

## Полезные сайты

<http://www.saferunet.ru> - Центр Безопасного Интернета в России. Сайт посвящен проблеме безопасной, корректной и комфортной работы в Интернете. А конкретнее – он занимается Интернет-угрозами и эффективным противодействием им в отношении пользователей. Центр был создан в 2008 году под названием «Национальный узел Интернет-безопасности в России».

<http://www.friendlyrunet.ru> - Фонд «Дружественный Рунет». Главной целью Фонда является содействие развитию сети Интернет как благоприятной среды, дружелюбной ко всем пользователям. Фонд поддерживает проекты, связанные с безопасным использованием интернета, содействует российским пользователям, общественным организациям, коммерческим компаниям и государственным ведомствам в противодействии обороту противоправного контента, а также в противодействии иным антиобщественным действиям в Сети. Фонд «Дружественный Рунет» реализует в России комплексную стратегию в области безопасного использования интернета. Основными проектами Фонда являются: Горячая линия по приему сообщений о противоправном контенте, специализированная линия помощи для детей «Дети онлайн» и просветительские проекты.

<http://www.fid.su/projects/saferinternet/year/hotline/> - Линия помощи «Дети онлайн». Оказание психологической и практической помощи детям и подросткам, которые столкнулись с опасностью или негативной ситуацией во время пользования интернетом или мобильной связью. Линия помощи "Дети онлайн" является первым и единственным такого рода проектом в России и реализуется в рамках Года Безопасного Интернета в России.

<http://www.microsoft.com> - Компания **Microsoft** разместила на своем интернет ресурсе много полезной информации по безопасности детей в интернете. Заметки и советы, приведенные ниже, помогут вам обеспечить безопасность детей независимо от того, с какой целью они используют интернет: для поиска информации, разработки школьных проектов, игр или беседы с друзьями. Просмотрев эти видеоролики, вы сможете расширить свои знания по основным вопросам безопасности, касающимся вас как домашнего пользователя. Если вы только приступаете к изучению вопросов, связанных с защитой вашего компьютера и безопасностью информации в сети, вы можете начать с ознакомления с основами:

<http://www.onlandia.org.ua/rus/html/etusivu.htm> - ON-ляндия – безопасная веб-страна. На данном сайте представлены материалы для детей, их родителей и учителей — интерактивные сценарии, короткие тесты, готовые планы уроков, — благодаря которым дети смогут освоить основы безопасной работы в Интернете. На сайте предлагается понятная, применимая на практике информация по интернет-безопасности, изучив которую даже начинающие пользователи смогут эффективно использовать ресурсы сети и защитить себя от нежелательного контента.

[http://www.webkinz.com/ru\\_ru/](http://www.webkinz.com/ru_ru/) - Webkinz - глобальная социальная сеть для детей, которая полностью безопасна и предлагает возможность социальной адаптации к взрослой жизни. Участниками сообщества могут стать обладатели одноименных мягких игрушек, которые несут на себе секретный код для доступа на сайт.

<http://www.icensor.ru/> - Интернет-фильтр для детей. Интернет цензор. Программа «Интернет Цензор» предназначена для предотвращения посещения сайтов, противоречащих законодательству РФ, а также любых сайтов деструктивной направленности лицами моложе 18 лет. «Интернет Цензор» обеспечивает родителям полный контроль за деятельностью в сети их детей. «Интернет Цензор» распространяется бесплатно, очень прост в использовании и хорошо защищен от удаления его ребенком.

[www.tirnet.ru](http://www.tirnet.ru) - Детский Интернет адаптирован для детей младшего возраста и их родителей, а также для подростков; он дает возможность не только играть, но и обучаться программированию в инновационной компьютерной среде Скретч; создавать компьютерные игры, ориентированные на самых маленьких пользователей; активно занимается проблемой качества компьютерных игр и сайтов для детей.

[www.ms-education.ru](http://www.ms-education.ru) и [www.apkpro.ru](http://www.apkpro.ru). - электронный курс программы "Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет". Программа представляет собой 72-х часовой курс, состоящий из 6 модулей. Каждый модуль программы дает подробное описание и рекомендации по обеспечению безопасной работы детей с компьютером и Интернетом, а также снабжен обширным списком дополнительной литературы и веб-ссылок. Кроме того, программа содержит объемное приложение, в которое включены диагностические тесты, описания упражнений, а также различные тексты, рекомендованные для использования в процессе ее освоения. Особенностью программы является еще и то, что каждый ее модуль может быть использован как

отдельно, так и в комплексе с другими программами повышения квалификации.

