаңғасарлық, тұйық болуы, сүйікті ісіне деген қызығушылықтың жоғалуы, өтірік, баланың желіде өткізетін уақыт мерзімі, компьютер алдында жиі тамақ қабылдауы – осының барлығы Ғаламторға тәуелді болу сипаты болып табылуы мүмкін.

Ғаламторға қарағанда ұқсас келетін пайдалы әрекетті ойлап табыңыз. Бұл қызықты сабақ, белсенді демалалыс, спорттық секциялар мен үйірмелерге бару, құрбы-достармен немесе ата-анамен жай серуендеп келу.   Тәуелділікті тым құрғанда ертерек анықтап көруге тырысыңыздар және қажеттілік туып жатса мамаңға жүгінген дұрыс.

**6 Ереже. Бала дәрігерлердің нұсқаулығына жүгіне отырып.**

Дәрігерлер баланы 7 жасқа дейін компьютерге/Ғаламторға жақындатпауды ұсынады; 7-10 жаста компьютер алдында өткізер уақытын күніне 30 минутқа, 10-12 жаста 1 сағатқа, 12 жастан асқандарға – міндетті түрде үзіліс жасап отырып 1,5 сағаттан асырмай шектеуді ұсынған.

Компьютерге берілгендерге денсаулықтары үшін қауіпті және баланың көру қабілетін төмендеуіне, гиподинамияға, аллергияға және тіпті жүрек ауруларына әкеп соғатынын есте сақтаңыздар!

