*Как обеспечить информационную безопасность дошкольников*

**Памятка для родителей**

**«Влияние телевидения на ребенка»**

**Основные факторы влияния:**

1. Формирование определенного, измененного видения мира: дети все принимают за чистую монету, привыкают к тому, что им показывают, считают это нормальным.  К сожалению, содержание современных мультфильмов, кинофильмов, телепередач далеко выходит за пределы нравственного круга: в погоне за рейтингами многие каналы показывают сплетни и скандалы, жестокие преступления и расследования, эротику и секс, причем часто это происходит в дневное время.
2. Модели межличностных отношений многих персонажей мультфильмов не граничат с вопросами безопасности, а ведь дети могут перенести эти действия в реальную жизнь.
3. Ухудшение зрения.
4. Рассеянность.
5. Нарушение сна.
6. Гиподинамия.
7. Может возникнуть желание не общаться с окружающими.

**Советы:**

1. Обращайте внимание на то, что смотрит ваш ребенок.
2. Разрешайте ребенку смотреть только качественные, интересные передачи, способствующие его развитию.
3. Ограничьте время просмотра телепередач до 30 минут.
4. Другой вариант решения проблемы – покупайте или записывайте интересные передачи и мультфильмы на электронные носители.
5. Не оставляйте ребенка одного, беседуйте с ним после просмотра, выясняйте его точку зрения, разъясняйте.
6. Организуйте его игру, читайте с ним книги.
7. Чаще гуляйте с ребенком на улице.
8. Привлекайте ребенка к совместным делам по дому.

 **Памятка для родителей
« Влияние компьютера на ребенка»**

Влияние компьютера и телевидения **на физиологию и психику**ребенка схоже с [воздействием телевидения](http://deti-blog.ru/tv-fiziologia/). Основные факторы – это:

**Неестественное напряжение** тела и психики, **ухудшение осанки**.

**Ухудшение зрения** из-за перегрузок. **Гиподинамия**.

**Переутомление**, вызванное постоянной концентрацией внимания и быстрым реагированием в процессе игры на компьютере.

**Сужение кругозора.** Сюжет игр чаще всего линейный, вариантов развития событий немного. Кругозор сужается, фантазия не нужна, воображение отключается. Кроме того, компьютер не может соперничать с обычными игрушками, такими, как сортировщики, конструкторы или наборы мозаики в плане развития мелкой моторики рук.

**Зависимость.** Во время игры у ребенка находятся в постоянном возбуждении структуры мозга, отвечающие за получение удовольствия, и может возникать зависимость от компьютерных игр, погружающих его в притягательный виртуальный мир.

**Параллель реальности и игры.** Дети склонны переносить в жизнь то, что видят на экране телевизора или компьютера. Поэтому ребенок вполне может повторить на себе действия героя, несущие в себе угрозу для своей жизни и жизни окружающих.

**Агрессия, жестокость.** Это связано с использованием компьютерных игр с жестоким развертыванием сюжета. Чему может научиться ребенок в такой игре? Тому, что бить и убивать — нормально. Что для достижения цели нужно уничтожать тех, кто тебе мешает.

**Развивается чувство одиночества и эгоизм.**

**Изменение картины мира.** У детей, которые много времени проводят за компьютером, мир начинает видеться более агрессивным и жестоким. Некоторые дети вообще начинают его воспринимать через экран компьютера.

В дальнейшем могут возникнуть **проблемы в социализации**, особенно если у ребенка есть трудности в общении. В школьном возрасте такие дети предпочитают вместо усилий изменить себя, уйти в виртуальную действительность, потому что это легче. Часто они позволяют себе оскорблять других, хамить и т.д.

**Советы:**

1. Разрешайте ребенку использовать компьютер только под присмотром взрослого человека.
2. Ограничьте время компьютерных игр в течение дня (не более 20 минут).
3. По возможности используйте только развивающие программы.
4. Контролируйте качество и соответствие возрасту программ, игр, фильмов, предназначенных для ребенка, степень эмоционального воздействия от развертывания событий на экране монитора.

5. Помогайте, объясняйте, взаимодействуйте с ребенком во время игр.

6. Не забывайте о нагрузке на зрительный анализатор ребенка, учитывая степень бликов на экране монитора.

7. Поощряйте игры ребенка с игрушками, творческие игры.

8. Чаще гуляйте с ребенком на улице, привлекайте его к домашним делам.