<http://www.nedopusti.ru/> - социальный проект по защите прав детей «Не допусти» - социальный проект по защите детей от похищений, сексуальной эксплуатации и жестокого обращения реализуется с августа 2009 года. Организаторы проекта: Общественная палата РФ, РОЦИТ (Региональная Общественная Организация «Центр Интернет-технологий»), Межрегиональная правозащитная общественная организация «Сопротивление».

<http://psyparents.ru/> - Сайт «Детская психология для родителей» создан по заказу Департамента образования города Москвы и является интернет-проектом Московского городского психолого-педагогического университета. Цель проекта — психолого-педагогическое просвещение родителей по возрастным проблемам обучения, воспитания и развития детей, а также профилактике нарушений личностного развития.

<http://www.za-partoi.ru/> - Журнал "Здоровье школьников" Ежемесячный журнал «Здоровье школьника» - проект Издательского дома МЦФЭР, который осуществляет выпуск 25 профессиональных журналов федерального значения тиражом 250 тысяч экземпляров ежемесячно и до 100 наименований книг ежегодно общим тиражом около 300 тысяч экземпляров. «Здоровье школьника» - новый журнал о психологии взросления и физическом развитии детей, о возможностях современной медицины, о взаимоотношениях родителей, детей и учителей, о досуге и здоровом образе жизни. Журнал ориентирован на широкий круг читателей, и в первую очередь, на родителей детей школьного возраста.

<http://www.newseducation.ru/> - "Большая перемена" сайт для школьников и их родителей

<http://www.tvidi.ru/> - «Твиди» - детский портал-соцсеть: игры, общение, дневники, фотографии и видеоматериалы.

[www.mirbibigona.ru/](http://www.mirbibigona.ru/) - «Страна друзей»: детская соцсеть: общение, музыка, фотоальбомы, игры, новости.

<http://www.smeshariki.ru/> - «Смешарики»: развлекательная соцсеть: игры, музыка, мультфильмы.

<http://www.solnet.ee/> - «Солнышко»: детский портал. Развивающие, обучающие игры для самых маленьких и еще много интересного и для родителей.

<http://www.1001skazka.com> - «1001 сказка». На сайте можно скачать аудиофайлы — сказки, аудиокниги

<http://vkids.km.ru> Nachalka.info - учись, играй, развивайся!

<http://www.nachalka.info/> - это сайт для детей, учащихся в начальной школе, а также их родителей и учителей. Здесь можно учиться и играть, развлекаться и закреплять материал школьной программы! Наш сайт создан для того, что бы сделать обучение по школьной программе интереснее и увлекательнее. Множество упражнений по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру не только развлекут ребенка, но и помогут закрепить навыки, требуемые в рамках федерального государственного образовательного стандарта.

<http://membrana.ru> – «Люди. Идеи Технологии». Информационно-образовательный интернет-журнал о новых технологиях.

<http://www.teremoc.ru> - Детский сайт «ТЕРЕМОК» с развивающими играми, загадками, ребусами, мультфильмами.

<http://www.murzilka.org/> - Сайт журнала «Мурзилка» со стихами, раскрасками, конкурсами и другой полезной информацией.

[ladushki.ru](http://ladushki.ru) - Сайт для малышей и малышей. Мультфильмы, азбука, счет, рисунки.

[http://www.girl-and-boy.ru/index/about\\_girl\\_and\\_boy/0-14](http://www.girl-and-boy.ru/index/about_girl_and_boy/0-14) - Это сайт для подростков! Вся их жизнь как на ладони. Можно найти ответы на любые интересующие тебя вопросы, поделиться радостью и горестью, узнать много нового, о чём раньше даже и думать не мог. Познакомься с замечательными людьми. Общайся и заводи новых друзей. Этот мир создан для тебя!

<http://pioner0001.narod.ru/>- Пионерские странички о дружбе, друзьях и товарищах.

<http://www.e-parta.ru/> -Блог школьного «Всезнайки» - это ленты новостей по всем школьным предметам, виртуальные экскурсии, психологические и юридические советы по проблемам в школе и на улице, учебные видео-фильмы, обзоры лучших ресурсов Всемирной паутины.

<http://www.teenclub.ru/> - «Teenclub» - портал для подростков. Все в одном месте: рефераты, сочинения, гороскопы, анекдоты, новости, образование, любовь, игровые новинки, здоровье, мода, стиль, знакомства, объявления, форумы, чат, раскрутка сайтов, дизайн и многое другое.

<http://web-landia.ru/> - Страна лучших сайтов для детей.

## Чему нас учат компьютерные игры

Говорят, компьютерные игры учат только плохому – стрелять, убивать или угонять машины, что компьютерные игры вызывают агрессию, девиантное поведение и деградацию личности. Но так ли всё плохо? Может, у игр есть светлая сторона и они могут научить нас хорошему?

Про игры в новостях часто пишут сплошной негатив: подросток, устроивший резню в школе, играл в Doom и Painkiller; стрелок на кинопремьере Тёмного рыцаря – в жестокий World of Warcraft. В таких происшествиях часто обвиняют видеоигры. Понятно, что у игрока может развиваться зависимость, что приводит к таким ужасным последствиям. Но нельзя обвинять во всем видеоигры. Причиной могут быть проблемы в семье, расстройство психики, или, как это ни печально, собственно реальный мир.

Включите телевизор: новости одна другой страшней.



Проблема поменьше – ребенок чересчур увлекается играми и забывает про учебу. Тут уже игры ругают родители и учителя. У юного геймера изымают гаджет, ограничивают доступ к компьютеру, ставят ультиматумы. В общем, тоже мало приятного.

### Чему на самом деле могут научить игры

На самом деле, игры могут также помогать в обучении, а не только носить развлекательный характер. К примеру, Minecraft Education Edition. Разработанный специально для использования в школе, проект применяется в обучении различным предметам. С помощью игры ученики изучают, например, химию, историю, литературу и географию. На уроках ученики могут наблюдать за различными природными процессами, участвовать в исторических событиях, проводить опыты. В игре также есть функция программирования, что значительно расширяет возможности игрока. И пусть всё это происходит в кубическом мире, масштаб применения платформы впечатляет.



На сайте проекта можно скачать готовые миры и найти план урока. Конечно, для применения игры в обучении нужен оборудованный класс и тренинг преподавателей. Но такое обучения принесет новый опыт, как ученикам, так и учителям. Ведь это не только информатика, но и многие другие школьные предметы. Решение, по сути, гениальное в своей простоте – взять то, что любят дети и подавать через это знания.

Есть и другие специально разработанные игры для школ. К примеру, GTA будет использоваться для обучения правилам дорожного движения, Subnautica – для исследования подводного мира. Elite – для изучения Вселенной.

В процессе игры мы можем получить не только приятное, но и полезное. Это может быть развитие какого-то навыка или расширение кругозора. Кто-то выучил английский язык благодаря играм, кто-то освоил навыки правильной и быстрой печати на компьютере.

### **Лабораторные исследования**

Можно ли взять человека с отстающим по части внимания и концентрации мозгом и путем тренировок дать ему толчок в развитии? Одно из самых обширных исследований, когда-либо проводившихся по данной тематике, принадлежит Дафне Бавельер – ученой-исследовательнице функционирования мозга, являющейся адъюнкт-профессором когнитивистики Рочестерского университета. Дафна занимается изучением процессов обучения человека. Ее исследование включает тестирование и анализ функционирования мозга в МРТ людей, которые играют или не играют в компьютерные игры.

Она отмечает, что компьютерные игры давно перестали быть детской забавой. Конечно, нельзя отрицать то, что около 90% детей ежедневно играют в компьютерные игры, однако это не отменяет того факта, что средний возраст игрока в видеоигры – 33 года. Это вневозрастное развлечение, которое к тому же может отсрочить старение головного мозга. Это явление столь же массово, как некогда был просмотр телевизора, от которого большая часть молодежи сегодня отказывается вовсе.

Результаты ее исследований показывают, что компьютерные игры не только не вызывают разрушений в отделах головного мозга, но даже помогают развивать такие свойства, как многозадачность, концентрацию и другие. Кроме того, результаты наглядно доказывают, что игры способны не только не ухудшать зрение, но даже положительно сказываться на его остроте.

Несмотря на распространенные мифы, видеоигры не только не вызывают деградацию мыслительных процессов, но и улучшают такие

показатели, как гибкость, концентрация, внимательность, память, скорость реакции и нетривиальность мышления.

Еще одно заблуждение тех, кто опасается влияния видеоигр на прогрессирующее человечество, – интерактивные развлечения делают людей несобранными, они больше не будут способны на чем-то сконцентрироваться. На своих выступлениях Дафна Бавельер всегда проводит обычный игровой тест с использованием названий цветов, написанных другим цветом. Таким образом, в голове образуется диссонанс цвета и названия. Подобным же методом в своей лаборатории они проверяют степень концентрации участников тестирования. Именно степень концентрации отвечает за то, как быстро и эффективно мозг приспособится и будет преодолевать это несоответствие. Как правило, любители компьютерных игр справляются с этой задачей лучше. Из этого следует, что компьютерные игры как минимум не делают концентрацию человека хуже.

Кроме этого, отмечается улучшение в способностях следить за окружением. Активные компьютерные игры отлично развивают периферическое зрение. Это можно наблюдать на тестах со слежением за несколькими объектами на экране. Обычные люди способны уследить за 3–4 объектами. Человек, увлеченный видеоиграми, способен проходить этот тест с 6–7 одновременно двигающимися предметами.

На самом деле игроки в компьютерные игры имеют много различных преимуществ с точки зрения внимательности. Внимание и концентрация становятся их сильными сторонами, даже если до этого они не могли подобным похвастаться. А приходяются эти навыки везде, ведете ли вы машину, переходите ли вы дорогу, следите ли за людьми или животными.

Считается, что при распределении внимания между двумя задачами человек теряет способность к быстрому реагированию на нестандартные ситуации (например, машина вылетела перед вами). Тесты показывают, что любители видеоигр справляются с подобными ситуациями быстрее.

Конечно, никто, и даже исследователи не будут утверждать, что проводить чрезмерно много времени за видеоиграми полезно. Во всем нужна мера, а чрезмерное употребление чего-либо всегда ведет к неприятным последствиям.

Когда Бавельер говорит о терапевтических свойствах компьютерных игр, она говорит об играх, цель которых – обучать и тренировать, заставлять мозг работать более эффективно. Видеоигры могут использоваться для улучшения способностей работы мозга. Игры способны увеличивать способность глаза различать контраст и мелкие детали. Видеоигры повышают внимание и концентрацию.



Новое исследование дало основания полагать, что стратегические игры в режиме реального времени могут значительно развивать способность быстро принимать решение и действовать, а также извлекать выводы из прошлых ошибок. Это в очередной раз подтверждает возможность развития когнитивных способностей у человека при помощи видеоигр. Многие игроки отмечают, что для них не составляет проблем точно так же погрузиться с головой в работу, как и в игру. Это, несомненно, повышает качество и скорость их работы.

Стоит отметить, что игры становятся все интерактивнее. Шлемы виртуальной реальности дают новый уровень погружения для игроков, для разработчиков же это новые инструменты и возможности, которые можно использовать в том числе и в целях образования.

Видеоигры имеют множество особенностей, они положительно влияют на пластичность мозга, его обучаемость, внимание, зрение и многое другое. Необходимо глубже изучать подобное влияние, чтобы в дальнейшем создавать игры, которые будут способствовать образованию.

Ученые занимающиеся изучением работы мозга любителей игр, сравнивают видеоигры с едой – никто никогда не задает вопрос: «Какой эффект оказывает пища на организм?». Вполне логично, что все зависит от самой еды, ее состава и качества. С видеоиграми то же самое.

Конечно, нельзя говорить, что все игры одинаково полезны. Разные видеоигры оказывают разное влияние на мозг человека, и чтобы узнать наверняка, как именно та или иная игра изменяет восприятие реальности, необходимо проводить по каждой из них отдельное научное лабораторное исследование. Однозначно одно: видеоигры – это мощный инструмент, и надо научиться правильно его использовать.



## **Безопасное использование интернета в соответствии с возрастом**

**Правило 1.** Внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине»:

Не отправляйте детей в «свободное плавание» по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернет, особенно на этапе освоения.

Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернет, чтобы вовремя предупредить угрозу.

**Правило 2.** Информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе сеть:

Объясните ребенку, что в Интернете как в жизни встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием от другого пользователя Интернет, ему нужно сообщить об этом близким людям.

Научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с вашей помощью.

Научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернет, особенно путем отправки sms, – во избежание потери денег.

Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.

**Правило 3.** Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Сети:

Установите на ваш компьютер необходимое программное обеспечение – решение родительского контроля и антивирус.

Если ваш ребенок остается часто дома один, ограничьте время пребывания вашего ребенка в Интернете.

Если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.

Создавайте разные учетные записи на вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить ваши личные данные.

Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ваш ребенок. Простые настройки компьютера позволят вам быть в курсе того, какую информацию просматривал Ваш ребенок.

**Правило 4.** Регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:

Используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и Интернет грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами.